

Özel Eğitimde Aile Eğitimi

ÖZEL EĞİTİM III.

V-AİLEDE BEKLENTİ, TUTUM VE STRES-2

Aile üyelerinden kaynaklanan stres

- ▶ Aile büyükleri → yetersizliğin doğasını daha az anladıkları zaman aile bireylerinden, çocuktan ve akrabalarından gerçekte uyuşmayan beklentiler içerisine girebilmekte, bu beklentileri ifade ederek stres düzeyini yükseltebilmektedirler.
- ▶ Kardeşler → Kendilerini suçlu hissedebilir, yetersizliği olan kardeştan utanç duyabilir, kardeşinin yetersizliğini telafi etmek için başarılı olma baskısı hissedebilir (Bayhan, 2001; Bayhan ve Şipal, 2004).
 - ▶ Yetişkinlerin yaşadıklarına benzer duygular yaşayabilirler ancak baş etme stratejileri tam gelişmediği için ve yeterli deneyimleri olmadığı için daha yoğun stres yaşayabilirler.

Uzmanlardan kaynaklanan stres

- ▶ Ailenin duygularına karşı tavır
- ▶ Uzmanın ailenin kültürel yapısı ve aile yapısını algılama düzeyi
- ▶ Uzmanın özyeterliliği
- ▶ Uzman, ailenin kültürel ve dini değerlerine saygı duymalı, doğrudan umut kırıcı davranış, tavır ve söylemlerden uzak durmalıdır

Stres yönetimi

- ▶ Kişinin, karşılaşılan stres durumuyla ruhsal bunalım veya fiziksel semptomlar geliştirmeksizin başa çıkmasını mümkün kılan becerilerdir (Budak, 2000).
- ▶ **Stresin kaynağı doğru olarak tanılanmalıdır.**

▶ Aile stresinin potansiyel kaynakları

- ▶ Günlük bakım için harcanan zamanın çok fazla artması ve/ya da tıbbi bakım ihtiyaçlarının yoğunluğu veya uzun sürmesi, ebeveynlik sorumluluklarının artması
- ▶ Ekonomik sorumlulukların artması
- ▶ Sağlık ve eğitim uzmanları ile iletişime geçme
- ▶ Karar alma süreçlerinin kontrolünü kaybetme
- ▶ Sosyal iletişim ağında yer alanlar ile çelişkiye düşme
- ▶ Kültürel talepler ve karmaşa
- ▶ İhtiyaçları karşılamayan ya da yetersiz destek hizmetleri

- ▶ Çocuğun gelişiminde bir aşamadan diğer aşamaya geçişler ve önemli olaylar
- ▶ Çocuğun bireysel yetersizlikleri
- ▶ Diğer aile üyelerinin talepleri

- ▶ Ailenin dayanıklılığı ve aileyi çevreleyen destek sistemleri ailenin stresle başa çıkmasını etkiler
- ▶ Ailenin dayanıklılığı, **aile üyelerinin bireysel dayanıklılığı, aile içi etkileşim ve aile üyelerinin birbirini destekleme düzeyi** ile belirlenir.
- ▶ Bireysel dayanıklılık, bireylerin kendi kişilikleri hakkındaki bilgileri, becerileri, deneyimleri, tutumları ve inançları tarafından yapılandırılır ve bu değişkenler ile devamlı ilişki içerisinde kalır.
 - ▶ Öz yeterlilik algısı ve özgüven de bireysel dayanıklılığı etkiler.

- ▶ Aile içi etkileşim, bireysel dayanıklılığın aile içinde nasıl paylaşıldığını ve bireysel dayanıklılığın aile sistemine nasıl yansıdığını belirler.
- ▶ Sağlıklı aile içi etkileşim olmadığında, aile bireylerinin aileye kazandırdığı olumlu etkiler bile olumsuz sonuçlara neden olabilir.
- ▶ Aile içi etkileşim sayesinde, aile üyesi çok baskı altındaysa görev ve sorumlulukları azaltılabilir.
- ▶ Toplumsal destek sistemleri → kurum ve kuruluşlar + bu kurumlardaki uzmanlar + ailenin sosyal çevresi

Stresle başa çıkmanın kuramsal modelleri

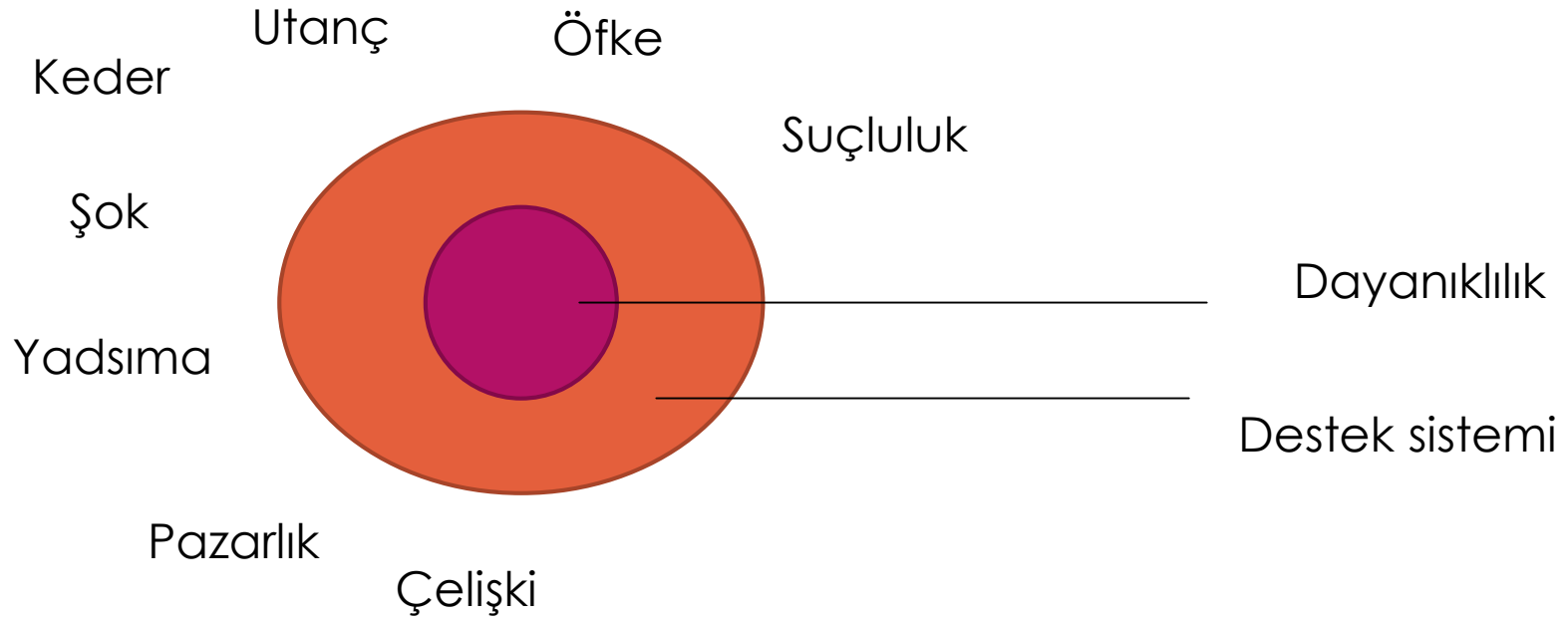
- ▶ Aile Sistemler Yaklaşımı
- ▶ Hilton Başa Çıkma Modeli

▶ Aile sistemler yaklaşımı

- ▶ A) girdiler/çıktılar
- ▶ B) bütün sistemin ve alt sistemlerin tasarımı
- ▶ C) sınırlar
- ▶ Girdiler, aile özellikleri, aile bireylerinin bireysel özellikleri ve ailenin yüzleştiği özel zorluklardan oluşur.
- ▶ Çıktılar, aile etkileşimi anlamına gelir.
- ▶ Tasarım, ailenin tüm üyelerinin bir bütün oluşturduğu anlamına gelir.
- ▶ Sınırlar, aile üyelerinin etkileşimi ve diğer kişilerle etkileşim

- 
- ▶ Aileler eşsizdir ve dinamik bir sistemden oluşur.

► Hilton Başa Çıkma Modeli



- ▶ Bireysel kaynaklar başa çıkmayı etkiler (Seligman, 2000)
- ▶ Başa çıkma stratejilerinin beş bileşeni
 - ▶ Sosyal iletişim ağı
 - ▶ Problem çözme becerileri
 - ▶ Genel ve özel inançlar
 - ▶ Faydacıl kaynaklar
 - ▶ Sağlık/enerji/moral

- ▶ İlk ember, kişinin kişilik özellikleri, eğitimi, bakış açısı, kontrol duygusu vb. ile kültürel etmenleri içerir. Çemberin büyüklüğü kişinin dayanıklılığı ile eř orantılıdır.
- ▶ İkinci ember destek hizmetleridir. Anne baba destek grupları, sosyal hizmet kuruluşları, aile yeleri okul vb. içerir. Dıştaki bu çember iteki çembere destek olur.
- ▶ çemberlerin çevresinde bireylerin hissedebileceği duygular yer almaktadır.
- ▶ Dıştaki ember büyüdükçe destek artar ve içerideki çemberi duygusal baskılardan kurtarır. Stresin baskısı ise içerideki çemberi ailenin yoğunlaştığı duyguya doğru iter.

Özel gereksinimli çocuğa sahip aileler ve yaşam kalitesi

- ▶ Bireyin genel olarak kendini hem psikolojik hem de fiziksel yönden iyi hissetmesi, olumlu sosyal kabul gördüğünü düşünmesi ve hissetmesi ile kişisel potansiyelini gerçekleştirmek ve başarmak için olanaklara sahip olmasıdır (Park ve diğ., 2003).
- ▶ Yaşam kalitesini belirleyen altı temel alan bulunmaktadır.
 - ▶ Fiziksel olarak iyi olma (sağlıklı olma, hareket etme, beslenme, günlük etkinlikleri yerine getirme)
 - ▶ Duygusal olarak iyi olma (mutluluk, gönül hoşluğu, stresten bağımsızlık, dini inanışlarda huzur)
 - ▶ Sosyal olarak iyi olma (içtenlik, arkadaşlık, sosyal etkinlikler, sosyal, statü ve roller)

- ▶ Üretkenlik olarak iyi olma (iş ve eğitimde kişisel gelişim, boş zaman etkinlikleri ve hobiler, tercihler, otonomi, kişisel yeterlilik)
- ▶ Maddi olarak iyi olma (mülkiyet, finansal güvenlik, giyinme, barınma ve beslenme, sosyoekonomik statü)
- ▶ Yurttaş olarak iyi olma (kanunlar ile korunma, mahremiyet, yurttaşlık sorumlulukları)

Yetersizliği olan ve olmayan bireylerin yaşam kalitesi gibi bir ayırım yapmaya gerek var mıdır?

- ▶ **Ailenin yaşam kalitesi**, aile bireylerinin aile olarak birarada bulunmaktan mutlu olduğu, kendileri için önemli olan şeyleri yapma şansına sahip olabildikleri ve ailenin gereksinimlerini karşılayabildikleri koşullardır (Turnbull ve diğ., 2000)
- ▶ Aile yaşam kalitesini etkileyen alanlar;
 - ▶ Aile içi etkileşim
 - ▶ Günlük yaşam (bireylerin gereksinimlerinin karşılanması için tekrarlanan etkinlikler)
 - ▶ Ebeveynlik (çocukların bakımı ve eğitimi için anne babanın etkinlikleri)
 - ▶ Finansal olarak iyi olma

- ▶ Duygusal olarak iyi olma
- ▶ Sağlık
- ▶ Fiziksel evre (güvenlik, yaşam alanı, konfor)
- ▶ Üretkenlik
- ▶ Sosyal olarak iyi olma
- ▶ Desteklemek (bir veya daha fazla aile üyesinin yetersizliği olan çocuğun ya da ailenin çıkarlarını destekleyecek etkinlikleri gerçekleştirmesi)

Bireysel yaşam kalitesini ailenin yaşam kalitesini etkileyebilmektedir, ancak ailenin yaşam kalitesinin sınırlarını belirlememektedir.

Aile yaşam kalitesi

Aile Odaklı

Günlük Yaşam

Aile içi etkileşim

Finansal olarak iyi olma

Ebeveynlik

Birey Odaklı

Desteklemek

Sağlık

Üretkenlik

Duygusal olarak iyi olma

Fiziksel çevre

Sosyal olarak iyi olma