

ENGELLİ YAKINLARINA VERİLEN “STRESLE BAŞ ETME VE YAŞAM DOYUMUNU ARTTIRMA” EĞİTİMİNİN ETKİNLİĞİNİN BELİRLENMESİ

Ayşegül BİLGE¹, Fatma BURUNTEKİN², Orçin DEMİRAL², N.Gamze ÖZER²
Betül KELEŞ², Elif YALÇIN², Gizem TAVUKÇU², Aylin KIRAY²,
Tuğba SİVİLOĞLU³, Semra BOL²

ÖZET

Bu araştırma engelli yakınlarına verilen “stresle baş etme ve yaşam doyumunu arttırma” eğitiminin etkinliğini belirlemek için yarı deneysel tipte planlanmış bir eğitim müdahalesi araştırmasıdır. Araştırmanın örneklemini bir üniversitenin Engelli Çocuk Rehabilitasyon ve Eğitim Parkı Araştırma ve Uygulama Merkezi’nde tedavisi devam eden ve aynı üniversitenin Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı’nda spinal kord yaralanması tanısıyla yatmakta olan araştırmaya katılmayı kabul eden, engelli bireylerin yakınları (n=40) oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak Tanıtıcı Bilgi Formu, Algılanan Stres Ölçeği ve Yaşam Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma, anket formlarının uygulanmasının ardından üç hafta ve haftada bir gün, bir saatlik oturumlar şeklinde eğitimlerle sürdürülmüştür. Eğitim sonunda ise Algılanan Stres Ölçeği ve Yaşam Doyum Ölçeği yeniden uygulanmıştır. Araştırma bulgularına göre; engelli yakınlarının %75’i kadın, %85’i evli, %82,5’i çalışmıyor, %45’i engellinin annesidir. Katılımcılar yakınlarının engelliliği ile ilgili olarak, engellilerin %60’ı sonradan engelli ve %37,5’i ise 1-5 yıldır engelli olduğunu belirtmiştir. Engelli yakınlarının %15’i ruhsal sorunları için yardım aldığını ve %60’ı ise engelliye yardım ederken tükenmişlik yaşadığını ifade etmiştir. Araştırmada engelli yakınlarının eğitim sonrası stres düzeylerinin düştüğü ve yaşam doyumlarının da arttığı saptanmıştır. Araştırmada katılımcıların eğitim öncesi ve eğitim sonrası stres puanları ile yaşam doyumları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Engellilik hem engelliye hem de yakınına ruhsal açıdan etkileyen bir durumdur. Stres ile baş etme ve yaşam doyumunu arttırma eğitiminin engelli yakınları için etkili olduğu ve farklı gruplarda uygulanması gerektiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Engelli Yakınları, Stresle baş etme, Yaşam Doyumunu Arttırma, Eğitim

*12.Ulusal Hemşirelik Öğrencileri Kongresi’nde sözel bildiri olarak sunulmuştur. Nisan 2013,Konya

¹ Doç.Dr. Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği AD.

²Ege Üniversitesi İzmir Atatürk Sağlık Yüksekokulu, Hemşirelik Bölümü Öğrencisi

³Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Ens. Psikiyatri Hemşireliği AD Yüksek Lisans Öğrencisi

İletişim/ Corresponding Author:Ayşegül BİLGE

Tel: 0232 3113401 e-posta: aysegul.bilge@ege.edu.tr

Geliş Tarihi / Received: 11.07.2013

Kabul Tarihi / Accepted: 19.11.2013

DETERMINATION OF THE EFFECTIVENESS OF THE TRAINING ON “COPE WITH STRESS AND INCREASING LIFE SATISFACTION” GIVEN FOR THE RELATIVES OF DISABLED PEOPLE

ABSTRACT

This is a training intervention research which was planned in a quasi-experimental way, in order to determine the effectiveness of the training on “cope with stress and increasing life satisfaction” which was provided for the relatives of disabled people. Sample of research consists of the relatives (n=40) of disabled people under ongoing treatment at Disabled Children’s Rehabilitation and Training Park Research and Application Center of a university and the relatives of disabled people who had been hospitalized with the diagnosis of spinal cord injury who agreed to participate in the study at Physical Medicine and Rehabilitation Department of the same university. As the means of data collection, Information Form, Percieved Stress Scale and Life Satisfaction Scale were used. Research was continued in the form of a one-hour sessions as once a week for three weeks. And at the end of training, Percieved Stress Scale and Life Satisfaction Scale were implemented one more time. According to the findings of the research: 75% of the relatives of disabled people are women, 85% of these relatives are married, 82.5% of them are nonworkers and 45% are the mothers of disabled persons. In relation to the disabilities, participants stated that: 60% of people with disabilities are post facto disabled and 37.5% of them are disabled for 1-5 years. 15% of relatives of disabled people stated that they receive help for their mental health problems and 60% of relatives of disabled people stated that they are having burnout while helping the disabled person. As a result of the research, it was determined that stress levels of disabled people’s relatives were decreased after training and their life satisfaction was increased. There was a positive correlation determined between stress scores and life satisfaction scores of participants, as pre-training and post-training. Disability is a condition that effects both disabled people and the relatives of disabled people psychologically. There might be said that the training to cope with stress and increasing the life satisfaction is effective for the relatives of people with disabilities and it should be implemented in different groups.

Key words: Relatives Of Disabled People, Coping With Stress, Life Satisfaction, Training

GİRİŞ

Aile; insan türünün sürekliliğini sağlayan, ilk toplumsallaşma sürecini oluşturan, karşılıklı ilişkileri belirli kurallara bağlayan, toplum kültürünü kuşaktan kuşağa aktaran, biyolojik, psikolojik, ekonomik, hukuksal gibi yönleri bulunan toplumsal bir kurumdur (1). Her ailede bir bütün olarak, aile sisteminin ya da aile üyelerinden her birinin belirli gelişim aşamalarından geçmelerine bağlı, stres yaratan belirli olaylar ve dönemler vardır (2). Çocuğun aileye katılımı, ailenin yaşamındaki en önemli geçiş dönemlerinden birisidir.

Aile olmanın tamamlayıcısı, çoğu zaman çocuk sahibi olmaktır. Çiftler çocuk fikri ile beraber bu konuda hayaller kurmaya başlarlar. Bu hayalleri “mükemmel”, “sağlıklı” ve “normal” çocuk temeline dayandırır. Yetersizliği olan bir bebeğin doğumuyla ya da daha sonraki yıllarda çocuğun yetersizlikten etkilenmesiyle, ebeveynlerin çocuklarıyla ilgili kurdukları hayaller yıkılır (3). Bu nedenle aile için engelli bir aile üyesinin olması, yine zorlayıcı bir engel gibi görülebilir.

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), özürülük/engellilik kavramı hakkında hastalık sonuçlarına dayanan, sağlık yönüne ağırlık veren bir tanımlama ve sınıflama yapmıştır. Buna göre; Yetersizlik (Impairment): “Sağlık bakımından ‘eksiklik / yetersizlik’, psikolojik, anatomik veya fiziksel yapı ve fonksiyonlardaki bir noksanlığı veya dengesizliği”, Özürülük (Disability): “Bir noksanlık sonucu meydana gelen ve normal sayılabilecek bir insana oranla bir işi yapabilme yeteneğinin kaybedilmesi ve kısıtlanması durumu”, Engellilik (Handicap): “Bir eksiklik veya sakatlık sonucunda, belirli bir kişide meydana gelen ve o kişinin yaş, cinsiyet, sosyal ve kültürel durumuna göre normal sayılabilecek faaliyette bulunma yeteneğini önleyen ve sınırlayan dezavantajlı bir durumu ifade eder”(4, 5). Engelli bireye sahip olan aile öncelikle öfke, stres, eğer bu durumlarla başa çıkılmaz ise tükenmişlik sendromu sonrasında depresyon yaşayabilir. Tüm bu ruhsal süreçler aile üyelerinin yaşama dair doyumunu da etkileyecektir.

Ailede engelli bir bireyin olmasının, tüm aile bireyleri için duygusal bir yük, stres verici bir yaşam deneyimi ve sürekli başa çıkma tepkileri gerektiren bir stresör olduğu belirtilmektedir (6, 7, 8, 9).

Literatürde zihinsel ya da bedensel engelli bireye sahip ailelerin engelli bireye sahip olmayan ailelere göre daha çok stres altında oldukları ve anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu bildirilmektedir (10, 11, 12, 13, 14).

Ebeveynler çocuklarının farklı özellikler gösteren bir çocuk olduğunu öğrendiklerinde, anne-babalık rollerine ek olarak, stres verici birçok durumla karşılaşılır. Genellikle bu durumda daha çok anne evde kalıp engelli çocukla ilgilenirken, baba artan ekonomik zorluklar nedeniyle daha

fazla çalışmak zorunda kalabilir. Bu yeni durum ailede stresli bir ortam ve yaşam için doyumu engelleyen bir tehdit olarak algılanabilir. Bu görüşten yola çıkarak, engelli ailelerine yarar sağlayacağı düşüncesi ile bu araştırmanın amacı, engelli yakınlarına verilen “stresle baş etme ve yaşam doyumunu artırma” eğitiminin etkinliğini belirlemektir.

GEREÇ ve YÖNTEM

Yarı deneysel tipteki bu araştırmanın örneklemini bir üniversitenin Engelli Çocuk Rehabilitasyon ve Eğitim Parkı Araştırma ve Uygulama Merkezi’nde tedavisi devam eden ve aynı üniversitenin Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı’nda spinal kord yaralanması tanısıyla 30 Ekim- 28 Aralık 2012 tarihleri arasında yatmakta olan engelli bireylerin araştırmaya katılmayı kabul eden aileleri (n=45) oluşturmuştur. Engelli yakınlarından bazıları eğitimi sürdüremediğinden 40 engelli yakını ile araştırma tamamlanmıştır. Araştırma için ilgili kurumlardan yazılı izin alınmıştır. Örneklem grubundan ise sözel izin alınmıştır.

Örnekleme Alınma Kriterleri;

- 1.Engelli yakını olması,
2. Araştırmacılar tarafından verilecek eğitime kesintisiz katılması,
- 3.Okur-yazar olmasıdır.

Veri toplama aracı olarak Tanıtıcı Bilgi Formu, Algılanan Stres Ölçeği (15) ve Yaşam Doyum Ölçeği (16) kullanılmıştır.

Tanıtıcı Bilgi Formu; Araştırmacılar tarafından hazırlanan formda, engelli yakınlarının yaşı, medeni durumu, eğitim durumu, gelir durumu gibi engelli yakınlarına ilişkin 15 tanıtıcı sorulara yer verilmiştir.

Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ); Cohen, Kamarck&Mermelste tarafından geliştirilmiş, güvenilirlik çalışmasında Cronbach Alpha değeri 0.86 bulunmuştur (17). Bu çalışmada Bilge ve ark. tarafından Türkçe’ye uyarlanması yapılan ölçek kullanılmış, güvenilirlik çalışmasında Cronbach Alpha değeri 0.81 bulunmuştur (15). Beşli likert tipinde (0 hiç, 4 çok sık) hazırlanan ölçeğin üç maddesi ters (4.,5.,6. maddeler), beş maddesi düz ifadelidir (1.,2.,3.,7.,8. maddeler). Ölçekten toplam 0-32 arasında puan alınmaktadır. Algılanan stres (1.,2.,3.,7., 8. maddeler) ve algılanan baş etme (4.,5.,6. maddeler) olmak üzere iki alt ölçeği bulunmaktadır. Ölçek hem toplam puan hem de alt ölçek puanları üzerinden değerlendirilmektedir. Toplam puanın yüksek

olması algılanan stres düzeyinin yüksek olması anlamındadır. Alt ölçeklerden alınan puanların yüksekliği ise olumsuz bir durumdur.

Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ); Diener ve ark. tarafından geliştirilmiştir (18). Ölçeğin Türkçe uyarlaması Köker tarafından yapılmıştır (16). Ölçek beş maddeden oluşmakta ve 7'li likert tipi (1 = Kesinlikle katılmıyorum, 2 = Katılmıyorum, 3 = Biraz katılmıyorum, 4 = Ne katılıyorum ne de katılmıyorum, 5 = Çok az katılıyorum, 6 = Katılıyorum, 7 = Kesinlikle katılıyorum) bir ölçektir. Ölçekten alınan puanın düşük olması yaşam doyumunun düşük olduğunun göstergesi olarak kabul edilmektedir.

Araştırmaya katılan engelli yakınlarına eğitim öncesi anket formları uygulanmış, eğitim kapsamında ise ailelere merkezin eğitim salonunda haftada bir kez olmak üzere, üç hafta süreyle eğitim verilmiştir. Eğitim içeriğinde stres kavramı, baş etme yöntemleri, yaşam doyumunun önemi ve arttıran yöntemler hem teorik hem de uygulaması ile gerçekleştirilmiştir. Bu süreç üç hafta ve hafta da bir gün, bir saatlik oturumlar şeklinde gerçekleştirilmiştir. Eğitim sonunda engelli yakınlarına Algılanan Stres Ölçeği ile Yaşam Doyumu Ölçeği yeniden uygulanmıştır.

Çalışmada elde edilen bulgular değerlendirilirken, istatistiksel analizler için SPSS 15 programı kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerinin (Ortalama, Standart sapma) yanı sıra niceliksel verilerin karşılaştırılmasında eğitim öncesi ve sonrası ortalama puanlar arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi için korelasyon testi kullanılmıştır. Eğitim öncesi ve sonrası karşılaştırılmalar yapmak için Wilcoxon İlişkili İki Örneklem Testi kullanılmıştır.

Araştırmanın bağımlı değişkenleri, Yaşam Doyum Ölçeği, Algılanan Stres Ölçeği ve alt ölçeklerinden elde edilen puan ortalamaları, bağımsız değişkenleri engelli yakınlarının sosyodemografik özellikleridir.

BULGULAR

Araştırmaya katılan engelli yakınlarının %75'i (n=30) kadın, %85'i (n=34) evli, %90'ı (n=36) çekirdek aile yapısına sahip, %82,5'i (n=33) çalışmıyor, %45'i (n=18) engellinin annesidir. Katılımcılar yakınlarının engelliliği ile ilgili olarak engellilerin %60'ı (n=24) sonradan engelli ve %37,5'i (n=15) ise 1-5 yıldır engelli olduğunu belirtmiştir. Engelli yakınlarının %85'i (n=34) ruhsal sorunları için yardım almadığını ve %60'ı (n=24) ise engelliye yardım ederken tükenmişlik yaşadığını ifade etmiştir. Araştırmada engelli yakınlarının eğitim sonrası stres düzeylerinin düştüğü ve yaşam doyumlarının da arttığı saptanmıştır (Tablo 1).

Tablo 1. Algılanan Stres Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Ön Test ve Son Test Puanlarının İlişkisi

ÖLÇEKLER	Eğitim öncesi		Eğitim sonrası	
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS
Algılanan stres ölçeği (ASÖ)	14,85	5,06	14,45	5,11
Yaşam doyumu ölçeği (YDÖ)	20,12	7,31	20,25	7,01

Araştırmada katılımcıların eğitim öncesi ve eğitim sonrası stres puanları ile yaşam doyumları arasındaki ilişki incelenmiş, eğitim öncesi ve eğitim sonrası puan ortalamaları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir (Tablo 2).

Tablo 2. Katılımcıların Algılanan Stres Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Ön Test ve Son Test Puanlarının İlişkisi

ÖLÇEKLER	r	p
ASÖ ön test ve son test	,584	,000
YDÖ ön test ve son test	,918	,000

Araştırmada katılımcıların tükenmişlik algılama durumlarına göre, eğitim öncesi ve eğitim sonrası algılanan stres ve yaşam doyum ölçeği puan ortalamaları karşılaştırıldığında anlamlı fark bulunmamıştır (Tablo 3).

Tablo 3. Katılımcıların YDÖ ve ASÖ Ön Test Son Test Puan Ortalamalarının Tükenmişlik Durumlarına Göre Karşılaştırılması

	TÜKENMİŞLİK ALGILAYANLAR				TÜKENMİŞLİK ALGILAMAYANLAR							
	Eğitim Öncesi		Eğitim Sonrası		z	p	Eğitim Öncesi		Eğitim Sonrası		z	p
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS			\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
YDÖ	18,08	7,28	18,45	7,54	-,586	,558	23,18	6,41	22,93	5,29	-,461	,645
ASÖ	16,16	5,34	14,91	5,46	-1,119	,263	12,87	3,99	13,75	4,61	,736	,462

Araştırmada katılımcıların engelli bireye yakınlık durumlarına göre, eğitim öncesi ve eğitim sonrası algılanan stres ve yaşam doyum ölçeği puan ortalamaları karşılaştırıldığında anlamlı fark bulunmamıştır (Tablo 4).

Tablo 4. Katılımcıların YDÖ ve ASÖ Ön Test Son Test Puan Ortalamalarının Engelli Bireye Yakınlık Durumlarına Göre Karşılaştırılması

	ANNE				z	p	BABA				z	p
	Eğitim Öncesi		Eğitim Sonrası				Eğitim Öncesi		Eğitim Sonrası			
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS			\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
YDÖ	19,44	7,39	19,83	7,65	-,399	,690	17,50	,70	18,50	,70	-1,000	,317
ASÖ	17,22	5,23	15,61	6,28	-1,136	,256	13,50	6,36	11,00	9,89	-1,000	,317

Araştırmada katılımcıların aile tiplerine göre, eğitim öncesi ve eğitim sonrası algılanan stres ve yaşam doyum ölçeği puan ortalamaları karşılaştırıldığında anlamlı fark bulunmamıştır (Tablo 5).

Tablo 5. Katılımcıların YDÖ ve ASÖ Ön Test Son Test Puan Ortalamalarının Aile Tiplerine Göre Karşılaştırılması

	ÇEKİRDEK AİLE				z	p	GENİŞ AİLE				z	p
	Eğitim Öncesi		Eğitim Sonrası				Eğitim Öncesi		Eğitim Sonrası			
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS			\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
YDÖ	20,02	7,55	20,36	7,30	-,638	,523	21,00	5,35	19,25	4,11	-1,089	,276
ASÖ	15,02	5,17	14,16	5,28	-,929	,353	13,25	4,11	17,00	2,16	-1,089	,276

TARTIŞMA

Strese yol açan birçok durumla karşı karşıya olan engelli ailelerinin uygun baş etme yöntemlerini bilmemeleri tükenmişlik yaşamalarına ve yaşam doyumlarının olumsuz etkilenmesine neden olabilmektedir. Ülkemizde konuyla ilgili literatürler incelendiğinde engelli ailelerinin stres, depresyon, anksiyete ve yaşam kalitelerini inceleyen tanımlayıcı çalışmalar sayıca fazladır (13, 19, 20, 21, 22, 23, 24). Engelli aileleri ile ilgili yapılan tanımlayıcı nitelikte araştırmaların yanı sıra eğitim müdahalesi araştırmalarının da sayıca artması gerekmektedir.

Çalışmamız bu gereklilikten yola çıkılarak, engelli yakınlarına verilen “stresle baş etme ve yaşam doyumunu artırma” eğitiminin etkinliğini belirlemek amacıyla planlanmıştır.

Araştırma bulgularına göre; engelli yakınlarının eğitim sonrası stres düzeylerinin düştüğü ve yaşam doyumlarının da arttığı saptanmıştır. Ayrıca katılımcıların eğitim öncesi ve eğitim sonrası stres puanları ile yaşam doyumları arasındaki ilişki incelenmiş, eğitim öncesi ve eğitim sonrası puan ortalamaları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Kaner yaşam doyumunun farklı türdeki sosyal desteklerle ilişkili olduğunu, anababaların yaşamlarını kolaylaştıran desteklere sahip olduklarında, yaşamda daha doyumlu ve daha stressiz olduklarını belirtmiştir (25). Raina ve ark. yaptıkları çalışmalarında serebral palsili çocukların bakıcılarında benlik algısı ve stres yönetiminin doğrudan fiziksel refahı etkilemese de psikolojik/ruhsal sağlığı doğrudan etkilediğini savunmuşlardır (26). Krstić ve Oros serebral palsili çocukların annelerinin stresle başa çıkma tarzlarını ve uyumlarını belirledikleri araştırmalarında, annelerin daha çok manevi destek ve sosyal destek aradıklarını ve verilen stresle başa çıkma stratejilerinin annelerin yaşamla daha kolay uyum sağlamalarına neden olduğunu saptamışlardır (27). Leung ve ark.’nın yaptığı çalışmada, gelişimsel engelli çocuğa sahip Çinli ailelerin eğitim müdahalesi sonrası stres ve çatışma puanlarının anlamlı olarak düştüğü belirlenmiştir (28). Yıldırım ve Conk çalışmalarında zihinsel engelli çocuğu olan anne ve babalara verilen eğitimin stresle başa çıkmada ve depresyon bulgularını azaltmada etkili olduğu sonucuna varmışlardır (29). Deniz ve ark. çalışmalarında da eğitim grubuna katılanlar ile katılmayan ebeveynlerin yaşam doyumunu puan ortalamaları arasında değişiklik saptamışlardır (30). Bu sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda araştırmamızın sonuçları diğer araştırmaların bulguları ile benzerlik göstermekte olup, engelli yakınlarına verilen stres ile başa çıkma ve yaşam doyumunu artırma eğitimlerinin, ailelerde olumlu etki yarattığı söylenebilir.

Çalışmamızda elde edilen bu sonuç ülkemizde ailelerin stresle başa çıkmasında destek sistemlerinin olmasının önemini vurgulayan çalışmaları destekler niteliktedir (19, 23, 31).

Araştırmamızda tükenmişlik algılayan bireylerin eğitim öncesi ve sonrası algıladıkları stres, tükenmişlik algılamayan bireylere göre daha yüksek olup, eğitim sonrası tükenmişlik algılayanların stres düzeyinin düştüğü bulunmuştur. Kaçmaz tarafından aktarıldığı üzere, Cotton tükenmişliği, stresle etkin şekilde başa çıkmadaki başarısızlığın sonucu olarak göstermiştir (32). Yayınlar ebeveyn stresinin şiddetli olmasının ebeveyn tükenmişliğine neden olabileceğini ileri sürmektedir (20). Bu açıdan değerlendirildiğinde araştırmamızda bireylerin %60’ı engelli bireye yardım ederken tükenmişlik yaşadıklarını ifade etmişlerdir.

Araştırmada eğitim öncesi annelerin stres düzeyi ve yaşam doyumunun daha yüksek olduğu, eğitim sonrası ise anne ve babaların yaşam doyumlarının arttığı stres düzeylerinin düştüğü, istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Sencar otistik çocuğa sahip anne ve babaların stres düzeylerinde anlamlı bir fark olmadığını saptamıştır (33). Kaner araştırmasında engelli çocuğu olan anne ve babaların yaşam doyumları arasında fark olmadığını belirtmiştir (25). Benzer şekilde Deniz ve ark. çalışmalarında anne babaların yaşam doyum puanları ve durumluluk kaygı puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark saptamamışlardır (30). Çalışmamızın bulguları literatürü destekler niteliktedir. Engelli yakınlarının engelliye dair ruhsal ve bedensel yükleri ortaklaşa yaşadıkları söylenebilir.

Katılımcıların aile tipleri incelendiğinde, %90'ı çekirdek aile tipine sahip olup, eğitim sonrası çekirdek ailelerin yaşam doyumlarının arttığı, stres düzeylerinin düştüğü saptanmıştır. Bu bulgu çekirdek ailelerin destek arama/isteme davranışlarının geniş ailelere göre daha fazla olduğunu göstermektedir. Bahar ve ark. çalışmalarında aile tipi ile sosyal destek arama arasında ilişki olduğunu belirtmişlerdir (23).

Engelli bireylerin bakımında anne, baba ve kardeşlerin yanı sıra akraba gibi kişilerde görev almaktadırlar. Çalışmamıza katılan bireylerin %45'i bireyin anne, baba ve kardeşleri dışındaki kişilerdir. Yani engelli bireyin bakımında aile içindeki desteğin yanı sıra aile dışından destek veren kişilerde büyük rol oynamaktadır. Günümüz toplumunda anne ve babaların ailenin ekonomik ihtiyaçları için çalışma hayatının daha çok içinde olması bireye bakım veren kişilerin farklılaşmasına yol açabilmektedir. Bu durum engelli bireyin bakımını üstlenen kişiler ile yürütülen çalışmalarda sadece anne ve babaların değil bireye bakım veren tüm grupların araştırmalara dahil edilmesi gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Araştırma sonucunda; tüm katılımcıların eğitim sonrası stres düzeyleri düşmüş ve yaşam doyumları artmış, eğitim öncesi ve eğitim sonrası stres puanları ile yaşam doyumları arasında pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Ayrıca eğitim öncesi tükenmişlik algılayanların ve çekirdek aile olanların kendilerini daha stresli ve yaşam doyumunu düşük hissettikleri, annelerin, babalara göre kendilerini daha stresli ama yaşam doyumunu daha yüksek hissettikleri belirlenmiştir. Eğitim sonrası ise tükenmişlik algılayanların, çekirdek aile olanların, anne ve babaların stres puanları düşmüş ve yaşam doyumunu artmıştır.

Bu sonuçlar doğrultusunda; konuyla ilgili müdahale araştırmalarının artırılması, ailelerin ihtiyacı olan desteklerin belirlenmesine yönelik araştırmaların planlanması, anne ve babalar

dışındaki bakım vericilere yönelik araştırmaların da yapılması, eğitim müdahalesi araştırmalarının sonuçlarına yönelik olarak yapılacak eğitimlerin yapılandırılması önerilir.

KAYNAKÇA

1. Sayın Ö. Aile Sosyolojisi: Ailenin Toplumdaki Yeri. Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları. Ege Üniversitesi Basımevi. İzmir- 1990.
2. Fışiloğlu H, Şenol E.D. Film Analizi Yöntemi İle Virginia Satir Aile Terapisi Yaklaşımına Bir Bakış. Türk Psikoloji Yazıları 2007; 10 (20): 43-62.
3. Varol N. Aile Eğitimi. Kök Yayınevi. Ankara- 2005.
4. Bilge A, Genç RE, Nişli İ. Toplumsal Bir Sorun: Engellilik Ve Hemşirelik Yaklaşımı. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 2005; 21(2): 181-190.
5. Subaşıoğlu F. Üniversitelerin Bilgi Ve Belge Yönetimi Bölümlerinin “Engellilik Farkındalığı” Üzerine Bir Araştırma. Bilgi Dünyası. 2008; 9 (2): 399-430.
6. Minners P.M. Family Resources And Stress Associated With Having A Mentally Retarded Child. American Journal of Mental Retardation 1988; 93 (2): 184-192.
7. Mccubbin A.M, Huang S.T. Family Strengths In The Care Of Handicapped Children: Targets For Intervention. Family Relations. 1989; 38: 436-443.
8. Bilge A, Çeber E, Demirelöz M, Akmeşe Z.B. Zihinsel Engellilerin Ebeveynlerine Verilen Cinsel Sağlık Ve Üreme Sağlığı Eğitiminin Zihinsel Engelliler İçin Etkililiğinin Belirlenmesi Projesi. Ege Üniversitesi Araştırma Fonu Proje Raporu. Zihinsel Yetersiz Çocukları Yetiştirme ve Koruma Vakfı. Proje No:10-ASYO-001. 2011.
9. Bilge A, Çeber E, Demirelöz M, Akmeşe Z.B. Zihinsel Engellilerin Ebeveynlerine Verilen Cinsel Sağlık Ve Üreme Sağlığı Eğitiminin Zihinsel Engelliler İçin Etkinliğinin Belirlenmesi. Türkiye Klinikleri Tıp Bilimleri Dergisi 2012; 33 (3).
10. Glidden L.M, Schoolcraft S.A. Depression: Its Trajectory And Correlates In Mothers Rearing Children With Intellectual Disability. J Intellect Disabil Res. 2003; 47: 250-263.
11. Hastings R.P. Child Behaviour Problems And Partner Mental Health As Correlates Of Stress In Mothers And Fathers Of Children With Autism. J Intellect Disabil Res. 2003; 47: 231-237.

12. Esdaile S.A, Greenwood K.M. A Comparison Of Mothers' And Fathers' Experience Of Parenting Stress And Attributions For Parent Child İnteraction Outcomes. *Occup Ther Int* 2003; 10: 115-126.
13. Uğuz Ş, Toros F, İnanç Y.B, Çolakkadioğlu O. Zihinsel Ve/Veya Bedensel Engelli Çocukların Annelerinin Anksiyete, Depresyon Ve Stres Düzeylerinin Belirlenmesi. *Klinik Psikiyatri* 2004; 7 (42): 42-47.
14. Keskin G, Bilge A, Engin E, Dülgerler Ş. Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Anne-Babaların Kaygı, Anne-Baba Tutumları Ve Başa Çıkma Stratejileri Açısından Değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi* 2010; 11 (1): 30-37.
15. Bilge A, Öğce F, Genç R.E, Oran N.T. Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ)'nin Türkçe Versiyonunun Psikometrik Uygunluğu. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 2009; 2 (25): 61-72.
16. Köker S. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi; "Normal Ve Sorunlu Ergenlerde Yaşam Doyumu Düzeyinin Karşılaştırılması" Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara-1991.
17. Cohen S, Kamarck T, Mermelstein R. A Global Measure Of Perceived Stres, *Journal of Health and Social Behavior*, 1983; 24(4): 385-396.
18. Diener E, Emmons R, Larsen R.J, Griffin, S. The Satisfaction Withlife Scale, *Journal of Personality Assessment*, 1985;49:71-75.
19. Akkök F, Aşkar P, Karancı A.N. Özürlü Bir Çocuğa Sahip Anne Babalardaki Stresin Yordanması. *Özel Eğitim Dergisi* 1992; 1 (2): 8 -12.
20. Duygun T, Sezgin N. Zihinsel Engelli Ve Sağlıklı Çocuk Annelerinde Stres Belirtileri, Stresle Başa Çıkma Tazrları Ve Algılanan Sosyal Desteğin Tükenmişlik Düzeyine Olan Etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi* 2003; 18 (52): 37 - 52.
21. Aysan F, Özben Ş. Engelli Çocuğu Olan Anne Babaların Yaşam Kalitelerine İlişkin Değişkenlerin İncelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi* 2007; 22: 1-6.
22. Ergin D, Şen N, Eryılmaz N, Pekuslu S. ve ark. Engelli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Depresyon Düzeyi Ve Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 2007; 10 (1): 43-44.

23. Bahar A, Bahar G, Savaş A.H, Parlar S. Engelli Çocukların Annelerinin Depresyon Ve Anksiyete Düzeyleri İle Stresle Basa Çıkma Tarzlarının Belirlenmesi. Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi 2009; 4 (11): 107.
24. Köksal G, Kabasakal Z. Zihinsel Engelli Çocukları Olan Ebeveynlerin Yaşamlarında Algıladıkları Stresi Yordayan Faktörlerin İncelenmesi. Buca Eğitim Fakültesi Dergisi 2012; 32: 71-91.
25. Kaner S. Engelli Çocuğu Olan Anababaların Algıladıkları Stres, Sosyal Destek Ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi. Ankara Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projesi Kesin Raporu. 29 Nisan 2011, <http://acikarsiv.ankara.edu.tr/eng/browse/498/798.pdf?show>
26. Raina P ve ark. The Health And Well-Being Of Caregivers Of Children With Cerebral Palsy. Pediatrics 2005 Jun; 115 (6): 626-36.
27. Krstić T, Oros M. Coping With Stress And Adaptation In Mothers Of Children With Cerebral Palsy. Med Pregl 2012; LXV (9-10): 373-377.
28. Leung C, Fan A, Sanders M.R. The Effectiveness Of A Group Triple P With Chinese Parents Who Have A Child With Developmental Disabilities: a randomized controlled trial. Res Dev Disabil, 2013 Mar; 34 (3): 976-84.
29. Yıldırım F, Conk Z. Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Anne/Babaların Stresle Başa Çıkma Tarzlarına Ve Depresyon Düzeylerine Planlı Eğitimin Etkisi. Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 2005; 9 (2).
30. Deniz M.E, Dilmaç B, Arıcağ O.T. Engelli Çocuğa Sahip Olan Ebeveynlerin Durumluk-Sürekli Kaygı Ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi 2009.
31. Sarı Y.H. Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Ailelerde Aile Yüklenmesi. Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 2007; 11(2): 33-40.
32. Kaçmaz N. Tükenmişlik (Burnout) Sendrom. İstanbul Tıp Fakültesi Dergisi 2005; 68 (1): 29-32.
33. Sencar B. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi; “Otistik Çocuğa Sahip Ailelerin Algıladıkları Sosyal Destek ve Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir -2007.