

## Manevi İçerikli Gelişim Destek Programının Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuk Sahibi Ebeveynlerin Umutsuzluk, Dini Başa Çıkma ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi

Mehmet Emrullah Duran

Selçuk Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Din Psikolojisi Anabilim Dalı, Konya, Türkiye

[orcid.org/0000-0001-9952-5103](https://orcid.org/0000-0001-9952-5103)

[ror.org/045hgzm75](https://ror.org/045hgzm75)

[emrullahduran@selcuk.edu.tr](mailto:emrullahduran@selcuk.edu.tr)

### Öz

Bu araştırmanın amacı Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı'nın otizmli çocuğu olan ebeveynlerin umutsuzluk, dini başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerine etkisinin nicel ve nitel yöntemler aracılığıyla incelenmesidir. Çalışma karma model araştırma desenlerinden olan açıklayıcı sıralı desene göre tasarlanmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkeni Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı iken bağımlı değişkenleri ise otizm spektrum bozukluğu olan çocuk sahibi ebeveynlerin umutsuzluk, dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeyleridir. Bağımlı değişkenlerden olan umutsuzluk düzeyi “Beck Umutsuzluk Ölçeği” dinî başa çıkma “Kısa Dinî Başa Çıkma Ölçeği” psikolojik iyi oluş “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği” ile ölçülmüştür. Araştırmanın başlangıç aşamasında deney ve kontrol gruplarına ön test olarak umutsuzluk, dini başa çıkma ve psikolojik iyi oluş ölçekleri uygulanmıştır. Ölçeklerin uygulanmasından sonra deney grubunda bulunan otizm spektrum bozukluğu olan çocuk sahibi ebeveynlere haftada bir kez 10 dakikadan oluşan 10 oturumluk “Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı” on hafta boyunca uygulanırken kontrol grubuna ise hiçbir işlem uygulanmamıştır. Program uygulandıktan sonra hem deney hem kontrol grubu katılımcılarına son test olarak umutsuzluk, dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş ölçekleri uygulanmıştır. Ulaşılan verilerin analizinde SPSS 25 paket programı aracılığıyla parametrik olmayan Mann-Whitney U Testi ve Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı'na katılan deney grubu otizmli çocuk sahibi ebeveynlerin umutsuzluk ve olumsuz dinî başa çıkma düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir azalış, olumlu dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerinde ise istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir artış gerçekleştiği tespit edilmiştir. Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı uygulanmayan kontrol grubundaki ebeveynlerin umutsuzluk, olumlu dinî başa çıkma, olumsuz dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir değişme olmadığı bulunmuştur. Ayrıca kontrol grubuna göre deney grubundaki ebeveynlerin umutsuzluk ve olumsuz dinî başa çıkma düzeylerinde düşüş, olumlu dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerinde ise yükseliş olduğu tespit edilmiştir.

### Anahtar Kelimeler

Din Psikolojisi; Otizmli Çocukların Ebeveynleri; Maneviyat; Umutsuzluk; Dinî Başa Çıkma; Psikolojik İyi Oluş

## Öne Çıkanlar

- Ebeveynlerin yaşadıkları yoğun stres duyguları onların düşünce, duygu ve davranışlarında bazı problemlere yol açmaktadır.
- Otizm spektrum bozukluğu diğer bazı engellilikler gibi doğumdan önce fark edilememekte ve ebeveynler doğumdan bir müddet sonra otizm ile yüzleşmektedirler.
- Çocuğuna otizm tanısı konan ebeveynler ilk önce şok yaşamakta ardından ise ret duygusu içerisinde otizm tanısını kabul etmeyerek birçok uzmandan yardım isteme aşamasına geçmektedirler.
- Kabul aşamasında ise ebeveynler çocuklarının otizmlili olduğunu kabul ederek çocuklarını olduğu hâliyle ailelerinin bir ferdi olarak benimsemekte ve yaşam mücadelelerine devam etmektedirler.

## Atıf Bilgisi

Duran, Mehmet Emrullah. “Manevi İçerikli Gelişim Destek Programının Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuk Sahibi Ebeveynlerin Umutsuzluk, Dini Başa Çıkma ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi”. *Eskiyeni* 52 (Mart 2024), 133-159.

## Makale Bilgileri

<i>Etik Beyan</i>	Bu çalışma Prof. Dr. Abdulvahit İmamoğlu danışmanlığında 06.07.2023 tarihinde tamamladığımız “Manevi İçerikli Gelişim Destek Programının Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuk Sahibi Ebeveynlerin Umutsuzluk, Dinî Başa Çıkma ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi” başlıklı doktora tezi esas alınarak hazırlanmıştır (Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2023).
<i>Etik Kurul İzni</i>	Etik onay, Sakarya Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu tarafından verilmiş olup 07.04.2022 tarihli ve 122429 numaralıdır.
<i>Geliş Tarihi</i>	22 Aralık 2023
<i>Kabul Tarihi</i>	12 Mart 2024
<i>Yayın Tarihi</i>	26 Mart 2024
<i>Hakem Sayısı</i>	İki İç Hakem - İki Dış Hakem
<i>Değerlendirme</i>	Çift Taraflı Kör Hakemlik
<i>Etik Beyan</i>	Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde etik ilkelere uyulmuştur.
<i>Benzerlik Taraması</i>	Yapıldı - Turnitin
<i>Etik Bildirim</i>	<a href="mailto:eskiyenidergi@gmail.com">eskiyenidergi@gmail.com</a>
<i>Çıkar Çatışması</i>	Çıkar çatışması beyan edilmemiştir.
<i>S. Kalkınma Amaçları</i>	10 Eşitsizliklerin Azaltılması
<i>Lisans</i>	CC BY-NC 4.0

## Study on the Effect of Spiritual Development Support Program on Hopelessness, Religious Coping and Psychological Well-Being Levels of Parents with Autism Spectrum Disorder

Mehmet Emrullah Duran

Selçuk University, Faculty of Islamic Studies, Department of Psychology of Religion, Konya, Türkiye

[orcid.org/0000-0001-9952-5103](https://orcid.org/0000-0001-9952-5103)

[ror.org/045hgzm75](https://ror.org/045hgzm75)

[emrullahduran@selcuk.edu.tr](mailto:emrullahduran@selcuk.edu.tr)

### Abstract

This study aims to examine the effect of spiritual development support programs on hopelessness, religious coping and psychological well-being levels of parents with autism spectrum disorder using quantitative and qualitative methods. The study was designed according to the sequential descriptive design, one of the mixed research designs. The independent variable of the research is the Spiritually Oriented Development Support Program, while the dependent variables are the levels of hopelessness, religious coping and psychological well-being of parents with children diagnosed with autism spectrum disorder. These dependent variables were respectively measured using the “Beck Hopelessness Scale” the “Brief Religious Coping Scale”, and the “Psychological Well-Being Scale”. At the beginning of the study, pre-tests of hopelessness, religious coping, and psychological well-being scales were administered to the experiment and control groups. After the scale administration, the parents of children with autism spectrum disorders in the experiment group were provided with the “Spiritually Oriented Development Support Program”, which consists of 10 sessions lasting 100 minutes each, once a week for ten weeks, while no intervention was applied to the control group. After implementing the program, post-tests of hopelessness, religious coping, and psychological well-being scales were administered to the experiment and control groups. The data were analyzed using the non-parametric Mann-Whitney U Test and the Wilcoxon Signed-Rank Test through SPSS 25 software. According to the study’s findings, it was determined that parents in the experiment group who participated in the Spiritually Oriented Development Support Program experienced a statistically significant decrease in hopelessness and negative religious coping, as well as a statistically significant increase in positive religious coping and psychological well-being. There was no significant change in hopelessness, positive religious coping, negative religious coping, and psychological well-being levels of parents in the control group which was not provided in the program. Moreover, compared to the control group, it was found that parents in the experiment group experienced a decrease in hopelessness and negative religious coping levels, and an increase in positive religious coping and psychological well-being levels.

### Keywords

Psychology of Religion; Parents of Children with Autism; Spirituality; Hopelessness; Religious Coping; Psychological Well-Being

## Highlights

- Challenges can lead to intense feelings of stress, which may lead to some problems in parents' thoughts, emotions, and behaviors.
- Unlike some other disabilities, with autism spectrum disorder may not be detected before birth, and parents must face the diagnosis of autism shortly after the child's birth.
- Parents of children diagnosed with autism initially experience shock, followed by denial, and eventually seek help from various experts while struggling to accept the diagnosis.
- During the acceptance stage, parents come to accept their child with autism as an integral part of their family and continue their life journey.

## Citation

Duran, Mehmet Emrullah. "Study on the Effect of Spiritual Development Support Program on Hopelessness, Religious Coping and Psychological Well-Being Levels of Parents with Autism Spectrum Disorder". *Eskiyeni* 52 (March 2024), 133-159.

## Article Information

<i>Ethical Statement</i>	This article is extracted from my doctorate dissertation entitled "Study on the Effect of Spiritual Development Support Program on Hopelessness, Religious Coping and Psychological Well-Being Levels of Parents with Autism Spectrum Disorder", supervised by Prof. Dr. Abdulvahit İmamoğlu (Ph.D. Dissertation, Sakarya University, Sakarya/Turkey, 2023).
<i>Ethics committee approval</i>	Granted by Sakarya Univeristy, Social Sciences and Humanities Ethics Panel, dated 07.04.2022 and numbered 122429.
<i>Date of submission</i>	22 December 2023
<i>Date of acceptance</i>	12 March 2024
<i>Date of publication</i>	26 March 2024
<i>Reviewers</i>	Two Internal & Two External
<i>Review</i>	Double-blind
<i>Plagiarism checks</i>	Yes - Turnitin
<i>Conflicts of Interest</i>	The Author(s) declare(s) that there is no conflict of interest
<i>Complaints</i>	<a href="mailto:eskiyenidergi@gmail.com">eskiyenidergi@gmail.com</a>
<i>S. Development Goals</i>	10 Reducing Inequalities
<i>License</i>	CC BY-NC 4.0

## Giriş

Otizm spektrum bozukluğu çoğunlukla bebeklik ve çocukluk dönemi içerisinde ortaya çıkan, bireylerde hem sosyal ilişki becerilerinde zorlanma hem de sık tekrar eden davranışları gerçekleştirme belirtilerinin yaşam süresi boyunca görüldüğü nörogelişimsel bir bozukluktur (Levy vd., 2009). Otizm spektrum bozukluğunun derecesi ve çeşitleri her çocukta aynı olmamakla birlikte bazı özellikler çoğu otizmlili çocukta ortaktır. Çoğunlukla görülen ortak özelliklerden birkaçı; göz temasından kaçınmak, ismi söylendiğinde duyarsızlık, konuşmada gerilik ve takıntılı davranışlar sergilemektir (American Psychological Association, 2013). Anne ve babanın sağlayacağı aile ortamı otizmlili çocuklarının gelişimi ve eğitimi için önemlidir. Ebeveynler ailenin, aile de toplumun temelini oluşturmaktadır. Çocuk ise ailenin tamamlayıcı unsurlarından biri olarak aileye katılmasıyla, ebeveynlerine yeni rol ve sorumluluklar yüklemektedir. Çocuğun aileye katılacağına ebeveynler tarafından öğrenilmesinden doğuma kadar olan süreç ile doğumdan sonraki süreç çok farklı özellikler barındırmaktadır (Akkök vd., 1992). Çünkü ebeveynlerin ve yakınlarının doğumdan önce doğacak bebekle ilgili beklenti ve hayalleri vardır. Bu beklenti ve hayaller ile doğum sonrası gerçekler bazen örtüşmemekte hatta hiç beklenmedik durumlarla ebeveynler karşı karşıya kalmaktadır. Örneğin otizm spektrum bozukluğu olan bebeğin doğumu beklenmedik durumlardan birisidir. Çünkü her anne ve baba çocuğunun sağlıklı doğacağını hayal ettiği için çocuğun hem engelli hem de tedavisi bulunamamış bir rahatsızlıkla dünyaya gelmesi onlarda şaşkınlık, üzüntü ve suçluluk gibi çok karmaşık psikolojik bir durum yaratmaktadır (Kaytez vd., 2015). Ayrıca literatürde yer alan bir çalışmada ebeveynlerin özel gereksinimli çocuklarının doğmasıyla birlikte sevdikleri birisinin kaybı sonrasında yaşadıkları duygu durumunun benzerini tecrübe ettikleri tespit edilmiştir (Gopalan-Sieng, 2015). Ebeveynler normal şartlarda bile bazen çocuklarının istek ve ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kalmaktadırlar. Bu durum otizmlili çocuk sahibi ebeveynler için ise çok meşakkatli ve yılmadan mücadele gerektiren zorlu bir süreci ifade etmektedir (McLanahan - Adam, 1987).

Otizmlili çocukların ebeveynleri üzerine araştırma yapan uzmanlar, otizm tanısı konulmuş çocuğun aileye katılmasıyla ebeveynlerin şok, umutsuzluk ve inkâr gibi duygulardan kaynaklı gündelik hayattan ve insanlardan kendilerini soyutladıklarını tespit etmişlerdir (Witcher, 1987). Ayrıca yapılan araştırmalarda otizm spektrum bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinin diğer engelli çocuk sahibi ebeveynlere nazaran daha yüksek stres ve sıkıntıya maruz kaldıkları tespit edilmiştir (Rodrigue vd., 1990). Otizmlili çocukla beraber yaşamaya başlayan ebeveynler bir taraftan otizm ile ilgili bir şeyler öğrenmeye çalışırken diğer taraftan çocuklarının içinde yaşadıkları topluma nasıl uyum sağlayacağı konusunda çözüm yolları aramaktadırlar. Ebeveynler tüm bu süreçleri yürütürken aynı zamanda çocuklarının otizmlili olmasından dolayı hem suçluluk hem umutsuzluk hem de başarısızlık gibi duyguları patolojik seviyede yaşamaktadırlar. Böylece ebeveynler kendilerini bu tür duygu durumlarından kurtarmak için maneviyat, sivil toplum kuruluşları ve benzer ebeveynler gibi farklı alanlardan destek bulmak istemektedirler (Zetlin vd., 1987).

Çocuklarına otizm teşhisi koyulan ebeveynlerin yoğun stres duyguları yaşadıkları, öfke düzeylerinin kontrol edilemez seviyelere yükseldiği, ağır depresyon içerisinde buldukları ve konulan otizm teşhisini kabullenmeyerek keder, kaygı, kendilerini suçlama gibi çeşitli duygusal ve fizyolojik tepkiler gösterdikleri tespit edilmiştir (Heiman,

2002). Diğer taraftan otizm spektrum bozukluğu ile ilgili bilgi sahibi olamayan ebeveynler hem durumun ciddiyetinden kaynaklı ağır sorumluluklar hem de aile içi ve çevre ile olan ilişkilerin yol açtığı problemler sonucunda yalnızlığın ve çaresizliğin de vermiş olduğu ruh hâli ile otizmlilerle çocuklarına karşı suçlayıcı bir tutum içerisinde bulunabilmektedirler. Ebeveynlerin bu tutumu, otizmlilerle çocuklarının davranışları üzerinde olumsuz yansımaları neden olmaktadır (Levy-Hyman, 2003; Dyches vd., 2004). Bu sebepten otizmlilerle çocuk sahibi ebeveynlere yönelik gerçekleştirilen eğitim programları ve çeşitli sosyal destek faaliyetleri ebeveynlerin kendileri ve çocukları için bilinçli yapıcı adımlar atmalarına önemli katkıda bulunmaktadır.

Psikolojik iyi oluş, bireylerin basit bir mutluluk ve haz hissetmeleri değil onların potansiyellerinin farkına vararak kendilerini gerçekleştirmeleri ve erdemlerin yaşanmasıyla ulaşılabilecek gerçek mutluluğu ifade etmektedir (Hefferon - Boniwell, 2011). Burada hedeflenen psikolojik iyi oluşun ulaşılması gereken bir sonuç değil yaşam boyu devam eden bir süreçtir. Bu süreç bireyin potansiyellerinin farkına varması, onları gerçekleştirmesi ve erdemleri yerine getirmesini içermektedir (Deci - Ryan, 2008). Otizmlilerle çocuk sahibi ebeveynlerin psikolojik iyi oluşları sadece kendileri için önemli olmayıp otizmlilerle çocuğun hem gelişimi hem de geleceği için de önem arz etmektedir. Çünkü gerçekleşen olaylara pozitif bakabilmeyi başaran, anlam dünyalarını oluşturmuş, inanç sisteminden ve manevi tecrübelerden gereksinimlerini karşılayan ebeveynler otizmlilerle çocuklarının sadece fiziksel ihtiyaçlarına odaklanmayarak onların duygu dünyalarına da nüfuz edebilirler (Bayat, 2007; Bekhet vd., 2012). Otizm ömür boyu devam eden nörogelişimsel bir farklılık olduğu için otizmlilerle çocukların ruhsal gelişimlerini desteklemek onların hayatlarının ilerleyen dönemlerinde toplum ile uyumlarını kolaylaştıracaktır. Olumlu duyguların kaynaklarından biri sevgi olduğu için psikolojik iyi oluşları yüksek ebeveynler hem kendilerini sevmekte hem de çocuklarına özgü geliştirdikleri sevgi dili ile onlara yaklaşarak çocuklarının ruhsal gelişim ve ihtiyaçlarına cevap verebilmektedirler (Chapman, 2009).

Ebeveynlerin hem otizm spektrum bozukluğu ile başa çıkmada hem de otizmlilerle çocuğuna yardımcı olmadaki azmini sürekli destekleyen kaynaklarından birisi de dindir. Ebeveynler, otizmlilerle çocuklarının Allah'ın onlara bir hediyesi, ahiret hayatları için özel bir lütfu, aile bilinçliliğinin artması veya manevi deneyimlerinin çoğalması maksadıyla verilmiş olduğu düşüncesiyle din ve maneviyata hem kendileri için olumlu bir destek kaynağı hem de zorluklarla baş edebilme aracı olarak yönelmektedirler (Karagöz, 2013). Bu bağlamda dinî başa çıkma en kısa ve öz olarak bireylerin zor ve sıkıntılı süreçlerindeki anlam arayışları şeklinde tanımlanmaktadır (Pargament, 1997). Çünkü bireyler kendilerini yalnız, sıkıntılı ve mevcut sorunları çözmede yetersiz hissettikleri zaman anlam arayışı içerisine girmektedirler. Böylece bireyler sahip oldukları farklı yönelim sistemleriyle (dünya görüşü, bakış açısı ve dini inanç) ulaştıkları anlam arayışlarının da etkisiyle geliştirdikleri başa çıkma sürecini gerçekleştirmektedirler (Ayten, 2012). Dinî başa çıkma pozitif (olumlu) ve negatif (olumsuz) dinî başa çıkma olarak sınıflandırılmaktadır. Pozitif dinî başa çıkma, bireylerin Tanrı ile kurdukları kuvvetli ve güvene dayalı bir ilişkiyi içerirken negatif dinî başa çıkma ise tanrı ile tam oluşturulamamış zayıf ilişkileri ifade etmektedir (Pargament, 2005). Bazı durumlarda otizmlilerle çocuk sahibi ebeveynler yaratıcının kendilerine sağlıklı bir çocuk vermeyerek

kendilerini cezalandırdığı yönünde bir anlayış çerçevesinde anlam dünyalarını şekillendirmektedirler. Ayrıca bir kısım otizmlı çocuk sahibi ebeveynler bazı dindarlardan veya din referanslı oluşumlardan kaynaklı olumsuz dinî başa çıkma eğilimi sergilemekte bu durum da onların psikolojik iyi oluşları üzerinde olumsuz sonuçlara yol açmaktadır (Tarakeshwar-Pargament, 2001).

Otizm spektrum bozukluğu olan çocukların sayısı gün geçtikçe büyük artış göstermektedir. Bununla birlikte otizmin günümüzde bilimsel olarak herhangi bir tıbbi tedavi yönteminin bulunamamış olması, otizmlı çocuk sahibi ebeveynleri uzun soluklu, yorucu ve stresli bir hayata sürüklemektedir. Ayrıca otizm, çocukların gelişimini iletişimsel, duyasal, bilişsel, sosyal ve davranışsal olarak birden çok boyutlu etkilediği için otizmlı çocuk sahibi ebeveynlerin üzerlerinde hissettikleri yük diğer yetersizliklere sahip çocukların ebeveynlerine nazaran daha fazladır (Schuntermann, 2002). Bu sebepten literatürde otizmlı çocuk sahibi ebeveynlere yönelik çeşitli araştırmalar mevcuttur. Otizmlı çocuğu olan ebeveynlerin depresyon ve tükenmişlik düzeyleri (Gönen, 2014; Atılğan, 2018; Yavuz, 2021) umutsuzluk düzeyleri (Şimşek, 2015; Balkanlı, 2018; Kandaş, 2019) psikolojik iyi oluşları (Ektaş, 2017; Bora, 2021) ve başa çıkmaları ile ilgili (Bozkurt, 2019; Efendioğlu 2021) çalışmalar yapılmıştır. Ancak ilgili çalışmalar problemi saptamak amacıyla gerçekleştirildiği için tespit edilen durumlar ile ilgili çözüm önerileri kapsamında ya sadece tavsiye niteliğinde ya da teorik çerçevede bazı açıklamalar yapmıştır. Hâlbuki problemin saptanması önemli olduğu kadar tespit edilen sorunun çözümü için de teoriden ibaret olmayan pratiğe dönüştürülmüş çözüm yollarına ihtiyaç vardır. Bu sebepten araştırmamız sadece otizmlı çocuk sahibi ebeveynlerin bazı problemlerini saptamaktan ziyade problemlere Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı vasıtasıyla kalıcı çözümler üretmeyi hedeflemektedir.

Otizm spektrum bozukluğu ile ilgili farkındalığın artmasıyla farklı tedavi yolları ve otizmlı çocuklara verilecek eğitimlerle ilgili araştırmalar da devam etmektedir. Ancak bu süreçten otizmlı çocukları kadar etkilenen anne ve babaların problem ve ihtiyaçları ile ilgili çalışmalar sınırlı sayıdadır. Hâlbuki ebeveynler çocuklarına otizm teşhisi konulmasından itibaren uzun soluklu ve çok meşakkatli bir yaşam sürecini devam ettirmek zorunda kalmaktadırlar. Bu bağlamda otizmlı çocuk sahibi ebeveynler ile ilgili onların problemleri ve ihtiyaçları çerçevesinde bazı uygulamalı program temelli araştırmalar gerçekleştirilmiştir (Kulbaş, 2015; Arslan, 2021; Kaya, 2019; Kızılkaya, 2021). İlgili programlar geliştirilirken otizmlı çocuk sahibi ebeveynlerin manevi yön ve ihtiyaçları göz ardı edilmiş, oluşturulmuş hiçbir programa manevi içerikler dâhil edilmemiştir. Fakat maneviyat bütün dinî duyguyu ve tecrübeyi barındırmasının yanında ebeveynlerin hem kendileri ile hem de sosyal çevreleri ile kurdukları duygusal ilişkilerde sevgi, dostluk, merhamet, umut, paylaşmak, empati, öz kabul, sorumluluk, affetmek, arkadaşlık ve anlam arayışı gibi birçok unsuru da kapsamaktadır. Ayrıca ebeveynlerin dinî, manevi inanç ve uygulamaları onların iyi oluşlarına, kriz ve belirsizlik durumlarını aşmalarına, çok güç yaşamsal durumlarda huzur ve güvenlik kaynağı bulmalarına, çaresizlik girdabından kurtularak çocukları için umutla yeni adımlar atmalarına katkıda bulunmaktadır (Plumb, 2011; Francis, 2011). Diğer taraftan literatürde sınırlı sayıda olsa da Kara (2018), Karagöz (2020), Sharifi ve arkadaşlarının (2023) özel gereksinimli çocukların annelerine yönelik maneviyatı temel alan uygulamalı araştırmalar da yer almaktadır.

Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı, otizm spektrum bozukluğu olan çocuk sahibi ebeveynlerin olumlu dinî başa çıkma düzeylerini ve psikolojik iyi oluşlarını artırmayı hedeflerken olumsuz dinî başa çıkma ve umutsuzluk düzeylerini azaltmayı hedeflemektedir. Otizm spektrum bozukluğuna sahip çocukların ebeveynlerine yönelik geliştirilen Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı'nda sadece manevi unsurlara yer verilmeyip ebeveynlerin bilişsel süreçler hakkında da bilgi sahibi olmalarına önem verilmiştir. Ayrıca programda bilişsel davranışçı terapi tekniklerinin uygulamalı olarak yer almasına özen gösterilmiş ve bunun için program yürütücüsü elli saatlik bilişsel davranışçı terapi teknikleri eğitimi ve yirmi saatlik ebeveyn koçluğu eğitimi almıştır. Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı grupla psikolojik danışmanlık etkinliklerini de içermesi ebeveynlerin kendileri gibi olan diğer ebeveynleri görmelerine hem onları dinleyip hem de kendilerini anlatarak ebeveynlerin aşmakta zorlandıkları sıkıntılardan ve yalnızlık duygularından kurtulmalarına zemin hazırlaması bağlamında program grupla psikolojik danışma ve grup rehberliğinden oluşmaktadır.

Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı geliştirilirken kapsayıcı ve tamamlayıcı bir yaklaşım benimsenmiştir. Programda psikoeğitim kapsamında açıklama, bilgilendirme, görsel materyaller destekli sunumlar gerçekleştirme, grup tartışmasına ve bireysel fikrî münazaralara yer verme, sürekli aktifliği soru sorma veya sorulan sorulara cevap vermeyle destekleme gibi teknikler kullanılmıştır. Bilişsel teknikler çerçevesinde olumsuz otomatik düşüncelerin yerine olumlu, işlevsel ve akılcı düşüncelerin konulması, sorgulama, düşünceleri kaydetme ve duyguları yönetebilme, zihinde canlandırma ve rol oynama gibi tekniklere yer verilmiştir. Davranışsal teknikler bağlamında gevşeme eğitimi, davranışları kontrol etme, pekiştirme, söndürme ve kendini gözlemleyebilme vb. teknikler programda yer almıştır. Otizmlı çocuk sahibi ebeveynlerin kişisel gelişimleri göz ardı edilmeyerek program katılımcılarının kendilerini hem keşfetmelerine yönelik hem ifade etmelerine katkı sağlayacak hem de manevi yönlerini destekleyecek etkinliklere sıklıkla başvurulmuştur. Program kapsamında yer alan bilgi ve etkinliklerin kalıcı olabilmesi, oturumlar arası bağlantıların sağlanabilmesi ve program içeriğinin gündelik yaşamla birleştirilebilmesi amacıyla her oturum sonrası ödev verilmiştir. Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı'nı uygulamak isteyen araştırmacıların manevi danışmanlık bilgi birikimine sahip olmasının yanında "CBT (Cognitive Behavior Therapy) Life Coacing" ve "Ebeveyn ve Aile Koçluğu" eğitimlerini de almış olması gerekmektedir.

İlgili literatür ve araştırmanın amacı göz önünde bulundurularak şu hipotezler belirlenmiştir:

H<sub>1</sub>: Deney grubunun ön test ve son test a) umutsuzluk, b) olumlu dinî başa çıkma, c) olumsuz dinî başa çıkma, d) psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında son test lehine anlamlı bir farklılık vardır.

H<sub>2</sub>: Deney ve kontrol gruplarının son test a) umutsuzluk, b) olumlu dinî başa çıkma, c) olumsuz dinî başa çıkma, d) psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında deney grubu lehine anlamlı bir farklılık vardır.

H<sub>3</sub>: Deney grubunun son test ve izleme testi a) umutsuzluk, b) olumlu dinî başa çıkma, c) olumsuz dinî başa çıkma, d) psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık yoktur.



H<sub>4</sub>: Kontrol grubunun ön test ve son test a) umutsuzluk, b) olumlu dinî başa çıkma, c) olumsuz dinî başa çıkma, d) psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

Deney grubunda yer alan ebeveynlere katıldıkları “Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı” hakkında görüş ve değerlendirmeleriyle ilgili bilgi sahibi olabilmek için yöneltilen sorular aşağıda sunulmuştur:

1. Deney grubu katılımcılarının Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı’na ilişkin görüşleri nelerdir?

2. Deney grubu katılımcılarının Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı’ndan sonra yaşadıkları değişimlere ilişkin görüşleri nelerdir?

3. Deney grubu katılımcılarının Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı içerisinde yer alan manevi temalar hakkındaki değerlendirmeleri nelerdir?

### 1. Yöntem

Manevi içerikli gelişim destek programı’nın otizm spektrum bozukluğu olan çocuk sahibi ebeveynlerin umutsuzluk, dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeyleri üzerindeki etkisinin incelendiği bu çalışmanın araştırma deseni karma yöntemdir. Karma yöntem araştırmacının bir ya da birbirini takip eden araştırmalardan nicel, nitel yöntem ve kavramları birleştirip bir bütün olarak ele almasıdır (Creswell, 2021). Araştırmalarda karma yöntem kullanılması sadece nicel ya da nitel araştırma yöntemlerinin kullanılmasına göre araştırma problemlerinin daha iyi anlaşılmasına katkı sağlamaktadır. Çünkü karma yöntem nicel ve nitel yaklaşımları birlikte kullanarak çalışmaların daha kapsamlı, çoğulcu ve tamamlayıcı bir nitelikte olmasını sağlamaktadır. Bu sebepten nicel ve nitel araştırma yöntemlerinden sonra karma desen üçüncü önemli araştırma yöntemi olarak literatürde yer almış ve son dönemlerde sosyal bilimlerde gerçekleştirilen çalışmalarda karma yöntemle daha fazla yer verilmeye başlanmıştır (Neuman, 2019).

Bu araştırmada, deney ve kontrol gruplu ön test, son test ve izleme testi modeline dayalı deneysel araştırma modeli kullanılmıştır. Deneysel modeller belirlenen hipotezlerin sınanmasını hedeflerken aynı zamanda değişkenlerin birbirleriyle ilişkilerinin kontrollü bir şekilde ele alınmasıdır. Deneysel modellerde değişkenler arasındaki ilişkiler kontrollü bir biçimde incelendiği için neden sonuç bağlantısını sağlamak bağlamında nicel desenler arasında en iyi desen olarak yer almaktadır. Ayrıca deney modeli bir düşünceyi, sonucu ya da bağımlı bir değişkeni kontrol etme imkânı sağlamaktadır (Creswell, 2017). Çalışmanın katılımcıları büyük bir evrenden seçkisiz yöntemle seçilemediği için çalışma tam deneysel desene ulaşamamış yarı deneysel desen olarak düzenlenmiştir (Tabachnick - Fidell, 2007). Araştırmanın deseni karma desenler arasından açıklayıcı sıralı karma desen kapsamında yer almaktadır. Açıklayıcı sıralı karma desene göre nicel ve nitel verilerin toplanma sırasının çözümlemeye bir önemi olmaksızın ilk önce nicel veriler çözümlenmekte daha sonra ise nitel veriler çözümlenmekte ve nitel verilerden nicel verilerin açıklanmasında faydalanılarak bütüncül bir yorumlama yapılmaktadır (Creswell, 2021).

Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı’nda otizm spektrum bozukluğu olan çocuk sahibi ebeveynlerin umutsuzluk, dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeyleri nicel yöntemlerle ölçülmüş, manevi temaların gelişim destek programında yer alması hakkında ebeveynlerin düşünce ve görüşlerini tespit etmek için ise nitel yöntemle başvurulmuştur. Araştırmada nitel araştırma desenlerinden birisi olan “Durum

Çalışması” kullanılmıştır. Durum Çalışmaları bir veya birkaç program, olay, durum veya sistemi derinlemesine araştırma, ilgili tüm etmenleri kapsayıcı bir şekilde inceleme ve etkilerini değerlendirmektir (Creswell, 2014). Nitel araştırmanın örneklemini deney grubunda yer alan ebeveynler oluşturacağı için “amaçsal örnekleme” yöntemi kullanılmıştır. Amaçsal örnekleme ile araştırmanın konusuna ve hedefine en uygun katılımcılar belirlenerek gerçekleştirilecek mülakatlar neticesinde kapsamlı ve nitelikli sonuçlara ulaşılmaktadır (Büyüköztürk vd., 2008).

### 1.1. Çalışma Grubu ve Süreç

Bu araştırma SOBE (Selçuklu Otizmlili Bireyler Eğitim Vakfı) bünyesinde çocukları eğitim alan otizmlili çocuk sahibi ebeveynler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada yer alacak ebeveynlerin belirlenebilmesi için SOBE Rehberlik Birimi program hakkında 15 ay ve daha üzeri bir süredir çocukları eğitim alan ebeveynlere gerekli duyuruları yapmıştır. Programa katılmak istediğini belirten 75 ebeveyne umutsuzluk, dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş ölçeklerinden oluşan ön test uygulanmış ve ebeveynlerin aldıkları puanların aritmetik ortalaması hesaplanarak denek havuzu oluşturulmuştur. Daha sonra bu ebeveynlere SOBE Rehberlik Biriminde bilgilendirme toplantısı yapılmış ve programın günü ve saati hakkında bilgi verilmiş ve gerçekleştirilecek oturumlara katılımın öneminden bahsedilerek oturumlara sürekli katılmayacak olanların kontrol grubunda yer alabilecekleri ifade edilmiştir. Oturumlara devamlı olarak katılabileceğini ifade eden 15 ebeveynden deney grubu oluşturulmuş, araştırmada yer almaktan vazgeçenler ise listeden çıkarılmıştır. Geriye kalan 31 ebeveyn arasından puanları deney grubu puan ortalamasına en yakın olan 15 ebeveyn ile kontrol grubu oluşturulmuştur.

Çalışma grubunun sosyo-demografik bilgileri şöyledir; Çalışmaya katılan deney grubu ebeveynlerinin %46,7’si (s=7) “31-40” yaş grubundayken kontrol grubunun ise %40,0’i (s=6) “41-50” yaş grubundandır. Deney grubu ebeveynlerinin %86,7’si (s=13) “anne”, %13,3’ü (s=2) “baba” iken; kontrol grubunun %66,7’si (s=10) “anne”, %33,3’ü (s=5) “baba” dır. Deney grubundaki ebeveynlerin eğitim düzeyi %40,0’i (s=6) “lise”, %40,0’i (s=6) “üniversite” iken; kontrol grubu ebeveynlerinin eğitim düzeyi ise %53,3’ü (s=8) “üniversite” dir. Deney grubundaki ebeveynlerin ekonomik durumu %53,3’ü (s=8) “orta” iken; kontrol grubu ebeveynlerinin ekonomik durumu ise %40,0’i (s=6) “orta”dır.

Araştırmada yer alan deney ve kontrol gruplarının ön test bilgileri tablo 1’de sunulmuştur:

**Tablo 1 : Bağımlı Değişken Ön Test Puanlarına İlişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçları**

Bağımlı Değişkenler	Gruplar	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Umutsuzluk	Deney Grubu	15	15,70	235,50	109,500	,902
	Kontrol Grubu	15	15,30	229,50		
Olumlu Dinî Başa Çıkma	Deney Grubu	15	16,63	249,50	95,500	,486
	Kontrol Grubu	15	14,37	215,50		
Olumsuz Dinî Başa Çıkma	Deney Grubu	15	16,33	245,00	100,000	,624
	Kontrol Grubu	15	14,67	220,00		
Psikolojik İyi Oluş	Deney Grubu	15	16,83	252,50	92,500	,412
	Kontrol Grubu	15	14,17	212,50		

Tablo 1 incelendiğinde, deney ve kontrol grupları arasında umutsuzluk, olumlu dinî başa çıkma, olumsuz dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeyleri açısından anlamlı bir fark tespit edilememiştir (U=109,500 p>.05; U=95,500 p>.05; U=100,000 p>.05; U=92,500 p>.05). Bu sebepten deney ve kontrol gruplarının “Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı” öncesinde bağımlı değişkenler açısından birbirlerine denk olduğu görülmüştür. Araştırmanın kapsamında deney grubunu oluşturan ebeveynlere 10 seanslık (her seans 100 dakika) “Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı” gerçekleştirilmiş kontrol grubuna ise herhangi bir işlem yapılmamıştır. Uygulanan programın oturum planları Tablo 2’de sunulmuştur:

**Tablo 2 : Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı Oturum Planları**

Oturum	Oturum Planı
1.	Otizimli çocuk sahibi ebeveynlerin tanışması Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı hakkında açıklama yapılması Sevgi kavramının tanımlanması ve grup üyelerinin görüşlerinin alınması Düşünceler ile ilgili psikoeğitim verilmesi
2.	Otomatik düşüncelere karşı farkındalık kazanma Kader bağlamında otizm spektrum bozukluğunun ele alınması Sabır kavramının tanımlanarak kabullenme ile ilişkisinin kurulması Sorumluluk kavramının açıklanması ve sorumluluk çeşitleriyle ilgili bilgilendirme
3.	Duygunun ne olduğu ve işlevleri ile ilgili psikoeğitim verilmesi Sorumluluk ve yük duygusu arasındaki farklılıkları kavrayabilme Grupla gerçekleştirilen etkinliklere katılım sağlama Şükür kavramının tanımlanması ve şükürün temelleri, etkileri ile ilgili bilgi verilmesi
4.	Bilişsel çarpıtma ile ilgili psikoeğitim verilmesi Şükür ve ilahi adalet arasındaki ilişkinin fark edilmesi Gevşeme egzersizleri ile ilgili bilgi verilmesi Umutsuzluk kavramının açıklanması
5.	Umutsuzluğun nedenleri, belirtileri ve sonuçları ile ilgili bilgi verilmesi Davranışlar hakkında psikoeğitim verilmesi Umutsuzluk ve kötümserlik arasındaki ilişkinin fark edilmesi Grupla gerçekleştirilen Rorschach testi uygulama etkinliğine katılım sağlama Alçakgönüllülük kavramının açıklanması
6.	ABC modeli ile ilgili psikoeğitim verilmesi Sevgi kavramının tanımlanması ve grup üyelerinin görüşlerinin alınması Alçakgönüllülük ve öz kabul arasındaki ilişkiyi kavrayabilme Öz saygı kavramı hakkında bilgi sahibi olma Affetme kavramının açıklanması
7.	Affetmenin kaynakları ve sonuçları ile ilgili bilgi sahibi olma Temel inançlar ile ilgili psikoeğitim verilmesi Affetme ve özveri arasındaki ilişkinin fark edilmesi Gevşeme egzersizleri ile ilgili bilgi verilmesi Empati kavramının açıklanması
8.	Empatinin bileşenleri, gerekliliği ile ilgili bilgi sahibi olma Ara inançlar ile ilgili psikoeğitim verilmesi Empati ve yardımseverlik arasındaki ilişkinin fark edilmesi

	Grupla gerçekleştirilen etkinliklere katılım sağlama
9.	Tevekkül kavramının açıklanması Dua kavramı hakkında bilgi sahibi olma Tevekkül ve dua arasındaki ilişkiyi kavrayabilme Bilişsel yeniden yapılandırma ile ilgili psiko eğitim verilmesi
10.	Hoşgörü kavramının açıklanması Hoşgörü ve yardımseverlik arasındaki ilişkinin fark edilmesi Sosyal ve manevi destek sistemleri ile ilgili bilgi sahibi olma Bütün oturumlar hakkında genel değerlendirme yapılması Sürecin sonlandırılması

Program 05.09.2022 ile 07.11.2022 tarihleri arasında her pazartesi saat: 10:30 ile 12:10 arasında SOBE Vakfı konferans salonunda gerçekleştirilmiştir. Seanslar sırasında konferans salonu grup başkanının ortada yer aldığı, grup üyelerinin ise U şeklinde oturacağı bir biçimde düzenlenmiştir. Ayrıca SOBE Rehberlik birimi tarafından her seansta iki uzman psikolog gözlemci olarak görevlendirilmiştir. Son seansın ardından deney ve kontrol gruplarına son test uygulanmış ve süreç sonlandırılmıştır.

### 1.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın konusuna ve amacına uygun olarak “Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)”, “Kısa Dini Başa Çıkma Ölçeği (Kısa DBÇÖ)” ve “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PIOÖ)” kullanılmış ve bu ölçekler çalışma grubuna ön test, son test ve izleme testi olmak üzere üç kez uygulanmıştır.

Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ): Beck ve arkadaşları (1975) tarafından geliştirilen umutsuzluk ölçeği kişilerin geleceğe yönelik karamsarlık derecelerinin ve olumsuz beklentilerinin değerlendirilmesini amaçlamaktadır. Kişilerin kendilerine uygun olan ifadeler için “evet” uygun olmayanlar için “hayır” yanıtlarını verebilecekleri ikili cevapları içeren 20 madde ve üç alt boyuttan oluşan ölçek kişilerin kendilerini değerlendirme türü ölçekler içerisinde yer almaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları çeşitli araştırmacılar tarafından gerçekleştirilmiştir. Seber ve arkadaşları (1993) psikiyatrik hasta grubu üzerinde ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını gerçekleştirmişler ve Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısını 0,86 olarak tespit etmişlerdir. Durak ve Palabıyıkoglu (1994) ise çalışmalarını hem sağlıklı hem fiziksel hastalığı bulunan hem de psikiyatrik rahatsızlığı olan örneklem grubu üzerinde gerçekleştirmişler ve Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısını 0,85 olarak tespit etmişlerdir. Ölçeğin uyarılma çalışmalarında faktörlerin birleşerek tek faktör olmasından dolayı ilgili ölçek tek boyutlu olarak kullanılmaktadır. Ölçek ile yapılan güncel araştırmalarda Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0,88 olarak tespit edilmiştir (Güngör - Uçman, 2020; Doğan, 2021). Ölçekten alınabilecek maksimum puan 20, minimum puan ise 0’dır. Ölçekteki madde 1, 3, 5, 6, 8, 10, 13, 15, 19’da “hayır”, madde 2, 4, 7, 9, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20’de ise “evet” cevabı için 1(bir) puan verilir. Toplam puan katılımcıların umutsuzluk puanı olmaktadır. Ölçekten alınan puanlara göre umutsuzluk dereceleri şöyledir; 0-3 Puan: Umutsuzluğun olmaması, 4-8 Puan: Düşük umutsuzluk, 9-14 Puan: Orta umutsuzluk, 15-20 Puan: Yüksek (ağır) umutsuzluk (Durak - Palabıyıkoglu, 1994).

Kısa Dinî Başa Çıkma Ölçeği (Pargament vd. 1998): Pargament ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirilen “Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği” gündelik yaşamdaki stres verici

durum ve olaylarla olumlu ve olumsuz dinî başa çıkma modellerini tespit edebilmeyi hedeflemektedir. Ölçeğin ilk hâli 34 maddeden oluşurken daha sonra revize edilerek 14 maddeye indirgenmiş ve ismi “Kısa Dinî Başa Çıkma Ölçeği (Brief RCOPE)” olmuştur. Ölçek 4’lü Likert tipiyle (hemen hemen hiç yapmadım, arada sırada yaptım, orta derecede yaptım, sıklıkla yaptım) geliştirilmiş ve olumlu dinî başa çıkma ve olumsuz dinî başa çıkma olarak iki alt boyuttan meydana gelmiştir. Olumlu dinî başa çıkma maddeleri, dinî affetme, dinî ve manevi yardım arayışı, işbirlikçi dinî başa çıkma, dinî ilişki, manevi ilişki, dini arınma ve yardımseverliği kapsarken, olumsuz dinî başa çıkma maddeleri ise tanrı tarafından cezalandırılma fikri, dinî ve manevi memnuniyetsizlik, gerçekleşenleri şeytanın yaptırdığı düşüncesi ve bireylerarası dinî hoşnutsuzluğu içermektedir. Ölçek geliştirilirken yetişkinlere, üniversite öğrencilerine ve yaşlı hastalara uygulanmıştır ve olumlu dinî başa çıkmanın Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0,90 – 0,87 arasında, olumsuz dinî başa çıkmanın Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0,80 – 0,78 arasında olarak tespit edilmiştir.

Ekşi (2001) tarafından “Kısa Dinî Başa Çıkma Ölçeğinin” Türkçeye uyarlaması gerçekleştirilmiştir. Ekşi olumlu dinî başa çıkma Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısını 0,64 olarak, olumsuz dinî başa çıkma Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısını ise 0,63 olarak tespit etmiştir. Kısa dinî başa çıkma ölçeğinin madde özellikleri ise şöyledir: Olumlu dinî başa çıkma maddeleri: 1,2,6,8,9,11,13; Olumsuz dinî başa çıkma maddeleri: 3,4,5,7,10,12,14.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PIOÖ): Psikolojik iyi olma ölçeği Ryff (1989) tarafından hem iyi oluş ile ilgili deneysel araştırmaların eksikliği ve geçerli ölçme aracının olmayışı hem insanın pozitif yönünü vurgulayan literatür katkısıyla hem de geliştirdiği çok boyutlu psikolojik iyi olma modelini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Psikolojik iyi olma ölçeği altı faktörden “kendini kabul, olumlu ilişkiler, kişisel gelişim, hayatın amacı, çevresel hâkimiyet ve özerklik” 120 maddeden (her alt ölçek 20 madde) ve 6’lı Likert tipiyle “kesinlikle katılıyorum - kesinlikle katılmıyorum” puanlama yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayıları kendini kabul (0,85), olumlu ilişkiler (0,83), kişisel gelişim (0,81), hayatın amacı (0,82), çevresel hakimiyet (0,81) ve özerklik (0,88) olarak tespit edilmiştir (Ryff, 1989). Psikolojik iyi olma ölçeği Ryff ve arkadaşları (1994) tarafından güncellenmiş ve her alt ölçek 14 madde toplamda 84 madde olarak uygulanmıştır.

Ryff ve Keyes (1995) psikolojik iyi olma ölçeğini tekrar güncellemişler ve toplamda 18 maddeden oluşan ölçeğin kısa versiyonunu operasyonel hâle getirmişlerdir. Psikolojik iyi oluş ölçeğinin değişik araştırmacılar tarafından Türkçe’ye uyarlama çalışmaları gerçekleştirilmiştir. İmamoğlu (2004) çalışmasında “Cronbach Alfa katsayısını 0,79”, Cenkseven (2004) “0,74 ile ,77” olarak ve Akın (2008) ise “0,78 ile ,97 “arasında tespit etmiştir (Beydoğan, 2008: 83; Cenkseven, 2004: 77; Akın, 2008: 747). Bu araştırmada ise psikolojik iyi oluş ölçeğinin Türkçe’ye uyarlaması İmamoğlu (2004) tarafından gerçekleştirilen ve en düşük psikolojik iyi oluş puanı 18 en yüksek 90 olan, tek boyutlu ve 5’li likert ölçek tercih edilmiştir.

### 1.3. Verilerin Çözümlemesi

Araştırmanın nicel verilerini çözümlemek amacıyla parametrik olmayan Mann-Whitney U Testi ve Wilcoxon İşaretili Sıralar Testi kullanılmıştır. İstatistiksel işlemler SPSS 25 paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiş ve ulaşılan bulguların değerlendirilmesinde .05 anlamlılık düzeyi aranmıştır. Araştırmanın nitel verileri ise

içerik analizi tekniği kullanılarak çözümlenmiş ve deney grubu katılımcılarının açık uçlu sorulara verdikleri cevaplar doğrultusunda temalar oluşturulmuş, bunlar frekans ve yüzde olarak sunulmuştur. Araştırmada süreli etkileşim, derinlik odaklı veri toplama, veri çeşitlemesi, ayrıntılı betimleme ve uzman incelemesi geçerlilik yöntemlerinden yararlanılmıştır. Süre etkileşim çerçevesinde ebeveynler ile 10 oturumluk program sonucunda mülakatlar gerçekleştirilmiş böylece hem araştırmacı ebeveynler ile ilgili sadece bir defa gözlem yapmamış hem ebeveynler araştırmacı hakkında önyargılı davranmamış hem de araştırmacı ve ebeveynler arasında güven oluşturulmuştur. Araştırmada güvenilirlik kapsamında benzer örneklemeler ile çalışma yapmak isteyenler için katılımcılar açık bir şekilde ifade edilmiş, deşifre edilerek yazıya geçirilen görüşmeler ses kaydına alınmış, veri analizinde yararlanılacak kavramsal çerçeve ve varsayımlar açıkça belirtilmiştir.

## 2. Bulgular

Bu Bölümde önce araştırmanın nicel bulgularına yer verilmiş, daha sonra ise nitel bulguları sunulmuştur.

### 2.1. Nicel Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde hipotezler çerçevesinde deney ve kontrol gruplarına uygulanan ölçeklerden elde edilen verilerin istatistiksel çözümlenmeleri neticesinde elde edilen bulgular yer almaktadır.

**Tablo 3: Deney ve Kontrol Gruplarının Umutsuzluk, Olumlu Dinî Başa Çıkma, Olumsuz Dinî Başa Çıkma ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeklerinden Aldığı Ön Test, Son Test ve İzleme Testi Puanlarına İlişkin İstatistikler**

		N	Ortalama	S. Sapma	En Düşük	En Yüksek	
Umutsuzluk	Deney Grubu	Ön Test	15	14,20	3,50	4	18
		Son T.	15	4,80	2,78	1	11
		İzleme	15	6,06	2,98	2	14
	Kontrol Grubu	Ön Test	15	13,66	3,50	5	18
		Son T.	15	14,06	2,78	7	20
		İzleme	15	11,20	3,05	7	16
Olumlu Dinî Başa Çıkma	Deney Grubu	Ön Test	15	11,20	3,05	7	16
		Son T.	15	24,40	2,66	19	28
		İzleme	15	23,00	3,25	17	28
	Kontrol Grubu	Ön Test	15	10,93	4,38	7	24
		Son T.	15	11,06	3,41	7	17
		İzleme	15	20,06	4,63	11	28
Olumsuz Dinî Başa Çıkma	Deney Grubu	Ön Test	15	20,06	4,63	11	28
		Son T.	15	9,20	1,93	7	13
		İzleme	15	12,26	2,86	7	17
	Kontrol Grubu	Ön Test	15	18,66	5,27	9	26
		Son T.	15	18,66	5,27	9	26
		İzleme	15	18,66	5,27	9	26

Psikolojik İyi Oluş	Kontrol Grubu	Son T.	15	16,73	6,92	8	28
		Ön Test	15	29,53	6,79	18	41
	Deney Grubu	Son T.	15	80,33	6,76	69	90
		İzleme	15	78,26	5,90	69	90
	Kontrol Grubu	Ön Test	15	31,00	16,63	19	84
		Son T.	15	31,20	13,84	19	71

Tablo 3'te görüldüğü gibi, deney grubunun umutsuzluk ölçeği ön testinden aldığı puanların ortalaması 14,20 iken, son testinden aldığı puanların ortalaması 4,80, olumlu dinî başa çıkma ölçeği ön testinden aldığı puanların ortalaması 11,20 iken, son testinden aldığı puanların ortalaması 24,40, olumsuz dinî başa çıkma ölçeği ön testinden aldığı puanların ortalaması 20,06 iken, son testinden aldığı puanların ortalaması 9,20 ve psikolojik iyi oluş ölçeği ön testinden aldığı puanların ortalaması 29,53 iken, son testinden aldığı puanların ortalaması 80,33'tür. Deney grubundaki ebeveynlerin manevi içerikli gelişim destek programı sonrasında umutsuzluk ve olumsuz dinî başa çıkma düzeylerinin ortalamasının azaldığı, olumlu dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin ortalamasının ise arttığı görülmektedir.

Araştırmanın birinci hipotezini test amacıyla yapılan "Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi" sonuçları aşağıda yer almaktadır.

**Tablo 4: Deney Grubunun Ön Test ve Son Test Umutsuzluk, Olumlu Dinî Başa Çıkma, Olumsuz Dinî Başa Çıkma ve Psikolojik İyi Oluş Düzeyleri Puanlarına Uygulanan Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi**

Deney Grubu		Sonuçları					
		N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	P	
Umutsuzluk	Son Test - Ön Test	Negatif Sıra	15	8,00	120,00	-3,424	,001
		Pozitif Sıra	0	,00	,00		
		Eşit Sıra	0				
Olumlu Dinî Başa Çıkma	Son Test - Ön Test	Negatif Sıra	0	,00	,00	-3,415	,001
		Pozitif Sıra	15	8,00	120,00		
		Eşit Sıra	0				
Olumsuz Dinî Başa Çıkma	Son Test - Ön Test	Negatif Sıra	15	8,00	120,00	-3,415	,001
		Pozitif Sıra	0	,00	,00		
		Eşit Sıra	0				
Psikolojik İyi Oluş	Son Test - Ön Test	Negatif Sıra	0	,00	,00	-3,410	,001
		Pozitif Sıra	15	8,00	120,00		
		Eşit Sıra	0				

Tablo 4’de görüldüğü gibi deney grubu umutsuzluk, olumlu dinî başa çıkma, olumsuz dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş ölçekleri ön test ve son test puanları arasında son test lehine anlamlı düzeyde fark bulunmuştur ( $z = -3,424$ ,  $z = -3,415$ ,  $z = -3,415$ ,  $z = -3,410$ ,  $p < .01$ ). Böylece Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı ebeveynlerin umutsuzluk ve olumsuz dinî başa çıkma düzeylerini istatistiksel olarak anlamlı düzeyde azaltırken olumlu dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerini istatistiksel olarak anlamlı düzeyde artırmıştır. Bu bulgu  $H_1$  hipotezimizi doğrulamaktadır.

Araştırmanın ikinci hipotezini test amacıyla yapılan “Mann Whitney U Test” sonuçları aşağıda yer almaktadır.

**Tablo 5: Deney ve Kontrol Gruplarının Umutsuzluk, Olumlu Dinî Başa Çıkma, Olumsuz Dinî Başa Çıkma ve Psikolojik İyi Oluş Düzeyleri Son Test Puanları Arasındaki Farklılığa İlişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçları**

Değişken	Gruplar	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Umutsuzluk	Deney Grubu	15	8,37	125,50	5,500	,000
	Kontrol Grubu	15	22,63	339,50		
Olumlu Dinî Başa Çıkma	Deney Grubu	15	23,00	345,00	,000	,000
	Kontrol Grubu	15	8,00	120,00		
Olumsuz Dinî Başa Çıkma	Deney Grubu	15	10,00	150,00	30,000	,000
	Kontrol Grubu	15	21,00	315,00		
Psikolojik İyi Oluş	Deney Grubu	15	22,93	344,00	1,000	,000
	Kontrol Grubu	15	8,07	121,00		

Tablo 5 incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarının umutsuzluk, olumlu dinî başa çıkma, olumsuz dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeyleri son test puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu; sıra ortalamaları dikkate alındığında ise bulguların bu farkın, deney grubu lehine olduğu gözlenmektedir ( $U=5,500$ ,  $U=,000$ ,  $U=30,000$ ,  $U=1,000$ ,  $p < .05$ ). Bu sonuçlardan hareketle diyebiliriz ki deney grubuna uygulanan Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı ebeveynlerin umutsuzluk ve olumsuz dinî başa çıkma düzeylerini kontrol grubuna göre azaltmada, olumlu dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerini ise kontrol grubuna göre artırmada etkili olmuş ve  $H_2$  hipotezimiz doğrulanmıştır.

Araştırmanın üçüncü hipotezini test amacıyla yapılan “Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi” sonuçları aşağıda yer almaktadır.

**Tablo 6: Deney Grubunun Son Test ve İzleme Testi Umutsuzluk, Olumlu Dinî Başa Çıkma, Olumsuz Dinî Başa Çıkma ve Psikolojik İyi Oluş Düzeyleri Puanlarına Uygulanan Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları**

Deney Grubu		N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	P	
Umutsuzluk	İzleme Testi -	Negatif Sıra	3	5,33	16,00	-2,079	,38
	Son Test	Pozitif Sıra	10	7,50	75,00		
		Eşit Sıra	2				
Olumlu Dinî Başa Çıkma		Negatif Sıra	9	6,89	62,00	-1,159	,247



	İzleme Testi - Son Test	Pozitif Sıra Eşit	4 2	7,25	29,00		
<b>Olumsuz Dinî Başa Çıkma</b>	İzleme Testi - Son Test	Negatif Sıra Pozitif Sıra Eşit	3 11 1	3,00 8,73	9,00 96,00	-2,738	,006
<b>Psikolojik İyi Oluş</b>	İzleme Testi - Son Test	Negatif Sıra Pozitif Sıra Eşit	9 5 1	7,39 7,70	66,50 38,50	-,881	,378

Tablo 6’da görüldüğü gibi deney grubu umutsuzluk, olumlu dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş ölçekleri son test ve izleme testi puanları arasında anlamlı düzeyde bir fark bulunamamıştır ( $z = -2,079$ ,  $z = -1,159$ ,  $z = -,881$ ,  $p > .05$ ). Diğer taraftan olumsuz dinî başa çıkma son test ve izleme testi puanları arasında anlamlı düzeyde bir fark bulunmuştur ( $z = -2,738$ ,  $p < .01$ ). Böylece Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı’nın ebeveynlerin umutsuzluk, olumlu dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerine etkisi programın tamamlanmasından iki ay sonra da devam etmiş fakat olumsuz dinî başa çıkma düzeylerine olan etkisi iki ay sonra gerçekleştirilen izleme ölçümlerinde anlamlılığını koruyamamış ve  $H_3$  hipotezimiz doğrulanmamıştır.

Araştırmanın dördüncü hipotezini test amacıyla yapılan “Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi” sonuçları aşağıda yer almaktadır.

**Tablo 7: Kontrol Grubunun Ön Test ve Son Test Umutsuzluk Düzeyi Puanlarına Uygulanan Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları**

Kontrol Grubu	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	P
Umutsuzluk	12	5,75	120,00	-,551	,582
Olumlu Dinî Başa Çıkma	12	7,92	47,50	-,315	,753
Olumsuz Dini Başa Çıkma	12	7,45	74,50	-1,386	,166
Psikolojik İyi Oluş	12	7,00	56,00	-,227	,820

Tablo 7’de görüldüğü gibi kontrol grubunda yer alan katılımcıların umutsuzluk, olumlu dinî başa çıkma, olumsuz dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeyleri bakımından ön test ile son test puanları arasındaki farkın anlamlılık göstermediği bulgulanmıştır ( $z = -0,582$ ,  $z = -0,315$ ,  $z = -1,386$ ,  $z = -0,227$ ,  $p > .05$ ). Bu bulgu  $H_4$  hipotezimizi doğrulamaktadır.

## 2.2. Nitel Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde deney grubu katılımcıları ile gerçekleştirilmiş olan yarı yapılandırılmış görüşmeler sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır. Deney grubu ebeveynlerine Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı’na ilişkin görüşlerinin ne olduğu, program sonrasında kendilerindeki değişimlerin ne olduğu ve programda manevi temaların yer almasıyla ilgili görüşleri hakkında açık uçlu sorular yöneltilmiş ve ebeveynlerin ifadeleri temalar çerçevesinde kategorize edilmiştir. Bazı temalar birden fazla ebeveyn tarafından ifade edildiği için frekanslar, deney grubu ebeveyn sayısından fazla olarak bulgulanmıştır.

**Tablo 8: Deney Grubunun Programa İlişkin Görüşleri**

		Temalar	f	%
<b>Programa İlişkin Görüşler</b>		Bakış açısında değişim	14	30,43
		Merhametle yaklaşım	11	23,91
		Duyguları tanıma	8	17,40
		Kendini ifade edebilme	8	17,40
		Bilişsel çarpıtmalarda azalma	5	10,86
		Duaya yönelme	12	12,24
<b>Program Sonrasındaki Değişimler</b>		Umutlu olma	12	12,24
		Sabır göstermede artış	10	10,20
		Düşüncelerde farkındalık	9	9,18
		Şükür	9	9,18
		Affedebilmeyi gerçekleştirme	8	8,16
		Mutluluk ve iyi oluş	7	7,14
		Empati becerisinde gelişim	7	7,14
		Olumsuz düşüncelerden uzaklaşma	6	6,12
		Öz kabulü başarma	4	4,09
		Tevekkül ve Sorumluluk	4	4,09
		Çevreyle ilişki kurma	4	4,09
		Hayattan zevk alma	4	4,09
		Gevşeme egzersizleri tekrarı	2	2,04
	<b>Programdaki Manevi Temalara İlişkin Görüşler</b>		Olumlu Etkiledi	15

Tablo 8’de görüldüğü gibi, Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı’na katılan ebeveynlerin programa ilişkin görüşleri “bakış açısında değişim”, “merhametle yaklaşım”, “duyguları tanıma”, “kendini ifade edebilme” ve “bilişsel çarpıtmalarda azalma” olmak üzere beş tema altında kategorize edilmiştir. Programa ilişkin görüşler arasında en çok tekrar edilen tema “bakış açısında değişim (%30,43)” dir. Ebeveynlerin

yaşadıkları program sonrasındaki değişimler “duaya yönelme”, “umutlu olma”, “sabır göstermede artış”, “düşüncelerde farkındalık”, “şükür”, “affedebilmeyi gerçekleştirme”, “mutluluk ve iyi oluş”, empati becerisinde gelişim”, “olumsuz düşüncelerden uzaklaşma”, “öz kabulü başarma”, “sorumluluk”, “çevreyle ilişki kurma”, “hayattan zevk alma” ve “gevşeme egzersizleri tekrarı” olmak üzere on altı tema altında kategorize edilmiştir. Program sonrasındaki değişimler arasında en çok tekrar edilen temalar “umutlu olma (%12,24) ve duaya yönelme (%12,24)” dir. Ebeveynlerin hepsi programda yer alan manevi temalara ilişkin olumlu görüşlerini belirtmişlerdir (%100).

### **Tartışma**

Araştırma kapsamında Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı uygulanan deney grubu ebeveynlerinin umutsuzluk ve olumsuz dinî başa çıkma düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde azaldığı, olumlu dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin ise istatistiksel olarak anlamlı düzeyde arttığı tespit edilmiştir (bk. Tablo 5). Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı'nın otizmlili çocuk sahibi ebeveynlerin umutsuzluk, dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeyleri üzerinde etkili olduğunu ortaya koyan bu sonuç, maneviyatı temel alan çalışmaların bireylerin umutsuzluğa ilişkin düşüncelerini azalttığı, ruhsal rahatlamalarını sağladığı, mücadele azimlerini güçlendirdiği ve psikolojik sağlıklarına destek olduğunu gösteren literatür bulgularıyla (Doğan, 1997; Cole - Pargament, 1999; Ekşi, 2001; Francis - Kalder, 2002; Yapıcı, 2007; Williams vd. 2008; Breitbart vd., 2010; Schreiber, 2011; Kızılgeçit, 2011; Rosmarin vd., 2011; Post, 2012; Ayten, 2012; Christmas - Horn, 2012; Göcen, 2013; Şirin, 2013; Kaya, 2014; Turgut, 2017; Kara, 2018; Erdal, 2019; Taşan, 2020; Karagöz, 2020; Kim, 2020; Kasapoğlu, 2022; Perez, 2022; Sharifi vd., 2023) tutarlılık göstermektedir. İlgili çalışmaların bulgularından yola çıkarak manevi içeriklerin bireylerin umutsuzluklarını azaltmaya, kriz ve belirsizlik durumlarını aşmalarına, çok güç yaşamsal durumlarda huzur ve güvenlik kaynağı bulmalarına ve çaresizlik bunalımından kurtularak yaşamlarına umutla bakabilmelerine katkı sağladığı söylenebilir. Ayrıca maneviyat kişilerde inanç, fedakârlık, sabır, şükür, azim, tevekkül ve mücadele gibi duyguları teşvik ederek bireylerin ümitlerini canlı tutmakta, kişilik yapılarını sağlamlaştırmakta, kaygılarını azaltmakta ve karamsarlığı engelleyecek bir umut kaynağı olarak bireyleri umutsuzluğa karşı her zaman korumakta, manevi iyilik hâllerini artırmakta ve onların psikolojik iyi oluşlarını desteklemektedir.

Bilişsel davranışçı terapide manevi içeriklere yer verilmesinin bireylerin olumsuz duygu ve düşüncelerinin değişmesine, umutsuzluk ve olumsuz dinî başa çıkma düzeylerinin azalmasına, olumlu dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin ise artmasına katkı sağladığını gösteren ulusal ve uluslararası çalışmalar (Propst, 1980; Aracı, 2007; Priester, 2008; Hook, 2010; Hodge, 2011; Vasegh, 2011; Şirin, 2013; Zhang vd. 2017; Pecheur - Edwards, 2018; Yorulmaz, 2021; Costa ve Almeida, 2022; Töpfer, 2022) mevcut bulgularımızı desteklemektedir. Literatürdeki çalışmaların sonuçları bağlamında manevi içeriklere bilişsel davranışçı terapide yer verilmesi bireylerin umutsuzluk duygularını aşarak sosyal yaşamlarındaki destek kaynaklarını fark edebilmelerine, karşılaştıkları problemler sonucu ortaya çıkan yoğun stres ile bilinçli baş edebilmelerine, dinî çatışmalarını ve Tanrıyla kurdukları olumsuz ilişkilerini aşmalarına, manevi destek kaynaklarını hayatlarında aktif olarak kullanabilmelerine katkı sağlamaktadır. Ayrıca bireylerin hem bilişsel davranışçı terapinin yöntemlerinden hem de erdemlerden destek

arak sorumluluklarının farkında, sevme ve affetme duyguları yüksek, yaşama bir anlam yükleyebilmiş ve kendilerini yıpratıcı düşüncelerini yeniden yapılandırmış kişiler olabilecekleri söylenebilir.

Sevgi, sabır, sorumluluk, şükür, dua, affetme ve tevekkül içeren manevi içerikler ile bilişsel davranışçı terapi kapsamında ele alınan otomatik düşünceler, bilişsel çarpıtmalar, temel ve ara inançlar, empati, öz saygı ve bilişsel yeniden yapılandırma konularına yer veren araştırmamız otizmlili çocuk sahibi ebeveynlerin umutsuzluk ve olumsuz dinî başa çıkma düzeylerinin azalmasında, olumlu dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin ise artmasında etkili olmuştur. Manevi içeriklerin ve bilişsel davranışçı terapinin yöntemleri temel alınarak hazırlanan 10 seanslık programımızın, ebeveynlerin umutsuzluğa ve psikolojik iyilik hâline ilişkin bilgi sahibi olmalarına, umutsuzluğa yol açan duygu, düşünce ve davranışlarının değişmesine ve umutlu olmalarına yardımcı olacak becerileri kazanmalarına katkı sağladığı söylenebilir. Ayrıca ebeveynlere yönelik sadece seküler temelli geliştirilmiş programların geçerli ve etkili olacağı gibi ön kabuller olsa da maneviyat temelli programların da geliştirilmesi ve yaygınlaşması bağlamında çalışmamız sonuçlarının bu tür ön yargıların değişmesine de katkı sağlayacağı öngörülmektedir.

### **Sonuç**

Araştırmadan elde edilen bulgulardan yola çıkarak program uygulanan deney grubu ebeveynlerinin umutsuzluk ve olumsuz dinî başa çıkma düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde azaldığı, olumlu dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin ise istatistiksel olarak anlamlı düzeyde arttığı tespit edilmiştir. Ebeveynlerin umutsuzluk düzeylerindeki azalış ile olumlu dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerinde tespit edilen artışlar iki ay sonra gerçekleştirilen izleme ölçümlerinde de devamlılık gösterirken diğer taraftan ebeveynlerin olumsuz dinî başa çıkma düzeylerinde tespit edilen azalış iki ay sonra gerçekleştirilen izleme ölçümlerinde anlamlılığını koruyamamıştır. Ayrıca program uygulanmayan kontrol grubundaki ebeveynlerin umutsuzluk, olumlu dinî başa çıkma, olumsuz dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir değişim olmadığı ve kontrol grubuna göre deney grubuna uygulanan Manevi İçerikli Gelişim Destek Programı'nın ebeveynlerin umutsuzluk ve olumsuz dinî başa çıkma düzeylerini azaltmada, olumlu dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerini ise arttırmada etkili olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada ulaşılan sonuçlar doğrultusunda ilgili araştırmacılara yönelik sunulan öneriler aşağıda verilmiştir;

Programın uygulanma sürecinde ebeveynlerle sürekli iletişim hâlinde olan eğitim merkezlerinde görev yapan psikologlar ve özel eğitim uzmanlarıyla programın geliştirilmesi veya etkililiğinin daha da artırılması için transdisipliner yaklaşımla bir iş birliği sağlanabilir.

Manevi içerikli gelişim destek programının ebeveynlerin umutsuzluk, dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluşları üzerindeki olumlu etkisini gösteren mevcut sonuçların başka çalışmalarla karşılaştırılması için farklı illerde yaşayan otizmlili çocuk sahibi ebeveynler üzerinde sınırlanabilir veya çeşitli engellilikleri bulunan çocukların ebeveynleriyle de programın etkililiği tespit edilebilir.

Bu araştırmada sadece programın iki ay sonrasındaki etkileri incelendiği için programın daha uzun süreli etkilerinin saptanabilmesi amacıyla boylamsal araştırmalar gerçekleştirilebilir.

Ülkemizde otizimli ocuk sahibi ebeveynlere yönelik yapılan çalışmaların birçoğu durumu tespit etmek amacıyla gerçekleştirildiği için ebeveynlerin psikolojik sağlıklarının koruması ve güçlenmesine yönelik araştırmalar yapılabilir.

## Kaynakça | References

- APA, American Psychological Association. *DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)*. Washington: American Psychiatric Association, 2013.
- Akın, Ahmet. "The Scales of Psychological Well-Being a study of Validity and Reliability". *Educational Sciences Theory and Practice* 8/3 (2008), 741-750.
- Akkök, Fusun vd. "Özürlü Bir Çocuğa Sahip Anne - Babalardaki Stresin Yordanması". *Özel Eğitim Dergisi* 1/2 (1992), 8-12.
- Aracı, Ulaş. *Sufi Hikayelerinin Kullanıldığı Bilişsel Davranışçı Yaklaşımla Bütünleştirilmiş Biblioterapinin İşlevsel Olmayan Düşünceler ve Kendini Gerçekleştirme Üzerindeki Etkisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2007.
- Arslan, Rukiye. *Annelere Yönelik Hazırlanan Duyusal Gelişim Destek Programının Otizmlili Çocuklarının Duyusal ve Sosyal Gelişimlerine Olan Etkisinin İncelenmesi*. Malatya: İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2021.
- Atılğan, Sultan. *Otizm Çocuğa Sahip Anneler ile Normal Çocuk Annelerinin Depresyon Düzeyleri ve Depresyonla Başa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018.
- Ayten, Ali. *Tanrı'ya Sığınmak, Dinî Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*. İstanbul: İz Yayıncılık, 2012.
- Balkanlı, Nazlı. *Otistik Çocuğu Olan ve Olmayan Annelerde Yaşam Kalitesi, Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018.
- Bayat, Mojdeh. "Evidence of resilience in families of children with autism". *Journal of Intellectual Disability Researchs* 51/9 (2007), 702-714.
- Beck, Aron vd. "The Assessment of Pessimism, The Hopelessness Scale". *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 42/1 (1975), 861-865.
- Bekhet, Abir. "Resilience in Family Members of Persons With Autism Spectrum Disorder: A Review of the Literature". *Issues in Mental Health Nursing* 33/10 (2012), 650-656. <https://doi.org/10.3109/01612840.2012.671441>
- Beydoğan, Başak. *Self Construal Differences in Perceived Work Situation and Well-being*. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2008.
- Bora, Sibel. *Otizmlili ve Down Sendromlu Çocuğu olan Ailelerde Sosyal Destek Algısı ve Aile İşlevselliğinin Psikolojik İyi Oluş Üzerindeki Etkisi*. İstanbul: İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2021.
- Bozkurt, Elvan. *Otizm Spektrum Bozukluğu Tanısı Almış Çocukların Annelerinin Otizm Semptomlarının Şiddetine Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Başa Çıkma Tutumlarının Karşılaştırılması*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019.
- Breitbart, William vd. "Meaning-Centered Group Psychotherapy for Patients with Advanced Cancer: A Pilot Randomized Controlled Trial". *Psycho-Oncology* 19/1 (2010), 21-28. <https://doi.org/10.1002%2Fpon.1556>
- Büyüköztürk, Şener. *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 2009.

- Cenkseven, Fulya. *Üniversite Öğrencilerinde Öznel ve Psikolojik İyi Olmanın Yordayıcılarının İncelenmesi*. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2004.
- Chapman, Gary. *Beş Sevgi Dili*. İstanbul: Koridor Yayıncılık, 2009.
- Christmas, Christopher – Stacy, Horn. “SPARC Groups: A Model for Incorporating Spiritual Psychoeducation in to Group Work”. *The Journal for Specialists in Group Work* 37/3 (2012), 170-201. <https://doi.org/10.1080/01933922.2012.690833>
- Cole, Bankole - Pargament, Kenneth. “Re-Creating Your Life: A Spiritual/Psychotherapeutic Intervention for People Diagnosed with Cancer”, *Psycho-Oncology* 8/5 (1999), 395-407.
- Costa, Marianna - Almeida, Alexander. “Religion Adapted Cognitive Behavioral Hterapy A Review and Description of Techniques”. *Journal of Religion and Health* 61/1 (2022), 443-446. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01345-z>
- Creswell, John W. *Eğitim Araştırmaları*. çev. Akif Avcu. İstanbul: Edam Yayıncılık, 2017.
- Creswell, John W. *Araştırma Tasarımı*. çev. Ali Özkaya. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2021.
- Deci, Edward - Ryan, Richard. “Hedonia, eudaimonia and well-being: An introduction”. *Journal of Happiness Studies* 9/1 (2008), 1-11.
- Doğan, Mebrure. *Duanın Psikolojik ve Psikoterapik Etkileri*. Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 1997.
- Doğan, Burcu. *Covid-19 Pandemi Dönerinde İlk Orta ve Son Yetişkinlikteki Bireylerde Ölüm Kaygısı ve Umutsuzluk Arasındaki İlişkide Sosyal medya Kullanımının Düzenleyici Rolünün İncelenmesi*. İstanbul: Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2021.
- Durak, Ayşegül - Palabıyıköğlü, Refia. “Beck Umutsuzluk Ölçeği Geçerlilik Çalışması.” *Kriz Dergisi* 2/2 (1994), 311-319.
- Dyches, Tina vd. “Multicultural perspectives on autism”. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 34/2 (2004), 211-222. <https://doi.org/10.1023/b:jadd.0000022611.80478.73>
- Efendioğlu, Kübra. *Otizm Spektrum Bozukluğu Tanılı Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Pandemi Sürecindeki Başa Çıkma Stratejileri ve Algılanan Stres Düzeylerinin İncelenmesi*. Gaziantep: Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2021.
- Ekşi, Halil. *Başaçıkma, Dini Başaçıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, Eğitim, İlahiyat ve Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinin Karşılaştırılması*. Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2001.
- Ektaş, Eda. *Otizm Tanısı Almış Çocukların Annelerinin Psikolojik Dayanıklılık, Öz Duyarlılık ve Psikolojik İyi Oluşları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017.
- Erdal, Seda. *Kadınlarda Şiddete Maruziyet ve Savunma Biçimlerinin Depresyon Üzerindeki Etkisi İncelenmesi*. Gaziantep: Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019.

- Francis Leslie - Kaldor Peter. "The Relationship between Psychological well-being and Cristian faith and Practice in an Australian Population Sample". *Journal for the Scientefic Studyof Religion* 4/1(2002), 179-184.
- Francis, Jeanette. *Religious and Spiritual Beliefs, Practices Professional Attitudes and Behaviors of Clinical and Counseling Psychology Interns*. California: Pepperdine University, Doctoral Dissertation, 2011.
- Gopalan, Rejani - Sieng, Sih. "Depression anxiety and stress among parents of disabled children". *Indian Journal of Health and Well-Being* 6/12(2015), 1238-1240.
- Göcen, Gülüşan. "Pozitif Psikoloji Düzleminde Psikolojik İyi Olma ve Dua Tutumu İlişkisi: Yetişkinler Üzerine Bir Araştırma". *Toplum Bilimleri Dergisi* 13/7 (2013), 97-130.
- Gönen, Akin. *Otizm Spektrum Bozukluğu ile Otizm Spektrum Bozukluğu Tanısı Olan Bireylerin Ebeveynlerinin Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2014.
- Güngör, Abdi - Uçman, Gül. "Depression and hopelessness in Turkish healthcare workers: The moderating and mediating roles of meaning in life". *Global Public Health* 15/2(2020), 236-246. <https://doi.org/10.1080/17441692.2019.1656273>
- Hefferon, Kate - Boniwell, Ilona. *Positive Psychology: Theory, Research and Applications*. Maidenhead: McGraw University Press, 2011.
- Heiman, Tali. "Parents of children with disabilities: Resilience coping and future expectations". *Journal of Developmental and Physical Disabilities* 14/2(2002), 159-170.
- Hodge, David. "Moving Toward Culturally Competent Practice with Muslims: Modifying cognitive therapy with Islamic Tenets". *Journal of Social Work* 53/1 (2011), 31-41. <http://dx.doi.org/10.1093/sw/53.1.31>
- Hook, Joshua vd. "Empirically Supported Religious and Spiritual Therapies". *Journal of Clinical Psychology* 66/1 (2010), 46-72. <https://doi.org/10.1002/jclp.20626>
- İmamoğlu, Olcay. *Self-Related Correlates of Well-Being*. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Yayınlanmamış Araştırma, 2004.
- Kandaş, Gülçağ. *Otizmli Çocuğa Sahip Annelerin Depresyon, Umutsuzluk ve Tükenmişlik Düzeylerinin Çocuğun Otizm Ağırılık Derecesine Göre Karşılaştırılması*. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019.
- Kara, Elif. "Engelli Çocuğa Sahip Annelere Yönelik Manevi Destek ile Güçlendirme Uygulaması". *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi* 57/11 (2018) 311-322. <http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2018.2449>
- Karagöz, İsmail. *Ayet ve Hadisler Işığında Engelliler*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2013.
- Karagöz, Sema. *Manevi içerikli grup rehberliğinin özel gereksinimli çocuk sahibi annelerin dinî başa çıkma, psikolojik iyi oluş ve kaygı düzeylerine etkisinin incelenmesi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2020.
- Kasapoğlu, Figen. "The Relationship Among Spirituality, Self-Efficacy, Covid-19 Anxiety and Hopelessness During the Covid-19 Process in Turkey: A Path Analysis". *Journal of Religion and Health* 61/1 (2022), 767-785. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01472-7>
- Kaya, Fuat. *Zihinsel Engelli Çocuklara Sahip Ailelerde Problem Çözme ve Dinî Başa Çıkma*. Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2014.



- Kaya, Mehmet. *Otizmlı Çocuğu Olan Annelerde Grup Rehberliği Programının Algılanan Stres Düzeyine Etkisi*. Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019.
- Kaytez, Nazan vd. "Engelli çocuğu olan ailelerin gereksinimlerinin ve stres düzeylerinin incelenmesi". *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi* 4/1 (2015), 197-214. <http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2018.2975>
- Kızılgeçit, Muhammed. *Yalnızlık, Umutsuzluk ve Dindarlık İlişkisi*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2011.
- Kızılkaya, Ela. *Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlere Yönelik Geliştirilen Pekileştiren Eğitim Programının Olumlu Davranışların Arttırılmasına Etkisi*. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2021.
- Kim, Daehwan. "The Effect of Becoming Disabled on the Subjective wellbeing of Religious and Nonreligious People". *Journal of Religion and Health* 9/2 (2020), 816-827. <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00808-8>
- Kulbaş, Erdi. *Grupla Psikolojik Danışma Uygulamasının Otizmlı Çocuğu Olan Annelerin Özyeterlilik ve Umutsuzluk Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi*. İstanbul: Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2015.
- Levy, Susan - Hyman, Susan. "Use of complementray and alternative treatments for children with autistic spectrum disorders is increasing". *Pediatric Annals* 32/10 (2003) 685-691. <https://doi.org/10.3928/0090-4481-20031001-10>
- Leyy, Susan vd. Autism. *Lancet* 374/6 (2009), 1627-1638. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(09\)61376-3](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(09)61376-3)
- McLanahan, Sara - Adams, Julia. "Parenthood and psychological well-being". *Annual review ofsociology* 13/1(1987), 237-257.
- Neuman, Lawrence. *Toplumsal Araştırma Yöntemleri, Nicel ve Nitel Yaklaşımlar*. çev. Özlem Akkaya. Ankara: Siyasal Yayıncılık, 2019.
- Pargament, Kenneth. *The Psychology of Religion and Coping: Theory Research, Practice*. New York: Guilford Press, 1997.
- Pargament, Kenneth vd. "Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Majör Life Stressors". *Journal fort he Scientific Study of Religion* 37/4 (1998), 710-724.
- Pargament, "Kenneth. Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme". çev. Ali Ulvi Mehmedoğlu. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 5/1 (2005), 279-313.
- Pecheur, David - Edwards Keith. "A Comparison of Secular and Religious Versions of Cognitive Therapy with Depressed Christian College Students". *Journal of Psychology and Theology* 7/1 (2018), 103-151. <https://doi.org/10.1007%2Fs10943-021-01345-z>
- Perez, Sergio - Rohde, Daniela. "The Relationship Between Religious Spiritual Beliefs and Subjective well-being: A case based Comparative Cross National Study". *Journal of Religion and Health* 61/6 (2022), 4585-4607. <https://doi.org/10.1007/s10943-022-01550-4>
- Plumb, Alison. "Spirituality and Counseling: Are Counsellors Prepared to Integrate Religion and Spirituality in to Therapeutic Work with Clients". *Canadian Journal of Counsellingand Psychotherapy* 45/1 (2011), 1-16.

- Post, Brian. *Religious and Spiritual Issues in Group Counseling: Beliefs and Preferences of University Counseling Center Clients and Therapists*. Iowa: Iowa State University, Counseling Psychology, Doktora Tezi, 2012.
- Priester, Paul. "Mental health counseling in the Islamic republic of Iran: A marriage of religion, science, and practice". *Journal of Counseling Values* 52/3 (2008) 253-264. <http://dx.doi.org/10.1002/j.2161-007X.2008.tb00108.x>
- Propst, Rebecca. "The Comparative Efficacy of Religious and Nonreligious Imagery for the Treatment of Mild Depression in Religious Individuals". *Journal of Cognitive Therapy and Research* 4/1(1980) 167-178.
- Rodrigue, James vd. "Families of Autistic Children: Psychological Functioning of mothers". *Journal of Clinical Child Psychology* 19/4 (1990), 371-379.
- Ryff, Carol. "Happiness is Everything, or is it? Explorations on the meaning of Psychological well-being." *Journal of Personality and Social Psychology* 57/6 (1989), 1069-1081.
- Ryff, Carol vd. "My children and me: Midlife Evaluations of Grown Children and of Self". *Psychology and Aging* 9/2 (1994), 195-205.
- Ryff, Carol - Keyes, Lee. "The Structure of Psychological Well-Being Revisited". *Journal of Personality and Social Psychology* 69/4 (1995), 719-727.
- Schreiber, Judith. "Image of god, Effect on Coping and Psychospiritual Outcomes in early Breast Cancer Survivors". *Oncology Nursing Forum* 38/3 (2011), 293-301. <https://doi.org/10.1188/11.onf.293-301>
- Schuntermann, Peter. "Pervasive developmental disorderand parental adaptation: Previewing and reviewing atypicaldevelopment with parents in child psychiatric consultation". *President and Fellows of Harvard College* 10/1 (2002), 16-27. <https://doi.org/10.1080/10673220216207>
- Seber, Gülten. *Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Güvenirliği ve Geçerliği Üzerine Bir Araştırma*. Eskişehir: Doçentlik Tezi, 1991.
- Seber, Gülten vd. "Umutsuzluk Ölçeği: Geçerlilik ve Güvenirliği". *Kriz Dergisi* 3/1 (1993), 139-142.
- Sharifi, Mehdi vd. "The Effectiveness of Spiritual Group Therapy on Resilience in Mothers of Children with Learning Disabilities". *Mankind Quarterly* 64/1 (2023), 165-178. <http://doi.org/10.46469/mq.2023.64.1.11>
- Şimşek, Dilara. *Otistik Çocuğu Olan Annelerin Algıladıkları Sosyal Desteğe Göre Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi*. İstanbul: Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2015.
- Şirin, Turgay. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi Yaklaşımıyla Bütünleştirilmiş Dini Danışmanlık Modeli*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2013.
- Tabachnick, Barbara-Fidel, Linda. *Using Multivariate Statistics*. Londra: Pearson Yayıncılık, 2007.
- Tarakeshwar, Nalini - Pargament, Kenneth. "Religious coping in families of children with autism". *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities* 4/16 (2001), 247-260. <http://dx.doi.org/10.1177/108835760101600408>
- Taşan, Nazan. *Kanser Hastalarında Maneviyat ile Umutsuzluk Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi*. Malatya: İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020.

- Töpfer, Nils vd. “Pragmatic Effectiveness of Face Cognitive Behavioral Therapy for Family Caragivers of People with Dementia”. *Clinical Gerentol* 10/1 (2022), 1-12. <https://doi.org/10.1080/07317115.2022.2156828>
- Turgut, Ayşegül. *İlk Yetişkinlerde Dua Tutumları Psikolojik İyi Olma İlişkisi*. Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017.
- Vasegh, Sasan. “Cognitive Threapy of Religious Depressed Patients Common Concepts between Christianity and Islam”. *Journal of Cogn Psychother* 25/3 (2011), 177-188. <http://dx.doi.org/10.1891/0889-8391.25.3.177>
- Williams, Caroline vd. “The İmportance of Hopelessness Among University Students Seeking Psychiatric Counseling”. *Psychiatric Quarterly* 79/4 (2008), 311-319. <https://doi.org/10.1007/s11126-008-9085-z>
- Witcher, Ann. “The Process Of Grief As Experienced By Parents Of Children With Handicaps”. *American Journal On Mental Retardation* 8/6 (1987), 45-72.
- Yapıcı, Asım. *Ruh Sağlığı ve Din*. Adana: Karahan Kitabevi, 2007.
- Yavuz, Eda. *Covid-19 Sürecinde Otizm Spektrum Tanısı Olan Çocukların Annelerinin Depresyon, Sağlık ve Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi ve Sağlıklı Çocukların Anneleri ile Karşılaştırılması*. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2021.
- Zetlin, Shirley vd. “The Coping With Stres Model: A Counselling Approach For Families With A Handicapped Child”. *Journal of Counselling And Development* 65/1 (1987), 443-446.
- Zhang, Min vd. “Effects of cognitive behavioral therapy on quality of life and stress for breast cancer survivors: A meta-analysis”. *Journal Of Minerva Med* 108/1 (2017), 84-93. <https://doi.org/10.2196%2F16476>