

Öz-Belirleme ve Yaşam Kalitesi: Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Genç Yetişkinler

Esra ORUM ÇATTIK*
Yasemin ERGENEKON**

Öz: Her birey gibi otizm spektrum bozukluğu (OSB) olan genç yetişkinlerin de kendi yaşamlarına ilişkin kararlar verme, seçimler yapma, hedefler belirleme ve bu hedefleri gerçekleştirmek için planlar yapma gereksinimleri ve hakları vardır. OSB genç yetişkinler öz-belirleme becerileri olarak isimlendirilen bu becerileri sergilediklerinde yüksek düzeyde yaşam doyumu sağlamakta ve yaşam kaliteleri artmaktadır. Buna karşın öz-belirleme becerilerine ilişkin gerçekleştirilmiş araştırmalar OSB olan genç yetişkinler tipik gelişen akranlarına göre daha az düzeyde öz-belirleme becerisine sahip olduklarını ve bu becerilerin sergilenmesi için ayrıca bir öğretime gereksinim duyduklarını göstermektedir. Öz-belirleme bireyin yaşamına ilişkin kararlarını yalnızca kendi inancı, iradesi ve değer yargıları doğrultusunda bağımsız olarak almasıdır. Çok boyutlu bir yapı olan yaşam kalitesi ise bireyin fiziksel, duygusal ve maddi refah, kişilerarası ilişkiler, sosyal bütünleşme, hak ve sorumluluklar, kişisel gelişim ve öz-belirleme dahil olmak üzere birçok alandaki refahını veya yaşamdan memnuniyetini ifade eden bir kavramdır. OSB olan genç yetişkinlerle gerçekleştirilen araştırmaların bulguları öz-belirleme düzeyi yüksek olan bireylerin bağımsızlıklarının arttığını, kendilerinin ve ailelerinin yaşam kalitelerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu araştırmada ulusal özel eğitim alan yazında henüz yeni bir kavram olduğu düşünülen öz-belirlemenin ne olduğu, otizm spektrum bozukluğu olan genç yetişkinlerin yaşamında öz-belirleyiciliğin önemi, yaşam kalitesi ile öz-belirleme arasındaki ilişkinin açıklanması amaçlanmıştır. Ayrıca ileride gerçekleştirilebilecek araştırmalara ilişkin önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Otizm spektrum bozukluğu, yaşam kalitesi, öz-belirleme, bağımsız yaşam, genç yetişkinler.

Self-Determination and Quality of Life: Young Adults with Autism Spectrum Disorders

Abstract: Like every individual, young adults with autism spectrum disorder (ASD) have the need and right to make decisions about their own lives, make choices, set goals, and make plans to realize these goals. When young adults with ASD exhibit these skills, called self-determination skills, they achieve high levels of life satisfaction, and their quality of life improves. However, research on self-determination skills shows that young adults with ASD have lower levels of self-determination skills than their typically developing peers and that they need additional instruction to demonstrate these skills. Self-determination is making decisions about one's life independently based solely on one's beliefs, will, and value judgments. Quality of life, a multidimensional construct, is a concept that refers to an individual's well-being or satisfaction with life in many areas, including physical, emotional, and material well-being, interpersonal relationships, social integration, rights and responsibilities, personal development, and self-determination. The findings of studies conducted with young adults with ASD indicate that individuals with high levels of self-determination have increased independence and a higher quality of life for themselves and their families. This study aimed to explain self-determination, which is considered a new concept in the national special education literature, the importance of self-determination in the lives of young adults with ASD, and the relationship between self-determination and quality of life. In addition, suggestions were made for future research.

Keywords: Autism spectrum disorder, quality of life, self-determination, independent life, young adults.

*Sorumlu yazar, Dr.Öğr.Üyesi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eskişehir-Türkiye, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9080-3311>, e-posta: eocatik@ogu.edu.tr

** Prof.Dr., Anadolu Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eskişehir-Türkiye, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2443-0884>, e-posta: yergenek@anadolu.edu.tr

Giriş

Bireyin yetersizliği, bilişsel işlevleri, dil yeteneği ve sosyo-ekonomik durumu gibi çeşitli demografik ve bağlamsal etmenler yetişkinlik çıktılarını büyük ölçüde etkilemektedir (Kim, 2019; Levy ve Perry, 2011). Bireyler yaşamlarının uzun bir bölümünü yetişkin olarak sürdürmektedirler (Hendricks, 2010; Kim, 2019). Bu nedenle yetişkinlikle ilişkilendirilen etmenlerin bireyin yaşamı üzerindeki etkisi oldukça önemlidir. Otizm spektrum bozukluğu (OSB) eğitsel ve sosyal destekler sağlanmadığında bireyin yaşamını olumsuz yönde etkileyerek yaşam kalitesini düşüren yetersizlik kategorilerinden birisidir (Alenazi vd., 2020; Azad vd., 2020). Son yıllarda OSB olan genç yetişkinlerin yetişkinlik yaşamlarına ilişkin uluslararası ve ulusal alan yazında çeşitli araştırmalar gerçekleştirilmiştir (Black vd., 2023; Hendricks ve Wehman, 2009). Buna karşın OSB olan genç yetişkinlerin kaliteli bir yetişkin yaşamını nasıl sürdürecekleri konusunda alan yazında hala yeni bilgilere ve araştırmalara gereksinim duyulmaktadır (Camarena ve Sarigiani, 2009; Griffith vd., 2019; Muniandy vd., 2023). OSB olan genç yetişkinlerin yetişkinlik yaşamlarını nasıl sürdürdüklerine ilişkin yapılan araştırmalar ebeveynlerin (Griffin vd., 2010), kardeşlerin (DePape ve Lindsay, 2016) ve öğretmenlerin (Tomaszewski et al., 2020) bilgilerine başvurularak ya da bu bireylerin gereksinim duydukları becerilerin belirlenip desteklenmesi yoluyla gerçekleştirilmiştir. Buna karşın doğrudan OSB olan genç yetişkinlerin görüşlerine dayalı elde edilen veriler, deneysel araştırmalardan elde edilen istatistikler ve yarı deneysel araştırmalardan elde edilen sosyal geçerlik verileriyle sınırlıdır (ör., Allen vd., 2010; Carlile vd., 2013; Kellems vd., 2022; Kellems ve Morningstar, 2012). Bu veriler OSB olan genç yetişkinlerin yetişkinlik yaşamlarındaki gereksinimlerini doğrudan yansıtmasa da araştırmacıların ve uygulamacıların bu konu hakkında fikir sahibi olmalarını sağlamıştır (Milton, 2014). Söz konusu araştırmalardan elde edilen bulgular ise bu bireylerin yetişkinlik yaşamına geçişlerinde tipik gelişen akranlarına kıyasla oldukça dezavantajlı durumda olduklarını göstermektedir (Sosnowy vd., 2018). Bu bireylerin bu dezavantajları yaşamlarının en önemli nedeninin bağımsız yaşam becerilerini sürdürmede zorlanmaları olduğu belirtilmiştir (ör., DePape ve Lindsay, 2016; Griffin vd., 2010; Kellems vd., 2022; Marcotte vd., 2023). Bu durumun OSB olan bireylerin yaşam kalitelerini önemli ölçüde azalttığı bilinmektedir (Correale vd., 2022; Altena vd., 2018; Kim, 2019).

Bağımsız yaşam becerileri; günlük yaşam, öz-belirleme ve kişiler arası beceriler, istihdam ve çalışma becerilerinden oluşmaktadır (Brolin, 1997). Türkiye’de OSB olan bireyler bu beceriler arasında yer alan günlük yaşam ile istihdam ve çalışma becerilerinin bir bölümünü eğitim aldıkları okullarda öğrenebilmekte ve bu becerilere ilişkin hem eğitim yaşamları hem de toplumsal yaşam içerisinde çeşitli deneyimler kazanabilmektedirler (Milli Eğitim Bakanlığı [MEB], 2021). Ancak OSB olan bireylerin devam ettikleri okullardaki eğitim programlarında henüz öz-belirleme becerilerine ilişkin amaçlar yer almamaktadır (MEB, 2021). Bu becerilere ilişkin amaçların Bireyselleştirilmiş Eğitim Programlarına (BEP) dâhil edilmesi çoğunlukla öğretmelerin tercihinin kalmaktadır. Bu nedenle bu bireyler yukarıda sözü edilen diğer bağımsız yaşam becerilerini kazanabilseler dahi günlük yaşamlarında bu becerileri gerçekleştirirken sergileyecekleri hedef belirleme, hedefe ulaşma, kendini izleme, hedefe ulaşırken karşısına çıkacak problemleri çözme, gerekli durumlarda seçim yapma gibi öz-belirleme becerilerinde önemli sınırlılıklar yaşamaktadırlar (Wehmeyer ve Shogren, 2016). Bu durum onlar için bağımsız yaşam becerilerinin sürdürülebilirliğini azaltmaktadır.

Öz-belirleme

Öz-belirleme (self-determination) kavramına ilişkin ilk akademik çalışmalar psikoloji alanında Deci ve Ryan (1975) tarafından gerçekleştirilmiş (Deci, 1975; Deci ve Ryan, 2002) ve izleyen yıllarda bu araştırmacılar bireyin motivasyonu, ruh sağlığı, yaşam doyumu ve kalitesini yakından ilgilendiren “Özerklik Teorisi”, “Öz-Yeterlik Kuramı” gibi isimlerle de bilinen “Öz-Belirleme Kuramı”nı (Self-Determination Theory) geliştirmişlerdir (Ünal-Karagüven vd., 2020). Kurama göre nerede doğarsa doğsun her bireyin saygı görme/gösterme, sev(il)me, değer verme/değer gösterme gibi doğuştan gelen temel psikolojik gereksinimleri vardır. Bireyin sağlıklı biçimde gelişebilmesi, yaşadığı toplumla bütünleşebilmesi ve tutarlı bir benliğe sahip olması için bu gereksinimlerin karşılanması gerekmektedir (Deci ve Ryan, 2016; Ryan ve Deci, 2019). Söz konusu gereksinimlerin karşılanmasında genetik etmenlerin yanı sıra bireyin içerisinde bulunduğu çevrenin özellikleri de oldukça önemlidir. Bir başka deyişle bireyin yaşadığı çevre onun bağımsızlığını destekleyici bir tutum içerisinde olursa bu gereksinimler daha kolay karşılanmakta ve bireyin öz-belirleyiciliği artmaktadır (Hearens vd., 2013; Ryan ve Deci, 2017; 2019). Buna göre öz-belirleme bireyin kendi yaşamına ilişkin kararlarını yalnızca kendi inancı, iradesi ve değer yargıları doğrultusunda başka bir değişkenin etkisinden bağımsız olarak vermesi anlamına gelmektedir (Wehmeyer ve Shogren, 2016; Shogren vd., 2019). Birey kendi iradesiyle bir karar verdiğinde seçim yapma duygusunu yaşamakta, kendi davranışlarının sonuçlarını kabul edebilmekte, elde ettiği sonuçları değerlendirerek kendisini düzenlemekte ve böylece kendi yaşamında belirleyici kişi olmaktadır (Caouette vd., 2018; Wehmeyer ve Shogren, 2016). Yukarıda sözü edilen olumlu katkılar öz-belirleyiciliğin yaşamın her döneminde bireyin içerisinde yaşadığı topluma başarılı bir şekilde uyum sağlaması için oldukça önemli olduğunu ortaya koymaktadır (Chao vd., 2019).

Alanyazında bireyin öz-belirleyici olabilmesi için dört temel özellikten söz edilmektedir. Özerk/otonom hareket (behavioral autonomy), öz-düzenleme (self-regulation), psikolojik olarak güçlü olma (psychological empowerment) ve kendini gerçekleştirme (self-realization) olarak tanımlanan bu temel özellikler birbiriyle ilişkili alt bileşenlerden

oluşmaktadır. Bu temel özellikler bireyin öz-belirleyiciliğinin temelini oluşturmaktadır (Ryan ve Deci, 2019). Bir başka deyişle birey bu özelliklerin her birine belirli bir düzeyde sahip olmalıdır. Yaşı, sahip olduğu fırsatlar, yetenekler, içerisinde bulunduğu koşullar bu özelliklerin bireydeki düzeyini etkileyebilmektedir (Wehmeyer ve Schalock, 2008). Sözü edilen temel özellikler izleyen başlıklarda açıklanmıştır.

Özerk/otonom hareket (Behavioral autonomy)

Özerk/otonom hareket, bireyin herhangi bir dışsal değişkenden bağımsız olarak kendi isteğiyle bir eylemi başlatabilmesi ve sürdürmesi anlamına gelmektedir (Wehmeyer ve Schalock, 2008). Sözü edilen özerklik bireyin bir davranışı bağımsız olarak gerçekleştirebilmesi ya da ben merkezci hareket etmesinin ötesinde kendi tercih, ilgi ve yeteneklerine göre kendi kararıyla dış müdahalelerden bağımsız olarak hareket etmesi ve bu kararların sonuçlarını kabul etmesi olarak anlaşılmalıdır (Shogren vd., 2017). Özerk/otonom hareket içerisinde seçim yapma, karar verme, hedef belirleme ve hedefi gerçekleştirme, problem çözme ve bağımsız yaşamı barındırmaktadır (Wehmeyer vd., 1998).

Öz-düzenleme (Self-regulation)

Öz-düzenleme, bireyin belirlediği bir hedefe ulaşmak için kendisinin geliştirdiği eylem planını devreye sokması, planında yer alan eylemleri gerçekleştirmesi, süreçte uyarlamalar yapması ve bu planlamanın sonuçlarını değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır (McClelland vd., 2018; Wehmeyer, 1996). Öz-düzenleme içerisinde kendini izleme, kendini değerlendirme, kendini pekiştirme ve kendine öğretim yapmayı barındırmaktadır (Robson vd., 2020; Whitman, 1990).

Psikolojik olarak güçlü olma (Psychological empowerment)

Psikolojik olarak güçlü olma, bireyin bireysel özellikleri ve motivasyonu ile ilişkilendirilen bir özelliktir (Cavin ve Palmer, 2008; Wehmeyer ve Schalock, 2008; Shogren vd., 2019) Bu özellik bireyin karşılaştığı durumlar, olaylar ve bunların etkilerine psikolojik olarak ne kadar güçlü olabildikleriyle ilişkilidir. Psikolojik olarak güçlü olan bireyler kendileri için önemli olan durumlar üzerinde kontrol sahibi olabilir ve bekledikleri sonuca ulaşmak için gerekli yeterliliklere sahip olduklarına inanırlar. Bu süreç öz-savunma ve liderlik yapma, pozitif öz-yeterlik, pozitif sonuç beklentisi ve içsel kontrolü içermektedir (Agron vd., 2008; Wehmeyer vd., 1998).

Kendini gerçekleştirme (Self-realization)

Kendini gerçekleştirme bireyin kim olduğu ve özellikleri hakkındaki bilgisidir. Bireyin ilgileri, yetenekleri, güçlü ve zayıf yönlerinin farkında olarak yapabileceklerini ya da yapamayacaklarını objektif olarak değerlendirebilmesiyle ilişkilidir (Wehmeyer ve Field, 2007). Kendini gerçekleştirme öz-farkındalık ve kendini anlamayı içermektedir (Wehmeyer, 1992).

Yukarıda sözü edilen temel özellikler göz önünde bulundurulduğunda öz-belirleyici bir bireyi; (1) özerk hareket eden, (2) eylemlerini ve kendisini düzenleyen, (3) olay ve durumları psikolojik olarak güçlü biçimde başlatan, sürdüren ve tamamlayan, (4) kendi özelliklerinin farkında olan birey olarak tanımlamak mümkündür. Temel özellikler hem birbirlerinden hem de bireysel ve çevresel özelliklerden etkilenmektedir. Bireysel özellikler; bilişsel (ör., yetenek, algı, öğrenme vb.), fiziksel ve psikolojik özellikler olarak sıralanırken çevresel özellikler; deneyimler, fırsatlar olarak sıralanabilmektedir (Wehmeyer vd., 1998). Bu özelliklerin geliştirilmesi alt bileşenlerinin edinilmesi ve geliştirilmesiyle yakından ilişkilidir. Şekil 1.' de öz-belirleme davranışının temel özellikleri ve bileşenlerine yer verilmiştir.

Şekil 1.

Öz-Belirleme Davranışının Temel Özellikleri ve Bileşenleri (Wehmeyer vd., 1998)

Temel Özellikler	Özerk/otonom hareket	Öz-düzenleme	Psikolojik olarak güçlü olma	Kendini gerçekleştirme
Bileşenler	Seçim yapma Karar verme Hedef belirleme ve hedefi gerçekleştirme Problem çözme Bağımsız yaşam, (Risk alma ve güvenlik)	Kendini izleme Kendini değerlendirme Kendini pekiştirme Kendine öğretim yapma	Öz-savunma ve liderlik Pozitif öz-yeterlik ve pozitif sonuç beklentisi İç kontrol odağı	Kendini anlama Öz-farkındalık

Öz-belirleme bireyin bilgi ve becerilerini birlikte kullanmasını gerektiren karmaşık bir yapıdır (Wood vd., 2004). Bu nedenle özel eğitim alanında çalışan araştırmacılar öz-belirlemenin temel özellikleri ve bileşenlerini dikkate alarak öz-belirlemeyi ölçülebilir, gözlenebilir ve öğretilabilir bileşenlere indirgemişlerdir (Doll vd., 1996; Wehmeyer vd., 1996; Wehmeyer, 2000; Wood vd., 2004). Wehmeyer ve meslektaşları (2000) bunları öz-belirleme davranışının bileşenleri olarak tanımlamışlardır. Şekil 2’de bu bileşenlere yer verilmiştir. Şekil 2’de yer alan bileşenler zamanla özel eğitim alan yazında yer alan bilimsel çalışmalarda öz-belirleme becerileri (self-determination skills) olarak da isimlendirilmiştir (ör. Carter vd., 2009; Chao vd., 2019; Palmer vd., 2004). Bu çalışmada da söz konusu bileşenler öz-belirleme becerileri olarak isimlendirilmiştir.

Şekil 2.

Öz-Belirleme Davranışının Bileşenleri (Doll vd., 1996; Wehmeyer vd., 2000)

Öz-belirleme Davranışının Bileşenleri

- Seçim yapma becerileri (choice-making skills)
- Karar verme becerileri (decision-making skills)
- Problem çözme becerileri (problem-solving skills)
- Hedef belirleme ve hedefe ulaşma becerileri (goal setting and
- Bağımsızlık (Independence)
 - Risk alma (risk-taking)
 - Güvenlik becerileri (safety skills)
- Öz-düzenleme becerileri (self-regulation skills)
 - Öz-izleme (self-monitoring)
 - Öz-değerlendirme (self-evaluation)
 - Öz-pekiştirme (self-reinforcement)
- Kendine öğretim yapma becerileri (self-instruction skills)
- Öz-savunma ve liderlik becerileri (self-advocacy and leadership skills)
- Pozitif öz-yeterlilik ve pozitif sonuç beklentisi (positive self-efficacy and positive outcome expectancy)
- Öz-farkındalık (self-awareness)
- Kendini tanıma (self-knowledge)

Öz-belirleme becerilerinin her biri bireyin öz-belirleyiciliğinin artması için ayrı öneme sahiptir. Her beceri farklı gelişim dönemleriyle ilişkilendirilebilir. Bazı beceriler iş ve meslek yaşamında daha fazla kullanılacakken bazıları okul çağında daha fazla kullanılabilir. Bu becerilerin desteklenmesine erken çocukluk döneminden itibaren odaklanılmalıdır (Wehmeyer, 2007). Beceriler ayrı süreçlerle ve deneyimlerle kazandırılrsa da öz-belirleyiciliğinin artması için bu becerilerin bir bütün olarak ele alınması gerekmektedir. Bireyin yetişkinlik yaşamında öz-belirleyici bir birey olabilmesinin temeli, erken çocukluk döneminden yetişkinlik yaşamına değin karar verme, seçim yapma, problem çözme gibi becerilerin sistematik eğitim süreçleri ve günlük yaşamdaki fırsatların kullanılması yoluyla desteklenmesiyle mümkün olabilmektedir (Shogren vd. 2017; Wehmeyer ve Schalock, 2008).

Özel eğitim alanı ve öz-belirleme

Özel gereksinimli bireyler için öz-belirleme 1960’lı yıllarda normalleşme hareketlerinin gündeme geldiği yıllarda ortaya çıkmaya başlamıştır. Öz-belirleme Amerika Birleşik Devletleri’nde (ABD) 1988 yılından itibaren yasalarda (Public Housing Act [PHA], 1988; IDEA 1990, 1997) yer almış, daha sonra da (Rehabilitation Act, 1992, 1998) geçiş hizmetlerinin önemli bir bileşeni haline gelmiştir (Wood vd., 2004). Aynı yıllarda hak savunucuları özel gereksinimli bireylerin kendi yaşamlarında belirleyici olmalarının ve kendi yaşamlarına ilişkin kararları kendilerinin vermesinin gerekliliğinin önemi üzerinde durmuşlardır (Nirje, 1972). O günlerden bu yana öz-belirleme terimi uluslararası alan yazında özel gereksinimli bireylere sunulan özel eğitim ve destek eğitim hizmetlerinin geliştirilmesi, onların toplumsal yaşama tam katılımları ve yaşam kalitesi alanlarında sıklıkla kullanılmaktadır (Caouette vd., 2018; Chambers vd., 2007).

Öz-belirleme konusunu özel gereksinimli bireylerin eğitiminde çalışan ilk araştırmacılardan Wehmeyer’e (1997, 2003, 2005) göre öz-belirleme, bireyin yaşamını birincil düzeyde etkileyen, onun yaşam doyumunu ve kalitesini arttıran eylemlerdir (Shogren, 2017; Wehmeyer, 2005). Wehmeyer (1997) öz-belirlemeyi davranışsal olarak tanımlarken Field ve meslektaşları (1998) özel gereksinimli bireylerin öz-belirleme düzeyini arttırmanın etkili geçiş hizmetlerinin kritik bir ögesi olduğunu öne sürmüşlerdir. Uzun yıllardır uluslararası alan yazında özel gereksinimli bireyler ve öz-belirlemeye ilişkin çok sayıda bilimsel çalışma gerçekleştirilmiştir. Wood ve Test (2001) 1972-2000 yılları arasında öz-belirlemeye ilişkin alan yazında yaptıkları tarama sonucunda 450’den fazla makalenin ve 800’den fazla kaynağın yayımlandığını belirtmişlerdir.

Bu sonuç özel gereksinimli bireylere gerçek anlamda yararlı olabilmek ve nitelikli araştırmalar yapabilmek için “öz belirlemenin ne anlama geldiğinin”, “geliştirilmesi gereken öz-belirleme becerilerinin neler olduğunun” ve “hangi kanıta dayalı uygulamaların bu bireylerin öz-belirleme becerilerini verimli biçimde kazanmalarını sağladığının” doğru biçimde anlaşılması gerektiğine de dikkat çekmektedir (Shogren, 2017).

Sözü edilen araştırmalardan elde edilen bulgular öz-belirleme becerilerine sahip olmanın özel gereksinimli bireylerin geçiş planlama sürecine dâhil edilmesinin pozitif geçiş çıktılarını arttırdığını (Test vd., 2009) göstermektedir. Ayrıca öz-belirleme becerilerinin kazandırılmasının bireylerin genel ve özel eğitim müfredatına katılımını (Shogren vd., 2012) ve akademik başarısını (Carter vd., 2008) arttırmada önemli bir ön koşul olduğunu ortaya koymaktadır (Konrad vd., 2007). Araştırma bulguları öz-belirleme becerileriyle okul sonrası beceriler (ör. işe girme vb.) ve bireyin yaşam kalitesi arasında da doğrudan bir ilişki olduğunu göstermektedir (Burke vd., 2020; Hagiwara vd., 2020; Martorell vd., 2008; Raley vd., 2020; Shogren vd., 2020). Bu nedenle öz-belirleme hem etkili geçiş hizmetlerinin anahtar bileşeni hem de bağımsız yaşamın ön koşullarından birisi olarak görülmektedir (Cobb vd., 2009; Field, 2003).

Öz-belirleme ve OSB olan genç yetişkinler

Beliren yetişkinlik olarak da isimlendirilen genç yetişkinlik (young adulthood) ergenlik dönemini takip eden ve bireyin yetişkinlik yaşamına hazırlandığı bir geçiş dönemi olarak tanımlanmaktadır (Baack vd., 2021). Genç yetişkinlik dönemine ilişkin yaş aralıkları farklı kaynaklarda farklı yaş grupları (18-22 yaş, 18-25 yaş, 12-18 yaş, 17-22 yaş gibi.) içerisinde gösterilmektedir. Yasal düzenlemeler, kültürel özellikler, olgunlaşma gibi çeşitli nedenlerden kaynaklı olarak genç yetişkinliğe ilişkin yaş aralığı tam olarak belirlenememiştir (McDonagh et al., 2018). Bu nedenle bazı kültürlerde ya da disiplin alanlarında genç yetişkinlik bir gelişim dönemi olarak yer almamaktadır. Buna karşın genç yetişkinlik kavramı tıp, psikoloji gibi bazı disiplin alanlarında sıklıkla kullanılmaktadır (Robins vd., 2001). Genç yetişkinlik dönemi tüm bireylerin pek çok riske açık olduğu bir döneme denk gelmektedirler. Genç yetişkinler kazalar, ikili ilişkilerde istenmeyen deneyimler, intihar gibi pek çok riskli davranışı sergilemektedirler (Tanner ve Arnett, 2016). Bireye OSB gibi bir yetersizliğin eşlik etmesi bu dönemde karşılaşılabilecek riskleri daha da arttırmaktadır. Zira OSB olan bireyler eylemlerinin sonucunu tahmin etmede, karşılaştıkları problemleri uygun yollarla çözme gibi durumlarda güçlük yaşamakta ve çeşitli risklerle daha fazla karşı karşıya kalmaktadırlar (Schall ve McDonough, 2010).

Araştırmalar OSB olan genç yetişkinlerin büyük bir bölümünün toplumsal yaşama adım atıklarında kendini yönetme, bireysel karar/ lar almada, seçim yapmada zorlandıklarını ve başkalarına bağımlı olduklarını göstermektedir (Chou, 2020; Shogren, 2017). Blackorby ve Wagner (1996) tarafından gerçekleştirilen ve içerisinde OSB olan bireylerin de yer aldığı boylamsal bir geçiş araştırmasının bulguları özel gereksinimli genç yetişkinlerin toplumsal yaşamda aktif olma, iş bulma, işe yerleşme becerilerini sergilemeler dahi öz-belirleme becerilerindeki yetersizlikleri nedeniyle bu alanlarda başarısız olduklarını göstermektedir. Bunu bir örnekle açıklamak gerekirse OSB olan genç yetişkin bir işin gerektirdiği basamakları eksiksiz biçimde sergilese dahi iş yeri kurallarına uygun hareket etme, iş sırasında çıkan aksiliklerle baş etme, işle ilgili kendi performansını değerlendirme gibi konularda sınırlılıklar yaşadığı için iş yerinde sürdürülebilir biçimde istihdam olamamaktadır. Benzer şekilde serbest zaman becerilerini bağımsız olarak gerçekleştiren bir birey, içsel kontrol sağlayamadığında, liderlik yapamadığında ya da grup etkinliklerine uyum sağlayamadığında toplumsal yaşamın aktif bir üyesi olamamaktadır. Bu durum onların karmaşık görünen bu süreçlerde motivasyon eksiklikleri ve buna bağlı öğrenilmiş çaresizlik yaşamalarına (Heward ve Konrad, 2017). kendilerine yönelik düşük beklentiye ve öz-yeterliğe sahip olmalarına neden olmaktadır (Accardo vd., 2017). Buna karşın bu becerilere sahip olan bireylerin kendi yaşamları üzerinde daha aktif rol alabilen bireyler oldukları görülmektedir (Carter vd., 2009; Martin vd., 2006). Ayrıca farkındalığının artması sayesinde bireylerin akademik (Konrad vd., 2007; Lee vd., 2010) ve iş yaşamlarında (Martorell vd., 2008) daha fazla bağımsız yaşam becerisi sergileme (Wehmeyer ve Palmer, 2003) ve toplumsal yaşamda nitelikli etkinlikler gerçekleştirme (McGuire ve McDonnell, 2008) davranışları artmaktadır.

OSB olan genç yetişkinlerin yaşadıkları toplumda istihdam edilme ve bağımsız olarak topluma katılma oranlarının yaklaşık %10 olduğu bilinmektedir (Dreaver vd., 2020; Schall vd., 2020; Solomon, 2020). Bu oran farklı yetersizlik gruplarıyla karşılaştırıldığında (ör., fiziksel, işitme, görme yetersizliği gibi.) karşılaştırıldığında önemli ölçüde düşüktür. Bu oranların ortaya çıkmasındaki en önemli nedenlerden birisi de OSB olan genç yetişkinlerin öz-belirleme becerilerine erken dönemlerden itibaren odaklanılmamış olmasıdır (Ahmad ve Thressiakutty, 2018; Schall vd., 2020). Buna karşın bu beceriler erken çocukluk döneminden itibaren özel gereksinimli bireylerin eğitsel hedeflerine dahil edildiğinde tipik gelişen akranlarıyla toplumsal yaşamda eşit fırsatlara sahip olabilecekleri açıktır (Solomon, 2020). Bu durum kaynaştırma uygulamalarından yararlanan OSB olan genç yetişkinler için de geçerlidir. Amerika Birleşik Devletleri’nde OSB olan genç yetişkinlerin yaklaşık %21’inin devam ettikleri okullardan ayrıldıkları, bu oranın ortaöğretim sürecinde %78’e kadar çıktığı belirtilmektedir (Bahar vd., 2020; Miller ve Maeyers, 2015). Bu durumun genel eğitim müfredatını anlamada zorluk, düşük akademik başarı ve tipik gelişen akranlarla uyum gibi süreçlerde yetersiz öz-belirleyicilikle yakından ilişkili olduğu düşünülmektedir. Öz-belirleme becerilerini sergileyen bireyin içsel motivasyonu artmaktadır. İçsel motivasyonu artan birey dışarıdan gelecek olumlu ve olumsuz durumlarda kendi kendini destekleyebilir duruma gelmekte ve pekiştirilme

ihtiyacı azalmaktadır (Heward ve Konrad, 2017). Hem okul yaşamında hem de sonrasında bireyin çevresiyle uyumunun artması, toplumsal kabul gibi etmenler için de öz-belirleyicilik oldukça önemlidir. Öz-belirleme becerileri bu bireylere yetişkinliğe geçmeden önce kazandırıldığında onların genel eğitim müfredatına erişimleri kolaylaşacak ve genel eğitim okullarına devam etme oranları da artacaktır (Orum-Çattık ve Ergenekon, 2019).

Son olarak araştırmalardan elde edilen genel bulgulara göre OSB olan genç yetişkinler öz-belirleme becerilerine sahip olduklarında; (a) kendi tercihlerini, ilgilerini, güçlü ve zayıf yanlarını belirleme, (b) desteklere ulaşmada çaba harcama, (c) karşısına çıkan fırsatları değerlendirebilme, (d) yaşamına ilişkin kararlar verme, (e) kararlarını başkalarıyla paylaşma, (f) güçlü bir psikolojiye sahip olma (Chou, 2020; Wehmeyer vd., 2010) gibi getirileri elde etmektedirler. Bu nedenle bireyin bağımsızlığı öz-belirleme becerilerini ne kadar sergileyebildiğiyle yakından ilişkilidir (Zimmer-Gembeck ve Collins, 2003).

OSB olan genç yetişkinlerde yaşam kalitesi ve öz-belirleme

Yaşam kalitesi bireyin fiziksel ve ruhsal sağlığını, yakın çevresiyle olan ilişkilerini ve kendi yaşamındaki işlevselliğini içeren bir kavramdır (Yazıcı, 2020; Yıldırım ve Hacıhasanoğlu, 2011). Schalock (1994) yaşam kalitesinin bireyin sahip olduğu tek bir “şey” olmadığını, bireye sağlanan destekler ve hizmetlerle şekillenen çok boyutlu bir yapı olduğunu ifade etmiştir. Yaşam kalitesi pek çok insan için güvenli bir yerde yaşama, sevgi gereksinimini karşılama, yakın çevresiyle ortak etkinlikler gerçekleştirme, yaşanabilir düzeyde ücretli bir işte çalışma, hizmetlere erişim, toplumda bağımsız olma gibi ortak değişkenleri içermektedir (Wheeler vd., 2014). OSB gibi bireyin sağlığını, yakın çevresiyle olan ilişkilerini ve işlevselliğini önemli ölçüde etkileyen bir yetersizlik durumunun varlığı, hem bireyin hem de yakın çevresinin yaşam kalitesini önemli ölçüde etkilemektedir (Wheeler vd., 2014). Yetersizliği olan bireylere sağlanan eğitsel desteklerin niteliğini arttırmak; sağlanan desteklerin hem bireyin hem de yakın çevresinin yaşamı üzerindeki etkilerini sosyal açıdan değerlendirmek (Vasilopoulou ve Nisbet, 2016) amacıyla yaşam kalitesi OSB'nin de içinde yer aldığı gelişimsel yetersizlik alanında çalışılan popüler bir konu haline gelmeye başlamıştır (Lamash vd., 2024).

OSB olan çocuğa sahip ailelerle gerçekleştirilen araştırmaların bulguları OSB'nin ailelerin psikolojik, sosyal ve maddi alanlarda destek gereksinimlerini ve belirsizlikleri arttırdığını (Lindholm, 2007), geleceğe ilişkin beklentilerinin azaldığını (Warter, 2009), bu durumun tüm aile üyelerinin yaşam kalitelerini azalttığını göstermektedir (Yazıcı, 2020). OSB olan genç yetişkinlerde yaşam kalitesini inceleyen araştırmaların sonuçları; yetersizliğin getirdiği sınırlı iletişim ve sosyal etkileşim (Billstedt vd., 2011), problem davranışlar (Kuhthau vd., 2018), sosyal uyum problemleri ve akademik başarısızlık (Renty ve Roeyers, 2006), beceri yetersizliklerinden kaynaklanan toplumsal yaşama dahil olamama, istihdam edilememe, serbest zaman etkinlikleri gerçekleştirilmede yaşanan olumsuzluklar ve aileye bağımlılık (Robertson, 2009) nedeniyle bu bireylerin yaşam kalitelerinin tipik gelişen akranlarına kıyasla oldukça düşük olduğunu göstermektedir (Azad vd., 2020; Zablotsky vd., 2013).

Shalock (1996) yaşam kalitesinin sekiz temel boyutunu belirlemiştir. Bu boyutlar duygusal refah, kişilerarası ilişkiler, ekonomik refah, kişisel gelişim, fiziksel olarak iyi olma, sosyal bütünleşme, hak ve sorumluluklar ve öz-belirleme şeklinde sıralanmıştır (Schalock vd., 2005). Şekil 3'te yaşam kalitesinin her bir boyutuna ilişkin gösterge örnekleri yer almaktadır.

Şekil 3.

Yaşam Kalitesinin Boyutları ve Gösterge Örnekleri (Schalock, 1996)

Boyut	Gösterge Örnekleri
Duygusal refah	Güvenlik, mutluluk, maneviyat, stresten uzak olma, hoşnutluk
Kişilerarası ilişkiler	Samimiyet, sevgi, aile, iletişim, ilgi, arkadaşlık, destekler
Ekonomik refah	İstihdam, sosyo-ekonomik durum, para kazanma, maddi birikime sahip olma, günlük yaşam etkinliklerini yerine getirme
Kişisel gelişim	Eğitim, amaca yönelik etkinlikler, kişisel yeterlik
Fiziksel iyi olma	Sağlık, beslenme, dinlenme, hareket etme, bakım, serbest zaman, günlük yaşam etkinliklerini yerine getirme
Sosyal bütünleşme	Kabul edilme düzeyi, statü, destekler, roller, toplumsal etkinlikler, iş çevresi, gönüllü etkinlikler, yakın çevre
Hak ve sorumluluklar	Oy kullanma, özel yaşam, erişim
Öz-belirleme	Bireysel kontrol, bireysel hedefler, öz-yönetim, seçimler yapma, kararlar verme, özerklik

Öz-belirlemenin çok boyutlu bir yapı olan yaşam kalitesinin boyutlarından birisi olduğu Şekil 3'te görülmektedir. Birey sözü edilen boyutları yaşamının farklı dönemlerinde farklı seviyelerde yaşayabilmektedir. Boyutlardan hangisinin bireyin yaşam kalitesi üzerinde daha fazla ya da daha az etkili olduğuna ilişkin araştırmalar hala sınırlıdır (Kim, 2019). Buna karşın halihazırdaki araştırmalar sözü edilen boyutların düzeylerinin yaşam kalitesi üzerindeki etkilerinin bireyin gelişim

dönemine, kültürel geçmişine, bireysel gereksinimlerine göre değişebildiğini göstermektedir (Schalock, 2002; Schalock vd., 2005; Wehmeyer, 2020). Yaşam kalitesi ve öz-belirleme pek çok araştırmada aynı bağlam içerisinde yer alan iki kavram olarak ortaya çıkmaktadır (Wehmeyer ve Schwartz, 2008). Bu durum tesadüf değildir. Pek çok araştırma bulgusu bireyde öz-belirleyicilik arttıkça duygusal refah, kişisel gelişim, sosyal bütünleşme, hak ve sorumlulukların farkında olma gibi diğer boyutların da olumlu etkileneceğini göstermektedir (White vd., 2018). Bireyde öz-belirleyicilik arttıkça akademik başarının artması, sosyal ilişkilerin, geçiş süreçlerinin kolaylaşması, olumlu istihdam deneyimleri, topluma katılım ve bağımsız yaşam etkinliklerinin çeşitlenmesi, yaşam memnuniyetinin artışı gibi çıktıların bireyin yaşam kalitesi üzerinde öz-belirlemenin etkisinin diğer değişkenlere göre daha etkili olabileceğini göstermektedir (Chamblers vd., 2007; Kim, 2019; Powers vd., 2012). Kim (2019) öz-belirlemenin bireyin yetişkin yaşamındaki olumlu deneyimleri üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla OSB olan bireylerle gerçekleştirilen çalışmaları incelemiş ve öz-belirlemenin özerkliğin merkezde olduğu sosyal katılım ve ilişkiler, savunuculuk, pozitif kimlik, istihdam ve stres yönetimi alanlarında önemli ölçüde etkili olduğunu ve bu alanların yaşam kalitesi boyutlarıyla yakından ilişkili olduğunu vurgulamıştır. Örneğin sosyal katılım ve ilişkiler alanı sosyal bütünleşme ve kişilerarası ilişkiler boyutlarına; istihdam alanı ekonomik refah boyutuna; pozitif kimlik ve stres yönetimi duygusal refah boyutuna; savunuculuk alanı hak ve sorumluluklar boyutuna atıfta bulunmaktadır (Kim, 2019). Beceri bağlamında incelendiğinde seçim yapma, hedef belirleme, problem çözme, liderlik yapma gibi becerileri sergilemenin topluma aktif katılım, yükseköğretime geçiş, istihdam olma, nitelikli serbest zaman etkinlikleri gerçekleştirme gibi olumlu yetişkinlik sonuçlarıyla doğrudan ilişkili olduğu bilinmektedir (Agran ve Hughes, 1998). Bu durum öz-belirlemenin yaşam kalitesi boyutlarının hemen hemen hepsine katkı sağlayan bir boyut olduğunu göstermektedir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada ulusal özel eğitim alan yazınında henüz yeni bir kavram olan öz-belirlemenin ne olduğu, OSB olan genç yetişkinlerin yaşamında öz-belirleme becerilerinin önemi, yaşam kalitesi kavramı ve yaşam kalitesi ile öz-belirleme arasındaki ilişki açıklanmaya çalışılmıştır. Özel gereksinimli bireylerin eğitimindeki nihai amaç bu bireylerin bağımsız yaşamalarıdır. OSB olan genç yetişkinler içinde buldukları toplumda tipik gelişen akranlarına kıyasla bağımsız yaşam becerilerini sergilemek için çok daha az fırsata sahip olmaktadır. Türkiye’de OSB olan genç yetişkinlerin öğretmenlerinin ve yakın çevrelerindeki görüşlerini inceleyen araştırmaların bulguları, bu bireylerin bağımsız yaşamın aktif bir üyesi olamayacaklarına, bağımsız yaşam becerilerini tam anlamıyla sergileyemeyeceklerine ve sürdürülebilir biçimde istihdam olamayacaklarına ilişkin bir inanış olduğunu göstermektedir (Deniz ve Çoban, 2019; Selimoğlu vd., 2013; Töret vd., 2014). Bir başka deyişle hem OSB’nin olumsuz etkileri hem de diğer bireylerin tutumları onların karşılaştıkları bu az sayıdaki fırsatın da önüne geçebilmektedir. Öz-belirleme becerileri günlük yaşamın her anında sergilenebilen becerilerdir. OSB olan genç yetişkinler kazandıkları becerileri öz-belirleme becerilerindeki yetersizlikleri nedeniyle sürdürmede ve genellemede zorluk yaşamakta ve bu nedenle kapsayıcı eğitim ortamlarında, günlük yaşamlarında, mesleki yaşamlarında ve toplumsal ortamlarda uyum sorunları yaşamaktadırlar. Bununla birlikte araştırmalar etkili uygulamalar kullanıldığında onların karmaşık gibi görünen bu becerileri kazanabildiklerini ve günlük yaşamlarında sergileyebildiklerini göstermektedir (Shogren, 2017). OSB olan genç yetişkinlere öz-belirleme becerilerinin kazandırılması kapsayıcı eğitim ortamlarında başarılarının artmasını, kendi yaşamları üzerinde rol oynamalarını ve kendilerine ilişkin bu inanışın değişmesine katkı sağlayacaktır (Agran vd., 2010).

Bireyin öz-belirleme düzeyi hem bireysel özelliklerden hem de çevresel etmenlerden etkilenebilmektedir. Bireyin hâlihazırdaki potansiyeline ek olarak yakın çevresi onu destekleyici bir tutum içerisinde olduğunda bireyin öz-belirleyiciliği artmaktadır. Araştırmalar OSB olan genç yetişkinlerin akranlarına kıyasla daha az düzeyde öz-belirleme becerisine sahip olduklarını ve bu becerilerin desteklenmesinde daha fazla eğitsel desteğe gereksinim duyduklarını göstermektedir (Cheak-Zamora vd., 2019; Lubin, 2020). Öz-belirleme becerilerini desteklemede en uygun yollardan birisi erken çocukluk döneminden itibaren bu becerilere ilişkin fırsatlar yaratmaktır (Ervin vd., 2016; Palmer vd., 2013). Erken çocukluk döneminden itibaren öz-belirleyiciliği destekleyen etkinliklerin gerçekleştirilmesi ve bireylere bu becerileri yaşlarına uygun becerilerle sergilemelerine fırsat verilmesi (ör., ne giyeceğinin kendisine sorulması, sınıf toplantılarına liderlik etmeleri, evde alınan kararlarda fikirlerini sorma vb.) ve becerilerin gerçek ortamlarda kazandırılması oldukça önemlidir (Shogren, 2017; Wheeler vd., 2014). Başka bir ifadeyle OSB olan genç yetişkinlerin bu becerileri yaşamlarının her alanında uygulamalarına olanak sağlamak gerekmektedir. OSB olan genç yetişkinlerin BEP ve bireyselleştirilmiş geçiş planlarına öz-belirleme becerilerine ilişkin amaçlar eklenmesi, bu planların hazırlanması sürecinde toplantılara katılmaları, bu toplantılarda alınan kararlarda söz hakkı almaları öz-belirleme becerilerini kazanmalarını destekleyecektir (Morningstar vd., 2010; Orum-Çattık, 2020).

Uluslararası alan yazında OSB olan genç yetişkinlere öz-belirleme becerilerinin etkili uygulamalar yoluyla uygulamacılar ya da yardımcı destek personeli (paraprofessional) tarafından etkili biçimde kazandırıldığını gösteren araştırma bulguları yer almaktadır (Farid vd., 2020; Kleinert vd., 2014; Raley vd., 2020). Ancak özel eğitimle ilgili ulusal

alan yazın için öz-belirleme kavramı hala oldukça yenidir. Ulusal alan yazın incelendiğinde özel gereksinimli bireylerle öz-belirleme becerilerinin çalışıldığı araştırma sayısının oldukça sınırlı olduğu görülmektedir. Bu durumun bir kaç nedeni olduğu düşünülmektedir. Bunlardan birisi ülkemizde öz-belirleme becerilerine henüz genel ve özel eğitim müfredatında yer verilmemesidir. Bu beceriler müfredat programlarında bazı beceri alanlarının (ör., sosyal beceri alanı, günlük yaşam becerileri vb.) içerisinde sınırlı düzeyde yer almaktadır. Bir diğeri ülkemizde başarı ölçütünün hala akademik becerilerle ölçülüyor olması nedeniyle bu becerilerin kazandırılmasının üzerinde daha az duruluyor olmasıdır. Buna karşın araştırma bulguları OSB olan genç yetişkinlerin akademik ve günlük yaşam için gerekli olan becerilerde başarılı olmalarındaki temel etmenin öz-belirleme becerilerini sergilemek olduğunu göstermektedir (Test vd., 2009). Bir başka neden öz-belirleme konusunun özel eğitim öğretmeni yetiştiren bölümlerin ders içeriklerinde oldukça sınırlı şekilde yer almasıdır. Bu konu bazı bölümlerde bulunan yetişkinliğe geçiş gibi seçmeli derslerinin içeriğiyle sınırlıdır. Bu nedenle özel eğitim alanında çalışan akademisyenler, öğretmenleri öğretmen adayları ve ebeveynler öz-belirleme becerilerinin ne olduğuna ve nasıl öğretilebileceğine ilişkin hala sınırlı bilgilere sahiptirler (Ahmad ve Thressiakutty, 2018). Yukarıda sözü edilen gerekçeler öğretmenlerin ve ebeveynlerin öz-belirleme becerilerinin önemini ve gerekliliğini bilseler dahi bu becerilerin nasıl öğretileceğine ilişkin yeterli bilgilerinin olmamasına neden olmaktadır. Bu bağlamda öz-belirleme becerilerinin hem genel hem de özel eğitim müfredatına eklenmesinin, öğretmenlerin öğrenim gördükleri lisans programlarına bu konuya ilişkin öğretim derslerinin eklenmesinin bu becerilerin neler olduğuna, nasıl öğretilebileceğine ilişkin ulusal alanyazında araştırmaların yaygınlaşmasını sağlamak açısından da önemli ve gerekli olduğu düşünülmektedir.

Öz belirlemeyle yakından ilişkili bir başka kavram da yaşam kalitesidir. OSB olan genç yetişkinlerin yaşam kalitesinin önemine son yıllarda özel eğitim alanında yapılan araştırmalarda daha fazla vurgu yapılmaya başlanmıştır. Bu araştırmalarda yaşam kalitesinin her bireyin yaşamındaki pek çok değişkeni temsil ettiği konusunda giderek artan bir fikir birliği vardır. Bu araştırmalarda temel görüş bireye kazandırılan her becerinin onun yaşam kalitesini doğrudan ya da dolaylı olarak etkilediğidir (Kapp, 2018; Williams ve Gotham, 2021). Yaşam kalitesi, bireyin fiziksel, duygusal ve maddi refah, kişilerarası ilişkiler, sosyal katılım, haklar ve kişisel gelişim ve öz-belirleme dahil olmak üzere birçok alandaki refahını veya yaşamdan memnuniyetini ifade eden bir kavramdır (Schalock vd., 2011). Alan yazında yaşam kalitesine ilişkin birden fazla tanım önerilmiş olmasına rağmen yaşam kalitesinin, bireyin yaşam alanları genelinde refahının veya yaşam memnuniyetinin ölçülmesine olanak tanıyan nesnel ve öznel göstergelerden oluşan çok boyutlu ve evrensel bir yapı olduğu konusunda uzlaşmıştır (Cholewicki vd., 2019; Tavernor vd., 2013). Araştırmacılar yaşam kalitesinin öz-belirleme ile artırılabilirliğini ifade etmişlerdir (Keith ve Schalock, 2016). Öz-belirleme bireyin yaşam kalitesini doğrudan etkileyen bir değişkendir (Keith ve Schalock, 2016; Kim vd., 2019). Çünkü bireyler kendi isteklerine ve değerlerine uygun olarak yaşadıklarında, kendi yaşamlarını şekillendirdiklerinde, kararlarını kendileri verdiklerinde, hedefler belirleyip bu hedeflere ulaştıklarında çok daha fazla tatmin ve mutluluk hissi yaşamaktadırlar (Downs vd., 2019). Öz-belirleyiciliği olan birey, yaşamının kontrolünü kendi eline almıştır ve bu da onun bağımsızlığını artırır. Bu nedenle yaşam kalitesinin diğer göstergeleri göz önünde bulundurulduğunda bireye en çok tatmin hissi yaşatan değişkenlerden birisinin öz-belirleme olduğunu söylemek mümkündür (Cholewicki vd., 2019; Kim vd., 2019; Powers vd., 2012). Bu bağlamda öz-belirleme bireyin yaşam kalitesini en fazla etkileyen değişkenlerden birisidir. Belirli düzeyde yaşam kalitesine ulaşma her birey için bir "nihai sonuç" tur ve OSB olan genç yetişkinlerin yaşam kalitelerinin oldukça düşük olduğu göz önünde bulundurulduğunda onların öz-belirleyiciliğini desteklemek etkili bir yol olacaktır (Biggs ve Carter, 2016; Downs vd., 2019; Gomez vd., 2016; Provenzani vd. 2019).

Ülkemizde OSB olan genç yetişkinlerin büyük bir bölümü ortaöğretime özel eğitim okullarında devam etmektedir. Bu oranın düşük olmasının en önemli nedenlerinden birisi de OSB olan genç yetişkinlerin istihdam ve bağımsız yaşam becerilerini sürdürülebilir biçimde sergilemeleri için gerekli olan öz-belirleme becerilerine ortaöğretim sürecinde odaklanılmamış olmasıdır (Ahmad ve Thressiakutty, 2018; Solomon, 2020). Genel eğitim ya da özel eğitim müfredatlarının hangisinden yararlanırsa yararlınsın mezun olduklarında da bu bireyleri ve ailelerini yine zorluklarla dolu bir yaşam beklemektedir. Bu durum onların yaşam kalitelerini de önemli ölçüde düşürmektedir. Bu nedenle OSB olan genç yetişkinlere bağımsız yaşama geçmeden önce öz-belirleme becerilerinin kazandırılmasının onların genel eğitim müfredatına erişim ve genel eğitim okullarına devam ve sonrasında toplumsal yaşama katılımına önemli ölçüde katkı edeceği düşünülmektedir. Bu sayede OSB olan genç yetişkinlerin yaşam kalitelerinin artması sağlanabilir.

Bireyin kendi yaşamını yönetebilmesi her zaman çok kolay olmamaktadır. Zaman zaman tipik gelişen bireyler için dahi sergilenmesi zor olan bu becerilerin sistematik öğretim süreçleri ve etkili uygulamalar kullanılarak öğretilmesi önemlidir (Shogren vd., 2018). Alanyazında öz-belirleme becerilerinin kazandırılmasına ilişkin bazı uygulamalardan söz edilmektedir. Bunlar; Öz-düzenleme Stratejileri (Cuenca vd., 2012); Öz Belirleme Müfredat Modeli (Mansurnejad vd., 2019); Öz Belirleme Stratejileri (Collins ve Wolter, 2018); Öz-izleme Kontrol Listesi (Miller vd., 2015); Öz-düzenleme Strateji Gelişimi Modeli (Cuenca-Carlino ve Mustian, 2013); video modellerle öğretim (Shiplely vd., 2018); Öz Belirleme Öğrenme Modeli (Konrad vd., 2017; Rowe vd., 2015) olarak sıralanmaktadır. Ulusal alan yazında söz konusu uygulamalardan Öz Belirleme Öğrenme Modeli kullanılarak OSB olan genç yetişkinlere öz-belirleme becerilerinin kazandırıldığı yalnızca bir araştırma bulunmaktadır (Orum-Çattık, 2020). Diğer özel gereksinim gruplarına yönelik ve yukarıda sözü edilen öğretim strateji ve

yöntemleri kullanılarak öz-belirleme becerilerinin öğretildiği başka araştırmalara hala gereksinim olduğu düşünülmektedir. İzleyen başlıkta ileri araştırmalara ve uygulamalara yönelik önerilerde bulunulmuştur.

Son olarak öz-belirleme ve yaşam kalitesi psikoloji alanını yakından ilgilendiren ve özel eğitim alanı için yeni konular olsa da özel gereksinimli bireylerin eğitiminde nihai hedef olan bağımsız yaşamının gerçekleştirilmesi için bu kavramların üzerinde önemle durulması gerekmektedir. Özel eğitim alanında çalışan araştırmacıların ve uygulamacıların çalıştıkları bireylerin öz-belirleyiciliklerini ve bu yolla yaşam kalitelerini arttırmaya ilişkin hedefler belirlemelerinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Öneriler

- Ulusal alan yazına katkı sağlaması amacıyla özel gereksinimli bireylere öz-belirleme becerilerinin kazandırıldığı tek denekli, tam deneysel, karma yöntem ve eylem araştırmaları planlanabilir. Bu araştırmaların sonuçlarının bireylerin yaşam kalitelerini ne düzeyde etkilediği ortaya konulabilir.
- Ülkemizde özel gereksinimli bireylerin öz-belirleme ve yaşam kalitesi düzeylerinin ölçülmesine yönelik değerlendirme araçları/ölçekler geliştirilebilir.
- Öğretmenlerin, ebeveynlerin ve OSB olan genç yetişkinlerin öz-belirleme becerilerine ilişkin bilgi düzeylerini, deneyimlerini ve eksikliklerinin neler olduğunu belirlemek amacıyla çeşitli araştırmalar planlanabilir.
- Öğretmenlere ve ebeveynlere öz-belirleme becerilerini OSB olan genç yetişkinlere nasıl öğretebileceklerine ilişkin hizmet içi eğitimler, mesleki gelişim çalışmaları, koçluk uygulamaları planlanabilir.
- Özel eğitim öğretmen adaylarının öğrenim gördükleri öğretmen yetiştirme programlarının içeriğinde bu becerilere ilişkin ders içerikleri eklenebilir. Bu amaçla üniversitelerin eğitim fakülteleri ve MEB'in içerisinde yer aldığı ulusal ölçekte projeler gerçekleştirilebilir.
- Yetersizliği olan bireyler, ebeveynler, uygulamacılar ve politika yapımcıların içerisinde yer aldığı paydaş gruplarıyla öz-belirleyiciliği destekleyen yasal düzenlemelerin hazırlanmasına ilişkin çalışmalar planlanabilir.
- Öz-belirleme becerilerinin genel ve özel eğitim müfredatına dâhil edilmesi amacıyla MEB ve özel eğitim alanında çalışan uzmanların iş birliği içinde yürütebilecekleri projelerle desteklenen çalışmalar planlanabilir.
- Ulusal alan yazında hala yeni bir kavram olsa da ülkemizde mesleki eğitim merkezlerine devam eden OSB olan genç yetişkinlerin BEP'leri için gerçekleştirilen toplantılarda söz sahibi olmalarında öz-belirleme becerilerini sergilemeleri oldukça önemlidir. Bu bağlamda öz-belirleme becerilerinin BEP'lere konacak hedefler açısından öneminin anlaşılması amacıyla MEB bünyesinde politikalar geliştirmeye yönelik araştırmalar gerçekleştirilebilir.

Katkısı Olanlar

Makaleye katkısı olan herhangi kişi veya kurum bulunmamaktadır.

Etik Kurul Onay Bilgileri (The Ethical Committee Approval)

Bu çalışma bilgi verici bir makaledir. Bu nedenle etik kurul onayı yer almamaktadır.

Çıkar Çatışması (Conflict of Interest)

Bu çalışmanın yazarlarının birbiriyle ya da bir başka kişiyle çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal Destek (Financial Support)

Bu çalışma için herhangi bir finansal destek alınmamıştır.

Yazar Katkıları (Author Contributions)

Bu araştırmada yazarların katkıları eşit orandadır.

Kaynakça

- Alenazi, D. S., Hammad, S. M., & Mohamed, A. E. (2020). Effect of autism on parental quality of life in Arar City, Saudi Arabia. *Journal of Family & Community Medicine*, 27(1), 15-21. https://doi.org/10.4103%2Fjfcmm.JFCM_157_19
- Allen, K. D., Wallace, D. P., Renes, D., Bowen, S. L., & Burke, R. V. (2010). Use of video modeling to teach vocational skills to adolescents and young adults with autism spectrum disorders. *Education and Treatment of Children*, 33(3), 339-349. <https://doi.org/10.1353/etc.0.0101>
- Altena, A. M., Boersma, S. N., Beijersbergen, M. D., & Wolf, J. R. (2018). Cognitive coping in relation to self-determination and quality of life in homeless young adults. *Children and Youth Services Review*, 94, 650-658. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.09.007>
- Aykut, Ç. (2021). Gelişimsel yetersizlikten etkilenmiş öğrencilerin eğitiminde öz-belirlemeli davranışları destekleme içinde Ç. Aykut ve N. Karasu (Ed.), *Gelişimsel yetersizlikten etkilenmiş öğrencilerin eğitiminde öz-belirlemeli davranışları destekleme* (s. 1-10). Vize Yayıncılık
- Azad, G. F., Dillon, E., Feuerstein, J., Kalb, L., Neely, J., & Landa, R. (2020). Quality of life in school-aged youth referred to an autism specialty clinic: A latent profile analysis. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50, 1269-1280. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-04353-x>
- Baack B. N. Abad, N., Yankey, D. Kahn, K. E. Razzaghi, Brookmeyer H. K., Kolis, J.; Wilhelm, E.; Nguyen, K. H., & Singleton, J. A. (2021). "COVID-19 Vaccination Coverage and Intent Among Adults Aged 18-39 Years-United States, March-May 2021" *Morbidity and Mortality Weekly Report*. 70 (25), 928-933. [doi:10.15585/mmwr.mm7025e2](https://doi.org/10.15585/mmwr.mm7025e2).
- Billstedt, E., Gillberg, I. C., & Gillberg, C. (2011). Aspects of quality of life in adults diagnosed with autism in childhood: A population-based study. *Autism*, 15(1), 7-20. <https://doi.org/10.1177/1362361309346066>
- Black, M. H., Greenwood, D. L., Hwa, J. C. C., Pivac, J., Tang, J., & Clarke, P. J. (2023). What Are You Worried About? Content and Extent of Worry in Autistic Adults. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 1-15. <https://doi.org/10.1007/s10803-023-05963-2>
- Brolin, D. E. (1997). *Life centered career education: A competency-based approach*. Council for Exceptional Children, Reston: VA
- Burke, R. V., Allen, K. D., Howard, M. R., Downey, D., Matz, M. G., & Bowen, S. L. (2013). Tablet-based video modeling and prompting in the workplace for individuals with autism. *Journal of Vocational Rehabilitation*, 38(1), 1-14. <https://doi.org/10.3233/JVR-120616>
- Camarena, P. M., & Sarigiani, P. A. (2009). Postsecondary educational aspirations of high-functioning adolescents with autism spectrum disorders and their parents. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 24(2), 115-128. <https://doi.org/10.1177/1088357609332675>
- Caouette, M., Lachapelle, Y., Moreau, J., & Lussier-Desrochers, D. (2018). Descriptive study of caseworkers' practices to support the development of self-determination of adults with intellectual disabilities. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 15(1), 4-11. <https://doi.org/10.1111/jppi.12217>
- Carlile, K. A., Reeve, S. A., Reeve, K. F., & DeBar, R. M. (2013). Using activity schedules on the iPod touch to teach leisure skills to children with autism. *Education and Treatment of Children*, 36(2), 33-57. <https://www.jstor.org/stable/42900199>
- Carter, E. W., Lane, K. L., Pierson, M. R., & Stang, K. K. (2008). Promoting self-determination for transition-age youth: Views of high school general and special educators. *Exceptional Children*, 75(1), 55-70. <https://doi.org/10.1177/001440290807500103>
- Chambers, C. R., Wehmeyer, M. L., Saito, Y., Lida, K. M., Lee, Y., & Singh, V. (2007). Self-determination: What do we know? Where do we go? *Exceptionality*, 15(1), 3-15. <https://doi.org/10.1080/09362830709336922>
- Cheak-Zamora, N. C., Teti, M., Maurer-Batjer, A., O'Connor, K. V., & Randolph, J. K. (2019). Sexual and relationship interest, knowledge, and experiences among adolescents and young adults with autism spectrum disorder. *Archives of Sexual Behavior*, 48(8), 2605-2615. <https://doi.org/10.1007/s10508-019-1445-2>
- Chou, Y. C. (2020). Navigation of social engagement (NOSE) project: Using a self-directed problem-solving model to enhance social problem-solving and self-determination in youth with autism spectrum disorders. *Education and Training in Autism and Developmental Disabilities*, 55(1), 101-114. <https://www.jstor.org/stable/26898717>
- Chao, P. C., Chou, Y. C., & Cheng, S. F. (2019). Self-determination and transition outcomes of youth with disabilities: Findings from the special needs education longitudinal study. *Advances in Neurodevelopmental Disorders*, 2019(3), 129-137. <https://doi.org/10.1007/s41252-019-00105-1>
- Correale, C., Borgi, M., Cirulli, F., Laghi, F., Trimarco, B., Ferraro, M., & Venerosi, A. (2022). The impact of health and social services on the quality of life in families of adults with autism spectrum disorder (ASD): A focus group study. *Brain Sciences*, 12(2), 177-189. <https://doi.org/10.3390/brainsci12020177>
- Deci, E. L. (1975). *Intrinsic motivation*. Oxford Press.

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2016). Optimizing students' motivation in the era of testing and pressure: A self-determination theory perspective. In W. Chia Liu, J. C. Keng Wang, & R. M. Ryan (Eds.), *Building autonomous learners: Perspectives from research and practice using self-determination theory* (pp. 9-29). Singapore: Springer.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. In E. L. Deci & M. R. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research* (pp. 3-33). Rochester Press.
- DePape, A. M., & Lindsay, S. (2016). Lived experiences from the perspective of individuals with autism spectrum disorder: A qualitative meta-synthesis. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities, 31*(1), 60-71. <https://doi.org/10.1177/108835761558750>
- Doll, B., Sands, D., Wehmeyer, M. L., & Palmer, S. (1996). Promoting the development and acquisition of self-determined behavior: Self-determination across the life span. *Independence and Choice for People with Disabilities, 14*(3), 65-90. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Farid, R. F., Indianti, W., & Singgih, E. E. (2020). The effectiveness of self-determination learning model of instruction in improving social problem-solving skills on slow-learner students. *Jurnal Psikologi Malahayati, 2*(1), 1-14. <https://doi.org/10.33024/jpm.v2i1.2422>
- Griffin, M. M., McMillan, E. D., & Hodapp, R. M. (2010). Family perspectives on post-secondary education for students with intellectual disabilities. *Education and Training in Autism and Developmental Disabilities, 45*(3), 339-346. <https://www.jstor.org/stable/23880108>
- Griffiths, S., Allison, C., Kenny, R., Holt, R., Smith, P., & Baron-Cohen, S. (2019). The Vulnerability Experiences Quotient (VEQ): A study of vulnerability, mental health and life satisfaction in autistic adults. *Autism Research, 12*(10), 1516-1528. <https://doi.org/10.1002/aur.2162>
- Hendricks, D. (2010). Employment and adults with autism spectrum disorders: Challenges and strategies for success. *Journal of Vocational Rehabilitation, 32*(2), 125-134. <https://doi.org/10.3233/JVR-2010-0502>
- Hendricks, D. R., & Wehman, P. (2009). Transition from school to adulthood for youth with autism spectrum disorders: Review and recommendations. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities, 24*(2), 77-88. <https://doi.org/10.1177/1088357608329827>
- Kellems, R. O., & Morningstar, M. E. (2012). Using video modeling delivered through iPods to teach vocational tasks to young adults with autism spectrum disorders. *Career Development and Transition for Exceptional Individuals, 35*(3), 155-167. <https://doi.org/10.1177/0885728812443082>
- Kellems, R. O., Yakubova, G., Morris, J. R., Wheatley, A., & Chen, B. B. (2022). Using augmented and virtual reality to improve social, vocational, and academic outcomes of students with autism and other developmental disabilities. In M. Khosrow-Pour (Ed.), *Research anthology on inclusive practices for educators and administrators in special education* (pp. 737-756). IGI Global.
- Kim, S. Y. (2019). The experiences of adults with autism spectrum disorder: Self-determination and quality of life. *Research in Autism Spectrum Disorders, 60*(2019), 1-15. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2018.12.002>
- Konrad, M., Clark, K. A., & Test, D. W. (2017). Effects of GO 4 IT... NOW! strategy instruction on expository writing skills for students with disabilities. *Career Development and Transition for Exceptional Individuals, 40*(1), 45-55. <https://doi.org/10.1177/2165143416680884>
- Kuhlthau, K. A., McDonnell, E., Coury, D. L., Payakachat, N., & Macklin, E. (2018). Associations of quality of life with health-related characteristics among children with autism. *Autism, 22*(7), 804-813. <https://doi.org/10.1177/1362361317704420>
- Lachapelle, Y., Wehmeyer, M. L., Haelewyck, M. C., Courbois, Y., Keith, K. D., Schalock, R., ... & Walsh, P. N. (2005). The relationship between quality of life and self-determination: an international study. *Journal of Intellectual Disability Research, 49*(10), 740-744. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2005.00743.x>
- Lamash, L., Sagie, D., Selanikyo, E., Meyer, S., & Gal, E. (2024). Autism identity in young adults and the relationships with participation, quality of life, and well-being. *Research in Autism Spectrum Disorders, 111*(-), 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2023.102311>
- Levy, A., & Perry, A. (2011). Outcomes in adolescents and adults with autism: A review of the literature. *Research in Autism Spectrum Disorders, 5*(4), 1271-1282. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2011.01.023>
- Lindholm, M. M. (2007). *Stress, coping, and quality of life in families raising children with autism*. [Unpublished Doctoral Dissertation. California School of Professional Psychology, Alliant International University]
- Lubin, J. (2020). *Self-determination skills of college students with autism spectrum disorder (ASD)*. SACAD: John Heinrichs Scholarly and Creative Activity Days. 2020(40) Kansas, United States. <https://scholars.fhsu.edu/sacad/vol2020/iss2020/55>
- Marcotte, J., Grandisson, M., & Milot, É. (2023). What makes home environments favorable to independence: Perspectives of autistic people and their parents. *Disability and Rehabilitation, 45*(10), 1684-1695. <https://doi.org/10.1080/09638288.2022.2074153>

- McClelland, M., Geldhof, J., Morrison, F., Gestsdóttir, S., Cameron, C., Bowers, E., ... & Grammer, J. (2018). Self-regulation. In N. Halfon, C.B. Forrest, R. M. Lerner, E. M. Faustman (Eds.), *Handbook of life course health development* (pp.275-298). Springer.
- McDonagh, J. E., Ambresin, A. E., Boisen, K. A., Fonseca, H., Kruse, P. J., Meynard, A., ... & Takeuchi, Y. L. (2018). The age of adolescence... and young adulthood. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 2(4), 1-14. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(18\)30079-8](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(18)30079-8)
- Milton, D. E. (2014). Autistic expertise: A critical reflection on the production of knowledge in autism studies. *Autism*, 18(7), 794-802. <https://doi.org/10.1177/1362361314525281>
- Muniandy, M., Richdale, A. L., & Lawson, L. P. (2023). Stress and well-being in autistic adults: Exploring the moderating role of coping. *Autism Research*, 2023(16), 2220-2233. <https://doi.org/10.1002/aur.3028>
- Nirje, B. (1972). *Normalization: The principle of normalization*. Newyork: Oxford Press.
- Nota, L., Ferrari, L., Soresi, S., & Wehmeyer, M. (2007). Self-determination, social abilities, and the quality of life of people with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disability Research*, 51(11), 850-865. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2006.00939.x>
- Orum-Çattık, E., & Ergenekon, Y. (2019). Otizm spektrum bozukluğu olan bireylere bağımsız yaşam becerilerinin öğretildiği araştırmaların incelenmesi. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 9(2), 572-607. <https://doi.org/10.18039/ajesi.577594>
- Powers, L. E., Geenen, S., Powers, J., Pommier-Satya, S., Turner, A., Dalton, L. D., ... & Swank, P. (2012). My life: Effects of a longitudinal, randomized study of self-determination enhancement on the transition outcomes of youth in foster care and special education. *Children and Youth Services Review*, 34(11), 2179-2187. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2012.07.018>
- Renty, J. O., & Roeyers, H. (2006). Quality of life in high-functioning adults with autism spectrum disorder: The predictive value of disability and support characteristics. *Autism*, 10(5), 511-524. <https://doi.org/10.1177/1362361306066604>
- Robertson, S. M. (2009). Neurodiversity, quality of life, and autistic adults: Shifting research and professional focuses onto real-life challenges. *Disability Studies Quarterly*, 30(1), 1-15. <https://doi.org/10.18061/dsq.v30i1.1069>
- Robins, R. W., Fraley, R. C., Roberts, B. W., & Trzesniewski, K. H. (2001). A longitudinal study of personality change in young adulthood. *Journal of Personality*, 69(4), 617-640. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.694157>
- Robson, D. A., Allen, M. S., & Howard, S. J. (2020). Self-regulation in childhood as a predictor of future outcomes: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 146(4), 324-354. <https://doi.org/10.1037/bul0000227>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Publications.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2019). Supporting autonomy, competence, and relatedness: The coaching process from a self-determination theory perspective. In S. English, J. M. Sabatine, & P. Brownell (Eds.), *Professional coaching: Principles and practice* (pp. 231–245). Springer Publishing Company.
- Schall, C. M., & McDonough, J. T. (2010). Autism spectrum disorders in adolescence and early adulthood: Characteristics and issues. *Journal of Vocational Rehabilitation*, 32(2), 81-88. doi: 10.3233/JVR-2010-0503.
- Shogren, K. A. (2017). *Self-determination and transition planning*, Baltimore: Paul Brookes Publication.
- Shogren, K. A., Palmer, S. B., Wehmeyer, M. L., Williams-Diehm, K., & Little, T. D. (2012). Effect of intervention with the self-determined learning model of instruction on access and goal attainment. *Remedial and Special Education*, 33(5), 320-330. <https://doi.org/10.1177/001440291207800201>
- Shogren, K. A., Raley, S. K., Wehmeyer, M. L., Grandfield, E., Jones, J., & Shaw, L. A. (2019). Exploring the relationships among basic psychological needs satisfaction and frustration, agentic engagement, motivation, and self-determination in adolescents with disabilities. *Advances in Neurodevelopmental Disorders*, 3(2), 119-128. <https://doi.org/10.1007/s41252-018-0093-1>
- Shogren, K. A., Wehmeyer, M. L., Palmer, S. B., Rifenbark, G. G., & Little, T. D. (2015). Relationships between self-determination and postschool outcomes for youth with disabilities. *The Journal of Special Education*, 48(4), 256-267. <https://doi.org/10.1177/0022466913489733>
- Sosnowy, C., Silverman, C., & Shattuck, P. (2018). Parents' and young adults' perspectives on transition outcomes for young adults with autism. *Autism*, 22(1), 29-39.
- Tanner, J. L., & Arnett, J. J. (2016). The emergence of emerging adulthood: The new life stage between adolescence and young adulthood. In *Routledge handbook of youth and young adulthood* (pp. 50-56). Routledge.
- Test, D. W., Mazzotti, V. L., Mustian, A. L., Fowler, C. H., Kortering, L., & Kohler, P. (2009). Evidence-based secondary transition predictors for improving postschool outcomes for students with disabilities. *Career Development for Exceptional Individuals*, 32(3), 160-181. <https://doi.org/10.1177/0885728809346960>

- Tomaszewski, B., Kraemer, B., Steinbrenner, J. R., Smith DaWalt, L., Hall, L. J., Hume, K., & Odom, S. (2020). Student, educator, and parent perspectives of self-determination in high school students with autism spectrum disorder. *Autism Research*, 13(12), 2164-2176. <https://doi.org/10.1002/aur.2337>
- Ünal-Karagüven, M. H., Karaman-Ekşioğlu, M., & Gül, . (2020). Özerklik teorisi ve sosyal ilişki gereksinimi öleğinin Türke'ye adaptasyonu. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 2020(6), 366-377. <https://doi.org/10.21733/ibad.656251>
- Ward, M. J., & Meyer, R. N. (1999). Self-determination for people with developmental disabilities and autism: Two self-advocates' perspectives. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 14(3), 133-139. <https://doi.org/10.1177/108835769901400302>
- Warter, E. H. (2009). *Promoting resiliency in families of individuals diagnosed with an autism spectrum disorder: The relationship between parental beliefs and family adaptation*. Boston: Boston College.
- Wehmeyer M. L., Agran M., & Hughes, C. (1998) *Teaching self-determination to students with disabilities: Basic skills for successful transition*. Paul Brookes
- Wehmeyer, M. L. (2020). The importance of self-determination to the quality of life of people with intellectual disability: A perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 1-7. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197121>
- Wehmeyer, M. L., & Schalock, R. L. (2001). Self-determination and quality of life: Implications for special education services and supports. *Focus on Exceptional Children*, 33(8), 1-16.
- Wehmeyer, M. L., & Shogren, K. A. (2016). Self-determination and choice. In N. Singh (Ed.), *Handbook of evidence-based practices in intellectual and developmental disabilities* (pp. 561-584). Springer.
- Wheeler, J. J., Mayton, M. R., & Carter, S. T. (2014). *Methods for teaching students with autism spectrum disorders evidence-based practices*. Pearson.
- Milli Eğitim Bakanlığı (2024). *Özel eğitim meslek okulu programları*. <https://orgm.meb.gov.tr/www/ozel-egitim-meslek-okulu-programlari/icerik/2613>
- Yazıcı, K. U. (2020). Otizm spektrum bozukluğu tanılı olguların tipik gelişim gösteren kardeşlerinde depresif özellikler ve yaşam kalitesinin değerlendirilmesi: Tedavinin kardeşlerdeki bulgular üzerine etkisi. *Fırat Tıp Dergisi*, 25(1), 23-33.
- Zablotsky, B., Bradshaw, C. P., & Stuart, E. A. (2013). The association between mental health, stress, and coping supports in mothers of children with autism spectrum disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(6), 1380-1393.

Extended Abstract

Introduction

In recent years, a large number of studies have been conducted in the international and national literature on the adult lives of young adults with ASD (Black et al., 2023; Hendricks & Wehman, 2009). However, there is still a need for new information and research on how young adults with ASD can lead a quality adult life (Camarena & Sarigiani, 2009; Griffith et al., 2019; Muniandy et al., 2023). Research on how young adults with ASD lead their adult lives has been conducted by consulting the information of parents (Griffin et al., 2010), siblings (DePape & Lindsay, 2016), and teachers (Kim, 2020) or by identifying and supporting the skills that these individuals need. In contrast, data directly based on the views of young adults with ASD are limited to statistics from experimental studies and social validity data from quasi-experimental studies (e.g., Allen et al., 2010; Burke et al., 2013; Carlile et al., 2013; Kellems et al., 2022; Kellems & Morningstar, 2012). Although these data do not directly reflect the needs of young adults with ASD in their adult lives, they have enabled researchers and practitioners to have an idea about this issue (Milton, 2014). Findings from these studies show that these individuals are at a disadvantage compared to their typically developing peers in their transition to adulthood (Sosnowy et al., 2018). It has been stated that the most important reason for these individuals to experience these disadvantages is their difficulty in maintaining independent living skills (Marcotte et al., 2023). This situation is known to significantly reduce their quality of life (Correale et al., 2022; Altena et al., 2018; Kim, 2019).

Self-determination is one of the dimensions of quality of life, which is a multidimensional structure. Individuals may experience these dimensions at different levels in different periods of their lives. Research on which of the dimensions is more or less effective on an individual's quality of life is still limited (Kim, 2019). On the other hand, current research shows that the effects of the levels of these dimensions on quality of life may vary according to the developmental period, cultural background, and individual needs of the individual (Schalock, 2002; Schalock et al., 2005). Quality of life and self-determination appear as two concepts in the same context in many studies (Wehmeyer & Schwartz, 2008). This is not a coincidence. Many research findings show that as self-determination increases in individuals, other dimensions such as emotional well-being, personal development, social integration, awareness of rights and responsibilities will also be positively affected (White et al., 2018). As self-determination increases, outputs such as increased academic achievement, facilitated social relations and transition processes, positive employment experiences, community participation and diversification of independent living activities, and increased life satisfaction show that the effect of self-determination on the individual's quality of life is more important than other variables (Kim, 2019; Powers et al., 2012).

Kim (2019) reviewed studies with individuals with ASD to examine the effects of self-determination on positive experiences in adult life and emphasized that self-determination is significantly effective in the areas of social participation and relationships, advocacy, positive identity, employment and stress management, where autonomy is central, and that these areas are closely related to quality of life dimensions. For example, the social participation and relationships domain refers to the dimensions of social integration and interpersonal relationships; the employment domain refers to the economic well-being dimension; positive identity and stress management refer to the emotional well-being dimension; and the advocacy domain refers to the rights and responsibilities dimension (Kim, 2019). When examined in the context of skills, it is known that exhibiting skills such as making choices, goal setting, problem solving, and leadership is directly related to positive adulthood outcomes such as active participation in society, transition to higher education, employment, and quality leisure time activities (Agran & Hughes, 1998). This shows that self-determination is a dimension that contributes to almost all dimensions of quality of life.

Discussion and Conclusion

In this study, it was tried to explain what self-determination is, which is a relatively new concept in the national special education literature, the importance of self-determination skills in the lives of young adults with ASD, the concept of quality of life and the relationship between quality of life and self-determination. The ultimate goal in the education of individuals with special needs is for these individuals to live independently. Young adults with ASD have fewer opportunities to demonstrate independent living skills in their communities than their typically developing peers. The findings of studies examining the views of teachers and peers of young adults with ASD in Turkey show that there is a belief that these individuals cannot be active members of independent living, cannot fully demonstrate independent living skills, and cannot be sustainably employed (Deniz & Çoban, 2019; Selimoğlu et al., 2013; Töret et al., 2014). In other

words, both the negative consequences of ASD and the attitudes of other individuals may prevent them from these few opportunities. Self-determination skills are skills that can be demonstrated in every moment of daily life. Young adults with ASD have difficulty in maintaining and generalizing the skills they have acquired due to their inadequacies in self-determination skills, and therefore experience adaptation problems in inclusive educational settings, daily life, professional life and social environments. However, research shows that when effective practices are used, they can acquire these seemingly complex skills and demonstrate them in their daily lives (Shogren, 2017). Providing self-determination skills to young adults with ASD will increase their level of success in inclusive education environments, enable them to play an active role in their own lives, and contribute to changing this belief about themselves (Agran et al., 2010).

Another concept closely related to self-determination is quality of life. In recent years, the importance of the quality of life of young people with ASD has been emphasized more in research in the field of special education. In these studies, there is a growing consensus that quality of life represents many variables in each individual's life. The basic view in these studies is that every skill gained by the individual directly or indirectly affects his/her quality of life (Kapp, 2018; Williams & Gotham, 2021). Quality of life is a concept that refers to an individual's well-being or satisfaction with life in many areas, including physical, emotional and material well-being, interpersonal relationships, social participation, rights and personal development, and self-determination (Schalock et al., 2011). Although more than one definition of quality of life has been proposed in the literature, it is agreed that quality of life is a multidimensional and universal construct consisting of objective and subjective indicators that allow the measurement of an individual's well-being or life satisfaction across life domains (Cholewicki et al., 2019; Tavernor et al., 2013). Researchers have stated that quality of life can be improved through self-determination (Keith & Schalock, 2016).

Self-determination is a variable that directly affects an individual's quality of life (Keith & Schalock, 2016; Kim et al., 2019). This is because individuals experience a greater sense of satisfaction and happiness when they live in accordance with their own wishes and values, shape their own lives, make their own decisions, set goals and achieve these goals (Downs et al., 2019). The self-determined individual has taken control of his/her life into his/her own hands, which increases his/her independence. Therefore, considering other indicators of quality of life, it is possible to say that self-determination is one of the variables that gives the individual the most satisfaction (Cholewicki et al., 2019; Kim et al., 2019; Powers et al., 2012). In this context, self-determination is one of the variables that affect an individual's quality of life the most. Achieving a certain level of quality of life is an "end result" for each individual, and given that the quality of life of young adults with ASD is quite low, it would be an effective way to support their self-determination (Biggs & Carter, 2016; Downs et al., 2019; Gomez et al., 2016). It is not always easy for individuals to manage their own lives. These skills, which are sometimes difficult to exhibit even for typically developing individuals, need to be taught using systematic teaching processes and effective practices (Shogren et al., 2018). In the literature, there are some evidence-based teaching strategies and methods for teaching self-determination skills. These are; Self-regulation Strategies (Cuenca et al., 2012); Self-Determination Curriculum Model (Mansurnejad et al., 2019); Self-Determination Strategies (Collins & Wolter, 2018); Self-monitoring Checklist (Miller et al, 2015); Self-regulation Strategy Development Model (Cuenca-Carlino & Mustian, 2013); video model instruction (Shiple et al., 2018); Self-Determination Learning Model (Kelly & Shogren, 2014; Konrad, Clark, & Test, 2017; Rowe, Mazzotti, & Sinclair, 2015). In the national literature, only one study was found in which young adults with ASD were taught self-determination skills using the Self-Determination Learning Model (Orum-Çattık, 2020). It is thought that there is still a need for further studies in which self-determination skills are taught to other special needs groups using the aforementioned teaching strategies and methods.