



## Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Olan Annelerin Kaygı Düzeylerini Azaltıcı Eğitim Programının Annelerin Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerine Etkisi

Dr. Bülent DİLMAÇ,<sup>1</sup> Dr. Yahya ÇIKILI<sup>2</sup>,  
Fatih KOÇAK,<sup>3</sup> Nilüfer Meral ÇALIKÇI<sup>4</sup>

**Özet:** Bu araştırmanın amacı, engelli çocuğa sahip olan annelere uygulanacak kaygı azaltımına yönelik eğitim programının, engelli çocuklara sahip olan annelerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerine etkisi araştırmaktır. Araştırma 2007-2008 öğretim yılında, öğretilbilir çocukların annelerine yönelik gerçekleştirilmiştir. Araştırmamızda deneysel model kullanılmıştır Araştırmaya kontrol grubu ve deney grubunun her ikisinde de 10 anne olmak üzere toplam 20 anneyle çalışılmıştır. Deney grubunda yer alan annelere sekiz oturumda oluşan kaygılarını azaltmaya yönelik eğitim programı uygulanmıştır. Uygulanan eğitim programı sonucunda annelerin hem sürekli hem de durumluk kaygı düzeylerinde bir değişiklik meydana gelip gelmediği araştırılmıştır. Elde edilen sonuçlara baktığımızda da annelerin sürekli ve durumluk kaygı düzeylerinde eğitim programımızın etkili olduğunu görmekteyiz.

**Anahtar Kelime:** Durumluk-Sürekli Kaygı. Engelli Çocuk Anneleri

### The Effect Of The Training Program On The State And Trait Anxiety Levels Of The Mothers Who Have Handicapped Children

**Abstract:** The purpose of the research is to examine the effect of a training program directed towards the mothers who have handicapped children. The study conducted on the mothers of mentally retarded children children in 2007-2008 academic years. Experimental model was adopted. 20 parents participated in the study who were grouped as 10 person for the experiment and 10 person for the control groups. A training program for lessening anxiety was applied to the experimental group. At the end of the process, it was examined whether or not

any change happened in state and trait anxiety level of the mothers. The results indicate that our training program has an effect on the anxiety level of the aforementioned mothers.

**Key Words:** State- Trait Anxiety, Mothers Who Have Handicapped Children.

## GİRİŞ

Aileler neslini devam ettirmek, birbirlerine olan sevgiyi artırmak gibi çeşitli nedenlerle çocuk sahibi olmak istemektedir. Aileler bütün planlarını normal bir çocuk üzerinde yapar, özellikle de anneler doğum öncesi dönemde zihninde doğacak çocuğun biçimini oluşturur (Ross,1964). Doğacak çocuğun, engelli olduğunun öğrenilmesi bütün planları alt üst eder. Bu durum ailelerin hayal kırıklığı yaşmasına neden olur. Bu hayal kırıklığıyla istekleri engellenen ve benlikleri olumsuz yönde etkilenen aileler, çoğunlukla çevresindeki kişileri suçlayarak kendilerini bu durumdan kurtarmaya çalışırlar. Çünkü engelli bir çocuğa sahip olmak bir utanç kaynağı ya da aile fertlerinin her ikisinde ya da sadece birinde görülen eksikliklerin var olduğunun bir göstergesi olara algılanır (Varol, 2006). Ailede engelli çocuğun doğumu, aile üyelerinin duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Çocuğun dünyaya gelmesiyle birlikte ailenin yaşantısında bazı değişiklikler olmaktadır (Akkök, 1997; 1995; Özgür, 2000). Çocuğun engelli olduğu gerçeği, doğumla birlikte hemen ortaya çıkabileceği gibi, çocuğun yaşı ilerledikçe ortaya çıkan uyumsuzluk ya da okula gittiğinde akranlarından bazı yönlerden geri kalarak da fark edilebilir. Aile her çeşit kayıpta benzer bir biçimde yaşanan psikolojik uyum tepkileri gösterir (Aslanoğlu, 2004). Aile sağlık bir çocuk beklerken, çocuğun engelli olması ailenin bütün beklentilerini değiştirecektir. Engelli çocukları olan ailelerin, diğer ailelerin karşılaştıkları baskılara ve gerilimlere ilave olarak çocuklarının özel sorunları ve gereksinimleri nedeniyle yaşadıkları pek çok duygu durumu vardır (Gallagher, Beckman & Cross, 1983). Bunlardan biriside kaygıdır.

Kaygıyı tanımlamaya yönelik çalışmalar incelendiğinde kaygı, nesnel olmayan bir tehlikeye karşı kişinin yaşadığı, bedensel, duygusal ve zihinsel değişimlerle kendini gösteren bir uyarılmışlık durumu olarak tanımlanmaktadır (Aiken, 1976; Spielberg, Gorsuch ve Lushene, 1970). Kaygı, bellek, dikkat, algı gibi birçok zihinsel işlemi etkilemektedir (Erol & Öner, 1999). Engelli olduğunu öğrenilen çocuk, yanında pek çok kaygı durumlarını da beraberinde getirmektedir. Aileler için çocuklarının problemlerini öğreniş biçimleri kadar ne öğrendikleri de önemlidir.

<sup>1</sup> Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi, bdilmac73@hotmail.com

<sup>2</sup> Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi

<sup>3</sup> Öğretmen Fatma Menekşe Uygulama Okulu

<sup>4</sup> Öğretmen Fatma Menekşe Uygulama Okulu

Bazı nedenlerden dolayı çocuğun engelli olması sürecinden kendilerini sorumlu tutabilirler. Yapılan bir araştırmada, zihinsel engelli çocukların ailelerine, çocuklarının zihinsel süreçte bir problem olduğunu söylemek amacı ile aileler ile doktorlar arasında geçen ilk görüşmede, çok fazla problem yaşandığı ifade edilmiştir. Ailelerin yaşamış oldukları problemin temel nedeni, engelli olduklarını öğrendikleri çocukların kabulünde meydana gelmiştir. (Nursey, Rohde & Farmer, 1991; Akt. Şahin, 1994). Ailede zihinsel yetersizliği olan bir çocuk olması, tüm aile bireyleri için duygusal bir yük, stres verici bir yaşam deneyimi ve sürekli başa çıkma tepkileri gerektiren bir stresördür (Minners 1988; McCubbin & Huang 1989; Fredman, Wyngaarden & Seltzer 1997, Akt: Yıldırım & Conk, 2005). Ailede hem anne hem de baba engelli çocuğundan dolayı kaygı ve stresleri normal çocuğa sahip anne ve babaya nazaran daha yüksektir (Baker-Ericzen, Brookman-Fraze & Stahmer, 2005).

Normal özelliklere sahip bir çocuk beklerken ve gelecekle ilgili bütün umut, beklenti ve planlarını da çocuk üzerine kurarken, beklentilerin dışında farklı özelliklere sahip bir çocuğun dünyaya gelmesi ailenin yapmış olduğu bütün planlarda değişiklik yapmasına neden olacaktır (Yıldırım-Doğru & Arslan, 2008). Bu süreçte ailelere verilecek sosyal destek süreçleri ailenin stres ve kaygı düzeyini azaltmada etkili olacaktır. Ancak sosyal destekle stres düzeylerini azaltma ilişkileri sürekli olmayabilir (Minnes, Woodford & Passey, 2007). Ancak anne babaların sahip oldukları engelli çocukların engel süreçleriyle ailelerin yaşadıklarını ilişkilendirmemiz gerekir (Dyson, 1997).

Engelli çocuğa sahip olan anne babaların kaygıları konusunda, gerek yurt içinde gerekse yurt dışında yapılan araştırmalar bulguları dikkate alındığında; engelli çocuklarla yapılan çalışmaların yanında, engelli çocuğa sahip anne babalara yönelik; hem

eğitsel hem de konun psikolojik boyutuyla ilgili çalışmaların planlı ve sistemli bir şekilde ebeveynlere ulaştırılmasının da, çok gerekli ve önemli olduğu görülmektedir (Cin, 2005).

#### ***Araştırmanın Amacı***

Bu araştırmanın amacı, engelli çocuğa sahip olan annelere verilecek kaygı düzeylerini azaltacak eğitim programının, annelerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini azaltmada etkili olup olmayacağını ortaya çıkarmaktır.

#### ***Araştırmanın Denencesi***

Araştırmanın genel amacına uygun olarak aşağıda belirtilen denence test edilecektir:

1.Kaygı azaltıcı eğitim programı annelerin durumluk ve sürekli kaygılarını azaltacaktır.

1.1. Kaygı azaltıcı eğitim programı eğitimine katılan deneklerin, durumluk ve sürekli kaygı puanlarının ön-test-son-test puanları arasındaki fark, kontrol grubundaki deneklerin fark puanlarından daha yüksektir.

#### **YÖNTEM**

Bu bölümde önce araştırmanın deseni, deney ve kontrol grubu ve veri toplama araçları ile toplanan verilerin değerlendirilmesinde kullanılan istatistiksel yöntemler üzerinde durulmuştur.

#### ***Araştırmanın Deseni (Modeli)***

Araştırmada kaygı azaltıcı eğitimi programı oturumlarına katılan annelerin bu oturumlara katılmayan annelerin kaygılarının azaltımı için öntest sontest kontrol gruplu deneme modeli kullanılmıştır. Bu araştırmanın bağımsız değişkeni engelli çocuğa sahip anneler ebeveynlere verilecek olan kaygı azaltıcı eğitimi programı bağımlı değişken ise, anneler kaygı düzeyleridir. Araştırmanın deseni aşağıdaki tablo 1' gösterilmiştir.

**Tablo 1: Araştırmada Uygulanan Deneysel Desen**

<b>Gruplar</b>	<b>Ön-test</b>	<b>İşlem</b>	<b>Son-test</b>
Deney	T1	Kaygı Azaltıcı Eğitim Programı	T2
Kontrol	T1	İşlem yok	T2

Deneysel desende de görüldüğü gibi kaygı azaltıcı eğitimi programı sadece deney grubunda uygulanmıştır. Kontrol grubu ise bu süre içerisinde kaygı azaltıcı eğitimi ilgili herhangi bir program uygulanmamıştır. Kontrol grubunun, deney grubuna uygulanan programdan etkilenmemesi için özen gösterilmiştir. Her iki gruba da deneysel işlemden önce ön-test uygulanmıştır. Aynı test deneysel

işlemin sonunda gruplara son-test olarak uygulanmıştır.

#### ***Kullanılan Ölçüm Araçları***

#### ***Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri***

Araştırmada Öner ve Le Compte (1983) tarafından Türk kültürüne uyarlanan, geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarıyla birlikte norm çalışmalarının da

oluşturulduğu Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Envanterde 20 maddeden oluşan Durumluk Kaygı Ölçeği ile 20 maddeden oluşan Sürekli Kaygı Ölçeği olmak üzere toplam 40 madde bulunmaktadır. Durumluk Kaygı Ölçeği, bireylerin belirli bir anda belirli koşullarda kendisini nasıl hissettiğini betimlemesini, içinde bulunduğu duruma ilişkin duygularını dikkate alarak maddeleri cevaplaması gerektirir. Sürekli Kaygı Ölçeği ise; bireyin genellikle kendisini nasıl hissetmesi gerektiğini belirtir.

Kuder- Richardson 20 formülünün genelleştirilmiş bir formu olan alpha korelasyonları ile saptanan güvenilirlik katsayılarının; “Sürekli Kaygı Ölçeği” için 0.83 ile 0.87 arasında; “Durumluk Kaygı Ölçeği” için 0.94 ile 0.96 arasında bulunmuştur. Bu verilerden Türkçe ölçeklerin yüksek madde homojenliği ve iç tutarlılığa sahip olduğu anlaşılmaktadır.

Ölçeği oluşturan maddelerin, güvenilirliği ve geçerliği hakkında ayrıntılı bilgi sağlayan “Item Remainder” korelasyonu tekniğine göre; Türkçe formunun madde güvenilirliği korelasyonları, Sürekli Kaygı Ölçeği için 0.34 il 0.72; Durumluk Kaygı Ölçeği için ise; 0.42 ile 0.85 arasındadır. Ölçeğin test tekrar test yönteminden elde edilen güvenilirlik katsayıları; Sürekli Kaygı Ölçeği için 0.71 ile 0.86 arasında; Durumluk Kaygı Ölçeği için 0.26 ile 0.68 arasında değiştiğini göstermektedir. Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeğinin Türkçeleştirilmesi deneysel kavram geçerliği ve kriter geçerliği olmak üzere iki ayrı teknikte gerçekleştirilmiştir (Öner ve Le Compte, 1983).

#### **Kişisel Bilgi Formu**

Anneler ile ilgili araştırma değişkenleri hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından bilgi formu geliştirilmiştir. Kişisel Bilgi Formunda ailenin ekonomik durumu, annelerin çalışma durumu, eğitim

durumu ve çocukla ilgili kişisel ve sağlıklı ilgili 10 soru bulunmaktadır.

#### **Verilerin Analiz Edilmesi ve Yorumlanması**

Araştırmada denenen kaygı azaltıcı eğitim programı annelerin durumluk ve sürekli kaygılarını azaltmada etkili olup olmadığını ortaya koymak amacıyla iki grubun Ön-test son-test fark puanlarına ait ortalama puanları arasındaki farkın anlamlılığı ( $X_2-X_1$ )-( $X_4-X_3$ ) ilişkisiz gruplar için t testi ile analiz edilmiştir (Karasar, 2004; Kaptan, 1995; Büyüköztürk, 2001). Ön-test son-test kontrol gruplu desende deneysel işlemin etkililiğini test etmek için hesaplama ve yorumlama bakımından kolay bir teknik olması nedeniyle bu yola başvurulmuştur. İki grubun Ön-test son-test fark puanlarına ait ortalama puanları arasında t testi tekniği kullanılmasının diğer bir nedeni de deney grubu için Ön-test ve son-test arasında, kontrol grubu içinde Ön-test ve son test ortalaması arasında t testi yapılmasının 1. tür hata üretme olasılığının olmasıdır (Balci, 2000). Bu nedenle analizde öncelikle son-test puanlarından Ön-test puanları çıkartılarak fark puanları bulunmuş, daha sonra deney ve kontrol gruplarının fark puanlarına ilişkin ortalama puanları arasındaki fark ilişkisiz gruplar için mann-whitney u testi ile test edilmiştir

#### **BULGULAR**

Bu bölümde araştırmann denencesinin test edilmesine ilişkin istatistiksel işlemler ve bu işlemler sonucunda ortaya çıkan bulgulara yer verilmiştir.

Denence: Kaygı azaltıcı eğitim programı ebeveynlerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini azaltacaktır.

Kaygı azaltıcı eğitim programı eğitimine katılan deneklerin ön-test-son-test puanları arasındaki fark, kontrol grubundaki deneklerin fark puanlarından daha yüksektir.

**Tablo 2:**

**Kaygı Azaltıcı Eğitim Programına Katılan Annelerin Mann-Whitney U Testi Sonucu (Sürekli Kaygı)**

Grup	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Deney	10	7,60	76,00	21	.027
Kontrol	10	13,40	134,00		

Engelli çocuğa sahip annelerin kaygı azaltıcı eğitim programına katılanlarla, katılmayan annelerin uygulama sonrasındaki sürekli kaygı düzeyleri ölçekten aldıkları Mann Whitney U testi sonuçları Tablo 2 verilmiştir. Buna göre sekiz oturumluk bir kaygı azaltıcı çalışma sonucunda kaygı azaltıcı eğitim programına katılan annelere bu kaygı azaltıcı eğitim programına katılmayan annelerin sürekli kaygıları

arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. ( $U=21$ ,  $p<05$ ). Sıra ortalamaları dikkate alındığında da, kaygı azaltıcı eğitim programına katılan annelerin kaygılarının, bu programa katılmayana ebeveynlerinden daha düşük olduğu görülmüştür. Bu bulgu kaygı azaltıcı eğitim programının engelli çocuğa sahip olan annelerin sürekli kaygılarını azaltmada etkili olduğunu gösterir.

**Tablo 3:****Kaygı Azaltıcı Eğitim Programına Katılan Annelerin Mann-Whitney U Testi Sonucu (Durumluk Kaygı)**

Grup	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Deney	10	8,85	88,50	33.5	.021
Kontrol	10	12,15	121,50		

Engelli çocuğa sahip annelerin kaygı azaltıcı eğitim programına katılanlarla, katılmayan annelerin uygulama sonrasındaki durumluk kaygı düzeyleri ölçekten aldıkları Mann Whitney U testi sonuçları Tablo 3 verilmiştir. Buna göre sekiz oturumluk bir kaygı azaltıcı çalışma sonucunda kaygı azaltıcı eğitim programına katılan annelerle bu kaygı azaltıcı eğitim programına katılmayan ebeveynlerin durumluk kaygıları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. ( $U=33.5$ ,  $p<05$ ). Sıra ortalamaları dikkate alındığında da, kaygı azaltıcı eğitim programına katılan annelerin kaygılarının, bu programa katılmayanlara gören daha düşük olduğu görülmüştür. Bu bulgu kaygı azaltıcı eğitim programının engelli çocuğa sahip olan annelerin durumluk kaygılarını azaltmada etkili olduğunu gösterir.

**TARTIŞMA**

Bu araştırma kaygı azaltıcı eğitim programının engelli çocuğa sahip olan annelerin durumluk ve sürekli kaygılarını azaltmada etkili olup olmadığı incelenmiştir. Bulgular kaygı azaltıcı eğitim programına katılan annelerin, sürekli ve durumluk kaygılarında azalmaların meydana geldiğini göstermektedir. Bu bulgular ışığında kaygı azaltıcı eğitim programına katılan annelerle bu kaygı azaltıcı eğitim programına katılmayan annelerin sürekli kaygıları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu araştırma bulgumuz (Cin, 2001), tarafından gerçekleştirilen araştırma bulgularıyla örtüşmektedir. Cin (2001), engelli çocuklara sahip olan annelere kaygı düzeylerini azaltmaya yönelik bir grup rehberlik uygulaması yaptıktan sonra annelerin sürekli kaygılarında bir azalmanın olduğunu ileri sürmektedir. Araştırmamıza katılan annelerin kaygı azaltıcı eğitim programlarından sonra katılmayan ebeveynlerin durumluk kaygıları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu sonuçta da programa katılan ebeveynlerin durumluk kaygılarında bir azalma meydana geldiğinin göstergesidir. Bu bulguyu destekleyen bir sonuçta yine Cin (2001), tarafından gerçekleştirilen araştırma bulgularıyla örtüşmektedir. Böcü (1992), tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada ise, beyin felçli çocukların annelerinin kaygılarını azaltmaya yönelik bir eğitim programı gerçekleştirmiştir. Araştırma sonucunda, araştırmaya katılan annelerin hem deney hem de kontrol grubuna katılan annelerin kaygı düzeylerinde bir farklılığa rastlanmamıştır (Böcü, 1992).

Literatürde, elde etmiş olduğumuz bulguyu destekleyen bir diğer çalışmada, Yıldırım ve Conk (2005), zihinsel engelli çocuğa sahip olan anne ve babaların stresle başa çıkma tarzlarına ve depresyon düzeylerine planlı eğitimin etkisini araştırmıştır. Araştırma sonucunda anne ve babalara verilen eğitimden sonra olumlu yönde değişiklikler olmuştur. Bu çalışma bulgusu da araştırmamızı dolaylı olarak destekler niteliktedir. Yukay (1998) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada ise, down sendromlu çocuğa sahip ailelere yapılan grupla psikolojik danışmanın ailelerin depresyon düzeyleri ve aile yapıları üzerine etkisi belirlemek üzere verilen eğitim sonucunda annelerin depresyon düzeylerinde bir azalma meydana geldiği ifade edilmiştir. Down sendromlu çocuğu olan anne-babaların depresyon düzeyleri ve depresyonla başa çıkma ile ilgili bir çalışma da (Herken, Turan, Şenol & Karaca, 2000) tarafından gerçekleştirilmiştir. Çalışmada down sendromlu çocuğu olma gibi zorlanma ile karşı karşıya bulunan anne babaların depresyon düzeyleri ile başa çıkma biçimlerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Down sendromlu çocuğu olan 21 anne ve 21 baba ile benzer sayıda sağlıklı çocuğu olan anne babaya depresyon düzeyleri ile başa çıkma biçimlerinin belirlenmesi amacıyla yapılan bu araştırma sonucunda elde edilen bulgular: Down sendromlu çocuğu olan anne babaların Beck Depresyon Ölçeği puan ortalaması, kontrol grubunun puan ortalamasından istatistiksel olarak anlamlı olacak şekilde daha yüksek olarak belirlenmiştir. Depresyon puanları yönünden Down sendromlu çocukların anne ve babaları karşılaştırıldığında ise annelerin puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, yani daha depresif olduğu belirlenmiştir. Bu araştırmalardan da elde edilen bulgular araştırma bulgumuzu destekler niteliktedir. Bulgumuz destekleyen bir başka araştırmada (Singer, Irvin & Hawkins, 1998) tarafından gerçekleştirilmiştir. Çalışmada öğrenme sorunu olan çocukların ailelerine sürekli kaygılarını azaltmak ve depresyondan kurtarmak amacıyla gerçekleştirilen eğitim programı sonucunda ailelerin sürekli kaygı düzeylerinde azalmalar olduğu bulgusuna rastlanmıştır.

Bir diğer çalışmada Aydın (2002), tarafından gerçekleştirilmiştir. Araştırmada otistik çocuğa sahip annelere uygulanan eğitim programı neticesinde, annelerin otistik çocuklarına temel becerileri öğretebilme düzeyleri ve annelerin yaşadıkları kaygı düzeyleri araştırılmıştır. Araştırmaya katılan, otistik

çocuğa sahip annelere altı hafta boyunca eğitim programı uygulanmıştır. Program sonucunda yapılan değerlendirme sürecinden sonra, araştırmaya katılan annelerin, durumluk kaygı puanlarının eğitim program öncesi ve sonrası anlamlı bir ilişkiye rastlanmazken, sürekli kaygılarının eğitim programı sonrasında düştüğünü görmekteyiz. Annelerin sürekli kaygılarının düşmesi, bizim araştırma bulgumuzu da destekleyen bir sonuçtur. Şenel (1995), tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, engelli kardeşi olanlarla olmayanların kaygı düzeylerinin araştırdığı bir araştırmada, 30 engelli kardeşi olan ve 30 normal kardeşi olan 13–20 yaş arası bireylerle çalıştığı araştırmada engelli kardeşe sahip olanların kaygı düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Ergüner-Tekinalp ve Akkök (2004), tarafından otistik çocuğa sahip olan annelere yönelik stresle ve umutsuzlukla baş etme yönelik bir eğitim programının etkililiğini sınıamışlardır. Araştırma sonucunda, deney grubuna katılan annelerle katılmayan annelerin umutsuzlukla baş etme stratejileri arasında anlamlı bir farklılık bulunurken, problem çözüme ve stresle baş etme arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Bir çalışmada, Fırat (2000) tarafından gerçekleştirilmiştir. Çalışmada otistik ve zihinsel özürü çocukları olan annelerin kaygı, depresyon ve genel psikolojik değerlendirmeleri arasında farklılık olup olmadığını incelemektedir. Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı'na otistik bozukluk ve zihinsel engelli tanısı konulmuş 3-12 yaş çocukların anneleri bu çalışmanın grubunu oluşturmuştur. Otistik çocukların annelerinin sürekli ve durumluk Kaygıları arasındaki fark anlamlı olarak bulunmuştur.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Kaygı azaltıcı eğitim programına katılan annelerle bu kaygı azaltıcı eğitim programına katılmayan annelere sürekli kaygıları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kaygı azaltıcı eğitim programına katılan annelerin kaygılarının, bu programa katılmayana annelerinden daha düşük olduğu görülmüştür. Kaygı azaltıcı eğitim programının engelli çocuğa sahip olan annelerin sürekli ve durumluk kaygılarını azaltmada etkili olduğunu gösterir. Araştırmamızın bir diğer sonucu ise, kaygı azaltıcı eğitim programına katılan annelerle bu kaygı azaltıcı eğitim programına katılmayan annelerin durumluk kaygıları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Elde edilen bulgular, anneler için yapılan kaygı azaltıcı eğitim programının annelerin kaygılarını azaltmaya yönelik etkili olduğu görülmüştür. Bu doğrultuda aşağıda önerilerde bulunulmuştur.

1. Annelere yönelik kaygı azaltıcı eğitim programlarının düzenlenmesi.
2. Annelerin çocuklarının kabul düzeylerini arttıracak eğitim programların hazırlanması
3. Engelli çocuğu olan annelere aile danışmanlığı konusunda destek verilmesi.

## KAYNAKÇA

- Akkök,F (1997). Farklı Özelliği Olan Çocuk Anne Babalarının Yaşadıkları Farklılıkla Yaşamak: Aile Ve Toplumun Farklı Gereksinimleri Olan Bireylerle Birlikteliği. Türk Psikologlar Derneği Yayınları, No:13, Ankara: Şelale Matbaacılık.
- Aiken, L. R. (1976). Update on attitudes and other affective variables in learning mathamatics. *Review of Educational Research*, 46, 293-311.
- Aslanoğlu, M. (2004). Otistik, Zihinsel, İtirme, Görme ve Bedensel Engelli Çocuğu Bulunan Ebeveynlerin Aile İçi İlişkilerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Aydan, A. (2002). Otistik Çocuk Sahibi Annelere Yönelik Bir Eğitim Programı Modeli. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Baker-Ericzen, M.J., Brookman-Fraze, L&Stahmer, A.(2005). Stres Levels and Adaptability in Parents of Toodlers With and Without Autism Spectrum Disorders. *Research&Pratice for Person with Severe Disabilities*, Vol. 30, No. 4, 194–204
- Borazancı, S. (1999). Onlar Güneşe Hasret. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Böcu, D. S. (1992). Bilgi verici danışmanlığın beyin felcli (serebral palsili) cocugu olan annelerin kaygı duzeylerine etkisi. [The effects of the informational counseling on the anxiety levels of mothers who have children with cerebral palsy]. Unpublished doctoral dissertation, Turkey: Ankara University.
- Balci, A. (2000). Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş. (2001). Deneysel Desenler. Ankara: Pegem Yayıncılık
- Cin, A. (2001). Özürü Çocuğu Olan Anne Babaların Kaygı Düzeylerini Azaltmaya Yönelik Bir Grup Rehberliği Uygulanması. İnönü Üniversitesi Sosyal

- Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Malatya.
- Cin, A. (2005). Özürli Çocuğu Olan Anne Babaların Kaygı Düzeylerini Azaltmaya Yönelik Bir Grup Rehberliği Uygulaması. Deneysel Olarak Sınanmış Grupla Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programları II. Ankara: Pegem-A Yayıncılık.
- Dyson, L. L. (1997). Fathers and Mothers of School-Age Children With Developmental Disabilities: Parental Stress, Family Functioning, and Social Support. *American Journal on Mental Retardation*: Vol. 102, No. 3, pp. 267–279.
- Ergüner-Tekinalp, B. ve Akkök, F. (2004). The Effects of a Coping Skills Training Program on the Coping Skills, Helplessness, and Stress Levels of Mothers of Children with Autism. *International Journal for the Advancements of Counselling*, Vol. 26, No. 3. 257-269.
- Erol, N. ve Öner, Ö. (1999). Anksiyeteye Yeni Bakışlar. *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Dergisi* 1999;6(1). 52–60.
- Fırat, Y. (2000). Otistik ve Zihinsel Özürli Olan Çocukların Annelerinde Kaygı, Depresyon Aleksitimi ve Genel Psikolojik Değerlendirme. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adana.
- Gallagher, J. J., Beckman, P., Cross, A. H. (1983). Families of handicapped children: Sources of stress and its amelioration. *Exceptional Children*, 50 (1), 10- 19.
- Herken, M., Turan, S., Şenol ve Karaca, S. (2000). Down Sendromu Çocuğu Olan Anne-Babaların Depresyon Düzeyleri ve Depresyonla Başağıkma Becerileri. *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Dergisi* 2000;7(3). 143–152.
- Kaptan, S. (1995). Bilimsel Araştırma ve İstatistik Teknikleri. İstanbul: Bilim Yayınları.
- Karasar, N. (2004). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Akara: Nobel Yayınevi.
- Minnes, P, Woodford, L. ve Passey, J. (2007). Mediators of Well-being in Ageing Family Carers of Adults with Intellectual Disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, Volume 20 Issue 6, 539-552.
- Öner, N. ve A., Le Compte. (1983). Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı. No: 333, İstanbul: Bođaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Özgür, İ. (2000). “Özel Eğitimde Aile Rehberliği ve Danışmanlık Hizmetlerinin Önemi”, Özel Eğitimde Aile Eğitimi Sempozyumu, 13–14 Nisan.
- Singer, G.H.S. Irvin, L.K., &Hawkins, N. (1988). Stress management training for parents of children with severe handicaps. *Mental Retardation*, 26, 269–277.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., &Lushene, R. E. (1970). *Manual for state and anxiety inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists.
- Şenel, G.H. (1995). Yetersizliđe sahip kardeşi olanlarla olmayanların yetersizliğe yönelik tutumları ve kaygı düzeyleri yönünden karşılaştırılması. *Özel Eğitim Dergisi* 2(1); 33–39.
- Şahin, S. (1994). Zihinsel Engelli Çocukların Ailelerine Verilen Eğitimin Çocuğun Kavram Gelişimine Etkisinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Bilim Uzmanlığı Tezi. Ankara: H. Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Varol, N.(2006). Aile Eğitimi. Ankara: Kök Yayıncılık.
- Yıldırım, F. ve Conk, Z. (2005). Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Anne/Babaların Stresle Başa Çıkma Tarzlarına Ve Depresyon Düzeylerine Planlı Eğitimin Etkisi. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 2005, 9 (2), 1–10.
- Yıldırım-Doğru, S. ve Arslan, E. (2008 ). Engelli Çocuğu Olan Annelerin Sürekli Kaygı Düzeyi ile Durumluk Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19. 543–553.
- Yukay M. (1998). Down Sendromlu Çocuğa Sahip Ailelere Yapılan Grupla Psikolojik Danışmanın Ailelerin Depresyon Düzeyleri ve Aile Yapıları Üzerine Etkisi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul: Yüksek Lisans Tezi.