GRUPLA PSİKOLOJİK DANIŞMANIN ENGELLİ ÇOCUĞA SAHİP EBEVEYNLERİN PSİKOLOJİK BELİRTİ DÜZEYLERİ İLE YAŞAM DOYUMUNA ETKİSİ

Cem TÜMLÜ[1]
Ramazan AKDOĞAN[2]

Problem Durumu

Yapılan çalışmalar engelli çocuk ebeveynlerinin anksiyete, depresyon, düşük benlik saygısı, hostilite ve somatik yakınmalar gibi çeşitli psikolojik belirtiler gösterdiklerini ayrıca engelli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarının düşük olduğunu göstermektedir. Psikolojik yardım ihtiyaçları belirgin olmasına karşın ebeveynlerin bu sorunlarla başa çıkmalarına dönük sınırlı müdahale çalışması bulunmaktadır. Yapılan çoğu müdahalenin çerçevesi de doğrudan ebeveynlerin görüşlerinden çok literatür bilgileriyle şekillenmektedir. Öte yandan çocuğu merkeze koymadan birer birey olarak ebeveynlerin psikolojik zorlanmalarının konu edildiği çalışma sayısı sınırlıdır. Bu durum engelli çocuk ebeveynlerinin psikolojik destek gereksinimlerinin karşılanamaması, sınırlı düzeyde karşılanması veya beklendik düzeyde etkili olamaması sonucunu doğurmaktadır.

Kuramsal Çerçeve

Engelli bir çocuğun doğumu ebeveynler için oldukça travmatik bir durumdur. Nitekim engelli bir çocuğun doğumuyla birlikte ebeveynlerin evrensel bir biçimde birbirini takip eden aşamalar halinde bir yas süreci yaşadıkları ve kabullenme aşamasına ancak bu şekilde gelebildikleri belirtilmektedir. Bazı aileler için kabul sürecinin oldukça uzun sürdüğü hatta bazen hiç gerçekleşemediği belirtilmektedir. ,Bu bağlamda engelli bir çocuğa sahip olmakla birlikte ebeveynlerin psikolojik olarak engellendikleri ve çeşitli psikolojik belirtiler gösterdikleri birçok araştırma bulgusu ile desteklenmektedir. Engelli çocuk ebeveynlerinin psikolojik zorlanmaları şüphesiz engelli bir çocuğun varlığıyla yakından ilişkilidir. Ancak birer birey olarak da ebeveynlerin psikolojik ihtiyaçları bulunmaktadır. Ne var ki ebeveynlerin kendi ihtiyaçlarına ilişkin farkındalıklarının

[1] Uzm. Psk. Dan., Anadolu Üniversitesi Engelliler Araştırma Enstitüsü, *cemtumlu@anadolu.edu.tr*
[2] Yrd. Doç. Dr., Anadolu Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, RPD Anabilim Dalı, *rakdogan@anadolu.edu.tr*

düşük olduğu gözlenmektedir. Bu durum ebeveynlerin farkında dahi olmadan adeta savrulmaları veya kendi bireysel yaşantılarını hiçe saymaları sonucunu doğurmaktadır. Bu noktada engelli bir çocuğun yarattığı tüm güçlüklere rağmen ebeveynlerin kendi içsel süreçlerine ilişkin farkındalıklarının önemi ortaya çıkmaktadır.

Yöntem

Bu çalışma 2X2'lik (öntest-sontest X deney-kontrol) deneysel desen çerçevesinde yürütülmüştür. Çalışmada grup içi karşılaştırmalarda Wilcoxon sıralı işaretler testi gruplar arası karşılaştırmalarda ise Mann Whitney U testi kullanılmıştır.

Katılımcılar: Çalışmaya 14'ü deney 14'ü kontrol grubu olmak üzere toplam 28 engelli çocuk ebeveyni katılmıştır.

Uygulama: Bu çalışmada engelli bir çocuğa sahip olmaktan kaynaklı ebeveynlerin yaşadığı psikolojik zorlanmaların her oturumda ayrı birer başlık olarak konu edildiği sekiz oturumdan oluşan bir grupla psikolojik danışma süreci gerçekleştirilmiştir. Oturumların ana temaları sürece katılan ebeveynlerle daha önce yapılan bireysel görüşmelerin içeriklerinden ortaya çıkan sorun alanları göz önüne alınarak tanışma ve engelli çocuğa sahip olmakla ilgili yaşanan duygular, eş ilişkileri, engelli çocuğu kabul, sosyal destek-dışlanma, psikolojik belirtiler, kendine zaman ayıramama, sonlandırma olarak oluşturulmuştur.

Veri Toplama Araçları: Veri toplama aracı olarak bireysel görüşmelerden elde edilen nitel verilerin yanı sıra Kısa Semptom Envanteri-KSE (Şahin ve Durak, 1994) ve Yaşam Doyumu Ölçeği-YDÖ (Köker, 1991) kullanılmıştır.

Bulgular

Deney öncesinde hem KSE toplam ve KSE alt ölçekleri hem de YDÖ puanları bazında gruplar arasında anlamlı bir fark olmamasına karşın deney sonunda hem KSE toplam ve alt ölçekleri hem de YDÖ puanları bazında iki grup arasında deney grubu lehine anlamlı bir farklılık oluşmuştur. Grupların iki ölçek puanı bazında öntest sontest karşılaştırmasında ise deney grubunda beklendik yönde anlamlı değişim gözlenirken; kontrol grubunda KSE'nin anksiyete ve hostilite alt ölçekleri ile YDÖ puanlarında bir farklılaşma olmamış KSE toplam puanı ile depresyon ve benlik saygısı alt ölçeklerinde son test lehine anlamlı farklılaşma görülmüştür.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmanın literatürdeki diğer pek çok çalışmadan farkı uygulanan psikolojik danışma sürecinin yapılandırılmamış olmasıdır. Diğer bir ifadeyle bu çalışma ebeveynlere öğretim yapmayı veya doğrudan beceri kazandırmayı amaçlayan bir psiko eğitsel grup çalışması değil ebeveynlerin kendi içsel yaşantılarına ilişkin içgörü kazanmalarını hedefleyen bir psikolojik danışma uygulamasıdır. Uygulama sürecinde grupla psikolojik danışma sürecine katılan ebeveynlerle yapılan görüşmelerden elde edilen veriler uygulama sürecinin içeriğini oluşturmuştur. Bu bakımdan bu çalışma bir yandan psikolojik danışma sürecinin mantığına ve kuramsal dayanaklarına uygun bir uygulamadır diğer yandan katılımcıların süreçteki paylaşımları içselleştirmelerine aracılık etmektedir. Sonuç olarak elde edilen bulgular doğrudan ebeveynlerin kendi görüşleri çerçevesinde oluşturulan grupla psikolojik danışma sürecinin ebeveynlerin psikolojik zorlanmalarının farkına varmasına dolayısıyla da bu zorlukların üstesinden gelmeye hizmet ettiğini göstermiştir. Bu noktada uygulamacıların daha önceden hazırlanmış grup programlarından ziyade katılımcıların kendi ihtiyaçları doğrultusunda oluşturulmuş grupla psikolojik danışma süreçlerine yönelmelerinin daha yararlı olacağı söylenebilir.