

## **HAFİF ZİHİNSEL ENGELLİ ÇOCUKLARIN AİLELERİNİN SÜREKLİ KAYGI VE MUTLULUK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ: MALATYA ÖRNEĞİ**

Oktm. Mehmet İklim  
İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu  
[mehmet.ilkim@inonu.edu.tr](mailto:mehmet.ilkim@inonu.edu.tr)

Doç. Dr. Cemal Gündoğdu  
İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu  
[cmlgundogdu@hotmail.com](mailto:cmlgundogdu@hotmail.com)

Yrd. Doç. Dr. Evrim Çelebi  
Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi  
[ecelebi\\_5@hotmail.com](mailto:ecelebi_5@hotmail.com)

### **Özet**

Bu araştırma hafif zihinsel engelli çocukların ailelerinin sürekli kaygı ve mutluluk düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Tanımlayıcı türdeki araştırmanın evrenini Malatya il merkezinde bulunan özel eğitim merkezlerine devam eden hafif zihinsel engelli çocukların aileleri oluşturmuştur. Gönüllü anne ve babalar araştırmaya dahil edilerek 100 ebeveyn ile araştırma tamamlanmıştır. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ile Sürekli Kaygı Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği'nden oluşan anket formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde bağımsız gruplarda t testi ve ANOVA kullanılmıştır. Ebeveynlerin eğitim düzeyleri yükseldikçe kaygıları da artmaktadır. Gelir düzeyi en düşük grupta olan ebeveynlerin sürekli kaygı puanları da en düşüktür. Çocukları sportif aktiviteye katılan ebeveynlerin sürekli kaygı durumları da anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Gelir düzeyi ve çocuklarının sportif aktiviteye katılma durumları ebeveynlerin mutluluk düzeylerini de etkileyen faktörler olarak belirlenmiştir.

**Anahtar Sözcükler:** Zihinsel engel, ebeveyn, sürekli kaygı, mutluluk.

### **DETERMINATION OF THE LEVEL OF STATE-TRAIT ANXIETY AND HAPPINESS OF FAMILIES OF CHILDREN WITH MILD MENTAL RETARDATION: THE CASE OF PROVINCE OF MALATYA**

This study was conducted to determine the level of state-trait anxiety and happiness of families of children with mild mental retardation. The study population of this descriptive study consisted of the families of children with mild mental retardation, admitting to special education centers in the Province of Malatya, Turkey. Volunteer parents were included in the research and completed the survey with 100 parents. Personal Information Form and a questionnaire consisting of State-Trait Anxiety Inventory and Oxford Happiness Scale were used for data collection. In data analysis, independent group t-test and ANOVA were used. Parents' anxiety were found to increase with increasing level of education of the parents. Parents in the lowest income group also have the lowest trait anxiety scores. And, anxiety levels of parents with children participating in sport activities were found to be significantly higher. Income level and participation of children in sport activities were also identified as the factors affecting parental happiness levels.

**Keywords:** Mental retardation, parent, state-trait anxiety, happiness.

### **GİRİŞ**

Zeka zihnin öğrenme, öğrenilenden yararlanabilme, yeni ve farklı durumlara uyum sağlayabilme, karşılaştırabilme, ayırt edebilme ve yeni çözüm yolları bulabilme yeteneğidir. Amerika Mental Gerililik

Birliğin (AMGB) 1992 yılında yapmış olduğu tanıma göre zihinsel engel, zihinsel fonksiyonların normalin altında olması, iletişim, öz bakım, ev yaşamı, sosyal hayata uyum, akademik fonksiyonlar, kendini kontrol edebilme, sağlık ve güvenlik, serbest zamanlar iş gibi öğrenme ve uyum sağlayıcı davranışların iki ya da daha fazlasında sınırlılığa sahip olma durumunun görülmesi olarak tanımlanmıştır (Dunn, 1997; Seaman ve De Pauw, 1999; Willgoose 1984).

Zihinsel engelli bireyler kişisel bakım, bulunduğu ortama uyum, dil, iletişim ve duyuşsal motor becerilerinde akranlarına göre daha geç ve yavaş gelişime gösterirler. Hafif derecede zihinsel engelli bireylerin genelinde (tüm zihinsel engellilerin yaklaşık %90'nını oluşturur), belirgin bir biyolojik sebebe rastlanmadığı için, nedenlerinin belirlenmesi çoğu zaman güç olmaktadır. Buna rağmen orta ve ağır derecede zihinsel engelliliğe genellikle biyolojik etkenlerin sebep olduğu düşünülmektedir (Dernekbaş, 2010)

Kaygı kişilerde tehlike veya tehdit içeren durumlara karşı ortaya çıkan, gelecekle ilgili endişe ve tedirginlik içeren ve bedensel tepkilerle (kasların gerilmesi, terleme vb.) kendini belli eden istenilmeyen ruh hali olarak tanımlanmıştır (Lewis, 1970). Yapılan farklı araştırmalarda, kaygının "durumluk" ve "sürekli" olmak üzere iki değişken kavramı içerdiği üzerinde durulmuştur (Speilberger, 1972). Durumluk kaygı; tehlikeli, istenmeyen bir durumla karşılaştığında ortaya çıkan kaygıdır. Sürekli kaygı ise ortada nesnel bir neden yokken de var olan ve böyle bir neden olduğunda da bu durumla orantısız biçimde uzun süreli ve şiddetli olan kaygı olarak tanımlanmaktadır (Ocaktan, Keklik ve Çöl, 2002).

Engelli çocukların ailelerinin kaygı düzeyi ile ilgili yapılan pek çok araştırmada, bu ailelerde kaygı düzeyinin çok yüksek olduğu tespit edilmiştir (Bebko, Konstantareas ve Springer, 1987). Normal akranlarına göre yetersizliği olan çocuklara sahip ailelerin hemen hepsinin karşılaştığı baskılara ve gerilimlere ilaveten çocuklarının özel sorunları ve ihtiyaçları sebebiyle yaşadıkları pek çok stres ve kaygı kaynağı vardır (Gallagher ve Beckman, 1983). Yetersizlikleri olan farklı özelliklere sahip bir çocuğun doğması ailelerin sosyal çevrelerinde, beklentilerinde, ileriye dönük planlarında, iş hayatlarında ve mali konularda büyük farklılıklar yaşanmasına neden olmaktadır. Beklentilerinin tersine bir durumla karşı karşıya kalan aileler şok, aşırı üzüntü, reddetme, suçluluk, kabullenememe, bunalıma girme duygularını yaşamakta, çocuğundaki farklılıklara uyum sağlamaya çalışmaktadır. Bu çocukların yaşam boyu süren günlük bakım gereksinimleri ve sıkça görülen davranış bozuklukları ailelerin güçlüklerini arttırmaktadır (Smith ve Nastro, 1993).

Bu araştırma hafif zihinsel engelli çocuğa sahip ailelerin sürekli kaygı ve mutluluk düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

## MATERYAL METOD

Tanımlayıcı türdeki araştırmanın evrenini Malatya il merkezinde bulunan özel eğitim merkezlerine devam eden hafif zihinsel engelli çocukların aileleri oluşturmuştur. Basit rastgele yöntemiyle özel eğitim merkezlerinden bir tanesi belirlenmiş ve hafif zihinsel engelli çocuğa sahip 50 aile belirlenmiş, gönüllü anne ve babalar araştırmaya dahil edilerek 100 ebeveyn ile araştırma tamamlanmıştır. Veri toplama aracı olarak 4 kimlik sorusunun yer aldığı kişisel bilgi formu ile, sürekli kaygı envanteri ve Oxford mutluluk ölçeğinden oluşan anket formu kullanılmıştır.

1964 yılında Speilberger ve Gorsuch tarafından geliştirilmeye başlanmış olan Sürekli Kaygı Ölçeği (SKÖ), bireyin içinde bulunduğu durum ve koşullardan bağımsız olarak kendini nasıl hissettiğini belirler. SKÖ'nün yanıtlanmasında maddelerin ifade ettiği duyuş, düşünce ya da davranışların sıklık derecesine göre "hemen hiçbir zaman", "bazen", "çok zaman", ve "hemen her zaman" şıklarından birinin seçilmesi ve işaretlenmesi istenir. Ölçekte doğrudan ve tersine çevrilmiş ifadeler bulunmaktadır. Olumlu duyguları dile getiren "ters" ifadeler puanlanırken 1 ağırlık değerinde olanlar 4'e, 4 ağırlık değerinde olanlar 1'e dönüştürülür. Ölçekte 7 tane tersine çevrilmiş ifade bulunmaktadır. Ölçekten elde edilen toplam puan 20 ile 80 arasında değişir. Büyük puan yüksek kaygı seviyesini, küçük puan ise düşük kaygı seviyesini belirtir (Aydemir ve Köroğlu, 2009).

Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilen Oxford Mutluluk Ölçeği'nin (OMÖ) Türk geçerlilik ve güvenilirliğinin incelenmesini Doğan ve Sapmaz (2012) yapmıştır. Mutluluk ölçeğindeki 28 maddeye verilen puanlar toplanarak mutluluk puanı elde edilmektedir. Ölçekten alınabilecek puan 28 ile 145 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puan yükseldikçe mutluluk artmaktadır.

Veriler seçilen özel eğitim merkezi ve etik kuruldan onay alındıktan sonra araştırmacılar tarafından yüz yüze görüşülerek toplanmıştır. Veriler sayı, yüzde ve ortalama olarak ifade edilmiş, analizde bağımsız gruplarda t testi ve ANOVA kullanılmıştır.

## BULGULAR

Bu bölümde araştırma verilerinden elde edilen bulgular sunulmuştur.

Tablo 1: Ebeveynlerin Demografik Özelliklerinin Dağılımı

	Değişkenler	Sayı (n=100)	%
Yaş	40 yaş ve altı	25	25.0
	41-45	21	21.0
	46-50	28	28.0
	51 yaş ve üzeri	26	26.0
Eğitim durumu	Okur-yazar olmayan	3	3.0
	Okur-yazar	11	11.0
	İlkokul	41	41.0
	Ortaokul	18	18.0
	Lise	17	17.0
Gelir Düzeyi (Aylık)	Üniversite	10	10.0
	1500 TL ve altı	34	34.0
	1501-2000 TL	30	30.0
	2001-2500 TL	14	14.0
	2501-3000 TL	8	8.0
	3000 TL ve üzeri	14	14.0

Araştırmaya katılan ebeveynlerin %28.0'ı 46-50 yaş arasında, %41.0'ı ilkokul mezunu, %64.0'ının geliri 2000 TL'nin altındadır (Tablo 1).

Tablo 2: Ebeveynlerin Sürekli Kaygı ve Mutluluk Puanlarının Cinsiyet ve Çocukların Sportif Aktivite Durumlarına Göre Dağılımı

Değişkenler	Sürekli Kaygı Ölçeği Ort.±SS	Mutluluk Ölçeği Ort.±SS
Cinsiyet		
Kadın (Anne)	40.9±10.7	75.7±18.8
Erkek (Baba)	42.0±10.7	74.8±21.4
<i>P</i>	<i>t=0.541, p=0.590</i>	<i>t=-0.203, p=0.839</i>
Sportif aktiviteye gönderme		
Evet	50.5±6.5	92.2±13.5
Hayır	32.4±4.5	58.3±6.5
<i>P</i>	<i>t=16.233, p=0.000</i>	<i>t=16.035, p=0.000</i>

Araştırmaya dahil olan ebeveynlerin sürekli kaygı ve mutluluk puanlarının, cinsiyet ve çocuklarının sportif aktiviteye katılma durumlarına göre dağılımı Tablo 2'de verilmiştir. Cinsiyet, sürekli kaygı ve mutluluk üzerinde anlamlı bir değişken olarak görülmezken, çocuklarının sportif aktivitelere katılması anlamlı bir farklılık oluşturmuştur. Çocuğunu sportif aktivitelere gönderen ebeveynlerin sürekli kaygı ve mutluluk puanları yüksek bulunmuştur ( $p<0.05$ ).

Tablo 3: Ebeveynlerin Sürekli Kaygı ve Mutluluk Puanlarının Yaş, Eğitim Durumu ve Gelir Düzeylerine Göre Dağılımı

Değişkenler	Sürekli Kaygı Ölçeği Ort.±SS	Mutluluk Ölçeği Ort.±SS
Yaş		
40 yaş ve altı	37.8±7.9	74.3±19.2
41-45 yaş arası	43.4±10.8	82.2±25.2
46-50 yaş arası	41.8±11.9	72.7±18.8
51 yaş ve üzeri	43.0±11.1	73.3±17.3
<i>P</i>	<i>F=1.421, P=0.241</i>	<i>F=1.105, P=0.351</i>
Eğitim düzeyi		
Okur-yazar olmayan	31.3±2.3	63.7±7.2
Okur-yazar	38.3±8.6	68.3±17.7
İlkokul	38.9±9.4	73.2±18.9
Ortaokul	42.6±11.6	75.5±22.3
Lise	45.6±10.9	83.7±21.9
Üniversite	49.6±11.4	80.8±20.1
<i>P</i>	<i>F=3.266, P=0.009</i>	<i>F=1.289, P=0.275</i>
Gelir Düzeyi (TL/aylık)		
1500 TL ve altı	33.9±6.5	64.7±15.5
1501 TL- 2000 TL	48.2±9.6	85.3±16.5
2001 TL- 2500 TL	42.6±10.6	79.3±22.4
2501 TL- 3000 TL	41.9±5.8	71.3±14.7
3000 TL üzeri	44.0±12.9	77.7±25.8
<i>P</i>	<i>F=10.198, P=0.000</i>	<i>F=5.281, P=0.001</i>

Tablo 3’de ebeveynlerin sürekli kaygı ve mutluluk puanlarının yaş, eğitim durumu ve gelir düzeylerine göre dağılımı görülmektedir. Sürekli kaygı puanları yaşa göre anlamlı bir farklılık oluşturmazken ( $p>0.05$ ), eğitim düzeyi ve gelir düzeyine göre sürekli kaygı puanları anlamlı değişiklik göstermiştir ( $p<0.05$ ). Eğitim düzeyi yükseldikçe kaygı puanları da artmıştır ve üniversite mezunu olan ebeveynlerin sürekli kaygı puanı en yüksektir. Gelir düzeyi göre incelendiğinde geliri en düşük olan grubun sürekli kaygı puanları da en düşüktür. Mutluluk puanları üzerinde yaşın ve eğitim düzeyinin anlamlı bir etkisi bulunmamıştır ancak gelir düzeyi anlamlı bir farklılık oluşturmuştur. Buna göre en düşük gelir grubunda (1500 TL ve altı) yer alan ebeveynlerin mutluluk puanları da en düşüktür ( $p<0.05$ ).

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmaya katılan ebeveynlerin yaş özellikleri incelendiğinde dörtte üçünün (%75.0) 40 yaş üstü bir dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Kurt ve arkadaşlarının (2008) çalışmasında ebeveynlerin büyük çoğunluğu (%89.3) 35 yaş ve altındadır. Softa’nın (2013) çalışmasında ebeveynlerin üçte ikisi 36 yaş üzerindedir. Telef’in (2013) çalışmasında 40 yaş üstü ebeveynlerin oranı %41.8’dir ve araştırma bulgumuzdan düşüktür. Ebeveynlerin yaş gruplarının farklı dağılımlar göstermesi örneklem grubunun farklılığından kaynaklanıyor olabilir.

Araştırmamızda ilkokul mezunu ebeveynlerin sayısı (%41.0) diğer eğitim gruplarından daha fazladır. Literatür incelendiğinde farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Karadağ’ın (2009) çalışmasında ilköğretim mezunu ebeveynlerin oranı araştırmamızdan daha yüksek bulunmuştur. Ergin ve arkadaşlarının (2007) çalışmasında ebeveynlerin yaklaşık yarısı ilkokul mezunudur. Softa’nın (2013) çalışmasında ebeveynlerin yaklaşık üçte ikisi ilkokul mezunudur. Telef’in (2013) çalışmasında ilkokul mezunu ebeveynler beşte bir oranındadır ve araştırma sonucumuzdan oldukça düşüktür.

Araştırmaya katılan ebeveynlerin yaklaşık üçte ikisinin (%64.0) 2000 TL ve altında gelire sahip olduğu belirlenmiştir (Tablo 1). Meral ve Cavkaytar (2014)'ün yapmış oldukları çalışmanın demografik verileri incelendiğinde, ülkemizdeki engelli çocuk ailelerinin büyük oranda asgari ücretin altında bir gelire sahip olduğu ve düşük sosyo-ekonomik statüde yer aldıkları gözlenmektedir. Karadağ'ın (2009) çalışmasında da ebeveynlerin yarıdan fazlası düşük gelir grubunda yer almaktadır. Araştırmamızda da engelli bireylerin ailelerinin gelir düzeyleri bu çalışmalarla benzerlik göstermektedir.

Ebeveynlerin sürekli kaygı ölçeğinden aldıkları puanlar cinsiyete ve çocuklarını sportif aktiviteye gönderme durumlarına göre incelendiğinde, cinsiyete göre puanlarda farklılık olmadığı ancak çocukları sportif aktiviteye katılan ebeveynlerin sürekli kaygı puanlarının anlamlı düzeyde yükseldiği görülmüştür (Tablo 2). Çocuklarını fiziksel aktiviteye gönderen ailelerde sürekli kaygı düzeylerinin yüksek olması çocuklarının elde ettikleri kazanımlarla (yarışmada kaçınıcı olur, önceki derecesini geçebilir mi, çalışma alanına giderken karşılaşabileceği zorluklar vb.) ilgili olduğu düşünülebilir. Çalık ve arkadaşlarının (2015) çalışmasında ebeveynlerin cinsiyetine göre sürekli kaygı puanları anlamlı farklılık göstermiş ve annelerin kaygı puanları daha yüksek çıkmıştır. Aynı çalışmada çocuğu spor yapmayan ebeveynlerin sürekli kaygı puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular araştırma sonucumuzdan farklılık göstermektedir. Fırat'ın (2016) çalışmasında da annelerin sürekli kaygı puanları babaların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Ebeveynlerin mutluluk puanlarının, cinsiyet ve çocuklarının sportif aktiviteye katılma durumlarına göre dağılımı incelenmiştir (Tablo 2). Cinsiyet, mutluluk puanları üzerinde anlamlı bir değişken olarak görülmezken, çocuklarının sportif aktivitelere katılması anlamlı bir farklılık oluşturmuştur. Çocuğunu sportif aktivitelere gönderen ebeveynlerin mutluluk puanları yüksek bulunmuştur. Deniz ve arkadaşlarının (2009) çalışmasında annelerin sürekli kaygı düzeyleri babalardan yüksek bulunmuştur.

Araştırmamıza göre ebeveynlerin sürekli kaygı puanları ebeveynlerin yaş dağılımından etkilenmemiştir (Tablo 3). Doğru ve Arslan'ın (2008) çalışmasında sürekli kaygı puanı ile ebeveynlerin yaşı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu bulgu araştırmamızı desteklemektedir. Farklı bir bulgu olarak Coşkun ve Akkaş'ın (2009) çalışmasında ebeveynlerin yaşı arttıkça kaygı puanlarının da yükseldiği görülmüştür. Araştırmamızda eğitim düzeyi sürekli kaygı puanlarını anlamlı düzeyde etkilemiştir. Ebeveynlerin eğitim düzeyi yükseldikçe kaygı puanları da artmıştır ve üniversite mezunu olan ebeveynlerin sürekli kaygı puanı en yüksek bulunmuştur. Yapılan bir başka çalışmada tersi bir sonuca ulaşılmıştır. Bu çalışmaya göre ebeveynlerin eğitim düzeyi yükseldikçe sürekli kaygı puanları azalmıştır (Coşkun ve Akkaş, 2009). Araştırma sonucumuza göre geliri en düşük olan ebeveynlerin sürekli kaygı puanları da en düşük düzeyde olduğu belirlenmiştir (Tablo 3). Coşkun ve Akkaş'ın (2009) çalışması araştırma bulgumuzu desteklemektedir. Ebeveynlerin mutluluk puanları ebeveynlerin yaşı, eğitim düzeyi ve gelir düzeylerine göre dağılımına bakılmış, gelir düzeyi en düşük olan ebeveynlerin mutluluk puanları da en düşük çıkmıştır. Ebeveynlerin mutluluk puanı yaşa ve eğitim düzeyine göre farklılık oluşturmamıştır (Tablo 3).

Sonuç olarak; hafif zihinsel engelli çocukların ailelerinin sürekli kaygı ve mutluluk düzeyleri ebeveynlerin bazı demografik özelliklerine göre incelenmiş; eğitim, gelir düzeyi ve çocuklarının sportif aktiviteye katılma durumlarına göre sürekli kaygı düzeylerinin değiştiği belirlenmiştir. Ebeveynlerin eğitim düzeyleri yükseldikçe kaygıları da artmaktadır. Gelir düzeyi en düşük grupta olan ebeveynlerin sürekli kaygı puanları da en düşüktür. Çocukları sportif aktiviteye katılan ebeveynlerin sürekli kaygı durumları da anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Gelir düzeyi ve çocuklarının sportif aktiviteye katılma durumları ebeveynlerin mutluluk düzeylerini de etkileyen faktörler olarak belirlenmiştir. Gelir düzeyi en düşük gruptaki ebeveynlerin mutluluk düzeyleri de en düşük bulunmuştur. Çocukların sportif aktiviteye katılması ebeveynlerin mutluluk düzeylerine olumlu yansımış ve puanları anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır.

Engelli çocuklarda okul destekli fiziksel aktiviteye katılım oldukça azdır. Engelli olmayan çocuklar sokakta, okul bahçesinde spor ve fiziksel aktivite yapma imkanına sahipken, engelli çocukların aynı fırsatlara sahip olmaması onları hareketsiz bireyler yapmaktadır. Aktif yaşam tarzının ve düzenli fiziksel aktivitenin, engelli çocuklar ve dolayısıyla aileler üzerine pozitif yönde etkisi olmaktadır. Bu aileler

çocuklarını travma riski olmayan fiziksel aktivitelere göndermelidirler. Bu aktiviteler yüzme, yürüme, bisiklete binme, uçurtma uçurma, dans aktiviteleri olarak önerilmektedir. Engelli bireylerin düzenli fiziksel aktiviteye katılması, sağlıklı ve kaliteli bir yaşam sürdürmeleri, ebeveynlerin yaşam memnuniyetini arttıracaktır.

**Not :** Bu çalışma 14-15 Nisan 2017 tarihlerinde düzenlenen 2<sup>nd</sup> World Congress on Lifelong Education-WCLE’de sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

## KAYNAKÇA

Aydemir, Ö. ve Köroğlu, E. (2009). *Psikiyatride Kullanılan Klinik Ölçekler*. HYB Yayıncılık, 4.Baskı.

Bebko, J.M., Konstantareas, M.M.& Springer, J. (1987). Parent and professional evaluations of family stress associated with characteristics of autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 17: 565–576.

Çalık, F., Yılmaz, A., Şentürk, U., Akdeniz, H., & Sertbaş, K. (2015). Otistik Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Durumluluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 10(2):13-21.

Coşkun, Y., ve Akkaş, G. (2009). Engelli çocuğu olan annelerin sürekli kaygı düzeyleri ile sosyal destek algıları arasındaki ilişki. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(1), 213-227.

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

Dernekbaş, S. (2010). *Zihinsel Engelliler İçin Matbaa Eğitim Programının Oluşturulması*. Fen Bilimleri Enstitüsü, Matbaa Eğitimi Ana Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi.

Doğan, T. ve Sapmaz, F. (2012). Oxford Mutluluk Ölçeği Türkçe Formunun Psikometrik Özelliklerinin Üniversite Öğrencilerinde İncelenmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25:297-304.

Doğru, S. S. Y., ve Arslan, E. (2008). Engelli Çocuğu Olan Annelerin Sürekli Kaygı Düzeyi İle Durumluluk Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (19), 543-553.

Dunn, M.J. (1997). *Special Physical Education*, 7th ed. New York, McGraw-Hill Companies, 133.

Ergin, D., Şen, N., Eryılmaz, N. E., Pekuslu, S., & Kayacı, M. (2007). Engelli çocuğa sahip ebeveynlerin depresyon düzeyi ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Journal of Anatolia Nursing and Health Sciences*, 10(1):41-48.

Fırat, S. (2016). Otistik çocukların anne-babalarının depresyon ve kaygı düzeyleri. *Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*. 41(3):539-547.

Gallagher, J.J., Beckman, P. & Cross AH. (1983). Families of handicapped children: sources of stress and its amelioration. *Exceptional Children*, 50(1): 10-19.

Hills, P. & Argyle, M. (2002). The Oxford happiness questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Pers Individ Diff*. 33:1073-1082.

Karadağ, G. (2009). Engelli çocuğa sahip annelerin yaşadıkları güçlükler ile aileden algıladıkları sosyal destek ve umutsuzluk düzeyleri. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8(4), 315-322.



Kurt, A. S., Tekin, A., Koçak, V., Özpulat, Ö., & Hasibe, Ö. N. A. T. (2008). Zihinsel engelli çocuğa sahip anne babaların karşılaştıkları güçlükler. *Türkiye Klinikleri Journal of Pediatrics*, 17(3), 158-163.

Lewis, A.(1970). The ambiguous word "anxiety". *International Journal of Psychiatry*, 9: 62–79.

Meral, B.F., ve Cavkaytar, A. (2014). Otizmlı çocuk ailelerinin aile yaşam kalitesi algıları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(3):1363-1376.

Ocaktan, M. E. Keklik, A. & Çöl, M. (2002). Abidinpaşa Sağlık Grup Başkanlığı'na Bağlı Sağlık Ocaklarında Çalışan Sağlık Personelinde Speilberger Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyi. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası*, 55(1):21-28.

Seaman, A.J. & De Pauw, P.K. (1989). *The New Adapted Physical Education*, 2nd ed. California, Myfield Publishing Company, 91.

Smith, C.J. & Nastro, M.(1993). The effect of occupational therapy intervention on mothers of children with cerebral palsy. *American Journal of Occupational Therapy*, 47: 811-817.

Softa, H. K. (2013). Engelli çocuğa sahip ebeveynlerin depresyon düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 21(2):589-600.

Spielberger, C.D. (1972). *Anxiety as an emotional state*. In: *Spielberger*, CD (Ed.) *Anxiety: Current trends in theory and research*, 1<sup>st</sup> ed. New York: Academic Press. Pg. 109.

Telef, B. B. (2013). Examining Psychological Symptoms and Self-efficacy of Parents with Disabled Children. *Journal of Education Faculty*, 15(1), 33-49.

Willgoose, E.C. (1984). *The Curriculum in Physical Education*. 2nd ed. New Jersey, Prestice-Hall Inc, 64.