


Article Arrival : 20/05/2021

Published : 10.07.2021

Doi Number  <http://dx.doi.org/10.26449/sssj.3276>Reference  Koyuncu, E. & Sargin, N. (2021). "Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Anne Babaların Öz-Anlayış ve İyimserlik Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi" International Social Sciences Studies Journal, (e-ISSN:2587-1587) Vol:7, Issue:85, pp:2934-2947

ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUĞA SAHİP ANNE BABALARIN ÖZ-ANLAYIŞ VE İYİMSERLİK DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ ¹

Examining of Self-Compassion and Optimism Levels of Parents Having Disabled Children in Terms of Some Variables

Uzm. Psk. Dan. Ecenur KOYUNCU

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü, Konya/TÜRKİYE

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-5452-3833>

Prof. Dr. Nurten SARGIN

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü, Konya/TÜRKİYE

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1899-8908>

ÖZET

Aile anne, baba ve çocuklardan oluşan toplumsallaşma sürecinin başladığı temel birimdir. Çocuklar ise toplumun geleceğini oluşturmaktadır. Aileler çocuk sahibi olmak istediklerinde sağlıklı bir bebeğin doğmasını beklemekte ancak bazı nedenler ve durumlar karşısında özel gereksinimli çocuğa sahip olabilmektedirler. Özel gereksinimli bir çocuğa sahip olmak karmaşık duygular hissetmelerine neden olabilmekte ve bu durum anne babaların öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerini etkileyebilmektedir.

Bu çalışmada, özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların, cinsiyet, aile birliktelik, eğitim durumu, ekonomik durum ve sosyal destek alma durumu ve çocuk engel türü değişkenleri ile öz-anlayış ve iyimserlik durumları incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu Ankara, Konya, Kayseri ve Karaman il ve ilçelerinde ikamet eden özel gereksinimli çocuğa sahip 529 anne, 195 baba olmak üzere toplam 724 kişi oluşturmaktadır. Anne babalara Neff (2003) tarafından geliştirilen, Türkçe 'ye uyarlaması Deniz, Kesici ve Sümer (2008) tarafından yapılan öz-anlayış ölçeği ile Balcı ve Yılmaz (2002) tarafından geliştirilen iyimserlik ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu uygulanmıştır. Verilerin analizinde elde edilen veriler normal dağılım gösterdiği için parametrik istatistik tekniklerinden t testi, tek yönlü varyans analizi (Anova), çıkan farklılığın kaynağını belirlemek için Tukey testi analiz teknikleri kullanılmıştır.

Araştırma bulgularına göre anne babaların öz-anlayış düzeylerinin aile birliktelik, eğitim durumu, ekonomik durum ve sosyal destek alma değişkenleri ile anlamlı düzeyde farklılaştığı, iyimserlik düzeylerinin ise cinsiyet, aile birliktelik, çocuk engel türü, ekonomik durum ve sosyal destek alma değişkenleri ile anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Özel gereksinimli çocuk, Öz-anlayış, İyimserlik

ABSTRACT

Family is the basic unit where the socialization process consisting of mother, father and children begins. Children, on the other hand, constitute the future of society. When families want to have children, they expect a healthy baby to be born, but they may have a child with special needs in the face of certain reasons and situations. Having a child with special needs can cause them to feel complex emotions and this can affect the self-compassion and optimism levels of the parents.

In this study, the levels of self-compassion and optimism of parents with children with special needs were determined by the variables of the parents' gender, family togetherness, educational status, economic status, and social support and the type of disability of the child was analyzed. Study group of the research It consists of a total of 724 people, 529 mothers and 195 fathers with children with special needs residing in Ankara, Konya, Kayseri and Karaman provinces and districts. The self-compassion scale developed by Neff (2003) and adapted to Turkish by Deniz, Kesici and Sümer (2008), the optimism scale developed by Balcı and Yılmaz (2002) and the personal information form prepared by the researcher were applied to the

¹ Bu çalışma birinci yazarın 'Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Anne Babaların Öz-Anlayış ve İyimserlik Düzeylerinin İncelenmesi' başlıklı tezinin bir bölümünden türetilmiştir.

parents. Since the data obtained in the analysis of the data showed normal distribution, among the parametric statistical techniques t test, one-way analysis of variance (Anova), Tukey test analysis techniques were used to determine the source of the resulting difference.

According to the findings of the research the self-compassion levels of the parents differ significantly with the variables of family togetherness, educational status, economic status, social support and their optimism levels differ significantly with the variables of gender, family togetherness, type of child disability, economic status, social support has been determined.

Key Words: Child with special needs, Self-compassion, Optimism

1. GİRİŞ

Aile; anne, baba ve çocuklardan oluşan, kan bağı ile birbirine bağlanmış, ortak kültür yaratan, toplumsallaşma sürecinin başladığı temel birimdir. Çiftler evlenerek aile kurmakta ve aileler de bir araya gelerek toplumu meydana getirmektedir. Toplumun temel yapı taşı olan bu sosyal kuruma çocuğun katılması ile birlikte karı koca olarak tanımlanan eşler, anne baba olarak farklı rol ve sorumluluklar üstlenmektedirler. Anne ve babalar aileye yeni katılacak çocuğa dair umutlar beslemekte, hayaller kurmakta ve birtakım beklentiler içerisine girmektedirler aynı zamanda hayattan ve toplumdan beklentilerinde de değişiklikler oluşmaktadır. Aileler çocuk sahibi olmak istediklerinde sağlıklı bir bebeğin doğmasını beklemektedirler. Ancak bazı nedenler ve durumlar karşısında özel gereksinimli çocuğa sahip olabilmektedirler.

Çocuğun bedensel, duygusal, sosyal ve zihinsel yönden gelişmesi ve gelişim görevlerini yerine getirmesi beklenmektedir. Doğum öncesi, doğum sırası ya da doğum sonrasında ortaya çıkan birtakım sebepler bireyin gelişim özelliklerinde gerilikler, eksiklikler veya yaşlılarından ileri olma gibi durumlar yaratabilmektedir (Yaralı, 2015). Özel gereksinimli olarak tanımlanan bu bireyler, bedensel veya öğrenme yetenekleri bakımından normalden farklılık göstermektedirler. Bu farklılığın boyutu özel gereksinimli olduğunu ve özel eğitim hizmetlerinden faydalanması gerektiğini ortaya koymaktadır (Akçamete, 2010). Türkiye’de 1997 senesinde çıkarılan 573 sayılı Kanun Hükmünde Kararname ve Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliğinde (2018) ise özel gereksinimli kişiler; gelişim ve kişisel özellikleri ile eğitim yeterlilikleri açısından akranlarından anlamlı düzeyde farklılık gösteren bireyler olarak tanımlanmaktadır.

Anne babalar çocuklarını kendi fikir, amaç ve hayallerini gerçekleştirebilecek bir eser olarak görmektedirler. Normal gelişim göstermeyen bir çocuğa sahip olmak kendi seçimleri olmamakla birlikte anne babalar bu role kendilerini hazırlamazlar. Bu sebeple özel gereksinimli çocuğun doğumu zihinlerinde yarattıkları ideal çocuğun yıkımını meydana getirmektedir (Akkök, 2013). Bebeğin sağlıklı bir şekilde dünyaya gelmesi ve normal gelişim göstermesi, anne babayı mutlu ederken, özel gereksinimli çocuğun doğumu onları mutsuz ederek değişen yoğunlukta bir takım duygusal süreçler yaşatmaktadır (Avşaroğlu, 2012). Bu duygusal süreçler anne babaların karmaşık bir ruh haline girmesine neden olabilmekte, çocuğun var olan özellikleri ile ailenin beklentileri uyumsuzluk gösterebilmekte ve bu durum ailedeki tüm üyelere zorluklar getirmektedir. Çocuğun özel gereksinimli olarak dünyaya gelmesi ya da sonraki yıllarda tanı alması ile ailelerin çocuklarının durumuna dönük bakış açıları farklılık gösterebilmektedir. Bu farklılık anne babaların, çocuğun durumunu kabul etmesi ve davranışları üzerinde etkili olmaktadır (Beşikçi, 2000).

Heward’a (1996) göre anne babalar, çocuğun tanısı ile birlikte farklı duygusal tepkiler verebilmektedirler. Tanılama sürecinden sonra çocuğun ihtiyaçlarını aile hayatı ile bütünleştirmenin zorlukları ve uzun vadeli olarak özel gereksinimli çocukla yaşamının etkisi ani kaygılarla baş göstermekte ve aileler ortaya çıkan sorulara cevaplar aramaktadırlar (Smith, 2015). Çocuğun bakımı, yetiştirilme süreci, bir eğitim alıp alamaması, eğitim gerçekleştirilebilecekse içeriğinin düzenlenmesi, okul hayatı ve meslek sahibi olup olmayacağı ile ilgili konular bu sorulardan bazılarını oluşturmaktadır (Okutan, 2016). Aynı zamanda bu çocukların toplumda diğer normal gelişim gösteren akranları arasında herhangi bir ayırım, dışlanma ve ötekileştirilmeye maruz kalmamaları, özel gereksinimli çocuklara dönük tutumların olumlu olması ve bu yönde değişim göstermesinde anne babaların rolü önem arz etmektedir (Etgüer, Toran ve Ünsever, 2017).

Özel gereksinimli çocuğa sahip anne ve babalar, çocuklarının özel durumu nedeniyle karşılaştıkları güçlükler sonucu çeşitli üzüntü, stres ve kaygı gibi duygular yaşayabilmektedirler. Bu duygular anne babaların öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerini etkileyebilmektedir. Öz-anlayış, kişilerin duygusal yönlerini düzenlemesi ve karşılaşılan acı, dert ve başarısızlıkları yok saymadan, bastırılmadan ya da acı ve sıkıntılardan kaçmadan kendisini kabul etmesi ve affetmesi olarak tanımlanmaktadır (Doğan, 2017). Öz-anlayış ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde; öz-anlayışın bireylerin olumsuz yaşam olayları karşısında bilişsel ve duygusal süreçlerini koruduğu (Leary, Tate, Adams, Allen ve Hancock, 2007), öz-

anlayışın kaygı ile baş etmede yardımcı olduğu ve psikolojik iyi oluşu da artırdığı (Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2007) ve öz-anlayış düzeyi arttıkça sabır düzeyinin de arttığı (Eliüşük, 2014) vurgulanmıştır. İyimserlik ise umuda benzer şekilde sıkıntılar ve engellenmeler karşısında genel anlamda yaşamda çoğu şeyin iyi olacağı yönünde güçlü bir beklentiye sahip olmak şeklinde tanımlanmaktadır (Goleman, 2000). İyimser kişiler karşılaştıkları güçlüklerin üstesinden gelebileceğine inanan ve kendinde bulunan kaynakları harekete geçirebilen bireylerdir (Carver, Scheier ve Segerstrom, 2010). İyimserlik ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde düşük iyimserlik düzeyine sahip kişilerin depresyona risklerinin yüksek olduğu (Baker, Blacher ve Olsson, 2005), öz-saygı düzeyi arttıkça iyimserlik düzeyinin de arttığı (Myers ve Reynolds, 2000), iyimserliğin, yaşam doyumunu yordadığı (Uğurlu, 2013), iyimserliğin yaşam doyumunu ve psikolojik belirti düzeylerini etkilediği (Okutan, 2016) vurgulanmıştır. Yapılan bu çalışmalar, iyimserlik düzeyinin psikolojik sağlıkla ilişkilerini vurgulamaktadır.

Yukarıdaki bilgiler ışığında, yapılan bu çalışmada özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi hedeflenmiş ve bu genel amaç doğrultusunda alt amaçlar belirlenmiştir.

1. Anne babaların cinsiyetlerine göre öz-anlayış ve iyimserlikleri, anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
2. Anne babaların aile birliktelik durumlarına göre öz-anlayış ve iyimserlikleri, anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
3. Anne babaların eğitim durumlarına göre öz-anlayış ve iyimserlikleri, anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
4. Anne babaların çocuklarının engel türlerine göre öz-anlayış ve iyimserlikleri, anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
5. Anne babaların ekonomik durumlarına göre öz-anlayış ve iyimserlikleri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
6. Anne babaların sosyal destek alma durumlarına göre öz-anlayış ve iyimserlikleri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelendiği bu çalışmada betimsel yöntemle dayalı ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. "Betimsel tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey, ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır" (Karasar, 2013). İlişkisel tarama modeli ise iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek ve neden-sonuç ile ilgili ipuçları elde etmeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2013).

2.2. Araştırmanın Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu Ankara, Konya, Kayseri ve Karaman il ve ilçelerinde bulunan çeşitli özel eğitim ve rehabilitasyon merkezine devam eden özel gereksinimli çocuğa sahip 724 anne ve baba oluşturmaktadır. Çalışma grubunun seçiminde tesadüfi eleman örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

2.3. Veri Toplama Araçları

Öz-Anlayış Ölçeği: Neff (2003) tarafından geliştirilen Öz-anlayış ölçeğinin Türkçeye uyarlaması, geçerlik ve güvenilirlik çalışması Deniz, Kesici ve Sümer (2008) tarafından yapılmıştır. 24 maddeden oluşan ölçek, 5'li likert tipidir. Bu çalışma için araştırmacı tarafından gerçekleştirilen güvenilirlik ve geçerlik analizlerinde Cronbach Alfa katsayısı .86 bulunmuştur.

İyimserlik Ölçeği: Balcı ve Yılmaz (2002) tarafından geliştirilen iyimserlik ölçeği toplam 24 maddeden oluşan 4'lü likert tipi bir ölçektir. 1, 6, 8, 9, 11 numaralı maddeler tersten puanlanan ölçeğin puanlamasında alınabilecek en yüksek puan 96 en düşük puan ise 24'tür. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa değeri .91 bulunmuştur.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından düzenlenen kişisel bilgi formunda anne, baba ve çocuk ile ilgili demografik bilgileri içeren sorular geliştirilmiş ve kullanılmıştır.

2.4. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılarak analizler yapılmıştır. Ayrıca tek yönlü varyans analizinde farkın kaynağını belirlemek için Tukey testi yapılmıştır.

3. BULGULAR

Tablo 1’de öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin, cinsiyete ilişkin t testi sonucu elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1. Öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin cinsiyete göre t testine ilişkin bulgular

Değişkenler	Cinsiyet	n	X	Ss	t	p
Öz-Anlayış	Kadın	529	79.51	14.44	-.310	.757
	Erkek	195	79.88	14.16		
İyimserlik	Kadın	529	79.17	12.92	3.112	.002*
	Erkek	195	68.80	12.85		

*p<.05

Tablo 1 incelendiğinde, anne babaların iyimserlik düzeyleri, cinsiyet değişkenine göre ($t=3.112$; $p=.002<.05$) istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bu farkın annelerin lehine olduğu görülmektedir. Öz-anlayış düzeylerinde ise ($t=-.310$; $p=.757>.05$) cinsiyete göre anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı görülmüştür.

Tablo 2’de öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin, aile birliktelik durumuna ilişkin t testi sonucu elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 2. Öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin aile birliktelik durumuna göre t testine ilişkin bulgular

Değişkenler	Aile Birliktelik	n	X	Ss	t	p
Öz-anlayış	Birlikte	539	80.35	14.00	2.391	.017*
	Ayrılmış	185	77.44	15.19		
İyimserlik	Birlikte	539	72.64	12.72	4.961	.000**
	Ayrılmış	185	67.24	12.93		

*p<.05, **p<.01

Tablo 2 incelendiğinde, anne babaların öz-anlayış düzeylerinin aile birliktelik değişkenine göre ($t=2.391$; $p=.017<.05$) anlamlı olduğu bulunmuştur. Aile birliktelik durumlarına göre öz-anlayış düzeylerinin, birlikte olan anne babaların lehine olduğu görülmektedir. Anne babaların iyimserlik düzeylerine bakıldığında ise ($t=4.961$; $p=.000<.01$) aile birliktelik değişkenine göre anlamlı farklılık olduğu ve farkın birlikte olan anne babaların lehine olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3’te öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin, anne babaların eğitim durumlarına göre farklılaşmasını belirlemek amacıyla yapılan Anova sonuçlarına ilişkin bulgular verilmiştir.

Tablo 3. Öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin anne babaların eğitim durumlarına göre anova sonuçlarına ilişkin bulgular

Değişkenler	Eğitim Durumu	n	X	Ss	Sd	f	p	Anlamlı fark olan gruplar
Öz-Anlayış	İlkokul	194	78.88	15.11	3/720	4.846	.002*	A-D, B-D, C, D
	Ortaokul	180	77.78	12.40				
	Lise	195	79.04	15.01				
	Üniversite	155	83.36	14.14				
İyimserlik	İlkokul	194	71.25	13.35	3/720	2.468	.061	
	Ortaokul	180	69.77	11.97				
	Lise	195	70.83	13.75				
	Üniversite	155	73.54	12.44				

*p<.05; (A=İlkokul, B=Ortaokul, C=Lise, D=Üniversite)

Tablo 3 incelendiğinde, özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların öz-anlayış düzeylerinin ($F=4.846$; $p=.002<.05$) eğitim durumu değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir. Gruplar arası farkın kaynağını belirlemek için Tukey testi yapılmıştır. Anne ve babaların eğitim durumu değişkenine göre öz-anlayış düzeylerinde farkın kaynağının ilkökul ile üniversite mezunu ve ortaokul ile üniversite mezunu ve lise ile üniversite mezunu gruplar arasında olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu farkın üniversite mezunu olanlar lehine olduğu görülmektedir. Anne babaların iyimserlik düzeylerinin ($F=2.468$; $p=.061>.05$) eğitim durumu değişkenine göre anlamlı olarak farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Çocuklarının engel türüne göre öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin farklılaşma durumunu belirlemek amacıyla yapılan Anova sonuçlarına ilişkin elde edilen bulgular tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4. Öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin çocuk engel türüne göre anova sonuçlarına ilişkin bulgular

Değişkenler	Engel Türü	n	X	Ss	Sd	f	p	Anlamli fark olan gruplar
Öz-Anlayış	Zihinsel Engelli	190	80.46	13.95	3/720	1.457	.180	
	Otizm	226	77.52	13.17				
	Down Sendromu	84	81.79	15.10				
	Bedensel Engelli	48	82.00	15.87				
	Özgül Öğrenme G.	68	78.75	14.49				
	Dil Konuşma B.	20	81.00	16.91				
	Serebral Palsi	48	81.43	16.12				
	Diğer	40	78.55	14.84				
İyimserlik	Zihinsel Engelli	190	71.11	13.03	3/720	4.591	.000**	B-D B-G
	Otizm	226	68.02	12.66				
	Down Sendromu	84	72.66	12.26				
	Bedensel Engelli	48	76.58	11.57				
	Özgül Öğrenme G.	68	72.66	13.43				
	Dil Konuşma B.	20	75.25	13.47				
	Serebral Palsi	48	75.56	11.43				
	Diğer	40	71.41	14.30				

**P<.01, (A= Zihinsel Engelli, B= Otizm, C= Down Sendromu, D= Bedensel Engelli, E= Özgül Öğrenme G., F= Dil Konuşma B, G= Serebral Palsi, H= Diğer)

Tablo 4 incelendiğinde, özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların, çocuklarının engel türüne göre iyimserlik düzeylerinin (F=4.591; p=.000<.01) anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür. Gruplar arası farkın kaynağını belirlemek için yapılan Tukey testi sonucuna göre anlamlı fark olan grupların otizm ile bedensel engel ve otizm ile serebral palsi engel türüne sahip çocuğu olan bireyler arasında olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Anne babaların öz-anlayış (F=1.457; p=.180) düzeylerinde ise engel türü değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 5'te öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin ekonomik durumlarına göre farklılaşmasına ilişkin yapılan Anova sonucunda elde edilen bulgular verilmiştir.

Tablo 5. Öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin ekonomik durumlarına göre anova sonucuna ilişkin bulgular

Değişkenler	Ekonomik Durum	n	X	Ss	Sd	f	p	Anlamli fark olan gruplar
Öz-Anlayış	Düşük	151	76.47	14.95	3/720	4.846	.000**	A-B, A-C, B-C
	Orta	519	79.94	13.81				
	Yüksek	54	85.20	15.94				
İyimserlik	Düşük	151	67.61	13.10	3/720	2.468	.000**	A-B, A-C
	Orta	519	72.08	12.66				
	Yüksek	54	73.57	14.00				

**p<.01; (A=Düşük, B=Orta, C=Yüksek)

Tablo 5 incelendiğinde, anne babaların ekonomik durum değişkenine göre öz-anlayış (F=4.846; p=.000<.01) ve iyimserlik (F=2.468; p=.000<.01) düzeylerinin anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür. Gruplar arası farkın kaynağı belirlemek için Tukey testi yapılmıştır. Anne babaların öz-anlayış düzeylerinin, ekonomik durumu düşük ile orta ve düşük ile yüksek ve orta ile yüksek olanlar arasında anlamlı fark olduğu görülmüştür. Anne babaların iyimserlik düzeylerinin ise ekonomik durumu düşük ile orta ve düşük ile yüksek olanlar arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu belirlenmiştir. Farkın hem öz anlayış hem de iyimserlik düzeyi için ekonomik durumu yüksek olanlar lehine olduğu görülmektedir.

Tablo 6'da öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin, sosyal destek alma durumuna göre t testi sonucu elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 6. Öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin sosyal destek alma durumuna göre t testine ilişkin bulgular

Değişkenler	Sosyal Destek	n	X	Ss	t	p
Öz-Anlayış	Evet	291	81.25	13.67	-2.562	.012*
	Hayır	433	78.51	14.71		
İyimserlik	Evet	291	73.53	12.32	-3.904	.000**
	Hayır	433	69.73	13.20		

*p<.05, **p<.01

Tablo 6 incelendiğinde, anne babaların öz-anlayış ($t=-2.562$; $p=.012<.05$) düzeylerinde sosyal destek alma değişkenine göre, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olduğu bulunmuştur. Farkın sosyal destek alan anne babaların lehine olduğu görülmektedir. Anne babaların iyimserlik ($t=-3.904$; $p=.000<.01$) düzeylerinde de sosyal destek alma değişkenine göre, anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Farkın sosyal destek alanların lehine olduğu görülmektedir. Başka bir deyişle sosyal destek alanların iyimserlik düzeyleri, destek almayanların iyimserlik düzeylerine oranla anlamlı olarak yüksek bulunmuştur.

4. SONUÇ VE TARTIŞMA

Araştırma bulgularına göre anne babaların, cinsiyet durumlarına göre öz-anlayışlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı bulunmuştur. Candemir'in (2019), engelli çocuğu olan ve olmayan ebeveynler ile gerçekleştirdiği çalışmasında, cinsiyet ile öz-anlayış arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucu, bu çalışmanın sonucuyla paralellik göstermektedir. Alanyazında araştırmanın bu bulgusunu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır (Yılmaz, 2009; Yiğit, 2015; Çırpan, 2016; Öztürk, 2017; Kılavuzoğlu, 2018; Atlı, 2019; Çapan, 2019; Meriç, 2020; Alaloğlu, 2020; Küçük, 2020). Raes (2010), öz-anlayış, depresyon ve kaygı arasındaki ilişkide düşünce bileşenlerinin etkisini incelemiş olduğu araştırmasında, öz-anlayış düzeyleri açısından kadınların puan ortalamalarının daha düşük olduğunu belirterek bu araştırma sonucundan farklılık göstermektedir. Neff ve Vonk' un (2009) öz-anlayış ve benlik saygısını inceledikleri ve Bluth, Campo, Futhc ve Gaylord' un (2017), ergenlerin öz-anlayış ve duygusal iyi olmada yaş ve cinsiyet farklılıkları üzerine yaptıkları çalışmalar sonucunda, öz-anlayış ve cinsiyet arasında anlamlı farklılık olduğu bulunarak bu çalışma bulgusundan farklılık göstermektedir. Yapılan bu çalışma sonucunda ulaşılan cinsiyet ile öz-anlayış düzeyinde anlamlı bir fark bulunmaması, öz-anlayışın daha farklı değişkenler ile ilişkili olabileceğinden ve kişilik örüntülerinden de etkilenebilmesinden kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir. Ayrıca özel gereksinimli bir çocuğa sahip olmak hem anne hem de babaların psikolojik ve sosyal açıdan aynı zorlukları yaşamalarına neden olabilir. Bunun yanında çocuğa bakım verme, çocuğun ihtiyaçlarının karşılanması ve eğitim süreci gibi konularda paylaşılan sorumlulukların, anne ve babaların öz-anlayış düzeylerini benzer şekilde etkileyebileceği düşünülmektedir. Anne babaların cinsiyet değişkenine göre iyimserlik düzeyleri incelendiğinde anlamlı bir farklılık olduğu ve bu farkın annelerin lehine olduğu bulunmuştur. Bu sonuca benzer şekilde Aymir' in (2004) yetişkinler ile, Ruthig ve Allery' nin (2008), yetişkinler ile, Parmaksız' ın (2011) öğretmen adayları ile, Karaçam ve Pulur' un (2016), öğretmenler ile ve Sivri'nin (2019) yetişkinler ile gerçekleştirdikleri çalışmaların sonucunda cinsiyet ile iyimserlik düzeyi arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu ve kadınların iyimserliklerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonuçları, bu araştırmanın bulgusu ile benzerlik göstermektedir. Alanyazında araştırma sonucundan farklılık gösteren çalışmalar da mevcuttur (Bacanlı ve Ercan, 1999; Gülcan, 2014; Hırlak, Taşlıyan ve Sezer, 2017). Cinsiyet farklılıkları sosyal rol teorisine göre davranışlarda kadınların ev ile ilişkili, erkeklerin ise daha ziyade ekonomik gelir sağlayıcı olarak farklı roller üstlendiklerini ortaya koymaktadır (Eagly, Wood ve Diekman, 2000). Üstlenilen bu roller çoğu toplumda benzer olmakla birlikte, annelerin çocuklarının bakımları ile birincil olarak ilgilendikleri, çok düşük oranda babaların bu rolü üstlendikleri görülmektedir (Green, 2003; Huerta vd., 2013). Annelerin babalara göre daha çok özel gereksinimli çocuğun bakımını üstlenmelerinin (Cangür vd., 2013) annelerin çocuklarıyla daha sıkı bir bağ geliştirmelerine neden olabileceği, bu sayede çocuklarının gelişimlerine dönük daha olumlu bir bakış açısı kazanabilecekleri ve iyimserlik düzeylerinin babalara göre daha yüksek olmasına neden olabileceği şeklinde yorumlanabilir.

Öz-anlayış düzeyinin aile birliktelik durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında, araştırmanın sonucunda aile birliktelik değişkenine göre, anne babaların öz-anlayış düzeylerinde anlamlı bir farklılığın olduğu ve bu sonucun birlikte olan anne babaların lehine olduğu görülmüştür. Araştırmadan elde edilen bu bulgu, Peker'in (2017) yetişkinlerle, Atlı' nın (2018) öğretmenlerle ve Küçük 'ün (2020) yetişkinlerle gerçekleştirdikleri çalışmalarla benzerlik göstermektedir. Trompetter, Kleine ve Bohlmeijer (2017) tarafından, öz-anlayışın, pozitif ruh sağlığı ve psikopatolojiye etkilerini belirlemek üzerine yapılan çalışmada medeni durum ile öz-anlayış arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunarak bu çalışmanın sonucuyla farklılık göstermektedir. Bununla birlikte Öztürk'ün (2017) öğretmenlerle ve Candemir'in (2019) engelle çocuğu olan ve olmayan aileler ile yaptıkları çalışmalarda da, bu araştırma bulgusundan farklı olarak, aile birlikteliği ile öz-anlayış arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucu elde edilmiştir. Evlilikteki birliktelik ortamının yarattığı; sevgi, saygı, anlayış, şefkat ve kabul duygularının yanı sıra, birlikte olan anne babaların, çocuklarının bakımı, gelişimi, eğitim süreci gibi konularda birçok sorumluluğu beraber üstlenerek, birbirlerine yardım etmesi ve eşlerin birbirlerini takdir etmesinin olumsuz durumlarla

mücadele etmeleri noktasında önemli bir destek olarak sayılabileceği ve böylelikle öz-anlayış düzeylerinin artabileceği düşünülmektedir. Ayrılmış olan anne babalarda bu desteğin, birlikte olan anne babalara göre daha az olabileceği ve tek başına özel gereksinimli bir çocuğun sorumluluğunu üstlenerek, güçlüklere baş edebilmenin zorlayıcı olduğu söylenebilir. Aile birliktelik değişkenine göre anne babaların iyimserlik düzeylerinde anlamlı bir farklılık olduğu ve birlikte olan ailelerin ayrılmış ailelere göre iyimserlik düzeylerinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Alanyazında bu sonucu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır (Zur, 2012; Kandemir, 2016; Akçeşme, 2017; Türkgüzeli, 2019; Sivri, 2019). Savur'un (2013) kamu çalışanları ile, Khodarahimi'nin (2015) yetişkinler ile, Tösten ve Özgan'ın (2017) öğretmen adayları ile ve Tongar'ın (2020) anneler ile yaptıkları çalışmalar sonucunda bu araştırmanın bulgusundan farklı olarak iyimserlik düzeylerinin medeni duruma göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığını bulmuşlardır. Cihangir Çankaya (2009), kişilerin iyi olma düzeyleri ile temel psikolojik ihtiyaçlarının giderilmesi arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, temel psikolojik ihtiyaçları karşılanan bireylerin iyi olma düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Evli bireylerin temel psikolojik ihtiyaçlardan, ait olma ihtiyaçlarını aile ortamında karşılayabiliyor olabileceği, eşlerin hem çocuklarının durumunu kabul ve uyum sağlama süreçlerinde birbirlerine katkı sağlıyor olabilecekleri hem de çocuklarının ihtiyaçları ve gelişim süreciyle ilgili konularda karşılaşılan problemler karşısında birbirlerine destek olabilecekleri ve bu nedenle aile birlikteliğinin iyimserlik düzeylerini artırıyor olabileceği şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmada eğitim durumuna göre, anne babaların öz-anlayış düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve bu farkın üniversite mezunu anne babaların lehine olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen bu bulgu Lopez, Sanderman, Ranchor ve Schroevers'in (2018), eğitim seviyesi ile öz-anlayış düzeyi arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu buldukları çalışmanın sonucu ile paralellik göstermektedir. Güleş'in (2017) özel gereksinimli çocuğa sahip anne babalarla, Candemir'in (2019) normal ve engelli çocuğa sahip olan anne babalarla, Alaloğlu'nun (2020) yetişkinlerle ve Meriç'in (2020) okul öncesi eğitime devam eden çocukların ebeveynleri ile yaptıkları çalışmalarda, anne babaların eğitim durumları ve öz-anlayış düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı sonucuna ulaşılarak, bu araştırmanın bulgusuna göre farklılık göstermektedir. Anlayışlı olmak, olgusal olarak mevcut birikimleri ve bakış açıları ışığında, kişilere veya olaylara hoşgörü gösterebilmektir. Öz-anlayış ise kişinin kendisine dönük anlayış göstermesi olarak değerlendirilmektedir. Bu bağlamda, eğitim seviyesinin, bireyin kendini tanımasında önemli bir değişken olduğu düşünülebilir. Eğitim günümüz dünyasının sıkıntılarıyla baş edebilmenin ön şartlarından biri olarak, bilgiyi kişiye ulaştırmaktadır (Bener, 2009). Ayrıca kaliteli ve üretken bir yaşamın gereği olarak görülen eğitim, yaşama uyum sağlama noktasında çok önemli olduğu düşünülebilir. Bu araştırmadan elde edilen sonuca göre anne babaların eğitim seviyeleri yükseldikçe çocuk ile ilgili konularda ortaya çıkan problemlerin üstesinden gelmede ve sorunları çözüme kavuşturmada daha başarılı olabilecekleri, sosyal çevrelerine dair farkındalıklarının yüksek olabileceği ve çevrelerinden yararlanma oranlarının artabileceği ve bu durumun da öz-anlayış seviyelerini etkileyebileceği düşünülmektedir.

Anne babaların eğitim durumları ile iyimserlik düzeyleri incelendiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Bu sonuç Akçeşme'nin (2017), özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin eğitim durumları ile iyimserlikleri arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığını sonucuna ulaştığı çalışması ile benzerlik göstermektedir. Açıkgöz'ün (2006) ve Özdemir'in (2011) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdikleri çalışmaların sonuçları da iyimserlik düzeyinin eğitim durumu değişkenine göre anlamlı farklılaşmadığı sonuçları ile araştırmanın sonucu ile benzerlik göstermektedir. Araştırma sonucu ile farklılık gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Okutan, 2016; Tjaden ve Hunkler, 2017; Sivri, 2019; Tongar, 2020). Bu araştırmadan elde edilen sonuca göre, eğitim seviyesinin anne babalara iyimserlik düzeyi açısından bir avantaj sağlamıyor olabileceği, iyimserliğin eğitim düzeyinden ziyade kişilik özellikleri, yaşam koşullarına bakış açısı ve sosyal destek gibi mekanizmalardan etkileniyor olabileceği bu nedenle eğitim durumlarının, anne babaların iyimserlik düzeyinde bir etkisinin olmadığı şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmada, anne babaların öz-anlayış düzeylerinin, çocuklarının engel türü değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur. Elde edilen bu sonuçla Güleş'in (2017) ve Candemir'in (2019) çalışmalarında, özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların, çocuklarının engel türü ile öz-anlayış düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonuçları benzerlik göstermektedir. Anne babalar normal gelişim gösteren bir çocuğa sahip olmayı beklerken, özel gereksinimli çocuğun doğumu ailelerin sosyal çevrelerinde, beklentilerinde, planlarında, iş yaşamlarında ve mali konularda değişiklikler yaşamalarına neden olmaktadır (Avşaroğlu, 2012). Yapılan bu araştırmanın sonucu doğrultusunda, anne babalarda çocuklarının sahip olduğu engel türünden ziyade, çocuklarının bir tanıya sahip olmasının onların,

çocuklarının durumlarına ilişkin yeterince bilgi edinememeleri, çocuklarının durumunu aile veya toplumdaki diğer kişilere anlatmakta zorlanmalarının, çocukta görülebilen davranış ve sağlık problemlerinin, eğitim ve tedavileri ile çocukları için uygun eğitim kurumu bulma çabalarının, daha fazla zamana, enerjiye ve paraya ihtiyaç duymalarının (Kavak, 2007) psikolojik, sosyal ve duygusal olmak üzere daha etkili olabileceği ve engel türünün anne babaların öz-anlayış düzeylerini etkilemediği düşünülebilir. Araştırmada çocuklarının engel türü değişkenine göre anne babaların iyimserlik düzeylerinde anlamlı farklılaşma olduğu ve otizmlili çocuğa sahip anne babaların iyimserlik düzeylerinin, bedensel engelli ve serebral palsili çocuğu olan anne babalara göre iyimserlik düzeylerinin düşük olduğu görülmektedir. Araştırma bulgusundan farklı olarak Akçeşme (2017), özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin çocuklarının engel türü ile iyimserlikleri arasında, iyimserlik düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma olmadığını tespit etmiştir. Serebral Palsi ve bedensel engelli çocuğu olan ailelerin tedavi sayesinde çocuklarının gelişimlerine dönük beklentilerinin olabileceği, otizmlili çocuğa sahip ailelerin ise çocuklarına karşı ne yapacaklarını bilememesi, bu tanının çocuklarının yaşantısını ne derece etkileyeceği bilinmez, genellikle çok özel gereksinimleri olan çocuğun aile yaşantılarına uyum sağlamada zorlanması ve ailelerin bilinmeyen durumlardan kaygı yaşadıkları (Üstüner Top, 2009) ve bu nedenle bedensel engel ve serebral palsili çocuğu olan anne babaların iyimserlik düzeylerine göre otizmlili çocuğa sahip anne babaların iyimserlik düzeylerinin düşük olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmada, anne babaların ekonomik durum değişkenine göre öz-anlayış düzeyleri arasında, anlamlı yönde bir farklılaşma olduğu ve bu farklılaşmanın ekonomik durumu yüksek olanların lehine olduğu tespit edilmiştir. Peker (2017) yetişkinlerle yaptığı çalışmada, gelir durumu düşük olan kişilerin öz-anlayış düzeylerinin anlamlı şekilde düşük olduğunu saptayarak bu çalışmanın sonucunu desteklemektedir. Bununla birlikte Çetin'in (2017) ergenlerle ve Chiacchia, Greenglass, Katter ve Fiksenbaum'un (2018) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmalarda aile gelir durumu yüksek olan bireylerin öz-anlayış düzeylerinin anlamlı derecede yüksek olduğu sonuçları, bu araştırmanın bulgusu ile benzerlik göstermektedir. Neff ve Vonk' un (2009) yetişkinlerle, Sayın'ın (2017) üniversite öğrencileri ile, İme 'nin (2018) ve Şahin'in (2018), ergenler ile, Candemir' in (2019) normal çocuğu olan ve engelli çocuğu olan ebeveynler ile ve Meriç'in (2020) ebeveynler ile yaptıkları çalışmaların sonucunda ekonomik durum ile öz-anlayış düzeyi arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı sonuçları bu araştırmanın bulgusu ile farklılık göstermektedir. Özel gereksinimli çocuğa sahip olmak anne babaların sorumluluklarını ve işlevlerini arttırmaktadır (Özekes, Girli, Yurdakul ve Sarısoy, 1998). Çocuğun doğumu ile beraber anne babalar, engel durumuna göre eğitim, tedavi, bakım, hastane ve ilaç gibi ek harcamalar ile karşılaşabilmekte ve eşlerden biri çocuğun bakımı için işinden ayrılmak zorunda kalabilmektedir. Çocuğun eğitimine ilişkin farklı merkezlerdeki tedavi ve eğitim olanaklarından yararlanmak için şehir değişikliği ve eğitim dışındaki bakım masrafları anne babaların ekonomik açıdan sorun yaşamasına neden olmaktadır (Wallender vd., 1989; Aydoğan, 1999). Bu araştırmada öz-anlayışın ekonomik durum ile farklılaşmasının, yüksek gelir düzeyinin, temel ihtiyaçlardan başlayarak maddi ihtiyaçları karşılama noktasında imkân sağlaması, anne babaları çocuklarına fazladan eğitim aldırma ve çocuklarının tedavi masrafları açısından rahatlatması, çocuklarının durumuna uyum sağlayarak gelişimlerine katkı sağlaması açısından, anne babaların öz-anlayışlarını etkileyebileceği düşünülmektedir. Ekonomik durum değişkeni ile özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların iyimserlik düzeyleri arasında anlamlı farklılaşma olduğu ve bu farklılaşmanın ekonomik durumu yüksek olan anne babalar lehine olduğu tespit edilmiştir. Alanyazında bu sonucu destekleyen çalışmalar (Parmaksız, 2011; Taylor, Widaman, Robins, Jochem, Early ve Conger, 2012; Okutan, 2016; Özdoğan, 2017; Tongar, 2020) ile beraber farklılık gösteren çalışmalar da (Akçeşme, 2017; Hırlak, Taşlıyan ve Sezer, 2017; Olcay ve Doğan, 2020) bulunmaktadır. Ekonomik refah seviyesinin yüksek olması, özel gereksinimli çocuklarının ihtiyaçlarını karşılama noktasında yaşam kalitesinin ve standartlarının yükselmesi, sağlık ve eğitim gibi alanlardan daha kolay faydalanabilmelerini sağlaması, genelde maddi imkânlarla paralel olarak gelişen sosyal çevrenin imkânları ile anne babaların destek unsurlarının arttığı ve tüm bu durumların iyimserliklerini etkileyebileceği şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmada, sosyal destek alma değişkenine göre anne babaların öz-anlayış düzeyleri incelenmiş ve anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur. Sosyal destek alan anne babaların öz-anlayış düzeylerinin, sosyal destek almayanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu sonuç, Crocker ve Canevello (2008), çalışmalarında, öz-anlayışı yüksek bireylerin karşısındaki kişilere daha çok destek sağladıkları sonucu ile benzerlik göstermektedir. Özel gereksinimli çocuğa sahip anne babalar, dünyaya gelen çocuklarına nasıl yardımcı olacaklarını öğrenmek ve bu konuda bilgi sahibi olmaya çalışırken bu yeni durumla baş edebilmek için desteğe ihtiyaç duymaktadırlar (Bahar, Bahar, Savaş ve Parlar 2009). Dicle (2015)



araştırmasında, özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların bu duruma uyum sağlayabilmeleri ve karşılaştıkları güçlüklerle başa çıkabilmeleri noktasında ailelerin sahip olduğu psikolojik ve sosyal desteğin, onlar üzerinde oldukça olumlu etkilere sahip olduğunu belirtmiştir. Yapılan bu araştırmanın sonucuna göre, sosyal destek alma durumu anne babaların öz-anlayışlarını anlamlı şekilde yordamaktadır. Anne babalara verilecek sosyal desteğin, çocuklarının durumuna uyum sağlamasını kolaylaştıracağı, sevgi, güven ve bağlılık gibi duygular geliştirerek ortaya çıkabilecek olumsuz psikolojik belirtileri azaltabileceği, toplum tarafından kabul görme, ait olma ihtiyaçlarını karşılayabileceği ve yalnız olmadıklarını bilmelerinin sağlanabileceği düşünülerek öz-anlayış düzeylerini arttıracığı söylenebilir. Ayrıca Demirbilek (2013) çalışmasında aile üyelerinin özel gereksinimli çocuğa destek olmalarının ancak kendilerinin de sağlıklı destek almaları ile sağlanacağını belirtmiştir. Dolayısıyla alınan ve algılanan sosyal desteğin öz-anlayışı olumlu yönde etkilediği söylenebilir. Anne babaların sosyal destek değişkenine göre iyimserlik düzeylerine bakıldığında anlamlı bir farklılaşma olduğu ve bu farkın sosyal destek alanların lehine olduğu sonucuna varılmıştır. Elde edilen bu bulgu Brissette, Scheier ve Carver' in (2002), Karademas' in (2006), Yamaç' in (2009) ve Applebaum, Stein, Lord Bessen, Bessin, Rosenfeld ve Breitbart' in (2014), yaptıkları çalışmaların sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Dunst ve Trivette (1990) sosyal desteğin, özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların yaşantılarına önemli bir etkisi olduğunu ve sosyal desteğin duygusal ve fiziksel stresi azaltarak kişinin daha iyi hissetmesini sağladığını vurgulamışlardır. Günümüz yaşamında sosyal destek ile stres, depresyon ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkiler, kişilerarası ilişkilerde temel problemleri oluşturmaktadır (Şimşek, 2015). Özel gereksinimli çocuğa sahip olmak ailelerin kaygı ve stres düzeyini arttırmakta ve depresyon düzeylerini etkilemektedir (Avşaroğlu ve Çavdar, 2018). Akçeşme (2017), özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin iyimserlik düzeyleri ve stresle başa çıkma stillerini incelediği çalışmasında, iyimserlik düzeyi ve stresle başa çıkma tutumu alt boyutlarından dış yardım arama düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu, dış yardım arama düzeyi arttıkça iyimserlik düzeyinin de artacağını belirtmiştir. Bilgiler ışığında sosyal desteğin ailelerin kaygı, stres ve depresyon gibi olumsuz durumlarla baş etmesinde yardımcı bir faktör olabileceği ve bu durumun iyimserlik düzeylerini de etkileyeceği düşünülmektedir.

5. ÖNERİLER

1. Özel gereksinimli çocuğa sahip babaların iyimserlik düzeylerini arttırmaya dönük psiko-eğitim programlarının düzenlenmesi,
2. Eşinden ayrılmış anne babalara özel eğitim kurumlarında uzman kişiler tarafından, psiko-sosyal destek hizmetlerinin sağlanması,
3. Eğitim seviyesi düşük ailelere öz-anlayış beceri eğitimleri verilerek öz-anlayış düzeylerinin artırılması,
4. Otizmlili çocuğu olan ailelerin iyimserlik düzeylerini ele alan farklı çalışmaların yapılması,
5. Özel gereksinimli çocuğa sahip ekonomik durumu düşük düzeydeki anne babaların, ihtiyaçlarını karşılamaya dönük sosyal destek birimlerinin oluşturulması,
6. Özel gereksinimli çocuğa sahip aileler belirlenerek, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Hizmetlerinin sağlanması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

Açıkgöz, S. (2006). *Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ile öz yetkinlik ve iyimserlik ilişkisi: Ankara Üniversitesi örneği* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Akçamete, G. (2010). Özel gereksinimi olan çocuklar. Gönül Akçamete (Edt.). *Genel eğitim okullarında özel gereksinimi olan öğrenciler ve özel eğitim* (3. Baskı), 32-33. Kök Yayıncılık.

Akkök, F. (2013). Özel gereksinimli çocuklar ve özel eğitime giriş. Ayşegül Ataman (Edt.). *Farklı özelliğe sahip çocuk aileleri ve aileler ile yapılan çalışmalar* (10.Baskı). Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.

Alaloğlu, G. (2020). *Mükemmeliyetçilik, kendini sabotaj, öz-şefkat ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Applebaum, A.J., Stein, E.M., Lord Bessen, J., Bessin, H., Rosenfeld, B. ve Breitbart, W. (2014). Optimism, social support, and mental health outcomes in patients with advanced cancer. *Psychooncology*, 23(3), 299-206.



- Atlı, F. (2019). *Öğretmenlerin öz-anlayışları ile mesleki tükenmişlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Avşaroğlu, S. (2012). Zihinsel yetersizliğe sahip çocuğu olan anne babaların kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 9(1), 533-550.
- Avşaroğlu, S. ve Çavdar, İ. (2018). Görme engelli çocuğa sahip anne-babaların kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 47, 105-122.
- Aydoğan, A.A. (1999). *Özürlü çocuğu sahip olan anne babaların umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aymir, C. (2004). *Optimistic vs. pessimistic explanatory (attributional) style as a predictor of job performance in insurance sector* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bacanlı, F. ve Ercan, L. (1999). Deprem stresiyle başa çıkmanın iyimserlik ve cinsiyete göre incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(25), 1-16.
- Bahar, A., Bahar, G., Savaş, H. ve Parlar, S. (2009). Engelli çocukların annelerinin depresyon ve anksiyete düzeyleri ile stresle başa çıkma tarzlarının belirlenmesi. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 4(11), 98-111.
- Balcı, S. ve Yılmaz, M. (2002). İyimserlik ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *On dokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 54- 60.
- Bener, Ö. (2009). Annelerin kız çocukların eğitimi konusunda görüşleri. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* 6(2).
- Beşikçi, H. (2000). *Otistik olan ve otistik çocuğu olmayan normal çocuklara sahip anne babaların kaygı düzeyleri ve aile yapıları* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bluth, K., Campo, R.A., Gaylord, S.A. ve Futhc W.S. (2017). Age and Gender Differences in the Associations of Self- Compassion and Emotional Well-being in A Large Adolescent Sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(4), 840-853.
- Brisette, I., Scheier, M. F. ve Carver, C. S. (2002). The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 102–111. doi: 10.1037/0022-3514.82.1.102.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. K., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (15. Baskı). Pegem Akademi.
- Candemir, M.L. (2019). *Engelli çocuğa sahip olan ve olmayan ebeveynlerin öz-anlayış, kişilik ve merhamet özelliklerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Cangür, Ş., Civan, G., Çoban, S., Koç, M., Karakoç, H., Budak, S., İpekçi, E. ve Ankaralı, H. (2013). Düzce ilinde bedensel ve/veya zihinsel engelli bireylere sahip ailelerin toplumsal yaşama katılımlarının karşılaştırmalı olarak değerlendirilmesi. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 3(3), 1-9.
- Carver, C., Scheier, M., Segerstrom, S. (2010). Optimism. *Clinical psychology review* 30, 879–889.
- Chiacchia, D.J., Greenglass, E.R., Katter, J.K. ve Fiksenbaum, L. (2018). The role of self-compassion during difficult economic times. *Anxiety, Stress & Coping*, 31(6), 611-625. Doi: 10.1080/10615806.2018.1519703.
- Cihangir Çankaya, Z. (2009). Öğretmen adaylarında temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve iyi olma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(3), 691-711.
- Crocker, J. ve Canevello, A. (2008). Creating and undermining social support in communal relationships: The role of compassionate and self-image goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 555–575.

- Çapan, M. (2019). *Üniversite öğrencilerinin merhamet ve öz-anlayış düzeylerinin kişilik özellikleri açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çetin, S. (2017). *Ergenlerin mizah tarzları ve öz-anlayış düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çırpan, E. (2016). *Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri ve öz-anlayış düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Demir, R. ve Murat, M. (2017). Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(13), s. 347-378. Doi:10.26466/opus.347656.
- Demirbilek, M. (2013). Zihinsel Engelli Bireylerin ve Ailelerinin Gereksinimleri, *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 7(3).
- Deniz, M.E., Kesici, Ş., Sümer, S. (2008). The validity and reliability of the turkish version of the self-compassion scale. *Social behavior and personality*, 36 (9), 1151-1160.
- Dicle, A.N. (2015). *Motivasyonel görüşme uygulamaları: Engelli çocuğa sahip ailelerin başa çıkma tutumlarına etkisi*. Türkiye Alim Kitapları.
- Doğan, T. (2017). <http://www.tayfundogan.net/2017/03/03/kendine-iyi-davranmanin-psikolojisi-oz-anlayis/> 15.11.2019.
- Dunst, C.J. ve Trivette, C.M. (1990). Mediating influencens and Social support: Personel, family and functioning and social support. *American Journal on Mental Retardation*, 102(3), 267-279.
- Eagly, A. H., Wood, W., & Diekman, A. B. (2000). Social role theory of sex differences and similarities: a current appraisal. In: T. Eckes ve H. M. Trautner (Edt.), *The Developmental Social Psychology of Gender*, 123-174.
- Eliüşük, A. (2014). *Sabır eğilimini öz belirleme, öz-anlayış ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Etgüer, D., Toran, M. ve Ünsever, Ö. (2017). Ebeveynlerin özel gereksinimli çocuklara yönelik algılarının incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 4(3), 18-19.
- Goleman, D. (2000). *İş başında duygusal zekâ*, (H. Balkara Çev.). Varlık Yayınları.
- Green, S. E. (2003). What do youmean “what’s wrong with her?”: Stigma and the lives of families of children with disabilities. *Social Science and Medicine*, 57(8), 1361- 1374.
- Gülcan, A. (2014). *Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumunu üzerindeki etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Güleş, E. (2017). *Özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların yaşam doyumlarının öz-anlayış ve merhamet düzeyleri açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Heward, W. L. (1996). Exceptional children, an introduction to special education. *Fifth Edition*, Prentice-Hall.
- Hırlak, B., Taşlıyan, M. ve Sezer, B. (2017). İyimserlik ve yaşam doyumunu arasındaki ilişki ve demografik özellikler bağlamında algı farklılıkları: Bir alan araştırması. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 7(1), 95-115.
- Huerta, M., Adema, W., Baxter, J., Han, W., Lausten, M., Lee, R. Ve Waldfogel, J. (2013). Fathers’ leave, fathers’ involvement and child development: Are they related? Evidence from four oecd countries. *OECD Social, Employmentand Migration Working Papers*, 140, 67. doi:10.1787/5k4dlw9w6czq-en
- İme, Y. (2018). *Ergenlerin çocukluk örselenme yaşantıları ile öz-anlayışları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Kandemir, F. (2016). *Umut-iyimserlik ve dindarlık ilişkisi* (Yayımlanmamış, Doktora Tezi), Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Karaçam, A. ve Pulur, A. (2016). Beden eğitimi öğretmenlerinin başarı algısı, akademik iyimserlik, psikolojik iyi oluş ve fiziksel saygı düzeylerinin incelenmesi. *Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 1-22.
- Karademas, E.C. (2006). Self-efficacy, social support and well-being: The mediating role of optimism. *Personality and Individuals Differences*, 40(6), 1281-1290. doi: 10.1016/j.paid.2005.10.019.
- Karasar, N. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri*, 25. Baskı, Nobel Yayıncılık: Ankara.
- Kavak, S. (2007). *Algılanan aile yakınları destek ölçeğinin geliştirilmesi ve 0-6 yaş arası engelli çocuğu olan annelerin yakınlarından aldığı desteği algulamaları* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Khodarahimi, S. (2015). The role of marital status in emotional intelligence, happiness, optimism and hope. *Journal of Comparative Family Studies* 46(3), 351-371. doi: 10.3138/jcfs.46.3.351.
- Kılavuzoğlu, E. (2018). *Üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısının yordayıcıları olarak kişilik özellikleri ve öz-anlayış* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Küçük, M. (2020). *Yetişkinlerin öz-şefkat, bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluş özelliklerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Batts Allen, A. ve Hancock, J. (2007). Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: the implications of treating oneself kindly. *Journal of personality and social psychology*, 92(5), 887.
- Lopez, A., Sanderman, R., Ranchor, A.V. ve Schoevers, M.J. (2018). Compassion for others and self-compassion: Levels, correlates, and relationship with psychological well-being. *Mindfulness*, 9, 325-331. doi:10.1007/s12671-017-0777-z.
- MEB (2018). Özel eğitim hizmetleri yönetmeliği, 10.09.2018. 07.07.2018, 30472 Sayılı Resmî Gazete.
- Meriç, F. (2020). *Şefkat korkusu, öz-anlayış ve psikolojik dayanıklılık: okul öncesi eğitime devam eden çocukların ebeveynleri üzerine bir araştırma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Biruni Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Myers, L.B. ve Reynolds, D. (2000) How optimist are repressors? the relationship between repressive coping, controllability, self-esteem and comparative optimism for health-related events. *Psychology and Health*, 15, 677-687.
- Neff, K. D. ve Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of Personality*, 77, 23-50.
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L. ve Rude, S. S. (2007). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of research in personality*, 41(1), 139-154.
- Neff, K.D. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward one self. *Self and Identity*, 2(2), 85-101.
- Okutan, (2016). *Zihinsel engelli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarının iyimserlik ve psikolojik belirti düzeyleri açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Olçay, A. ve Doğan, G. (2020). Turizm eğitimi alan öğrencilerin iyimserlik ve kötümserlik kişilik özelliklerinin yıllar itibarıyla kıyaslanması. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 19(2).
- Özdemir, G. (2011). *Ebelik ve hemşirelik öğrencilerinin iletişim becerileri ve yaşam yönelimlerinin stresle baş etme tutumları üzerine etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özdoğan, H. (2018). *Yetişkinlerin bilinçli farkındalık düzeylerinin iyimserlik ve yaşam doyumlarına etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). On dokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.

- Özekes, M., Girli, A., Yurdakul, A. ve Sarısoy, M. (1998). *Evlilik ilişkisinde engelli çocuğa sahip olmanın rolü*. 10.Ulusal Psikoloji Kongre Bildirisi.
- Öztürk, Ş. (2017). *İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde öz-anlayış ile işe bağlı gerginlik düzeyleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Toros Üniversitesi Sosyal Bilimler Üniversitesi, Mersin.
- Pallant, J. (2013). *SPSS survival manual*. McGraw-Hill Education (UK).
- Parmaksız, İ. (2011). *Öğretmen adaylarının benlik saygısı düzeylerine göre iyimserlik ve stresle başa çıkma tutumlarının incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Peker, E. (2017). *Çocukluk çağı travmaları, yetişkinlik döneminde bağlanma biçimi ve öz-anlayış arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Raes, F. (2010). Rumination and worry as mediators of the relationship between self-compassion and depression and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 48, 757-761.
- Ruthig, J.C. ve Allery, A. (2008). Native American elders' health congruence: the role of gender and corresponding functional well-being hospital admissions and Social engagement. *Journal of Health Psychology*, 13(8), 1071-1081.
- Savur, N. (2013). *Otantik liderlik ve çalışanların psikolojik sermayeleri arasındaki ilişki üzerine bir araştırma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyon.
- Sayın, M. (2017). *Üniversite öğrencilerinin öz-anlayış, kendini affetme ve başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiler örüntüsü: Bir yol analizi çalışması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Sivri, F.Z. (2019). *Yetişkinlerde affedicilik, iyimserlik ve öznel zindelik arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, Konya.
- Smith, J. (2015). Parent's experiences of living with a child with a long term condition: a rapid structured review of the literature. *Health Expect*, 18(4), 452-474. doi: 10.1111/hex.12040.
- Şahin, D. (2018). *Ortaöğretim kurumlarına devam eden 14-18 yaş arası ergenlerin anne baba tutumları ve öz-anlayışlarının sosyal görünüş kaygılarına etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şimşek, D. (2015). *Otistik çocuğu olan annelerin algıladıkları sosyal desteğe göre umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Taylor, Z. E., Widaman, K. F., Robins, R. W., Jochem, R., Early, D. R. ve Conger, R. D. (2012). Dispositional optimism: A psychological resource for Mexican-origin mothers experiencing economic stress. *Journal of Family Psychology*, 26(1), 133-139. doi: 10.1037/a0026755.
- Tjaden, J.D. ve Hunkler, C. (2017). The optimism trap: Migrant' educational choices in stratified education systems. *Social Science Research*, 67, 213-228.
- Tongar, H.K. (2020). *Pandemi sürecindeki annelerin iyimserlik-kötümserlik düzeyleri ile çocuklarının kaygı seviyeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: Türkiye covid-19 örneği* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Tösten, R. ve Özgan, H. (2017). Öğretmenlerin pozitif psikolojik sermayelerine ilişkin algılarının incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16, 867- 889.
- Trompetter, H.R., Kleine, E. ve Bohlmeijer, E.T. (2017). Why does positive mental health buffer against psychopathology? an exploratory study on self-compassion as a resilience mechanism and adaptive emotion regulation strategy. *Cogn Ther Res*, 41, 459-468. doi:10.1007/s10608-016-9774-0.

- Türküzeli, O. (2019). *Anne babası boşanmış ve boşanmamış çocukların temel psikolojik ihtiyaçlarının ve iyimserliklerinin karşılaştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Uğurlu, O. (2013). Pozitif ve negatif duyguların iyimserlik, karamsarlık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki ara bulucu etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(2), 497-504.
- Üstüner Top, F. (2009). Otistik çocuğa sahip ailelerin yaşadıkları sorunlar ile ruhsal durumlarının değerlendirilmesi: Niteliksel araştırma. *Çocuk Dergisi*, 9(1), 34-42.
- Wallender, J. L., Varni, J.W., Babani, L., Dehan, C.B. ve Banis, K. T. (1989). Social environment and the adaptation of mothers of physically handicapped children. *Journal of Pediatric Psychology*, (14), 371-378.
- Yamaç, Ö. (2009). *Üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Yaralı, D. (2015). Özel gereksinimli bireylere yönelik bir tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *E-Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(3), 1-11.
- Yılmaz, M. T. (2009). *Üniversite öğrencilerinin öz-anlayışları (self-compassion) anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Yiğit, Z. (2015). *13-18 yaş arasındaki ergenlerde, problemler, internet kullanımı, öz-anlayış ve iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Zur, H.B. (2012). Loneliness, optimism, and well-being among married, divorced, and widowed individuals. *The Journal of Psychology*, 146(1-2), 23-36. doi: 10.1080/00223980.2010.548414.