

Grup Rehberliği Programının Engelli Çocuğa Sahip Çalışan Annelerin Mesleki Tükenmişlik, İşle Bütünleşme ve Eş Tükenmişliği Düzeyine Etkisi*

The Effect of Group Guidance Program on Occupational Burnout, Work Engagement and Couple Burnout Levels of Working Mothers With Disabled Children

Mustafa GÜLER**, Burhan ÇAPRI***

Öz: Bu çalışmada, grup rehberliği programının engelli çocuğa sahip çalışan annelerin mesleki tükenmişlik, işle bütünleşme ve eş tükenmişliği düzeylerini etkileyip etkilemediğinin incelenmesi amaçlanmıştır. Tam (gerçek) deneysel desende öntest sontest kontrol gruplu seçkisiz desen kullanıldığı bu çalışmanın araştırma grubu, Konya ili merkez Selçuklu, Meram ve Karatay ilçelerinde Rehberlik ve Araştırma Merkezi tarafından eğitsel değerlendirme ve tanılması yapılan 3-16 yaş arasında engelli çocuğa sahip çalışan anneler arasından deney (13 kişi) ve kontrol (13 kişi) gruplarına seçkisiz olarak atanan 26 kişiden oluşmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Tükenmişlik Ölçeği-Kısa Formu (TÖ-KF), Eş Tükenmişlik Ölçeği-Kısa Formu (ETÖ-KF), Utrech İşle Bütünleşme Ölçeği (UIBÖ) ve araştırmacılar tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Deney grubuna 10 hafta boyunca haftada 1 kez, her bir oturum 90 dakika olmak üzere toplam 10 oturum, araştırmacılar tarafından hazırlanan grup rehberliği programı uygulanmıştır. Kontrol grubuyla ise herhangi bir işlem yapılmamıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin istatistiksel analizi için SPSS 16.0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde, grup rehberliği programının engelli çocuğa sahip çalışan annelerin mesleki tükenmişlik, işle bütünleşme ve eş tükenmişliği düzeylerini etkileyip etkilemediğinin incelemek amacıyla, Shapiro-Wilk testinden, bağımlı ve bağımsız gruplar için t testinden, varyansların homojenliğini test etmek için Levene testinden ve kovaryans analizinden (ANCOVA) yararlanılmıştır. Kovaryans analizi sonuçlarına göre, annelerin mesleki tükenmişlik ve eş tükenmişliği öntest puanlarına göre düzeltilmiş sontestten aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark olduğu, işle bütünleşme öntest puanlarına göre, düzeltilmiş sontestten aldıkları ortalama puanlar arasında ise anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur. Ayrıca grup rehberliği programının uzun süreli (Long-Lasting) etkisinin deneyin bitiminden 2 ay (8 hafta) sonra da devam ettiği saptanmıştır. **Anahtar Kelimeler:** Engellilik, çalışan anne, mesleki tükenmişlik, işle bütünleşme, eş tükenmişliği

Abstract: This study aims to examine whether or not group guidance program affects occupational burnout, work engagement and couple burnout levels of working mothers with disabled children. Study group of this study using random design with pretest-posttest control group in the full (real) experimental design consisted of 26 individuals that were selected among working mothers with disabled children in the age range of 3-16 who had been educationally evaluated and diagnosed by Guidance and Research Center in Selçuklu, Meram and Karatay central districts of Konya province and were randomly assigned to experimental (13 people) and control (13 people) group. In the study, the data were collected by using Burnout Measure-Short Form (BM-SF), Couple Burnout Measure -Short Form (CBM-SF), Utrech Work Engagement Scale (UWES) and “Personal Information Form” developed by researchers. Developed by researchers, group guidance program was applied to the experimental group once a week for 10 weeks in totally 10 sessions, 90 minutes for each session. On the other hand, no procedure was performed with the control group. Statistical analysis of the data obtained from the study was conducted by using the SPSS

* Bu makale, birinci yazar tarafından ikinci yazarın danışmanlığında yürütülen doktora tezinden üretilmiştir. Ayrıca, bu çalışmanın özeti sözlü bildiri olarak 27. Uluslararası Eğitim Bilimleri Kongresi’nde sunulmuştur.

** Öğr. Gör. Dr. Selcuk Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Konya-Türkiye, ORCID: 0000-0003-2701-1220, e-posta: mustafaguler@selcuk.edu.tr

*** Doç. Dr. Mersin Üniversitesi, Eğitim fakültesi, Mersin-Türkiye, ORCID: /0000-0002-6812-4785 e-posta: burhancapri@gmail.com

16.0 package software. The data were analyzed by using Shapiro-Wilk test, dependent and independent samples t-test, Levene test for testing the homogeneity of variances and covariance analysis (ANCOVA) for the purpose of examining whether or not group guidance program affected occupational burnout, work engagement and couple burnout levels of working mothers with disabled children. According to the results of covariance analysis; it was determined that there was a significant difference between average scores obtained by mothers from the revised posttest according to occupational burnout and couple burnout pretest scores, whereas there was no significant difference between average scores obtained from the revised posttest according to work engagement pretest scores. It was also found that the Long-Lasting effect of the group guidance program continued 2 months (8 weeks) after the end of experiment.

Keywords: Disability, working mother, occupational burnout, work engagement, couple burnout

Giriş

Toplumun en temel birimlerinden biri olarak kabul edilen aile birliğinin oluşumunda, sosyolojik anlamda çocuklar en önemli öğeyi oluşturmaktadır (Ataman, 2003). Normal ve sağlıklı bir çocuğa sahip olma beklentisi içindeki anne babalar için, engelli bir çocuğa sahip olduğunu öğrenmek travmatik ve stres verici bir yaşam olayıdır (Bilal ve Dağ, 2005; Okanlı, Ekinci, Gözüağca ve Sezgin, 2004). Engelli çocuğa sahip ebeveynlerde ruhsal bozukluk görülme sıklığı, engelli çocuğa sahip olmayanlara oranla daha yüksektir. Daha önce yapılan çalışmalarda bu ebeveynlerde anksiyete bozukluğu, depresyon ve alkol bağımlılığının daha sık olduğu bildirilmiştir. Ayrıca engelli çocuğa sahip annelerde depresyon, suçluluk ve utanç duygusu, tükenmişlik ve somatik yakınmalar gibi ruhsal sorunlar sık görülmekte ve buna bağlı olarak da günlük yaşamda yaşanan güçlükler artmaktadır (Aysan ve Özben, 2007; Bagenholm ve Gillberg 1991; Deniz, Dilmaç ve Arıca, 2009; Glidden ve Schoolcraft, 2003; Hasting, 2003; Karaçengel, 2007; Miller ve diğerleri, 1992; Akt. Uğuz, Toros ve İnanç, 2004; Yıldırım, Aşlar ve Karakurt, 2012).

Engelli veya hasta çocuğa sahip olma, aile içindeki çatışmaların, evlilik ilişkilerindeki sorunların ve sağlıksız ilişkilerin bir nedeni olduğu belirtilmektedir (Baltaş ve Baltaş, 2008; Karpat, 2011). Süreklilik gösteren ve iyileştirilemeyen, yetersizlikler, annelerin aile işlevlerini sınırlandırarak onlarda zorlanmalara neden olabilmektedir (Kaner, 2004). Anne babaların engelli çocuklarının engeline ilişkin yeterli bilgi edinememeleri, engelli çocukta gözlenen davranış ve uyum sorunları, eğitim ve tedavi konusunda pek çok uzmanla görüşme zorunluluğu, duygusal zorlanmalara neden olabilmektedir. Ayrıca, çocuğun eğitimi ve tedavisi için daha fazla zaman, para, enerji ihtiyacı ve çocuğun geleceğine ilişkin kaygılar aileleri zorlanmasına neden olabilmektedir (Kavak, 2007). Yaşanan bu sorunların çözümünde aileye sağlanan sosyal destek önem kazanmaktadır.

Anne, çocuğun yaşamına oldukça fazla etki eden, onunla yoğun bir şekilde ilgilenen ve öncelikli bakım sağlayan kişidir. Annelerin aile içinde babalardan daha aktif görev aldığı uzlaşılan bir gerçektir (Brown, Macadam-Crisp, Wang ve Iarocci, 2006). Engelli çocuğu olan anneler, çocuğun bakımının büyük bir kısmını üstlenerek sosyal aktivitelere ve sosyal yaşama katılmaktan vazgeçebilmektedir (Duygun, 2001; Okanlı, Ekinci, Gözüağca ve Sezgin, 2004). Ayrıca yaygın olarak çocuk, annenin kişisel başarısı ya da başarısızlığı olarak değerlendirilmektedir. Bu yüzden engelli çocuğa sahip anneye çevresi tarafından suçlama ve dışlama türü tepkiler gösterilebilmektedir. Bu tepkiler, annenin olumsuz duyguları diğer aile üyelerine göre daha yoğun yaşamalarına sebep olabilmektedir (Dereli ve Okur, 2008; Sarı, 2007).

Pines'e (1996) göre, son yıllarda kadınların sosyal statülerindeki ilerlemelere rağmen bir ev ve meslek birleşimi sonucu oluşan iki tam zamanlı çifte iş yükünü taşımaları oldukça zor olmaktadır. Çalışan anneler için engelli çocuğun bakımında daha fazla enerji harcamaları, iş-ev çatışması nedeniyle çalışma hayatından ve aile yaşamı ile ilgili rollerinden vazgeçmek zorunda kalabilmeleri söz konusu olabilmektedir. Annenin çalışma hayatının olması duygusal sorunları da arttırabilmektedir. Nitekim engelli çocuğa sahip çalışan annelerde, çalışmayan annelere kıyasla depresyon ve anksiyete daha sık görülmektedir (Abbas, Ahmad ve Ahmad, 2015). Engelli çocuğu olup herhangi bir işte çalışan annelerin durumluk kaygı puan ortalamaları, çalışmayanlara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Avşaroğlu ve Gilik, 2017).

Engelli çocuğu olan annelerde tükenmişlik duygusu oluşabilmektedir (Duygun ve Sezgin, 2003). Ağır düzey zihinsel engelli çocuğu olan anne ve babaların tükenmişlik düzeylerinin, hafif

düzyer zihinsel engelli çocuğu olan anne ve babaların tükenmişlik düzeylerinden yüksek olduğu belirlenmiştir (Aslan, 2017; Yıldız, 2015). Maslach'ın tanımına göre tükenmişlik, işe bağlı tutum ve davranışlardaki değişikliklerle kendini gösteren duygusal tükenmişlik, duyarsızlaştırma ve azalmış başarı duygusu olmak üzere üç bileşene sahip, fiziksel tükenme, kronik yorgunluk, çaresizlik ve ümitsizlik hisleri, negatif bir benlik kavramının gelişmesi ile iş, yaşam ve diğer insanlara yönelik olumsuz tutumlarla belirginleşen fiziksel, duygusal ve zihinsel bir tükenme sendromudur (Maslach, 1978; Maslach ve Jackson, 1981; Maslach ve Pines, 1979; Maslach, 1982, Akt. Çapri, 2006). Pines ve Aronson'a göre ise tükenmişlik, bir şevk, enerji, idealizm, perspektif ve amaç kaybıdır ve sürekli strese, umutsuzluğa, çaresizliğe ve kapana kısılmışlık duygularına neden olan fiziksel, duygusal ve zihinsel bir tükenme durumudur (Pines ve Aronson, 1988, Akt. Çapri, 2006). Tükenmişlik, çalışanların kişisel ve sosyal uyumlarını zedelerken, işlerine karşı olan tutumlarını etkilemekte, işle bütünleşmelerini de azaltmaktadır. İşle bütünleşme kavramı, tükenmişliğin tersine, çalışanların işlerine yoğun enerjiyle yaklaşıp, kendilerini adayarak bütünleştikleri bir yapıyı ifade etmektedir. Öz bir ifadeyle, kişinin işine yönelik olarak enerjiyle dolu olması ve işine bütünüyle bağlanması anlamını taşımaktadır (Hallberg ve Schaufeli, 2006). Tükenmişlik ve işle bütünleşme, çalışanların performanslarını etkileyen önemli ve birbirinden bağımsız yapılarıdır ve aralarında negatif bir ilişki bulunmaktadır (Schaufeli ve Bakker, 2004: Akt. Çapri, 2013).

Pines'in Psikoanalitik-Varoluşçu Eş Tükenmişlik bakış açısına göre, mesleki tükenmişlik ile eş tükenmişliği arasında önemli düzeyde bir ilişki vardır. Diğer yandan, evlilik ve aile hayatından alınan doyumun ve aile yapısının olumlu olarak algılanması sonucu ortaya çıkan uyumun, mesleki tükenmişlikle negatif bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür (Brotheridge ve Lee, 2005: Akt. Çapri, 2013; Greenglass ve Burke, 1988; Wolstencroft, 1989). Bu durumda, mesleki tükenmişlikle ilişkili olan eş tükenmişliğinin de evlilik uyumu ile ilişkili olması beklenen bir durum olarak değerlendirilebilir. Yapılan araştırmalarda, down sendromu ve otistik bozukluğu olan çocuklara sahip annelerin evlilik uyumlarının düşük olduğu (Toros, 2002) ve otizmlili çocuğu olan annelerin eşleriyle ilişkilerinin, engelli olmayan çocukların annelerine göre daha zayıf olduğu bulunmuştur (Fisman, Wolf, Noh ve Speechley, 1989). Özellikle çocuklarının bakımı konusunda eşlerinden destek alamayan anneler, strese daha yatkın olabilmekte ve olumsuz psikolojik belirtiler gösterebilmektedir. Zihinsel engelli çocuğu olan anne ve babaların yaşam doyumları da çocuğun engel düzeyine bağlı olarak değişmektedir. Ağır düzey zihinsel engelli çocuğu olan anne ve babaların yaşam doyumlarının, hafif düzey zihinsel engelli çocuğu olan anne ve babaların yaşam doyumlarından daha düşük olduğu belirlenmiştir (Aslan, 2017; Yıldız, 2015).

Engelli bireylere sunulacak rehberlik ve psikolojik danışmanlık hizmetlerinin bir alt disiplin alanı olarak "Rehabilitasyon Danışmanlığı" olarak isimlendirilmektedir. Engelli bireye sunulan rehberlik çalışmaları, engelli olmayan bireylerde olduğu gibi, kişiye ve ailesine sunulan hizmetleri içermektedir (Kuzgun, 2000). Engelli bireylere ve anne ve babalarına sunulan psikolojik danışma hizmetleri, engelli birey ve aile üyelerinin duyguları ve tutumları üzerinde, çoğunlukla da anne babaların duyguları ve rolleri üzerinde yoğunlaşmaktadır. Bu hizmetler, engelli bebeğin doğumu ile birlikte başlayabilmekte, ailenin yaşam dönemlerinde (çocuğun okula başlaması, ergenliğe girişi gibi) sürdürülebilmektedir.

Rehabilitasyon Danışmanlığı kapsamında engelli çocuğa sahip anne ve babalara sunulan hizmetlerden biri de grup rehberliğidir. Grup rehberliği, "bireyin gelişmesine, kendisini ve imkânlarını tanımasına, gerçekçi ve uygun planlar ve seçimler yaparak kendini yönlendirmesine ilişkin grup etkinlikleri ve süreçleri" olarak tanımlanabilmektedir (Özğüven, 1999). Araştırmalar, engelli çocuğu olan ailelere/annelere yönelik uygulanan grup rehberliği çalışmalarının, engellilik konusunda daha fazla bilgi edinmelerine ve olumsuz psikolojik belirtilerinin azalmasını sağladığını ortaya koymuştur (Cin, 2001; Gammon ve Rose, 1991; Özokçu ve Canpolat, 2013; Tamer, 2010; Yıldırım ve Arı, 1997).

Alanyazın tarandığında, Türkiye'de engelli çocuğa sahip ebeveynlerin mesleki tükenmişlik, işle bütünleşme ve eş tükenmişliğine yönelik grup rehberliği ile ilgili deneysel modelde desenlenen araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle grup rehberliği programının engelli çocuğa sahip çalışan annelerin "mesleki tükenmişlik", "işle bütünleşme" ve "eş tükenmişliği"

düzeylerini ne derecede etkilediğini ortaya koymanın gerekli olduğu düşünülmektedir. Çalışan annelerin eş tükenmişliği ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin azaltılmasına ve işle bütünleşme düzeylerinin artırılmasına yönelik hazırlanacak grup rehberliği programlarına ihtiyaç duyulmaktadır. Grup rehberliği programlarına katılan çalışan annelerin, öğrendikleri yeni bilgilerle engelli çocuğa sahip olmanın getirdiği güçlüklerle daha kolay baş edebilecekleri, uyum sağlayabilecekleri, mesleki ve eş tükenmişlik düzeylerinin azalacağı ve işle bütünleşmelerini arttıracığı düşünülmektedir.

Araştırmanın amacı

Bu araştırmanın genel amacı, grup rehberliği programının engelli çocuğa sahip çalışan annelerin mesleki tükenmişlik, işle bütünleşme ve eş tükenmişliği düzeylerini ne derece etkilediğini incelemektir. Bu genel amaç çerçevesinde “grup rehberliği programı engelli çocuğa sahip çalışan annelerin mesleki tükenmişlik, işle bütünleşme ve eş tükenmişliği düzeyleri üzerinde etkili midir?” sorusuna cevap aranmıştır.

Yöntem

Bu çalışmada gerçek deneysel desende öntest sontest kontrol gruplu seçkisiz desen kullanılmıştır. Öntest-Sontest Kontrol Gruplu Deneysel Desen (ÖSKD), birbirleriyle bütün özellikleri açısından eşleştirilen ve deneklerin gruplara seçkisiz olarak atandığı bir deney bir kontrol grubundan oluşan deneysel bir çalışmadır (Erkuş, 2013). Öntest sontest kontrol gruplu deneysel desen işlemin bağımlı değişkenler üzerindeki etkisinin test edilmesinde çalışmacıya istatistiksel güç sağlayan, bulguların neden sonuç ilişkisinde yorumlanmasını sağlayan güçlü bir desendir (Büyüköztürk, 2012).

Çalışma grubu

Çalışma grubu, Konya ili merkez Selçuklu, Meram ve Karatay ilçelerinde Rehberlik ve Araştırma Merkezi tarafından eğitsel değerlendirme ve tanılması yapılan 3-16 yaş arasında engelli çocuğa sahip çalışan anneler arasından deney ve kontrol gruplarına seçkisiz olarak atanan 26 kişiden oluşmuştur. Denek havuzundan seçkisiz atama sonucunda araştırma grubu, deney ve kontrol grubunda 13'er çalışan anne olmak üzere 26 kişiden oluşmuştur. Deney ve kontrol grubunda yer alan annelerin evlilik süresi 1-25 yıl, yaş ranjı 20-45 arasında değişmektedir.

Veri toplama araçları

Tükenmişlik Ölçeği Kısa Formu (TÖ-KF): Pines ve Aronson'un (1988) 21 maddeden oluşan Tükenmişlik Ölçeği'nin (TÖ) yerine, çalışmacı ve uygulayıcıların ihtiyacını karşılamaya yönelik olarak daha az maddeden oluşan kullanımı kolay bir ölçme aracı oluşturmak amacıyla, 10 maddelik kısa formu Pines (2005) tarafından uyarlanmıştır. TÖ-KF, kişilerin mesleki tükenmişlik düzeyini ölçmek üzere yedi dereceli (1 Hiçbir zaman ve 7 Her zaman) bir ölçek üzerinde görüşmecilerin beyanına dayalı [self-report] olarak cevaplanmaktadır. Farklı etnik köken, meslek ve öğrenci gruplarından elde edilen verilerle hesaplanan ölçeğin iç tutarlık katsayılarının .85 ile .92 arasında değiştiği gözlemlenmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlama geçerlik, güvenilirlik çalışması Çapri (2013) tarafından yapılmıştır. Çapri (2013) tarafından 4 hafta arayla gerçekleştirilen test tekrar test güvenilirlik katsayısı .88, iç tutarlık güvenilirlik katsayısı ise .91 olarak rapor edilmiştir.

Utrecht İşle Bütünleşme Ölçeği (UİBÖ): Utrecht İşle Bütünleşme Ölçeği (UİBÖ) Schaufeli, Salanova, Gonzalez-Roma ve Bakker, (2002) tarafından geliştirilmiştir. UİBÖ'nün orijinal formu yedi dereceli Likert tipi bir ölçek olup 17 madde ve üç alt ölçekten oluşmaktadır. Bu alt ölçeklerden “Zindelik [vigor, Z]” alt ölçeği 6 maddeden (1, 4, 8, 12, 15, 17), “Adanma [dedication, A]” alt ölçeği 5 maddeden (2, 5, 7, 10, 13) ve “Bütünleşme [absorption, B]” alt ölçeği de toplam 6 maddeden (3, 6, 9, 11, 14, 16) oluşmaktadır. Ölçek maddeleri “0-hiçbir zaman” ve “6-her zaman” aralığında puanlanmaktadır. Puanlamada her bir kişi için toplam puan ve alt ölçek

puanları elde edilebilmektedir. Alınan puanlar arttıkça işle bütünleşme artmaktadır. Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları kapsamında yapılan iç tutarlık katsayılarının Zindelik (Z) için .75 ile .83 arasında; Adanma (A) için .86 ile .90 arasında ve Bütünleşme (B) için .82 ile .88 arasında değerler aldığı rapor edilmiştir. Türkçe uyarlama geçerlik, güvenilirlik çalışması, Gündüz, Çapri ve Gökçakan (2013) tarafından yapılan ölçeğin orijinali MTE-GF'nin maddeleri doğrultusunda geliştirildiği için bu uyarlama çalışmasında da 5'li derecelendirme (hiçbir zaman, bazen, genellikle, çoğu zaman, her zaman) biçimi benimsenmiştir. Ölçeğin alt faktörlerine ilişkin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayılarının .77 ile .82, madde toplam test korelasyonlarının .46 ile .68; dört hafta arayla elde edilen test tekrar test korelasyon katsayısının ise .72 ile .84 arasında değiştiği belirlenmiştir.

Eş Tükenmişlik Ölçeği Kısa Formu (ETÖ-KF): Pines'in (1996) 21 maddeden oluşan Eş Tükenmişlik Ölçeği'nin (ETÖ) yerine, Pines, Neal, Hammer, ve Icekson (2011) tarafından araştırmacı ve uygulayıcıların ihtiyacını karşılamaya yönelik olarak daha az maddeden oluşan kullanımı kolay bir ölçme aracı oluşturmak amacıyla, 10 maddelik kısa formu geliştirilmiştir. Pines'in (2005) 10 maddelik TÖ-KF'nin eş ilişkileri (evlilik, sözlülük, nişanlılık ve flört gibi) için uyarlanmış halidir. Evli bireylerden elde edilen verilerle hesaplanan ölçeğin iç tutarlık katsayılarının evli kadınlar için .94, evli erkekler için ise .95 olduğu bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe uyarlama geçerlik, güvenilirlik çalışması Çapri (2013) tarafından yapılmıştır. Çapri (2013) tarafından 4 hafta arayla gerçekleştirilen test tekrar test güvenilirlik katsayısı .90, iç tutarlık güvenilirlik katsayısı ise .91 olarak rapor edilmiştir.

Kişisel Bilgi Formu: Kişisel bilgi formu, engelli çocuğa sahip çalışan annelerin, çocuğun engel türü, yaş, eğitim durumu, eş eğitim durumu, evlilik süresi, çocuk sayısı, engelli çocuk sayısı ve ailenin aylık gelirini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilmiştir.

İşlem ve verilerin analizi

Araştırmada gerekli olan izinlerinin alınmasından sonra, engelli çocuğa sahip çalışan annelerin belirlenmesine yönelik tarama çalışması yapılmıştır. Konya ili merkez ilçelerinde bulunan özel eğitim ve rehabilitasyon merkezine devam eden öğrencilerin annelerine ulaşılmıştır. Grup rehberliği programının engelli çocuğa sahip çalışan annelerin mesleki tükenmişlik, işle bütünleşme ve eş tükenmişliği düzeylerini etkileyip etkilemediğini belirlemek amacıyla seçkisiz atama ile deney ve kontrol olmak üzere toplam iki grup oluşturulmuştur. Deney grubunda yer alan annelere, 20 Eylül - 6 Aralık 2016 tarihleri arasında 10 oturumluk grup rehberliği programı uygulanmıştır. Kontrol grubunda yer alan annelere herhangi bir işlem yapılmamıştır. Araştırmada, deneyin bitiminden 2 ay (8 hafta) sonra izleme testi uygulanarak uygulamanın etkisinin devam edip etmediğinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Grup rehberliği programı, Türkiye Cumhuriyeti Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü (ASAGEM) tarafından hazırlanan Aile Eğitim Programı'nın eğitim ve iletişim alanındaki ilgili modül ve ünitelerden, tezin konusu ile ilgili yapılmış bilimsel araştırmalardan, deneysel yöntemle yapılmış bazı tezlerden (Cin ve Kılıç, 2005; Canpolat, 2012; Duran, 2014; Duy, 2003) ve alan uzmanlarının görüşlerinden yararlanılarak hazırlanmıştır. Hazırlanan grup rehberliği programı ile, annelerin engelli çocuğa sahip olmanın yarattığı mesleki ve eş tükenmişliği düzeyinin azaltılması, işle bütünleşme düzeyinin ise artırılması için neler yapabileceklerini ortaya koyma ve geleceğe umutla bakmalarını sağlayabilme amaçlanmıştır. Grup rehberliği programının oturumları, programa giriş ve tanışma, engelli çocuğa sahip olma, kendini tanıma ve duygular, kabul süreci, iş yaşamı ve stres, duygu düşünce ve davranış ilişkisi, olumlu düşünme ve sosyal destek, evlilik ve aile hayatı, benlik değerini artırma, değerlendirme ve sonlandırma başlıklarından oluşturulmuştur.

Verilerin analizinde, grup rehberliği programının engelli çocuğa sahip çalışan annelerin mesleki tükenmişlik, işle bütünleşme ve eş tükenmişliği düzeylerini etkileyip etkilemediğini incelemek amacıyla, kovaryans analizi (ANCOVA) yapılmıştır. Kovaryans analizinin uygulanabilmesi, bazı sayıtların karşılanmasına bağlıdır. Bu sayıtlardan ilki grupların bağımlı

değişkene ilişkin puanlarının normal dağılım göstermesidir (Büyüköztürk, 2012). Gruplardaki dağılımın normalliği Shapiro-Wilk Testi ile incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre deney ve kontrol gruplarının öntest ve sontest puanları normal dağılım göstermektedir. Kovaryans analizinin ikinci sayıtlısı varyansların homojenliğinin ve bağımlı değişken ile kodeğişkenin eğiminin önemli derecede aynı olmasının sağlanmasıdır. Varyansların homojenliğini test etmek amacıyla Levene testinden yararlanılmıştır. Analiz sonucunda p olasılık değeri, $p > 0.05$ olduğu için varyansların homojenliği varsayımının karşılandığı görülmüştür. Kovaryans analizinin üçüncü temel sayıtlısı, araştırmaya katılan deneklerin öntest ve sontest puanları arasında doğrusal bir ilişki olmasıdır (Büyüköztürk, 2012). Bu sayıtlı için ölçeklerden alınan öntest ve sontest puanları arasındaki ilişkilere ve saçılma diyagramlarına bakılmış ve elde edilen ilişkilerin doğrusal olduğu görülmüştür. Kovaryans analizinin dördüncü temel sayıtlısı, gruplar içi regresyon katsayılarının eşit olması yönündedir (Büyüköztürk, 2012). Bu sayıtlıyı test etmek amacıyla, sontest puanları üzerinde öntest x grup ortak etkisinin anlamlı olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre, sontest puanları üzerinde öntest x grup ortak etkisinin anlamlı olmadığı bulunmuştur. Başka bir ifadeyle regresyon doğrularının eğimleri eşittir. Bu durumda kovaryans analizi yapabilmek için gerekli bütün sayıtlıların karşılandığı görülmüştür. Buna ek olarak etki büyüklüğünü belirlemek için eta kare (η^2) değerine bakılmıştır. Eta kare (η^2) değeri küçük (.01), orta (.06) ve geniş (.14) etki büyüklüğü (Green, Salkind ve Akey, 1997) biçiminde yorumlanmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin istatistiksel analizi için SPSS 20.0 paket programı kullanılmış ve analizlerde hata payı 0.01 ve 0.05 olarak kabul edilmiştir.

Bulgular

Mesleki tükenmişlik düzeyine ilişkin bulgular

Grup rehberliği programının çalışan annelerin mesleki tükenmişlik düzeylerini etkileyip etkilemediğini test etmek için uygulama ve karşılaştırma yapılan grup deney grubudur. Deney grubunda yer alan çalışan annelere uygulanan mesleki tükenmişlik öntest toplam puanları ile sontest toplam puanları bağımlı gruplar için t-testi ile karşılaştırılmıştır. Deney grubundaki annelerin öntest puan ortalamaları $\bar{X}=3.02$, sontest puan ortalamaları $\bar{X}=2.26$ 'dır. %95 güven aralığında p değeri istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Deney grubu çalışan annelerin sontest puan ortalamaları, öntest toplam puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($t=3.25$; $p=.00$; $p<0.05$).

Deney ve kontrol gruplarının mesleki tükenmişlik sontest toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını test etmek amacıyla verilere kovaryans analizi uygulanmıştır. Kovaryans analizi sonuçları Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1.

Deney ve Kontrol Grubu Çalışan Annelerin Mesleki Tükenmişlik Sontest Puanlarına İlişkin Kovaryans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2
Düzeltilmiş Model	7.411 ^a	2	3.705	14.49	.00	.557
Öntest	2.924	1	2.924	11.43	.00	.332
Grup	3.878	1	3.878	15.16	.00	.397
Hata	5.883	23	.256			
Toplam	200.680	26				

Tablo 1 incelendiğinde, annelerin mesleki tükenmişlik öntest puanlarına göre düzeltilmiş sontestten aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark vardır, çünkü öntest toplam puanları ile grup puanları arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmektedir ($F_{(1-23)}= 15.16$, $p<.05$). Eta-kare değerine ($\eta^2=.397$) göre ise, farklı işlem gruplarında olmanın öntest puanlarından bağımsız olarak mesleki tükenmişlik son test puanlarındaki değişkenliğin %39.7'sini geniş etki büyüklüğünde

açıkladığı görülmüştür. Bu bulguya göre grup rehberliği programına katılan annelerin tükenmişlik düzeylerinde deneysel işlem öncesine göre gözlenen değişimin kontrol grubundaki annelerin tükenmişlik düzeyinden farklı olduğu söylenebilir. Kontrol ve deney grubundaki annelerin tükenmişlik düzeyleri grup rehberliği programına katılıp katılmadığına göre değişmektedir. Bir başka ifadeyle, grup rehberliği programı annelerin tükenmişlik düzeylerini azaltmaktadır.

Deney ve kontrol grubunda yer alan çalışan annelerin mesleki tükenmişlik sönest puan ortalamaları ile 2 ay (8 hafta) sonra uygulanan izleme testi puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olup olmadığı sınıanmıştır. Bir başka ifadeyle, deney grubunda yer alan çalışan annelerin mesleki tükenmişlik puanlarındaki azalmanın kalıcı olup olmadığı incelenmiştir. Hem deney hem de kontrol gruplarındaki annelerin mesleki tükenmişlik puanlarında zaman içerisinde anlamlı bir değişim olup olmadığını belirlemek amacıyla bağımlı gruplar için t testi uygulanmıştır.

Deney grubundaki çalışan annelerin mesleki tükenmişlik sönest toplam puanları ile izleme testi toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla bağımlı gruplar için t-testi uygulanmıştır. Deney grubu çalışan annelerin mesleki tükenmişlik sönest puan ortalamaları $\bar{X}=2.26$, izleme testi puan ortalamaları $\bar{X}=1.64$ 'dür. Deney grubunda yer alan annelerinin, sönest puan ortalamaları izleme testi toplam puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($t=3.08$; $p=.01$; $p<0.05$).

Kontrol grubundaki çalışan annelerin mesleki tükenmişlik sönest toplam puanları ile izleme testi toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla bağımlı gruplar için t testi uygulanmıştır. Kontrol grubunda yer alan annelerin mesleki tükenmişlik sönest puan ortalamaları $\bar{X}=3.10$, izleme testi puan ortalamaları $\bar{X}=2.82$ 'dir. Kontrol grubunda yer alan annelerin izleme testi puan ortalamalarının, sönest puan ortalamalarına göre daha düşük bulunmuştur. Ancak gözlenen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ($t=1.74$; $p=.10$; $p>0.05$).

İşle bütünleşme düzeyine ilişkin bulgular

Deney grubunda yer alan çalışan annelere uygulanan işle bütünleşme ölçeği öntest toplam puanları ile sönest toplam puanları bağımlı gruplar için t-testi ile karşılaştırılmıştır. Deney grubunda yer alan annelerin işle bütünleşme öntest puan ortalamaları $\bar{X}=61.38$, sönest puan ortalamaları $\bar{X}=62.92$ 'dir. %95 güven aralığında p değeri istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Deney grubunda yer alan annelerin sönest puan ortalamaları, ön test puan ortalamalarına göre daha yüksek bulunmuştur. Ancak gözlenen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ($t=-.39$; $p=.70$; $p>0.05$).

Deney ve kontrol gruplarının işle bütünleşme sönest toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını test etmek amacıyla verilere kovaryans analizi uygulanmıştır. Kovaryans analizi sonuçları Tablo 2' de gösterilmiştir.

Tablo 2.

Deney ve Kontrol Grubu Çalışan Annelerin İşle Bütünleşme Sönest Puanlarına İlişkin Kovaryans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2
Düzeltilmiş Model	65.072 ^a	2	32.536	.29	.75	.025
Öntest	.418	1	.418	.00	.95	.000
Grup	60.893	1	60.893	.54	.47	.023
Hata	2580.813	23	112.209			
Toplam	100493.885	26				

Tablo 2 incelendiğinde, annelerin işle bütünleşme öntest puanlarına göre düzeltilmiş sönestten aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark yoktur. Çünkü öntest toplam puanları ile grup puanlarının p değerleri sırasıyla $p=.95$ ve $p=.47$ olarak bulunmuştur. Buna göre gruplar

arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmektedir ($F_{(1-23)} = .04$, $p > 0.05$). Bu bulguya göre grup rehberliği programına katılan annelerin işle bütünleşme puanları deneysel işlem öncesine göre gözlenen değişimin kontrol grubundaki annelerin işle bütünleşme puanlarından farklı olduğu söylenebilir. Ancak ortaya çıkan bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Deney ve kontrol grubunda yer alan çalışan annelerin işle bütünleşme son test puan ortalamaları ile 2 ay (8 hafta) sonra uygulanan izleme testi puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olup olmadığı sınıranmıştır. Deney grubundaki çalışan annelerin işle bütünleşme son test toplam puanları ile izleme testi toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla bağımlı gruplar için t testi uygulanmıştır. Deney grubu çalışan annelerin işle bütünleşme son test puan ortalamaları $\bar{X} = 62.92$, izleme testi puan ortalamaları $\bar{X} = 62.84$ 'dir. Deney grubu annelerinin izleme testi puan ortalamalarının, son test puan ortalamalarına göre daha düşük bulunmuştur. Ancak gözlenen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ($t = .14$; $p = .98$; $p > 0.05$).

Kontrol grubundaki çalışan annelerin işle bütünleşme son test toplam puanları ile izleme testi toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla bağımlı gruplar için t testi uygulanmıştır. Kontrol grubunda yer alan çalışan annelerin işle bütünleşme son test puan ortalamaları $\bar{X} = 59.76$, izleme testi puan ortalamaları $\bar{X} = 61.15$ 'dir. Kontrol grubu çalışan annelerinin izleme testi puan ortalamalarının, son test puan ortalamalarına göre daha yüksek bulunmuştur. Ancak gözlenen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ($t = -.49$; $p = .63$; $p > 0.05$).

Eş tükenmişliği düzeyine ilişkin bulgular

Deney grubunda yer alan çalışan annelere uygulanan eş tükenmişliği ölçeği öntest toplam puanları ile son test toplam puanları bağımlı gruplar için t testi ile karşılaştırılmıştır. Deney grubundaki annelerin öntest puan ortalamaları $\bar{X} = 2.89$, son test puan ortalamaları $\bar{X} = 2.00$ 'dir. %95 güven aralığında p değeri istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Yani deney grubu çalışan annelerin son test puan ortalamaları, öntest toplam puan ortalamalarından anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur ($t = 2.46$; $p = .03$; $p < 0.05$).

Deney ve kontrol gruplarının eş tükenmişliği son test toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını test etmek amacıyla verilerle kovaryans analizi uygulanmıştır. Kovaryans analizi sonuçları Tablo 3' de gösterilmiştir.

Tablo 3.

Deney ve Kontrol Grubu Çalışan Annelerin Eş tükenmişliği Son Test Puanlarına İlişkin Kovaryans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2
Düzeltilmiş Model	2.589 ^a	2	1.295	2.52	.10	.180
Öntest	.249	1	.249	.49	.49	.021
Grup	2.370	1	2.370	4.62	.04	.167
Hata	11.811	23	.514			
Toplam	151.940	26				

Tablo 3 incelendiğinde, annelerin eş tükenmişliği öntest puanlarına göre düzeltilmiş son testten aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark vardır, çünkü öntest toplam puanları ile grup puanları arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmektedir ($F_{(1-23)} = 4.62$, $p < .05$). Eta-kare değerine ($\eta^2 = .167$) göre ise, farklı işlem gruplarında olmanın öntest puanlarından bağımsız olarak eş tükenmişliği son test puanlarındaki değişkenliğin %16.7'sini geniş etki büyüklüğünde açıkladığı görülmüştür. Bu bulguya göre grup rehberliği programına katılan annelerin eş tükenmişliği düzeylerinde deneysel işlem öncesine göre gözlenen değişimin kontrol grubundaki annelerin eş tükenmişliği düzeyinden farklı olduğu söylenebilir. Kontrol ve deney grubundaki annelerin eş tükenmişliği düzeyleri grup rehberliği programına katılıp katılmadığına göre

değişmektedir. Bir başka ifadeyle, grup rehberliği programı annelerin eş tükenmişliği düzeylerini azaltmaktadır.

Deney ve kontrol grubunda yer alan çalışan annelerin eş tükenmişliği son test puan ortalamaları ile 2 ay (8 hafta) sonra uygulanan izleme testi puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olup olmadığı sınımlanmıştır. Deney grubundaki çalışan annelerin eş tükenmişliği son test toplam puanları ile izleme testi toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla bağımlı gruplar için t testi uygulanmıştır. Deney grubu çalışan annelerin eş tükenmişliği son test puan ortalamaları $\bar{X}=2.00$, izleme testi puan ortalamaları $\bar{X}=1.39$ 'dir. Deney grubunda yer alan annelerinin, eş tükenmişliği son test puan ortalamaları, izleme testi toplam puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($t=2.55$; $p=.03$; $p<0.05$). Grup rehberliği programının etkisi olarak çalışan annelerde gözlemlenen eş tükenmişliği puanlarındaki düşüş, izleme testinin uygulandığı 2 ay (8 hafta) sonrasında da devam etmektedir.

Kontrol grubundaki çalışan annelerin eş tükenmişliği son test toplam puanları ile izleme testi toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla bağımlı gruplar için t testi uygulanmıştır. Kontrol grubunda yer alan çalışan annelerin eş tükenmişliği son test puan ortalamaları $\bar{X}=2.60$, izleme testi puan ortalamaları $\bar{X}=2.46$ 'dir. Kontrol grubunda yer alan annelerinin izleme testi puan ortalamalarının, son test puan ortalamalarına göre daha düşük bulunmuştur. Gözlenen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ($t=.51$; $p=.61$; $p>0.05$). Grup rehberliği programının etkisi olarak çalışan annelerde gözlemlenen mesleki ve eş tükenmişliği puanlarındaki düşüş, izleme testinin uygulandığı 2 ay (8 hafta) sonrasında da devam etmektedir.

Tartışma/ Sonuç ve Öneriler

Literatürde engelli çocuğa sahip annelere yönelik çalışmalarda yapılan müdahalelerin etkili olduğu yönünde araştırma sonuçlarına rastlanılmaktadır. Yüksel ve Eren (2007), otistik çocuğa sahip annelerle yaptıkları grupla psikolojik danışma çalışmasında, deney grubundaki annelerin depresyon düzeylerini azaltmaya ve problem çözme becerilerini geliştirmeye yönelik olumlu sonuçlar elde etmişlerdir. Bristol, Gallagher ve Holt (1993) ise, otizm bozukluğu olan çocukların annelerinin depresif belirtileri üzerine bir psikoedükatörel müdahalenin etkisini değerlendikleri çalışmada benzer sonuçlar elde etmişlerdir. Diğer taraftan, eğitilebilir zihinsel engelli çocuğa sahip annelere uygulanan stres yönetimi eğitim programı sonucunda deney grubunda yer alan annelerin eğitim sonrası sürekli kaygı ve depresyon puanlarında azalma olduğu belirlenmiştir (Tamer, 2010). Çıkkılı, Çalıkçı, Dilmaç ve Koçak (2009) da zihinsel engelli çocuğa sahip olan annelere uygulanan eğitim programının annelerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerine azaltmada etkili olduğunu saptamışlardır. Özokçu ve Canpolat (2013) ise, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelere uygulanan grup rehberliği programının, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin stres düzeylerini azaltmada etkili olduğunu saptamışlardır. Batık (2012) tarafından yapılan diğer bir araştırma sonucunda, uygulanan psikolojik destek programının zihinsel engelli çocuğu olan annelerinin umutsuzluk ve iyimserlik düzeylerini azaltmada ve iyimserlik düzeylerini arttırmada etkili olduğu belirlenmiştir. Diğer farklı bir çalışmada, zihinsel engelli çocuğu sahip annelere uygulanan eğitim programı sonucunda, deney grubunda yer alan annelerinde duygusal tükenmişliğin azaldığı belirlenmiştir (Verap, 2005). Bu çalışmada da uygulanan grup rehberliği programının engelli çocuğa sahip çalışan annelerin eş ve mesleki tükenmişlik puanlarının azaltılmasında etkili olduğu belirlenmiştir. Bu sonuç, literatürde engelli çocuğa sahip annelere yönelik çalışmalarda yapılan müdahalelerin etkili olduğu yönünde araştırma sonuçları ile benzerlik göstermektedir.

Engelli çocuğa sahip olmanın getirdiği yük, anneler için ek görev ve sorumluluklar getirmektedir. Anneler üstlendikleri bu sorumluluk nedeniyle de aşırı stres yaşamakta ve yaşanan uzun süreli stres tükenmişliği dönüşebilmektedir. Literatürde tükenmişlik belirtilerinin özerilmesi, en iyisini yapmaya çalışan annelerde ortaya çıkma olasılığının daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Guéritault, 2008; Akt. Akgün, 2014). Pines'e (1993, 1996) göre, mesleki tükenmişlik yaşayan

kişilerin, stres, yabancılaşma, kaygı ve depresyon gibi duyguları da yüksek bir seviyede olmaktadır. Annenin çalışma hayatının olması, annelik ve çalışan kadın rollerinin çatışmasına neden olarak annede suçluluk duygusu ve strese yol açmaktadır (Herr ve Cramer, 1996). Grup rehberliği programının beşinci oturumunda iş yaşamı ve stres konusu işlenmiştir. Bu oturumda çalışan annelerin iş yaşamındaki stres, stresin nedenlerini, strese verilen fizyolojik ve psikolojik tepkileri öğrenebilmeleri ve stresle baş etme becerilerini geliştirebilmeleri amaçlanmıştır. Annelerin grup oturumlarında stresle baş etme becerisi kazanmış olmalarının eş ve mesleki tükenmişlik düzeyleri üzerinde anlamlı sonuç elde etmelerinde etkili olmuş olduğunun söylenebileceği düşünülmektedir.

Maslach (1982) ve Pines ve Aronson'un (1988) tükenmişlik modellerine dayanarak, bireyin kişilik özellikleri, amaçları ve hedefleri, sosyal onay alma ve mesleki doyum sağlama gibi ihtiyaçlarının tükenmişliğe neden olabileceği söylenebilir (Akt. Çapri, 2013). Bu araştırmada uygulanan grup rehberliği programının içeriği, iş yaşamı ve stres, iletişim becerileri, problem çözme becerileri, pozitif bakış açısı gibi tükenmişliği yordayan değişkenlerle yakından ilişkilidir. Programın kazanımlarının, çalışan annelerin mesleki tükenmişlik puanlarının azalmasında etkili olduğu düşünülmektedir. Mesleki tükenmişliğin eş tükenmişliğinin önemli yordayıcısı olduğu düşünüldüğünde, mesleki tükenmişlik puanlarındaki azalmanın eş tükenmişlik puanları da azalmasında etkili olduğu, bu etkinin karşılıklı olabileceği söylenebilir.

Diğer yandan, işle bütünleşme kavramı, tükenmişliğin tersine, çalışanların işlerine yoğun enerjiyle yaklaşım, kendilerini adayarak bütünleştikleri bir yapıyı ifade etmektedir. Tükenmişlik, çalışanların işlerine ilişkin tutumlarını etkilemekte, işle bütünleşmelerini de azaltmaktadır. Maslach ve Leiter'e (1997) göre, tükenmişlik ve işle bütünleşme birbirinden bağımsız yapılar ve aralarında negatif bir ilişki bulunmaktadır (Schaufeli ve diğerleri, 2002; Akt. Gündüz, Çapri ve Gökçakan, 2013). Bu araştırmada uygulanan grup rehberliği programı sonucunda çalışan annelerin mesleki tükenmişlik puanlarında anlamlı farklılık elde edilmiştir. Mesleki tükenmişlik ve işle bütünleşme arasında negatif ilişki sözkonusudur. Deney grubunda yer alan annelerin işle bütünleşme son test puanlarında öntest puanlarına göre artış göstermekle birlikte bu farklılık anlamlı değildir. Bu durumun işle bütünleşme konusunun oturum sayısının azlığından dolayı yeterince ele alınamamasından kaynaklanmış olabileceğini düşündürmektedir.

Mesleki tükenmişlik ile eş tükenmişliği arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır. Mesleki tükenmişlik arttığında, eş tükenmişliği de artmaktadır (Danner-Vlaardingerbroek, Kluwer, Van Steenberg ve Van der Lippe, 2013). Pines'in (1989) eş tükenmişliği ile ilgili yaptığı çalışmalarda, pozitif bakış açısı, iletişim, fazla yüklenme gibi pek çok değişken ile ilişkili olduğu ve bu değişkenlerden birçoğunun eş tükenmişliğinin anlamlı birer yordayıcısı olduğu belirtilmiştir (Akt. Çapri, 2008). Altıncı oturumda duygu, düşünce ve davranış arasındaki ilişkinin fark edilmesinin sağlanmasına çalışılmıştır. Yedinci oturumda olumlu düşünme ve sosyal destek konuları işlenerek çalışan annelerin olumlu düşünme, sosyal destek sistemlerinin farkına varabilme ve aile ve eş desteğinin önemi fark edilmeye çalışılmıştır. Bu oturumlarda kazanılan özellikler ve yeni bilgi ve becerilerin çalışan annelerin hem eş ve mesleki tükenmişlik son test puanlarının azalmasında etkili olduğunun, hem de eş ve mesleki tükenmişlik puanlarının birlikte azalması durumunun mesleki tükenmişlik ile eş tükenmişliği arasındaki pozitif yönlü ilişkiyi desteklediğinin söylenebileceği düşünülmektedir.

Pines (1996) eş tükenmişliği ile ilgili yaptığı çalışmalarında, eş tükenmişliğinin talep çatışması, ortak paylaşım, takdir etme, iş-ev çatışması, ev işlerinin paylaşımı gibi bir çok değişken ile ilişkili olduğunu ve bu değişkenlerden birçoğunun eş tükenmişliğinin anlamlı birer yordayıcısı olduğunu belirtmiştir (Akt. Çapri, 2013). Grup rehberliği programının sekizinci oturumunda "evlilik ve aile hayatı" konusu işlenmiştir. Bu oturumda engelli çocuğa sahip olmanın ortaya çıkardığı iletişim sorunları ve eş ile yaşanan çatışmalar ele alınarak, eş ilişkisinin geliştirilmesine odaklanılmıştır. Literatürde evlilik ilişkisinin geliştirilmesini amaçlayan programların özellikle iletişim becerileri, çatışma çözme becerileri ve problem çözme becerileri kazandırma gibi temel beceriler üzerine yoğunlaştığı ve kazandırılan becerilerin, eşler arası ilişkileri ve evlilik doyumunu geliştirdiği görülmektedir (Deveci, 2013; Duran ve Hamamcı, 2010; Hahlweg ve Richter, 2010; Kalkan ve Ersanlı, 2008; Sardoğan ve Karahan, 2005). Grup rehberliği programına

katılan annelerin bu oturumlara ilişkin kazanımlara erişmiş olmaları ve evlilik ilişkileri ile eş ilişkilerini geliştirmiş olabilecekleri, buna bağlı olarak da eş tükenmişliği puanlarının azalmış olabileceği düşünülmektedir.

Tükenmişlik konusunda eşlerle yapılan araştırma sonuçlarının büyük bir çoğunluğunda, kadınların erkeklerden daha yüksek düzeyde tükenmişlik yaşadığı tespit edilmiştir (Çapri, 2008; Pines, 1989). Yapılan çalışmalarda, engelli çocuğa sahip annelerin tükenmişlik düzeylerinin babalardan yüksek olduğu rapor edilmiştir (Duygun, 2001; Yıldız, 2015). Araştırma grubunun çalışan annelerden oluşması, özellikle Türk toplumundaki eşler arasındaki iletişimin, erkeklerden çok kadınlar için oldukça önemli bir değişken olması, iletişimin engelli çocuğa sahip çalışan anneler için eş tükenmişliği ile başa çıkmada bir tampon görevi üstlenmiş olabileceğini (Çapri, 2008) düşündürmektedir.

Grup rehberliği uygulamaları yeni bilgi ve becerilerin öğrenildiği böylelikle farkındalıkların arttığı uygulamalardır. Engelli çocuğa sahip ebeveynlerin aile rehberliği yardımı alması stres düzeylerinin önemli bir yordayıcısıdır. Zihinsel engelli çocuğa sahip annelerle yapılan çalışmalarda, eğitime katılan annelerin stres düzeylerinde azalma, iletişim ve sorun çözme becerilerinde artma olduğu belirlenmiştir (Bıçak, 2009; Gammon ve Rose, 1991). Yurdakul, Özekes ve Sarısoy (2000) araştırmalarında, anne ve babaların stresleriyle baş ederken daha çok bilgi edindikleri, problemi çözmek için her yolu denedikleri sonucuna ulaşmıştır. Dikici (1990) engelli çocuğa sahip annelere yönelik grup rehberliğinin deney grubundaki annelerin çocuklarına yönelik tutumlarında uygulama öncesine göre olumlu yönde anlamlı farklılaşma olduğunu belirlemiştir. Kontrol ve deney grubundaki çalışan annelerin tükenmişlik düzeyleri grup rehberliği programına katılıp katılmadığına göre değişmekte ve grup rehberliği programı annelerin tükenmişlik düzeylerini azaltmaktadır. Grup rehberliği programlarına katılan çalışan annelerin öğrendikleri yeni bilgilerle engelli çocuğa sahip olmanın getirdiği güçlüklerle daha kolay baş edebilecekleri, stres düzeyinin azalabileceği ve uyum sağlayabilecekleri düşünülmektedir. Grup rehberliği programına katılan engelli çocuğa sahip çalışan annelerin, eş ile iletişim, engelli çocuğun evlilik ilişkisine ve meslek hayatına etkileri ve kazanılan yeni bilişsel becerilerin deney grubunun eş ve mesleki tükenmişlik son test puanlarının azalmasında etkili olduğu söylenebilir.

Deney grubunda uygulanan program sonucunda gözlenen değişime etki eden faktörlerden biri de grubun iyileştirici (terapötik) etkisidir. Grup sürecinde yalnız olmadıklarını, sorunların kendine özgü olmadığını belki de ilk kez fark ederler. Bu farkına varış anneler için rahatlatıcı ve güven verici bir deneyimdir. Ayrıca grup uyumunun, anneler arasında oluşan güven duygusunun, yaklaşmanın, bilgilendirilmelerinin iyileştirici etkisi olduğu düşünülmektedir. Nitekim grup rehberliği programının son oturumunda engelli çocuğa sahip olmaktan kaynaklanan ve benzer sorunlar yaşayan kadınlarla bir arada olmanın farkındalığı arttırdığı, rahatlatıcı olduğu ve her hafta oturumlara katılarak kendilerine evliliklerine ve çocuklarına yönelik farkındalıklarının arttığını ve problem çözme konusunda kendilerini daha yetkin hissettikleri ifade etmişlerdir. Engelli çocuğa sahip annelerin başkalarından ilgi görme değerli ve yetkin olduğunu hissetme, bilme gibi karşılanması gereken ihtiyaçları bulunmaktadır. Ayrıca anneler, engelli çocuğa sahip diğer annelerle birlikte olmak, yakın ilişkiler kurmak, bilgi ve becerilerini paylaşmak ve yalnız olmadıklarını bilmek isterler (Sucuoğlu, 2009). Grup uyumunun yüksek olduğu gruplarda üyeler kendilerini daha çok açar. Diğer üyelerinin kendilerine benzer sorunları olduğunu gördüklerinde duygularını daha fazla ifade ederler. Bu çalışmada deney grubunda yer alan çalışan annelerin böylesi bir yaşantı geçirmiş olmalarının ve grup üye sayısının az olması durumlarının grubun iyileştirici (terapötik) etkisini arttırdığı söylenebilir.

Grup rehberliği programına katılan annelerin mesleki ve eş tükenmişlik düzeylerinde deneysel işlem öncesine göre gözlenen değişimin, kontrol grubundaki annelerin tükenmişlik düzeyinden farklı olduğu söylenebilir. Kontrol ve deney grubundaki annelerin tükenmişlik düzeyleri grup rehberliği programına katılıp katılmadığına göre değişmektedir. Bir başka ifadeyle, grup rehberliği programı annelerin mesleki ve tükenmişliği düzeylerini azaltmaktadır. Diğer yandan grup rehberliği programının işle bütünleşme düzeylerinin artırılmasında yeterince etkili olmadığı söylenebilir. Kontrol grubunda herhangi bir müdahalenin yapılmaması ve öntest

sontest puanları arasında değişimin olmaması, deney grubuna uygulanan grup rehberliği programına katılan annelerin eş ve mesleki tükenmişlik düzeylerine olumlu etkisinin olduğunu gösteren bir bulgu şeklinde yorumlanabilir. Grup rehberliği programına katılan çalışan anneler ile programa katılmayan annelerin mesleki tükenmişlik ve eş tükenmişliği düzeyleri arasındaki farklılığın annelerin grup ortamında ve program aracılığıyla bilişsel, sosyal ve duyuşsal gereksinimlerinin karşılanmış olmasından kaynaklandığı şeklinde yorumlanabileceği düşünülmektedir.

Deney ve kontrol grubunda yer alan çalışan annelerin mesleki tükenmişlik sontest puan ortalamaları ile 2 ay (8 hafta) sonra uygulanan izleme testi puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olup olmadığı sınıanmıştır. Hem deney hem de kontrol gruplarındaki annelerin mesleki tükenmişlik puanlarında zaman içerisinde anlamlı bir değişim olup olmadığını belirlemek amacıyla bağımlı gruplar için t testi uygulanmıştır. Uygulanan bağımlı gruplar için t testi sonuçlarına göre, deney grubunda yer alan annelerin mesleki tükenmişlik, eş tükenmişliği sontest puan ortalamaları izleme testi toplam puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu, işle bütünleşme izleme testi puan ortalamalarının, sontest puan ortalamalarına göre daha düşük olmakla birlikte gözlenen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür. Bu bulgulara dayanarak programın etkilerinin 2 ay (8 hafta) sonra da devam ettiği söylenebilir. Bu durumun çalışan annelerin grup ortamında kazandıkları bilgi ve becerileri mesleki ve günlük yaşamlarına aktardıkları şeklinde yorumlanabileceği düşünülmektedir.

Bu araştırmada grup rehberliği programının engelli çocuğa sahip çalışan annelerin mesleki tükenmişlik, işle bütünleşme ve eş tükenmişliği düzeylerine etkisi incelenmiş ve aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır.

1. Deney grubunda yer alan annelerin mesleki tükenmişlik ve eş tükenmişliği öntest puanlarına göre sontestten aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark olduğu, işle bütünleşme öntest puanlarına göre sontestten aldıkları ortalama puanlar arasında ise anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.
2. Deney ve kontrol gruplarında yer alan annelerin mesleki tükenmişlik ve eş tükenmişliği öntest puanlarına göre düzeltilmiş sontestten aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark olduğu, işle bütünleşme öntest puanlarına göre düzeltilmiş sontestten aldıkları ortalama puanlar arasında ise anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur. Bu durumda grup rehberliği programına katılan annelerin mesleki tükenmişlik ve eş tükenmişliği düzeylerinde deneysel işlem öncesine göre gözlenen değişimin kontrol grubundaki annelerin mesleki ve eş tükenmişliği düzeyinden farklı olduğu görülmüştür. Bir başka ifadeyle, kontrol ve deney grubundaki annelerin mesleki ve eş tükenmişliği düzeylerinin grup rehberliği programına katılıp katılmadığına göre değiştiği ve grup rehberliği programının annelerin mesleki ve eş tükenmişliği düzeylerini azalttığı bulunmuştur. Diğer yandan, grup rehberliği programına katılan annelerin işle bütünleşme puanları açısından bakıldığında ise deneysel işlem öncesine göre gözlenen değişimin kontrol grubundaki annelerin işle bütünleşme puanlarından farklı olduğu, ancak ortaya çıkan bu farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür.
3. Eta-kare değerlerine göre, farklı işlem gruplarında olmanın öntest puanlarından bağımsız olarak hem mesleki tükenmişlik son test puanlarındaki değişkenliğin %39.7'sini, hem de eş tükenmişliği son test puanlarındaki değişkenliğin %16.7'sini geniş etki büyüklüğünde açıkladığı görülmüştür.
4. Deney grubunda yer alan annelerin mesleki tükenmişlik ve eş tükenmişliği sontest puan ortalamalarının izleme testi toplam puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu, işle bütünleşme izleme testi puan ortalamalarının ise sontest puan ortalamalarına göre daha düşük olmakla birlikte gözlenen bu farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulunmuştur.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda geliştirilen öneriler aşağıda sunulmuştur.

1. Grup rehberliği programının engelli çocuğa sahip çalışan annelerin eş ve mesleki tükenmişlik puanlarının azaltılmasında etkili olduğu belirlenmiştir. Engelli çocuğa sahip

çalışan anneler için hazırlanan bu programın benzer özelliklere sahip çalışan annelere okul psikolojik danışmanları ve Rehberlik ve Araştırma Merkezi'nde görevli uzmanlar tarafından uygulanmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

2. Bu araştırmanın deney grubu, Konya ili merkez ilçelerinde yaşayan ve farklı engel türlerinden engelli çocuğa sahip 13 çalışan anne ile sınırlıdır. Bu nedenle programın farklı sayıda katılımcı ile hem bu araştırma kapsamında yer alan, hem de diğer engel türlerinden çocuğa sahip çalışan annelerden oluşturulacak gruplarda test edilmesi yararlı olabilir.
3. Yeni yapılacak çalışmalarda annelerin eğitim durumu, gelir düzeyi, yaşadığı yer, mesleği, çocuğunun engel türü gibi sosyo-demografik özellikler dikkate alınarak araştırma grupları oluşturulabilir. Bu gruplarda program uygulanıp sınıanabilir ve elde edilen sonuçların farklılığı test edilebilir.
4. Grup rehberliği çalışmasına ek olarak ihtiyaç duyan engelli çocuğa sahip çalışan annelere gevşeme eğitimi, çatışma çözme, stres ve tükenmişlikle başa çıkma vb. konularında kişisel rehberlik ve aile danışmanlığı çalışmaları yapılabilir.
5. Bu grup rehberliği programı engelli çocuğa sahip çalışan babalara da uygulanarak annelerden elde edilen sonuçlarla karşılaştırılabilir. Annelere uygulanan programların yansira babalara yönelik yeni programlar hazırlanabilir. Ayrıca hazırlanacak yeni programlarla anne ve babaların beraber alındığı grup rehberliği uygulamaları yapılabilir.
6. Grup rehberliği programının engelli çocuğa sahip çalışan annelerin eş ve mesleki tükenmişlik puanlarının azaltılmasına yönelik ilk program olması, Türkiye'de Rehabilitasyon Danışmanlığı alanının gelişimine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Abbas, Q., Ahmad, R. ve Ahmad, S. (2015). Co-morbidity of mental health problems among working and non-working mothers of children with intellectual disability. *Journal of pakistan psychiatric society*, 12(4).
- Akgün, E. (2014). Stress and burnout among mothers. *Journal of Human Sciences*, 11(2), 238-250.
- Aslan, M. A. (2017). *Zihinsel engelli bireye sahip olan ebeveynlerin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ataman, A. (2003). *Özel eğitime muhtaç olmanın nedenleri*. A. Ataman (Yay. haz.). Özel Eğitime Giriş. Ankara: Gündüz Eğitim Yayıncılık.
- Avşaroğlu, S. ve Gilik, A. (2017). Özel gereksinimli çocuğa sahip anne-babaların kaygı durumlarına göre umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 16(3), 1022-1035.
- Aysan, F. ve Özben, Ş. (2007). Engelli çocuğu olan anne babaların yaşam kalitelerine ilişkin değişkenlerin incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22,1-6.
- Bagenholm, A. ve Gillberg, C. (1991). Psychosocial effects on siblings of children with autism and mental retardation: a population-based study. *Journal of Mental Deficiency Research*, 35, 291-307.
- Baltaş, Z. ve Baltas, A. (2008). *Stres ve başa çıkma yolları*. (25. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Batık, M. V. (2012). Psikolojik destek programının zihinsel yetersizliği olan çocukların annelerinin umutsuzluk ve iyimserlik düzeylerine etkisi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(1), 64-87.
- Bıçak, N. (2009). *Otizmlı çocukların annelerinin yaşadıklarının belirlenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Bilal, E. ve Dağ, İ. (2005). Eğitilebilir zihinsel engelli olan ve olmayan çocukların annelerinde stresi stresle başa çıkma ve kontrol odağının karşılaştırılması. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 12(2), 56-68.
- Bristol, M., Gallagher, J. ve Holt, K. (1993). Maternal depressive symptoms in autism: Response to psychoeducational intervention. *Rehabilitation Psychology*, 38(1), 3-10.

- Brown, R. I., MacAdam-Crisp, J., Wang, M. ve Iarocci, G. (2006). Family quality of life when there is a child with a developmental disability. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 3(4), 238-245.
- Büyükköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı (17. Baskı)*. Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Canpolat, M. (2012). *Grup rehberliği programının zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin stres düzeylerine etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Cin, A. (2001). *Grup rehberliğinin özürlü çocuğu olan anne babaların kaygı düzeylerinin azaltılmasındaki etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Cin, A. ve Kılıç, M. (2005). Özürlü çocuğu olan anne babaların kaygı düzeylerini azaltmaya yönelik bir grup rehberliği uygulaması. *DeneySEL olarak sınanmış grupla psikolojik danışma ve rehberlik programları II*. S. Erkan ve A. Kaya (Yay. haz.). Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Çapri, B. (2006). Tükenmişlik ölçeği'nin Türkçe uyarlama geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 62-77.
- Çapri, B. (2008). *Eş tükenmişliğini yordayan değişkenlerin incelenmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Çapri, B. (2013). Tükenmişlik ölçeği-kısa formu ile eş tükenmişlik ölçeği-kısa formu'nun Türkçe uyarlaması ve psikoanalitik-varoluşçu bakış açısından mesleki ve eş tükenmişlik ilişkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(3), 1393-1418.
- Çıkkılı, Y., Çalıkçı, N., Dilmaç, B. ve Koçak, F. (2009). Zihinsel engelli çocuğa sahip olan annelerin kaygı düzeylerini azaltıcı eğitim programının annelerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerine etkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 24, 65-70.
- Danner-Vlaardingerbroek, G., Kluwer, E. S., Van Steenberg, E. F. ve Van der Lippe, T. A. G. (2013). Knock, knock, anybody home? Psychological availability links work and the partner relationship. *Personal Relationships*, 20, 52-68.
- 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), 954-65.
- Dereli, F. ve Okur, S. (2008). Engelli çocuğa sahip olan ailelerin depresyon durumunun belirlenmesi. *Yeni Tıp Dergisi*, 25, 164-168.
- Deveci, H. (2013). *Aile eğitim programının kadın eşlerin eş tükenmişliği düzeyine etkisi* (Doktora tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Dikici, A. (1990). *Zihinsel engelli çocukların annelerine yönelik grup rehberliğinin tutum değişimi açısından etkililiği* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Duran, S. (2014). *Zihinsel engelli bireylerin ebeveynlerine verilen psikoeğitimin öznel iyi oluş ve öz duyarlılığa etkisinin değerlendirilmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Duran, Ş. ve Hamamcı, Z. (2010). Evlilik öncesi ilişki geliştirme programının romantik ilişkiler yaşayan üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve çatışma iletişim tarzları üzerine etkisinin incelenmesi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 6(23), 87-99.
- Duy, B. (2003). *Bilişsel-davranışçı terapi yaklaşımına dayalı grupla psikolojik danışmanın yalnızlık ve fonksiyonel olmayan tutumlar üzerine etkisi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Duygun, T. (2001). *Zihinsel engelli ve sağlıklı çocuk annelerinde stres belirtileri, stresle başa çıkma tarzları ve algılanan sosyal desteğin tükenmişlik düzeyine olan etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Duygun, T. ve Sezgin, N. (2003). Zihinsel engelli ve sağlıklı çocuk annelerinde stres belirtileri, stresle basa çıkma tarzları ve algılanan sosyal desteğin tükenmişlik düzeyine olan etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(52), 37-52.
- Erkuş, A. (2013). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Esdaile, S. A. ve Greenwood, K. M. (2003). A comparison of mothers and fathers experience of parenting stress and attributions for parent child interaction outcomes. *Occup Ther Int*, 10, 115-26.
- Fisman, S. N., Wolf, L.J., Noh, S. ve Speechley, M. (1989). Brief report: psychological effects of parenting stress on parents of autistic children. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 19, 157-166.
- Gammon, E. A. ve Rose, S.D. (1991). The coping skills training program for parents of children with developmental disabilities: An experimental evaluation. *Research On Social Work Practice*, 1, 244-256.
- Glidden, L. M. ve Schoolcraft, S. A.(2003). Depression: its trajectory and correlates in mothers rearing children with intellectual disability. *J Intellect Disabil Res*, 47,250-63.
- Gündüz, B., Çapri, B. ve Gökçakan, Z. (2013). Mesleki tükenmişlik, işle bütünleşme ve iş doyumunu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Journal Of Educational Sciences Research*, 3(1), 29-49.
- Hahlweg, K. ve Richter, D. (2010). Prevention of marital instability and distress. Results of an 11-year longitudinal follow-up study. *Behaviour Research and Therapy*, 48(5), 377-383.
- Hallberg, U. E. ve Schaufeli, W. B. (2006). "Same same" but different? Can work engagement be discriminated from job involvement and organizational commitment? *European Psychologist*, 11(2), 119-127.
- Hastings, R. P. (2003). Child behaviour problems and partner mental health as correlates of stress in mothers and fathers of children with autism. *J Intellect Disabil Res*, 47, 231-237.
- Herr, E. L. ve Cramer, S. H. (1996). *Career guidance and counseling through the life span: systematic approaches (5th Ed.)*. New York: Harper.
- Kalkan, M. ve Ersanlı, E. (2008). Bilişsel-Davranışçı yaklaşıma dayalı evlilik ilişkisini geliştirme programının evli bireylerin evlilik uyumuna etkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 8(3), 963-986.
- Kaner, S. (2004). *Engelli çocukları olan ana babaların algıladıkları stres, sosyal destek ve yaşam doyumları*, Yayınlanmamış Araştırma Raporu, Ankara Üniversitesi, Bilimsel Araştırma Projeleri, Ankara.
- Karaçengel, F. (2007). *Zihinsel engelli çocuğa sahip anneler ile sağlıklı çocuğa sahip annelerin atılacak ve suçluluk-utanç düzeyleri açısından karşılaştırılması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karpat, D. (2011). *Yaygın gelişimsel bozukluk tanısı alan çocukların ebeveynlerinin yaşadığı yas tepkilerinin, evlilik uyumlarının ve sosyal destek algılarının incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Kavak, S. (2007). *Algılanan aile yakınları destek ölçeğinin geliştirilmesi ve 0-8 yaş arası engelli çocuğu olan annelerin yakınlarından aldığı desteği algulamaları* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kuzgun, Y. (2000). *Rehberlik ve psikolojik danışma. 7. baskı*. Ankara: ÖSYM Yayınları.
- Okanlı, A, Ekinci, M, Gözüağca D. ve Sezgin S. (2004). Zihinsel engelli çocuğa sahip ailelerin yaşadıkları psikososyal sorunlar, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 1, 1-8.
- Özgül, İ. E. (1999). *Çağdaş eğitimde psikolojik danışmanlık ve rehberlik*. Ankara. Pdrem Yayınları.
- Özokçu, O. ve Canpolat, M. (2013). Grup rehberliği programının zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin stres düzeylerine etkisi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24, 181-196.
- Pines, A. M. (2005). The burnout measure short version (BMS). *International Journal of Stress Management*, 12, 78-88.

- Pines, A. M. (1996). *Couple burnout: Causes and cures*. New York: Routledge.
- Pines, A. M. (1989). Sex differences in marriage burnout. *Israel Social Science Research*, 5, 60-75.
- Pines, A. M., Neal, M. B., Hammer, L. B. ve Icekson, T. (2011). Job burnout and couple burnout in dual-earner couples in the sandwiched generation. *Social Psychology Quarterly*, 74, 361-386.
- Pines, A. M., ve Aronson, E. (1988). *Career burnout: Causes and cures*. New York: Free Press.
- Sardoğan, M. E. ve Karahan, T. F. (2005). Evli bireylere yönelik bir insan ilişkileri beceri eğitimi programı'nın evli bireylerin evlilik uyum düzeylerine etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), 89-102.
- Sarı, H. Y. (2007). Zihinsel engelli çocuğu olan ailelerde aile yüklenmesi. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 11(2), 1-7. Erişim adresi: <http://eskidergi.cumhuriyet.edu.tr/makale/1612.pdf>
- Schaufeli, W. B., Salanova, M., Gonzalez-Roma, V. ve Bakker, A. B. (2002). The measurement of burnout and engagement: A two sample confirmative analytic approach. *Journal of Happiness Studies*, 3(1), 71-92.
- Sucuoğlu, B. (2001). *Özürlü çocuğu olan anne babaların gereksinimlerinin belirlenmesi, Küçük adımlar erken eğitim programı*, Zihinsel Engelliler Destek Derneği, İstanbul, 5, 3-75.
- Tamer, M. (2010). *Zihinsel engelli çocuk annelerinde stres yönetimi eğitiminin etkileri* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Toros, F. (2002). Zihinsel ve/veya bedensel engelli çocukların annelerinin anksiyete, depresyon, evlilik uyumunun ve çocuğu algılama şeklinin değerlendirilmesi. *T Clinic Journal of Psychiatry*, 3, 45-52.
- Uğuz, Ş., Toros, F. ve İnanç, B. Y. (2004). Zihinsel ve/veya bedensel engelli çocukların annelerinin anksiyete, depresyon ve stres düzeylerinin belirlenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 7, 42-47.
- Verep, S. (2005). *Zihinsel engelli çocuk annelerine verilen hemşirelik eğitiminin annelerin tükenmişliğini azaltmaya etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Yıldırım, A., Aşilar, R. H. ve Karakurt, P. (2012). Engelli çocukların annelerinin ruhsal durumlarının belirlenmesi. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 20(3), 200-209.
- Yıldırım, S. ve Arı, R. (1997). *Zihinsel engelli çocukların aileleriyle sorunlara yönelik bir eğitim çalışması*. 4. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi Bildirileri. Anadolu Üniversitesi, 477-483.
- Yıldız, C. (2015). Zihinsel engelli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumları ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Toros Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Yurdakul, A., Özekes, M. ve Sarısoy, M. (2000). Otistik ve zihinsel engelli çocuğu olan ailelerin stresle baş etme yolları: Anne-baba farklılıkları. *Saray Rehabilitasyon Dergisi*, 7, 6-17.
- Yüksel, M. Y. ve Eren, B. S. (2007). Otistik çocuğa sahip ailelerle yapılan grupla psikolojik danışma çalışmasının ailelerin depresyon ve problem çözme becerileri üzerine etkisi. *Eğitim Bilimleri Dergisi*, 25(25), 197-210.

Extended Abstract

Introduction

In the formation of the unity of family, which is considered to be one of the most basic units of the society, children constitute the most important element in the sociological sense (Ataman, 2003). It is a traumatic and stressful life event for the parents who expect to have a normal and healthy child to learn that they will have a disabled child (Bilal & Dağ, 2005; Okanlı, İkinci, Gözüağca & Sezgin, 2004). The incidence of mental disorders in parents having disabled children is higher than in those having no disabled children. It is stated that having a disabled or sick child

is the reason of the conflicts in the family, the problems in married life and unhealthy relationships (Baltaş & Baltaş, 2008; Karpat,2011).a

A mother is a person who has a profound impact on the child's life, takes great care of her child and provides a primary care. It is agreed that the mothers have more active roles in the family than the fathers (Brown, Macadam-Crisp, Wang & Iarocci, 2006). According to Pines (1996), despite the advances in women's social status in recent years, it is very difficult for them to carry two full-time workloads as a result of a combination of home and occupation. For working mothers, it may be possible for them to spend more energy for the care of a disabled child and to give up their roles in the business life and in the family life due to a work-home conflict. Mothers with a disabled child may have a feeling of burnout (Duygun & Sezgin, 2003). It has been determined that the burnout levels of mothers and fathers with severe mentally disabled children are higher than the burnout levels of mothers and fathers with mild mentally disabled children (Aslan, 2017; Yıldız, 2015). Burnout damages the personal and social adjustment of the employees, affects their attitudes towards their jobs, and reduces their work engagement. Unlike the burnout, the concept of work engagement refers to a structure in which the employees are focused on their jobs with a high level of energy and identify with their work by devoting themselves (Hallberg & Schaufeli, 2006). Burnout and work engagement are important and independent structures that affect the performance of the employees, and there is a negative relationship between them (Schaufeli & Bakker, 2004, as cited in Çapri, 2013).

When the literature is reviewed, it has been seen that there is no research designed as an experimental model about the group guidance for the occupational burnout, work engagement and couple burnout of the parents who have a disabled child in Turkey. Thus, it is thought that it is necessary to reveal to what extent the group guidance program affects the levels of “occupational burnout”, “work engagement” and “couple burnout” of the working mothers having a disabled child. There is a need for the group guidance programs to be prepared for reducing the working mothers’ couple and occupational burnout and for increasing their work engagement levels. It is thought that the working mothers participating in group guidance programs will have reduced levels of occupational and couple burnout and increased levels of work engagement.

The general objective of this research is to examine to what extent the group guidance program affects the levels of occupational burnout, work engagement and couple burnout of the working mothers having a disabled child. For this general objective, an answer was sought to the question “Does the group guidance program have an effect on the levels of occupational burnout, work engagement and couple burnout of the working mothers having a disabled child?”

Metod

Study group of this study using random design with pretest-posttest control group in the full (real) experimental design consisted of 26 individuals that were selected among working mothers with disabled children in the age range of 3-16 who had been educationally evaluated and diagnosed by Guidance and Research Center in Selçuklu, Meram and Karatay central districts of Konya province and were randomly assigned to experimental (13 people) and control (13 people) group. In the study, the data were collected by using Burnout Measure-Short Form (BM-SF), Couple Burnout Measure -Short Form (CBM-SF), Utrecht Work Engagement Scale (UWES) and “Personal Information Form” developed by researchers. Developed by researchers, group guidance program was applied to the experimental group once a week for 10 weeks in totally 10 sessions, 90 minutes for each session. On the other hand, no procedure was performed with the control group. Statistical analysis of the data obtained from the study was conducted by using the SPSS 16.0 package software. The data were analyzed by using Shapiro-Wilk test, dependent and independent samples t-test, Levene test for testing the homogeneity of variances and covariance analysis (ANCOVA) for the purpose of examining whether or not group guidance program affected occupational burnout, work engagement and couple burnout levels of working mothers with disabled children.

Result and Discussion

In this research, it has been determined that the group guidance program is effective in reducing the couple and occupational burnout scores of the working mothers who have disabled children. This result is similar to the results of the researches for which an effect of the interventions made in the researches for the mothers with disabled children in the literature has been observed.

Based on the burnout models of Maslach (1982) and to Pines and Aronson (1988), it can be said that the individual's needs such as personality traits, goals and targets, social approval and job satisfaction may lead to burnout (as cited in apri, 2013). The content of the group guidance program implemented in this research is closely related to the variables predicting the burnout, such as business life and stress, communication skills, problem solving skills, and a positive perspective. The achievements in the program are thought to be effective in reducing the occupational burnout scores of the working mothers. Given that the occupational burnout is an important predictor of the couple burnout, it can be said that a reduction in the occupational burnout scores is also effective in reducing the couple burnout scores, and that this effect is mutual.

Group guidance implementations are the ones in which new knowledge and skills are learned, thereby increasing the awareness. Have the parents received the family guidance is an important predictor of the stress levels. In the researches with mothers having a mentally disabled child, it has been determined that the mothers have reduced levels of stress and enhanced communication and problem solving skills (Bıak, 2009; Gammon & Rose, 1991). The burnout levels of the working mothers in the control and experimental groups vary according to whether they participate in the group guidance program and the group guidance program reduces the burnout levels of the mothers. It can be said that the variables such as communication with the husbands, effect of a disabled child on the married life and the business life, and newly obtained cognitive skills, for the mothers with disabled children, who participate in group guidance program, may have an effect on the posttest scores of the couple and occupational burnout scores of the experimental group.

In this research, the effect of the group guidance program on the occupational burnout, work engagement and couple burnout levels of the working mothers with disabled children has been examined and the following results have been obtained.

1. It was found that there was a significant difference between the mean scores obtained from the posttest by the mothers in the experimental group as compared to their pretest scores for the occupational and couple burnout, whereas there was no significant difference between the mean scores obtained from the posttest as compared to the pretest scores for the work engagement.
2. It was found that there was a significant difference between the mean scores obtained from the posttest by the mothers in both experimental and control groups as compared to the pretest scores for the occupational and couple burnout, whereas there was no significant difference between the mean scores obtained from the corrected posttest as compared to the pretest scores for the work engagement. In this case, it was seen that the change in the occupational and couple burnout levels of the mothers participating in the group guidance program as compared to the pre-experimental treatment was different from the occupational and couple burnout levels of the mothers in the control group.
3. According to the eta-squared values, it was seen that being in different treatment groups explained both 39.7% of the variability in the posttest scores of the occupational burnout and 16.7% of the variability in the posttest scores of the couple burnout in terms of the large effect size, independently of the pretest scores.
4. It was found that the posttest score averages for the occupational and couple burnout of the mothers in the experimental group were higher than the total score averages of the follow-up test, whereas the score averages of the follow-up test for the work engagement were lower than the posttest score averages, although this difference was not statistically significant.

According to the results the research, it is thought that the application of this program prepared for the working mothers with disabled children to the working mothers with the similar characteristics by the psychological counselors of the schools and the experts working in the Counseling and Research Centers will be useful. In addition to the group guidance, personal and family guidance about the subjects such as relaxation practices, conflict resolution, coping with stress and burnout and the like, may be provided to the working mothers having a disabled child in need of such guidance.