

OTİSTİK ÇOCUĞA SAHİP AİLELERLE YAPILAN GRUPLA PSİKOLOJİK DANIŞMA ÇALIŞMASININ AİLELERİN DEPRESYON VE PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ ÜZERİNE ETKİSİ*

Müge Yukay YÜKSEL**

Serap Bostancı EREN***

ÖZET

Bu araştırmada, grupla psikolojik danışma çalışmasının otistik çocuğa sahip annelerin depresyon düzeylerini ve problem çözme becerilerini ne yönde etkilediği incelenmiştir. Öntest-sontest kontrol gruplu deneme modeline uygun olarak hazırlanan araştırmanın çalışma evrenini, çocukları otistik tanısı almış yirmi dört anne oluşturmaktadır. Araştırmanın uygulama süresi on hafta olarak planlanmış, bu sürenin başında ve sonunda her iki gruba (deney ve kontrol) Beck Depresyon Envanteri (BDE) ve Problem Çözme Envanteri (PÇE) uygulanmıştır.

Deney grubuna katılan anneler, grupla psikolojik danışma sürecinde kendilerini ifade etmişler, yaşadıkları probleme yalnızca kendilerinin sahip olmadıklarını görmüşler, yalnız olmadıkları duygusunu yaşamışlar, diğer aile üyeleriyle etkileşime girmişler, çocuklarıyla ve çevrelerindeki bireylerle etkili iletişim kurmanın yollarını incelemişlerdir. Kontrol grubuna ise bu süre içinde hiçbir uygulama yapılmamıştır.

Deney grubunun BDE ve PÇE'den aldıkları puanların öntest ve sontest ölçümleri sonucunda sontest lehine anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır. Elde edilen bu bulgular ışığında, deney grubunda yer alan annelerle yapılan grupla psikolojik danışma çalışmasının; annelerin depresyon düzeylerini azaltmaya ve problem çözme becerilerini geliştirmeye yönelik etkisi olduğunu düşünülebilir. Kontrol grubunun öntest ve sontest ölçümleri sonucunda BDE ve PÇE'de manidar bir farklılığa rastlanmamıştır. Deney ve kontrol grupları, kendi içlerinde öntest ve sontest sonuçlarına göre değerlendirildiğinde, deney ve kontrol gruplarının BDE ve PÇE ölçümlerinde manidar bir farklılığa rastlanmamıştır.

Anahtar sözcükler: Grupla psikolojik danışma, otizm, depresyon, problem çözme becerileri

* VI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresinde bildiri olarak sunulmuştur.

** Dr., Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı

*** Uzman, Yörünge Aile, Yetişkin, Çocuk Psikolojik Danışmanlık ve Eğitim Merkezi

EXAMINATION OF THE AFFECT OF GROUP COUNSELLING ON THE LEVEL OF DEPRESSION AND PROBLEM SOLVING SKILLS OF THE MOTHERS WHOSE CHILDREN ARE AUTISM

SUMMARY

This research has examined how the group counseling has affected the level of depression and problem solving skills of the mothers whose children are autism. All the members of the research were volunteer and be appropriate to some criterions. The experimental and the control group were formed from twenty four mothers whose children are autistic.

The treatment lasted for ten weeks. In order to investigate the group counseling affects the level of depression and problem solving skills; each mother, regardless of what group they belong to is applied "Beck Depression Inventory" (BDI) and "Problem Solving Inventory" (PSI) at the beginning and at the end of the process assistance.

During the period, the mothers of the experimental group have joined psychological group counseling process once a week. Within this period, the mothers expressing themselves in front of the group members have realized that they were not the only ones who were having these problems and they felt that they were not alone. As they had an interaction with the other family members, they experienced the ways of effective communication with their children and families around them. During this period control group did not receive group counseling.

At the end of the treatment of group counseling, the scores of experimental and control groups got from BDI and PSI compared. The results showed that; there was significant difference between the pre and post measures of the experiment group. There was no significant difference between the pre and post measurements of control group.

Key words: Group counselling, otism, depression, problem solving skills

Her anne baba çocuğunu hayata sağlıklı ve başarılı bir şekilde hazırlayarak yetiştirmek ister. Daha çocuk doğmadan önce anne babanın çocukla ilgili planları, beklentileri ve hayalleri vardır. Yeni bir çocuğun aileye katılımı ailede bir takım değişikliklere, anne babada karmaşık duygulara neden olur. Çocuğun engelli olması duygusal karmaşıklığı daha da arttırarak, şaşkınlık, büyük hayal kırıklıkları, hüznler meydana getirir. Beklentilerde değişiklikler yaratır (Kazak ve Marvin, 1984).

İnsanlar üstesinden gelemedikleri bir problemle karşılaştıklarında çeşitli duygusal tepkilerde bulunurlar. Özürlü çocukların aileleriyle çalışanlar, özürlü çocuğun aileye katılımının aile için büyük ve önemli bir darbe olduğunu ve bu darbe karşısında ailenin şok, kızgınlık, inkâr, keder ve kaygı gibi çok farklı duygular yaşadığını, hatta çoğu ailenin, çocuklarının özürlüden dolayı kendilerini sosyal yaşamdan soyutladığını belirtmişlerdir (Kargin,1990; Akkök,1994; Witcher,1987). Bazı ailelerse gerçekleri daha çabuk kabul etmekte ve çocukları için yararlı olacak yardım ve hizmetlere yönelmektedirler (Eripek,1996).

Tüm bu yaşananlar dikkate alınarak aileler için ortak olabilecek bazı duygusal aşamalardan söz edilebilir;

a-) Birincil tepkiler; şok, reddetme, acı çekme ve depresyon

b-) İkincil tepkiler; suçluluk duyma, kararsızlık, kızgınlık duyma, utanma ve mahcup olma

c-) Üçüncül tepkiler; pazarlık etme, uyum sağlama ve her şeye yeniden başlama (Darıca & Gümüşçü, 1992; Howlin 1991).

Engelli çocuğun teşhisinden önce sosyal yaşamda belirli bir yer edinmiş aile, çocukları engelli tanısı aldıktan sonra, normalden farklı bir çocuğa sahip olmanın getirdiği kaygı ve duygusal baskı ile yoğun problemler yaşamakta, kendilerini toplumdaki diğer aileler gibi görmemektedirler (Cohen ve ark. 1987).

Ailenin engelli çocuğunu kabul etme ile ilgili geçirdiği uyum süreci, aile dengesini ve anne babanın evlilik ilişkisini bozabilmektedir. Bu duruma maddi problemler, çocuğun yaşatlarından soyutlanması, toplumun çocuğun özüne bakış açısının getirdiği sorunlar da eklenebilir (Küçüker & Richter,1994). Özürlü bir çocuk ile ailesi arasındaki ilişkinin, sıradan bir aile çocuk ilişkisine oranla daha karmaşık, daha gergin ve daha dengesiz olduğu düşünülür. Pek çok aile çocuğun özrünü tanıyıp, bu durum ile başa çıkarken, kardeşleri ve yaşlıları ile ilişkilerini düzenlemek konusunda da problemlerle karşılaşır (Hallahan & Kauffman,1994).

Otizm, oluş sebebi tam olarak bilinmeyen, ancak çocuğun en yakın çevresi (anne-baba ve kardeş) ve dış dünya ile bağlarını koparan, zorunlu olmadıkça ilişki kurmasını engelleyen bir problemidir. Otizm tanısı alan otistik çocukların adeta kendilerine kurmuş oldukları bir dünyada yaşadıklarını söylemek mümkündür (Aydın, 2002). Otizm, son yıllarda, daha çok beyinin fonksiyonunu etkileyen nörolojik bir bozukluk olarak tanımlanmaktadır. Yaşamın ilk üç yılında belirginleşmekte ve erkeklerde görülme sıklığının kızlara oranla dört kat daha fazla olduğu belirtilmektedir. Pek çok vak'a da bebeğin normal gelişim gösterdiği, gerilemenin on sekiz ay civarında başladığı ifade edilmektedir (Sicile – Kira, 2004; Robledo & Ham-Kucharsk, 2005). Ricks (1983), otistik bir çocuğu olan ailede görülen problemleri açıkladığı çalışmasında, problemlerin yavaş yavaş ortaya çıktığını belirtmektedir. Çocuk doğduğunda normal görünüme sahip olmasına rağmen, zamanla ailenin beklediği bebekten daha farklı olmaya başlar ve bu durum gün geçtikçe daha üzücü bir hal alır. Anne - babalar çeşitli yönlerden ortaya çıkan ve sebebini hiç anlayamadıkları bu değişimlerle nasıl başa çıkacaklarını bilemezler. Ayrıca çocuğun eğitim, bakım ve güvenlik ihtiyaçlarının diğer çocukların ihtiyaçlarından daha farklı olması aileyi maddi ve manevi olarak içinden çıkılmaz bir duruma sokmaktadır (Lockshin ve ark. 2005).

Otistik çocuğun istek ve ihtiyaçlarını gidermek amacı için bile onunla iletişim kuramayan ebeveyn; istenmeyen davranışları gidermek, tehlikelerin farkında olmayan bir çocukla yaşamak, kendi kişisel ihtiyaçlarını ve diğer aile bireylerinin ihtiyaçlarını karşılamak zorunda kalmaktadır. Bununla birlikte, toplumdaki gösterilen reddedici tepki

de aileyi rahatsız etmekte ve uzaklaştırıcı olmaktadır. Bunun sonucu olarak, bazı ailelerde yüksek oranlarda boşanma vakaları görülmekte, ebeveynler daha sağlıklı ve iyi bir yaşam sürmek için duygusal baskının üstesinden nasıl geleceklerini bilememektedir (De Myer, 1979; Lockshin, vd. 2005).

Böyle bir dönemde anne - babalar çevrelerinden destek görmeye ihtiyaç duyarlar. Uzmanlar ve toplumsal gruplar tarafından desteklenen anne-babalar, çocuklarını daha çabuk ve sağlıklı biçimde kabul etmekte, aile içinde ve dışında daha olumlu ilişkiler kurabilmektedirler (Akkök,1997). Bunun aksi bir durumla karşılaştıklarında ise acizlik duyguları, çocuklarının içinde buldukları durumu inkâr etme yoluna gidebilirler. Bu durumda sosyal destekle çözülebilecek pek çok problem çözümlenemez hale gelir (Ayçiçek Levent, 1997).

Yapılan çalışmalar, özrü bir çocuğa sahip olmanın anne babaların ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkileri olduğunu göstermektedir. Özellikle annenin çocukla sürekli bir bağımlılık içinde olması, çocuğun özel bakım ve eğitime gereksinim duyması ve anne babanın çocuklarının gelecek endişesini sürekli yaşamaları, yaşamlarındaki stresi ve depresyon düzeyini arttıran önemli faktörlerdendir (Cummings,1976; Lockshin, vd. 2005; Sicile – Kira, 2004; Robledo & Ham-Kucharsk, 2005).

Özrü çocukların ailelerine verilecek psikolojik ve eğitsel yardımlar ailenin ihtiyaçlarına göre belirlenebilir. Bu yardımlar, ailelerin içinde buldukları ortama en iyi şekilde uyum sağlamalarına yardımcı olacak ve karşılaştıkları problemleri çözme becerilerini geliştirmelerini destekleyecektir. Bunun yanı sıra kendilerine ve çocuklarına ilişkin duygu ve düşüncelerini anlamalarına, çocuklarını yeterli ve yetersiz yönleriyle kabul etmelerine yardımcı olacak, çocuğun özrü ve özellikleri hakkında bilgi sahibi olmalarını sağlayacaktır.

Bu ihtiyaçlar doğrultusunda yapılabilecek yardımlardan biri de grupla psikolojik danışma çalışmalarıdır. Bu çalışmalar, anne babaların birbirlerine duygusal, sosyal yönden yaklaşmalarına ve yalnız olmadıklarını fark etmelerine yardımcı olmayı amaçlar. Böylece anne babaların yaşadıkları depresyon, karamsarlık duyguları yerini başarıya, kendine güven ve başkalarına yardım etmenin getirdiği tatmin duygularına bırakır (Akkök,1997).

Depresyon düzeylerinin azaltılmasına ve problem çözme becerilerinin artırılmasına yönelik olarak yapılandırılmış bir grupla psikolojik danışma çalışmasının, otistik çocuğa sahip anneler üzerindeki etkisinin incelenmesi bu araştırmanın amacını oluşturmaktadır.

YÖNTEM

Bu çalışmada grupla psikolojik danışmanın, otistik çocuğu olan annelerin depresyon düzeyleri ve problem çözme becerilerini ne yönde etkilediğini incelemek üzere “ön test-son test kontrol gruplu” deneysel model kullanılmıştır.

Araştırma Grubu

Bu araştırmaya katılan deney ve kontrol grubunda yer alan anneler, İstanbul’da bulunan üniversite hastanelerinin “Çocuk Ruh ve Sağlığı” ile “Çocuk Psikiyatrisi” bölümlerince

çocuklarına “otizm” tanısı konmuş ve özel bir danışmanlık merkezinden eğitim almakta olan otistik çocuğa sahip 40 aile arasından seçilmiştir. Bu ailelere, yapılacak grupla psikolojik danışmanın amaçları anlatılmış ve katılmak isteyenler belirlenmiştir. 24 anne katılmak istediğini belirtmiştir. Gönüllü annelere “Beck Depresyon Envanteri” ve “Problem Çözme Envanteri” uygulanmıştır. Envanterlerden aldıkları puanlar açısından birbirine yakın olanlar ve koşulları, grubun gün ve saatlerine uygun olan 12 anne deney grubunu oluşturmuş. Bu koşulların dışında olan 12 anne ise kontrol grubunu oluşturmuştur.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada verilerin toplanması için “Beck Depresyon Envanteri (BDE)” ile “Problem Çözme Envanteri (PÇE)” kullanılmıştır.

BDE: Beck Depression Inventory (BDI)'nin 1961 yılı formu A.T. Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Bu form 1980 yılında Buket Tegin (Erkal) tarafından “Beck Depresyon Ölçeği” adı ile Türkiye’ye uyarlama çalışması yapılmıştır. BDI’ın yine Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilen 1978 yılı formu 1988–1989 yılları arasında Nesrin Hisli Şahin tarafından “Beck Depresyon Envanteri” olarak uyarlanmıştır ve geçerlik-güvenirlik çalışmaları yapılmıştır.

Envanter depresyonda görülen duygusal, somatik, bilişsel ve motivasyona dayalı belirtileri ölçen, belli bir kurama dayalı olmayıp klinik gözlemlerle elde edilen veriler üzerinden oluşturulmuş, 15 yaşın üzerindeki ergen ve yetişkinlere uygulanabilen, 21 maddelik bir envanterdir. Her madde depresyona özgü bir davranışsal örüntüyü belirlemekte ve azdan çoğa doğru giden 4 derecelik kendini değerlendirme cümlesi içermektedir. Maddelerden 0 ile 3 arasında puan alınır. Bu puanların toplanmasıyla depresyon puanı elde edilir. Alınabilecek en yüksek puan 63’tür (Savaşır, Şahin,1997).

PÇE: P.P. Heppner ve C.H. Petersen (1982) tarafından geliştirilen Problem Solving Inventory Form - A (PSI-A), Nail Şahin, Nesrin Hisli Şahin ve Paul Heppner tarafından “Problem Çözme Envanteri A-Formu” (PÇE) olarak Türkiye’ye uyarlanmıştır (1993). Ölçme aracının geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır.

Envanter bireyin problem çözme becerileri konusunda kendini algılayışı ve kendi kendisini değerlendirmesine yönelik bir ölçektir. Ölçek, “problem çözme yeteneğine güven”, “yaklaşma-kaçınma” ve “kişisel kontrol” olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ergen ve yetişkinlere uygulanır. 35 maddeden oluşan, 1–6 arası puanlanan Likert tipi bir ölçektir. Puanlama esnasında 9, 22 ve 29. maddeler puanlama dışı bırakılır. 14 madde ters olarak puanlanır. Puan ranjı 32-192’dir (Savaşır, Şahin,1997).

Süreç

Araştırmada deney grubuna, haftada bir gün, bir buçuk saat süren, on haftalık grupla psikolojik danışma çalışması uygulanmıştır. Grupla psikolojik danışma sürecinde, otistik çocuğa sahip annelerle duygu, düşünce ve deneyim paylaşımları; annelerin (danışan), kendilerini tanımaları anlamaları, kendine ve kendi problemlerini çözmede daha çok güç ve güven kazanmaları, çocuklarını daha iyi tanıyabilmeleri ve anlayabilmeleri, daha iyi

iletişim becerileri kazanabilmelerinin sağlanması amaçlanmıştır. Bu süreç içinde anneler, kendileriyle aynı süreci paylaşan diğer anneler ve grup lideriyle sürekli ve karşılıklı (çift yönlü) bir etkileşim içinde bulunmuşlardır. Annelerin depresyon düzeylerinde azalma sağlamaya ve problem çözme becerilerini geliştirmeye yönelik hazırlanmış olan grup oturumlarında, çeşitli oyunlar ve yaşanan problemlerin dramatize edilmesi yoluyla da annelerin kendilerini ifade etmelerine olanak tanınmıştır. Her oturumun sonunda grup üyelerinin verilen eğitimi ve süreci değerlendirmeleri sağlanmıştır. Annelere, bir sonraki oturumun amaçlarına hazırlık olarak çeşitli ev ödevleri verilmiştir.

Verilerin Çözümlemesi

Araştırmanın verilerini değerlendirmek için parametrik olmayan istatistiksel tekniklerden “Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi” ile “Mann-Withney U” testlerinden faydalanılmıştır. Sonuçların yorumlanmasında. 05 anlamlılık düzeyi aranmıştır. Teknikler SPSS programından yararlanılarak bilgisayarda yapılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde otistik çocuga sahip deney ve kontrol grubunda yer alan annelere uygulanan “Beck Depresyon Envanteri” ve “Problem Çözme Envanteri”nden elde edilen verilerle yapılan istatistiksel işlemler sonucu elde edilen bulgularla, bu bulguların yorumları sunulmuştur.

Tablo 1: Öntest - Sontest Deney ve Kontrol Grubu “Beck Depresyon Envanteri” (BDE) ve “Problem Çözme Envanteri” (PÇE) verilerinin incelenmesi

	N	x	ss	En düşük puan	En yüksek puan
Deney grubu (BDE) öntest	12	13,50	9.18	0.00	34.00
Deney grubu (BDE) son test	12	11.17	9.76	0.00	36.00
Deney grubu (PÇE) öntest	12	92.33	14.80	69.00	122.00
Deney grubu (PÇE) son test	12	99.17	11.72	82.00	120.00
Kontrol grubu (BDE) öntest	12	11.50	4.67	3.00	22.00
Kontrol grubu (BDE) son test	12	12.67	5.38	5.00	25.00
Kontrol grubu (PÇE) öntest	12	102.92	14.82	71.00	126.00
Kontrol grubu (PÇE) son test	12	102.08	20.12	64.00	126.00

Araştırmanın ilk denencesi; “BDE’nin öntest ve sontest uygulamasından elde edilen puanlar açısından deney grubunda yer alan annelerin depresyon puanlarındaki farklılaşma sontest lehine gerçekleşecektir” şeklinde ifade edilmiştir. Tablo 2’de bu denenciyi sınamak için yapılan “Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi” sonuçları yer almaktadır.

Tablo 2: Öntest – Sontest Deney Grubu “Beck Depresyon Envanteri” Verilerinin “Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi” ile İncelenmesi

	N	Sıralamaların Ortalaması	Z	P
Pozitif değer	2	3.00		
Negatif değer	8	6.13	-2.19	p<0.05
Eşit değer	2	-		
Toplam	12	-		

Tablo 2’de görüldüğü gibi deney grubunda yer alan annelerin depresyon puanlarında son test lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunarak araştırmanın denencesi desteklenmiştir. Bu bulgu yapılan grupla psikolojik danışma çalışmasının annelerin depresyon düzeylerini azaltmaya yönelik etkisi olduğunun göstergesidir.

Araştırmanın ikinci denencesi; “PÇE’nin öntest ve sontest uygulamasından elde edilen puanlar açısından deney grubunda yer alan annelerin problem çözme becerileri puanlarındaki farklılaşma sontest lehine gerçekleşecektir” şeklinde ifade edilmiştir. Tablo 3’de bu denenceyi sınamak amacıyla yapılan “Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi” sonuçları yer almaktadır.

Tablo 3 : Öntest - Sontest Deney Grubu “Problem Çözme Envanteri” Verilerinin “Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi” ile İncelenmesi

	N	Sıralamaların ortalaması	Z	P
Pozitif değer	9	7.89		
Negatif değer	3	2.33	-2.51	P<0.05
Eşit değer	0	-		
Toplam	12	-		

Tablo 3’de görüldüğü gibi deney grubunda yer alan annelerin problem çözme becerileri puanlarında son test lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunarak araştırmanın denencesi desteklenmiştir. Bu bulgu yapılan grupla psikolojik danışma çalışmasının annelerin problem çözme düzeylerini azaltmaya yönelik etkisi olduğunun göstergesidir.

Araştırmanın üçüncü denencesi; “BDE’nin öntest ve sontest uygulamasından elde edilen puanlar açısından kontrol grubunda yer alan annelerin depresyon puanlarında farklılaşma gerçekleşmeyecektir” şeklinde ifade edilmiştir. Tablo 4’de bu denenceyi sınamak için yapılan “Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi” sonuçları yer almaktadır.

Tablo 4: Öntest - Sontest Kontrol grubunun “Beck Depresyon Envanteri” Verilerinin “Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi” ile İncelenmesi

	N	Sıralamaların ortalaması	Z	P
Pozitif değer	4	4.86		
Negatif değer	5	7.00	-0.72	P>0.05
Eşit değer	2	-		
Toplam	12	-		

Tablo 4’te de görüldüğü üzere kontrol grubunda yer alan annelerin öntest ve sontest ölçümleri arasında istatistiksel açıdan manidar bir farklılığa rastlanmamıştır. Bu bulgu araştırmanın denencesini desteklemektedir.

Araştırmanın dördüncü denencesi; “PÇE’nin öntest ve sontest uygulamasından elde edilen puanlar açısından kontrol grubunda yer alan annelerin problem çözme becerileri puanlarında farklılaşma gerçekleşmeyecektir” şeklinde ifade edilmiştir. Tablo 5’de bu denenceyi sınamak için yapılan “Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi” sonuçları yer almaktadır.

Tablo 5: Öntest - Sontest Kontrol Grubunun “Problem Çözme Envanteri” Verilerinin “Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi” ile İncelenmesi

	N	Sıralamaların ortalaması	Z	P
Pozitif değer	7	6.38		
Negatif değer	3	3.90	-0.35	P>0.05
Eşit değer	2	-		
Toplam	12	-		

Tablo 5’te de görüldüğü üzere kontrol grubunda yer alan annelerin öntest ve sontest ölçümleri arasında istatistiksel açıdan manidar bir farklılığa rastlanmamıştır. Bu bulgu araştırmanın denencesini desteklemektedir.

Tablo 6: Deney - Kontrol Grubunun “Beck Depresyon Envanteri” ve “Problem Çözme Envanteri”nden Elde Edilen Verilerinin İncelenmesi

	N	Ortalama	ss	En düşük puan	En yüksek puan
Deney ve kontrol grubu (BDE) öntest	24	12.50	7.19	0.00	34.00
Deney ve kontrol grubu (BDE) sontest	24	11.92	7.74	0.00	36.00
Deney ve kontrol grubu (PÇE) öntest	24	97.63	15.46	69.00	126.00
Deney ve kontrol grubu (PÇE) sontest	24	100.63	16.17	64.00	126.00

Araştırmanın beşinci denencesi; “Grupla psikolojik danışma süreci öncesinde yapılan öntest ölçümleri sonrasında deney grubu ve kontrol grubunda yer alan annelerin depresyon

düzeyleri arasında farklılık gerçekleşmeyecektir” şeklinde ifade edilmiştir. Tablo 7’de bu denenciyi sınamak için yapılan “Mann- Whitney U Testi” sonuçları yer almaktadır.

Tablo 7: Öntest Deney - Kontrol Gruplarının “Beck Depresyon Envanteri” Verilerinin “Mann Whitney U Testi” ile İncelenmesi

	N	Sıralamaların ortalamaları	U	Z	P
Deney	12	13.04	65.5	-0.38	P>0.05
Kontrol	12	11.96			

Tablo 7’de görüldüğü üzere deney ve kontrol grubunda yer alan annelerin öntest depresyon puanları arasında istatistiksel açıdan manidar bir farklılığa rastlanmayarak araştırmanın denencesini desteklemiştir. Bu durum da grupların, grupta psikolojik danışma çalışmasına başlamadan önce depresyon puanları açısından aralarında farklılık olmadığını göstergesi olarak kabul edilebilir.

Araştırmanın altıncı denencesi; “Grupla psikolojik danışma süreci sonunda yapılan sontest ölçümlerinde deney ve kontrol grubunda yer alan annelerin depresyon düzeyleri arasında deney grubu lehine farklılık gerçekleşecektir” şeklinde ifade edilmiştir. Tablo 8’de bu denenciyi sınamak amacıyla yapılan “Mann-Withney U Testi” sonuçları yer almaktadır.

Tablo 8: Sontest Deney - Kontrol Gruplarının “Beck Depresyon Envanteri” Verilerinin “Mann Whitney U Testi” ile İncelenmesi

	N	Sıralamaların ortalamaları	U	Z	P
Deney	12	11.13	55.5	-0.96	P>0.05
Kontrol	12	13.98			

Tablo 8’de görüldüğü üzere deney ve kontrol grubunda yer alan annelerin sontest depresyon puanları arasında istatistiksel açıdan manidar bir farklılığa rastlanmayarak araştırmanın denencesini desteklenememiştir.

Araştırmanın yedinci denencesi; “Grupla psikolojik danışma süreci öncesinde yapılan öntest ölçümleri sonrasında deney grubu ve kontrol grubunda yer alan annelerin problem çözme düzeyleri arasında farklılık gerçekleşmeyecektir” şeklinde ifade edilmiştir. Tablo 9’da denenciyi sınamak amacıyla yapılan Mann-Withney U Testi sonuçları yer almaktadır.

Tablo 9: Öntest Deney - Kontrol Gruplarının “Problem Çözme Becerileri Envanteri” Verilerinin “Mann Whitney U Testi” ile İncelenmesi

	N	Sıralamaların ortalamaları	U	Z	P
Deney	12	9.79	39.5	-1.88	P>0.05
Kontrol	12	15.21			

Tablo 9’da görüldüğü üzere deney ve kontrol grubunda yer alan annelerin öntest problem çözme puanları arasında istatistiksel açıdan manidar bir farklılığa rastlanmayarak

araştırmanın denencesini desteklemiştir. Bu durum da grupların, grupta psikolojik danışma çalışmasına başlamadan önce problem çözme puanları açısından aralarında farklılık olmadığını göstergesi olarak kabul edilebilir.

Araştırmanın sekizinci denencesi; “Grupla psikolojik danışma süreci sonunda yapılan sontest ölçümlerinde deney ve kontrol grubunda yer alan annelerin problem çözme düzeyleri arasında deney grubu lehine farklılık gerçekleşecektir” şeklinde ifade edilmiştir. Tablo 10’da bu denenceyi sınamak amacıyla yapılan “Mann-Withney U Testi” sonuçları yer almaktadır.

Tablo 10: Sontest Deney - Kontrol Gruplarının “Problem Çözme Becerileri Envanteri” Verilerinin “Mann Whitney U Testi” ile İncelenmesi

	N	Sıralamaların ortalamaları	U	Z	P
Deney	12	11.33	58.0	-0.81	P>0.05
Kontrol	12	13.67			

Tablo 10’da görüldüğü üzere deney ve kontrol grubunda yer alan annelerin sontest problem çözme puanları arasında istatistiksel açıdan manidar bir farklılığa rastlanmayarak araştırmanın denencesini desteklenememiştir.

TARTIŞMA

Depresyon düzeylerinin azaltılmasına ve problem çözme becerilerinin geliştirilmesine yönelik olarak hazırlanmış grupta psikolojik danışma çalışmasının, otistik çocuğa sahip anneler üzerindeki etkisinin incelendiği bu çalışmada elde edilen sonuçlar aşağıda verilmiş ve tartışılmıştır.

Elde edilen bu bulgular ışığında, deney grubunda yer alan annelerle yapılan grupta psikolojik danışma çalışmasının; annelerin depresyon düzeylerini azaltmaya ve problem çözme becerilerini geliştirmeye yönelik etkisi olduğu düşünülebilir (Tablo 2–3).

Araştırmada gerçekleştirilen grupta psikolojik danışma çalışmasının; çalışmaya katılan annelerin kendilerini ifade etme, eşlerini ve çocuklarını anlayabilme, onlarla etkili iletişim kurabilme, evliliklerinde ve aile içinde problem çözme davranışlarında gelişmeye katkıda bulunduğu söylenebilir.

Araştırmanın amaçlarından ilki olan, BDE’nin öntest-sontest ölçümleri sonrasında, deney grubu üyelerinin depresyon düzeylerinde azalma beklentisi gerçekleşmiştir (Tablo 2). Bu değişikliğin, annelerin bir grup ortamında olmalarından ve sosyal destek ihtiyaçlarını karşılamalarından kaynaklandığını düşünebiliriz. Grup içinde yaşanan her türlü paylaşım (bilgi, duygu, düşünce, deneyim), kişilere yalnız olmadıklarını, kendileriyle aynı sorunları yaşayan başka kişilerin de olduğunu gösterir. Yaptıkları ya da yapmadıkları şeyler yüzünden eleştirilmeyen, suçlanmayan, buna karşılık duyguları ve düşünceleri anlaşılan, desteklenen anneler, değerli olduklarını ve kendilerine güvenildiğini hissederler (Kuloğlu-Aksaz, 1990; Görgü, 2005). Bu durum da yaşanan ruhsal çöküntünün hafiflemesine yardımcı olur. Akkök (1997) sosyal desteğin, ailelerin yaşadıkları problemde yalnız olmadıkları

duygusunu ve diğer bireyler tarafından anlaşılacak hissini kuvvetlendirdiğini ifade etmiştir. Bunun sonucunda bireylerin kendilerini daha iyi hissettikleri ve yaşadıkları problemi sahiplenebildikleri gözlenmiştir.

Deney ve kontrol gruplarındaki annelerin depresyon puanları ortalamaları, depresyonun hafif düzeyde olduğunu işaret etmektedir. Daha önce yapılan çalışmalarda da benzer bulgulara rastlanmaktadır (Yukay,1998). Annelerin depresyon düzeylerinin normal sınırlar içinde olmasında, çocuklarının özel eğitim kurumundan ya da özel bir eğitimciden destek alıyor olmaları, çocukların eğitimlerine bizzat dâhil olmaları, çeşitli sosyal kurumlarla işbirliği içerisinde olmaları, gibi faktörler etkili olabilir. Ayrıca bu durum, grup üyelerinin eğitime ve değişime hazır olarak çalışmaya katıldıklarını düşündürmektedir. Bu konuda yapılan benzer bir çalışmada da grupla psikolojik danışma ve rehberlik çalışmasının ailelerin depresyon düzeylerinin azalmasında etkili olduğunu göstermiştir (Çelebi, 2003). Görgü (2005)'in 3-7 yaş arası otistik çocuğa sahip olan annelerin algıladıkları sosyal destek düzeyi ve depresyonları arasındaki ilişki ile bunları yordayıcı olabilecek değişkenleri belirlemek üzere yaptığı çalışmada, annenin eğitim durumu, ev dışında bir işte çalışma, eşin eğitimi durumu, aylık gelir, sahip olunan çocuk sayısı, otistik çocuğu ilk farkedene kişi, çocuklara doğumdan itibaren bakan kişi, şu an bakıcı yardımı alıp almama ve otizm derecesini algılama değişkenlerinin ise annelerin algıladıkları sosyal destek düzeyi ile depresyonlarını yordadığı görülmüştür. Andersson (1993)'de engelli çocuğa sahip anne ve babaların çocuklarının engeline kabul düzeylerini araştırdığı çalışmasında, annelerin depresyon düzeylerinin babalara oranla daha düşük olduğunu belirlemiştir.

Çalışmanın amaçlarından ikincisi olan, deney grubundaki annelerin PÇE'nin öntest ve sontest ölçümlerinden sonra, problem çözme becerilerinin artması beklentisi gerçekleşmiştir (Tablo 3). Elde edilen bu sonuç da, yapılan grupla psikolojik danışma çalışmasının, grup üyelerinin kendi yaşamlarında karşılaştıkları ve engelli çocuklarıyla ilgili karşılaştıkları problemleri algılayıp, çeşitli çözüm alternatifleri geliştirip, uygun kararlar alabilme becerilerini geliştirmelerinde etkili olduğunu düşündürülebilir. Bolte ve ark. (2007)'de otistik, zihinsel engelli, obsessif-kompulsif bozukluğu ve erken dönem şizofrenisi olan çocuğa sahip ailelerle yaptıkları bir çalışmada, sosyal destek alan otistik çocuğa sahip ailelerin problem çözme becerileri ve depresyon düzeylerinde diğer grupta yer alan ailelere oranla olumlu yönde değişiklikler gözlemlenmişlerdir. Livneh ve Wilson (2003)'de yaptıkları çalışmada, çocuklarının özürlerini kabul sürecinde verilen destek eğitimleri sonucunda, ailelerin problem çözme düzeylerinde artış ve depresyon düzeylerinde azalma olduğunu belirlenmişlerdir.

Araştırmanın üçüncü ve dördüncü amaçları, kontrol grubundaki annelerin, BDE ve PÇE'nin öntest ve sontest ölçümlerinden sonra, depresyon düzeylerinde ve problem çözme becerileri düzeylerinde değişiklik meydana gelmemesiydi. Elde edilen bulgular bu beklentileri destekler niteliktedir (Tablo 4-5).

Araştırmanın beşinci ve yedinci amaçları, grupla psikolojik danışma çalışması öncesinde, deney ve kontrol grupları arasında BDE ve PÇE'nin öntest ölçümleri sonrasında,

gruplar arasında farklılık beklenmemesiydi. Sonuçlar bu beklentileri destekler niteliktedir (Tablo 7-9). Bu durum çalışmaya başlamadan önce grupların envanter puanları açısından birbirlerine denk olduklarının göstergesi olarak kabul edilebilir.

Araştırmanın altıncı ve sekizinci amaçları, yapılan grupla psikolojik danışma çalışma sonrasında, deney ve kontrol grupları arasında BDE ve PÇE'nin son test ölçümleri arasında deney grubu lehine farklılık beklenmesiydi. Elde edilen bulgular bu hipotezleri desteklememektedir (Tablo 8-10). Uygulanan grupla psikolojik danışma sürecinin etkililiğini sınamak amacıyla, süreç sonunda deney grubuna yapılan ölçümler, deney grubunun bu süreçten olumlu etkilendiği, depresyon düzeylerinde azalma ve problem çözme becerilerinde artma gibi beklenen değişiklikleri bu süreç sonunda kazandıkları sonuçlarını vermiştir (Tablo 2-3). Bu süreç esnasında kontrol grubuna hiçbir eğitim verilmemiştir ve süreç sonunda yapılan uygulamalardan elde edilen bulgular, bu grubun depresyon ve problem çözme puan ortalamalarında bir değişiklik olmadığını göstermektedir (Tablo 4-5). Gruplar arası karşılaştırmada ise, deney ve kontrol grupları arasında puan farklılıkları, grupla psikolojik danışma süreci sonunda deney grubu lehine gerçekleşmiştir. Fakat puan ortalamalarındaki bu değişiklik, istatistiksel açıdan manidar bir farklılığın gerçekleşmesine neden olamamıştır.

Sonuçta, araştırmada depresyon düzeylerini azaltmaya ve problem çözme becerilerini geliştirmeye yönelik kurgulanmış grupla psikolojik danışma çalışmasının otistik çocuğa sahip anneler üzerinde etkili olduğu gözlenmiştir. Çalışma öncesi ve sonrasında yapılan ölçümlere uygulanan istatistiksel analizler incelendiğinde, annelerin depresyon düzeylerinde azalma ve problem çözme becerilerinde artma belirlenmiştir.

KAYNAKLAR

- Akkök, F.(1994). “Özürü Bir Çocuğa Sahip Anne-Babaların Benlik Kavramlarına İlişkin Bir Ön Çalışma”. *Özel Eğitim Dergisi*. 1(4), 10-12.
- Akkök, F. (1997). *Bayan Perşembeler*. Ankara: Metu Pres.
- Andersson, E. (1993). “Depression and Anxiety in Families with a Mentally Handicapped Child.” *International Journal of Rehabilitation Research*, 16 (2), 165-69.
- Ayçiçek-Levent, B.(1997). “Aile Eğitimi ve Eğitimde Nitelik Geliştirme” 5. Mithat Enç Özel Eğitim Günleri. Ankara:Türkiye Sakatlar Konfederasyonu Yayınları.
- Aydın, A. (2002). *Otistik Çocuğa Sahip Annelere Yönelik Bir Eğitim Programı Modeli*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi. İstanbul.
- Bolte,S.& Knecht, S. & Poutska,F. (2007). ”A Case-Control Study of Personality Style and Psychopathology in Parents of Subjects with Autism”. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. 37 (2), 243-250.
- Cohen, J., Donnelon, M.A. ve Paul, R. (1987). *Handbook of Autism and Pervasive Developmental Disorders*. NewYork: Plenum Press Co.
- Cummings, S.T. (1976). “The Impact of the Child’s Deficiency on the Father: A Study of Mentally Retarded and Chronically Ill Children”. *American Journal of Orthopsychiatry*, 36. 47-61.
- Çelebi, Y. (2003). *Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Ailelerle Yapılan Grupla Psikolojik Danışma Ve Rehberliğinin Kaygı, Depresyon ve Aile Yapısına Etkisinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi. İstanbul.
- Darıca, N. Ü. ve Gümüştü, Ş. (1992). *Otizm ve Otistik Çocuklar*. Ankara: Uyum Özel Eğitim Okulu Yayınları.
- DeMyer, M.K. (1979). *Parents and Children in Autism*. New York:John Wiley.
- Eripek, S. (1996). *Zihinsel Engelli Çocuklar*. 2. Basım, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Görgü, E. (2005). *3-7 Yaş Arası Otistik Çocuğa Sahip Olan Annelerin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri İle Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi. İstanbul.
- Hallahan, D.P. ve Kauffman, J. M. (1994), *Exceptional Children :An Introduction to Special Education*. 6th Edition, Massachussets: Simon & Schuster.

- Howlin, P. (1991), *Treatment of Autistic Children*. New York:John Wiley
- Kargın, T.(1990). “Eğitsel Yaklaşımlı Aile Rehberliğinin İşitme Engelli Çocukların Sözel İletişim Becerilerine Etkisi”. *Eğitim Bilimleri Birinci Ulusal Kongresi Bildirileri*. Ankara.
- Kazak, A. E. ve Marvin, R.E.(1984) “Differences, Difficulties and Adaptation Stress and Social Networks in Families With Handicapped Child”. *Family Relations*. 33, 57-65
- Kuloğlu-Aksaz, N. (1990). “Otistik Çocukların ve Öğretilbilir Zihinsel Engelli Çocukların Anne-Babalarının Kaygı Düzeyleri”. *Türk Psikoloji Dergisi*. 7 (25),14-20.
- Küçükler, S. ve Richter, N. K. (1994). “Normal Çocuğa Sahip Anne-Babaların Özürlü Çocuğa Yönelik Tutumları”. *Özel Eğitim Dergisi*. 1 (4), 20-28.
- Livneh, H. ve Wilson, L.M. (2003). “Coping Strategies as Predictors and Mediators of Disability-Related Variables and Psychosocial Adaptation: An Exploratory Investigation.” *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 46 (4), 194-208.
- Lockshin, S.B., Gillis,J.M. ve Romanczyk, R.G. (2005). *Helping Your Child With Autism Spectrum Disorder: A Step By Step Workbook for Families*. New Harbinger Publications.
- Ricks,D.(1983). *Problems in the Family With an Autistic Child*. Collection of Papers. The Luge Wakehurst Memorial Irust Funt.
- Robledo, S.J. ve Ham-Kucharsk, D. (2005). *The Autism Book. Answers Your More Pressing Questions*. Penguin Group.
- Savaşır, I. ve Şahin, N. H.(1997). *Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler*. Ankara:Türk Psikoloji Derneği Yayınları.
- Sicile-Kira, C. (2004). *Autism Spectrum Disorders “The Complete Guide to Understanding Autism, Asperger’s Syndrome, Pervasive Developmental Disorder and Other ASD’s*. The Berkley Publishing Group.
- Witcher, A. E.(1987). “The Process of Grief as Experienced by Parents of Children With Handicaps”. *American Journal of Mental Retardation*. 23, 93-112.
- Yukay, M. ve Erturan, N. (1998) “Down Sendrom’lu Çocuğa Sahip Ailelerle Yapılan Grupla Psikolojik Danışma Çalışmasının Ailelerin Depresyon Düzeyleri ve Aile Yapılan Üzerine Etkisi”. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 10, 339-354.