



T.C.
BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

TR, Balıkesir University, Institute of Health Sciences



REKREATİF FİZİKSEL AKTİVİTELERE
KATILAN OTİZMLİ ÇOCUKLARA SAHİP
EBEVEYNLERİNİN KAYGI, AİLE
YILMAZLIK VE YAŞAM DOYUM
DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

DOKTORA TEZİ

YILMAZ DENİZ

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Bilim Alan Kodu: 130102



BALIKESİR

2026

T.C.
BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**REKREATİF FİZİKSEL AKTİVİTELERE KATILAN OTİZMLİ
ÇOCUKLARA SAHİP EBEVEYNLERİNİN KAYGI, AİLE
YILMAZLIK VE YAŞAM DOYUM DÜZEYLERİNİN
İNCELENMESİ**

DOKTORA TEZİ

YILMAZ DENİZ

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. NAHİT ÖZDAYI

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Bilim Alan Kodu: 130102

BALIKESİR

2026

T.C.



BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



TEZ KABUL VE ONAY

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora Programı

çerçevesinde **Yılmaz DENİZ** tarafından yürütülmüş ve tamamlanmış olan

**“REKREATİF FİZİKSEL AKTİVİTELERE KATILAN OTİZMLİ
ÇOCUKLARA SAHİP EBEVEYNLERİNİN KAYGI, AİLE YILMAZLIK VE
YAŞAM DOYUM DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ”**

başlıklı tez çalışması,

Balıkesir Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin
ilgili maddeleri uyarınca aşağıdaki jüri tarafından

DOKTORA TEZİ

olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 27/03/ 2026

TEZ SINAV JÜRİSİ

Prof. Dr. İlhan ADILOĞULLARI
Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi
(**Başkan**)

Doç. Dr. Nahit ÖZDAYI
Balıkesir Üniversitesi
Üye (**Danışman**)

Prof. Dr. Zekeriya GÖKTAŞ
Balıkesir Üniversitesi
Üye

Dr. Öğr. Üyesi Can ÖZGİDER
Çanakkale Onsekiz Mart
Üniversitesi
Üye

Dr. Öğr. Üyesi Alp Kaan KILCI
Balıkesir Üniversitesi
Üye

Yukarıdaki Doktora Tezi,

sınav jüri üyeleri tarafından imzalanarak 06/04/2026 tarihinde teslim edilmiştir.

Prof. Dr. Şükrü Metin PANCARCI
Enstitü Müdürü

BEYAN

Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasında;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dökümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlâk kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıpları kabullendiğimi **beyan ederim.**

06/04/2026

İmza

Yılmaz DENİZ

ÍTHAF

Aileme ithafen...

TEŐEKKÜR

Tez çalıőmamın gerçekleőmesinde yardımlarını ve desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen doktora eğitimim suresince her zaman desteğini gördüğüm değerli danıőmanım Doç. Dr.Nahit ÖZDAY I'ya,

Üniversite hayatımın ilk yıllarından itibaren yanımda olan, maddi manevi desteklerini gördüğüm, kıymetli hocam Prof. Dr. Fahri AKÇAKOYUN'a,

Tez izleme aőamalarında her türlü bilgi ve deneyimlerini benim ile paylaőan Prof. Dr. Zekeriya GÖKTAŞ ve Prof. Dr. İlhan ADİLOĞULLARI'na

Bu süreçte hem akademik hem de manevi desteğini esirgemeyen kıymetli dostum, hocam, Murat AKBAL'a,

Bugünlere gelmemde en büyük emeğe sahip olan, her zaman ve her koőulda bana destek olan, doğruluğu, dürüstlüğu öğreten sevincimi, üzüntümü, gururumu paylaőan babam Mahmut DENİZ, annem Edibe DENİZ, üzerimde çok büyük emeği bulunan her daim yanımda olan Abilerim, ablalarım ve kardeőlerim'e teőekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER	i
ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	viii
TABLolar DİZİNİ	ix
1.GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Amacı.....	2
1.2. Araştırmanın Hipotezleri.....	3
1.3. Araştırmanın Önemi	4
1.4. Sayıtlar	4
1.5. Sınırlılıklar	5
2. GENEL BİLGİLER	6
2.1. Rekreasyon Kavramı	6
2.2. Rekreasyonun Özellikleri	8
2.3. Rekreasyon İhtiyacı.....	9
2.3.1. Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi	10
2.4. Rekreasyonun Sınıflandırılması	12
2.4.1. Faaliyetlere Katılım Şekillerine Göre Rekreasyon	13
2.4.2. Faaliyetlere Katılım Amaçlarına Göre Rekreasyon	13
2.4.3. Faaliyetlerin Yapıldığı Mekana Göre Rekreasyon	15
2.4.4. Faaliyetlere Katılımcı Sayısına Göre Rekreasyon	16
2.4.5. Yerel Sınıflamaya Göre Rekreasyon.....	16
2.4.6. Özel İşlevlerine Göre Rekreasyon	17
2.5. Rekreasyonun Faydaları.....	18
2.5.1. Fiziksel Faydaları.....	19
2.5.2. Psikolojik Faydaları	19
2.5.3. Sosyal Faydaları	20
2.6. Otizm ve Rekreasyon	20
2.7. Otizm Spektrum Bozukluğu.....	22
2.7.1. Otizm Spektrum Bozukluğu Kavramı ve Tanımı	22
2.7.2. Otizm Spektrum Bozukluğu Tarihçesi.....	22
2.7.3. Otizm Spektrum Bozukluğunun Seyri	25
2.7.4. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireylerin Özellikleri	26
2.7.5. Otizm Spektrum Bozukluğunun Nedenleri	28
2.7.6. Otizm Spektrum Bozukluğunun Belirtileri	31

2.8. Fiziksel Aktivite ve Otizm Spektrum Bozukluğu	33
2.9. Çocuklar İçin Özel Gereksinim Raporu (ÇÖZGER) Yönetmeliğine İlişkin Genel Bir Değerlendirme	36
2.10. Otistik Çocuklar Eğitim Merkezlerinin İşleyişine İlişkin Yasal Çerçeve	38
2.11. Araştırma İle İlgili Kaynak Araştırması	39
3. MATERYAL VE YÖNTEM	42
3.1. Araştırmanın Yeri, Zamanı ve Örneklem Seçimi.....	42
3.2. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenler	43
3.3. Araştırmanın Genel Planı	43
3.4. Veri Toplama Araçları.....	44
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu	44
3.4.2. Beck Anxiety Inventory (Beck Kaygı Ölçeği)	44
3.4.3. Aile Yılmazlık Ölçeği	45
3.4.4. Yaşam Doyumu Ölçeği	46
3.5. Veri Toplama Yöntemi.....	46
3.6. Verilerin Analizi	47
4. BULGULAR.....	48
4.1. Sosyo- Demografik Değişkenlere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	48
4.2. Ebeveynlerin Aile Yılmazlık, Yaşam Doyum ve Kaygı Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Anova Test Sonuçları	49
4.3. Ebeveynlerin Aile Yılmazlık, Yaşam Doyum ve Kaygı Düzeylerinin Çocuğa Yakınlık Derecesine Göre T-testi Sonuçları.....	51
4.4. Ebeveynlerin Aile Yılmazlık, Yaşam Doyum ve Kaygı Düzeylerinin Eğitim Durumuna göre Anova Test Sonuçları.....	54
4.5. Ebeveynlerin Aile Yılmazlık, Yaşam Doyum ve Kaygı Düzeylerinin Düzenli Olarak Rekreatif Fiziksel Aktivite Yapıyor musunuz Değişkenine Göre T-testi Sonuçları..	56
4.6. Ebeveynlerin Aile Yılmazlık, Yaşam Doyum ve Kaygı Düzeylerinin Sosyal Yardım Alıyor musunuz Değişkenine Göre T-testi Sonuçları	58
4.7. Ebeveynlerin Aile Yılmazlık, Yaşam Doyum ve Kaygı Durumları Arasında Korelasyon Analizi Sonuçları	60
4.8. Yaşam Doyum' un Kaygı Düzeyleri Tarafından Yordanmasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları.....	62
4.9. Yaşam Doyum' un Aile Yılmazlık Düzeyleri Tarafından Yordanmasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları.....	62
5. TARTIŞMA.....	63
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	87
6.1. Sonuçlar	87
6.2. Öneriler.....	92
KAYNAKLAR.....	94
ÖZGEÇMİŞ	110
EKLER.....	111

EK-1. Çocuklar İçin Özel Gereksinim Değerlendirmesi Hakkında Yönetmelik	111
EK-2. Millî Eğitim Bakanlığı Otistik Çocuklar Eğitim Merkezleri Yönergesi	113
EK-3. Demografik Bilgi Formu	116
EK-4. Beck Anxiety Inventory (Beck Anksiyete/Kaygı Envanteri)	117
EK-5. Aile Yılmazlık Ölçeği	118
EK-6. Yaşam Doyumu Ölçeği	121
EK-7. Etik Kurul Onayı	122
EK-8. Kurum İzin Belgesi	123

ÖZET

REKREATİF FİZİKSEL AKTİVİTELERE KATILAN OTİZMLİ ÇOCUKLARA SAHİP EBEVEYNLERİNİN KAYGI, AİLE YILMAZLIK VE YAŞAM DOYUM DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Bu araştırmanın temel amacı, Balıkesir merkezde rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlı çocuklara sahip ebeveynlerin, kendilerine zaman ayırdıklarında gerçekleştirdikleri rekreatif aktivitelerin; kaygı, aile yılmazlık ve yaşam doyumu düzeyleri üzerindeki etkisini incelemektir. Ayrıca, bu etkilerin çeşitli demografik değişkenler açısından anlamlı farklılık gösterip göstermediği de araştırılmıştır.

Araştırmanın örneklemini, Balıkesir merkezde ikamet eden otizmlı çocuklara sahip 220 anne (%71,2) ve 89 baba (%28,8) olmak üzere toplam 309 gönüllü ebeveyn oluşturmuştur. Araştırmada ebeveynlerin kaygı düzeyini belirlemek amacıyla, ilk olarak 1988 yılında Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Ulusoy ve arkadaşları (1998) tarafından yapılan “Kaygı Ölçeği”; aile yılmazlık düzeylerini belirlemek için Kaner ve Bayraklı (2010) tarafından geliştirilen “Aile Yılmazlık Ölçeği”; yaşam doyumunu belirlemek amacıyla Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Yetim (1991) tarafından yapılan “Yaşam Doyumu Ölçeği” ile araştırmaya katılanların sosyo-demografik özelliklerini içeren “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçekler çevrim içi ortama aktarılmış ve e-posta, WhatsApp ve Telegram aracılığıyla katılımcılara ulaştırılmıştır. Elde edilen veriler Statistical Package for the Social Sciences programına aktarılmıştır. Verilerin analizinde, hipotezler doğrultusunda ANOVA uygulanmış; homojen varyans varsayımının sağlandığı durumlarda Tukey, sağlanmadığı durumlarda ise Games-Howell post hoc testlerinden yararlanılmıştır. Ayrıca bağımsız gruplar t-testi, korelasyon ve regresyon analizleri gibi istatistiksel yöntemler kullanılmıştır.

Elde edilen bulgular doğrultusunda; Aile Yılmazlık Ölçeği toplam puanı ve tüm alt boyutlarında eğitim durumu değişkenine göre anlamlı farklılıklar tespit

edilmiştir. Ayrıca, aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ile alt boyutları olan mücadelelilik/meydan okuma ve yaşama bağıllık açısından “düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapma” değişkenine göre; mücadelelilik/meydan okuma alt boyutu açısından ise “sosyal yardım alma” değişkenine göre anlamlı farklılıklar belirlenmiştir. Yaşam Doyumu Ölçeği toplam puanının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Kaygı Ölçeği toplam puanının ise yaş, çocuğa yakınlık derecesi ve sosyal yardım alma değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ile alt boyutları olan mücadelelilik/meydan okuma, öz yeterlik, yaşama bağıllık ve kontrol ile yaşam doyumu düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Buna karşın, kaygı düzeyi toplam puanı ile aile yılmazlık ölçeğinin yaşama bağıllık alt boyutu ve yaşam doyumu düzeyi toplam puanı arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, kaygı düzeyinin yaşam doyumu düzeyinin anlamlı ve negatif bir yordayıcısı olduğu; aile yılmazlık düzeyinin ise yaşam doyumunun anlamlı ve pozitif bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre, Otizm spektrum bozukluğu tanılı çocuk sahibi ebeveynlerin eğitim düzeyi yükseldikçe aile yılmazlığı, yaşama bağıllık ve yaşam doyum düzeylerinin arttığı; ileri yaş ve toplumsal bakım sorumluluklarının etkisiyle kaygı düzeylerinin yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular, otizmlili çocuklara sahip ebeveynlere yönelik hem yaşa ve toplumsal cinsiyet rollerine duyarlı hem de eğitim ve aile yılmazlığını güçlendirmeyi hedefleyen müdahalelerin önemini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Otizm, fiziksel aktivite, rekreasyon

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE ANXIETY, FAMILY RESILIENCE AND LIFE SATISFACTION LEVELS OF PARENTS OF CHILDREN WITH AUTISM PARTICIPATING IN RECREATIVE PHYSICAL ACTIVITIES

The primary aim of this study was to examine the effects of recreational activities engaged in by parents of children with autism in the center of Balıkesir, when they dedicate time to themselves, on their levels of anxiety, family resilience, and life satisfaction. Additionally, the study investigated whether these effects varied significantly across different demographic variables.

The study sample consisted of 309 voluntary parents, including 220 mothers (71.2%) and 89 fathers (28.8%) residing in the center of Balıkesir with children diagnosed with autism. To assess parents' anxiety levels, the "Beck Anxiety Inventory," originally developed by Beck et al. (1988) and adapted into Turkish by Ulusoy et al. (1998), was used. Family resilience was evaluated using the "Family Resilience Scale" developed by Kaner and Bayraklı (2010), while life satisfaction was measured using the "Satisfaction with Life Scale" developed by Diener et al. (1985) and adapted into Turkish by Yetim (1991). Participants' socio-demographic characteristics were collected via a "Personal Information Form." The scales were transferred to an online platform and administered to participants via email, WhatsApp, and Telegram. The collected data were analyzed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). Data analysis included ANOVA, with Tukey post hoc tests applied when the homogeneity of variance assumption was met, and Games-Howell tests when it was not. Additionally, independent samples t-tests, correlation, and regression analyses were conducted.

The results indicated significant differences in the total score and all subdimensions of the Family Resilience Scale based on the education level variable. Furthermore, significant differences were found for the total family resilience score and its subdimensions of challenge/mastery and commitment to life according to the "regular participation in recreational physical activity" variable; for the

challenge/mastery subdimension, significant differences were observed according to the “receiving social support” variable. Significant differences were also found in the total score of the Life Satisfaction Scale based on education level. The total score of the Anxiety Scale showed significant differences according to age, degree of closeness to the child, and social support variables. Positive significant relationships were identified between the total family resilience score and its subdimensions challenge/mastery, self-efficacy, commitment to life, and control and the total life satisfaction score. In contrast, negative significant relationships were observed between the total anxiety score and both the commitment-to-life subdimension of family resilience and the total life satisfaction score. Moreover, anxiety was found to be a significant negative predictor of life satisfaction, whereas family resilience was a significant positive predictor.

According to the study findings, parents of children diagnosed with autism spectrum disorder showed increased levels of family resilience, commitment to life, and life satisfaction as their educational level rose, whereas anxiety levels were elevated due to advanced age and the impact of social caregiving responsibilities. These findings underscore the importance of interventions for parents of children with autism that are sensitive to age and gender roles, while also aiming to strengthen education and family resilience.

Keywords: *Autism, physical activity, recreation*

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

AYÖ	:Aile Yılmazlık Ölçeği
BAI	:Beck Anxiety Inventory (Beck Kaygı Ölçeği)
Bağımlı OÇEM	:Okul Öncesi Dönemden İtibaren İlköğretime Çeşitli Programlarla ve Kaynaştırma Eğitimi Yoluyla Devam Edebilecek Otistik Çocuklar İçin İlköğretim Okulu Bünyesinde Açılan Merkezi
Bağımsız OÇEM	:Otistik Özellikleri ve Bireysel Farklılıkları Nedeniyle Kaynaştırma Eğitiminden Yararlanamayacak Durumdaki 3-15 Yaş Grubundaki Otistik Çocukların Kendilerine Yetecek Derecede Bağımsız Yaşam Becerilerini Geliştirmek Amacıyla Açılan Merkezi
BEP	:Bireyselleştirilmiş Eğitim Plânı
DSÖ	:Dünya Sağlık Örgütü
DSM	:Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)
OSB	:Otizm Spektrum Bozukluğu
OÇEM	:Otistik Çocuklar Eğitim Merkezini,
RAM	:Rehberlik ve Araştırma Merkezini
WHO	: World Health Organization (Dünya Sağlık Örgütü)
YDÖ	:Yaşam Doyumu Ölçeği

TABLolar DİZİNİ

	<u>Sayfa No</u>
Tablo 2.1. Mevzuatla Eşleştirmede Kullanılan Özel Gereksinim Düzeyleri (Uyarlanmış).....	37
Tablo 3.1. Dörtlü Likert Ölçeği Katılım Aralığı.....	45
Tablo 3.2. Beşli Likert Ölçeği Katılım Aralığı.....	46
Tablo 3.3. Yedili Likert Ölçeği Katılım Aralığı	46
Tablo 4.1. Sosyo- Demografik Değişkenlere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	48
Tablo 4.2. Ebeveynlerin Aile Yılmazlık, Yaşam Doyum ve Kaygı Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Anova Test Sonuçları.....	49
Tablo 4.3. Ebeveynlerin Aile Yılmazlık, Yaşam Doyum ve Kaygı Düzeylerinin Çocuğa Yakınlık Derecesine Göre T-Testi Sonuçları	51
Tablo 4.4. Ebeveynlerin Aile Yılmazlık, Yaşam Doyum ve Kaygı Düzeylerinin Eğitim Durumuna Göre Anova Test Sonuçları	54
Tablo 4.5. Ebeveynlerin Aile Yılmazlık, Yaşam Doyum ve Kaygı Düzeylerinin Düzenli Olarak Rekreatif Fiziksel Aktivite Yapıyor Musunuz Değişkenine Göre T-Testi Sonuçları	56
Tablo 4.6. Ebeveynlerin Aile Yılmazlık, Yaşam Doyum ve Kaygı Düzeylerinin Sosyal Yardım Alıyor Musunuz Değişkenine Göre T-Testi Sonuçları ...	58
Tablo 4.7. Ebeveynlerin Aile Yılmazlık, Yaşam Doyum ve Kaygı Durumları Arasında Korelasyon Analizi Sonuçları.....	60
Tablo 4.8. Yaşam Doyum' un Kaygı Düzeyleri Tarafından Yordanmasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları.....	62
Tablo 4.9. Yaşam Doyum' un Aile Yılmazlık Düzeyleri Tarafından Yordanmasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	62

1. GİRİŞ

Rekreasyon, canlıların kendileri için en uygun zamanda, herhangi bir baskı altında kalmadan, tamamen kendi istekleri doğrultusunda katıldıkları deneyimler ve gerçekleştirdikleri faaliyetler olarak tanımlanır (Torkildsen, 2005). Sportif rekreasyon, fiziksel aktivite ya da farklı spor branşlarının eğlence ve serbest zaman değerlendirme amacıyla gerçekleştirilmesini temel alan ve rekreasyonel etkinliklerin önemli bir kısmını oluşturan faaliyetlerdir. (Chase, 1996). Fiziksel aktiviteler, sportif rekreasyonun temel unsurlarını oluşturmaktadır (Zorba ve Bakır, 2004).

Rekreasyonel etkinliklere katılım, bireylerin fiziksel, duygusal, sosyal ve psikolojik gelişimlerine katkıda bulunarak mutluluk seviyelerini yükseltir ve yaşam memnuniyetlerini olumlu yönde etkiler. Boş zaman aktiviteleri olarak yapılan fiziksel egzersizler, özellikle çocuklar ve yetişkinler için sağlıklı bir yaşam sürdürme, sosyalleşme, özgüven kazanma, kendi kendine yetebilme, destek bulma ve olası fiziksel sorunları engelleme fırsatı sunar. Toplumun ve bireylerin yaşam kalitesine büyük katkılar sağlayan sportif rekreasyonun, engelli çocuklar için de önemli bir role sahip olduğu vurgulanmaktadır. Farklı yetenek düzeylerine sahip tüm bireyler, fiziksel ve sosyal kapasitelerini geliştirebilmek amacıyla rekreasyonel etkinliklere eşit biçimde katılma hakkına sahiptir. (Perrin, 1992).

Beden eğitimi ve sporun, engelli çocukların toplumsal uyumlarını desteklemek amacıyla tüm gelişim alanlarında, özel eğitim programları kapsamında önemli bir rol oynadığı bilinmektedir. Rekreatif aktiviteler, bireylerin sosyal ve psikolojik gelişimlerine katkı sağlar. Bu aktiviteler sayesinde, bireylerin paylaşma ve sevgi duyguları artar, saldırganlık kontrol altına alınır, ahlaki gelişim desteklenir ve kişiler arası sosyal ilişkileri düzenleyen ortamlar ve uygulamalar oluşturulabilir (Özoğlu, 1997).

Otizm spektrum bozukluğu (OSB), çocukluk döneminin erken evrelerinde ortaya çıkan ve yaşam boyunca süren; duygusal ve sosyal etkileşimlerde sınırlılık, yineleyici davranış örüntüleri ile dar ilgi alanlarıyla tanımlanan bir nörogelişimsel

bozukluk olarak ifade edilmektedir. Son yıllarda yapılan yaygınlık araştırmalarında, OSB'nin görölme oranı %1.4 olarak belirlenmiştir (Çalışır, 2018).

Otizm bozukluğu olan çocukların ebeveynlerine yüklenen yoğun stres ve bakım sorumluluğu, çocuklarda ortaya çıkan davranış sorunları, öfke kontrolü zorluğu, kendine zarar verme davranışları, yıkıcı ve tekrarlayıcı davranışlar, sosyal beceri eksiklikleri, genellikle alay edilme ve dışlanma ile sonuçlanan yargılamalar, çocukların anlaşılamaması, maddi sıkıntılar, okul ve benzeri kurumlarla iletişim eksikliği, günlük aktivitelerde yardım gereksinimi ve ebeveynlerin gelecekle ilgili aşırı kaygıları, yaşam standartlarını olumsuz yönde etkileyen unsurlar arasında yer almaktadır (Craig ve ark., 2016a). OSB'li bir çocuğa sahip ebeveynler, çoğunlukla geleceğe yönelik endişeler yaşamakta; özellikle kendi yokluklarında otizmliler çocuklarının yaşamlarını nasıl sürdüreceklarine ilişkin kaygı duymakta ve bu durum anne-babaların yaşam kalitesini önemli ölçüde olumsuz etkileyebilmektedir. (Eaves ve Ho, 2008; Van Heijst ve Geurts, 2015).

Otizm, beynin işlevlerini etkileyen bir nörogelişimsel bozukluk olarak tanımlanmaktadır. Sosyal iletişimle ilgili gelişim sorunları, sınırlı ve alışılmadık ilgi alanları ile tekrarlayan hareketler, OSB yaşayan çocuklarda en yaygın görölün belirtilerdir. Otizm, bebeklikten itibaren göz teması kuramama, ortak dikkat yetersizliği ve çevreye karşı ilgisizlik gibi işlevsel olmayan davranışlarla ortaya çıkan; yaşam boyu devam eden ve farklı gelişimsel özellikler sergileyen bir bozukluk olarak tanımlanmaktadır. (Almbaidheen, 2015).

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı, Balıkesir merkezde rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmliler çocuklara sahip ebeveynlerin, kendilerine zaman ayırdıklarında gerçekleştirdikleri rekreatif aktivitelerin; kaygı, aile yılmazlık ve yaşam doyumunu düzeyleri üzerindeki etkisini incelemektir. Ayrıca, bu etkilerin çeşitli demografik değişkenler açasından anlamlı farklılık gösterip göstermediği de araştırılmıştır.

1.2. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmanın hedefi doğrultusunda aşağıdaki hipotezler ve alt hipotezler oluşturulmuştur:

H1: Rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizimli çocuklara sahip ebeveynlerin demografik özellikleri(yaş, çocuğa yakınlık derecesi, eğitim durumu, düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor mu ve sosyal yardım alıyor mu vb.) ile kaygı, aile yılmazlık ve yaşam doyum düzeyleri arasında farklılık bulunmaktadır.

H1a: Rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizimli çocuklara sahip ebeveynlerin kaygı, aile yılmazlık ve yaşam doyum düzeylerinin yaş değişkenine göre farklılık vardır.

H1b: Rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizimli çocuklara sahip ebeveynlerin kaygı, aile yılmazlık ve yaşam doyum düzeylerinin çocuğa yakınlık derecesi değişkenine göre farklılık vardır.

H1c: Rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizimli çocuklara sahip ebeveynlerin kaygı, aile yılmazlık ve yaşam doyum düzeylerinin ebeveyn eğitim durumu değişkenine göre farklılık vardır

H1d: Rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizimli çocuklara sahip ebeveynlerin kaygı, aile yılmazlık ve yaşam doyum düzeylerinin düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor değişkenine göre farklılık vardır.

H1e: Rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizimli çocuklara sahip ebeveynlerin kaygı, aile yılmazlık ve yaşam doyum düzeylerinin sosyal yardım alıyor değişkenine göre farklılık vardır.

H2: Rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizimli çocuklara sahip ebeveynlerin kaygı düzeyleri, aile yılmazlık düzeyleri ve yaşam doyum düzeyleri arasında ilişki bulunmaktadır.

H3: Rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmliler çocuklara sahip ebeveynlerin aile yılmazlık düzeyi ile yaşam doyum düzeyi arasında ilişki vardır.

H4: Rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmliler çocuklara sahip ebeveynlerin kaygı düzeyi ile yaşam doyum düzeyi arasında ilişki bulunmaktadır.

1.3. Araştırmanın Önemi

OSB'li çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam kalitesi ve standartları, çocuklarına tanı konulduğu andan itibaren olumsuz yönde etkilenmektedir. Aile içinde ortaya çıkan sorunlar kimi zaman boşanmalara kadar varabilmektedir. Bu sürecin sağlıklı şekilde yönetilebilmesi için ebeveynlerin psikolojik destek almaları önemlidir. Bununla birlikte, kendilerine zaman ayıran ebeveynler hem çocuklarına daha nitelikli bir yaklaşım sergileyebilmekte hem de aile içindeki olumsuzlukları daha kolay göz ardı edebilmektedir. Araştırma, ebeveynlerin rekreatif etkinliklere katılarak serbest zamanlarını değerlendirme biçimlerinde meydana gelen değişikliklerin yaşamlarına ne ölçüde yansıdığını ortaya koyarak, OSB'li çocuğa sahip tüm ebeveynler için örnek oluşturacaktır. Elde edilen bulgular doğrultusunda ebeveynler, yaşam kalitelerini artırmada rekreatif aktivitelerin ne derece önemli ve etkili olduğuna karar verebilecektir.

Literatürde benzer bazı çalışmalar görülse de; rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmliler çocuklara sahip ebeveynlerinin kaygı, aile yılmazlık ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi adlı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda, literatürdeki mevcut boşluğu doldurması ve ortaya çıkaracağı bulgu ile sonuçlardan yararlanabilecek hedef grubun (ebeveynler) bulunması, araştırmanın önemini vurgulamaktadır.

1.4. Sayıtlılar

Araştırmaya gönüllü olarak dahil olan otizmliler çocuk ebeveynlerinin, uygulanan ölçeklere samimi ve dürüst yanıt verdikleri kabul edilmiştir.

1.5. Sınırlılıklar

Bu araştırma; otizm spektrum bozukluğu tanısı almış çocukların ebeveynlerinden elde edilen bulgularla sınırlıdır. Veri toplama sürecinde kullanılan araçlar arasında Sosyodemografik Bilgi Formu, Beck ve arkadaşları tarafından 1988’de geliştirilen ve Ulusoy ile arkadaşları tarafından 1998’de Türkçe uyarlaması yapılan Beck Kaygı Ölçeği, Kaner ve Bayraklı (2010) tarafından geliştirilen Aile Yılmazlık Ölçeği ile Diener ve arkadaşları tarafından 1985’te geliştirilen ve Yetim (1991) tarafından Türkçe uyarlaması gerçekleştirilen Yaşam Doyum Ölçeği yer almaktadır. Araştırmanın kapsamı, ebeveynlerin bu ölçeklerdeki sorulara verdikleri yanıtlarla sınırlı tutulmuştur.

Bu araştırmanın sınırlılığı, elde edilen sonuçların yalnızca örnekleme yer alan otizm spektrum bozukluğu tanısı almış çocukların ebeveynlerine genellenebilir olmasıdır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Rekreasyon Kavramı

Rekreasyon sözcüğü, Latince ‘recreatio’ kelimesinden türemiş olup modern dillerde ‘creation’ kelimesinin önüne ‘re’ eklenerek oluşturulmuştur. Türkçede ise serbest zamanların değerlendirilmesi anlamına gelmektedir. Rekreasyon, insanların boş zamanlarını değerlendirmek amacıyla yaptıkları faydalı etkinlikleri ifade eder. İnsanın doğası gereği kendini yeniden yaratma ihtiyacı duyan ve bu ihtiyacı sürdüren tek varlık olması nedeniyle, rekreasyon kavramı yalnızca insan yaşamında ortaya çıkmıştır. Bu bağlamda rekreasyon, yeniden üretimi ve yaratımı simgelerken aynı zamanda kültürel faaliyetleri de kapsar (Erdemli, 2008).

Bireyler, günlük yaşamlarında yerine getirmek zorunda oldukları görevlerin dışında kalan zamanlarını, kendi ilgi ve tercihleri doğrultusunda değerlendirmek ve yaşamlarını anlamlı etkinliklerle zenginleştirmek isterler. Bu tür etkinlikler en basit biçimiyle rekreasyon olarak adlandırılmaktadır. Rekreasyon, kişilerin arzularına göre şekillendiğinden, araştırmacılar tarafından farklı biçimlerde tanımlanmıştır (Karaküçük, 2014).

Hacıoğlu ve arkadaşları (2015), rekreasyonu insanların yoğun yaşam temposuna ara vererek boş zamanlarında keyifli vakit geçirmek amacıyla bireysel ya da grup halinde, kapalı veya açık alanlarda gerçekleştirdikleri çeşitli etkinlikler olarak tanımlamaktadır. Bir başka tanıma göre rekreasyon, bireylerin serbest zamanlarında ruhsal ve fiziksel açıdan yenilenmek, yaşam kalitelerini yükseltmek, kişisel gelişimlerini desteklemek ve en önemlisi eğlenip mutlu olmak için kendi tercihlerine göre yaptıkları aktiviteleri kapsamaktadır (Gül ve ark., 2014; Tütüncü, 2012). Hazar (2014) ise rekreasyonu, insanların zorunlu görevleri dışında kalan zamanlarında gönüllü olarak katıldıkları ve memnuniyet duydukları tüm etkinlikler şeklinde ifade etmektedir.

Yoğun çalışma saatleri, günlük yaşamın ağır ve yorucu temposu, monoton ve alışılmış yaşam biçimi ile ekonomik ve çevresel faktörler, bireylerin ruhsal ve fiziksel sağlıklarını olumsuz etkileyerek zarar vermektedir. Bu nedenle rekreasyon, daha geniş bir bakış açısıyla, kişilerin ruhsal ve bedensel sağlıklarını yeniden kazanmak veya korumak amacıyla, kendi tercihlerine göre doğayla bütünleşerek, iş yaşamı ve zorunlu ihtiyaçların dışında kalan zamanlarda özgür iradeleriyle gönüllü olarak bireysel ya da grup halinde gerçekleştirdikleri etkinlikler olarak tanımlanmaktadır (Karaküçük ve Gürbüz, 2007).

Rekreasyon, bireylerin günlük yaşamlarında yerine getirmek zorunda oldukları etkinliklerden uzaklaşarak dinlenme ve eğlenme ihtiyaçlarını çeşitli fırsatlar, araçlar veya mekânlar aracılığıyla karşılamaları olarak tanımlanmaktadır. Örneğin, doğayla iç içe gerçekleştirilen bir etkinlik hem fiziksel aktivite yapma olanağı sunar hem de dinlenme imkânı sağlar (Doğaner, 2017). Bu tür örnekler çoğaltılabilir. Rekreasyon, evde televizyon izlemek ya da kitap okumak gibi etkinliklerin yanı sıra, parklarda veya doğal ortamlarda yürüyüş yapmak, gezmek, tiyatroya veya sinemaya gitmek, spor yapmak gibi açık veya kapalı alanlarda gerçekleştirilen farklı aktiviteleri de kapsamaktadır. Dolayısıyla, insanların boş zamanlarında yaptıkları tüm etkinlikleri içine almaktadır (Tribe, 2020).

Carlson ve arkadaşları (1963'ten aktaran Demirdağ, 2019), rekreasyonu farklı tanımlar üzerinden ele alarak, bireylerin gönüllü olarak katıldıkları ve anlık haz duydukları eğlence deneyimleri şeklinde açıklamışlardır. Ayrıca rekreasyonun birey odaklı olduğunu ve kişisel tercihlerle doğrudan ilişkili olduğunu vurgulamış, bu nedenle bireylerin etkinliklere yönelik tutumlarının büyük önem taşıdığını belirtmişlerdir. McLean ve arkadaşları (2008) ise rekreasyonu; çeşitli hobilerin sürdürüldüğü, sportif ve sosyal etkinliklerin gerçekleştirilebildiği, aile, eş ve arkadaşlarla birlikte zaman geçirme imkânı sunan, her yaş grubundaki bireylerin gelişimine katkı sağlayan halka açık olanaklar olarak tanımlamıştır. Ayrıca, bazı rekreasyon etkinliklerini lüks merkezler ve kulüpler gibi yerlerde yapılan etkinlikler olarak değerlendirirken, diğerlerini otobüs, tren, uçak, gemi, karavan ya da özel araçlarla gerçekleştirilen seyahatleri içeren etkinlikler olarak görmektedirler. Bu tanım, rekreasyonun sunduğu olanakların oldukça geniş bir kapsamda yer aldığını ve

bu nedenle herkes için aynı anlamı taşımadığını ortaya koymaktadır. Rekreasyon, bireylerin kişisel tercihleri doğrultusunda farklı şekillerde değerlendirilmektedir.

McLean ve arkadaşları (2008), modern rekreasyon tanımlarını üç temel kategori altında sınıflandırmaktadır:

1. Rekreasyon, belirli koşullar ve özel motivasyonlar doğrultusunda gerçekleştirilen etkinlikler olarak ifade edilmektedir.

2. Rekreasyon, belirli bir beklenti yelpazesi ile bağlantılı olan etkinliklere katılırken bireyin içsel gelişimini ve kendini ifade etme biçimini ortaya koyan bir süreç olarak görülmektedir.

3. Rekreasyon, sosyal bir olgu, bilgi kaynağı ya da profesyonel bir disiplin olarak değerlendirilebilen bir kavramdır.

2.2. Rekreasyonun Özellikleri

Rekreasyon, kişilerin ilgi, hedef, güdü ve katılım biçimlerine göre değişiklik gösteren bir alan olarak ifade edilmektedir. Ancak, araştırmacılar ve uzmanlar tarafından üzerinde uzlaşılan bazı ortak nitelikler mevcuttur. Bu nitelikler şu şekilde sıralanabilir. (Donnelly ve Coakley, 2002; Karaküçük ve Gürbüz, 2007; Patricia ve Herberta, 1999; Sarıkaya, 2013; Sağlık, 2014; Tezcan, 1982; Zorba ve ark., 2005).

-Rekreasyon etkinlikleri, bireylerin tamamen kendi isteklerine göre seçilir ve herhangi bir zorunluluk içermez.

-Katılımcılar, kendi programlarına uygun olarak bu etkinliklere katılırlar

-Rekreasyon etkinliklerine katılıp katılmamak, bireyin kendi isteğine bağlı olarak gerçekleşir. Bu faaliyetlerin sürdürülmesi konusunda herhangi bir zorunluluk içermemektedir

-Rekreasyon, boş zaman dilimlerinde gerçekleştirilen etkinliklerdir ve bireyin stres seviyesini düşürmeye katkı sağlar.

-Rekreasyonel etkinlikler, her türlü açık ve kapalı mekânda, tüm mevsim ve hava koşullarında gerçekleştirilebilecek şekilde esneklik göstermelidir.

-Rekreasyon etkinlikleri, tüm yaş gruplarındaki ve cinsiyetlerindeki bireylere erişilebilir olmalıdır.

- Rekreasyon etkinlikleri, bireyin kendi inisiyatifiyle yürütülmektedir.
- Rekreasyon etkinlikleri, bireylere mutluluk ve keyif veren aktiviteler olup, kendilerini daha iyi hissetmelerine katkıda bulunur.
- Rekreasyon, ilgi alanlarına bağlı olarak tercih edilebilen özel bir etkinlik gerektirir.
- Rekreasyon etkinlikleri, farklı kültürlerde benzerlikler sergileyen evrensel uygulamalardır.
- Rekreasyonel etkinlikler, çeşitli kültürler arasında bir bağ kurarak ortak bir dil oluşturur.
- Rekreasyon etkinlikleri, bireylerin kendilerini ifade etmelerine ve yaratıcılıklarını geliştirmelerine fırsat sunar.
- Rekreasyon, her birey için farklı bir anlam taşır ve kişisel bir deneyimdir.
- Rekreasyon etkinlikleri, toplumsal değerlere uygun olmalı ve bu değerlerle gelişmemelidir.
- Rekreasyon etkinlikleri, birden fazla aktiviteye ilgi duyulduğunda bu aktiviteleri gerçekleştirme imkânı sunar.
- Rekreasyon etkinlikleri, rekreasyon uzmanları tarafından tasarlanır ve hayata geçirilir.
- Rekreasyon, katılımcıların sosyal etkileşimlerini artırır.

2.3. Rekreasyon İhtiyacı

Rekreasyon ihtiyacını ele almadan önce, "ihtiyaç" kavramının varlığını ve bu kavramın herkes için geçerli olup olmadığını açıklığa kavuşturmak gerekmektedir (Karaküçük ve Gürbüz, 2007). Genel anlamda, bir yoksunluk duygusu ve bu duyguyu gidermeye yönelik arzu ya da doğal veya toplumsal yaşamdan kaynaklanan bir zorunluluk, ihtiyaç olarak tanımlanmaktadır (Karaküçük, 2008). İhtiyaç, biyolojik veya psikolojik bir gereklilik olarak tanımlanır. Bu eksiklik hali, bireyi belirli bir amaca yönelerek harekete geçmeye motive eder (Karaküçük ve Gürbüz, 2007). Morgan'a göre ihtiyaç, bireyin içinde bulunan fizyolojik veya sonradan kazanılmış eksiklik ya da yetersizlik olarak tanımlamakta ve bu kavramın genellikle dürtü ve güdü ile eş anlamlı kullanılması gerektiğini savunmaktadır. Psikolojide ihtiyaç, insanın gelişimi ve çevresiyle bağlantı kurabilmesi için gerekli olan temel koşulların eksikliği olarak ifade edilmektedir (Çelikkaleli ve Gündoğdu, 2005).

İnsanların ihtiyaçlarının önemli bir bölümü fizyolojik ve psikolojik özellik taşımaktadır. Psikolojik ihtiyaçların karşılanması çoğunlukla fizyolojik gereksinimlere bağlıdır. Her bireyin kendine özgü ihtiyaçları vardır ve bu ihtiyaçlar, kişinin belirli davranışlarda bulunmasını harekete geçirir (Çelikkaleli ve Gündoğdu, 2005). İnsanların ihtiyaçlarının tamamen ya da mükemmel bir şekilde karşılanması nadiren gerçekleşir. Dolayısıyla, İnsanlar bir unsurun yokluğunu hissettiklerinde, bu boşluğu dolduracak hedefe yönelik eylemler gerçekleştirerek doyuma ulaşmaya çalışırlar.

2.3.1. Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi

Maslow, yaşam için kritik olan bazı ihtiyaçların birey üzerinde diğerlerinden daha yoğun bir baskı oluşturduğunu belirtmektedir. Bu etki, ihtiyaçlar giderilene kadar bireyi yönlendirir ve ona gerekli gücü verir. İlk olarak baskı oluşturan bu ihtiyaçlar karşılandığında, daha az baskı yapan ihtiyaçlara yönelme gerçekleşir (Çelikkaleli ve ark., 2005). Maslow, bireylerin ihtiyaçlarının farklı seviyelerde sınıflandırılması gerektiğini belirtmiş ve bu ihtiyaçları beş ayrı kategoriye ayırmıştır (Güngörmüş, 2007).

Maslow'a göre insan ihtiyaçları, yaşamı sürdürme ve güvenlik gibi temel düzeydeki gereksinimler ile entelektüel başarı ve kendini gerçekleştirme gibi daha yüksek düzeydeki gereksinimler şeklinde kategorize edilmektedir. Bu hiyerarşik modeldeki basamaklar, en alt kademeden en üst kademeye doğru şu şekilde ifade edilebilir.

2.3.1.1. Fizyolojik İhtiyaçlar

Bireyin yaşamını sürdürebilmesi için zorunlu olan su, gıda, uyku gibi temel fizyolojik gereksinimlerin karşılanma isteğidir (Karaküçük ve Gürbüz, 2007).

2.3.1.2. Fiziksel İhtiyaçlar

Fiziksel ihtiyaçlar karşılanmadığında, yeni gereksinimler belirmez. Fakat ihtiyaçlar giderildiğinde ise, sonraki ihtiyaçlar kendini göstermeye başlar.

2.3.1.3. Güvenlik İhtiyacı

Bireyin kendini güvende hissetmesi için gerekli olan gereksinimlerdir (Kılbaş, 2001). Bir insan için can ve mal tehdidi altında güvenlik arayışı, duruma bağlı olarak birinci derecede önemli hale gelebilir (Karaküçük, 2008).

2.3.1.4. Ait Olma ve Sosyal İhtiyaçlar

İnsanın başkalarına bağlı olma, diğerleriyle birlikte olma ve kabul edilme arzusudur (Karaküçük ve Gürbüz, 2007). İnsan, bu ihtiyaçları sıklıkla aç birinin gıdaya olan arzusu kadar yoğun bir şekilde hisseder. Liderler ya da yöneticiler, insanların ihtiyaçlarını göz önünde bulundurarak spor, piknik, akşam yemeği, doğum günü kutlaması, sinema ve tiyatro gibi etkinlikler organize etmekte, geliştirmekte ve bireylerin bu faaliyetlere aktif katılımını teşvik etmektedir (Karaküçük, 2008).

2.3.1.5. Saygınlık İhtiyacı

İnsanların hem kendilerine hem de çevresindeki insanlara karşı saygın ve değerli görünme arzusu olarak tanımlanır (Karaküçük ve Gürbüz, 2007). Her iki tür saygınlık da kazanılmış olmalıdır. Bu ihtiyaçların karşılanması, kişiye öz güven, değerli hissetme ve yeterlilik duygusu kazandırır. (Kılbaş, 2001).

2.3.1.6. Kendini Gerçekleştirme İhtiyacı

İhtiyaçlar hiyerarşisinin en üst basamağında yer alan bu gereksinim, daha alt düzeydeki ihtiyaçlar karşılanmadan ortaya çıkmaz. Bu tür ihtiyaçlara örnek olarak bireyin kendi potansiyelini keşfetmesi, bir görevi bağımsız şekilde yerine getirmesi, başarıya ulaşması ve yaratıcı olabilmek için sürekli kendini geliştirmesi verilebilir (Karaküçük ve Gürbüz, 2007). Kendini gerçekleştirme ihtiyacı, bireyin tüm potansiyelini ortaya koyma ve yaşamını dolu dolu sürdürme arzusunu ifade eder. Bu durum rekreasyon amaçlarıyla örtüşmekte, yani kendini gerçekleştirme rekreasyon deneyimiyle benzer duygular yaratmaktadır. Dolayısıyla rekreasyon uygulama hedeflerini, Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinin en üst basamağında bulunan kendini

gerçekleştirme ihtiyacı çerçevesinde değerlendirmek mümkündür (Karaküçük, 2008).

Kendini gerçekleştirme ihtiyacı, otizmli çocuklar için de büyük bir öneme sahiptir. Bu ihtiyaç, hem başkalarına destek olma açısından hem de otizmli çocukların kendi potansiyellerini ortaya çıkarma sürecinde önemli bir rol oynamaktadır.

2.4. Rekreasyonun Sınıflandırılması

Rekreasyon, genel anlamda bireylerin boş zamanlarında gerçekleştirdikleri ve sosyal yaşamın farklı alanlarına yayılan etkinlikler bütünü olarak tanımlanmaktadır (Spracklen, 2015'ten aktaran Metin ve ark., 2017). Bununla birlikte Argan (2007), rekreasyon türlerinin farklı yaklaşımlar ve yöntemler temel alınarak ele alınması nedeniyle çeşitli biçimlerde sınıflandırıldığını belirtmektedir. Benzer biçimde Hazar (2014), rekreasyonun çok yönlü bir yapıya sahip olduğunu vurgulayarak, rekreasyonel etkinliklerin birden fazla kategori içerisinde değerlendirilebildiğini ve bu durumun tek ve kesin bir sınıflandırma yapılmasını güçleştirdiğini ifade etmektedir.

Karaküçük ve Gürbüz'e (2007) göre bireyler, ilgi ve beklentileri bakımından birbirlerinden farklılık göstermektedir. Bu doğrultuda rekreasyonel etkinlikler, bireylerin bu farklı gereksinimleri temel alınarak biçimlenmekte ve çeşitli amaçlara hizmet eden faaliyetler ortaya çıkmaktadır. Rekreasyon faaliyetlerinin sınıflandırılmasında yalnızca kişisel tercihler değil; rekreasyonun üstlendiği işlevler ve sahip olduğu nitelikler de dikkate alınmaktadır. Bu bağlamda, ilgili alanyazın taranarak aşağıda sunulan sınıflandırma oluşturulmuştur.

1. Etkinliklere katılım biçimine göre rekreasyon
2. Etkinliklere yönelme amacına göre rekreasyon
3. Faaliyetlerin gerçekleştirildiği ortama göre rekreasyon
4. Etkinliklere katılan birey sayısına göre rekreasyon
5. Yerel özellikler temelinde rekreasyon

6. Üstlendiği özel işlevlere göre rekreasyon

2.4.1. Faaliyetlere Katılım Şekillerine Göre Rekreasyon

Rekreasyonel etkinlikler, katılım biçimleri esas alındığında aktif ve pasif olmak üzere iki ana grupta ele alınmaktadır. Aktif rekreasyon, bireylerin sürece doğrudan dâhil olduğu ve fiziksel ya da zihinsel olarak etkin rol üstlendikleri boş zaman faaliyetlerini kapsamaktadır (örneğin bahçe düzenleme, yüzme veya ebru çalışmaları). Buna karşılık pasif rekreasyon, bireylerin daha çok izleyici konumunda yer aldığı; sinema, tiyatro ve spor karşılaşmalarını izleme gibi etkinlikleri içermektedir. (Argan, 2007).

2.4.1.1. Aktif Rekreasyon

Açık alanlarda, tesislerde, kulüplerde veya kurslarda, bireysel ya da grup olarak gerçekleştirilebilen ve ekipman kullanımını gerektirebilen etkinliklerdir. Aktif rekreasyon, zihinsel, bedensel ve sosyal gelişimi desteklerken aynı zamanda yerel ekonomilerin büyümesine de destek olur. Bu tür etkinlikler, şehirlerdeki yatırımların artmasını, şehirlerin canlanmasını ve cazibe merkezi haline gelmesini sağlar; ayrıca turizm olanaklarının artırılmasına yardımcı olur.

2.4.1.2. Pasif rekreasyon

Spor alanlarına özgü tesisler olmaksızın, bireysel ya da grup halinde gerçekleştirilebilen kamp, vahşi yaşamı gözleme, kuş gözlemciliği, fotoğrafçılık, balık tutma ve piknik gibi etkinlikleri kapsayan rekreasyon türüdür. Pasif rekreasyon, aktif rekreasyondan farklı olarak çevreyi ve doğal kaynakları koruma ile ekosistemi geliştirme gibi ek yararlar sunar (Güzel, 2021).

2.4.2. Faaliyetlere Katılım Amaçlarına Göre Rekreasyon

Katılım amaçlarına göre rekreasyon etkinlikleri, katılım amaçları doğrultusunda farklı kategorilerde değerlendirilmektedir. Bu kategoriler dinlenme,

kültürel, toplumsal, sportif, turizm ve sanatsal faaliyetleri kapsamaktadır. (Karaküçük, 2014).

2.4.2.1. Dinlenme faaliyetleri

Beden ve ruh sağlığını korumaya hizmet eden serbest zaman etkinlikleri, kişilerin günlük yaşamın rutininden, yoğunluğundan ve stresinden uzaklaşarak dinlenme yoluyla iyileşmelerini sağlar.

2.4.2.2. Kültürel Rekreasyon Faaliyetleri

Tarihi ve kültürel öneme sahip antik sanat eserlerinin ziyaret edilmesi gibi etkinlikleri içerir. İnsanlar, geçmişten günümüze taşınan eserleri görmek ve haklarında bilgi edinmek için bu tür faaliyetlere yönelmektedir.

2.4.2.3. Toplumsal Rekreasyon Faaliyetleri

Sosyal ilişkiler oluşturmak ve bu ilişkileri geliştirmeye yönelik etkinliklerdir.

2.4.2.4. Sportif Amaçlı Yapılan Rekreasyon Faaliyetleri

Sportif etkinlikler, katılım düzeyi dikkate alındığında aktif ya da pasif biçimde değerlendirilmektedir. Bireyler bu tür faaliyetlere, spor yaparak veya doğa yürüyüşü ve tırmanış gibi açık alan etkinliklerine doğrudan katılım gösterebildikleri gibi; müsabakaları izleyici olarak takip etme yoluyla da dâhil olabilmektedir.

2.4.2.5. Turizm Amaçlı Rekreasyon Faaliyetleri

Serbest zaman etkinlikleri arasında yer alan bu faaliyetler, tatil dönemlerinde farklı yerleri keşfetme ve görme amacına yöneliktir. İnsanlar, bedensel ve ruhsal olarak rahatlamak, huzur bulmak ve dinlenmek için evlerinden farklı ortamlara seyahat ederler.

2.4.2.6. Sanatsal Rekreasyon Faaliyetleri

Bir ya da birden çok sanat dalıyla uğraşmayı kapsayan serbest zaman faaliyetleridir.

2.4.3. Faaliyetlerin Yapıldığı Mekâna Göre Rekreasyon

Mekân temelinde değerlendirildiğinde rekreasyon etkinlikleri, açık alanlarda ve kapalı alanlarda yapılan faaliyetler şeklinde ayrılabilir.

2.4.3.1. Açık Alan Rekreasyonu

Açık alanlarda ve doğal ortamlarda yapılan etkinliklerdir. Bu tür etkinlikler, doğayla etkileşime girerek bireyin ruhsal ve fiziksel olarak yenilenmesini amaçlar. Katılımı motive eden unsurlar arasında macera arayışı, doğayla uyum sağlama isteği, adrenalin tutkusu, yeni deneyimler edinme arzusu, bilgi kazanma ve kültürel gelişim isteği sayılabilir (Yağcı, 2015).

Spor ve sanat etkinliklerini içine alan açık alan rekreasyonu, geniş bir faaliyet yelpazesini barındırır. Aktif ve pasif olarak gerçekleştirilebilen doğa yürüyüşleri, izcilik, kamp, tırmanma, kayak gibi etkinliklerin yanı sıra konser, festival ve sergi gibi kültürel faaliyetleri de içerir. Bu etkinliklere katılım, bireylere risk alma, girişimcilik, iş birliği ve yaratıcılık gibi beceriler kazandırır (Hacıoğlu ve ark., 2015).

2.4.3.2. Kapalı Alan Rekreasyonu

Doğadan ziyade devlet ya da özel kuruluşların sağladığı imkânlar çerçevesinde tesisler, evler veya diğer kapalı mekânlarda yapılan etkinliklerdir. Sosyal kulüpler, müzeler, tiyatrolar, kongreler, sinema ve spor salonlarında gerçekleştirilen kurslar; satranç, tavla gibi oyunlar; evde televizyon izleme, müzik dinleme, resim yapma ve kitap okuma gibi faaliyetler kapalı alan rekreasyonuna örnek teşkil eder (Kılıçman, 2020).

2.4.4. Faaliyetlere Katılımcı Sayısına Göre Rekreasyon

2.4.4.1. Bireysel Rekreasyon

Tek başına gerçekleştirilebilen, açık veya kapalı mekânlarda yapılan ve aktif ya da pasif olabilen etkinliklerdir. Müzik dinlemek, kitap okumak, bisiklet sürmek ve balık tutmak gibi faaliyetler bu tür rekreasyonel etkinliklere örnektir (Hazar, 2014).

2.4.4.2. Grup Rekreasyonu

Bireylerin aileleri, arkadaşları veya profesyonel gruplarıyla birlikte gerçekleştirdiği rekreasyon etkinlikleridir. Bu tür faaliyetler, kişilerin sosyalleşme düzeyini artırarak sosyal ilişkilerini geliştirmelerine olanak tanır, sosyal kimlik kazanmalarına yardımcı olur ve birlikte olma hissini pekiştirir (Sevil, 2012).

2.4.5. Yerel Sınıflamaya Göre Rekreasyon

Yerel özellikler esas alındığında, rekreasyon türleri kentsel alanlarda gerçekleştirilen etkinlikler ile kırsal alanlara özgü etkinlikler olmak üzere iki temel grupta ele alınmaktadır.

2.4.5.1. Kentsel Rekreasyon

Başta şehir merkezleri olmak üzere hem iç hem de dış mekanlarda gerçekleştirilen rekreasyonel etkinlikleri tanımlar. Bu tür rekreasyonun en dikkat çekici yönü, bireylerin evlerinden ya da iş yerlerinden çıktıklarında kolaylıkla erişebilecekleri aktiviteler olmasıdır (Sevil, 2012).

2.4.5.2. Kırsal Rekreasyon

Şehirlerin dışında yer alan ve doğal güzelliklere sahip alanlarda düzenlenen etkinlikleri kapsar. Bu tür faaliyetler genellikle doğayla bütünleşmiş bölgelerde hayata geçirilir (Hazar, 2014).

2.4.6. Özel İşlevlerine Göre Rekreasyon

2.4.6.1. Silahlı Kuvvetlerin Rekreasyon Programı

Güvenlik güçleri ve benzeri unsurların moralini artırmak, motivasyonlarını güçlendirmek ve birlik beraberlik duygularını güçlendirmek amacıyla düzenlenen etkinliklerdir.

2.4.6.2. Sosyal Rekreasyon Programları

Farklı gruplardan gelen bireylerin sosyalleşme amacıyla gerçekleştirdikleri etkinliklerdir.

2.4.6.3. Estetik Rekreasyon

Genellikle sosyo-kültürel düzeyi yüksek bireylerin sanat, spor gibi etkinliklere pasif olarak katılarak izleme ve dinleme yoluyla gerçekleştirdikleri rekreasyon faaliyetleridir.

2.4.6.4. Ticari Rekreasyon Programları

Katılımcılardan ücret talep edilen ve ticari kazanç sağlama amacı taşıyan etkinliklerdir.

2.4.6.5. Özel ve Gönüllü Rekreasyon Programları

Sağlık, sosyal ve kültürel hedeflere yönelik olarak vakıflar gibi kurumlar tarafından gerçekleştirilen rekreasyon etkinlikleridir.

2.4.6.6. Terapatik Rekreasyon Programları

Fiziksel, ruhsal ve sosyal alanlarda çeşitli güçlükler yaşayan bireylerin gelişimlerini desteklemek ve kişilerarası etkileşimlerini artırmak amacıyla planlanan programlardır.

2.4.6.7. Fiziksel Rekreasyon Programları

Hem açık hem de kapalı alanlarda yapılan her türlü spor etkinliğini içeren programlardır.

2.4.6.8. Ekorekreasyon Programları

Doğal alanlarda çevre bilincini artırmaya yönelik olarak düzenlenen özel rekreasyon etkinlikleridir. Bu programlar, ekolojik farkındalığı ön plana çıkarır.

2.4.6.9. Kamu Rekreasyon Programları

Topluma yarar sağlamayı hedefleyen ve bireylerin sağlıklı ve verimli bir şekilde zaman geçirmelerine olanak tanıyan, kâr amacı gütmeyen etkinliklerdir.

2.4.6.10. Kampüs Rekreasyon Programları

Kampüs ortamında öğrenciler ve personelin rekreasyon gereksinimlerini karşılamak için oluşturulan etkinliklerdir (Kayhalak ve ark., 2022).

2.5. Rekreasyonun Faydaları

Rekreasyon, bireylerin tek başına veya gruplar halinde yer alabileceği, uzman bir lider eşliğinde düzenlenen çeşitli etkinlikleri kapsayan ve bireyin çok yönlü gelişimine destek veren bir etkinlikler toplamıdır (Taşkıran, 2018). Rekreasyonel etkinlikler, sosyal yararlarının yanı sıra bireysel anlamda birçok fayda sunduğundan, insanlar bu tür faaliyetler aracılığıyla olumsuz düşüncelerinden arınabilir, entelektüel gelişimlerini destekleyebilir, yaşamın monoton ve sıradan akışından uzaklaşabilir, ruhsal, fiziksel ve bilişsel açıdan kendilerini daha iyi hissederek özgüvenlerini güçlendirebilmektedir. (Erturan ve Şahin, 2003).

2.5.1. Fiziksel Faydaları

Sağlıklı bir yaşam için düzenli fiziksel aktiviteler yapmak şarttır. Vücudun doğal işleyişine uygun gelişimi desteklemek amacıyla birçok ülke, toplum sağlığını korumak için aktif yaşamı teşvik eden düzenlemeler uygulamaktadır. Bu çerçevede rekreasyonel etkinliklere önem verilmesi büyük bir gereklilik olarak öne çıkmaktadır (Taşkıran, 2018). Rekreasyon faaliyetleri, egzersizi eğlenceli hale getirerek ömür boyu spor alışkanlıklarının kazanılmasına yardımcı olur. Aktif yaşam tarzı, obezite riskini azaltır, hastalık olasılığını düşürür, bağışıklık sistemini güçlendirir ve yaşam süresini uzatır. Bu konuda çok sayıda örnek mevcuttur (Schwarzenegger ve ark., 2005).

2.5.2. Psikolojik Faydaları

Günümüzde, modern yaşamın getirdiği yoğun stres, iş temposu ve hareketsizlik gibi etkenlerin yanı sıra kentleşme, çevre kirliliği ve nüfus yoğunluğu gibi faktörler de psikolojik sorunların artışına yol açmaktadır. Bu gibi durumlarda, insanların psikolojik sağlıklarını korumak ve yeniden inşa etmek için çeşitli alanlara yönelmeleri gerekmektedir. Rekreasyon etkinlikleri, bireylerin ruh sağlığına olumlu etkiler sunan ve farklı yararlar sağlayan faaliyetlerdir. Bu tür etkinlikler, kişilerin stresten uzaklaşmasına, psikolojik olarak rahatlamasına ve ruhsal açıdan tazelenmesine katkıda bulunur (Başoğlu, 2011).

Rekreasyonel etkinlikler, bireylere kendilerini yeniden tanımlama ve kişisel doyum sağlama fırsatı sunmaktadır. Bu süreçte bireylerin öz değer algıları ve kendilerine duydukları güven güçlenmekte, böylece daha sağlam bir benlik bilinci gelişmektedir. Bunun yanı sıra rekreasyon, kişisel gelişimi destekleyerek bireylerin ruhsal hedeflerini ifade etme ve yaşamlarına yansıtma becerilerini artırmaktadır. Aynı zamanda bireylerin kendi yaşamlarıyla, yakın çevreleriyle ve içinde buldukları toplumla kurdukları memnuniyet ilişkisini güçlendirmektedir. (Schwarzenegger ve ark., 2005).

2.5.3. Sosyal Faydaları

Grup olarak gerçekleştirilen rekreasyon etkinlikleri, bireylerin sosyal ilişkilerini kurma ve geliştirme sürecinde önemli bir işlev üstlenir. İnsanlar, ortak ilgi ve hobiler etrafında buluşarak sosyalleşme imkânı kazanırlar (Ardahan ve ark, 2016; Karaküçük ve Gürbüz, 2007). Rekreasyonel etkinlikler, bireylerin kendilerini ifade etme, özgürlük hissi duyma, deneyimlerini paylaşma, yeni arkadaşlıklar edinme ve kişisel gelişim gibi olumlu sonuçlar elde etmelerine yardımcı olur (Yıldız, 2020).

2.6. Otizm ve Rekreasyon

Rekreasyon, bireylerin ve toplumun çeşitli temel ihtiyaçlarını karşılamanın yanı sıra otizmlili çocuklar için de büyük önem taşır. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde vurgulandığı gibi, bireyleri rekreasyonel etkinliklere yönelten faktörlerden biri 'kendini gerçekleştirme' ihtiyacıdır. Kendini gerçekleştirme ihtiyacı, ihtiyaçlar hiyerarşisinin en üst seviyesini oluşturur ve bireyin sahip olduğu yetenekleri ile potansiyelini en üst düzeye çıkarmayı amaçlar. Bu ihtiyaç, bireyin kendi potansiyelinin gizli güçlerinin farkına varmasını, bir işi tek başına gerçekleştirmesini ve yaratıcı olabilmek için sürekli bir gelişim sürecine girmesini gerektiren ihtiyaçlardır (Güngörmüş, 2007; Sherrill, 2004).

Kendini gerçekleştirme ihtiyacı, insancıl felsefenin bütünsellik yaklaşımıyla birleştiğinde engelli çocuklarla çalışırken daha da kritik hale gelir. Engelli çocuklar, farklılıklarının toplumsal engellerle (yanlış anlama, kayıtsızlık, önyargı, erişilemez çevreler) karşılaşmasına yol açtığı durumlarda, bu engelleri aşabilmek için ego güçlerini geliştirmek zorundadır. Bu bağlamda, engeli olan ve olmayan çocuklar kendini gerçekleştirme teorisine dayanan 'olabileceğin en iyi versiyon ol' ve 'kendin için en iyisini hedefle' mottolarını benimseyerek, bireyin potansiyelini en iyi şekilde kullanıp başkalarına yardımcı olmasını amaçlar. (Sherrill, 2004).

Her bireyin tatmin edici, doyurucu ve faydalı boş zaman deneyimleri yaşama hakkı bulunmaktadır. Rekreasyonel faaliyetler, bireylerin güçlüklerle baş etme, sosyal sorumluluk üstlenme, karar verme, kendini ifade etme, becerilerini geliştirme ve kendini tanıma gibi deneyimleri yaşayabilecekleri uygun ortamlar sunmaktadır.

Boş zaman etkinlikleri aracılığıyla bireyler, yaşam kalitesi ve yaşam doyumunu etkileyen psikolojik, fiziksel ve sosyal kazanımları fark etme ve deneyimleme imkânı bulmaktadır. Bu faydaların ve bunları keşfetme yollarının bir bireyin yaşamı boyunca değişebileceği kabul edilmektedir. Boş zamanın özgürce değerlendirilmesi, bir insanın yaşamı boyunca büyümesine ve gelişimine eşsiz bir şekilde katkı sağlayabilir. Hayatımız boyunca yer aldığımız ve keyif aldığımız etkinlikler zamanla farklılık gösterir. İnsan yaşamının doğal gelişim süreci, bu değişimlerin temelinde yer almaktadır. Engelli veya rahatsızlığı bulunan çocuklar, engelsiz akranlarıyla paralel olarak tatmin edici rekreasyon ve boş zaman deneyimlerini içeren anlamlı bir yaşam sürme hakkına sahiptir. Bu çocuklar da yaşam tarzlarını, etkinliklerini ve katılımlarından elde ettikleri anlamları ve faydaları değiştirme özgürlüğüne sahiptirler. (Stumbo ve Peterson, 2007).

Engelli çocuklar gibi otizmlı çocuklar da boş zamanlarında daha fazla televizyon izlemek, yalnız başına oyun oynamak, başkalarını gözlemleyip etkileşimde bulunmamak ve diğerlerinin oyunlarına katılmamak gibi pasif etkinlikleri tercih etme eğilimindedirler (Engel, 2011). ABD'de Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Birliği'nin 6-12 yaş grubu çocuklara yönelik önerilerine göre, çocukların yaşlarına uygun olarak günde en az 15 dakika orta veya yüksek yoğunlukta fiziksel aktivite yapmaları, farklı etkinliklere katılmaları ve iki saatten fazla süren sedanter davranışlardan kaçınmaları gerekmektedir (Memiş ve Yıldırım, 2008). Boş zamanın yapıcı biçimde değerlendirilmesi, boş zamanın tanımına ilişkin olumlu bir tutum geliştirilmesiyle ilişkilidir. Eğlenceli aktivitelerle meşgul olma isteği, bu sürecin temelini oluşturur. Boş zamanlarını verimli şekilde değerlendiren bireyler, daha sağlıklı, daha az stresli, daha az depresif, daha az kaygılı, daha az saldırgan ve genel olarak daha mutlu hissetmektedirler (Stumbo ve Peterson, 2007).

Otizmlı çocuklarda planlama güçlükleri, motor gecikmeleri ve zayıflık, iletişimde zorluklarla birlikte görülmektedir. Rekreasyonel etkinliklere katılım, söz konusu bozuklukların azaltılmasında önemli bir rol üstlenmektedir. Bu etkinliklerin psikolojik etkisi, hem çocuklar hem de ebeveynleri açısından oldukça önemlidir ve çocukların yeteneklerini doğrudan etkilemektedir. Örneğin, yüksek fonksiyonlu otizmlı çocuklarda kaygı ve depresyon, gelişim gösteren akranlarına kıyasla çok daha yaygın olarak görülmektedir. Kendilerini yalnız hissettiklerinde fiziksel ve psikolojik

sağlıkları ile yaşam kaliteleri önemli ölçüde düşmektedir. Bu tür psikolojik etkilerin azaltılmasında rekreasyonel etkinliklere katılım önerilmektedir (Potvin ve ark., 2008).

Daha önce de ifade edildiği üzere, otizmlili çocukların yaşamları ve yaşam kalitelerinin artırılmasında rekreasyonel etkinliklere katılımın teşvik edilmesi ve yaygınlaştırılması büyük önem taşımaktadır. Bu noktada, rekreasyon eğitimi söz konusu katılımın desteklenmesi açısından kritik roller üstlenmektedir.

2.7. Otizm Spektrum Bozukluğu

2.7.1. Otizm Spektrum Bozukluğu Kavramı ve Tanımı

Otizm spektrum bozukluğu (OSB), bebeklik döneminde ortaya çıkan ve sosyal iletişimde zorluklar ile sosyal etkileşimde yetersizliklerle kendini gösteren, tekrarlayıcı ve sınırlı hareketlerle karakterize edilen bir nörobiyolojik rahatsızlıktır. Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) tanısı alan çocuklarda görülen sosyal iletişim ve etkileşim güçlükleri, Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından yayımlanan Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı'nın beşinci baskısında (DSM-5) temel tanı ölçütleri arasında yer almaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği [APA], 2013). Otizm kavramı ilk kez 1980 yılında DSM-III'te tanımlanmış; 1994'te yayımlanan DSM-IV'te "Yaygın Gelişimsel Bozukluklar" başlığı altında ele alınmıştır. DSM-5 ile birlikte bu sınıflandırma yeniden düzenlenmiş ve önceki kategori kaldırılarak bozukluk "Otizm Spektrum Bozukluğu" adı altında bütüncül bir yapı içerisinde tanımlanmıştır. Otizm, bebeklik döneminde ortaya çıkan ve kişinin yaşamının ilk üç yılında belirtilerini gösteren, iletişim üzerinde önemli etkileri olan nörobiyolojik bir durumdur. Sürekli bir bozukluk olarak kabul edilen otizm, yaşam boyu devam ederken, yaş ve olgunlaşma ile birlikte belirtilerinin niteliği ve şiddeti değişebilir.

2.7.2. Otizm Spektrum Bozukluğu Tarihçesi

İsviçreli psikiyatrist Eugen Bleuler (1857–1939), otizm ve şizofreni kavramlarını literatüre kazandıran isimlerden biridir. Yunanca kökenli "autos" sözcüğü "kendilik" anlamını taşımakta olup, Bleuler bu kavramı şizofreni tanısı olan

bireylerin dış çevreyle ilişkilerini azaltarak iç dünyalarına yönelmelerini betimlemek amacıyla kullanmıştır (Kuhn ve Cahn, 2004).

Otizm terimi, Eugen Bleuler'in 'otistik psikopati' kavramını ortaya atmasından yaklaşık 30 yıl sonra, Avusturyalı çocuk doktoru Hans Asperger tarafından 1938 yılında Viyana Üniversitesi Hastanesi'nde verdiği bir ders sırasında kullanılmış ve günümüzdeki anlamını kazanmaya başlamıştır. Asperger, 1943'te yayımladığı ikinci doktora tezinde (Asperger, 1944), bir grup çocuk ve ergenin yaşadığı iletişim ve sosyal sorunlardan söz etmiş, ayrıca bu çocukların sınırlı ilgi alanlarına ve tekrarlayan davranışlarına da dikkat çekmiştir.

Otizm" terimi Yunanca *autos* (kendilik, içine kapanma) kelimesinden türemiştir ve ilk kez 1911'de İsviçreli psikiyatrist Eugen Bleuler tarafından kullanılmıştır. Bleuler bu kavramı, şizofreni hastalarının dış dünyadan koparak kendi iç dünyalarına yönelmelerini tanımlamak için ortaya atmıştır (Filipek ve ark., 1999; Koegel ve Lazebnik, 2004). Asperger (1944) ise günümüzde Asperger sendromu olarak bilinen, daha hafif otizm belirtileri olan vakaları raporlamıştır. Bu vakalar, yüksek zekâ kapasitesine sahip olmalarına rağmen sosyal etkileşimde zorluklar ve belirli konularda takıntılar sergilemiştir.

Asperger ile aynı dönemde ancak ondan bağımsız olarak çalışmalarını sürdüren Leo Kanner, Amerika Birleşik Devletleri'nde Johns Hopkins Üniversitesi Hastanesi'nde görev yaptığı sırada, 1943 yılında *Duygusal Temasların Otistik Bozuklukları (Autistic Disturbances of Affective Contact)* başlıklı çalışmasını yayımlamıştır (Kanner, 1943a). Kanner bu çalışmada, Asperger'in betimlediği davranış örüntülerine benzer özelliklere dikkat çekmiş; özellikle "otistik çekilme" ve "değişime karşı direnç" gibi kavramları tanımlamıştır. Söz konusu kavramlar, günümüzde Otizm Spektrum Bozukluğu'nun tanımlanmasında hâlen temel özellikler arasında yer almaktadır. Kanner'ın incelediği 11 çocuk ile Asperger'in ele aldığı olgular arasındaki temel farklılık, Kanner'ın örneklemindeki çocukların erken dönemde bilişsel ya da dil gelişimine ilişkin belirgin bir gecikme göstermemeleridir. Asperger'in Almanca kaleme aldığı çalışmanın Uta Frith tarafından İngiltere'ye çevrilmesiyle (Kanner ve ark., 1943b), bu alandaki bilgiler daha geniş bir okuyucu kitlesine ulaşmış; ardından Lorna Wing'in Birleşik Krallık'taki çalışmalarıyla

kavram daha da yaygınlık kazanmıştır (Wing, 1997). Zamanla otizmin tek bir durumdan ziyade bir spektrum içinde ele alınması, bu kuramsal yaklaşımın günümüzdeki biçimini almasını sağlamıştır.

1967 yılında psikolog Bruno Bettelheim, annelerin ilgisizliğini 'buzdolabı anneler' olarak adlandırarak otizmin nedeni olduğu yönündeki teoriyi yaygınlaştırmıştır. Ancak daha sonraki araştırmalar, otizmin tıbbi ve psikolojik kökenli bir sorun olduğunu ortaya koymuştur. Bu çalışmaların sonucunda, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı'nda (DSM-III) ilk kez 'infantil otizm' tanımı yer almıştır (APA, 1980). DSM-3'ün revize edilmiş versiyonunda (APA, 1987) ise "otizm bozukluğu" terimi benimsenmiş ve buna yönelik bir kontrol listesi hazırlanmıştır. Aynı dönemde Lovaas (1987), otizm bozukluğu yaşayan çocuklarda erken ve yoğun davranışsal eğitimin olumlu etkilerini ortaya koyan bir çalışma yayımlamıştır.

ABD hükümeti, 1991 yılında otizmi ayrı bir özel eğitim kategorisi olarak tanımış ve bu kapsamda otizmlili çocukların belirlenmesi ile özel hizmetlerin sunulmasına yönelik girişimlerde bulunmuştur.

DSM-IV, 1994 yılında otizmi 'yaygın gelişimsel bozukluklar' kategorisi altında ele almış ve bu kapsamda otizm, atipik otizm, Rett sendromu, Asperger sendromu ile çocukluk çağı dezintegratif bozukluğunu tanımlamıştır (APA, 1994).

ABD Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri (CDC), 2009 yılında yaptığı tahminlerde her 110 çocuktan birinin otizm spektrum bozukluğuna sahip olduğunu bildirmiştir. 2007'de bu oran her 150 çocukta birdi. CDC, bu artışın nedenlerinden birinin gelişmiş tarama ve teşhis yöntemleri olduğunu açıklamıştır.

Kırcaali-İftar (2012), otizmin tarihsel gelişimini belirli dönemler çerçevesinde ele alarak sınıflandırmıştır. Bu dönemler ve her bir dönemde ortaya çıkan temel gelişmeler aşağıda sunulmaktadır.

1938–1950: Otizm kavramının literatürde ortaya çıkışı

1950–1960: Otizmin olası nedenlerine yönelik ilk bilimsel incelemeler

1960–1980: Kurumsallaşma süreci ve eğitim-öğretim temelli çalışmaların gelişimi

1980–2000: Tanılama süreçlerinin netleşmesi ve tıbbi araştırmaların yoğunlaşması

2000–Günümüz: Yeni milenyumda bilimsel kanıta dayalı uygulama anlayışının benimsenmesi (Özkan ve ark., 2015).

2.7.3. Otizm Spektrum Bozukluğunun Seyri

Otizmle ilgili ilk yaygınlık araştırmaları, 1960-1970 yılları arasında Avrupa ve Amerika’da gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmalar, otizmin 10.000 kişide 2-4 oranında görüldüğünü ve nadir bir hastalık olduğunu ortaya koymuştur (Mukaddes ve Dursun, 2018). 1990’lardan sonra otizmin nadir olmadığı fark edilmiştir. Amerika Birleşik Devletleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezi’nin (CDC) Otizm ve Gelişimsel Bozukluklar İzleme Ağı (ADDM) verilerine göre, otizm yaygınlığı 2006’da 1/150, 2012’de 1/69 ve 2018’de 1/44 olarak rapor edilmiştir (Maenner ve ark., 2021). 2023 yılında yayınlanan en son verilere göre, 2020 yılında 8 yaş grubunda OSB yaygınlığı 1/36 olarak belirlenmiştir (Maenner ve ark., 2023). Güney Kore’de gerçekleştirilen geniş çaplı bir epidemiyolojik araştırma, 7-12 yaş aralığındaki 55 bin çocukta OSB prevalansının %2,64 olduğunu ortaya koymuştur (Kim ve ark., 2011). Ülkemizde 16-36 ay arasındaki çocuklar üzerinde yapılan bir yaygınlık çalışmasında, OSB prevalansı 1/117 olarak belirlenmiştir (Öner ve Munir, 2020).

OSB prevalansındaki artışın nedenleri üzerine yapılan çalışmalarda, tanı kriterlerindeki değişiklikler, farkındalığın artması, erken teşhis, sağlık hizmetlerine erişimin yaygınlaşması ve ebeveyn yaşının ilerlemesi gibi faktörler öne çıkmaktadır (Fombonne, 2009; Troyb ve ark., 2011).

1943 yılında Leo Kanner, otizmi ilk kez tanımlarken, bu durumun yapısal bir sorundan kaynaklandığını öne sürmüştü, ancak çevresel faktörlerin de etkili olabileceğini belirtmiştir. Uzun yıllar boyunca, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarına duyarsız kalan soğuk ve mesafeli ebeveynlerin, “buzdolabı anne” olarak adlandırdığı,

otizmin gelişiminde rol oynadığı düşünülmüştür. Otistik çocukların ebeveynlerinde ve kardeşlerinde otizm görülme sıklığının otozomal resesif bozukluklara göre daha düşük olması nedeniyle genetik faktörler başlangıçta göz ardı edilmiştir (Pehlivanürk ve ark., 2003). Son 30 yılda yapılan araştırmalar, otistik bozukluğun nörobiyolojik faktörlerin ön planda olduğu bir nörogelişimsel bozukluk olarak kabul edilmesine neden olmuştur. OSB'nin kesin nedenleri henüz tam olarak bilinmemekle birlikte, artık multifaktöriyel bir poligenik beyin hastalığı olduğu anlaşılmıştır (Mukaddes, 2017).

2.7.4. Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireylerin Özellikleri

2.7.4.1. Akademik Beceriler

Chakrabarti ve Fombonne'nin (2005) araştırmasına göre, OSB olan çocukların yaklaşık %50'sinin zekâ puanı 70'in üzerinde, %25'inin ortalama seviyede ve geri kalan %25'inin ise 70'in altında olduğu belirtilmiştir. OSB'de dikkatle ilgili problemlerle sıkça karşılaşmaktadır. Günlük yaşamda odaklanma ve dikkati sürdürme konusunda yaşadıkları zorlukların yanı sıra, uyarılma, aşırı hareketlilik gibi dikkat dağıtıcı ve aşırı aktivite bozukluğu belirtileri OSB'li çocuklarda oldukça yaygındır (Sprenger ve ark., 2013). OSB'li çocuklarda dikkat sorunlarının yanı sıra, akademik becerilerin kazandırılması ve geliştirilmesi sürecinde karşılaşılan zorluklardan biri de bellekle ilgilidir (Töret, 2020). Dikkat yoluyla alınan bilgilerin uzun süreli belleğe aktarılıp, daha sonra kullanılmak üzere depolandığı ifade edilmektedir (Bannert ve Mengelkamp, 2008). OSB'li çocukların bilgi işleme süreçlerinde zorluklar yaşadığı (De Vries ve ark., 2015) ve aynı zamanda dikkatin devamlılığında da sorunlar yaşadığı bilinmektedir (Chien ve ark., 2015)

OSB'li çocukların akademik becerilerinin genellikle bilişsel gelişimlerine oranla daha düşük olduğu görülmektedir. Okuma becerileri tipik gelişim gösteren akranlarına benzer düzeyde olsa da, yazma becerilerinde belirgin bir geri kalmışlık söz konusudur. Ayrıca, okuduğunu anlama becerilerinde, metinle ilgili neden-sonuç ilişkileri kurmakta zorluklar yaşadıkları belirtilmektedir (Brown ve ark., 2013; Davidson ve Weismer, 2014; Myles ve ark., 2005). Aritmetik alanda, OSB tanısı almış bazı çocukların tipik gelişim gösteren akranlarıyla benzer performans

düzeylerine ulaşabildiği görülmekle birlikte, bu çocukların büyük bölümünün matematiksel becerilerde güçlük yaşadığı bildirilmektedir (Williams ve ark., 2008). Bununla birlikte, OSB'li çocukların başkalarının duygu ve düşüncelerini kavrama, kendi düşüncelerini sözel olarak ifade etme ve problem çözme süreçlerinde çeşitli sınırlılıklar yaşadıkları ifade edilmektedir. (Bernad, 2007; Hoevenaars ve ark., 2009).

2.7.4.2. Dil Becerileri

OSB'li çocuklarda dil becerilerindeki kısıtlamalar, yaşamın erken dönemlerinde başlayarak hayatları boyunca sürmektedir. Dil becerilerindeki eksiklikler, hem alıcı hem de ifade edici yönlerde kendini gösterebilir ve bu durum OSB tanısının konulmasında önemli bir belirleyici olmaktadır. (Landa, 2007; Tager ve ark., 2009). OSB'li çocuklarda dili anlama ve üretme süreçlerindeki gecikmeler, en belirgin sınırlılıklardan biridir. Bu durum, dil becerilerindeki zorluklarla birlikte, çocukların erken çocukluk döneminden itibaren tipik gelişim gösteren akranlarından farklılık göstermelerine yol açmaktadır (Tager ve ark., 2005). Ayrıca, erken yaşlarda dil becerilerindeki kısıtlamalar, zamanla sosyal etkileşim ve iletişim seviyelerini de önemli ölçüde etkilemektedir (Szatmari ve ark., 2003). OSB'li çocuklar, dili beklenmedik şekillerde kullanma, jest ve mimiklerin ifade edilmesi gibi alanlarda sorunlar yaşamaktadır. OSB'li çocuklarda dil problemleri erken dönemde ortaya çıkmakta ve yaşam boyu sürebilmektedir. Bu çocuklar, dil becerilerinde belirgin sınırlılıklar yaşamının yanı sıra, bazı durumlarda hiç sözel iletişim kuramayabilirler (Töret, 2020). Sözel iletişim kurabilen çocuklarda ise göz teması, iletişimi başlatma ve sürdürme gibi sosyal iletişim becerilerinde zorluklar görülebilmektedir (Alexander ve ark., 2011; Webber ve Schuermann, 2008).

2.7.4.3. Davranış Özellikleri

OSB'li çocuklarda gözlenen stereotipik davranışlar, sınırlı, yineleyici ve tekrarlayıcı özellikler taşır (APA, 2013). Bu davranışlar motor ve sözel biçimde kendini gösterebilir. Örneğin ileri geri sallanma, nesnelere döndürme, el çırpma, kanat çırpma, ekolali ve bağlam dışı konuşma gibi davranışlar, gelişimsel ve sosyal açıdan uygun olmayan biçimde sıklıkla gözlemlenmektedir (Cunningham ve Shrieberman, 2008). Bunun dışında, OSB'li çocuklar rutinelere aşırı bağlılık

gösterebilir, uygun olmayan nesnelere yoğun ilgi duyabilir ve duyuşal uyarılara karşı aşırı hassasiyet sergileyebilirler. Tehlikeli durumlara karşı ise duyuşal hissizlik sergileyebilmektedirler (APA, 2013). İletişim becerilerindeki sınırlılıklar ve bu sınırlılıkların sosyal gelişime etkisi, problem davranışların ortaya çıkmasına yol açabilmektedir (Horner ve ark., 2002). OSB'li çocukların çoğunda problem davranışları gözlemlenmekte ve bu davranışlar çocuklar arasında farklılık göstermektedir. OSB'li çocuklarda ortaya çıkan bu problem davranışları, hem çocukların kendi yaşamlarında hem de aileleri içinde önemli sorunlara yol açmaktadır (Dominick ve ark., 2007). Davranış problemleri, OSB'li çocuklarda hem kendilerine hem de çevresindekilere zarar verebilecek nitelikte yıkıcı olabilmektedir (Gray, 2002).

2.7.4.4. Motor Beceri Özellikleri

OSB'li çocuklarda lokomotor hareketler ve nesne kontrolüne dayalı becerilerde çeşitli sınırlılıklar görüldüğü bildirilmektedir (Lloyd ve ark., 2013). Bununla birlikte, bu çocuklarda duyuşal işleme süreçleri, kas gücü ve motor koordinasyon alanlarında da güçlükler yaşandığı ifade edilmektedir (Audet, 2010). Ayrıca üst ekstremiteye yönelik kol hareketleriyle gerçekleştirilen motor becerilerde düzensizliklerin yanı sıra yürüme örüntüsü ve dengeye ilişkin sorunlar da sıklıkla gözlemlenmektedir (Fournier ve ark., 2010). Ayrıca, OSB'li çocukların ellerini kullanırken biçimsel farklılıklar ve ince motor becerilerinde yetersizlikler yaşadığı da belirtilmektedir (Darıca ve ark., 2011). OSB'li çocuklar, motor beceri testlerinde tipik gelişim gösteren akranlarına göre daha düşük puanlar almakta, tepki süreleri ve reaksiyon zamanlamaları ile kas tonusu, denge ve koordinasyon becerilerinde yetersizlikler yaşamaktadır. Ayrıca, sıçrama ve ayakla nesne kontrolü gibi hareket becerilerinde de eksiklikler görülmektedir (Yanardağ ve Yılmaz, 2014).

2.7.5. Otizm Spektrum Bozukluğunun Nedenleri

Otizmin nedeninin tam olarak ne olduğu henüz netlik kazanmış değildir. Ancak, otizmin ortaya çıkmasında genetik yatkınlık, genetik faktörler, çevresel etkenler ile psikolojik ve sosyopsikolojik sebeplerin rol oynayabileceği düşünülmektedir. (Özbey, 2005).

Otizmle ilgili öncü araştırmalar yürüten Kanner, başlangıçta otizmin nedeninin anne-çocuk ilişkisinde meydana gelen bozukluklardan kaynaklandığını belirtmiştir. Daha sonra organik nedenleri öne sürmüş, ancak kesin bir sonuca ulaşamamış ve bu iki yaklaşım arasında bir değerlendirme yapmıştır. 1970'li yıllarda ise Kanner, otizmin ortaya çıkışında çocuğun genetik yatkınlığının, ailenin olumsuz eğitim tutumlarıyla etkileşim içinde rol oynadığını ileri sürmüştür (Özbey, 2005).

Otizmin nedenine birden fazla genin katkıda bulunduğu düşünölmektedir. Son dönemlerde üzerinde durulan görüş, otizmin genetik etmenlerden kaynaklandığı ve bu nedenle araştırmaların büyük ölçüde bu alana yönelmesi gerektiğini savunmaktadır. Bununla birlikte, söz konusu görüşe eleştirel yaklaşan ve genetik etkenlerin tek başına açıklayıcı olmadığını öne süren çok sayıda araştırmacı da bulunmaktadır. Genetik temelli çalışmalar günümüzde hâlen sürdürölmektedir. Otizmin genetik kökenli olduğunun kesin olarak ortaya konulması durumunda, prenatal dönemde tanı olanaklarının gelişmesi mümkün olabilecek; bu da bazı durumlarda tıbbi müdahalelerin gündeme gelmesine ya da gebeliğin sonlandırılması gibi etik ve tıbbi açıdan tartışmalı seğeneklerin değerlendirilmesine yol açabilecektir. (Özbey, 2005).

Otizmin oluşumunda çevresel etkenlerin de etkili olabileceği ileri sürölmektedir. Bu görüşü destekleyen örneklerden biri, doğum sürecinde tek yumurta ikizlerinden birinin otizm tanısı alırken diğerinin tipik gelişim göstermesidir. Bunun yanı sıra, bazı otizimli çocukların öykülerinde nörolojik hasara işaret eden bulguların yer aldığı ifade edilmektedir. Son dönemlerde bazı aşıların ve çeşitli gıdaların otizme yol açtığına dair iddialar ortaya atılmış olsa da, gerçekteştirilen bilimsel araştırmalar bu tür iddiaları çürötmüştür (Özbey, 2005).

Gebelik, doğum ve doğum sonrası dönemde yaşanan bazı olumsuz olayların otizme yol açabileceğini öne süren uzmanlar bulunmaktadır. Genetik olarak otizme yatkın çocuklarda, doğum sırasında beyne yeterli oksijen gitmemesi veya doğum sonrasında hafif beyin travması yaşanması otizme neden olabilecek faktörler arasında gösterilmektedir. Ancak bu görüşleri destekleyecek yeterli bilimsel veri henüz mevcut değildir (Özbey, 2005).

Otizmin nedenleri konusunda son yıllarda hâkim olan görüş, otizmin biyolojik bir hastalık olduğu ve genetik yapıda araştırılması gerektiği yönündedir (Tufan, 2006). Ancak otizmin tek bir nedene bağlı olarak değil, çoklu sebeplerin etkileşimiyle geliştiği kabul edilmektedir. Bu alanda ortaya atılan teoriler, Psikojenik, Davranışsal, Organik ve Kavramsal olmak üzere dört ana grupta sınıflandırılmaktadır.

2.7.5.1. Psikojenik Teori

Otizmin nedenini açıklamaya çalışan bu teori, anne-çocuk ilişkisinde soğuk ve reddedici davranışlarla karşılaşan çocuğun psikolojik geri çekilme yaşamasıyla otizmin ortaya çıktığını ileri sürmektedir. Bruno Bettelheim'in 1967'de geliştirdiği bu görüş (Darıca ve ark., 2017), 1950 ve 1960'lı yıllarda etkisini sürdürmüştür. Bu dönemde, özellikle orta sınıf annelerin çocuklarına karşı ilgisiz ve iletişimsiz tutumlarının otistik özelliklerin gelişimine yol açtığı, çocukların içe kapanarak sosyal ilişkilerinde yetersizlik yaşadıkları öne sürülmüştür. Ancak günümüzde yapılan karşılaştırmalı çalışmalar, otizmlı çocukların ebeveynleri ile tipik gelişim gösteren çocukların ebeveynleri arasında bu tür tutumlar açısından belirgin bir farklılık olmadığını savunmaktadır (Darıca ve ark., 2017).

2.7.5.2. Davranışsal Teori

Davranışsal teoriye göre otizm, tesadüfi olasılıklarla şekillenen ve ödül-ceza sistemleriyle pekiştirilen öğrenilmiş davranış gruplarının bir sonucu olarak görülmektedir. Bu yaklaşım, otizmi anne-baba-çocuk ilişkisiyle sınırlamadan, psikojenik teoriden daha geniş bir çerçevede ele almaktadır. Bu görüşe göre, otizmlı çocukların sergilediği pek çok davranış öğrenilmiş davranışlardır. Ancak bu davranışların çevreyle ilişkisi, birçok otizmlı çocuğun vaka öyküsünde yer almamaktadır. Teoriyi savunanlar, otizmlı çocukların kendi başlarına normal çevrelerinden bazı bilgi ve becerileri öğrenmelerini imkânsız kılan, özlerine bağlı bir yetersizlik bulunduğunu ileri sürmektedir (Darıca ve ark., 2017).

2.7.5.3. Organik Teori

Son on yıl içerisinde, otizmin biyolojik temelli bir bozukluk olduğu görüşü giderek güç kazanmış ve beyindeki bazı yapısal ve işlevsel farklılıkların otizmin ortaya çıkışında etkili olduğu kabul edilmeye başlanmıştır. Güncel araştırmalar özellikle beyincik (cerebellum) gelişiminde görülen anomalilere dikkat çekmektedir. Bu yaklaşımda otizm, beynin bazı işlevlerini organik nedenlere bağlı olarak yeterince yerine getirememesi sonucunda ortaya çıkan bir durum olarak değerlendirilmektedir. Organik teori, otizmlili çocuklarda sıklıkla gözlenen dikkat, algılama ve öğrenme süreçlerindeki yetersizliklerle ilişkilendirilmektedir (Darıca ve ark., 2017). Gerçekleştirilen pek çok araştırma, otizmin büyük ölçüde genetik faktörlerden kaynaklandığını ortaya koymaktadır. Otizmin ortaya çıkışında tek bir genin değil, çok sayıda genin birlikte rol oynadığı kabul edilmektedir. Bu genetik etkileşimlerin, beyindeki bazı yapılarla ilişkili kimyasal denge süreçlerinde bozulmalara yol açtığı ileri sürülmektedir (Korkmaz, 2017).

2.7.5.4. Kavramsal Teori

Bu teoriyi geliştiren kişi Frith'tir. Frith, otizmlili çocuklardaki temel sorunun doğuştan gelen zihinsel kavrama eksikliği olduğunu ve bu eksikliğin mantıklı sonuçlar çıkarmayı engellediğini belirtmektedir. Bu eksiklik, otizmlili çocuğun farklı bir gelişim yönüne itilmesine neden olmakta ve sonucunda farklı otistik belirtiler ortaya çıkmaktadır (Darıca ve ark., 2017). Normal gelişim gösteren çocuklar taklit etme, yaratıcılık ve hayal gücüne dayalı oyunlar oynama becerilerini kolaylıkla gerçekleştirebilirken, otizmlili çocuklar iç ve dış dünyada meydana gelen olaylar arasında bağlantı kurma ve tahmin yapma yeteneklerinden yoksundurlar (Darıca ve ark., 2017).

2.7.6. Otizm Spektrum Bozukluğunun Belirtileri

Otizmin tipik özellikleri bebeklik döneminde ortaya çıkar ve bu sendrom genellikle 3 yaşından itibaren fark edilir. Otizmin belirtileri ve ilerleyişi bireyin yaşamı boyunca değişiklik gösterebilir, ancak otizm, kronik ve yaşam boyu süren bir

durum olarak kalır ve bireyin yaşamını sürekli olarak etkiler (Hollander ve Nowinski, 2003).

Otizmlı çocukları olan ebeveynlerden alınan bilgilere göre, birçoğu, çocuklarının bebeklik döneminde ilişkilerinin sağlıklı olduğunu, ancak 12-24 ay arasında bu ilişkinin değişmeye başladığını belirtir. Bazı ebeveynler ise, bu durumun 1 yaşından önce başladığını örneklerle ifade eder ve çocuklarının bebeklik döneminde işitme sorunları olmamasına rağmen duymuyormuş gibi davrandıklarını, bazıları ise çocuklarının göz teması kuramadıklarını dile getirirler (Taşkın, 2016).

Şan ve Kalem (2014), otizmlı çocuklarda görülebilecek belirtileri şu şekilde sıralamaktadır:

- Konuşma gelişiminin yaşıtlarına kıyasla gecikmesi ya da hiç ortaya çıkmaması
- Daha önce kullanılan sözcüklerin kaybedilmesiyle birlikte dil becerilerinde gerileme görülmesi
- İnsanlara karşı ilgi göstermeme ve göz teması kurmada güçlük yaşama
- Duygusal tepkilere ve yüz ifadelerine karşı sınırlı ya da yetersiz tepki verme
- Akranlarıyla zaman geçirmeme ve iletişim başlatmada isteksizlik
- Oyunlara ve etkinliklere katılımında zorlanma
- Yaşıtlarından farklı biçimde, alışılmadık veya sıra dışı nesnelere yönelim gösterme (Şan ve Kalem, 2014).

Kanner, otizmi tanımlarken şu belirtilere dikkat çekmiştir;

- Konuşma gelişiminde gecikme
- Konuşurken zamirlerin yanlış kullanımı
- Konuşma gelişimi normal olsa bile iletişim amacıyla kullanmada zorluk
- Diğer insanlarla beklenen iletişimi kuramama
- Ezber hafızasının yeterince güçlü olmaması
- Hayal gücüne dayalı unsurlar içermeyen, sınırlı ve tekrarlayıcı oyun davranışları sergileme
- Günlük yaşam düzeninde değişikliklere karşı belirgin bir isteksizlik gösterme ve değişime dirençli tutumlar sergileme (Kanner, 1943a).

Güneş, otizmli çocukların tipik davranışlarını şu şekilde sıralamıştır:

- Diğer insanlara karşı ilgisizdirler
- Karşılıklı etkileşim sırasında göz teması kurmaktan kaçınma eğilimi gösterirler.
- İstek ve gereksinimlerini ifade ederken, çoğu zaman bir yetişkinin elini yönlendirme yolunu kullanırlar.
- Belirli bir konuya aşırı odaklanarak sürekli bu konu hakkında konuşabilir; duruma uygun olmayan biçimde nedensiz ağlama ya da gülme davranışları sergileyebilirler.
- Hayal gücü ve yaratıcılık gerektiren oyun türlerine ilgi göstermezler.
- Hayatlarında değişiklikleri sevmezler.
- Diğer çocuklarla oyun oynamazlar
- Yaratıcılık unsuru içermeyen belirli görevleri, kısa sürede ve yüksek düzeyde başarıyla yerine getirebilirler (Güneş, 2005).

2.8. Fiziksel Aktivite ve Otizm Spektrum Bozukluğu

Fiziksel aktivite, enerji harcamasını zorunlu kılan ve iskelet ile kas sisteminin hareketiyle ortaya çıkan oyunlar, ev işleri, geziler ve benzeri bedensel eylemler olarak ifade edilmektedir. (Dünya Sağlık Örgütü'[WHO], 2018). Fiziksel aktiviteler genellikle sporla karıştırılsa da bireylerin yaşamlarının her döneminde ve buldukları her ortamda yapabilecekleri tüm aktiviteleri kapsar (Saygın, 2014). Bu bağlamda, enerji tüketimini sağlayan ve iskelet kaslarının hareketiyle yapılan egzersiz, spor, dans ve boş zaman aktiviteleri fiziksel aktivite olarak tanımlanmaktadır (Özer, 2013). Düzenli ve planlı fiziksel aktiviteler, kas gücü ve hacmini artırırken vücut dayanıklılığını ve duruşunu korumaya katkı sağlamaktadır. Bu aktiviteler, insanların çevrelerine uyum sağlamalarına, hayattan keyif almalarına ve mutluluk duygularını artırmalarına yardımcı olur. Fiziksel ve duygusal sağlığa olan bu önemli katkıların yanı sıra, sosyal ve zihinsel gelişim üzerinde de büyük bir rol oynar (Blair, 2003; Demir ve Cicioğlu, 2018).

Fiziksel aktivite sırasında gerekli olan enerji, besinlerden elde edilerek depolanan ATP'nin (Adenozin trifosfat) parçalanması sonucu ortaya çıkar. Tüketilen enerji, besinler aracılığıyla yenilenir ve depolanır. Fiziksel aktivite sırasında

harcanacak enerjinin miktarı, yapılan aktivitenin yoğunluğu ve süresi ile doğrudan ilişkilidir (Günay ve ark., 2006). Bu çerçevede, aktivitelerin sıklığı, yoğunluğu, türü, süresi ve içeriği göz önünde bulundurularak fiziksel aktivite beş farklı kategoride değerlendirilebilir (Bouchar ve ark., 2006). Planlanan bir aktivitenin belirli bir zaman diliminde ne sıklıkla yapıldığı, fiziksel aktivitenin sıklığını belirler. Fiziksel aktivitenin şiddeti, aktivite sırasında harcanan enerji miktarının yoğunluğuna göre değerlendirilmektedir. Enerji üretiminde oksijen kullanımına göre, aerobik veya anaerobik olarak fiziksel aktivitenin tipi belirlenir. Aktivite için harcanan zaman, belirli periyotlar içinde süresi olarak tanımlanabilir ve seçilen aktiviteye bağlı olarak belirlenir (Bouchar ve ark., 2006).

Sürekli yapılan fiziksel aktiviteler, bireylerin sağlığı üzerinde büyük etkiler yaratır (Blair, 2003). Kronik hastalıkların önlenmesinde ve toplum sağlığının geliştirilmesinde fiziksel aktiviteler önemli bir yere sahiptir. Bununla birlikte, bireylere fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal olarak çeşitli faydalar sunar (Akyol ve ark., 2008). Fiziksel aktiviteler, Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre, kalp-damar hastalıkları, yüksek tansiyon, diyabet ve obezite gibi kronik rahatsızlıkların önlenmesi ve tedavisinde koruyucu ve iyileştirici bir etkiye sahiptir (Özdil ve Aktaş, 2016). Ayrıca, fiziksel aktivitelerin bireyleri sosyalleştirdiği ve yaşam kalitesini yükselttiği de ifade edilmektedir (Akyol ve ark., 2008).

Toplumun ve bireylerin sağlık açısından iyi bir durumda olabilmesi için büyük öneme sahip olan fiziksel aktivitelere katılım oranlarının düşük olması nedeniyle, WHO bu alanda çeşitli stratejiler ve politikalar geliştirmiştir. Bu politikalar arasında öncelikli olarak fiziksel aktiviteye katılımın artırılmasına yönelik tedbirler yer almıştır. Ayrıca, tüm yetişkinler için boş zamanlarında ve sağlık sistemleri aracılığıyla fiziksel aktivitenin yaşamlarının vazgeçilmez bir parçası haline getirilmesi, ve özel gereksinimli çocukların da bu aktivitelere katılımı için fırsat eşitliğinin sağlanması gerektiği kararına varılmıştır (WHO, 2009).

Özel gereksinimli çocukların düzenli fiziksel aktivite programlarına katılımı, yasal düzenlemelere rağmen çeşitli engellerle sınırlanmaktadır. Bu sorunların giderilmesi için, çocukların ihtiyaçlarına uygun olarak fiziksel aktivite programlarında uyarlamalar yapılmasının gerekli olduğu belirtilmiştir (Schultheis ve

ark., 2000). Standart fiziksel aktivite programlarıyla aynı hedeflere sahip olan uyarlanmış programlar, içerik ve yöntem açısından öğrencilerin bireysel özelliklerine göre farklılık göstermektedir (Block, 2007). Özel gereksinimli çocukların katıldığı bu programların; fiziksel, sosyal, zihinsel ve iletişim becerileri üzerinde olumlu etkiler yarattığı belirtilmektedir. Fiziksel aktivitelere katılımı artırmak ve verimliliği yükseltmek için yapılan uyarlamaların temel amacı bireyselleştirmeyi ön plana çıkarmaktır (Kargın, 2011).

Özel gereksinimli çocukların fiziksel aktivitelere katılımını artırmak amacıyla yapılacak bireyselleştirme, fiziksel ortam, süreç ve öğretim üzerinde gerçekleştirilecek düzenlemelerle oluşturulan kişiselleştirilmiş fiziksel aktivite programları aracılığıyla sağlanacaktır. Bu programlar, özel gereksinimli çocukların aktivitelere katılmasını mümkün kılacak ve belirtilen kazanımların elde edilmesine katkıda bulunacaktır (Yanardağ ve Yılmaz, 2017). Sosyal etkileşim ve motor becerilerde güçlük yaşayan OSB'li çocuklar, fiziksel aktiviteye katılım ve bireyselleştirme süreçlerinde en fazla zorluk yaşayan gruplardan biridir. Motor becerilerdeki gelişim, bu çocuklar için daha karmaşık becerilerin öğreniminde kritik öneme sahiptir (Sarol ve ark., 2011). Bununla birlikte, fiziksel aktivitelerin OSB'li çocukların bireysel ve sosyal gelişimlerine olumlu katkılar sunduğu gözlemlenmektedir (Şenel, 2009).

Fiziksel aktivite ile OSB arasındaki ilişki üzerine yapılan çalışmalar, OSB'li çocukların tipik gelişim gösteren çocuklara kıyasla daha az aktif olduklarını (Sorensen ve Zarrett, 2014) ve yaş ilerledikçe fiziksel aktivitelere katılım düzeylerinin giderek düştüğünü ortaya koymaktadır (Pan ve Frey, 2006). Fiziksel aktivitelerin, tipik gelişim gösteren çocuklarda gelişimsel ve sağlıkla ilgili potansiyel riskleri azaltmada etkili olduğu, OSB olan çocuklar için de benzer şekilde etkili olabileceği ifade edilmiştir (Pitetti ve ark., 2007). OSB olan çocukların fiziksel uygunluk seviyelerinin ve günlük yaşam becerilerinin geliştirilmesi için, ince ve kaba motor becerilerin kazanılması amacıyla çeşitli fiziksel aktivitelere katılmaları önemlidir (Baran, 2012). OSB'li çocuklar üzerinde gerçekleştirilen farklı eğitim uygulamalarının etkinliğine rağmen, fiziksel aktivitelerin yalnızca fiziksel uygunluk düzeylerini artırmakla kalmadığı, aynı zamanda sosyal açıdan problem davranışların azaltılmasına da katkı sağladığı belirtilmektedir (Sowa ve Meulenbroek, 2012).

Fiziksel aktivitelerin OSB’li çocuklar üzerindeki olumsuz etkilerin en aza indirilmesi ve genel sağlığın iyileştirilmesi gibi avantajları dikkate alındığında, bu çocukların özellikle fiziksel aktivitelere katılımının araştırmalar sonucunda önerildiği ifade edilmektedir (Sorensen ve Zarrett, 2014)."

2.9. Çocuklar İçin Özel Gereksinim Raporu (ÇÖZGER) Yönetmeliğine İlişkin Genel Bir Değerlendirme

Eklerde sunulan Çocuklar İçin Özel Gereksinim Raporu (ÇÖZGER) Yönetmeliği, özel gereksinimi olan çocuklara ilişkin değerlendirme, raporlama ve yetkilendirme süreçlerinde ortak ve bütüncül bir uygulama alanı oluşturmayı amaçlamaktadır. Yönetmelik, çocuklar için düzenlenen özel gereksinim raporlarının alınma süreci, geçerliliği ve değerlendirilmesine ilişkin esasları belirlerken; bu raporları düzenleyebilecek yetkili sağlık kurum ve kuruluşlarının çerçevesini de netleştirmektedir. Böylece farklı mevzuatlar kapsamında sağlanan sosyal, ekonomik ve hukuki hakların daha sistematik ve eşitlikçi bir temelde uygulanması hedeflenmektedir.

Düzenlemenin temel yaklaşımı, özel gereksinimli çocukların toplumsal yaşama eşit katılımını desteklemek ve temel haklardan yararlanmasını güvence altına almaktır. Bu doğrultuda, çocukların engellilik durumlarının belirlenmesinde uluslararası kabul gören değerlendirme ve sınıflandırma yöntemlerinin esas alınması öngörülmüştür. Yönetmelik, çocukların durumunu yalnızca oran temelli bir engellilik ölçümüyle tanımlamak yerine, işlevsellik ve gereksinim odaklı bir bakış açısını benimsemekte; böylece çocuğun günlük yaşamda ve toplumsal katılımı karşılaştığı sınırlılıkları daha kapsayıcı biçimde ele almaktadır.

Bu kapsamda getirilen en önemli yeniliklerden biri, “engel oranı” merkezli raporlama anlayışından uzaklaşılarak “özel gereksinimi vardır” ifadesinin benimsenmesidir. Rapora Çocuklar İçin Özel Gereksinim Raporu (ÇÖZGER) adının verilmesi, yaklaşımın tıbbi tanımlamadan ziyade çocuğun ihtiyaçlarına ve destek gereksinimlerine odaklandığını göstermektedir. Yönetmelikte, özel gereksinim; çocuğun toplumsal yaşama eşit katılımını sağlayabilmek için sağlık, eğitim,

rehabilitasyon, yardımcı cihazlar ve çevresel düzenlemeler gibi alanlarda yaşlılarından farklı ve ek desteklere ihtiyaç duyması şeklinde tanımlanmaktadır.

Öte yandan, ÇÖZGER sisteminin mevcut mevzuatlarla uyumunun sağlanabilmesi amacıyla, gerekli durumlarda yüzde temelli değerlendirmelere karşılık gelen bir eşleştirme sisteminin kullanılması öngörülmüştür. Bu düzenleme, sosyal yardımlar, vergisel kolaylıklar ve diğer yasal haklardan yararlanma süreçlerinde uygulama birliğini sağlamayı amaçlamaktadır. Sonuç olarak, eklerde sunulan bu yönetmelik, çocuklara yönelik özel gereksinim değerlendirmelerinde daha kapsayıcı, işlevsellik temelli ve hak odaklı bir yaklaşımı benimseyerek, çocukların yaşam kalitesini ve toplumsal katılımını artırmayı hedefleyen önemli bir yasal düzenleme niteliği taşımaktadır. (Aile, çalışma ve sosyal hizmetler bakanlığı ile sağlık bakanlığı yönetmelik, 2019).

Tablo 2.1: Mevzuatla eşleştirmede kullanılan özel gereksinim düzeyleri (uyarlanmış).

Destek Gereksinimi Kategorisi	İşlevsellik Temelli Tanımlama	Karşılık Gelen Oran Aralığı (%)
Düşük düzey destek ihtiyacı	Günlük yaşamda sınırlı ek destek gereksinimi	20-39
Hafif düzey destek ihtiyacı	Belirli alanlarda düzenli destek gereksinimi	40-49
Orta düzey destek ihtiyacı	Birden fazla alanda yapılandırılmış destek gereksinimi	50-59
Yüksek düzey destek ihtiyacı	Sürekli ve yoğun eğitimsel destek gereksinimi	60-69
Çok yüksek düzey destek ihtiyacı	Günlük yaşamda belirgin destek gereksinimi	70-79
Belirgin destek gereksinimi	Çok yoğun ve sürekli destek ihtiyacı	80-89
Özel koşul gerektiren durum	Tüm gelişim alanlarında kapsamlı destek ihtiyacı	90-99

Tablo2.1. ÇÖZGER Yönetmeliği esas alınarak araştırmacı tarafından uyarlanmıştır. (Aile, çalışma ve sosyal hizmetler bakanlığı ile sağlık bakanlığı yönetmelik, 2019).

2.10. Otistik Çocuklar Eğitim Merkezlerinin İşleyişine İlişkin Yasal Çerçeve

Bu yönetmelik, 3–15 yaş aralığındaki otizmli çocukların eğitsel gereksinimlerine yanıt vermek amacıyla faaliyet gösteren Otistik Çocuklar Eğitim Merkezlerinin (OÇEM) kuruluşunu, işleyişini ve sunulan eğitim hizmetlerinin çerçevesini sistematik biçimde düzenlemektedir. Yönetmelikte, erken çocukluktan ergenliğe kadar uzanan geniş bir yaş grubunu kapsayan çok yönlü eğitim programlarına yer verilmesi, otizmli çocukların gelişimsel farklılıklarının dikkate alındığını göstermektedir. Okul öncesi, ilköğretim ve özel eğitim uygulama programlarının yanı sıra bireysel, grup ve kaynaştırma temelli programların öğretmenler tarafından esnek biçimde hazırlanabilmesi, eğitimin bireyselleştirilmesi ilkesini güçlendiren önemli bir unsur olarak öne çıkmaktadır.

Eğitim-öğretim sürecinin planlanmasında Bireyselleştirilmiş Eğitim Planı (BEP) ve buna bağlı bireyselleştirilmiş öğretim planlarının esas alınması, uzun ve kısa dönemli hedeflerin sistematik biçimde izlenmesine olanak tanımaktadır. Kaynaştırma uygulamalarına ilişkin düzenlemeler ise, otizmli çocukların eğitsel performanslarına uygun sınıf ortamlarında, yarı zamanlı ve destek eğitim hizmetleriyle birlikte eğitim almalarını sağlayacak şekilde yapılandırılmıştır. Bu yaklaşım, özel eğitim ile genel eğitim arasında iş birliğini teşvik eden bütüncül bir modeli yansıtmaktadır.

Yönetmelikte eğitim ortamlarının fiziksel koşullarına ayrıntılı biçimde yer verilmesi, eğitsel sürecin yalnızca programlarla değil, çevresel düzenlemelerle de desteklenmesi gerektiğini ortaya koymaktadır. Birebir ve grup eğitimine uygun alanlar, etkinlik köşeleri ve spor salonu gibi birimlerin tanımlanması; ışık, renk ve ses gibi duyuşal özelliklerin dikkate alınması, otizmli çocukların öğrenme ve uyum süreçlerini kolaylaştırmayı amaçlayan çağdaş bir bakış açısını yansıtmaktadır. Eğitsel tanılama, yöneltme, yerleştirme ile izleme ve değerlendirme süreçlerinin Rehberlik ve Araştırma Merkezleri ile Özel Eğitim Hizmetleri Kurulu iş birliği içinde yürütülmesi, kararların çok disiplinli bir değerlendirme sonucunda alınmasını sağlamaktadır. Ayrıca branş öğretmenlerinin (özellikle müzik, resim, beden eğitimi ve iş-teknik alanlarında) OÇEM’lerde görevlendirilmesi, eğitimin akademik

boyutunun yanı sıra sanatsal, fiziksel ve psikomotor gelişimi de destekleyecek şekilde tasarlandığını göstermektedir.

Sonuç olarak, eklerde sunulan bu yönetmelik, otizmlı çocukların eğitsel ihtiyaçlarını bireyselleştirme, bütünleştirme ve çok yönlü gelişim ilkeleri doğrultusunda ele alan kapsamlı bir düzenleme niteliği taşımakta; OÇEM'lerin hem yapısal hem de işlevsel açıdan nitelikli hizmet sunmasını hedeflemektedir.

Devlet, özel eğitim hizmetleri veren kurumlar da özel eğitime ihtiyacı olan bireylere ayda 8 bireysel 4 grup dersi olmak üzere toplamda 12 ders saati vermektedir. Devlet okullarında beden eğitimi derslerini spor öğretmenleri yerine, özel eğitim öğretmenleri tarafından verilmektedir. Özel eğitim hizmetleri veren kurum ve rehabilitasyon merkezleri de beden eğitimi öğretmenlerine resmiyette ders yazılmadığı ve imza yetkilerin olmadığı için tercih edilmemektedir (Millî eğitim bakanlığı mevzuat, 2004).

Tablo 2.1'e göre herhangi bir özel gereksinim düzeyine sahip her çocuk eğitim alma hakkına sahiptir. Ancak yan haklardan yalnızca %90 ve üstü olan çocuklar yararlanabilmektedir.

2.11. Araştırma İle İlgili Kaynak Araştırması

Benzer çalışmalar literatürde bulunsa da, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlı çocukların ebeveynlerinin kaygı, aile dayanıklılığı ve yaşam doyum düzeylerinin incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu bağlamda, otizmlı çocukların ebeveynleriyle ilgili araştırmalarda;

Aktaş (2022) tarafından yapılan araştırmada, fiziksel aktivite yapan otizmlı çocuklara sahip ebeveynlerin kaygı ve yaşam kalitesi düzeylerinin çeşitli faktörlerden etkilendiği bulunmuştur. Genel olarak, ebeveynlerin gelir ve eğitim seviyeleri arttıkça yaşam kalitelerinin de yükseldiği gözlemlenmiştir. Ancak, yaş ve cinsiyet değişkenlerinin her çalışmada farklı sonuçlar verdiği belirtilmiştir.

Otizimli çocuklara sahip ebeveynlerin yaşam kalitesi ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmada, engelli çocukları olan ebeveynlerin önceliklerinin çocuklarının yaşam kalitesini artırmak, onlara destek olmak ve ihtiyaçlarını karşılamak olduğu belirlenmiştir. Bu önceliklerin, ebeveynlerin yaşam kalitesini etkilediği ve fiziksel aktivitenin bu yaşam kalitesine bir etkisi olmadığı sonucuna varılmıştır (Yıldız, 2019).

ABD ve Türkiye’de otizm teşhisi konulan çocukların ebeveynleri üzerinde yapılan bir araştırmada, aile işlevleri incelenmiştir. Araştırmaya katılan ebeveynlerin otizimli çocuklarının 2-7 yaş aralığında olduğu belirlenmiştir. Türk ve Amerikalı annelerin stres seviyeleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak, aile işlevleri açısından farklılıklar gözlemlenmiştir. Türk ebeveynler, sorun çözme odaklı başa çıkma yöntemlerini daha fazla kullanmaktadır. Ayrıca, Türk ebeveynlerin aile işlevleri açısından esneklik düzeyleri daha yüksektir (Çelimli, 2009).

İstanbul’un Anadolu yakasındaki farklı ilçelerde, otizm teşhisi konmuş çocukların anneleri ile sağlıklı çocukları olan annelerin yaşam tatmini ve umutsuzluk seviyeleri üzerine bir araştırma yapılmaktadır. Sağlıklı çocukları olan annelerin sosyal etkileşim puanlarının, otizimli çocukları olan annelere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Annelerin yaşı, fiziksel, sosyal ve çevresel yaşam standartları açısından farklılık göstermektedir. Yaş ilerledikçe, annelerin fiziksel, ruhsal ve sosyal ilişki alanlarındaki yaşam kalitesi seviyeleri azalmaktadır (Balkanlı, 2008).

Sanders ve Morgan (1997) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, farklı engelli çocuk kategorileri incelenmiştir. Bu kategoriler otizm ve down sendromu olan çocukları kapsamaktadır. Diğer bir kategori ise sağlıklı çocuklara sahip ebeveynlerdir. Araştırma, bu ebeveynlerin uyum ve stres seviyelerini değerlendirmektedir. Otizimli ve down sendromlu çocukları olan ebeveynlerin stres seviyelerinin, sağlıklı çocuklara sahip ebeveynlere göre çok daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, ebeveynlerin geleceğe yönelik kaygıları da incelenmiştir. Otizimli çocukların ebeveynlerinin geleceğe dair kaygılarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Sarıkaya, 2011).

Konya merkezde, zihinsel ve fiziksel engelli çocukların özel eğitim aldığı bir çalışmaya, çocukların anne ve babaları katılmıştır. Araştırmaya 150 anne ve 150 baba dâhil edilmiştir. Bu çalışmada, anne ve babaların umutsuzluk düzeyleri ve yaşam memnuniyetleri incelenmiştir. Genç annelerin daha yüksek umutsuzluk seviyelerine sahip olduğu belirlenmiştir. 51 yaş ve üzerindeki annelerin ise gelecek kaygılarının daha az olduğu saptanmıştır. Ayrıca, 51 yaş ve üzerindeki babaların yaşam memnuniyetlerinin genç babalara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Akandere ve ark., 2009).

Başka bir araştırmada, ailenin ekonomik durumunun psikolojik semptomların görülme sıklığını artırdığı belirlenmiştir. Bu çalışmada, genç annelerin psikolojik semptomlarının, yaşlı annelere kıyasla daha fazla olduğu saptanmıştır. Ayrıca, annelerin eğitim seviyesi yükseldikçe, psikolojik semptom gösterme riskinin azaldığı tespit edilmiştir (Yıldırım ve ark., 2012).

Alan yazında yılmazlık ve kaygı ile ilgili çalışmalara bakıldığında otizmle ilgili sınırlı sayıda çalışma bulunmasına rağmen farklı alanlarda Özdayı (2018) tarafından elit sporcularda yılmazlığın ve başka bir çalışmada da elit sporcuların durumluluk sürekli kaygı düzeylerinin çalışıldığı görülmüştür (Gürer ve ark., 2014).

3. MATERYAL VE YÖNTEM

Bu araştırma nicel araştırma yöntemi araştırmalarda araştırmacılar minimum bir bağımsız parametrenin bir veya daha çok bağımlı parametre üzerindeki etki durumlarını görmeyi amaçlamıştır. Tarama araştırmaları, geniş evrenlere sahip ve büyük miktarda veri toplanması gereken durumlarda tercih edilen, nicel verilere dayalı ve istatistiksel analizlerin uygulandığı bir araştırma yöntemidir. Örneklem grupları hakkında kapsamlı bilgiler sunması nedeniyle, bu tür araştırmalar ve benzerleri için önemli avantajlar sağlamaktadır (Büyüköztürk ve Ark., 2013). Araştırmada, var olan durumu meydana getirmeyi amaç edinen betimsel taramaya (survey) ve ilişkisel taramaya ilişkin bir model kullanılmaktadır. Betimsel tarama yöntemleri, geçmişte ya da günümüzde var olan bir durumu, olduğu biçimiyle tanımlamayı amaçlayan bir araştırma modelidir. Araştırmada yer alan konu, kişi veya nesne kendi koşullarında ve olduğu gibi ifade etmeye çalışılmaktadır. İlişkisel tarama yöntemleri, iki veya daha fazla değişken arasında birlikte değişim olup olmadığını ve varsa bu ilişkinin derecesini belirlemeyi amaçlayan bir araştırma yaklaşımıdır (Karasar, 2014).

3.1. Araştırmanın Yeri, Zamanı ve Örneklem Seçimi

Bu araştırma, 2023–2024 yıllarında Balıkesir il merkezinde yaşayan ve rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlili çocuklara sahip ebeveynler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evrenini Balıkesir ilinde ikamet eden söz konusu ebeveynler oluşturmaktadır; ancak evrene ilişkin kesin sayısal büyüklüğe ulaşamadığından ve ilgili kurumlardan kapsamlı veri temin edilemediğinden, olasılıklı olmayan örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Araştırmanın örneklemini, Balıkesir merkezde ikamet eden 220 anne (%71,2) ve 89 baba (%28,8) olmak üzere toplam 309 gönüllü ebeveyn oluşturmaktadır. Evren büyüklüğü 750 olarak varsayılmış, bu doğrultuda asgari örneklem büyüklüğü 254 olarak hesaplanmıştır (Cochran, 1977; Sekaran, 2003: 294, akt. Coşkun ve ark., 2019). Örneklem büyüklüğünün belirlenmesinde, evrenin kesin sayısının bilinmediği durumlarda önerilen istatistiksel hesaplama yöntemleri esas

alınmış ve Araştırmanın güvenilirliği ve genellenebilirliğini artırmak amacıyla bu sayının üzerine çıkılarak 309 katılımcıya ulaşılmış ve katılımcılara çevrim içi veri toplama araçları aracılığıyla erişilmiştir

Araştırmaya katılım şartları

- 18 yaşından büyük olması
- Otizmlili çocuğa sahip olması

Araştırmaya dahil edilmeme şartları

- 18 yaşından küçük olması
- Otizmlili çocuğa sahip olmaması

3.2. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenler

Çalışmanın bağımlı değişkeni; Kaygı, Aile Yılmazlık ve Yaşam Doyum Düzeyleri oluştururken, çalışmanın bağımsız değişkenleri Yaşı, çocuğa yakınlık derecesi, eğitim durumu, düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor mu, sosyal yardım alıyor mu gibi bilgiler oluşturmuştur.

3.3. Araştırmanın Genel Planı

Araştırmaya katılacak otizmlili çocuğa sahip gönüllü ebeveynlere araştırmanın yapıldığı tarihler arasında ulaşılmıştır. Araştırma öncesinde, otizmlili çocuğa sahip gönüllü ebeveynlere çalışmanın amacı ve yürütülüş biçimi hakkında bilgi verilmiş ve katılımlarının gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleşmesi sağlanmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları (Kişisel Bilgi Formu, Kaygı Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği) aynı anda uygulanmıştır. Ebeveynlere formların doldurulma süreci ayrıntılı olarak açıklanmış, elde edilen bilgilerin yalnızca bilimsel araştırma kapsamında kullanılacağı ve başka bir amaçla paylaşılmayacağı güvence altına alınmıştır. Bu yaklaşım, ebeveynlerin doğru ve eksiksiz bilgi vermelerini teşvik etmeyi hedeflemiştir. Çalışmanın güvenilirliği açısından ebeveynlerin verecekleri yanıtların önemi vurgulanmış ve dikkatli

doldurma konusunda motive edilmeleri sağlanmıştır. Ebeveynlerin formları acele etmeden eksiksiz ve hatasız bir şekilde doldurmaları istenmiştir. Bu çalışma Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu tarafından 08/11/2023 tarihinde 2023/114 Sayılı toplantı gündeminde kabul edilip onaylanmıştır (EK-7).

3.4. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada ebeveynlerin kaygı düzeyini belirlemek için “İlk olarak 1988 yılında Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Ulusoy ve arkadaşları (1998) tarafından gerçekleştirilmiş “kaygı ölçeği”, Aile yılmazlık düzeylerini belirlemek için Kaner ve Bayraklı (2010) tarafından geliştirilen “Aile Yılmazlık Ölçeği”, yaşam doyumunu belirlemek için Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Yetim (1991) tarafından yapılan “yaşam doyumunu ölçeği” araştırmaya katılanların sosyo-demografik özelliklerinin de yer aldığı “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

3.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada, araştırmacı tarafından oluşturulan katılımcıların sosyo-demografik özelliklerinin de yer aldığı ‘Kişisel Bilgi Formu’ ile toplanan veriler kayıt altına alınmıştır. Tüm katılımcılar için ayrı ayrı doldurulacak olan ‘Kişisel Bilgi Formu’ ile katılımcıların; Yaşı, çocuğa yakınlık derecesi, eğitim durumu, düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor mu ve sosyal yardım alıyor mu gibi bilgiler not edebilmek için Kişisel Bilgi Formundan yararlanılmıştır. Katılımcılara çalışma protokolleri anlatılarak bilgi edinmeleri sağlanmıştır.

3.4.2. Beck Anxiety Inventory (Beck Kaygı Ölçeği)

Beck ve arkadaşları tarafından ilk kez 1988 yılında geliştirilmiş olan ölçeğin Türkçe uyarlaması, Ulusoy ve arkadaşları (1998) tarafından yapılmıştır ve bu çalışmada BAI'nin geçerli ve güvenilir bir veri toplama aracı olduğu kanıtlanmıştır. Bu envanter kaygı bozukluğu tanısı koymak için değil, kaygı belirtilerini ölçmek için oluşturulmuş, 21 maddelik bir kendini değerlendirme ölçeğidir. 4'lü likert tipi

ölçektir. Ölçekten 0 ile 63 arasında puanlar elde edilebilmektedir. Kullanım kılavuzunda belirtilen BAI kesme puanları ise şu şekildedir: 0–9 puan en düşük düzeyde kaygı, 10–16 puan hafif düzeyde kaygı, 17–29 puan orta düzeyde kaygı ve 30–63 puan şiddetli kaygı olarak değerlendirilir; bu son durumda bireyin bir uzmana başvurması gerekebilir.

Tablo 3.1. Dörtlü likert ölçeği katılım aralığı.

Likert ölçeği	Aralık	Fark	Tanım
1	1.00-1.75	0.75	Hiç
2	1.76-2.51	0.75	Hafif düzeyde beni pek etkilemedi
3	2.52-3.27	0.75	Orta düzeyde hoş değildi ama katlanabildim
4	3.28-4.00	0.72	Ciddi düzeyde dayanmakta çok zorlandım

(Pimentel,2019)

3.4.3. Aile Yılmazlık Ölçeği (AYÖ)

Ailenin yılmazlık düzeyini belirlemek amacıyla Kaner ve Bayraklı (2010) tarafından geliştirilmiş olan Aile Yılmazlık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, dört alt boyuttan oluşmaktadır: “Mücadelecilik-Meydan Okuma” (17 madde: 1,2,3,4,5,7,8,9,10,11,12,13,14,15,20,23,25), “Öz-Yetkinlik” (9 madde: 22,24,28,31,33,34,35,36,37), “Yaşama Bağlılık” (8 madde: 6,16,17,18,19,21,26,27) ve “Kontrol” (3 madde: 29,30,32). Toplamda 37 maddeden oluşan ölçek, tüm maddeleri olumlu ifadelerle düzenlenmiştir. Katılımcılardan her maddeye ilişkin tepkilerini 5’li Likert tipi ölçek üzerinde belirtmeleri istenmiştir: “Beni çok iyi tanımlıyor” = 5 puan, “Beni iyi tanımlıyor” = 4 puan, “Beni orta düzeyde tanımlıyor” = 3 puan, “Beni biraz tanımlıyor” = 2 puan ve “Beni hiç tanımlamıyor” = 1 puan. Ölçekten elde edilen toplam puan, ailenin genel yılmazlık düzeyini gösterirken, alt boyutlardan alınan puanlar da alt alanlara ilişkin değerlendirme olanağı sağlamaktadır. Yüksek puan, bireyin yılmazlık algısının yüksek olduğunu göstermektedir (Kaner & Bayraklı, 2010).

Tablo 3.2. Beşli likert ölçeği katılım aralığı.

Likert ölçeği	Aralık	Fark	Tanım
1	1.00-1.79	0.79	Hiç tanımlamıyor
2	1.80-2.59	0.79	Biraz tanımlamıyor
3	2.60-3.39	0.79	Orta düzeyde tanımlamıyor
4	3.40-4.19	0.79	İyi tanımlıyor
5	4.20-5.00	0.80	Çok iyi tanımlıyor

(Pimentel,2019)

3.4.4. Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)

Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Yetim (1991) tarafından yapılan “Yaşam Doyum Ölçeği (YDÖ)” çalışmada kullanılmıştır. Ölçek, tek bir alt boyuttan oluşmakta ve toplam 5 ifadeyi içermektedir. Katılımcılar, 7’li Likert tipi ölçek üzerinde her ifadeye, “1 = Kesinlikle Katılmıyorum” ile “7 = Kesinlikle Katılıyorum” arasında yer alan seçeneklerden birini işaretlemektedirler.

Tablo 3.3. Yedili likert ölçeği katılım aralığı.

Likert ölçeği	Aralık	Fark	Tanım
1	1.00-1.85	0.85	Kesinlikle katılmıyorum
2	1.86-2.71	0.85	Katılmıyorum
3	2.72-3.57	0.85	Kısmen katılmıyorum
4	3.58-4.43	0.85	Kararsızım
5	4.44-5.29	0.85	Kısmen katılıyorum
6	5.30-6.15	0.85	Katılıyorum
7	6.16-7.00	0.84	Kesinlikle katılıyorum

(Pimentel,2019).

3.5. Veri Toplama Yöntemi

Bu araştırma Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu tarafından 08/11/2023 tarihinde 2023/114 Sayılı toplantı gündeminde kabul edilip onaylandıktan (EK-5) sonra araştırma boyunca verilerin elde edilmesinde kullanılan veri toplama aracı, katılımcıların gönüllülük esasına dayalı olarak anket uygulaması yoluyla toplanmıştır. Bununla birlikte

katılımcılara ulaşmanın zor olabileceği durumlar göz önüne alınarak ölçekler online ortama da aktarılarak, mail, whatsapp ve telegram yolu ile katılımcılara ulaştırılmıştır. Araştırmanın verileri kolayda örnekleme yöntemi ile toplanmıştır. Bu tür örnekleme en kolay, en düşük maliyetli ve uygulanması en kolay örneklemedir. (İslamoğlu ve Alınçık, 2019). Toplam olarak alınan 309 verinin de analiz yapılmaya uygun görülüp, 309 veri ile analizler gerçekleştirilmiştir.

3.6. Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen verilerin analizleri bilgisayar ortamında SPSS25 paket programı programı kullanılarak yapılmıştır. Elde edilen veriler analize tabi tutulmadan önce çeşitli yönlerden incelenerek hatalı, boş ve örnekleme dışı olan veriler analiz programına aktarılmadan veri setinden çıkarılmak suretiyle veri ayıklama sürecine tabi tutuldu. Kayıp ve uç verilerden arındırılmış ve ham veriler üzerinde ilgili analizler gerçekleştirilmiştir. Çalışmada grupların normal dağılım gösterip göstermediği belirlemek için normallik testi yapılarak Skewness ve Kurtosis değerlerine bakılmıştır. Kurtosis ve Skewness $\pm 2,00$ değerleri arasında olduğu zaman normal dağılım olduğu kabul edilmektedir (George and Mallery, 2010). Normal dağılım gösterdiği belirlenen verilere 2 gruplu bağımsız değişkenlere t-testi, 2'den fazla gruplu değişkenlere tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve post hoc (Tukey, Games-Howell) testleri yapılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişki düzeylerinin belirlenmesi amacıyla Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Yaşam doyumunun, aile yılmazlık ve kaygı düzeyi tarafından yordanması için basit doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak belirlenmiştir.

4.BULGULAR

Araştırmanın bu bölümü, verilerin istatistiksel analizleri sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmektedir.

Tablo 4.1. Sosyo- demografik değişkenlere ilişkin tanımlayıcı istatistikler.

Değişkenler	n=309	Yüzde (%)	
Yaş	18-30 Yaş	53	17.2
	31-43 Yaş	169	54.7
	≥ 44 Yaş	87	28.2
Çocuğa Yakınlık dereceniz	Anne	220	71.2
	Baba	89	28.8
Eğitim Durumu	Ortaokul	59	19.1
	Lise	78	25.2
	Üniversite	172	55.7
Düzenli Olarak Rekreatif Fiziksel Aktivite Yapıyor musunuz?	Evet	134	43.4
	Hayır	175	56.6
Sosyal Yardım Alıyor musunuz ?	Evet	129	41.7
	Hayır	180	58.3

Tablo 4.1’de araştırmaya katılan ebeveynlerin sosyo-demografik özelliklere ilişkin tanımlayıcı istatistikler yer almaktadır. “Çocuğa yakınlık derecesi değişkenine” bakıldığında araştırma grubunda 220’i anne (%71.2) ve 89’u baba (%28.8) olmak üzere toplamda 309 ebeveyn olduğu görülmüştür. Bu dağılımlara göre örneklem grubunun çoğunluğu annelerden oluştuğu görülmektedir.

Araştırma grubu ebeveynlerin “yaş” değişkenine bakıldığında araştırma grubunda 18-30 yaş aralığında 53 kişinin (%17.2), 31-43 yaş aralığında 169 kişinin (%54.7), 44 yaş ve üstünde 87 kişinin (%28.2), bireyin olduğu görülmüştür.

Araştırma grubu ebeveynlerin “eğitim durumu” değişkenine göre ortaokul mezunu 59 ebeveyn (%19.1), lise mezunu 78 ebeveyn (%25.2), üniversite mezunu 172 ebeveyn (%55.7) bulunmaktadır. Çalışmamıza üniversite mezunlarının daha çok

katılım gösterdiği görülmektedir. Ancak üniversite eğitimine lisanüstü eğitimi alan ebeveynlerde dahildir.

“Düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz?” değişkeni incelendiğinde evet diyenlerin 134 (%43.4) hayır diyenlerin 175 (%56.6) ebeveyn olduğu görülmektedir.

Ebeveynlerinin Çocuklarının özel eğitimi için “Sosyal yardım alıyor musunuz?” sorusuna ilişkin dağılımlar gösterilmiştir. Bu dağılımlara ailelerinin evet cevabını verenlerin 129 (%41.7)’ si çocuklara özel eğitim için sosoyal yardım aldığı ve 180 (%58.3)’ ü de çocukların özel eğitimi için sosoyal yardım almadığı anlaşılmaktadır.

Tablo 4.2. Ebeveynlerin aile yılmazlık, yaşam doyumu ve kaygı düzeylerinin yaş değişkenine göre anova test sonuçları.

	Yaş	n	Ort. ± S. S.	F	p	Post Hoc Sonuçları
Aile Yılmazlık Ölçeği Alt Boyutları	Mücadelecilik/ Meydan Okuma	1) 18-30	53	3.61±0.75	0.175	0.839
		2) 31-43	169	3.60±0.71		
		3) ≥ 44	87	3.65±0.77		
		Total	309	3.61±0.73		
	Öz Yetkinlik	1) 18-30	53	4.08±0.72	0.906	0.405
		2) 31-43	169	4.11±0.61		
		3) ≥ 44	87	4.21±0.62		
		Total	309	4.13±0.64		
	Yaşama Bağlılık	1) 18-30	53	3.89±0.77	0.323	0.724
		2) 31-43	169	3.79±0.78		
		3) ≥ 44	87	3.82±0.80		
		Total	309	3.82±0.78		
Kontrol	1) 18-30	53	3.55±0.94	1.258	0.286	
	2) 31-43	169	3.62±0.79			
	3) ≥ 44	87	3.76±0.77			
	Total	309	3.65±0.81			
Aile Yılmazlık Düzeyi Toplam Puanı	1) 18-30	53	3.78±0.71	0.509	0.602	
	2) 31-43	169	3.78±0.61			
	3) ≥ 44	87	3.86±0.64			
	Total	309	3.80±0.63			
Yaşam Doyumu Düzeyi Toplam Puanı	1) 18-30	53	21.21±7.48	0.527	0.591	
	2) 31-43	169	22.33±6.75			
	3) ≥ 44	87	21.85±7.67			
	Total	309	22.00±7.13			
Kaygı Düzeyi Toplam Puanı	1) 18-30	53	35.62±10.58	9.283	0.000**	3>1
	2) 31-43	169	37.44±12.67			
	3) ≥ 44	87	43.49±12.18			3>2
	Total	309	38.83±12.52			

p>0.05; Ort.: Ortalama; S.S.: Standard Sapma; PostHoc: Tukey HSD

Tablo 4.2’de katılımcıların “yaş” değişkenine göre rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlili çocuklara sahip ebeveynlerinin kaygı, aile yılmazlık ve yaşam doyum düzeyleri durumlarına ilişkin görüşleri anlamlı bir şekilde farklılaşma durumu analiz edilerek sunulmuştur.

Tablo 4.2’de Araştırmaya katılan ebeveynlerin mücadelelilik/mezdan okuma durumlarına ilişkin “yaş” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($F=0.175$; $p> 0.05$). Bunun yanı sıra, mücadelelilik/mezdan okuma puanlarına göre 44 yaş ve üzeri ebeveynlerin puan ortalamaları daha yüksek olduğu görülmektedir.

Araştırma grubu ebeveynlerin öz yetkinlik durumlarına ilişkin “yaş” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($F=0.906$; $p>0.05$). Ayrıca, öz yetkinlik puan ortalamaları yaşa göre arttığı tespit edilmiştir.

Örnekleme grubu ebeveynlerin yaşama bağlılık durumlarına ilişkin “yaş” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı sonuuna varılmıştır. ($F=0.323$; $p>0.05$). Bununla birlikte, yaşama bağlılık puanlarına göre 18-30 yaş aralığındaki ebeveynlerin puan ortalamaları daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

Araştırmaya katılan ebeveynlerin kontrol durumlarına ilişkin “yaş” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($F=1.258$; $p> 0.05$). Bunun yanı sıra, kontrol puanlarına göre 44 yaş ve üzeri ebeveynlerin puan ortalamaları daha yüksek olduğu görülmektedir.

Ebeveynlerin aile yılmazlık düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin “yaş” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmaktadır ($F=0.509$; $p>0.05$). Ayrıca aile yılmazlık düzeyi toplam puan dağılımlarına göre 44 yaş ve üzeri ebeveynlerin puan ortalamaları daha yüksek olduğu görülmektedir.

Örnekleme grubu ebeveynlerin yaşam doyum düzeyi toplam puan durumlarına ilişkin “yaş” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir. ($F=0.527$; $p> 0.05$). Bununla birlikte, yaşam doyum düzeyi toplam puanlarına göre

31-43 yaş aralığındaki ebeveynlerin puan ortalamaları daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

Ebeveynlerin kaygı düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin “yaş” değişkenine göre yüksek düzeyde anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ($F=9.283$; $p < 0.05$). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan Tukey HSD Post-Hoc testi sonuçlarına göre 44 yaş ve üzeri grubun kaygı puanlarının (Ort:43.49) 18-30 yaş grubundan (Ort:35.62) anlamlı derecede daha yüksek olduğu ($p= 0.001$) ve 31-43 yaş grubundan (Ort:37.44) anlamlı derecede daha yüksek olduğu ($p= 0.001$) görülmüştür. Öte yandan 18-30 yaş ile 31-43 yaş grupları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p=0.610$). Tüm bu bulgulardan hareketle kaygı düzeyi toplam puan dağılımları yaşa göre arttığı anlaşılmaktadır.

Araştırmaya katılan ebeveynlerin aile yılmazlık düzeyi, yaşam doyum düzeyi ve kaygı düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin “yaş” değişkeni açısından yapılan istatistiksel analizler sonucuna göre yaş ilerledikçe yaşam doyum düzeylerinin azaldığı ancak aile yılmazlık ve kaygı düzeylerinin arttığı söylenebilir. Bunun sebebinin yaş ilerledikçe fiziksel olarak çocuğa yetememesi ve yaşamı son bulduğunda çocuğun bakımı ile ilgili yaşamsal endişeler söylenebilir.

Tablo 4.3. Ebeveynlerin aile yılmazlık, yaşam doyum ve kaygı düzeylerinin çocuğa yakınlık derecesine göre t-testi sonuçları.

		Ebeveyn	n	Ort. ± S. S.	t	p	
Aile Yılmazlık Ölçeği Alt Boyutları	Mücadelecilik/Meydan	Anne	220	3.61±0.72	-0.157	0.875	
	Okuma	Baba	89	3.63±0.77			
	Öz Yetkinlik	Anne	220	4.12±0.60	-0.587	0.558	
		Baba	89	4.16±0.72			
	Yaşama Bağlılık	Anne	220	3.79±0.74	-0.853	0.395	
		Baba	89	3.88±0.89			
	Kontrol	Anne	220	3.60±0.81	-1.648	0.100	
		Baba	89	3.77±0.82			
	Aile Yılmazlık Düzeyi Toplam Puanı		Anne	220	3.78±0.60	-0.983	0.326
			Baba	89	3.86±0.71		
Yaşam Doyum Düzeyi Toplam Puanı		Anne	220	21.73±6.99	-1.070	0.285	
		Baba	89	22.69±7.46			
Kaygı Düzeyi Toplam Puanı		Anne	220	39.89±12.11	2.337	0.020	
		Baba	89	36.24±13.21			

$p > 0.05$; Ort.: Ortalama; S.S.: Standard Sapma

Tablo 4.3' te ebeveynlerin kaygı, aile yılmazlık ve yaşam doyum düzeyleri durumlarının çocuğa yakınlık derecesine göre karşılaştırılmasına ilişkin iki örneklem t-testi sonuçları yer almıştır. Analiz sonuçları dağılımlarına bakıldığında mücadelelilik/meydan okuma durumlarına ilişkin “çocuğa yakınlık derecesi” değişkenine göre anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($t=-0.157$; $p> 0.05$). Ayrıca, mücadelelilik/meydan okuma puanlarına göre babaların annelere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu görülmektedir.

Ebeveynlerin öz yetkinlik durumlarına ilişkin “çocuğa yakınlık derecesi” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir ($t=-0.587$; $p>0.05$). Bunun yanı sıra, öz yetkinlik puanlarına göre babaların annelere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

Araştırma grubu ebeveynlerin yaşama bağlılık durumlarına ilişkin “çocuğa yakınlık derecesi” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($t=-0.853$; $p> 0.05$). Ayrıca, yaşama bağlılık puanlarına göre babaların annelere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcıların kontrol durumlarına ilişkin “çocuğa yakınlık derecesi” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($t=-1.648$; $p>0.05$). Bunun yanı sıra, kontrol puanlarına göre babaların annelere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu görülmektedir.

Ebeveynlerin aile yılmazlık düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin “çocuğa yakınlık derecesi” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmaktadır ($t=-0.983$; $p> 0.05$). Ayrıca aile yılmazlık düzeyi toplam puan dağılımlarına göre babaların annelere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

Örneklem grubu ebeveynlerin yaşam doyum düzeyi toplam puan durumlarına ilişkin “çocuğa yakınlık derecesi” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmaktadır. ($t=-1.070$; $p> 0.05$). Bununla birlikte, yaşam doyum düzeyi toplam puanlarına göre babaların annelere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Ebevyenlerin kaygı düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin “çocuğa yakınlık derecesi” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olduğu görölmektedir ($t=2.337$; $p<0.05$). Bunun yanı sıra, kaygı düzeyi toplam puanlarına göre annelerin babalara göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu görölmektedir.

Bu bağlamda, araştırmaya katılan ebevyenlerin aile yılmazlık düzeyi, yaşam doyum düzeyi ve kaygı düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin “çocuğa yakınlık derecesine göre (anne/baba)” değişkeni açısından yapılan istatıksel analizler sonuçuına göre anne ve babalarının yaşam doyum ve aile yılmazlık düzeylerinde bir farklılığın olmadığı ancak kaygı düzeyleri puanlarına baktığımızda anne ve babalar arasında anlamlı bir farklılığın olduğu ve annelerin toplam puan ortalamaları babaların toplam puan ortalamalarından daha yüksek çıktığı anlaşılmaktadır. Bunun sebebinin çoğunlukta babaların ailenin sosyo-ekonomik düzeyinin devamlılığını sağlamak için çalışma ortamında daha fazla vakit harcıyor olması, annelerin ise çocuğun bakımı ve eğitim sürecine daha fazla dahil olmalarından kaynaklı olabilir.

Tablo 4.4. Ebeveynlerin aile yılmazlık, yaşam doyum ve kaygı düzeylerinin eğitim durumuna göre anova test sonuçları.

		Ebeveyn Eğitim Durumu	n	Ort. ± S. S.	F	p	Post Hoc Sonuçları
Aile Yılmazlık Ölçeği Alt Boyutları	Mücadelecilik/ Meydan Okuma	1) Ortaokul	59	3.39±0.81	6.877	0.001**	3>1
		2) Lise	78	3.49±0.71			
		3) Üniversite	172	3.75±0.69			
		Total	309	3.61±0.73			
	Öz Yetkinlik	1) Ortaokul	59	3.84±.81	8.198	0.000**	2>1
		2) Lise	78	4.19±0.52			3>1
		3) Üniversite	172	4.20±0.59			
		Total	309	4.13±0.63			
	Yaşama Bağlılık	1) Ortaokul	59	3.55±0.81	4.311	0.014	2>1
		2) Lise	78	3.87±0.71			3>1
		3) Üniversite	172	3.88±0.79			
		Total	309	3.81±0.78			
Kontrol	1) Ortaokul	59	3.37±0.95	4.927	0.008	2>1	
	2) Lise	78	3.79±0.71				
	3) Üniversite	172	3.68±0.78				
	Total	309	3.64±0.81				
Aile Yılmazlık Düzeyi Toplam Puanı	1) Ortaokul	59	3.54±0.72	6.791	0.001**	2>1	
	2) Lise	78	3.83±0.55			3>1	
	3) Üniversite	172	3.88±0.62				
	Total	309	3.80±0.63				
Yaşam Doyum Düzeyi Toplam Puanı	1) Ortaokul	59	18.83±7.38	7.589	0.001**	2>1	
	2) Lise	78	22.53±6.62			3>1	
	3) Üniversite	172	22.85±7.00				
	Total	309	22.00±7.12				
Kaygı Düzeyi Toplam Puanı	1) Ortaokul	59	40.71±12.50	2.428	0.090		
	2) Lise	78	40.49±11.77				
	3) Üniversite	172	37.44±12.75				
	Total	309	38.83±12.52				

p>0 .05; Ort.: Ortalama; S.S.: Standard Sapma; PostHoc:Tukey HSD ve Games-Howell

Tablo 4.4'te çalışmada ebeveynlerin eğitim durumu açısından aile yılmazlık düzeyi ve alt boyutları ile yaşam doyum ve yaşama bağlılık puanları arasındaki farklar incelenmiştir. Öncelikle Aile Yılmazlık Ölçeği alt boyutları için yapılan ANOVA sonuçları anlamlı farklılıklar göstermiştir. Homojen olmayan varyanslar için Games-Howell ile homojen varyans varsayımı sağlanan değişkenler için Tukey HSD post hoc testi uygulanmıştır.

Araştırmaya katılan ebeveynlerin mücadelecilik/mezdan okuma durumlarına ilişkin “eğitim durumu” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir (F=6.877; p< 0.05). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan Games-Howell testi sonuçlarına göre ortaokul mezunu ebeveynlerin puanları (3.39 ± 0.81) üniversite mezunu ebeveynlerden (3.75 ± 0.69) anlamlı olarak daha

düşük bulunmuştur ($p = 0.010$). Ortaokul-lise ve lise-üniversite karşılaştırmalarında ise fark anlamlı değildir ($p > 0.05$).

Araştırma grubu ebevyenlerin öz yetkinlik durumlarına ilişkin “eğitim durumu” değişkenine göre yüksek düzeyde anlamlı bir farklılığın olduğu anlaşılmaktadır ($F=8.198$; $p < 0.05$). Bu alt boyutta Games-Howell testi sonuçlarına göre ortaokul mezunu ebevyenler (3.84 ± 0.81) üniversite mezunlarından (4.20 ± 0.59) ve lise mezunlarından (4.19 ± 0.52) anlamlı olarak daha düşük puan almıştır ($p < 0,05$). Lise ve üniversite mezunları arasında fark anlamlı bulunmamıştır ($p > 0.05$).

Örneklem grubu ebevyenlerin yaşama bağlılık durumlarına ilişkin “eğitim durumu” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olduğu sonucuna varılmıştır. ($F=4.311$; $p < 0.05$). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan Tukey HSD Post-Hoc testi sonuçlarına göre ortaokul mezunları (3.55 ± 0.81) lise (3.87 ± 0.71) ve üniversite mezunlarından (3.88 ± 0.79) anlamlı olarak daha düşük puan almıştır ($p < 0.05$). Lise ve üniversite grupları arasında fark anlamlı bulunmamıştır ($p > 0.05$).

Araştırmaya katılan ebevyenlerin kontrol durumlarına ilişkin “eğitim durumu” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ($F=4.927$; $p < 0.05$). Bunun yanı sıra, Games-Howell testi sonuçlarına göre ortaokul mezunlarının puanları (3.37 ± 0.95), lise mezunları (3.79 ± 0.71) ile karşılaştırıldığında anlamlı olarak daha düşüktür ($p = 0.015$), ancak ortaokul-üniversite ve lise-üniversite karşılaştırmalarında fark anlamlı bulunmamıştır ($p > 0.05$).

Ebevyenlerin aile yılmazlık düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin “eğitim durumu” değişkenine göre yüksek düzeyde anlamlı bir farklılığın olduğu anlaşılmaktadır ($F=6.791$; $p < 0.05$). Games-Howell testi sonuçlarına göre ortaokul mezunlarının (3.54 ± 0.72) puanları, lise (3.83 ± 0.55) ve üniversite mezunlarından (3.88 ± 0.62) anlamlı olarak daha düşüktür ($p < 0.05$). Lise ve üniversite grupları arasında fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p > 0.05$).

Örneklem grubu ebevyenlerin yaşam doyum düzeyi toplam puan durumlarına ilişkin “eğitim durumu” değişkenine göre yüksek düzeyde anlamlı bir farklılığın

olduğu sonucuna varılmıştır. ($F=7.589$; $p < 0.05$). Bununla birlikte, Tukey HSD testi sonuçları açısından ortaokul mezunu ebeveynler (18.83 ± 7.38) lise (22.53 ± 6.62) ve üniversite mezunlarından (22.85 ± 7.00) anlamlı olarak daha düşük puan almıştır ($p < 0.05$). Lise ve üniversite mezunları arasında anlamlı fark gözlenmemiştir ($p > 0.05$). Test sonuçlarına göre ebeveynlerin eğitim düzeyi yükseldikçe aile yılmazlık alt boyutları, toplam puanlar ve yaşam doyumu ile yaşama bağlılık puanları artmakta; en düşük puanlar ortaokul mezunu ebeveynlerde görülmektedir. Lise ve üniversite mezunları arasında ise çoğu değişkende istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

Ebeveynlerin kaygı düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin “eğitim durumu” değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. ($F=2.428$; $p > 0.05$). Bunun yanı sıra, kaygı düzeyi toplam puan dağılımları ortaokul eğitime göre ebeveynlerin puan ortalamaları daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Tablo 4.5. Ebeveynlerin aile yılmazlık, yaşam doyumu ve kaygı düzeylerinin düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz değişkenine göre t-testi sonuçları.

		Fiziksel Aktivite Yapma	n	Ort. ± S. S.	t	p	
Aile Yılmazlık Ölçeği Alt Boyutları	Mücadelecilik/Meydan	Evet	134	3.72±0.72	2.260	0.025	
	Okuma	Hayır	175	3.53±0.74			
	Öz Yetkinlik	Evet	134	4.18±0.70	1.226	0.221	
		Hayır	175	4.09±0.58			
	Yaşama Bağlılık	Evet	134	3.96±0.75	2.810	0.005*	
		Hayır	175	3.71±0.79			
	Kontrol	Evet	134	3.71±0.83	1.148	0.252	
		Hayır	175	3.60±0.80			
	Aile Yılmazlık Düzeyi Toplam Puanı		Evet	134	3.89±0.65	2.196	0.029
			Hayır	175	3.73±0.61		
Yaşam Doyumu Düzeyi Toplam Puanı		Evet	134	22.83±7.44	1.786	0.075	
		Hayır	175	21.37±6.84			
Kaygı Düzeyi Toplam Puanı		Evet	134	38.66±13.50	-0.209	0.834	
		Hayır	175	38.97±11.75			

$p > 0.05$; Ort.: Ortalama; S.S.: Standard Sapma

Tablo 4.5’ te ebeveynlerin aile yılmazlık, yaşam doyumu ve kaygı düzeyleri durumlarının “düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz” değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin iki örneklem t-testi sonuçları yer almıştır. Analiz sonuçları dağılımlarına bakıldığında mücadelecilik/meyden okuma durumlarına

ilişkin “düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz” değişkenine göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($t=2.260$; $p < 0.05$). Ayrıca, mücadelelilik/mezdan okuma puanlarına göre evet diyenlerin hayır diyenlere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

Ebevyınlerin öz yetkinlik durumlarına ilişkin “düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir ($t=1.226$; $p > 0.05$). Bunun yanı sıra, öz yetkinlik puanlarına göre evet cevabını verenlerin hayır cevabını verenlere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Araştırma grubu ebevyınlerin yaşama bağıllık durumlarına ilişkin “düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olduğu sonucuna varılmıştır ($t=2.810$; $p < 0.05$). Ayrıca, yaşama bağıllık puanlarına göre evet diyenlerin hayır diyenlere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu görülmektedir.

Katılımcıların kontrol durumlarına ilişkin “düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($t=1.148$; $p > 0.05$). Bunun yanı sıra, kontrol puanlarına göre evet yanıtını verenlerin hayır yanıtını verenlere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Ebevyınlerin aile yılmazlık düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin “düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olduğu anlaşılmaktadır ($t=2.196$; $p < 0.05$). Ayrıca aile yılmazlık düzeyi toplam puan dağılımlarına göre evet cevabını verenlerin hayır cevabını verenlere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Örnekleme grubu ebevyınlerin yaşam doyum düzeyi toplam puan durumlarına ilişkin “düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmaktadır. ($t=-1.786$; $p > 0.05$). Bununla birlikte, yaşam doyum düzeyi toplam puanlarına göre evet yanıtını verenlerin hayır yanıtını verenlere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Ebevyenlerin kaygı düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin “düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz” değişkenine göre anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($t=-.209$; $p> 0.05$). Bunun yanı sıra, kaygı düzeyi toplam puanlarına göre hayır yanıtını verenlerin evet yanıtını verenlere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Tablo 4.6. Ebeveynlerin aile yılmazlık, yaşam doyum ve kaygı düzeylerinin sosyal yardım alıyor musunuz değişkenine göre t-testi sonuçları.

		Sosyal Yardım Alma	n	Ort. ± S. S.	t	p	
Aile Yılmazlık Ölçeği Alt Boyutları	Mücadelecilik/Meydan	Evet	129	3.51±0.74	-2.103	0.036	
	Okuma	Hayır	180	3.69±0.72			
	Öz Yetkinlik	Evet	129	4.09±0.68	-1.032	0.303	
		Hayır	180	4.16±0.60			
	Yaşama Bağlılık	Evet	129	3.83±0.80	0.168	0.867	
		Hayır	180	3.81±0.77			
	Kontrol	Evet	129	3.67±0.81	0.383	0.702	
		Hayır	180	3.63±0.82			
	Aile Yılmazlık Düzeyi Toplam Puanı		Evet	129	3.77±0.65	-0.689	0.491
			Hayır	180	3.82±0.62		
Yaşam Doyum Düzeyi Toplam Puanı		Evet	129	21.19±6.98	-1.711	0.088	
		Hayır	180	22.59±7.19			
Kaygı Düzeyi Toplam Puanı		Evet	129	42.77±11.21	4.840	0.000**	
		Hayır	180	36.02±12.68			

$p>0.05$; Ort.: Ortalama; S.S.: Standard Sapma

Tablo 4.6’ da ebeveynlerin aile yılmazlık, yaşam doyum ve kaygı düzeyleri durumlarının “sosyal yardım alıyor musunuz” değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin iki örneklem t-testi sonuçları yer almıştır. Analiz sonuçları dağılımlarına bakıldığında mücadelecilik/meyden okuma durumlarına ilişkin “sosyal yardım alıyor musunuz” değişkenine göre anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($t=-2.103$; $p< 0.05$). Ayrıca, mücadelecilik/meydan okuma puanlarına göre hayır diyenlerin evet diyenlere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

Ebevyenlerin öz yetkinlik durumlarına ilişkin “sosyal yardım alıyor musunuz” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir ($t=-1.032$; $p>0.05$). Bunun yanı sıra, öz yetkinlik puanlarına göre hayır cevabını verenlerin evet cevabını verenlere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Araştırma grubu ebevyenlerin yaşama bağlılık durumlarına ilişkin “sosyal yardım alıyor musunuz” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı sonucuna varılmıştır ($t=0.168$; $p> 0.05$). Ayrıca, yaşama bağlılık puanlarına göre evet diyenlerin hayır diyenlere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu görülmektedir.

Katılımcıların kontrol durumlarına ilişkin “sosyal yardım alıyor musunuz” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($t=0.383$; $p>0.05$). Bunun yanı sıra, kontrol puanlarına göre evet yanıtını verenlerin hayır yanıtını verenlere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Ebevyenlerin aile yılmazlık düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin “sosyal yardım alıyor musunuz” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmaktadır ($t=-0.689$; $p> 0.05$). Ayrıca aile yılmazlık düzeyi toplam puan dağılımlarına göre hayır cevabını verenlerin evet cevabını verenlere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Örneklem grubu ebevyenlerin yaşam doyum düzeyi toplam puan durumlarına ilişkin “sosyal yardım alıyor musunuz” değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmaktadır. ($t=-1.711$; $p> 0.05$). Bununla birlikte, yaşam doyum düzeyi toplam puanlarına göre hayır yanıtını verenlerin evet yanıtını verenlere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Ebevyenlerin kaygı düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin “sosyal yardım alıyor musunuz” değişkenine göre yüksek düzeyde anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($t=4.840$; $p< 0.05$). Bunun yanı sıra, kaygı düzeyi toplam puanlarına göre evet yanıtını verenlerin hayır yanıtını verenlere göre puan ortalamaları daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Araştırmaya katılan ebevyenlerin aile yılmazlık düzeyi, yaşam doyum düzeyi ve kaygı düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin “sosyal yardım alıyor musunuz” değişkeni açısından yapılan istatistiksel analizler sonucuna göre aile yılmazlık ve yaşam doyum düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı, fakat kaygı düzeylerinde anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bunun sebebinin yönetmelikte yan haklardan özel gereksinim düzeyi %90 ve üzeri olan bireyler

yararlanabiliyorken, özel gereksinim düzeyi %90 ve altı olan bireyler yararlanamamasından kaynaklanıyor olabilir.

Tablo 4.7. Ebeveynlerin aile yılmazlık, yaşam doyum ve kaygı durumları arasında korelasyon analizi sonuçları.

Değişkenler			1	2	3	4	5	6	7
Aile Yılmazlık Ölçeği Alt Boyutları	Mücadelecilik/Meydan Okuma (1)	r	1						
		p							
	Öz Yetkinlik (2)	r	0.731	1					
		p	0.000**						
	Yaşama Bağlılık (3)	r	0.685	0.672	1				
		p	0.000**	0.000**					
	Kontrol (4)	r	0.573	0.669	0.551	1			
		p	0.000**	0.000**	0.000**				
Aile Yılmazlık Düzeyi Toplam Puanı (5)		r	0.868	0.884	0.852	0.824	1		
		p	0.000**	0.000**	0.000**	0.000**			
Yaşam Doyum Düzeyi Toplam Puanı (6)		r	0.396	0.433	0.532	0.410	0.519	1	
		p	0.000**	0.000**	0.000**	0.000**	0.000**		
Kaygı Düzeyi Toplam Puanı (7)		r	0.027	0.069	-0.117	0.103	0.022	-0.187	1
		p	0.639	0.227	0.040	0.070	0.698	0.001**	

Tablo 4.7 incelendiğinde aile yılmazlık ölçeğinin 1. alt boyutu olan mücadelelilik/meydan okuma ile öz yetkinlik arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($r=0.731$; $p < 0.05$). Mücadelecilik/meydan okuma ile yaşama bağlılık arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır ($r=0.685$; $p < 0.05$). Mücadelecilik/meydan okuma ile kontrol arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=0.573$; $p < 0.05$). Mücadelecilik/meydan okuma ile aile yılmazlık düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($r=0.868$; $p < 0.05$). Mücadelecilik/meydan okuma ile yaşam doyum düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=0.396$; $p < 0.05$). Mücadelecilik/meydan okuma ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($r=0.027$; $p > 0.05$).

2. Alt boyut Öz yetkinlik ile yaşama bağlılık arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=0.672$; $p < 0.05$). Öz yetkinlik ile kontrol arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=0.669$; $p < 0.05$). Öz yetkinlik ile aile yılmazlık düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($r=0.884$; $p < 0.05$). Öz

yetkinlik ile yaşam doyum düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır ($r=0.433;p< 0.05$). Öz yetkinlik ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($r=0.069;p>0.05$).

3. Alt boyut Yaşama bağlılık ile kontrol arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır ($r=0.551;p< 0.05$). Yaşama bağlılık ile aile yılmazlık düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($r=0.852;p< 0.05$). Yaşama bağlılık ile yaşam doyum düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna rastlanmıştır ($r=0.532;p< 0.05$). Yaşama bağlılık ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır ($r=-0.117;p< 0.05$).

4. Alt boyut Kontrol ile aile yılmazlık düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($r=0.824;p< 0.05$). Kontrol ile yaşam doyum düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna rastlanmıştır ($r=0.410;p< 0.05$). Kontrol ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir ($r=0.103;p> 0.05$).

Aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ile yaşam doyum düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna rastlanmıştır ($r=0.519;p< 0.05$). Aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($r=0.022;p> 0.05$).

Yaşam doyum düzeyi toplam puanı ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde düşük düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir ($r=-0.187;p< 0.05$).

Tablo 4.8. Yaşam doyum'un kaygı düzeyleri tarafından yordanmasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi sonuçları.

Bağımsız Değişken	β	T	p	F	p	Düzeltilmiş R ²
(Sabit)		20.073	0.000			
Kaygı Düzeyi	-0.187	-3.338	0.001**	11.145	0.001**	0.035
Bağımlı Değişken						
Yaşam Doyumu Düzeyi						

**p< 0.01

Tablo 4.8 incelendiğinde kaygı düzeyi ile yaşam doyum düzeyi arasında zayıf düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($R^2=0.035$). Doğrusal regresyon analizine göre, otizmlili çocukların ebeveynlerinin kaygı düzeyleri onların yaşam doyum düzeylerinin toplam varyansın yaklaşık %4 oranında açıklamaktadır. Standardize edilmiş beta katsayısı (β) ve t değeri incelendiğinde katılımcıların kaygı düzeylerinin, yaşam doyum düzeyinin anlamlı negatif yordayıcısı olduğu saptanmıştır ($\beta=-0.187$; $t=-3.338$; $p< 0.05$).

Tablo 4.9. Yaşam doyum'un aile yılmazlık düzeyleri tarafından yordanmasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi sonuçları.

Bağımsız Değişken	β	T	p	F	p	Düzeltilmiş R ²
(Sabit)		-0.091	0.928			
Aile Yılmazlık Düzeyi	0.519	10.634	0.001**	113.089	0.001**	0.269
Bağımlı Değişken						
Yaşam Doyumu Düzeyi						

**p< 0.01

Tablo 4.9 incelendiğinde aile yılmazlık düzeyi ile yaşam doyum düzeyi arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($R^2=0.269$). Doğrusal regresyon analizine göre, otizmlili çocukların ebeveynlerinin aile yılmazlık düzeyleri onların yaşam doyum düzeylerinin toplam varyansın yaklaşık %27 oranında açıklamaktadır. Standardize edilmiş beta katsayısı (β) ve t değeri incelendiğinde katılımcıların aile yılmazlık düzeylerinin, yaşam doyum düzeyinin anlamlı pozitif yordayıcısı olduğu saptanmıştır ($\beta=0.519$; $t=10.634$; $p< 0.05$).

5. TARTIŞMA

Araştırmamızın bu bölümünde, Balıkesir merkezde rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlili çocuklara sahip ebeveynlerinin kendilerine zaman ayırdıklarında yaptıkları rekreatif aktivitelere aldıkları haz onların kaygı, aile yılmazlık ve yaşam doyum düzeylerine olan etkisini belirleyerek farklı parametreler bakımından ele alınmış ve bu bağlamda demografik değişkenlere (yaş, çocuğa yakınlık derecesi, eğitim durumu, düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite (yürüyüş, doğa yürüyüşü, bisiklet, yüzme, halı saha vb.) yapıyor musunuz, Sosyal yardım alıyor musunuz) göre farklılık gösterip göstermediğinin sonuçlarına yer verilmiş, araştırmada elde edilen bulgular literatür ile ilişkilendirilmeye çalışılıp değerlendirilerek sunulmuştur.

Kaygı ölçeğinin yaş, çocuğa yakınlık derecesi, ebeveyn eğitim durumu, düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite (yürüyüş, doğa yürüyüşü, bisiklet, yüzme, halı saha vb.) yapıyor musunuz, sosyal yardım alıyor musunuz değişkenlerine göre değerlendirilmesi;

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlili çocuklara sahip ebeveynlerinin yaş değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.2)' de Anova test sonuçlarına göre elde edilen bulgular "kaygı" düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir (0.000; $p < 0.01$) ve özellikle 44 yaş ve üzeri grubun kaygı düzeyinin, hem 18–30 yaş hem de 31–43 yaş grubuna kıyasla daha yüksek olduğunu göstermektedir; buna karşın 18–30 ile 31–43 yaş grupları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu durum, ebeveynlerin kaygı düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin "yaş" değişkeni açısından yapılan istatistiksel analizler sonucuna göre ebeveynlerin yaşı arttıkça kaygı düzeylerinin anlamlı şekilde yükselmesi, OSB'li çocukların uzun vadeli bakım yükünün ve gelecek endişelerinin birikimli etkisini yansıtmaktadır. Özellikle 44 yaş üstü ebeveynlerde fiziksel tükenme ve "çocuğun bakımını sürdürememe" korkusu, kaygıyı tetikleyen kritik faktörler olarak öne çıkmıştır. Yaş ilerledikçe fiziksel olarak çocuğa yetememesi ve yaşamı son bulduğunda çocuğun bakımı ile ilgili yaşamsal endişeler söylenebilir. Bu bulgu,

literatürdeki kronik stres teorisi ve Aile Sistemleri Teorisi ile tutarlıdır. Walsh'ın (2016) aile sistemleri teorisi, aile içi iletişim, problem çözme becerileri, zorluklarla başa çıkma kapasitesinin yaşam kalitesini artırdığını vurgular. McEwen, (1998) kronik stres teorisi ise; yaşla birlikte artan kaygı, kronik stresin biyopsikososyal sonuçlarını göstererek bu modelin çalışmamızın sonuçlarıyla OSB bağlamında geçerliliğini doğrulamıştır. OSB'li çocukların uzun vadeli bakım ihtiyaçlarının ebeveynler üzerinde birikimli bir stres yükü oluşturduğunu vurgulayan Ekas ve Whitman (2010a)'ın çalışmasıyla örtüşmektedir. Ekas ve Whitman, özellikle 40 yaş üstü ebeveynlerde fiziksel ve duygusal tükenmişliğin arttığını belirtmiştir. Yorke ve ark., (2018), otizmlili çocuklar ve ebeveynler ile ilgili çalışmada, yaşla birlikte artan deneyimin ebeveynlerin stres yönetim becerilerini geliştirdiğini ve kaygıyı azalttığını öne sürmektedir. Yeşilçüfa (2021) tarafından gerçekleştirilen yüksek lisans çalışmasında, rekreasyonel faaliyetlere katılan Down sendromlu ve otizmlili bireylerin aileler üzerindeki etkileri incelenmiş ve yaş faktörüne göre yapılan karşılaştırmada, katılımcı ebeveynlerin sürekli endişe düzeyleri açısından kadın ve erkekler arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmediği belirtilmiştir. Ancak bu sonuçlar, bizim araştırmamızda elde edilen verilerle uyum göstermemektedir. “kaygı” düzeyi toplam puanında yaş değişkeni açısından farklılık gösterdiği tespit edilmiş ve H1a hipotezi kabul edilmiştir.

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlili çocuklara sahip ebeveynlerinin çocuğa yakınlık derecesi değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.3) te T-test sonuçlarına göre elde edilen bulgular “kaygı” düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olduğu anlaşılmaktadır (0.020; $p < 0.05$). Bu bağlamda, araştırmaya katılan ebeveynlerin kaygı düzeyi toplam puan dağılımlarına ilişkin “çocuğa yakınlık derecesine göre (anne/baba)” değişkeni açısından yapılan istatistiksel analizler sonucuna göre kaygı düzeyleri puanlarına baktığımızda anne ve babalar arasında anlamlı bir farklılığın olduğu ve annelerin toplam puan ortalamaları babaların toplam puan ortalamalarından daha yüksek çıktığı anlaşılmaktadır. Bunun sebebinin çoğunlukta babaların ailenin sosyo-ekonomik düzeyinin devamlılığını sağlamak için çalışma ortamında daha fazla vakit harcıyor olması, annelerin ise çocuğun bakımı ve eğitim sürecine daha fazla dâhil olmalarından ve toplumsal cinsiyet rollerine dayalı bakım yükünün eşitsiz dağılımıyla açıklanabilir. Bu durum, Hastings (2003) tarafından da belirtildiği üzere, anneler babalardan daha fazla kaygı duyduğu ve

annelerin çocuk bakımında daha merkezi bir rol üstlenmesiyle ilişkili sonucu çalışmamızla tutarlık göstermektedir. Hartley ve ark., (2012)'in otizmlili çocuklara sahip annelerin çocuk bakımında daha fazla sorumluluk almasını "duygusal emek" kavramıyla açıklayan çalışması sonuçlarımızı desteklemektedir. Barker ve ark., (2011)'in otizmlili ergenlerin ve yetişkinlerin annelerinde duygusal refahın yörüngeleri adlı çalışmasında belirttiği üzere, annelerin sosyal destek ağlarının daha sınırlı olması ve damgalanma kaygılarının yüksek olduğu belirtmiştir. Yıldırım (2018) tarafından yapılan çalışmada, kadınların erkeklere kıyasla istatistiksel olarak daha yüksek depresyon ve kaygı düzeylerine sahip olduğu, aynı zamanda psikolojik destek alma eğilimlerinin de erkeklerden anlamlı derecede fazla olduğu vurgulanmıştır. Deniz ve ark., (2009) araştırmasında ise ebeveynlerin cinsiyet temelinde incelendiğinde, annelerin sürekli kaygı puanlarının babalara göre belirgin şekilde yüksek çıktığı sonucuna ulaştığını ifade etmiştir. Doğru ve Arslan (2008) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, engelli çocuğa sahip annelerin hem genel kaygı düzeylerinin hem de sosyal ortamlarda (alışveriş, restoran ziyareti, çocuklarını kurumlara götürme vb.) yaşadıkları anlık kaygı durumlarının karşılaştırılmasının hedeflendiği belirtilmiştir. Çalışma sonuçları, annelerin büyük çoğunluğunda kaygı belirtilerinin gözlemlendiğini ortaya koymuştur. Avşaroğlu (2012), zihinsel engelli çocuğu olan ebeveynlerin kaygı seviyelerini inceleyen çalışmasında ise annelerin hem geçici hem de kalıcı kaygı düzeylerinin babalara kıyasla istatistiksel olarak daha yüksek olduğunu saptamıştır. Her iki araştırma da annelerin ebeveynlik sürecinde kaygıyla daha yoğun bir şekilde baş etmek zorunda kaldığını vurgulamaktadır. Otizmlili çocukların ebeveynlerinin, diğer gelişimsel yetersizlik gruplarındaki çocukların ebeveynlerine kıyasla daha yüksek düzeyde stres, kaygı ve psikolojik zorlanma yaşadıkları literatürde sıklıkla vurgulanmaktadır (Hayes ve Watson, 2013; Craig ve ark., 2016b). Özellikle otizme özgü çekirdek belirtiler, davranışsal güçlükler ve iletişim sorunları, ebeveyn stresini artıran başlıca etmenler arasında yer almakta ve ebeveynlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğu belirtilmektedir (McStay ve ark., 2014). Son yıllarda gerçekleştirilen karşılaştırmalı ve kesitsel araştırmalar, otizmlili çocuk ebeveynlerinde gözlenen stres ve kaygı düzeylerinin yalnızca bakım yüküyle sınırlı kalmadığını; aynı zamanda çocuğun tanınan özellikleri ve semptom şiddetiyle doğrudan ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Park ve ark., 2024). Bu bulgular, çocuğun engel türünün ebeveyn psikolojisi üzerinde anlamlı bir etki yarattığını öne süren erken dönem çalışmaların,

otizm alanında güncelliğini koruduğunu göstermektedir. Kuloğlu ve Aksaz (2001) ise yaptıkları araştırmada, otizmlili veya Down Sendromlu çocuk annelerinin depresyon ve sürekli kaygı seviyelerinin, tipik gelişim gösteren çocukların annelerine kıyasla istatistiksel olarak daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Söz konusu bulgular, bizim araştırmamızdan elde edilen sonuçlarla da tutarlılık göstermektedir. Yeşilçüfa (2021) tarafından hazırlanan yüksek lisans çalışmasında, Down sendromlu ve otizmlili bireylere sahip ailelerin rekreasyonel etkinliklere katılım süreçleri incelenmiş ve cinsiyet faktörüne göre yapılan karşılaştırmada, ebeveynlerin sürekli kaygı düzeyleri açısından kadın ve erkek katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı ifade edilmiştir. Bu sonuç, kendi araştırmamızda elde edilen bulgularla çelişmektedir. “kaygı” düzeyi toplam puanında çocuğa yakınlık derecesi değişkeni açısından farklılık gösterdiği tespit edilmiş ve H1b hipotezi kabul edilmiştir.

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlili çocuklara sahip ebeveynlerinin eğitim durumu değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.4)’ te Anova test sonuçlarına göre elde edilen bulgular “kaygı” düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir (0.090; $p > 0.05$). Buna göre H1c hipotezi reddedilmiştir. Yıldırım (2018) tarafından yürütölen çalışmada, ebeveynlerin eğitim seviyeleri ile depresyon, kaygı, yaşam kalitesi ve psikolojik destek alma tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadığını belirtmiştir. Benzer şekilde, Aktaş (2022) otizmlili çocuğa sahip ebeveynler üzerinde gerçekleştirdiği araştırmada, aile üyelerinin eğitim durumlarındaki farklılıkların bireylerin kaygı düzeyleri ve yaşam kalitesi üzerinde istatistiksel açıdan anlamlı bir etki yaratmadığını belirtmiştir. Aynı doğrultuda, Fırat (2016) otizmlili çocukların anne-babalarının eğitim düzeyleri ile depresyon ve kaygı seviyeleri arasında anlamlı bir bağ olmadığını saptamıştır. Deniz ve arkadaşlarının (2009) çalışması da ebeveynlerin eğitim durumuna göre durumsal ve sürekli kaygı puan ortalamalarında istatistiksel bir farklılık olmadığını belirtmiştir. Bu araştırmalar, ebeveynlerin eğitim seviyesinin psikolojik parametreler üzerinde belirleyici bir rol oynamadığına dair tutarlı sonuçlar sunmaktadır. Avşaroğlu (2012) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, zihinsel engelli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşadığı kaygı düzeyleri incelenmiş ve elde edilen verilere göre, ebeveynlerin öğrenim durumunun sürekli kaygı seviyeleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etki yaratmadığı sonucuna varılmıştır. Söz konusu çalışmaların bulguları, bizim araştırmamızda ulaştığımız sonuçlarla uyumluluk

göstermektedirler. Doğru ve Arslan (2008), engelli çocuk sahibi annelerin günlük yaşamda deneyimledikleri sürekli kaygı ile sosyal ortamlarda (alışveriş yapma, restoran ziyareti, çocuklarını kurumlara götürme gibi etkinlikler) maruz kaldıkları durumsal kaygı düzeylerini karşılaştırmayı amaçlayan bir araştırma gerçekleştirmiştir. Çalışma sonuçlarına göre, annelerin eğitim seviyesi arttıkça genel kaygı düzeylerinin yükseldiği gözlemlenmiştir. Ayrıca, otizmlili çocukların annelerinin eğitim düzeyleri ile sosyal durumlarda ortaya çıkan kaygıları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu vurgulanmıştır. Mevcut araştırmalar, otizmlili çocuk ebeveynlerinin psikolojik zorlanma düzeylerinin yalnızca çocuğun tanınan özellikleriyle sınırlı kalmadığını; aynı zamanda ebeveynlerin sosyodemografik nitelikleriyle de yakından ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Nitekim, annelerin eğitim düzeyindeki artışın durumsal kaygı düzeylerinde azalma ile bağlantılı olduğu saptanmıştır (Shu ve ark., 2000). Eğitim düzeyinin ebeveyn-çocuk etkileşimi ve dolaylı olarak psikososyal işlevsellik ile ilişkilendirildiğini gösteren güncel çalışmalar ise, daha yüksek eğitim düzeyinin ebeveynlerin sahip oldukları kaynakları artırabileceğine işaret etmektedir (Wang ve ark., 2024). Benzer şekilde, Yeşilçüfa (2021) tarafından rekreatif etkinliklere katılan Down sendromlu ve otizmlili çocuk sahibi ebeveynler üzerine gerçekleştirilen yüksek lisans araştırmasında, ebeveynlerin eğitim durumlarına bağlı olarak “kaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edildiğini belirtmiştir. Ancak bu sonuçlar, mevcut araştırmamızın bulgularıyla uyum göstermemektedir.

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlili çocuklara sahip ebeveynlerinin düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.5)’te T-test sonuçlarına göre elde edilen bulgular “kaygı” düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür (0.834; $p > 0.05$). Buna göre H1d hipotezi reddedilmiştir. Yeşilçüfa (2021) tarafından yapılan araştırmada, otizm ve Down sendromlu çocukların rekreasyonel veya sportif faaliyetlere katılım gösteren ebeveynlerinin kronik kaygı düzeylerinde azalma olduğu belirtilmiştir. Çalık ve arkadaşlarının (2015) çalışmasında ise, otizmlili çocuğa sahip ailelerin durumsal ve sürekli kaygı düzeyleri, çocuklarının spor yapma yapmamasına göre karşılaştırılmış ve düzenli spor yapan çocukların ailelerinde, sürekli kaygı seviyeleri açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edildiğini ifade etmiştir. Potvin-Bélanger ve ark., (2022), düzenli egzersizin kortizol

seviyelerini düşürdüğünü ve kaygıyı azalttığını bulmuştur. Bu çelişki, örneklemedeki annelerin baskınlığı (%71,2) veya kültürel faktörlerle açıklanabilir. Literatürdeki bu çalışmalarla bizim çalışmamız çelişmektedir. Kandola ve Stubbs (2020), düzenli fiziksel aktivitenin BDNF (beyin kaynaklı nörotrofik faktör) salınımını artırarak depresyon ve kaygı semptomlarını azalttığını kanıtlamıştır. Ancak çalışmamızda “kaygı” düzeylerinde anlamlı fark olmaması, OSB’li ebeveynlerdeki kronik stresin nöroendokrin sistemde kalıcı değişikliklere yol açabileceğini düşündürmektedir.

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlili çocuklara sahip ebeveynlerinin sosyal yardım alıyor musunuz değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.6)’ te T-test sonuçlarına göre elde edilen bulgular “kaygı” düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olduğu anlaşılmaktadır (0.000; $p < 0.01$). Bunun sebebinin yönetmelikte yan haklardan özel gereksinim düzeyi %90 ve üzeri olan bireyler yararlanabiliyorken, özel gereksinim düzeyi %90 ve altı olan bireyler yararlanamamasından kaynaklanıyor olabilir. Jones ve ark. (2020), sosyal desteğin kaygıyı azalttığını savunurken, bu çalışmada sosyal yardımın yetersizliği veya niteliği kaygıyı artıran bir faktör olarak yorumlanmasıyla çelişmektedir. Bu sonuç, Ekas ve ark., (2010b)’nın “destek sistemlerinin kalitesinin niceliğinden daha önemli olduğu” yönündeki argümanını desteklemektedir. OSB’li çocukların bakımının finansal ve duygusal yükünün sosyal destekle tam olarak hafifletilememesine işaret edebilir. OSB’li çocuk ailelerinde formal destek sistemlerinin (örn., devlet yardımları) kaygıyı azaltmak yerine, "yetersiz kaynak sunması nedeniyle hayal kırıklığı yaratabileceğini" öne sürmüştür. Ayrıca, Dykens (2015), kronik stres altındaki ebeveynlerin sosyal yardıma bağımlı hale gelmesinin, çaresizlik duygusunu artırabileceğini ve bu durumun kaygıyı tetikleyebileceğini belirtmiştir. Bu durum, Cohen ve Wills’in (1985) sosyal desteğin stres üzerindeki olumsuz etkileri tamponladığını ileri süren stres-azaltıcı modeliyle her zaman örtüşmediğini, ancak Barrera (1986)'nın "destek yükü" kavramıyla tutarlıdır. Sosyal yardımın fazla koşullu veya karmaşık olması, psikolojik yükü artırabilir. “kaygı” düzeyi toplam puanında sosyal yardım alıyor musunuz değişkeni açısından farklılık gösterdiği tespit edilmiş ve H1e hipotezi kabul edilmiştir.

Aile yılmazlık ölçeğinin yaş, çocuğa yakınlık derecesi, ebeveyn eğitim durumu, düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite (yürüyüş, doğa yürüyüşü, bisiklet, yüzme, halı saha vb.) yapıyor musunuz, sosyal yardım alıyor musunuz değişkenlerine göre değerlendirilmesi;

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmliler çocuklara sahip ebeveynlerinin yaş değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.2)' de Anova test sonuçlarına göre elde edilen bulgular "Aile Yılmazlık Ölçeği" alt boyutu olan "mücadelecilik/meydan okuma" (0.839; $p > 0.05$), "öz yetkinlik" (0.405; $p > 0.05$), "yaşama bağlılık" (0.724; $p > 0.05$), "kontrol" (0.286; $p > 0.05$) ve AYÖ (0.602; $p > 0.05$) düzeyi toplam puanlarında anlamlı bir fark bulunmadığı tespit edilmiştir. Buna göre H1a hipotezi reddedilmiştir. Aysever ve Demirok (2019), gerçekleştirdikleri araştırmada, ölçeğin öz kontrol alt boyutunda Kaner ve arkadaşlarının (2011) öz-yeterlilik ve yaşam bağlılığı alt boyutlarında genç yaşta ebeveynlerin daha yüksek direnç sergilediğini belirtmiştir. Benzer şekilde, Lee ve arkadaşları (2009) da genç ebeveynlerin kendilerini daha dayanıklı ve dirençli olarak değerlendirdiklerini ifade etmektedir. Literatürde, ebeveynlerin yaşları arttıkça psikolojik dayanıklılık (yılmazlık) düzeylerinin yükseldiğini ortaya koyan araştırmalar da mevcuttur (Campbell-Sills ve ark., 2009; Lloyd ve Hastings, 2009). Öte yandan, Yavuz ve Gümüşkaya (2021) tarafından yapılan çalışmada, ebeveynlerin yaş faktörüne göre değerlendirildiği öz-yeterlilik alt boyutunda genç ebeveynlerin daha yüksek direnç sergilediği gözlemlenmiştir. Araştırmacılar, bu durumu; genç ebeveynlerin çocuklarının yaşça küçük olması nedeniyle umut düzeylerinin yüksekliğine, ayrıca engelliliğin getirdiği zorlukların olumsuz etkilerini henüz tam olarak deneyimlememiş olmalarına bağlamıştır (Kaner ve ark., 2011). Ancak söz konusu bulgular, mevcut çalışmamızın sonuçlarıyla örtüşmemektedir. Literatürde, ebeveynlerin yaş faktörü ile aile yılmazlık seviyeleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir bağlantı olmadığını vurgulayan çalışmalar da mevcuttur (Kadı, 2016; Turan, 2017). Söz konusu araştırmalar, elde ettiğimiz bulgularla uyumlu sonuçlar ortaya koyarak mevcut çalışmamızı desteklemektedir.

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmliler çocuklara sahip ebeveynlerinin çocuğa yakınlık derecesi değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.3)'te T-test sonuçlarına göre elde edilen bulgular "Aile Yılmazlık Ölçeği" alt

boyutu olan “mücadelecilik/meydan okuma” (0.875; $p > 0.05$), “öz yetkinlik” (0.558; $p > 0.05$), “yaşama bağlılık” (0.395; $p > 0.05$), “kontrol” (0.100; $p > 0.05$) ve AYÖ (0.326; $p > 0.05$) düzeyi toplam puanlarında anlamlı bir fark bulunmadığı sonucuna varılmıştır. Buna göre H1b hipotezi reddedilmiştir. İlgili literatür incelendiğinde, bu çalışmanın sonuçlarıyla örtüşen ve örtüşmeyen çeşitli araştırma bulguları mevcuttur. Örneğin, Aysever ve Demirok (2019) tarafından yürütülen bir çalışmada, Aile Yılmazlık Ölçeği'nin Mücadelecilik alt boyutunda annelerin lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit ettiklerini belirtmişlerdir. Benzer şekilde, Kumbasar'ın (2016) araştırmasında da ölçeğin Öz-Yeterlilik alt boyutunda annelerin daha yüksek puanlar aldığı gözlemlenildiğini ifade etmişlerdir. Ancak bu sonuçların aksine, Campbell-Sills ve ark., (2009) ile Lee ve ark., (2009) çalışmalarında, babaların daha yüksek düzeyde psikolojik dayanıklılık sergilediğini ortaya koymuşlardır. İlgili alanda yapılan çalışmalar, çoklu yetersizliği olan çocukların ebeveynlerinin yılmazlık düzeylerine ilişkin farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Kadı'nın (2016) araştırma sonuçlarına göre, bu gruba dâhil bireylerin babalarının Mücadelecilik alt boyutunda annelere kıyasla daha fazla dayanıklılık sergilediği görülmüştür. Buna karşılık, Yavuz ve Gümüşkaya (2021) tarafından gerçekleştirilen çalışmada ise annelerin genel aile yılmazlık puanlarının yanı sıra mücadelecilik, yaşama bağlılık ve öz-düzenleme alt boyutlarında babalardan daha yüksek performans gösterdiği belirtmişlerdir. Araştırmada annelerin daha yüksek yılmazlık sergilemelerinin nedenleri, yaşam doyumu düzeylerinin yüksekliği (Hastings ve ark., 2002b) ve pozitif bir bakış açısı geliştirmeleriyle ilişkilendirilerek açıklanmışlardır. Bunun yanı sıra, bu durumun bir diğer kaynağı olarak Aslan'ın (2010) çalışmasında da belirtildiği üzere, annelerin sosyal destek mekanizmalarını daha aktif kullanmaları gösterilmiş olduğunu belirtmiştir. Araştırmacılar, sosyal destek ağlarının güçlenmesinin annelerin stres faktörleriyle daha iyi mücadele etmelerine ve yılmazlık düzeylerinin artırmalarına katkı sağladığını ifade etmişlerdir. Aslan (2010), bu durumu annelerin çocuklara sürekli bakım sağlayıcı rolü üstlenmeleri ve deneyimledikleri zorlukları aile üyeleri ve yakın çevreyle daha fazla paylaşmaları nedeniyle sosyal destek sistemlerinin daha gelişmiş olabileceği şeklinde yorumlamaktadır. Öte yandan, literatürde aile yılmazlığı düzeyinin ebeveynlik rolüne (anne/baba) bağlı olarak istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermediğini belirten çalışmalar da dikkat çekmişlerdir. (Kaner ve ark., 2011; Plumb, 2011; Turan, 2017).

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmliler çocuklara sahip ebeveynlerinin eğitim durumu değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.4)'te anova test sonuçlarına göre elde edilen bulgular “Aile Yılmazlık Ölçeği” alt boyutu olan “mücadelecilik/meydan okuma” (0.001; $p < 0.01$) alt boyutunda anlamlı bir fark gösterdiği ve test sonuçlarına göre ortaokul mezunu ebeveynlerin üniversite mezunlarına kıyasla daha düşük puan alması ($p = 0.010$), eğitim düzeyi arttıkça bireylerin zorluklarla baş etme ve meydan okuma eğilimlerinin güçlendiğini düşündürmektedir. “öz yetkinlik” (0.000; $p < 0.01$) alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlandığı ve bu farklılığın ortaokul mezunlarının hem lise hem de üniversite mezunlarına göre daha düşük puan alması ($p < 0,05$), eğitim düzeyinin bireylerin kendine güven, yeterlik algısı ve problem çözme becerileri üzerinde önemli bir etkisi olduğunu göstermektedir. “yaşama bağlılık” (0.014; $p < 0.05$) alt boyutunda anlamlı bir fark olduğu anlaşıldığı ve farklılığın sebebi ortaokul mezunlarının diğer iki gruba göre daha düşük düzeyde kalması ($p < 0.05$), eğitim düzeyinin bireylerin yaşamla kurduğu bağ ve yaşamdan aldığı anlam üzerinde de etkili olabileceğini ortaya koymaktadır, “kontrol” (0.008; $p < 0.05$) alt boyutunda anlamlı bir fark gösterdiği, bu farkın kaynağının ortaokul mezunlarının lise mezunlarına göre daha düşük puan alması ($p = 0.015$), ancak diğer grup karşılaştırmalarında anlamlı farkın bulunmaması ($p > 0.05$), bu boyutun eğitim düzeyinden kısmen etkilendiğini düşündürmektedir. ve AYÖ (0.001; $p < 0.01$) düzeyi toplam puanlarında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Aile yılmazlık toplam puanına ilişkin bulgular da bu sonuçları destekler nitelikte olup, ortaokul mezunu ebeveynlerin lise ve üniversite mezunlarına kıyasla daha düşük düzeyde yılmazlık sergilediğini göstermektedir ($p < 0.05$). Buna karşın lise ve üniversite mezunları arasında çoğu değişkende anlamlı bir farkın bulunmaması ($p > 0.05$), eğitim düzeyinin etkisinin özellikle düşük ve yüksek eğitim grupları arasında belirginleştiğini ortaya koymaktadır. Bu bulgular üniversite mezunu ebeveynlerin daha yüksek aile yılmazlığı sergilemesi, eğitimin stres yönetimi ve kaynaklara erişimde sağladığı avantaj sağlamakta olup, özellikle düşük eğitim düzeyine sahip ebeveynlerin desteklenmesine yönelik müdahalelerin önemine işaret etmektedir. Ayrıca üniversite mezunu ebeveynlerin daha yüksek aile yılmazlığı sergilemesi, eğitim düzeyinin psikolojik kaynakları artırdığına dair literatürle (Bekhet, 2013) tutarlıdır. Weiss ve ark., (2014)'ün OSB'li çocukların sorunlu çocuk davranışlarının ebeveyn ruh sağlığına etkisi, kabullenme ve güçlendirmenin aracı rolü adlı çalışmasında, eğitilmiş ebeveynlerin problem çözme becerileri ve bilgiye

erişim avantajlarıyla ilişkilendirdiği bulgularla uyumludur. Bunun yanında Benson ve Karlof (2009), çalışmada üniversite mezunu ebeveynlerin OSB'ye yönelik hizmetlere daha fazla erişim sağladığını ve bu durumun psikolojik sağlamlığı desteklediğini vurgulayarak çalışmamızı desteklemektedir. Yavuz ve Gümüşkaya (2021), otizm spektrum bozukluğu ve zihinsel yetersizliğe sahip çocukların ebeveynlerinin yaşam doyumu ve aile yılmazlığı düzeylerini inceledikleri çalışmalarında, eğitim düzeyi ile aile yılmazlığı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığını raporlamışlardır. Bu sonuç, mevcut araştırmamızın aile yılmazlığı ile ilgili bulgularıyla çelişmektedir. Ancak aynı çalışmada, mücadelecilik alt boyutunda lisans mezunu ebeveynlerin, ilköğretim düzeyinde eğitime sahip ebeveynlere göre daha yüksek puanlar aldığı belirtilmiştir. Literatür taramasında, çalışmamızın sonuçlarıyla örtüşen araştırmaların (Aysever ve Demirok, 2019; Campbell-Sills ve ark., 2009; Turan, 2017) yanı sıra ebeveynlerin yılmazlık düzeyleri ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olmadığını vurgulayan çalışmalar da dikkat çekmiştir. (Kadı, 2016; Kaner ve ark., 2011; Kumbasar, 2016; Plumb, 2011; Ryan ve Caltabiano, 2009; Taşdemir, 2013). Düşük eğitim seviyesine sahip ebeveynlerin, genellikle sınırlı gelir düzeyiyle ilişkili olduğu ve bu durumun çocuklarının eğitim, sağlık ve diğer temel ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kalmalarına yol açabileceği literatürde belirtilmiştir (Moh ve Magiati, 2012). Bu ekonomik ve sosyal zorlukların, ebeveynlerde stres ve depresyon riskini artırabileceği vurgulanmıştır (Turnbull ve ark., 2006). Buna karşılık, yüksek eğitilmiş ebeveynlerin, çocuklarının özel gereksinimlerini daha erken fark ederek bu ihtiyaçlara yönelik kaynakları daha etkin organize edebildikleri ve bu sayede stresle başa çıkma kapasitelerinin arttığı ifade edilmiştir. Araştırmacılar, bu durumun yüksek eğitilmiş ailelerde ruh sağlığı sorunları yaşama olasılığını azalttığını öne sürdüğünü belirtmişler. “Aile yılmazlık” düzeyi toplam puanı ve alt boyutlarında eğitim durumu değişkeni açısından farklılık gösterdiği tespit edilmiş ve H1c hipotezi kabul edilmiştir.

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmliler çocuklara sahip ebeveynlerinin düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.5)’te T-test sonuçlarına göre elde edilen bulgular “Aile Yılmazlık Ölçeği” alt boyutu olan “mücadelelilik/meydan okuma” (0.025; $p < 0.05$) alt boyutunda anlamlı bir fark gösterdiği, “öz yetkinlik” (0.221; $p > 0.05$) alt

boyutunda anlamlı bir fark bulunmadığı, “yaşama bağlılık” (0.005; $p < 0.05$) alt boyutunda anlamlı bir fark gösterdiği, “kontrol” (0.252; $p > 0.05$) alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmadığı ve AYÖ (0.029; $p < 0.05$) düzeyi toplam puanlarında anlamlı bir fark olduğu anlaşılmaktadır. Çalışmada, düzenli rekreatif fiziksel aktivite yapan ebeveynlerin aile yılmazlığı toplam puanlarının (Ort. = 3,89) ve "yaşama bağlılık" alt boyutunun (Ort. = 3,96) anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgu, fiziksel aktivitenin aile sistemlerinin stresle başa çıkma kapasitesini artırdığı yönündeki literatürle uyumludur. Örneğin, Pakenham ve Samios (2013), OSB’li çocukların ebeveynlerinde fiziksel aktivitenin duygusal düzenleme ve problem çözme becerilerini güçlendirdiğini belirtmiştir. Benzer şekilde, Erickson ve ark., (2019), egzersizin nöroplastisiteyi artırarak bilişsel esnekliği desteklediğini ve bu durumun aile içi çatışma yönetimine olumlu yansıdığını vurgulamıştır. Ancak, "öz yetkinlik" ve "kontrol" alt boyutlarında anlamlı fark olmaması, aktivitenin bazı psikolojik mekanizmaları tetiklemediğini düşündürmektedir. Bu durum, Luthar ve ark., (2000)'nin "yılmazlığın çok boyutlu doğası" argümanı ile açıklanabilir: Fiziksel aktivite, yılmazlığın belirli bileşenlerini (örn., motivasyon) etkilerken diğerlerini (örn., öz-yeterlilik) etkilemeyebilir. “Aile yılmazlık” düzeyi toplam puanı ve alt boyutları olan mücadelelilik/mezdan okuma ve yaşama bağlılık düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz değişkeni açısından farklılık gösterdiği tespit edilmiş ve H1d hipotezi kabul edilmiştir. Ancak AYÖ alt boyutları olan öz yetkinlik ve kontrol açısından farklılık göstermediği tespit edilmiş ve H1d hipotezi reddedilmiştir.

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlı çocuklara sahip ebeveynlerinin sosyal yardım alıyor musunuz değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.6)'da T-test sonuçlarına göre elde edilen bulgular “Aile Yılmazlık Ölçeği” alt boyutu olan “mücadelecilik/mezdan okuma” (0.036; $p < 0.05$) alt boyutunda anlamlı bir fark gösterdiği ve buna göre H1e hipotezi kabul edilmiştir, ancak “öz yetkinlik” (0.303; $p > 0.05$), “yaşama bağlılık” (0.867; $p > 0.05$), “kontrol” (0.702; $p > 0.05$) ve AYÖ (0.491; $p > 0.05$) düzeyi toplam puanlarında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Bunlara göre ise H1e hipotezi reddedilmiştir. Bu bulgu, sosyal yardım almayan ebeveynlerin mücadele etme eğiliminin ve karşılaştıkları zorluklarla başa çıkma algısının daha yüksek olabileceğini düşündürür. Literatürde aile yılmazlığının sosyal destek ve çevresel kaynaklarla ilişkisinin pozitif olduğu

bulunmasına rağmen (örneğin, sosyal destek aile yılmazlığını ve yaşam doyumunu arttırmaktadır) bu çalışmadaki alt boyut farkı, sosyal yardım alan grubun ortaya çıkan desteğe rağmen içsel başa çıkma stratejilerinde farklılıklar gösterebildiğini göstermektedir (Ayllón-Negrillo ve ark., 2024). Literatürde algılanan sosyal destek ve psikolojik dayanıklılık arasındaki güçlü ilişki, özellikle otizmlili çocuk aileleri için kritik bir koruyucu faktör olarak tanımlanmıştır (Terçan ve ark., 2025). Buna göre, aile içinde olumlu ilişkileri artırarak algılanan sosyal desteği güçlendirebilir; dolayısıyla kişisel anlamda mücadele gücünü destekleyebilir. Patterson (2002), aile yılmazlığının özellikle içsel kaynaklarla (örneğin problem çözme becerileri) daha güçlü bir ilişki içerisinde olduğunu; dışsal desteklerin ise ancak algılanan kontrol ile etkileşim halinde bulunduğu etkili olabileceğini ileri sürmektedir. Bu yaklaşım, yürütülen çalışmada “kontrol” alt boyutunda anlamlı bir farklılık gözlenmemesiyle örtüşmekte ve söz konusu argümanı desteklemektedir. Ancak, Masten (2018)'in "yılmazlığın dinamik doğası"teorisi, sosyal yardımın etkisinin zamanla ortaya çıkabileceğini öne sürer. Masten (2018) tarafından geliştirilen bu teori, yılmazlığın statik bir özellik değil, zaman, bağlam ve çevresel faktörlerle sürekli etkileşim halinde olan bir süreç olduğunu vurgular. Çalışmamızın bulguları, bu teorinin temel argümanlarıyla doğrudan örtüşmektedir.

Yaşam doyum ölçeğinin yaş, çocuğa yakınlık derecesi, ebeveyn eğitim durumu, düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite (yürüyüş, doğa yürüyüşü, bisiklet, yüzme, halı saha vb.) yapıyor musunuz, sosyal yardım alıyor musunuz değişkenlerine göre değerlendirilmesi;

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlili çocuklara sahip ebeveynlerinin yaş değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.2)' de Anova test sonuçlarına göre elde edilen bulgular “yaşam doyum” düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olmadığı anlaşılmaktadır (0.591; $p > 0.05$). Buna göre H1a hipotezi reddedilmiştir. Yorke ve ark., (2018)'in aksine, bu çalışmada yaşam doyumunu ile yaş arasında anlamlı bir ilişki bulunmaması, OSB'li çocuk sahibi ebeveynlerin yaşam kalitesinin çocuğun ihtiyaçlarına adaptasyon süreciyle dinamik olarak değişebileceğine işaret etmektedir. Yavuz ve Gümüşkaya (2021), otizm spektrum bozukluğu ve zihinsel yetersizliğe sahip çocukların ebeveynlerinin yaşam doyumunu ve aile yılmazlığı düzeylerini ele aldıkları çalışmalarında, ebeveynlerin yaşam

doyumunu yaş değişkeni açısından analiz etmişlerdir. Araştırma sonuçları, genç yaş grubundaki ebeveynlerin yaşam doyumunu puanlarının, ileri yaştaki ebeveynlere kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğunu ortaya koyduklarını ifade etmişlerdir. Genç ebeveynlerin yaşam doyumunu düzeylerinin daha yüksek olması, bu grubun çocuklarının henüz küçük yaşta olması nedeniyle okul kaynaklı zorluklar veya sosyal ortamlarda karşılaşılan olumsuz deneyimlerle sınanmamış olmalarıyla ilişkilendirilebilir. Araştırmacılar, bu durumun genç ebeveynlerin yaşama daha iyimser ve umut dolu bir bakış açısıyla yaklaşmalarını sağladığını belirtmektedir. Ayrıca, çocukların ilerleyen yaşlarda karşılaşılabileceği stres faktörlerinin henüz devreye girmemiş olmasının, genç ebeveynlerin psikolojik esnekliklerini ve uyum kapasitelerini desteklediği vurgulanmaktadır. Literatürdeki çoğu çalışma, yaş artışıyla birlikte yaşam doyumunun da yükseldiğini destekleyen bulgular sunmaktadır (Akandere ve ark., 2009; Boztaş ve Tutkun, 2017; Çattık ve Aksoy, 2018; Gülaldı, 2010; Huang ve ark., 2014; Kantar, 2014; Lee ve ark., 2009; Sarıkaya, 2011; Satılmış, 2020). Ancak bu genel eğilimin aksine, Boztaş ve Tutkun (2017) tarafından yürütülen çalışmada, ebeveynlerin yaşam doyumunu düzeylerinde yaşa bağlı istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı raporlanmıştır. Bu durum, yaş ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin bağlama (örn. ebeveynlik deneyimi) ve örneklem özelliklerine göre değişkenlik gösterebileceğine işaret etmektedir. Literatürde yaş ile yaşam doyumunu ilişkisine dair tutarsız bulgular dikkat çekmektedir. Örneğin, Batan (2016), Kıvılcım (2014), Şekeroğlu (2013) ve Taş (2011) tarafından gerçekleştirilen çalışmalar, yaş faktörünün yaşam doyumunu düzeyi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olmadığını ortaya koymuştur. Buna karşılık, Özbek (2016) ve Selçukoğlu (2001) gibi araştırmacılar ise yaş ilerledikçe yaşam doyumunun anlamlı derecede arttığını savunan veriler sunmuştur. Bu çelişkili sonuçlar, konunun bağlamsal faktörler (örneğin, kültürel dinamikler veya örneklem özellikleri) tarafından şekillenebileceğine işaret etmektedir.

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlili çocuklara sahip ebeveynlerinin çocuğa yakınlık derecesi değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.3)' te T-test sonuçlarına göre elde edilen bulgular "yaşam doyum" düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir (0.285; $p>0.05$). Buna göre H1b hipotezi reddedilmiştir. Yavuz ve Gümüşkaya (2021) tarafından yapılan çalışmada, annelerin yaşam doyumunu düzeylerinin babalara kıyasla anlamlı ölçüde daha yüksek

olduğu belirtilmiştir. Ancak, yaşam doyumu konusundaki literatür incelendiğinde, bu çalışmanın aksine babaların yaşam doyum puanlarının daha yüksek olduğunu gösteren araştırmalara da rastlanmaktadır (Sarıkaya, 2011). Ayrıca, Batan (2016), Selçukoğlu (2001) ve Taş (2011) gibi araştırmacılar, cinsiyet değişkeni ile yaşam doyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Bu bulgular, mevcut çalışmamızın sonuçlarıyla doğrudan çelişmekte ve alandaki tutarsızlıkları yansıtmaktadır. Boztaş ve Tutkun (2017), ebeveynlerin yaşam doyumu düzeylerinde cinsiyet değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını belirtmiştir. Benzer şekilde, Akgün (2015), Çetinkaya (2004), Deveci (2014), Kıvılcım (2014), Özbek (2016) ve Polat (2019) gibi araştırmacılar da cinsiyetin yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığını ortaya koymuştur. Bu bulgular, cinsiyet temelli farklılıkların yaşam doyumu gibi psikolojik parametrelerde her zaman belirleyici olmadığını ve bu ilişkinin bağlamsal faktörlere (örneğin, kültürel normlar veya sosyoekonomik koşullar) göre değişebileceğini düşündürmektedir. Bunun yanı sıra, ebeveynlerin yaşam doyumu düzeylerinde cinsiyet faktörüne bağlı anlamlı bir farklılık olmadığını savunan çalışmalar da mevcuttur (Deniz ve ark., 2009; Hisoğlu, 2018; İnce ve Tüfekci, 2015; Kaner, 2004; Kantar, 2014; Karande ve Kulkarni, 2009; Nergiz, 2013). Benzer şekilde, Akandere ve ark., (2009), zihinsel ve fiziksel engelli çocukların ebeveynlerinin yaşam doyumu ile umutsuzluk düzeylerini karşılaştırdıkları araştırmalarında, anneler ile babaların yaşam doyumu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur. Bu bulgular, ebeveynlik deneyiminde cinsiyet temelli farklılıkların yaşam doyumu gibi psikolojik parametreler üzerinde belirleyici olmadığını ve bu durumun özel gereksinimli çocuk sahibi olma bağlamında daha da netleştiğini göstermektedir. Bu çalışmalar çalışmamızla örtüşmektedir. Ancak araştırmalar, özel gereksinimli çocukların bakım yükünün özellikle anneler tarafından üstlenilmesinin yüksek psikolojik stres ve depresif belirtilerle ilişkili olduğunu göstermektedir. Örneğin, Sevgi ve Ayran (2024) tarafından yapılan bir çalışmada, bakım yükü arttıkça annelerin algılanan stres düzeylerinde anlamlı artış saptanmıştır. Benzer şekilde, Şenligil ve Akpınar (2023) bakım yükü yüksek olan annelerde psikolojik sağlamlığın olumsuz etkilendiğini, Şahin ve ark. (2025) ise yüksek bakım yükü ile sosyal izolasyon ve stres arasındaki ilişkiyi ortaya koymuştur. Ayrıca sistematik derlemeler, bakım yükü ile ebeveynlerde depresyon düzeyleri arasında ilişki bulunduğunu desteklemektedir (Yalçın ve ark., 2025). Buna karşılık,

Yavuz ve Gümüşkaya (2021) annelerin yüksek yaşam doyumu düzeylerini, annelik rolünün getirdiği içsel motivasyon ve duygusal bağlanma dinamikleriyle açıklamaktadır. Araştırmacılar, bu durumun annelerin bakım sürecindeki zorluklara rağmen psikolojik dayanıklılık geliştirmelerine katkı sağlayan bir faktör olabileceğini öne sürmüştür. Maternal içgüdü(annelik içgüdü), annenin hamilelik sürecinden itibaren çocukla kurduğu duygusal bağın, tüm zorluklara rağmen çocuğun bakımını seve seve üstlenmesini sağlayan psikolojik bir mekanizma olarak tanımlanmaktadır (Sari, 2014). Literatürde, aile içi dinamiklerde anne-çocuk bağının, eşler arası ilişkilerden daha güçlü olduğunu ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (Şanlı ve Öztürk, 2015). Bu bulgular ışığında, annelerin çocuklarıyla kurduğu yoğun duygusal bağın, hem çocukla özdeşleşme düzeylerini artırdığı hem de yaşam doyumlarını yükseltici bir rol oynadığı ifade edilmiştir (Yavuz ve Gümüşkaya, 2021). Ayrıca, toplumsal normlar gereği çocuk bakımının temel olarak kadınlara atfedilen bir rol olduğu vurgulanmıştır (Tuğrul, 2019). Toplumsal cinsiyet temelli bakım sorumlulukları, bireylere çocukluk döneminden itibaren sistematik olarak aktarılmaktadır. Geleneksel toplumsal normlar, özellikle kız çocuklarına ev içi bakım ve destek rolleri, erkek çocuklarına ise ailenin ekonomik ihtiyaçlarını karşılama görevi yüklemektedir (Aykara, 2015). Bu tür kültürel kodlar, annelerin çocuk bakımını bir "yük"ten ziyade toplumsal bir rol olarak içselleştirmelerine ve bu durumu doğal bir sorumluluk şeklinde algılamalarına yol açabilir. Böylece, annelerin bakım yükümlülüklerinin yaşam doyumları üzerinde beklenen olumsuz etkiyi yaratmaması, bu normatif kabullenmeyle ilişkilendirilebilir.

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlili çocuklara sahip ebeveynlerinin eğitim durumu değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.4)' te Anova test sonuçlarına göre elde edilen bulgular "yaşam doyum" düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir (0.001; $p < 0.01$). Elde edilen sonuçlara göre ortaokul mezunu ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarının, lise ve üniversite mezunlarına kıyasla daha düşük olması ($p < 0.05$), eğitim düzeyi arttıkça bireylerin yaşamdan aldıkları doyumun da arttığını düşündürmektedir. Buna karşın lise ve üniversite mezunları arasında anlamlı bir farkın bulunmaması ($p > 0.05$), yaşam doyumu açısından belirgin farklılığın daha çok düşük ve yüksek eğitim düzeyleri arasında ortaya çıktığını göstermektedir. Bu durum, eğitim düzeyinin bireylerin yaşam kalitesi, beklentileri yönetme becerisi ve psikolojik iyi oluşu

üzerinde önemli bir rol oynadığını ve kaynaklara erişimde sağladığı avantajlarla açıklanabilir. Yavuz ve Gümüşkaya, (2021) ebeveynlerin eğitim düzeyi yükseldikçe yaşam doyumlarının da arttığını öne sürmektedir. Bu bulgu, mevcut araştırmamızın sonuçlarıyla kısmen örtüşen çalışmalarla (Akandere ve ark., 2009; Coşkun, 2018; Diener, 2009; Gülaldı, 2010; Sarıkaya, 2011) benzerlik göstermektedir. Ancak literatürde, eğitim seviyesi ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki olmadığını savunan araştırmalar da dikkat çekmektedir (Çattık ve Aksoy, 2018; Kantar, 2014; Karande ve Kulkarni, 2009; Lee ve ark., 2009; Pozo ve ark., 2014; Satılmış, 2020; Steger ve ark., 2006). Bu çelişkili bulgular, eğitimin yaşam doyumu üzerindeki etkisinin bağlamsal faktörlere (örn. kültürel değerler, sosyoekonomik koşullar) veya örneklem özelliklerine göre değişkenlik gösterebileceğine işaret etmektedir. Boztaş ve Tutkun (2017), ebeveynlerin yaşam doyumu ile eğitim düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Bu bulguyu destekleyen çalışmalarda Akgün (2015), Batan (2016) ve Şekeroğlu (2013)'te ebeveynlerin eğitim seviyesi ile yaşam doyumu arasında pozitif bir korelasyon olduğunu ortaya koymuştur. Buna karşın, Çetinkaya (2004), Deveci (2014), Özbek (2016), ve Taş (2011) gibi araştırmacılar, eğitim düzeyi ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki olmadığını savunan veriler sunmuştur. Bu tutarsız sonuçlar, ilişkinin kültürel bağlam, sosyoekonomik faktörler veya örneklem özellikleri gibi değişkenlere bağlı olarak farklılaşabileceğini düşündürmektedir. Eğitim düzeyi yüksek ebeveynlerin, özel gereksinimli çocuklarının sağlık sorunları, eğitim imkânları ve benzeri ihtiyaçlarına yönelik bilgiye ve kaynaklara daha etkin erişim sağlayabildiği belirtilmektedir (Sarıkaya, 2011). Bu durumun, yüksek eğitilmiş ebeveynlerin stresle başa çıkma becerilerinin daha gelişmiş olmasıyla ilişkili olduğu ve yaşam doyumlarını olumlu yönde etkilediği vurgulanmıştır (Smith ve ark., 2001). Ayrıca, Deniz ve ark., (2009) tarafından yapılan bir çalışmada, ebeveyn eğitim programlarına katılımın yaşam doyumu üzerindeki etkisi incelenmiş ve bu programlara katılan ebeveynlerin, katılmayanlara kıyasla istatistiksel olarak daha yüksek yaşam doyumu puanlarına sahip olduğu tespit etmiştir. Bu bulgu, destekleyici eğitim müdahalelerinin ebeveynlerin psikolojik refahını artırmada kritik bir rol oynayabileceğini düşündürmektedir. Eğitimin temel hedeflerinden biri, bireylerin toplumsal uyum sürecini desteklemektir. Bu sosyal entegrasyon, aynı zamanda bireysel adaptasyonu da doğrudan etkileyen bir faktördür. Eğitim süreçlerinin, katılımcıların ihtiyaçlarını kapsayacak şekilde esnek ve kapsamlı bir yaklaşımla tasarlanması gerektiği

vurgulanmaktadır (Otrar ve ark., 2002). Annelerin ruh sağlığını korumak ve güçlendirmek adına, bireysel veya grup temelli eğitim ve terapi odaklı çalışmaların titizlikle planlanması kritik önem taşır (Eracar, 2003). Ayrıca, ebeveynlerin çocuklarının gelişimsel süreçlerindeki sorumlulukları benimsemeleri ve eğitim programlarına aktif katılım göstermeleri, hedeflenen kazanımlara ulaşmada vazgeçilmez bir unsurdur (Balat, 2003). Bu durum, ebeveyn eğitimi ve katılımının özel gereksinimli çocukların gelişimsel kazanımlarını desteklemede kritik bir rol oynadığını açık biçimde ortaya koymaktadır. Nitekim Cheng ve arkadaşları (2022) tarafından gerçekleştirilen meta-analiz, ebeveynler tarafından yürütülen müdahalelerin otizmlili çocuklarda sosyal, dil/iletişim ve davranış becerilerinde anlamlı gelişmeler sağladığını rapor etmiştir. Bununla birlikte, Türkiye’de gerçekleştirilen araştırmalar, ebeveyn eğitim programlarının ebeveynlerin çocuklarına kazandırmayı hedefledikleri becerilerde ve ebeveyn-çocuk etkileşim kalitesinde belirgin artışlara yol açtığını göstermektedir. Bu bulgular, eğitimle desteklenen ebeveyn katılımının çocuk gelişimi üzerinde sürdürülebilir ve uzun vadeli faydalar sağlayabileceğini düşündürmektedir (Sönmez ve Alptekin, 2024). Bu bulgular ışığında, ebeveyn eğitim programlarının yaygınlaştırılmasının, ebeveynlerin yaşam doyumunu artırmada ve kaygı düzeylerini azaltmada önemli bir rol üstlenebileceği düşünülmektedir. “Yaşam doyum” düzeyi toplam puanında eğitim durumu değişkeni açısından farklılık gösterdiği tespit edilmiş ve H1c hipotezi kabul edilmiştir.

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmlili çocuklara sahip ebeveynlerinin düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.5)’ te T-test sonuçlarına göre elde edilen bulgular “yaşam doyum” düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir (0.075; $p > 0.05$). Buna göre H1d hipotezi reddedilmiştir. Doğduay (2013), engelli çocuğa sahip ebeveynlerde fiziksel aktivitenin yaşam kalitesi üzerindeki etkisini incelediği çalışmasında, anneler ve babaların MET (Metabolik Eşdeğer) değerleri ile düzenli spor yapma alışkanlıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğunu raporlamıştır. Bu bulgu, mevcut araştırmamızın sonuçlarıyla doğrudan çelişmektedir. Öte yandan, Özcan (2019) tarafından otizm spektrum bozukluğu (OSB) olan çocuklar ve ebeveynlerinin fiziksel aktivite düzeylerini inceleyen bir çalışmada, bu ailelerin nispeten hareketsiz bir yaşam tarzı sürdürdüğü belirtilmiştir.

Araştırmacı, ebeveynlerin yürüyüş ve oturma sürelerinin analizi sonucunda, fiziksel aktivite eksikliğinin altında yatan temel nedenin duygusal tükenmişlik veya bakım yükünün yarattığı kronik stres olabileceğini öne sürmüştür. Bu durum, ebeveynlerin hem fiziksel hem de psikolojik sağlık açısından desteklenmesi gereken bir ihtiyaı işaret ettiği söylenebilir. Karakaş ve Yaman (2017) tarafından yürütölen bir araştırmada, engelli bireye sahip ebeveynlerin fiziksel aktivite düzeyleri ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma sonuçlarına göre, düzenli fiziksel aktivite yapan ebeveynlerin ruhsal, sosyal ve çevresel yaşam kalitesi puanlarının, fiziksel aktivite yapmayanlara kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğu tespit etmiştir. Ancak, bedensel sağlık alanında benzer bir farklılık gözlemlenmemiştir. Bu bulgular, fiziksel aktivitenin engelli çocuk sahibi ebeveynlerin psikolojik dayanıklılıklarını, sosyal uyumlarını ve çevresel adaptasyonlarını olumlu yönde desteklediğini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla, fiziksel aktivitenin bu ebeveynlerin genel yaşam kalitesini artıran önemli bir faktör olduğu söylenebilir. Çalışmamızda yaşam doyumunun yüksek eğitimi ebeveynlerde (Tablo 4.1, %55,7 üniversite mezunu) daha yüksek olma eğilimi, Ekas ve Whitman (2010a)'ın eğitim düzeyi ile kaynak erişimi arasındaki pozitif ilişki bulgularını desteklemektedir.

Çalışmamızda, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizmli çocuklara sahip ebeveynlerinin sosyal yardım alıyor musunuz değişkenine göre incelendiğinde (Tablo 4.6)' da T-test sonuçlarına göre elde edilen bulgular “yaşam doyum” düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olmadığı anlaşılmaktadır (0.088; $p>0.05$). Buna göre H1e hipotezi reddedilmiştir. Diener ve Ryan (2009), yaşam doyumunu ile sosyal destek arasındaki pozitif ilişkiyi vurgulayarak, bu çalışmadaki sosyal yardım almayan ebeveynlerin daha yüksek yaşam doyumunu puanlarıyla tutarlılık gösterdiğini belirtmiştir. Boztaş ve Tutkun (2017), ebeveynlerin yaşam doyumunu ile sosyal destek düzeyi arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında, bu iki değişken arasında istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde, Gümüş (2015), Khan (2015) ve Kasprzak (2010) tarafından gerçekleştirilen araştırmalarda da sosyal desteğin yaşam doyumunu üzerinde belirleyici bir rol oynadığı vurgulamışlardır. Sosyal destek mekanizmalarının, bireylerin fiziksel ve zihinsel sağlığını iyileştirici bir etkiye sahip olduğu; yakın çevreden alınan bu desteğin, bireylerin kendini daha değerli ve güvende hissetmesini sağladığı ifade edilmektedir. Bu durum, sosyal destek alan bireylerin stresle başa çıkma ve problem çözme

becerilerinin daha gelişmiş olduğu şeklinde yorumlanabilir. Ancak, söz konusu çalışmaların bulguları, mevcut araştırmamızın sonuçlarıyla tutarsızlık göstermekte ve literatürdeki çelişkili dinamiklere işaret etmektedir.

Kaygı, aile yılmazlık ve yaşam doyum ölçekleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi;

Çalışmada “kaygı ölçeği”, “aile yılmazlık ölçeği” ve “yaşam doyum ölçeği” arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik gerçekleştirilen Pearson korelasyon analizi sonuçları (Tablo 4.7) incelendiğinde; aile yılmazlık ölçeğinin birinci alt boyutu olan mücadelecilik/meydan okuma ile öz-yetkinlik arasında yüksek düzeyde bir ilişki saptanmıştır. Ayrıca yaşama bağlılık, kontrol, aile yılmazlık toplam puanı ve yaşam doyum toplam puanı ile pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buna karşın, mücadelecilik/meydan okuma ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Mücadelecilik, öz-yetkinlik, yaşama bağlılık ve kontrol alt boyutlarının yaşam doyum ile anlamlı ve pozitif ilişkiler göstermesi, aile dayanıklılığının ebeveynlerin öznel iyi oluşunda belirleyici bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Bu bulgular, otizm spektrum bozukluğu (OSB) olan çocukların ebeveynlerinde yüksek dayanıklılık düzeylerinin yaşam doyum ve aile yaşam kalitesi ile pozitif yönde ilişkili olduğunu desteklemektedir. Özellikle öz-yetkinlik ile mücadelecilik/meydan okuma arasındaki yüksek düzeydeki ilişki, ebeveynlerin zorluklarla başa çıkma inancının aktif mücadele davranışlarını tetiklediğini öne süren kuramsal yaklaşımla (Luthar ve ark., 2000) uyum göstermektedir.

Öz yetkinlik ile yaşama bağlılık, kontrol, aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ve yaşam doyum düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Öz yetkinlik ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında ise anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

Yaşama bağlılık ile kontrol, aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ve yaşam doyum düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır Yaşama bağlılık ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında ise negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır.

Kontrol ile aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ve yaşam doyum düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Kontrol ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında ise anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

Aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ile yaşam doyumunu toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Buna karşılık, aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu durum, aile yılmazlığının kaygıyı doğrudan azaltan bir değişken olmaktan ziyade, yaşam doyumunu gibi olumlu psikolojik çıktıları güçlendiren bir kaynak işlevi gördüğünü düşündürmektedir. Araştırma bulgularına göre, yaşam doyumunu toplam puanı ile aile yılmazlığı toplam puanı ve tüm alt boyutları arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. İlgili literatür incelendiğinde, bu sonuçlarla uyumlu bulgular sunan çeşitli çalışmalar dikkat çekmektedir (Akbar ve ark., 2014; Bingham, 2004; Demiray, 2019; Openshaw, 2011; Palancı, 2018). Örneğin, Palancı (2018) tarafından yürütülen bir araştırmada, otizm spektrum bozukluğu (OSB) ve zihinsel yetersizliği (ZY) olan çocukların ebeveynlerinin aile yılmazlığı ile yaşam doyumunu arasında anlamlı düzeyde pozitif korelasyon olduğu bildirilmiştir. Bu bulgular, aile yılmazlığının psikolojik refahı destekleyen bir faktör olarak işlev görebileceğini düşündürmektedir. Literatürde, yılmazlık ile yaşam doyumunu arasındaki pozitif ilişkiyi destekleyen çeşitli çalışmalar mevcuttur. Bingham (2004), çocukluk döneminde kötü muamele gören bireylerin yılmazlık düzeyleri ile yaşam doyumları arasında anlamlı bir pozitif korelasyon olduğunu ortaya koymuştur. Benzer şekilde, Openshaw (2011), özel gereksinimli çocuk sahibi ebeveynlerin aile yılmazlığı ile yaşam doyumunu arasında güçlü bir ilişki tespit etmiştir. Akbar ve ark (2014), göçmen bireylerin yılmazlık kapasiteleri ile yaşam doyumları arasındaki pozitif bağlantıyı vurgulayarak, bu ilişkinin zorlu yaşam koşullarında bile psikolojik adaptasyonu desteklediğini belirtmiştir. Palancı (2018) ise engelli bireylerin ebeveynleriyle yaptığı çalışmada, aile yılmazlığının artmasının yaşam doyumunu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yükselttiğini raporlamıştır. Bu çalışmalar, yılmazlığın bireylerin ve ailelerin psikolojik sağlamlığını güçlendirmede ve yaşam kalitesini iyileştirmede kilit bir rol üstlendiğini gösterdiğini ifade etmişlerdir. Demiray (2019), özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin aile yaşam kalitesi ile aile yılmazlık ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, pozitif yönlü bir bağlantı olduğunu gözlemlemiştir.

Araştırma sonuçlarına göre, yaşam doyumu ile "Mücadelecilik", "Öz-Yetkinlik", "Yaşama Bağlılık" ve "Kontrol" alt boyutları arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki tespit edilmiştir. Bu bulgular, ailelerin mücadelecilik becerilerinin, öz-yetkinlik algılarının, yaşama bağlılık düzeylerinin ve kontrol mekanizmalarının güçlenmesiyle birlikte aile yaşam kalitesinin de artabileceği şeklinde yorumlanabilir. Dolayısıyla, aile yılmazlığının bu alt boyutlarının, özel gereksinimli çocuk sahibi ebeveynlerin psikososyal uyum süreçlerini destekleyen kritik faktörler olduğu söylenebilir. Bu araştırmanın sonuçlarına göre, yüksek yaşam doyumuna sahip bireylerin aynı zamanda daha yüksek yılmazlık sergilediği gözlemlenmiştir. Yaşam doyumu yüksek olan bireyler, hayatın zorluklarını görmezden gelmeksizin olumlu yönlerine odaklanma eğiliminde olduklarını belirtmiştir (Avşaroğlu ve Okutan, 2018). Bu kişiler, iyimser bir bakış açısı benimseyerek stresle daha etkili başa çıkabilmekte (Sirgy ve ark., 2006), karşılaştıkları sorunları çözmede daha becerikli davranmakta ve günlük yaşam aktivitelerinden daha fazla tatmin almakta olduğunu belirtmiştir (Telman ve Ünsal, 2004). Ayrıca, bu bireylerin kişisel hedeflerine ulaşma konusunda daha yüksek motivasyon sergilediği ve bu durumun genel mutluluk düzeylerini artırdığı düşünülmektedir. Yaşam doyumu yüksek bireylerin, insanlarla daha etkili iletişim becerileri sergilediği, olaylar karşısında tutarlı davranış kalıpları benimsediği ve mutsuz bireylere kıyasla sorunlarla başa çıkma konusunda daha dirençli olduğu belirtilmiştir (Diener ve Seligman, 2002). Ayrıca, yaşam doyumunun ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini olumlu yönde desteklediği vurgulanmıştır. Diğer bir deyişle, yılmazlık, bireylerin yaşama iyimser bir perspektifle yaklaşmasını, zorluklar karşısında direnç göstererek mücadele azmini korumasını ifade eden bir özelliktir (Akbar ve ark., 2014; Bingham, 2004; Demiray, 2019). Yaşam doyumu yüksek ebeveynlerin, bu direnç ve motivasyonla, yetersizliği olan çocuklarına daha nitelikli ve kapsayıcı bir bakım sunabileceği öngörülebilir. Bu durum, ebeveynlerin hem kendi psikolojik sağlıklarını hem de çocuklarının gelişimsel ihtiyaçlarını dengeli bir şekilde desteklemelerine olanak tanıyacak şekilde yorumlanabilir.

Aile yılmazlığı ile kaygı arasında anlamlı ilişki bulunmaması, yılmazlığın doğrudan kaygıyı azaltmak yerine, yaşam doyumu aracılığıyla dolaylı bir etkiye sahip olabileceğini düşündürmektedir (Bekhet ve ark., 2012).

Yaşam doyum düzeyi toplam puanı ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde düşük düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir. Deniz ve ark (2009) tarafından yapılan araştırmada, durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin yaşam doyumunu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğu belirtilmiştir. Çalışma, ebeveynlerin yaşam doyumunun, çocuklarından kaynaklanan durumsal (kısa süreli) ve sürekli kaygı faktörleriyle doğrudan ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgular, ebeveynlerin psikolojik refahının, çocuklarının ihtiyaçları veya davranışsal zorluklarından etkilenen kaygı dinamiklerine bağlı olarak şekillenebileceğini belirtmiştir. Bu sonuçlar, otizmlili çocukların ebeveynlerinde psikolojik uyumun anlaşılmasında aile yılmazlığı ile yaşam doyumunun birlikte değerlendirilmesinin kritik bir önem taşıdığını ortaya koymaktadır.

Çalışmamız, “kaygı ölçeği”, “aile yılmazlık ölçeği” ve “yaşam doyum Ölçeği” ile aralarında ilişkinin olup olmadığının tespiti için yapılan Doğrusal Regresyon analizi sonuçları incelendiğinde (Tablo: 4.8); kaygı düzeyi ile yaşam doyum düzeyi arasında zayıf düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir Otizmlili çocukların ebeveynlerinin kaygı düzeyleri onların yaşam doyum düzeylerinin toplam varyansın yaklaşık %4 oranında açıklamaktadır. Standardize edilmiş beta katsayısı (β) ve t değeri incelendiğinde katılımcıların kaygı düzeylerinin, yaşam doyum düzeyinin anlamlı negatif yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Buna göre H4 hipotezi kabul edilmiştir. Kaygı düzeyinin yaşam doyumundaki toplam varyansın yaklaşık %4’ünü açıklaması, kaygının ebeveynlerin öznel iyi oluşu üzerinde belirli bir etkiye sahip olmakla birlikte tek başına güçlü bir belirleyici olmadığını göstermektedir. Bu bulgu, otizmlili çocuk ebeveynlerinde yüksek kaygı düzeylerinin daha düşük yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluş ile ilişkili olduğunu ortaya koyan araştırmalarla tutarlılık arz etmektedir. Bu durum, Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilen yaşam doyumunu teorisiyle örtüşmektedir. Yaşam doyum teorisi, bireyin yaşamına ilişkin bilişsel ve duygusal bir değerlendirme sürecini ifade eden, psikolojik refahın önemli bir bileşeni olan ve bu değerlendirmelerin dinamiklerini, belirleyicilerini ve sonuçlarını açıklamayı amaçlayan çok disiplinli bir çerçevedir. Diener, sosyal destek ve stres yönetiminin yaşam doyumunu artırdığını vurgulamıştır. Benzer şekilde, OSB’li çocuk ebeveynlerinde kaygı ve depresyonun yaşam kalitesini düşürdüğüne dair çalışmalar (Smith ve ark., 2008) bulgularımızı

destekler niteliktedir. Hayes ve Watson'ın (2013) OSB'li çocuk ebeveynlerinde kaygının çok boyutlu stres kaynaklarından (maddi yük, sosyal izolasyon) beslendiği yönündeki çalışmasıyla tutarlıdır. Ayrıca, yaşam doyumu ile kaygı arasındaki negatif ilişkinin zayıf olması, bazı ebeveynlerin çocuklarının gelişimsel ilerlemelerinden duydukları memnuniyetin kaygıyı dengeleyebileceği şeklinde yorumlanabilir (Pozo ve ark., 2014). Başka bir çalışmada, OSB'li çocukların ebeveynlerinde kronik stresin yaşam kalitesini düşürdüğüne dair literatürle tutarlıdır (Hastings ve Brown, 2002a). Kronik stres teorisi, bireylerin uzun süreli ve tekrarlayan stresörlere maruz kalması durumunda fizyolojik, psikolojik ve davranışsal olumsuzluklar geliştirdiğini öne sürer (McEwen, 1998). OSB'li çocuğa sahip ebeveynler, çocuğun bakımından kaynaklanan sürekli talepler (örneğin, davranışsal zorluklar, sosyal damgalanma, ekonomik yük) nedeniyle kronik stres yaşama riski altındadır (Lovell ve Wetherell, 2016), şeklinde açıklaması bizim çalışmamızı desteklemektedir. Bu bağlamda, mevcut çalışmada kaygının yaşam doyumunu sınırlı düzeyde açıklaması, otizmlili çocuk ebeveynlerinin yaşam doyumunun çok boyutlu bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Bulgular, yaşam doyumunun yalnızca olumsuz psikolojik değişkenler üzerinden değerlendirilmemesi gerektiğini; aynı zamanda aile yılmazlığı ve destekleyici kaynaklarla birlikte ele alınmasının önemini ortaya koymaktadır.

Tablo 4.9, incelendiğinde; aile yılmazlık düzeyi ile yaşam doyum düzeyi arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Otizmlili çocukların ebeveynlerinin aile yılmazlık düzeyleri onların yaşam doyum düzeylerinin toplam varyansın yaklaşık %27 oranında açıklamaktadır. Standardize edilmiş beta katsayısı (β) ve t değeri incelendiğinde katılımcıların aile yılmazlık düzeylerinin, yaşam doyum düzeyinin anlamlı pozitif yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Buna göre H3 hipotezi kabul edilmiştir. Çalışmamızda, özellikle aile yılmazlığının yaşam doyumunu %27 oranında açıklaması, bu değişkenin ebeveynlerin öznel iyi oluşu açısından güçlü bir belirleyici olduğunu göstermektedir. Bu sonuç, literatürde aile dayanıklılığı ile yaşam doyum ve psikolojik iyi oluş arasındaki pozitif ilişkiyi ortaya koyan çalışmalarla tutarlılık göstermektedir. Nitekim Cardelle-Pérez ve arkadaşları (2024), otizm spektrum bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinde yüksek dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek yaşam doyum ve aile yaşam kalitesi ile ilişkili olduğunu bildirmiştir. Benzer şekilde, Chen ve arkadaşları (2025), ebeveynlerin psikolojik dayanıklılığının yaşam doyumunu doğrudan ve

olumlu yönde etkilediğini; yaşam doyumunun ise ebeveynlerdeki olumsuz psikososyal çıktılar üzerinde koruyucu bir rol üstlendiğini ortaya koymuştur. Ayrıca bu bulgu Walsh'ın (2016) aile sistemleri teorisiyle uyumludur. Bu model, aile içi iletişim, problem çözme becerileri, zorluklarla başa çıkma kapasitesinin yaşam kalitesini artırdığını vurgular. Walsh, yılmaz ailelerin kriz dönemlerinde işlevsel başa çıkma stratejileri geliştirdiğini belirtmiştir. Benzer şekilde, Bayat (2007), OSB'li çocuk ebeveynlerinin yılmazlık düzeylerinin artmasının ebeveyn-çocuk etkileşimini olumlu etkilediğini ortaya koymuştur. Literatürde yer alan diğer çalışmalar da, OSB'li çocukların ebeveynlerinde yılmazlık düzeyinin yüksek olmasının depresyon ve anksiyeteyi azalttığı belirtilmiştir (Bekhet ve ark., 2012). Bu bağlamda, mevcut çalışmanın bulguları, aile yılmazlığının yalnızca stresle baş etmede değil, aynı zamanda ebeveynlerin yaşam doyumunu artırmada da merkezi bir rol oynadığını göstermekte ve otizmli çocuk ebeveynlerine yönelik psikososyal müdahalelerde aile dayanıklılığını güçlendirmeye odaklanan yaklaşımların önemini vurgulamaktadır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmamızın bu bölümünde, elde edilen sonuçlar ve öneriler sunulmuştur. Çalışmamızın sonuçları, rekreatif fiziksel aktivitelere katılan otizm spektrum bozukluğu (OSB) tanılı çocuk sahibi ebeveynlerin kaygı, aile yılmazlığı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkileri sosyo-demografik değişkenlerle (yaş, çocuğa yakınlık derecesi, ebeveyn eğitim durumu, düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite (yürüyüş, doğa yürüyüşü, bisiklet, yüzme, halı saha vb.) yapıyor musunuz, sosyal yardım alıyor musunuz) birlikte ele alarak alanyazına önemli katkılar sunmuştur. Araştırmanın temel bulguları şu şekildedir:

6.1. Sonuçlar

Kaygı ölçeğinin yaş, çocuğa yakınlık derecesi, ebeveyn eğitim durumu, düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz, sosyal yardım alıyor musunuz değişkenleri açısından sonuçları

Araştırma sonucunda, ebeveynlerin kaygı düzeylerinin yaş değişkenine göre anlamlı biçimde farklılaştığı belirlenmiştir. Özellikle 44 yaş ve üzeri ebeveynlerin kaygı düzeylerinin, 18–30 yaş ve 31–43 yaş gruplarına kıyasla daha yüksek olduğu, buna karşın 18–30 ile 31–43 yaş grupları arasında anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır. Bu doğrultuda, ebeveynlerin yaşının artmasıyla birlikte kaygı düzeylerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgu, ileri yaş grubundaki ebeveynlere yönelik destekleyici müdahalelerin önemine işaret etmektedir. Yaş ilerledikçe fiziksel olarak çocuğa yetememesi ve yaşamı son bulduğunda çocuğun bakımı ile ilgili yaşamsal endişeler söylenebilir.

Çocuğa yakınlık derecesi değişkenine göre incelendiğinde; kaygı düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olduğu anlaşılmaktadır. Bu farkın anne ebeveynlerden kaynaklandığı görülmektedir. Annelerin babalara kıyasla daha yüksek kaygı düzeyine sahip olması, toplumsal cinsiyet rollerinin bakım sorumluluğunu

eşitsiz dağıtmasıyla ilişkilendirilebilir. Annelerin çocuğun günlük bakımı ve terapilerine daha fazla dahil olması, duygusal yükü artırmaktadır.

Ebeveynlerin eğitim durumu değişkenine göre incelendiğinde; kaygı düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir.

Ebeveynlerin düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz değişkenine göre incelendiğinde; kaygı düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür.

Sosyal yardım alıyor musunuz değişkenine göre incelendiğinde; kaygı düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olduğu anlaşılmaktadır. Bu farkın evet yanıtını veren ebeveynlerden kaynaklandığı tespit edilmiştir. Sosyal yardım alan ebeveynlerde kaygının yüksek çıkması, Türkiye'deki sosyal destek sistemlerinin niceliksel ancak niteliksel eksiklikler taşıdığını (örn, yalnızca maddi yardım sağlanması, psikolojik danışmanlık eksikliği) ve özel gereksinim kriterlerinin katılığını düşündürmektedir.

“Aile yılmazlık” ölçek ve alt boyutlarının yaş, çocuğa yakınlık derecesi, ebeveyn eğitim durumu, düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz, sosyal yardım alıyor musunuz değişkenleri açısından sonuçları;

Yaş değişkenine göre incelendiğinde; mücadelelilik/meydan okuma, öz yetkinlik, yaşama bağlılık, kontrol alt boyutlarında ve AYÖ düzeyi toplam puanlarında anlamlı bir fark bulunmadığı sonucuna varılmıştır.

Çocuğa yakınlık derecesi değişkenine göre incelendiğinde; mücadelelilik/meydan okuma, öz yetkinlik, yaşama bağlılık, kontrol alt boyutlarında ve AYÖ düzeyi toplam puanlarında anlamlı bir fark bulunmadığı anlaşılmaktadır.

Araştırma sonuçlarına göre, ebeveynlerin eğitim durumu ile aile yılmazlık düzeyi ve alt boyutları arasında anlamlı farklılıklar bulunmaktadır. Elde edilen bulgular, mücadelelilik/meydan okuma boyutunda ortaokul mezunu ebeveynlerin üniversite mezunlarına göre daha düşük puan aldığını, ancak ortaokul-lise ve lise-

üniversite grupları arasında anlamlı bir fark bulunmadığını göstermektedir. Öz-yetkinlik boyutunda ise ortaokul mezunu ebeveynlerin hem lise hem de üniversite mezunlarına kıyasla daha düşük puanlara sahip olduğu, buna karşın lise ve üniversite mezunları arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Yaşama bağlılık boyutunda ortaokul mezunlarının lise ve üniversite mezunlarına göre daha düşük düzeyde olduğu, ancak lise ve üniversite grupları arasında fark bulunmadığı saptanmıştır. Kontrol boyutunda ortaokul mezunlarının lise mezunlarına göre daha düşük puan aldığı, ancak diğer grup karşılaştırmalarında anlamlı fark bulunmadığı görülmüştür. Aile yılmazlık toplam puanı açısından da ortaokul mezunu ebeveynlerin, lise ve üniversite mezunlarına göre anlamlı düzeyde daha düşük puan aldığı, buna karşın lise ve üniversite mezunları arasında fark bulunmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçlar doğrultusunda, ebeveynlerin eğitim düzeyi arttıkça aile yılmazlık düzeyi ve alt boyutlarının da arttığı, en düşük düzeylerin ortaokul mezunu ebeveynlerde görüldüğü sonucuna ulaşılmıştır.

Ebeveynlerin düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz değişkenine göre incelendiğinde; mücadelecilik/meydan okuma alt boyutunda anlamlı bir fark gösterdiği ve bu farklılığın evet yanıtını veren ebeveynlerden kaynaklandığını, öz yetkinlik alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmadığı, yaşama bağlılık alt boyutunda anlamlı bir fark gösterdiği ve bu farklılığın evet yanıtını veren ebeveynlerden kaynaklandığını, kontrol alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmadığı ve AYÖ düzeyi toplam puanlarında ise anlamlı bir fark olduğu ve bu farklılığın evet yanıtını veren ebeveynlerden kaynaklandığı anlaşılmaktadır. Düzenli rekreatif aktivite yapan ebeveynlerde aile yılmazlığı ve yaşama bağlılığın yüksek olması, fiziksel hareketliliğin stresi azaltmadaki ve psikolojik sağlamlık üzerindeki koruyucu rolünü desteklemiştir.

Sosyal yardım alıyor musunuz değişkenine göre incelendiğinde; “mücadelecilik/meydan okuma alt boyutunda anlamlı bir fark gösterdiği ve bu farklılığın hayır yanıtını veren ebeveynlerden kaynaklandığını, öz yetkinlik, yaşama bağlılık, kontrol ve AYÖ düzeyi toplam puanlarında ise anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

Yaşam doyum ölçeğinin yaş, çocuğa yakınlık derecesi, ebeveyn eğitim durumu, düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz, sosyal yardım alıyor musunuz değişkenleri açısından sonuçları;

Yaş değişkenine göre incelendiğinde yaşam doyum düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olmadığı anlaşılmaktadır. Yaşam doyumunu ile yaş arasında anlamlı bir ilişki bulunmaması, OSB'li çocuk sahibi ebeveynlerin yaşam kalitesinin çocuğun ihtiyaçlarına adaptasyonla dinamik olarak şekillendiğine işaret etmektedir.

Çocuğa yakınlık derecesi değişkenine göre incelendiğinde; yaşam doyum düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

Araştırma sonuçlarına göre, ebeveynlerin yaşam doyumunu düzeyi toplam puanlarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($F=7.589$; $p<0.05$). Yapılan Tukey HSD testi sonuçları, ortaokul mezunu ebeveynlerin yaşam doyumunu puanlarının lise ve üniversite mezunu ebeveynlere kıyasla anlamlı düzeyde daha düşük olduğunu ortaya koyarken, lise ve üniversite mezunları arasında anlamlı bir fark bulunmadığını göstermektedir. Elde edilen bulgular, eğitim düzeyi arttıkça ebeveynlerin yaşam doyumunu, yaşama bağlılık ve aile yılmazlık düzeylerinin de arttığını; buna karşılık en düşük düzeylerin ortaokul mezunu ebeveynlerde görüldüğünü ortaya koymaktadır. Bununla birlikte, lise ve üniversite mezunları arasında çoğu değişken açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

Ebeveynlerin düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite yapıyor musunuz değişkenine göre incelendiğinde; yaşam doyum düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Sosyal yardım alıyor musunuz değişkenine göre incelendiğinde; yaşam doyum düzeyi toplam puanında anlamlı bir fark olmadığı anlaşılmaktadır.

“Kaygı”, “Aile Yılmazlık” ve “Yaşam Doyum” ölçekleri arasındaki ilişkiye ilişkin korelasyon ve regresyon analizi sonuçları;

Aile yılmazlık ölçeğinin 1. alt boyutu olan mücadelecilik/meydan okuma ile öz yetkinlik arasında yüksek düzeyde ilişki, yaşama bağlılık, kontrol, aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ve yaşam doyum düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Mücadelecilik/meydan okuma ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında ise anlamlı bir sonuca rastlanmamıştır.

Öz yetkinlik ile yaşama bağlılık, kontrol, aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ve yaşam doyum düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Öz yetkinlik ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında ise anlamlı bir fark görülmemiştir.

Yaşama bağlılık ile kontrol, aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ve yaşam doyum düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır Yaşama bağlılık ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında ise negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir sonuca rastlanmıştır.

Kontrol ile aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ve yaşam doyum düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Kontrol ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında ise anlamlı bir fark görülmemiştir.

Aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ile yaşam doyum düzeyi toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna rastlanmıştır. Aile yılmazlık düzeyi toplam puanı ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında ise anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Yaşam doyum düzeyi toplam puanı ile kaygı düzeyi toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde düşük düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir

Regresyon analizi sonuçları incelendiğinde; kaygı düzeyi ile yaşam doyum düzeyi arasında zayıf düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir

Otizimli çocukların ebeveynlerinin kaygı düzeyleri onların yaşam doyum düzeylerinin toplam varyansın yaklaşık %4 oranında açıklamaktadır. Standardize edilmiş beta katsayısı (β) ve t değeri incelendiğinde katılımcıların kaygı düzeylerinin, yaşam doyum düzeyinin anlamlı negatif yordayıcısı olduğu saptanmıştır.

Aile yılmazlık düzeyi ile yaşam doyum düzeyi arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Otizimli çocukların ebeveynlerinin aile yılmazlık düzeyleri onların yaşam doyum düzeylerinin toplam varyansın yaklaşık %27 oranında açıklamaktadır. Standardize edilmiş beta katsayısı (β) ve t değeri incelendiğinde katılımcıların aile yılmazlık düzeylerinin, yaşam doyum düzeyinin anlamlı pozitif yordayıcısı olduğu saptanmıştır.

Sonuç olarak; OSB'li çocuk sahibi ebeveynlerin eğitim düzeyi yükseldikçe aile yılmazlığı, yaşama bağlılık ve yaşam doyum düzeylerinin arttığı; ileri yaş ve toplumsal bakım sorumluluklarının etkisiyle kaygı düzeylerinin yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular, otizimli çocuklara sahip ebeveynlere yönelik hem yaşa ve toplumsal cinsiyet rollerine duyarlı hem de eğitim ve aile yılmazlığını güçlendirmeyi hedefleyen müdahalelerin önemini ortaya koymaktadır.

6.2. Öneriler

- OSB'li çocuk sahibi ebeveynler için ücretsiz "stres yönetimi" ve "aile içi iletişim" workshopları düzenlenebilir.
- Sosyal yardımların kapsamı, yaşam boyu bakım planlaması, psikolojik danışmanlık, psikososyal destek programları ile genişletilebilir.
- Otizimli çocukların ebeveynlerine yönelik psikososyal müdahalelerde, aile yılmazlığını güçlendirmeyi amaçlayan programların öncelikli olarak geliştirilmesi ve uygulanması önerilebilir.
- İleri yaş grubundaki ebeveynlere yönelik kaygıyı azaltıcı destekleyici hizmetlerin planlanması, ruhsal iyilik halinin korunması açısından önem taşıdığı ileri sürülebilir.

- Anne odaklı psikoeğitim ve destek programlarının yaygınlaştırılması, ebeveynlerin bakım s¼reçlerindeki yeterliliklerini artırma gerekliliğini ortaya koyacağı s¼ylenbilir.
- D¼ř¼k eğitim d¼zeyine sahip ebeveynlere y¼nelik erişilebilir ve yapılandırılmış bilgilendirme ile destek eğitimlerinin geliştirilmesi, bilgiye dayalı ebeveynlik becerilerinin g¼çlendirilmesi açısından elzem olduğu s¼ylenbilir.
- ¼zel eğitim ve rehabilitasyon hizmetleri kapsamında ebeveynleri de kapsayan rekreatif fiziksel aktivite programlarının teşvik edilmesi, ailelerin sosyal uyum ve psikolojik dayanıklılık d¼zeylerini artırmaya katkı sağlayacağı s¼ylenbilir.
- Mevcut sosyal destek mekanizmalarının yalnızca ekonomik değil, aynı zamanda psikolojik destek bileşenleriyle g¼çlendirilmesi gerektiği vurgulanabilir.
- Elde edilen bulgular, ebeveynlerin eğitim d¼zeyinin aile yılmazlık, yaşam doyumunu ve yaşama bağlılık üzerinde etkili olduğunu g¼stermektedir. Bu nedenle, ¼zellikle ortaokul mezunu ebeveynlere y¼nelik rehberlik ve psikososyal destek programları geliştirilmesi ¼nerilebilir.
- Bulguların genellenebilirliğini artırmak için farklı illerden ve sosyo-ekonomik d¼zeylerden daha geniş bir ¼rnekleme çok merkezli çalışmalar yapılması ¼nerilebilir.

KAYNAKLAR

Aile, çalışma ve sosyal hizmetler bakanlığı ile sağlık bakanlığından (2019). Çocuklar için özel gereksinim değerlendirmesi hakkında yönetmelik (30692) <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2019/02/20190220-1.htm>.

Akandere, M., Acar, M., ve Baştuğ, G. (2009). Zihinsel ve fiziksel engelli çocuğa sahip anne ve babaların yaşam doyumu ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (22), 23-32.

Akbar, M., Akram, M., Ahmed, M., Hussain, M. S., Lal, V., and Ijaz, S. (2014). Relationship between resilience and life satisfaction among nomadic. *International Journal of Innovation and Applied Studies*, 6(3), 515-529.

Akgün, E. (2015). *Lise Öğretmenlerinin Psikolojik Sermaye Düzeyleri İle Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki İlişki*. (Yüksek Lisans Tezi). Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Kahramanmaraş.

Aktaş, H (2022). *Fiziksel Aktivite Yapan Otizmlili Bireye Sahip Ebeveynlerinin Kaygı ve Yaşam Kalitesi Düzeylerinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi.

Akyol, A. G. A., Bilgiç, A. G. P., ve Ersoy, G. (2008). *Fiziksel Aktivite, Beslenme ve Sağlıklı Yaşam*.1.Baskı. Ankara: Klasmat Matbaacılık.

Alexander, M. G., Dummer, G. M., Smeltzer, A., and Denton, S. J. (2011). Developing the social skills of young adult Special Olympics athletes. *Education and Training in Autism and Developmental Disabilities*, 297-310.

Ayllón-Negrillo, E., Salamanca-Villate, A., Cava, M. J., & Lascorz-Lozano, L. (2024). Resilience and social support as predictors of life satisfaction in preadolescents: a gender analysis. *Current Psychology*, 43(21), 18982-18991.

Almbaidheen, M. (2015). Otizm Spektrum Bozukluğu Tanılı Çocukların Ebeveynlerinde Zihin Kuramı Bozuklukları ve Semptom Şiddeti Arasındaki İlişkinin Araştırılması. 2.Ankara: TC Genelkurmay Başkanlığı Gülhane Askeri Tıp Akademisi.

American Psychiatric Association. (1980). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (3rd ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.

American Psychiatric Association. (1987). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (3rd ed., rev.). Washington, DC: American Psychiatric Association.

American Psychiatric Association. (1994). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.

American Psychiatric Association. (2013). Desk reference to the diagnostic criteria from DSM-5 Arlington, VA, American Psychiatric Publishing.

Ardahan, F., Turgut, T., ve Kaplan Kalkan, A. (2016). *Her Yönüyle Rekreasyon*. Ankara: Detay Yayıncılık.

Argan, M. (2007). *Eğlence Pazarlaması*. 1. Baskı. Ankara: Detay Yayıncılık.

Aslan, Ç. Ç. (2010). *Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Anne ve Babaların Psikolojik Belirtileri, Sosyal Destek Algıları ve Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Karşılaştırılması*. (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi. Maltepe Üniversitesi. İstanbul.

Asperger, H. (1938). Das psychisch abnorme Kind. *Wiener Klinische Wochenschrift*, 49, 1314-1317.

Asperger, H. (1944). Die „Autistischen psychopathen“ im Kindesalter. *Archiv für psychiatrie und nervenkrankheiten*, 117(1), 76-136.

Audet, L. R. (2010). The nature of pervasive developmental disorders: A holistic view. In H. Miller-Kuhaneck (Ed.), *Autism: A comprehensive occupational therapy approach*. Bethesda, MD: The American Occupational Therapy Association, Inc.2, 27-308.

Avşaroğlu, S. (2012). Zihinsel yetersizliğe sahip çocuğu olan anne-babaların kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 9(1), 533-549.

Avşaroğlu, S., ve Okutan, H. (2018). Zihin engelli çocuğu olan ailelerin yaşam doyumları, iyimserlik ve psikolojik belirti düzeylerinin incelenmesi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(1), 59-76.

Aykara, A. (2015). Zihinsel engelli kardeşe sahip bireylerin yaşadıkları güçlüklerin sosyal rol kuramı açısından değerlendirilmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 26(2), 87-104.

Aysever, H., ve Demirok, M. S. (2019). Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin sosyal destek algılarının ve yılmazlık düzeylerinin incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 20(3), 561-595.

Balat, G. U. (2003). Zihinsel Engelli Çocukların Eğitimine Aile Katılımı. *Farklı Gelişen Çocuklar. İçinde. Editör: Prf. Dr. Adnan Kulaksızoğlu. İstanbul: Epsilon Yayıncılık Hizmetleri Tic. San. Ltd. Şti*, 272-286.

Balkanlı, N. (2008). *Otistik Çocuğu Olan ve Olmayan Annelerde Yaşam Kalitesi. Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Bannert, M., & Mengelkamp, C. (2008). Assessment of metacognitive skills by means of instruction to think aloud and reflect when prompted. Does the verbalisation method affect learning?. *Metacognition and Learning*, 3 (1), 39-58.

Baran, F. (2012). *Zihinsel Engelli Çocukların Motor Beceri Öğreniminde Değişken Uygulamaların Edinim, Transfer ve Hatırlama Süreçlerine Etkisinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Akdeniz Üniversitesi, Antalya.

Barker, E. T., Hartley, S. L., Seltzer, M. M., Floyd, F. J., Greenberg, J. S., and Orsmond, G. I. (2011). Trajectories of emotional well-being in mothers of adolescents and adults with autism. *Developmental Psychology*, 47(2), 551–561.

Barrera, Jr. M. (1986). Distinctions between social support concepts, measures, and models. *American journal of community psychology*, 14(4), 413-445.

Başoğlu, U. D. (2011). *İstanbul İli, Bahçelievler Belediyesi Sorumluluğundaki Spor Salonlarının Rekreasyon Sporları ve Rekreasyon Liderleri Açısından Geliştirilmesi ve Faydalılık Durumu*. (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul,

Batan, S. N. (2016). *Yetişkinlerde Psikolojik Dayanıklılık Ve Dini Başa Çıkmanın Yaşam Doyumuna Etkileri*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Bayat, M. (2007). Evidence of resilience in families of children with autism. *Journal of intellectual disability Research*, 51(9), 702-714.

- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., and Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: psychometric properties. *Journal of consulting and clinical psychology*, 56(6), 893-97.
- Bekhet, A. K. (2013). Effects of positive cognitions and resourcefulness on caregiver burden among caregivers of persons with dementia. *International Journal of Mental Health Nursing*, 22(4), 340-346.
- Bekhet, A. K., Johnson, N. L., and Zauszniewski, J. A. (2012). Resilience in family members of persons with autism spectrum disorder: A review of the literature. *Issues in mental health nursing*, 33(10), 650-656.
- Benson, P. R., and Karlof, K. L. (2009). Anger, stress proliferation, and depressed mood among parents of children with ASD: A longitudinal replication. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 39(2), 350-362.
- Bernad-Ripoll, S. (2007). Using a self-as-model video combined with Social Stories to help a child with Asperger syndrome understand emotions. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 22(2), 100-106. doi:10.1177/10883576070220020101.
- Bingham, V. (2004). *Resiliency and life satisfaction among survivors of early childhood maltreatment*. California State University, Long Beach. <https://search.proquest.com/docview/305036993?pq-origsite=gscholar&fromopenview=true>.
- Blair, S. N. (2003). Physical activity, epidemiology, public health, and the American College of Sports Medicine. *Medicine and Science in Sports & Exercise*, 35(9).
- Blair, S. N. (2003). Physical activity, epidemiology, public health, and the American College of Sports Medicine. *Medicine and Science in Sports & Exercise*, 35(9).
- Block, M. E. (2007). *A teacher's guide to including students with disabilities in general physical education*. Brookes Publishing Company. PO Box 10624, Baltimore, MD 21285.
- Bouchart C., Blair S. N., and Hasko L. W., (2006). *Physical Activity and Health*. 1st. ed. United States of America: Sheridan Books.
- Boztaş, Z., ve Tutkun, Ö. F. (2017). Özel gereksinimli çocuğu olan anne-babaların yaşam doyumu düzeyi. *The Journal of Academic Social Science*, 50(50), 390-399.
- Brown, H. M., Oram-Cardy, J., and Johnson, A. (2013). A meta-analysis of the reading comprehension skills of individuals on the autism spectrum. *Journal of autism and developmental disorders*, 43, 932-955.
- Brun, R. (2005). *The Secrets of Autism Behavior Rehabilitation establishing new learning connections with sensory integration Therapy*. *The Autism Centre*.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Demirel, F., Akgün, Ö., ve Karadeniz, Ş. (2013). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Campbell-Sills, L., Forde, D. R., and Stein, M. B. (2009). Demographic and childhood environmental predictors of resilience in a community sample. *Journal of psychiatric research*, 43(12), 1007-1012.
- Carlson, R. E., Deppe, T. R., and MacLean, J. R. (1963). *Recreation in American life*. California: Wadsworth Publishing Company, INC.
- Cattik, M., and Aksoy, V. (2018). An examination of the relations among social support, self-efficacy, and life satisfaction in parents of children with developmental disabilities. *Egitim ve Bilim-Education and Science*, 43(195).
- Chakrabarti, S., and Fombonne, E. (2005). Pervasive developmental disorders in preschool children: confirmation of high prevalence. *American Journal of Psychiatry*, 162(6), 1133-1141. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.162.6.1133>.

Chase, A. (1996). *Recreation and Leisure Programming*. Dubuque, Iowa: Eddie Bowers Publishing.

Chien, Y. L., Gau, S. F., Shang, C. Y., Chiu, Y. N., Tsai, W. C., and Wu, Y. Y. (2015). Visual memory and sustained attention impairment in youths with autism spectrum disorders. *Psychological medicine*, 45(11), 2263-2273. doi: 10.1017/s0033291714003201.

Cohen, S., and Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological bulletin*, 98(2), 310.

Cochran, W. G. (1977). *Sampling Techniques*. 3rd Edition. New York: John Wiley & Sons.

Coşkun, A. (2018). *Zihinsel ve Fiziksel Engelli Bireylere Bakım Hizmeti Veren Aile Üyelerinin Yaşam Doyumu ve Bakım Yüklerinin Karşılaştırılması*. (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi (Sağlık Bilimleri Enstitüsü). İstanbul.

Coşkun, R., Altunışık, R., ve Yıldırım, E. (2019). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri: SPSS Uygulamalı*. 10. Baskı Sakarya yayıncılık, s:164.

Cheng, W. M., Smith, T. B., Butler, M., Taylor, T. M., & Clayton, D. (2022). Effects of parent-implemented interventions on outcomes of children with autism: A meta-analysis. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 53(11), 4147-4163.

Cardelle-Pérez, F., Banacloig-Delgado, C., & García-García, L. (2024). Resilience and family quality of life in parents of children with autism spectrum disorders. *Clinical child psychology and psychiatry*, 29(1), 245-258.

Chen, H., Ding, Y., Xu, D., & Xiong, Z. (2025). Resilience and Affiliate Stigma Among Parents of Children with Autism Spectrum Disorder: The Mediating Role of Life Satisfaction and the Moderating Role of Ostracism. *Psychology Research and Behavior Management*, 1519-1529.

Craig, F., Margari, F., Legrottaglie, A. R., Palumbi, R., De Giambattista, C., and Margari, L. (2016a). A review of executive function deficits in autism spectrum disorder and attention-deficit/hyperactivity disorder. *Neuropsychiatric disease and treatment*, 1191-1202.

Craig, F., Operto, F. F., De Giacomo, A., Margari, L., Froli, A., Conson, M., and Margari, F. (2016b). Parenting stress among parents of children with neurodevelopmental disorders. *Psychiatry research*, 242, 121-129.

Cunningham, A. B., and Schreibman, L. (2008). Stereotypy in autism: The importance of function. *Research in autism spectrum disorders*, 2(3), 469-479. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2007.09.006>.

Çalık, F., Yılmaz, A., Şentürk, U., Akdeniz, H., ve Sertbaş, K. (2015). Otistik çocuğa sahip ebeveynlerin durumluluk ve sürekli kaygı. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri*, 10(2), 13-21.

Çalışır, Ö. M. (2018). *Geniş Otizm Fenotipi Gösteren Erişkinlerde Sosyal Biliş: Bir Göz Hareketleri İzleme Çalışması*. (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Disiplinlerarası Sınır Bilimleri ABD. Ankara.

Çelikkaleli, Ö., ve Gündoğdu, M. (2005). Eğitim fakültesi öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(9), 43-53.

Çelikkaleli, Ö., Gökçakan, N., ve Çapri, B. (2005). Lise öğrencilerinin bazı psikolojik ihtiyaçlarının cinsiyet, okul türü, anne ve baba eğitim düzeyine göre incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2), 245-268.

Çelimli, Ş. (2009). *A Comparative Study Of Family Functioning Processes Of Families With A Child With Autism In Turkey And In The United States*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Ankara.

Çetinkaya, H. (2004). *Beden imgesi, beden organlarından memnuniyet, benlik Saygısı, yaşam doyumu ve sosyal karşılaştırma düzeylerinin demografik değişkenlere göre farklılaşması*. (Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Mersin.

Darıca, N., Abidoğlu, Ü. ve Gümüştü Ş. (2017). *Otizm ve Otistik Çocuklar*. (6. Baskı). İstanbul: Özgür Yayınları. S.26-30.

Darıca, N., Abidoğlu, Ü. ve Gümüştü, Ş. (2011). *Otizm ve Otistik Çocuklar* (5. Baskı). İstanbul: Özgür Yayınları.

Davidson, M. M., and Ellis Weismer, S. (2014). Characterization and prediction of early reading abilities in children on the autism spectrum. *Journal of autism and developmental disorders*, 44, 828-845. <https://doi.org/10.1007/s10803-013-1936-2>.

De Vries, M., Prins, P. J., Schmand, B. A., and Geurts, H. M. (2015). Working memory and cognitive flexibility-training for children with an autism spectrum disorder: A randomized controlled trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56(5), 566-576. doi:10.1111/jcpp.12324.

Demir, G. T., ve Cicioğlu, H. İ. (2018). Motivation Scale For Participation In Physical Activity (MSPPA): A study of validity and reliability Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of Human Sciences*, 15(4), 2479-2492.

Demiray, G. (2019). *Özel gereksinimli çocuğu olan ailelerde yaşam kalitesi, umutsuzluk ve yılmazlık arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, (Master's thesis, Marmara Üniversitesi . İstanbul.

Demirdağ, Ş. A. (2019). *Otel İşletmelerinde Rekreatif Liderliğin İş Etiğine Etkisi: Animasyon Personeli Üzerine Bir Uygulama*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Deniz, M. E., Dilmaç, B., ve Arıca, O. T. (2009). Engelli çocuğa sahip olan ebeveynlerin durumluk-sürekli kaygı ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 953-968.

Deveci, S. (2014). *Sağlık Çalışanlarında İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi (Antalya Atatürk Devlet Hastanesi) hemşireler örneği*. (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Diener, E. (2009). Subjective well-being. In E. Diener (Ed.), *The science of well-being; The collected works of Ed Diener, Social indicators research series* (1st ed., pp. 11-58). Springer.

Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.

Diener, E., and Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391-406.

Diener, E., and Seligman, M. E. (2002). Very happy people. *Psychological science*, 13(1), 81-84.

Doğaner, S. (2017). Serbest zaman ve fiziksel aktivite ilişkisi. O. Özbek ve F. Koçak (Editörler), *Sporun yönetsel ve sosyal boyutları* (s. 211-264) içinde, Ankara: Gazi Kitabevi.

Doğduay, G. (2013). *Engelli Bireye Sahip Ebeveynlerde Sporun Yaşam Kalitesine Etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Doğru, Y.S.S., ve Arslan, E. (2008). Engelli çocuğu olan annelerin sürekli kaygı düzeyi ile durumluk kaygı düzeylerinin karşılaştırılması, Selçuk Üniversitesi, *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, sayı:19 ISSN: 1302-1796.

- Dominick, K. C., Davis, N. O., Lainhart, J., Tager-Flusberg, H., and Folstein, S. (2007). Atypical behaviors in children with autism and children with a history of language impairment. *Research in developmental disabilities*, 28(2), 145-162. doi: 10.1016/j.ridd.2006.02.003.
- Donnelly, P., and Coakley, J. (2002). *The role of recreation in promoting social inclusion*. Toronto, Canada: Laidlaw Foundation.
- Dykens, E. M. (2015). Family adjustment and interventions in neurodevelopmental disorders. *Current opinion in psychiatry*, 28(2), 121-126.
- Eaves, L. C., and Ho, H. H. (2008). Young adult outcome of autism spectrum disorders. *Journal of autism and developmental disorders*, 38, 739-747.
- Ekas, N. V., and Whitman, T. L. (2010a). Autism symptom topography and maternal socioemotional functioning. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 115(3), 234-249.
- Ekas, N. V., Lickenbrock, D. M., and Whitman, T. L. (2010b). Optimism, social support, and well-being in mothers of children with autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, 40, 1274-1284.
- Engel, A. (2011). Physical Activity Participation in Children with Autism Spectrum Disorders: An Exploratory Study. Master Dissertation. Toronto: Graduate Department of Rehabilitation Science Faculty of Medicine University of Toronto.
- Eracar, N. (2003). "Farklı Gelişen Çocukların Aileleriyle Eğitim/Sağıtım Çalışmaları". Farklı Gelişen Çocuklar. (Ed. Kulaksızoğlu, A.). İstanbul: Epsilon Yayınevi.
- Erdemli, A. (2008). *Spor Yapan İnsan*, 1. Baskı. İstanbul: E yayınları.
- Erickson, K.I, Hillman, C., Stillman, C.M, Ballard, R.M, Bloodgood, B., Conroy, D.E, and Powell, K.E. (2019). Fiziksel aktivite, biliş ve beyin sonuçları: 2018 fiziksel aktivite kılavuzlarının bir incelemesi. *Spor ve egzersizde tıp ve bilim*, 51 (6), 1242.
- Erturan, E. E., ve Şahin, M. Y. (2003). Üniversitelerdeki Doğa Sporları Örgütlerinde Üyelerin Katılım Nedenleri ve Beklentilerinin Tespiti Üzerine Bir Araştırma, Güdak Örneği. *I. Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu*, Bildiriler Kitabı, T. Çolakoğlu ve E. E. Erturan (Editörler), 21-22 Mayıs, Ankara.174-186
- Fırat, S. (2016). Otistik çocukların anne-babalarının depresyon ve kaygı düzeyleri. *Cukurova Medical Journal*, 41(3), 539-547.
- Filipek, P.A., Accardo P.J., Baranek, G.T., Cook E.H., Jr., Dawson, G., Gordon, B., and Volkmar, F.R. (1999). The screening and diagnosis of autistic spectrum disorders. *Journal of Autism and Developmental*, 29, 439-475.
- Fombonne, E. (2009). Epidemiology of pervasive developmental disorders. *Pediatric research*, 65(6), 591-598.
- Fournier, K. A., Hass, C. J., Naik, S. K., Lodha, N., and Cauraugh, J. H. (2010). Motor coordination in autism spectrum disorders: a synthesis and meta-analysis. *Journal of autism and developmental disorders*, 40(10), 1227-1240. 0. <https://doi.org/10.1007/s10803-010-0981-3>.
- Gray, D. E. (2002). Ten years on: A longitudinal study of families of children with autism. *Journal of intellectual and developmental disability*, 27(3), 215-222. <https://doi.org/10.1080/1366825021000008639>.
- Gül, T., Karaçar E., Kement, Ü., Paslı, M. M., Yayla. Ö., Erol, E., ve Göker, G. (2014). *Rekreasyona Giriş*, 1. Baskı . Ankara: Detay Yayıncılık.

Gülaldi, D. (2010). *Erken Çocuklukta Serebral Palsili ve Otistik Çocuk Annelerinin Ebeveyn Stres Düzeylerinin Yaşam Doyumları İle İlişkisinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Gümüş, H. (2015). Evli bireylerin sosyal destek düzeyleri ile yaşam doyumları ve problem çözme becerileri arasındaki ilişki. (Sosyal Bilimler Enstitüsü). *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 150-162.

Günay, M., Tamer, K. ve Cicioğlu, İ. (2006). *Spor Fizyolojisi ve Performans Ölçümü*. Gazi Kitabevi, 1. Baskı, Ankara.

Güneş, A. (2005). *Otizm ve Otistik Çocukların Eğitimi*. (1. Baskı). İzmir: İlya Yayınevi. s. 16.

Güngörmüş, H. A. (2007). *Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreatif Egzersize Güdülleyen Faktörler*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

Gürer, B., Adiloğulları, İ., and Şahin, H. M., (2014). Examination of state trait anxiety levels of elite athletes according to some variables. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, vol.16, no.1, 4-7.

Güzel, E. (2021). *Rekreasyon liderlik türlerinin Gaziantep halkının rekreasyon aktivitelerine katılımları üzerine etkisi* (Master's thesis, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi).

Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., ve Dinç, Y. (2015). *Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi: Örnek Animasyon Uygulamaları*, 3. baskı. Ankara: Detay Yayıncılık. 15-16.

Hartley, S. L., Barker, E. T., Baker, J. K., Seltzer, M. M., and Greenberg, J. S. (2012). Marital satisfaction and life circumstances of grown children with autism across 7 years. *Journal of Family Psychology*, 26(5), 688.

Hastings, R. P. (2003). Child behaviour problems and partner mental health as correlates of stress in mothers and fathers of children with autism. *Journal of Intellectual Disability Research*, 47(4-5), 231-237.

Hastings, R. P., and Brown, T. (2002a). Behavior problems of children with autism, parental self-efficacy, and mental health. *American journal on mental retardation*, 107(3), 222-232.

Hastings, R. P., Allen, R., McDermott, K., and Still, D. (2002b). Factors related to positive perceptions in mothers of children with intellectual disabilities. *Journal of applied research in intellectual disabilities*, 15(3), 269-275.

Hayes, S. A., and Watson, S. L. (2013). The impact of parenting stress: A meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, 43(3), 629-642.

Hazar, A. (2014). *Rekreasyon ve Animasyon*, 4. Baskı, Detay Yayıncılık, Ankara.

Hisoğlu, A. (2018). *Otizm Spektrum Bozukluğu Tanılı Çocukların Ebeveynlerinde Algılanan Sosyal Destek ve Problem Çözme Becerilerinin Yaşam Doyumuna Etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi. İstanbul.

Hoevenaars-van den Boom, M. A. A., Antonissen, A. C. F. M., Knoors, H., and Vervloed, M. P. J. (2009). Differentiating characteristics of deafblindness and autism in people with congenital deafblindness and profound intellectual disability. *Journal of Intellectual Disability Research*, 53(6), 548-558. doi:10.1111/j.1365-2788.2009.01175.x.

Hollander, E. and Nowinski, C. V. (2003). *Autism Spectrum Disorders*. (10.Edition). New York: Marcel Dekker. s. 16-17.

Horner, R. H., Carr, E. G., Strain, P. S., Todd, A. W., and Reed, H. K. (2002). Problem behavior interventions for young children with autism: A research synthesis. *Journal of autism and developmental disorders*, 32 (5), 423-446. doi:10.1023/a:1020593922901.

Huang, Y. P., Chang, M. Y., Chi, Y. L., and Lai, F. C. (2014). Health-related quality of life in fathers of children with or without developmental disability: The mediating effect of parental stress. *Quality of Life Research*, 23, 175-183. <https://doi.org/10.1007/s11136-013-0469-7>.

İnce, Z. E., ve Tüfekci, F. G. (2015). Engelli çocuğu olan ebeveynlerde evlilik uyumu ve yaşam doyumunun değerlendirilmesi ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 102-112.

İşlamoğlu, A. H., ve Alnıaçık, Ü. (2019). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. İçinde (511). İstanbul: Beta Yayınevi.*

Kadi, S. (2016). *oklu Yetersizliğe Sahip ocuğu Olan Ebeveynlerin Yılmazlık Düzeylerinin eşitli Değişkenler Açısından Belirlenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Bolu.

Kandola, A., and Stubbs, B. (2020). Exercise and anxiety. *Physical exercise for human health*, 345-352.

Kaner, S. (2004). Engelli çocukları olan ana-babaların algıladıkları stres, sosyal destek ve yaşam doyumlarının incelenmesi (Rapor Numarası: 2001-0901-007). Ankara Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri.<https://dspace.ankara.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/20.500.12575/68118/2668.pdf?sequence=1&isAllo wed=y>

Kaner, S. ve Bayraklı, H. (2010). Aile yılmazlık ölçeği: geliştirilmesi, geçerliği ve güvenilirliği. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 11 (2) 47-62.

Kaner, S., Bayraklı, H., ve Güzeller, C. O. (2011). Anne-babaların yılmazlık algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 12(02), 63-83.

Kanner, L. (1943a). Autistic disturbances of affective contact. *The Nervous Child*, 2, 217–250. *Autism and Childhood Scbicopbrenia*, 4, 131-1, 41.

Kanner, L., Asperger, H., Eisenberg, L., Mosse, H. L., Bender, L., Eveloff, H. H., and DeMyer, M. K. (1943b). Library of the History of Autism Research, Behaviorism & Psychiatry. *Nervous Child*, 2, 217-250.

Kantar, Ö. (2014). *Engelli ocuğu Olan Ebeveynlerde Bilişsel Değerlendirmenin, Gelişme-Büyümenin Yaşam Doyumu İle İlişkisi.* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Karakaş, G., ve Yaman, . (2017). Examination of the quality of life according to the physical activity status of parents who have disabled individual Engelli bireye sahip ebeveynlerin fiziksel aktivite durumlarına göre yaşam kalitelerinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(1), 724-737.

Karaküçük, S. (2008).*Rekreasyon Boş Zaman Değerlendirme.* 6. Baskı. Ankara: Gazi Kitabevi.

Karaküçük, S. (2014). *Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme* , 7. Baskı. Ankara: Gazi Kitabevi.

Karaküçük, S., ve Gürbüz, B. (2007). *Rekreasyon ve Kentlileşme.* 5. Baskı. Ankara: Gazi Kitabevi.

Karande, S., ve Kulkarni, S. (2009). Quality of life of parents of children with newly diagnosed specific learning disability. *Journal of Postgraduate Medicine*, 55(2), 97-103. <https://doi.org/10.1093/tropej/fmn099>.

Karasar, N. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (26. Baskı.). Ankara: Nobel Yayıncılık. S.81.

- Kargın, T. (2011). Özel eğitime gereksinimi olan öğrenciler ve özel eğitimi. İ.H. Diken (Ed.). İçinde. Bireyselleştirilmiş eğitim programı (BEP) hazırlama ve öğretimin bireyselleştirilmesi. Ankara: Pegem Akademi.
- Kasprzak, E. (2010). Perceived social support and life-satisfaction. *Polish Psychological Bulletin*, 41(4), 144-154.
- Kayhalak, F., Durhan, T. A., and Kurtipek, S. (2022). Investigation of career goal discrepancy of Individuals who are preparing for PVTC exams and their reasons for preference. *International Journal of Recreation and Sports Science*, 6(1), 27-32.
- Khan, M.A. (2015). Impact of Social Support on Life Satisfaction among Adolescents. *The International Journal of Indian Psychology*, 2(2), 97-104.
- Kılbaş, Ş. (2001). *Rekreasyon Boş Zaman Değerlendirme*. 1.Baskı. Adana: Anaca Yayınları.
- Kılıçman, İ. (2020). *Rekreasyon Farkındalığı ve Sosyal Medya Bağımlılığının Yaşam Doyumu Üzerine Etkilerinin İncelenmesi: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.
- Kıvılcım, P. (2014). *Öğretmenlerde İş Doyumu, Özyeterlik İnancı ve Yaşam Doyumu İlişkisinin Karşılaştırılması*. (Yüksek Lisans Tezi). Toros Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Mersin.
- Kim, Y. S., Leventhal, B. L., Koh, Y. J., Fombonne, E., Laska, E., Lim, E. C., and Grinker, R. R. (2011). Prevalence of autism spectrum disorders in a total population sample. *American Journal of Psychiatry*, 168(9), 904-912.
- King, G., Currie, M., and Petersen, P. (2020). Child and parent engagement in the mental health intervention process: A motivational framework. *Child and Adolescent Mental Health*, 25(1), 45-51.
- Koegel, L.K., and Lazebnik, C. (2004). *Overcoming Autism*. Londra: Viking Penguin Group.
- Korkmaz, B. (2017). *Ah Şu Otizm*. (1. Baskı). İstanbul: Aba Yayıncılık. s.57.
- Kuhn, R., and Cahn, C. H. (2004). Eugen Bleuler's concepts of psychopathology. *History of psychiatry*, 15(3), 361-366.
- Kuloğlu, N. (2001). *Bilgi Verici Psikolojik Danışma ve Didaktik Bilgi Verme Programlarının Down Sendromlu Bebeği Olan Anne-Babaların Umutsuzluk, Gereksinim ve Eş İlişkisi Düzeylerine Etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi. Ankara.
- Kumbasar, A. (2016). *İşitme Engelli ve Engelli Olmayan Çocuklara Sahip Ailelerde Sosyal Destek Algısı, Yılmazlık ve Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Landa, R. (2007). Early communication development and intervention for children with autism. *Mental retardation and developmental disabilities research reviews*, 13(1), 16-25. doi:10.1002/mrdd.20134.
- Lee, G. K., Lopata, C., Volker, M. A., Thomeer, M. L., Nida, R. E., Toomey, J. A., Chow, S. Y., and Smerbeck, A. M. (2009). Health-related quality of life of parents of children with high-functioning autism spectrum disorders. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 24(4), 227-239. <https://doi.org/10.1177/1088357609347371>.
- Lloyd, M., MacDonald, M., and Lord, C. (2013). Motor skills of toddlers with autism spectrum disorders. *Autism*, 17(2), 133-146. <https://doi.org/10.1177/1362361311402230>.
- Lloyd, T. J., and Hastings, R. (2009). Hope as a psychological resilience factor in mothers and fathers of children with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 53(12), 957-968.

- Lovell, B., and Wetherell, M. A. (2016). The psychophysiological impact of childhood autism spectrum disorder on siblings. *Research in developmental disabilities*, 49, 226-234.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., and Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Maenner, M. J., Shaw, K. A., Bakian, A. V., Bilder, D. A., Durkin, M. S., Esler, A., and Cogswell, M. E. (2021). Prevalence and characteristics of autism spectrum disorder among children aged 8 years autism and developmental disabilities monitoring network, 11 sites, United States, 2018. *MMWR Surveillance Summaries*, 70(11), 1.
- Maenner, M. J., Warren, Z., Williams, A. R., Amoakohene, E., Bakian, A. V., Bilder, D. A., and Shaw, K. A. (2023). Prevalence and characteristics of autism spectrum disorder among children aged 8 years Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 11 sites, United States, 2020. *MMWR Surveillance Summaries*, 72(2), 1.
- Masten, A. S. (2018). Resilience theory and research on children and families: Past, present, and promise. *Journal of Family Theory & Review*, 10(1), 12-31.
- McEwen, B. S. (1998). Stress, adaptation, and disease: Allostasis and allostatic load. *Annals of the New York academy of sciences*, 840(1), 33-44.
- McLean, D. D., Hurd, A. R., & Rogers, N. B. (2008). *Kraus' recreation and leisure in modern society* (8th ed.). Burlington: Jones & Bartlett.
- Memiş, U., ve Yıldırım, İ. (2008). Çocukluk ve ergenlikteki fiziksel aktivite deneyimleri ile yetişkinlikteki fiziksel aktivite düzeyi arasındaki ilişki. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 13-32.
- Metin, T. C., Katırcı, H., Yüce, A., Sarıçam, S., and Cabuk, A. (2017). An inventory study on the categorization and types of recreational activities. *Journal of Academic Social Science Studies*, (59), 547-561.
- McStay, R. L., Dissanayake, C., Scheeren, A., Koot, H. M., and Begeer, S. (2014). Parenting stress and autism: The role of age, autism severity, quality of life and problem behaviour of children and adolescents with autism. *Autism*, 18(5), 502-510.
- Millî eğitim bakanlığı mevzuat (2004). *Otistik çocuklar eğitim merkezleri yönergesi (2567)*. Ankara: Millî Eğitim Bakanlığı. <file:///C:/Users/Win10/Desktop/377.pdf>.
- Moh, T. A., and Magiati, I. (2012). Factors associated with parental stress and satisfaction during the process of diagnosis of children with autism spectrum disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 6(1), 293-303.
- Mukaddes, N. M. (2017). *Otizm Spektrum Bozuklukları*. (2.baskı). Nobel Tıp Kitapevleri.
- Mukaddes, N. M., ve Dursun, O. B. (2018). Otizm spektrum bozukluklarında tanım, prevalans ve klinik özellikler. (Eds. Mukaddes NM ve Ercan ES), *Nörogelişimsel Bozukluklar*. İstanbul, Nobel Yayınevi, 261-284.
- Myles, G., Collberg, C., Heidepriem, Z., and Navabi, A. (2005). The evaluation of two software watermarking algorithms. *Software: Practice and Experience*, 35(10), 923-938.
- Nergiz, H. (2013). *Görme Engelli Çocuk Ebeveynlerinin Yaşadığı Güçlüklerin Belirlenmesi ve Tükenmişlik İle Yaşam Doyumuna Yönelik Yordayıcı Değişkenler*. (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

Openshaw, K. P. (2011). *The relationship between family functioning, family resilience, and quality of life among vocational rehabilitation clients* [Doctoral dissertation, Utah State University Logan]. <https://digitalcommons.usu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2084&context=etd>.

Otrar, M., Ekşi, H., Dilmaç, B., ve Şirin, A. (2002). Türkiye’de öğrenim gören Türk ve akraba topluluk öğrencilerinin stres kaynakları, başa çıkma tarzları ile ruh sağlığı arasındaki ilişki üzerine bir araştırma. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 2(2), 473-506.

Öner, O., and Munir, K. M. (2020). Modified checklist for autism in toddlers revised (MCHAT-R/F) in an urban metropolitan sample of young children in Turkey. *Journal of autism and developmental disorders*, 50, 3312-3319.

Özkan, Ş. Y., Ergenekon, Y., Çolak, A., Kaya, Ö., ve Cavkaytar, S. (2015). *Otizm spektrum bozukluğu*. (2. Baskı). A. Cavkaytar (Ed.). (Yayın). T.C.Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı. Grafik-Ofset Matbaacılık Reklamcılık. ss. 23-24.

Özbek, M. (2016). *Evli Bireylerde Yaşam Doyumu ve Psikolojik İyi Oluşlarının Çeşitli Değişkenlerle İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Özbey, Ç. (2005). *Otizm ve Otistik Çocukların Eğitimi*. Ankara: İnkılap Yayınevi.s.20-21.

Özcan, Ö.(2019). *Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocukların ve Ebeveynlerinin Fiziksel Aktivite Durumlarının İncelenmesi Kahramanmaraş İli Örneği*. (Yüksek Lisans Tezi). Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Kahramanmaraş.

Özdayı, N (2018). Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Social Sciences Studies Journal*, 4(19), 2184-2192., Doi: 10.26449/sss.596 (Kontrol No: 4301368).

Özdil, G. ve Aktaş, S. (2016). *Fiziksel aktivite ve dünya sağlık örgütünün bakış açısı*. <https://www.researchgate.net/publication/31230953>.

Özer M. K. (2013). *Fiziksel Uygunluk*. (4. Baskı). Ankara. Nobel yayınları: s.236-243.

Özoğlu, S. Ç. (1997). Spor psikolojisi ve gelişmeler. In *1st International Symposium of Sports Psychology*. Ankara: Bağırhan Yaymevi. (s. 52).

Pakenham, K. I., and Samios, C. (2013). Couples coping with multiple sclerosis: A dyadic perspective on the roles of mindfulness and acceptance. *Journal of behavioral medicine*, 36, 389-400.

Palancı, M. (2018). Engelli çocuğa sahip anne babaların aile yılmazlığı, öznel iyi oluş ve evlilik uyumlarının psiko sosyal yeterlikler ile yordanması. *Eğitim ve Bilim*, 43(1939), 217-236. <http://dx.doi.org/10.15390/EB.2017.4384>.

Pan, C. Y., and Frey, G. C. (2006). Physical activity patterns in youth with autism spectrum disorders. *Journal of autism and developmental disorders*, 36(5), 597-606.

Patricia F., and Herberta L. M. (1999). *The process of recreation programming theory and technique* (3rd ed.). England: Venture Publication.

Patterson, J. M. (2002). Understanding family resilience. *Journal of clinical psychology*, 58(3), 233-246.

Pehlivantürk, B., Bakkaloğlu, B., ve Ünal, F. (2003). Otistik bozukluk etyolojisi: genetik etkenler. *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Dergisi*, 10, 88-96.

Perrin, B. (1992). Community recreation for all: how to include persons with disabilities in regular leisure and recreation. *Journal of leisurability*, 19(4), 28-36.

Pimentel, J. L., and Pimentel, J. L. (2019). Some biases in Likert scaling usage and its correction. *International Journal of Science: Basic and Applied Research (IJSBAR)*, 45(1), 183-191.

- Pitetti, K. H., Rendoff, A. D., Grover, T., and Beets, M. W. (2007). The efficacy of a 9-month treadmill walking program on the exercise capacity and weight reduction for adolescents with severe autism. *Journal of autism and developmental disorders*, 37(6), 997-1006.
- Plumb, J. C. (2011). The impact of social support and family resilience on parental stress in families with a child diagnosed with an autism spectrum disorder. *Social Work*, 34(6), 124-135.
- Polat, C., ve Şimşek, K. Y. (2019). Yüksek Öğrenim Gören Sporcu Öğrencilerin Yaşam Doyum Düzeylerinin İncelenmesi: 2014-2015 Üniversiteler Süper Lig Örneği. *The Journal of Academic Social Science*, 29(29), 431-443.
- Potvin, M. C., Prelock, P. A., and Snider, L. (2008). Collaborating to support meaningful participation in recreational activities of children with autism spectrum disorder. *Topics in Language Disorders*, 28(4), 365-374.
- Potvin-Bélanger, A., Vincent, C., Freeman, A., and Flamand, V. H. (2022). Impact of hippotherapy on the life habits of children with disabilities: a systematic review. *Disability and Rehabilitation*, 44(26), 8161-8175.
- Pozo, P., Sarriá, E., & Brioso, A. (2014). Family quality of life and psychological well-being in parents of children with autism spectrum disorders: A double ABCX model. *Journal of Intellectual Disability Research*, 58(5), 442-458. <https://doi.org/10.1111/jir.12042>.
- Park, S., Kim, H., and Lee, J. (2024). Parenting stress in parents of children with autism spectrum disorder compared to ADHD. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 54(2), 721-734.
- Ryan, L., and Caltabiano, M. L. (2009). Development of a new resilience scale: The Resilience in Midlife Scale (RIM Scale). *Asian social science*, 5(11), 39-51.
- Sağlık, A. (2014). *Çanakkale Kenti Rekreasyon Potansiyelinin Kentlerin Yaşanabilirliği Açısından Değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çanakkale.
- Sarıkaya, İ. (2013). *Serbest Zaman Etkinlikleri Dersinin Öğretmen Görüşlerine Göre İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Sarıkaya, S.(2011). *Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Ebeveynlerin Stresle Başa Çıkma Düzeylerinin ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir.
- Sari, T. (2014). *Öznelik kapasitesi bağlamında biyolojik annelik: Üremeye yardımcı teknolojileri kullanan kadınların deneyimleri*. (Yüksek lisans tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Aydın.
- Sarol, H., Ekinci, E. ve Karaküçük, S. (2011) Otistik çocuklar spor eğitim projesi'ne gönüllü olarak katılan beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin görüşleri. Selçuk Üniversitesi *Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*. 13 (Özel Sayı): 67- 73.
- Satılmış, S. (2020). *Otizm Spektrum Bozukluğu Tanısı Almış Çocukların Annelerinde Psikolojik Dayanıklılık, Yaşam Doyumu ve Depresyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yakın Doğu Üniversitesi. Lefkoşa.
- Sevgi, G., ve Ayrancı, G. (2024). Investigating the caregiving burden and stress of mothers with children with special needs. *Journal of Pediatric Nursing*, 77, e538-e545.
- Sönmez, N., ve Alptekin, S. (2024). Parent-Implemented Interventions for Children with Special Needs in Türkiye: An Analysis of Single-Subject Research Studies. *Behavioral Sciences*, 14(12), 1211.

Saygın, Ö. (2014). *Çocukluk ve Ergenlik Dönemindeki Fiziksel Aktivite Deneyimleri İle Yetişkinlikteki Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Beden Kompozisyonlarının İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Muğla.

Schultheis, S. F., Boswell, B. B., and Decker, J. (2000). Successful physical activity programming for students with autism. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 15(3), 159-162. . doi: 10.1177/108835760001500306.

Schwarzenegger, A., Chrisman, M., and Coleman, R. (2005). The health and social benefits of recreation: An element of the California outdoor recreation planning program. *California State Parks*, California: Printed in Sacramento, CA.

Sekaran, U.(2003). *Business Research methods: A skill-Building Approach*, 4. Baskı, John Wiley & Sons.

Selçukoğlu, Z. (2001). *Araştırma Görevlilerinde Tükenmişlik Düzeyi İle Yalnızlık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya.

Sevil, T. (2012). Boş zaman ve rekreasyon: Kavram ve özellikleri. S. Kocaekşi (Ed.), Boş zaman ve rekreasyon yönetimi (s. 2-26) içinde. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayını.

Sherrill, C. (2004). *Adapted Physical Activity Recreation and Sport*. Sixth Edition. New York: McGraw-Hill.

Shu, B. C., Lung, F. W., and Chang, Y. Y. (2000). The mental health in mothers with autistic children: a case-control study in southern Taiwan. *The Kaohsiung journal of medical sciences*, 16(6), 308-314.

Sirgy, M. J., Michalos, A. C., Ferriss, A. L., Easterlin, R. A., Patrick, D., and Pavot, W. (2006). The quality-of-life (QOL) research movement: Past, present, and future. *Social indicators research*, 76, 343-466.

Smith L., Seltzer M., Tager-Flusberg H., Greenberg J. And Carter A. (2008) A comparative analysis of well-being and coping among mothers of toddlers and mothers of adolescents with ASD. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 38, 876–889.

Smith, T. B., Matthew, N. I., Oliver, M. A., and Innocenti, M. S. (2001). Parenting stress in families of children with disabilities. *American Journal of Orthopsychiatry*, 71(2), 257-261. <https://doi.org/10.1177/1053451217712956>

Sorensen, C., and Zarrett, N. (2014). Benefits of physical activity for adolescents with autism spectrum disorders: A comprehensive review. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 1(4), 344-353.

Sowa, M., and Meulenbroek, R. (2012). Effects of physical exercise on autism spectrum disorders: A meta-analysis. *Research in autism spectrum disorders*, 6(1), 46-57.

Spracklen, K. (2015). *Digital leisure, the internet and popular culture: Communities and identities in a digital age*. Springer. Basingstoke, Hampshire: Palgrave Macmillan.

Sprenger, L., Bühler, E., Poustka, L., Bach, C., Heinzl-Gutenbrunner, M., Kamp-Becker, I., and Bachmann, C. (2013). Impact of ADHD symptoms on autism spectrum disorder symptom severity. *Research in developmental disabilities*, 34(10), 3545-3552. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2013.07.028>.

Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., and Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for the meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 80-93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>.

- Stumbo, N. J., and Peterson, C. A. (2004). *Therapeutic Recreation Program Design*, Fourth Edition. San Francisco: Darly Fox.
- Szatmari, P., Bryson, S. E., Boyle, M. H., Streiner, D. L., and Duku, E. (2003). Predictors of outcome among high functioning children with autism and Asperger syndrome. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 44(4), 520-528. <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00141>.
- Şenligil, S., ve Akpınar, B. N. (2024). Özel Gereksinimleri Olan Çocukların Bakım Yükünün Annelerinin Psikolojik Sağlamlığına Etkisi. *International Social Sciences Studies Journal*, 9(117), 9420-9425.
- Şahin, H., Çakmak, A., ve Erdem, Y. (2025). Evaluation of the Family Burden and Social Isolation Status of Mothers of Children with Special Needs. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, *Özel Eğitim Dergisi*, 26(1), 67-81.
- Şan, İ. ve Kalem B.D. (2014). Otizm Spektrum Bozukluğu. Ankara: T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Yayınları. s. 23.
- Şanlı, D., ve Öztürk, C. (2015). Anne babaların çocuk yetiştirme tutumları ve tutumlar üzerine kültürün etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 8(4), 240-246.
- Şekeroğlu, M. Ö. (2013). *Gençlik ve Spor Bakanlığı, Spor Genel Müdürlüğü Merkez Teşkilatı Çalışanlarının İş-Aile ve Aile-İş Çatışmalarının Yaşam Doyumuyla İlişkisinin İncelenmesi*. (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Şenel, G.H. (2009) Otizmlili bireylerde Akranlarının Spor ve Sanat Etkinlikleri Aracılığıyla Etkileşimde Buldukları İki Örnek Uygulama. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi *Özel Eğitim Dergisi*. 10 (2). 65-72.
- Terçan, S., Ekinci, Ü., ve Kaya, E. (2025). *Recreational activities and parental well-being in families of children with autism*. Journal of Autism Research and Practice.
- Tager-Flusberg, H., Paul, R., and Lord, C. (2005). Language and communication in autism. *Handbook of autism and pervasive developmental disorders*, 1, 335-364.
- Tager-Flusberg, H., Rogers, S., Cooper, J., Landa, R., Lord, C., Paul, R., and Yoder, P. (2009). Defining spoken language benchmarks and selecting measures of expressive language development for young children with autism spectrum disorders. *Journal of Speech Language and Hearing Research*, 52(3), 643. doi:10.1044/1092-4388(2009/08-0136).
- Taş, İ. (2011). *Öğretmenlerde Yaşamın Anlamı Yaşam Doyumu Sosyal Karşılaştırma ve İç-Dış Kontrol Odağının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Sakarya.
- Taşdemir, F. (2013). *Görme Engelli Öğrenci Annelerinin Yılmazlık Özelliklerinin İncelenmesi: İstanbul İli Örneği*. (Yüksek Lisans Tezi). Yeditepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Taşkın, M. (2016). *Otizmlili Çocuğa Yaptırılan Fiziksel Aktivite Programlarının Karakteristik Davranışlarına Etkilerinin Belirlenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Taşkıran, B. (2018). *Rekreasyon Eğitimi Alan Bireylerin Liderlik Becerileri İle Otorite Tercihlerinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Batman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Batman.
- Telman, N., ve Unsal, P. (2004). Çalışan memnuniyeti. *İstanbul, Epsilon Yayınevi*.
- Tezcan, M. (1982). *Sosyolojik açıdan boş zamanların değerlendirilmesi*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları. Ankara.

- Torkildsen, G. (2005). *Leisure And Recreation Management*. (5.Baskı). Routledge, Taylor and Francis Group.
- Töret, G. (2020). *Zihin Yetersizliği ve Otizm Spektrum Bozukluğu*. (7. Baskı). Pegem Akademi, Ankara.
- Tribe, J. (2020). *The economics of recreation, leisure and tourism* (6th ed.). London: Routledge.
- Troyb, E., Knoch, K., and Barton, M. (2011). Phenomenology of ASD: Definition, syndromes, and major features. *The neuropsychology of autism*, 9-34.
- Tufan, İ. (2006). *Otistik Çocuk Dahi mi, Engelli mi?*. (2. Baskı). İstanbul: İletişim Yayınları.s.102.
- Tuğrul, Y. G. (2019). Toplumsal cinsiyet bağlamında kadınların annelik deneyimleri üzerine bir saha çalışması. *Toplum ve Kültür Araştırmaları Dergisi*, (3), 71-90.
- Turan, N. (2017). *Otistik Çocuğa Sahip Ailelerin Yılmazlık Düzeylerinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi. Gaziantep.
- Turnbull, A., Turnbull, R., Erwin, E., and Soodak, L. (2006). *Families, professionals, and exceptionality: Positive outcomes through partnerships and trust*. Pearson.
- Tütüncü, Ö. (2012). Rekreasyon ve rekreasyon terapisinin yaşam kalitesindeki rolü. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 23(2), 248-252.
- Ulusoy, M., Şahin, N., and Erkmen, H. (1998). Turkish version of the Beck Anxiety Inventory: psychometric properties. *J Cogn Psychother Int Q* 12:74-81.
- Van Heijst, B. F., and Geurts, H. M. (2015). Quality of life in autism across the lifespan: A meta-analysis. *Autism*, 19(2), 158-167.
- Walsh, F. (2016). Family resilience: A developmental systems framework. *European journal of developmental psychology*, 13(3), 313-324.
- Webber, J., and Scheuermann, B. (2008). *Educating students with autism*. Austin, Usa : PRO-ED.
- Weiss, J. A., Cappadocia, M. C., MacMullin, J. A., Viecili, M., and Lunsy, Y. (2014). The impact of child problem behaviors of children with ASD on parent mental health: The mediating role of acceptance and empowerment. *Autism*, 18(2), 155-163.
- World Health Organization. (2018). *Health promotion*. Retrieved July 9, 2018, from https://www.who.int/topics/health_promotion/en/.(Erişim Tarihi:09.07.2018).7
- Wang, F., Du, W., & Iao, L. S. (2024). Perceived quality of parent-child interaction in parents of autistic children: relationship with parental education level. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1433823.
- Williams, D. L., Goldstein, G., Kojkowski, N., and Minshew, N. J. (2008). Do individuals with high functioning autism have the IQ profile associated with nonverbal learning disability?. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 2(2), 353-361. doi:10.1016/j.rasd.2007.08.005.
- Wing, L. (1997). The history of ideas on autism: legends, myths and reality. *Autism*, 1(1), 13-23.
- World Health Organization. (2009). *Global health risks: Mortality and burden of disease attributable to selected major risks*. Geneva, Switzerland: World Health Organization.
- Yağcı, P. (2015). *Lisans Düzeyinde Rekreasyon Bölümü Müfredatlarının İncelenmesi ve Örnek Müfredat Çalışması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).

- Yanardağ, M. ve Yılmaz, İ. (2014). Approaches to the teaching exercise and sports for the children with autism, *International Journal of Early Childhood Special Education* 2(8653). doi: 10.20489/intjcesse.107971.
- Yanardağ, M., ve Yılmaz, İ. (2017). Özel gereksinimli öğrenciler için fiziksel eğitim ve spor. *Pegem Atf İndeksi*, Ankara, 1-420.
- Yavuz, M., ve Gümüşkaya, Ö. (2021). Otizm spektrum bozukluğu ve zihinsel yetersizliği olan bireylerin ebeveynlerinin yaşam doyumu ve aile yılmazlık düzeylerinin incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 22(4), 799-825.
- Yeşilçüfa, T. (2021). *Rekreatif Aktivitelere Katılan Down Sendromlu ve Otizmlı Bireylerin Ailelerinin Yaşam Memnuniyeti İle Sürekli Kaygı Durumlarının İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi. Rekreasyon Ana Bilim Dalı. Konya.
- Yetim, Ü. (1991). *Kişisel Projelerin Organizasyonu ve Örüntüsü Açısından Yaşam Doyumu*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yıldırım B. (2018). *Otizm Spektrum Bozukluğu Tanısı Almış Çocukların Anne Babalarının Depresyon, Kaygı ve Yaşam Kalitesi Düzeylerinin, Psikolojik Yardım Almaya Yönelik Tutumları İle İlişkisi Üzerine Bir İnceleme*, (Yüksek Lisans Tezi). Psikoloji Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Yıldırım, A. Hacıhasanoğlu, A.R. ve Karakurt, P. (2012). Engelli Çocukların Annelerinin Ruhsal Durumlarının Belirlenmesi, İstanbul .Üniversitesi . *Florence Nightingale Journal of Nursing*, 20(3), 200-209.
- Yıldız, U. (2019). *Otizmlı Bireye Sahip Olan Ebeveynlerin Yaşam Kalitesi ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi.
- YILDIZ, Y. (2020). Yağlı güreş sporcularının serbest zaman doyumları ile mutluluk düzeyleri ilişkisinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 346-355.
- Yalçın, H., Çakır, A., & Öztüren, S. (2025). Özel Gereksinimli Çocuğu Olan Anne ve Babaların Depresyon Durumu ile İlgili Yapılan Araştırmaların İncelenmesi. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 14(1), 1-8.
- Yorke, I., White, P., Weston, A., Rafla, M., Charman, T., and Simonoff, E. (2018). The association between emotional and behavioral problems in children with autism spectrum disorder and psychological distress in their parents: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 48(10), 3393–3415.
- Zorba, E. ve Bakır, M.(2004). *Serbest Zaman Kavramı. Sporda Sosyal Alanlar Seçme Konular 1* (Ed: Ramazanoğlu F.), Bıçaklar Kitabevi, Ankara, 106-108.
- Zorba, E., İkizler, H.C., Miçooğulları, O., ve Zorba, E., (2005). *Herkes İçin Spor. İstanbul: Morpa Yayınevi*.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler	
Adı Soyadı	Yılmaz DENİZ
Eğitim	
Lise	Bergama Cumhuriyet lisesi (2008-2012)
Lisans	Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği Bölümü (2012-2016)
Yüksek Lisans	Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı (2016-2019)
Doktora	Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı (2022-2026)
Yabancı Dil Bilgisi	
İngilizce	YÖK DİL:56.25

EK-1. Çocuklar İçin Özel Gereksinim Değerlendirmesi Hakkında Yönetmelik

Çocuklar İçin Özel Gereksinim Raporu (ÇÖZGER): Bu Yönetmeliğin amacı; çocuklar için özel gereksinim raporunun alınışı, geçerliliği, değerlendirilmesi ve bu raporları verebilecek yetkili sağlık kurum ve kuruluşlarının tespiti ile ilgili usul ve esasları belirlemek ve çocuklar ile ilgili özel gereksinim alanlarının belirlenmesine ilişkin ortak bir uygulama alanı geliştirmektir. Farklı kanunlarda özel gereksinimli çocuklara kolaylıklar sağlamak üzere bazı düzenlemeler yer almaktadır. Bu düzenlemelerin çoğu vergisel bazı kolaylıklar sağlarken, bazıları emeklilikte, bazıları sosyal yardımlardan faydalanma konusunda kolaylık sağlayan düzenlemelerden oluşmaktadır.

Özel gereksinimli çocukların eşitlik ilkesi çerçevesinde topluma kazandırılmaları, temel hak ve özgürlüklerden faydalanmalarını teşvik ve temin konusunda temel prensipleri belirlemek amacıyla çocuğun engelliliğini ve engellilikten kaynaklanan özel ihtiyaçlarını belirleyen derecelendirmeler, sınıflandırmalar ve tanılamalarda uluslararası temel yöntemlerin esas alınacağı belirtilmektedir. Buna istinaden özel gereksinimli çocukların raporlarında farklı düzenlemelere gidilmiştir. Bu değişiklik sonucu çocuklar için düzenlenen raporlarda temel bazı hususlar değiştirilmiştir. Bu değişikliğe dair çocuklar için özel gereksinim değerlendirilmesi hakkında yönetmelik 20 Şubat 2019 tarihli Resmi Gazetede yayımlanarak yürürlüğe girmiştir.

Yönetmelikte özel gereksinimi olan çocuklara ilişkin değerlendirme çalışmalarında, sınıflandırma sistemi olarak çocuklar için işlevsellik yeti yitimi ve sağlığın uluslararası sınıflandırmasının temel alındığı belirtilmektedir. Öncelikle çocukların engel durumlarının değerlendirilmesi ve derecelendirilmesine ilişkin bazı belirlemeler yaparak çocuklarda engel oranını belirlemek yerine “özel gereksinimi vardır” ifadesine yer verilmeye başlanmıştır. Rapor da çocuklar için özel gereksinim raporu (ÇÖZGER) olarak isimlendirilmiştir.

ÇÖZGER’de çocuk özel gereksinimi olması, toplumsal yaşama eşit katılabilmesi için bedensel ya da gelişimsel işlev kısıtlılığı olmayan çocuklardan farklı nitelik ya da nicelikte sağlık, eğitim, rehabilitasyon, cihaz, ortez, protez ve

diğer sosyal ve ekonomik haklara, hizmetlere ya da yaşama katılımı için çevresel düzenlemelere gereksiniminin olmasıdır. ÇÖZGER sisteminin yüzde (%) engel oranını içeren diğer mevzuatlara uyumu arandığında aşağıdaki tablo kullanılmaktadır (Aile, çalışma ve sosyal hizmetler bakanlığı ile sağlık bakanlığı yönetmelik, 2019).

EK-2. Millî Eğitim Bakanlığı Otistik Çocuklar Eğitim Merkezleri Yönergesi

***Madde 1-** Bu Yönergenin amacı, 3-15 yaş grubundaki otistik çocukların eğitim-öğretim görmelerini sağlamak üzere faaliyet gösteren Otistik Çocuklar Eğitim Merkezlerinin (OÇEM) kuruluşu ve otistik çocuklara sunulacak hizmetlerle ilgili işleyişe ilişkin esas ve usulleri belirlemektir.*

***Madde 6-** Otistik çocuklar için eğitim-öğretim programları*

1- Otistik çocukların eğitimi programı

2- 36-72 Aylık çocuklar için okul öncesi eğitim programı

3- İlköğretim okulu programı

4- İlköğretim okulu orta düzeyde öğrenme yetersizliği olan çocuklar eğitim programı

5- Eğitim uygulama okulu eğitim programı

6- Öğretmenler tarafından hazırlanacak kaynaştırma, birebir ve grup eğitim programları uygulanmaktadır.

***Madde 7-**Eğitim-öğretim sürecinin plânlanmasında, 36-72 aylık çocuklar için yıllık ve günlük plân ile 6 yaş üstü çocuklar için ünitelendirilmiş yıllık plân ve ders plânı hazırlanır. Otistik çocukların eğitiminde uzun dönemli amaçları gerçekleştirmek üzere Bireyselleştirilmiş Eğitim Plânını (BEP) oluşturulur. BEP'in amaçlarının gerçekleştirilmesi ve değerlendirilmesinde her kısa dönemli hedef için, Bireyselleştirilmiş Öğretim Plânı değerlendirme formu hazırlanır. Otistik çocukların kaynaştırma eğitimi, Bağımlı Otistik Çocuklar Eğitim Merkezlerinde (OÇEM) otistik çocuğun bulunduğu ilköğretim okulunda performansına uygun bir sınıfla ilişkilendirilerek verilir. Bağımsız OÇEM'de ise eğitsel performansı kaynaştırma eğitimi alacak düzeye gelen otistik çocukların, Özel Eğitim Hizmetleri Kurulu kararıyla kuruma en yakın ilköğretim okulunun performansına ve yaşına uygun bir sınıfta yarı zamanlı kaynaştırma eğitimi alması sağlanır. Bağımsız OÇEM, öğrencinin devam ettiği ilköğretim okuluna, yarı zamanlı kaynaştırma eğitimi süresince destek eğitim hizmeti verilir.*

***Madde 8-** Eğitim-öğretim ortamı, birebir ve grup eğitimine uygun şekilde düzenlenir. Birebir eğitim köşelerinin yanı sıra resim, el işi, kukla ve oyuncak gibi etkinlik köşeleri düzenlenecek şekilde fizikî ortamlar hazırlanır. Fiziki düzenleme*

yapılırken eğitim-öğretim ortamının, her öğrenci için beş metre kare olarak düzenlenir. Bağımlı OÇEM'lerde mutfak, tuvalet ve gözlem odası gibi diğer amaçları karşılayacak şekilde fizikî düzenlemeler yapılır. Fizikî ortam, ışık, renk ve ses özellikleri dikkate alınarak düzenlenir. Bunun yanı sıra OÇEM'lerin araç-gereç ve doküman ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde donatımı sağlanır. Bağımsız OÇEM'de mutfak, müzik odası, resim atölyesi, oyun odası ve spor salonu bulundurulur. Bununla birlikte okulda eğitim bölümleri, okul öncesi 3-6 yaş, İlköğretim 7-11 yaş ile 12-15 yaş olarak ayrılmaktadır.

Madde 10- Eğitsel tanılama, yöneltme ve yerleştirme, Otistik çocukların eğitsel tanılması, Rehberlik ve Araştırma Merkezlerinin özel eğitim bölümlerinde yapılır. Eğitsel tanı sonrasında yer alan ölçütler göz önünde bulundurularak OÇEM'e eğitsel yöneltme yapılır. Eğitsel yöneltme kararı, Özel Eğitim Hizmetleri Kuruluna iletilir. Özel Eğitim Hizmetleri Kurulu, yöneltme raporunu değerlendirerek yerleştirme kararı alınmaktadır.

Madde 11- İzleme ve değerlendirme, Bağımsız OÇEM'lerden yarı zamanlı kaynaştırma eğitimine devam eden otistik çocukların tüm gelişim ve disiplin alanlarındaki performansı, OÇEM ve kaynaştırma eğitimi veren ilköğretim okulunun rehber öğretmeni, sınıf öğretmeni ve branş öğretmenlerince izlenir, değerlendirilir ve desteklenmektedir.

Madde 12- İnceleme, kayıt ve yerleştirme, Özel Eğitim Hizmetleri Kurulu kararı olan otistik çocuk, Bağımlı OÇEM de en fazla üç ay, Bağımsız OÇEM'de en fazla altı ay süreyle özel eğitim sınıf öğretmeni ve rehber öğretmen tarafından izleme ve değerlendirmeye tâbî tutulur. Yapılan değerlendirme sonucunda otistik çocuğun OÇEM'den yararlanıp yararlanamayacağını belirten rapor düzenlenerek okul müdürlüğüne sunulur. Raporda OÇEM'den yararlanabileceği belirtilmiş ise otistik çocuğun kesin kaydı yapılır, aksi takdirde aday kayıt defterine raporun özü yazılarak çocuğun okula devamına izin verilmez. Bu karar, okul yönetimince Özel Eğitim Hizmetleri Kuruluna bildirilir.

Madde 19 Branş öğretmenleri Bağımlı OÇEM'de ilköğretim okulundaki branş öğretmenleri (özellikle müzik, resim, beden eğitimi ve iş-teknik eğitimi

alanlarında), Bağımsız OÇEM'de ise verilecek eğitimin niteliğine göre egzersiz programları ve ders dışı egzersiz görevine uygun yeterli sayıda müzik, resim, beden eğitimi ve iş-teknik eğitimi branş öğretmeni görevlendirilmektedir.

EK-3. Demografik Bilgi Formu

1	Yaşınız?
	18-30 yaş.arası () 31-43 yaş arası () 44 yaş ve üzeri .()
2	Çocuğa yakınlık dereceniz ?
	Anne () Baba ()
3	Eğitim durumunuz ?
	Ortaokul () Lise () Üniversite ve üstü..(..)
4	Düzenli olarak rekreatif fiziksel aktivite (yürüyüş, doğa yürüyüşü, bisiklet, yüzme, halı saha vb.) yapıyor musunuz ?
	Evet () Hayır ()
5	Sosyal yardım alıyor musunuz?
	Evet () Hayır ()

EK-4. Beck Anxiety Inventory (Beck Kaygı Ölçeği)

Beck Anxiety Inventory (Beck Kaygı Ölçeği)	Hiç	Hafif Düzeyde Beni pek Etkilemedi	Orta Düzeyde Hoşdegildi ama Katlanabildim	Ciddi Düzeyde Dayanmakta Çok zorlandım
1. Bedeninizin herhangi bir yerinde uyuşma veya karıncalanma				
2. Sıcak/ateş basmaları				
3. Bacaklarda halsizlik, titreme				
4. Gevşeyememe				
5. Çok kötü şeyler olacak korkusu				
6. Baş dönmesi veya sersemlik				
7. Kalp çarpıntısı				
8. Dengeyi kaybetme duygusu				
9. Dehşete kapılma				
10. Sinirlilik				
11. Boğuluyormuş gibi olma duygusu				
12. Ellerde titreme				
13. Titreklilik				
14. Kontrolü kaybetme korkusu				
15.Nefes almada güçlük				
16. Ölüm korkusu				
17. Korkuya kapılma				
18. Midede hazımsızlık ya da rahatsızlık hissi				
19. Baygınlık				
20. Yüzün kızarması				
21. Terleme (sıcaklığa bağlı olmayan)				

EK-5. Aile Yılmazlık Ölçeği

Aile Yılmazlık Ölçeği	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
1. Güçlükler karşısında yılmadan, sabırla mücadele ederim.					
2. Daha önceden de güçlükler yaşadığımiçin, zor şeylerin üstesinden gelirim.					
3. Başarı için olabildiğince yüksek ama ulaşılabilir hedeflerim var.					
4. Çıkabilecek problemleri önceden kestirerek önlemlerini alırım.					
5. Daha iyi duruma gelebilmek için risk alırım.					
6. Yeni şeyleri denemeyi severim.					
7. İşlerin belirsiz ve tahmin edilemez olması beni korkutmaz.					
8. Ciddi sorunlar karşısında bile iyimserliğimi kaybetmem.					
9. Başkalarının üstesinden gelemeyeceği olumsuz yaşam koşulları ile baş etmeyi bilirim.					
10. En zor şartlarda bile kendi kendimi iyileştirme yetisine sahibim.					
11. Bir plan yaptığımda, genellikle bunu gerçekleştirebileceğimden emin olurum.					
12. Kimsenin fark edemediği yaratıcı çözüm yollarını görebilirim.					
13. Düşündüğümde daha güçlü bir insan olduğumu görüyorum.					
14. Zor olan durumları bile lehime çevirmekte hünerliyim.					

15. Çözüm yollarımı hemen görerek uygulamaya koyarım.					
16. Sokulgan, arkadaş canlısı ve sıcakkanlıyım.					
17. Genellikle hayatta gülecek bir şeyler bulabilirim.					
18. Yaşamak güzel.					
19. Aktif ve enerjik olmayı severim.					
20. Beklenmedik durumlarla etkili mücadele edebilme gücüne inanıyorum.					
21. Çoğu zaman yaşam benim için ilginç ve heyecan vericidir.					
22. Yaptığım şeylerde başarılı olmayı isterim.					
23. Bir kriz durumunda yararlı bir eylemde bulunmaya odaklanırım.					
24. Biri bana zarar vermek isterse bunu önlemek için elimden geleni yaparım.					
25. Genellikle önüme çıkan engellerin üstesinden gelebilirim.					
26. Yeni insanlarla tanışmak, yeni yaşantılar beni ürkütmez.					
27. Kendimle barışığım.					
28. Diğer insanlara karşı düşünceli ve saygılıyım.					
29. Genellikle yaşamıma bir önceki gün kaldığım yerden devam etmek isterim					
30. Biri beni üzen bir şey yaptığında, sakinleşip bunu tartışacak duruma geleceğim uygun zamanı beklerim.					
31. Çevremdekiler üzerinde olumlu izlenimler bırakarak onların güvenini kazanırım.					
32. Değiştiremeyeceğim şeyleri kabul ederim.					

33. Yaşamımda duygusal olarak bağıholduğum kişiler var.					
34. Acil durumlarda insanlar bana güvenirler.					
35. Beni zorlayan bir işi yaparken ne zaman kimden yardım isteyeceğimi bilirim.					
36. Zamanımı boşa harcamam.					
37. Sahip olduğum özellikleri değerli buluyorum.					

EK-6. Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)

“YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ” (YDÖ)	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kararsızım	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Hayatım, her yönden ideallerime yakın.							
2. Hayat şartlarım mükemmel.							
3. Hayatımdan memnunum.							
4. Hayatımda şimdiye kadar istediğim önemli şeyleri elde ettim.							
5. Eğer hayata yeniden başlasaydım, hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.							

EK-7. Etik Kurul Onayı

Evrak Tarih ve Sayısı: 30.11.2023-E.321386



T.C.
BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
SAĞLIK BİLİMLERİ GİRİŞİMSSEL OLMAYAN ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

KARAR FORMU

ARAŞTIRMANIN AÇIK ADI		Rekreatif Fiziksel Aktivitelere Katılan Otizmlü Çocuklara Sahip Ebeveynlerinin Kaygı, Aile Yılmazlık Ve Yaşam Doyum Düzeylerinin İncelenmesi.
ETİK KURUL BİLGİLERİ	ETİK KURULUN ADI	Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu
	KURUL ADRESİ	Balıkesir Üniversitesi Çağış Yerleşkesi 10145 Balıkesir
	TELEFON	(0266) 612 14 18
	FAKS	(0 266) 612 14 17
	E-POSTA	sb.etikkurulu@balikesir.edu.tr
KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACI UNVANI/ADI/SOYADI		Doç.Dr. Nahit ÖZDAYI
KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ UZMANLIK ALANI		Beden Eğitimi ve Spor.
KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ BULUNDUĞU MERKEZ		Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
VARSA İDARİ SORUMLU UNVANI, ADI-SOYADI		-
DESTEKLEYİCİ		-
PROJE YÜRÜTÜCÜSÜ (TÜBİTAK vb kaynaklardan destek alanlar için) UNVANI, ADI-SOYADI		-
YARDIMCI ARAŞTIRMACI VE BÖLÜMÜ		Yılmaz DENİZ Doktora Öğrencisi
ARAŞTIRMANIN TÜRÜ		Kesitsel Tipte Çalışma.
Karar No: 2023/114		Tarih: 08/11/2023
KARAR BİLGİLERİ	Başvuru dosyası ile ilgili belgeler; araştırmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş ve UYGUN BULUNMUŞ olup usulüne uygun gerçekleştirilmesinde bilimsel ve etik sakınca OLMADIĞINA oy birliğiyle karar verilmiştir. Araştırmanın tüm süreçlerinde ilgili kurum, kuruluş ve kişilerden gereken izinlerin alınmasından araştırmacılar sorumludur.	

ETİK KURUL ÜYELERİ

Ünvanı	Adı-Soyadı	Görevi	Araştırma ile İlişkisi		İmza
			VAR	YOK	
Prof.Dr.	Ziya İLHAN	Başkan		X	
Prof.Dr.	Funda GÜLCÜ BULMUŞ	Başkan Yrd.		X	
Prof.Dr.	Figen EŞMELİ	Üye		X	
Doç.Dr.	Özkan IŞIK	Üye		X	
Doç Dr.	Celalettin ÇEVİK	Üye		X	
Doç.Dr.	Emrah ÖZCAN	Üye		X	
Dr.Öğr.Üyesi	Emrah ÖZDEMİR	Üye		X	

EK-8. Kurum İzin Belgesi



04/01/2024

Konu : Kurum İzin Belgesi.

Sayı : 2024/001

Sayın: Yılmaz DENİZ

Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora programında öğrenim gören Yılmaz DENİZ'in yardımcı araştırmacı olduğu '*Rekreatif Fiziksel Aktivitelere Katılan Otizmlı Çocuklara Sahip Ebeveynlerinin Kaygı, Aile Yılmazlık ve Yaşam Doyum Düzeylerinin İncelenmesi*' adlı doktora tez çalışmasındaki ölçeklerini kurumumuz Otizmlı Bireyleri Destekleme Vakfı bünyesinde gönüllü ailelerimize yönelik yapılmasında bir sakınca olmadığını bilgilerinize sunarım.

Saygılarımızla,

**OTIZMLI BİREYLER
DESTEKLEME VAKFI**
Toygar Mah. Okul Cad. No:183
Karesi / BALIKESİR Sic.No:81425
KURUMELİ V.D.-8490537536 K.T. 220 4
T:0266 2270210 Fax:0266 2270211

Fatma TABANLI
Yönetim Kurulu Başkanı

Otizmlı Bireyleri Destekleme Vakfı
Toygar Mahallesi Okul Caddesi
No:183 Karesi/Balıkesir

0266 227 0210
0266 227 0211



www.obidev.org



iletisim@obidev.org

f /obidev.org

o /obidev.org

wh /obidev.org





Eğitimde, bilimde, sanatta çağdaş...

