



Otizimli Çocuğu Olan Ailelerin Desteklenmesine Yönelik Yapılan Bilişsel Davranışçı Terapi Temelli Çalışmaların İncelenmesi¹

Investigation of Cognitive Behavioral Therapy Based Studies on Supporting Families with Children with Autism¹

Hüseyin MUTLU², Vesile YILDIZ DEMİRTAŞ³

Makale Türü⁴: Derleme

Başvuru Tarihi: 16.12.2022

Kabul Tarihi: 25.04.2023

Atf İçin: Mutlu, H. ve Yıldız Demirtaş, V. (2023). Otizimli çocuğu olan ailelerin desteklenmesine yönelik yapılan bilişsel davranışçı terapi temelli çalışmaların incelenmesi. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (AUJEF)*, 7(2), 433-452.

ÖZ: Otizimli bireylerin anne ve babaları, ebeveynlik rollerini yerine getirirken birçok zorluk yaşarlar ve genellikle diğer ebeveynlerden daha fazla olumsuz duygu durumuna sahiptirler. Bu ebeveynleri psikolojik açıdan desteklemek için kanıta dayalı müdahalelerin yapılması alanyazında birçok araştırmada önemli bir konu olarak vurgulanmıştır. Bu çalışmada, otizimli bireylerin anne babalarına yönelik gerçekleştirilen Bilişsel Davranışçı Terapi temelli araştırmaların sistematik bir incelemesi yapılmıştır. Araştırmada, dahil etme kriterlerine uyan 20 çalışma yer almıştır. Bu çalışmalar, katılımcı özellikleri, bağımlı değişkenler ve ölçme araçları, izleme çalışmaları ve sonuçlar kategorilerine göre derlenmiş ve gelecek araştırmalar için çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar sözcükler: Otizm, bilişsel davranışçı terapi, ebeveyn eğitimi

ABSTRACT: Parents of individuals with autism experience many difficulties in fulfilling their parenting roles and generally have more negative moods than other parents. Evidence-based interventions to support these parents psychologically have been highlighted as an important issue in many studies in the literature. In this study, a systematic review of Cognitive Behavioral Therapy-based research on parents of individuals with autism was conducted. The research included 20 studies that met the inclusion criteria. These studies were compiled according to the categories of participant characteristics, dependent variables and measurement tools, follow-up studies and results, and various suggestions were made for future research.

Keywords: Autism, cognitive behavioral therapy, parent education

¹Bu çalışma birinci yazarın, ikinci yazarın danışmanlığında ortaya konulan doktora tezi çalışmasından üretilmiştir.

²Doktora Öğrencisi/Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Özel Eğitim Bölümü/hmutlu145@gmail.com, ORCID: 0000-0002-1036-9528.

³Prof. Dr./ Dokuz Eylül Üniversitesi, Özel Eğitim Bölümü, Özel Yetenekliler Eğitimi Anabilim Dalı/vesile.yildiz@deu.edu.tr, ORCID:0000-0002-4202-7733.

⁴ Araştırma bir derleme çalışması olduğu için etik kurul izni alınmamıştır.

1. GİRİŞ

Otizm spektrum bozukluğu (OSB), sınırlı ilgi alanları, yinelenen davranışlar, sosyal iletişim ve etkileşimde zorluklarla karakterize olan nörogelişimsel bir bozukluktur (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Bozukluğun ortaya çıkardığı bu sonuçlar için kesin bir tıbbi tedavi yöntemi olmamakla birlikte, bu durumlar yaşam boyu hem OSB'li bireyleri hem de ailelerini birtakım zorluklar ile karşı karşıya bırakmaktadır (Matson ve Nebel-Schwalm, 2007). Beslenme (Sharp, Jaquess ve Lukens, 2013) ve tuvalet (Mruzek, McAleavey, Loring, Butter, Smith ve diğerleri, 2019) gibi öz bakım becerileri, uyku (Meltzer ve Mindell, 2008), akademik başarı (Robertson, 2010) ve kişiler arası ilişkilerde yaşanan sorunlar (Mazurek, 2014) otizmlili bireylerin yaşadıkları önemli zorluklar olarak bildirilmektedir.

OSB'li bireylerin yaşadığı bu zorluklara paralel olarak onlarla yaşayan ve bakım veren ebeveynlerin de birtakım sorunlar yaşadığı belirtilmiştir (Carter, Martinez-Pedraza ve Gray, 2009; Giallo, Wood, Jellett ve Porter, 2011). Bu konuda yapılan çalışmalarda, otizmlili çocuğu olan anne babaların tipik gelişim gösteren ve diğer farklı gelişen çocukların ebeveynlerine göre depresyon, kaygı, stres ve tükenmişlik gibi psikolojik sıkıntıları daha yoğun yaşadıkları bulunmuştur (Barroso, Mendez, Graziano ve Bagner, 2017; Bonis, 2016; Giallo ve diğerleri, 2011). Ayrıca yaşam doyumuna ve kalitesine ilişkin algılarının daha olumsuz olduğu (Eapen ve Guan, 2016; Vasilopoulou ve Nisbet, 2016) ve daha az evlilik doyumunu ve uyumu algıladıkları (Hartley, Barker, Seltzer, Greenberg ve Floyd, 2011; Karst ve Van Hecke, 2012) saptanmıştır. Ebeveynlerin yaşadığı bu sorunların otizmlili çocuklarının sergilediği uyumsuz davranışların şiddeti ve yoğunluğu ile önemli ölçüde ilişkili olduğu da bildirilmiştir (Hayes ve Watson, 2013; Krakovich, McGrew, Yu ve Ruble, 2016). Otizmlili çocuğu olan anne babaların bu yaşadıklarına ek olarak onların, tipik gelişim gösteren çocuklu anne babalara kıyasla daha yüksek düzeyde yardımsızlık ve desteksizlik algıları olduğu belirtilmiştir (Pisula ve Kossakowska, 2010). Bu nedenle bu ailelerin kanıta dayalı yaklaşımlarla eğitsel olarak desteklemenin önemli olduğu düşünülmektedir (O'Donovan, Armitage, Featherstone, McQuillin, Longley ve Pollard, 2019).

Otizmlili bireylerin ebeveynlerine yönelik eğitsel destek vermenin önemi, alanyazında birçok araştırmacının dikkatini çekmiş ve son yıllarda bu konuya ilişkin gerçekleştirilen aile eğitimi programlarında bir artış olmuştur (Cappe, Wolff, Bobet ve Adrien, 2011; Klinger, Ence ve Meyer, 2013; Parsons, Cordier, Vaz ve Lee, 2017). Programların katılımcı ebeveyn sayısına göre grup şeklinde ya da bire bir olarak uygulanma yerine göre ise bir kurumda, evde ya da uzaktan eğitim şeklinde gerçekleştirildiği görülmektedir (Özdemir, 2013). Otizmlili çocukların ebeveynlerine yönelik yapılan aile eğitimi programları hedeflenen sonuçlara göre incelendiğinde iki temel amaç karşımıza çıkmaktadır. Birincisi, otizmlili bireyin yapılan müdahalenin doğrudan yararlanıcısı olduğu ve ebeveynin bir program dahilinde terapist ya da öğretici olarak hareket etmek için eğitildiği çocuk odaklı programlardır. İkincisi ise otizme ilişkin bilgi ve deneyimlerin paylaşıldığı ve otizmlili çocuğun dolaylı yararlanıcısı olduğu, ebeveynlere psikolojik ve sosyal destek verme odaklı programlardır (Bearss, Burrell, Stewart ve Scahill, 2015).

Bu tür psiko-eğitsel programlar ebeveynlerin mental-fiziksel sağlığı, evlilik-aile yaşamları, yaşam doyumunu, algılanan yaşam kalitesi ve otizmlili çocukları ile olan ilişkileri açısından önemli görülmektedir (Preece ve Trajkovski, 2017). Nitekim bu şekilde gerçekleştirilen programların sonuçlarına bakıldığında uygulamaların aile ve otizmlili çocuklara ilişkin olumlu sonuçları olduğu gösterilmiştir (Da Paz ve Wallender, 2017; Frantz, Hansen ve Machalicek, 2018; Preece ve Almond 2008). Ayrıca otizmlili çocuğu olan ebeveynler, programları genel olarak yararlı bulduklarını ve uygulamadan memnun kaldıklarını belirtmişlerdir (Derguy, Michel, M'Bailara, Roux ve Bouvard, 2015; Mazzucchelli, Jenkins ve Sofronoff, 2018). Bu nedenle programların kanıta dayalı ve bilimsel yöntemlerle oluşturulup uygulanmış

olması son derece önemlidir (Bearss ve diğerleri, 2015). Ebeveyn eğitimlerine ilişkin yapılan araştırmalar incelendiğinde programların birçok farklı kuram ve yaklaşım temelinde uygulandığı görülmektedir. Bu uygulamalar arasında Bilişsel Davranışçı temelli programlar önemli bir yer tutmaktadır (Prevedini, Hirvikoski, Bergman, Berg, Miselli ve diğerleri, 2020). Bilişsel Davranışçı Terapi yöntemi depresyon, anksiyete bozuklukları, uykusuzluk ve stres başta olmak üzere birçok psikolojik problemin tedavisinde etkili bulunan, bireysel ve grup terapisi şeklinde uygulanabilen bir yaklaşımdır (Butler, Chapman, Forman ve Beck, 2006). Bilişsel Davranışçı Terapi ayrıca, psikolojik problemlerin sağaltımında alanındaki diğer yaklaşımlarla karşılaştırıldığında daha yüksek bir etkililiğe sahiptir (Hoffman, Asnaani, Wong, Sawyer ve Fang, 2012). Özellikle son yıllarda otizimli çocuğu olan anne babalara yönelik Bilişsel Davranışçı Terapi temelli uygulamaların artmakta olduğu ve sonuçlarına bakıldığında bu uygulamaların etkili olduğu görülmektedir (Gould, Tarbox ve Coyne, 2017; Hastings, Daley, Burns ve Beck, 2006).

Yukarıdaki bilgilere dayanarak otizimli çocuğu olan anne babalara yönelik gerçekleştirilen Bilişsel Davranışçı Terapi temelli programlarının yararlarının ortaya konulmasının önemli olduğu söylenebilir. Programların sağladığı yararlar ortaya koyulduğu takdirde daha da yaygınlaşacağı ve ebeveynlerin yaşadığı sorunların çözümlenmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu nedenle bu çalışmada otizimli bireylerin ebeveynlerine psikolojik ve sosyal destek sağlamaya yönelik gerçekleştirilen Bilişsel Davranışçı Terapi temelli uygulamaların gözden geçirilmesi amaçlanmaktadır.

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Deseni

Araştırma, otizimli çocuğu olan ebeveynlerin desteklenmesine yönelik bilişsel davranışçı temelli uygulamaların kullanıldığı çalışmaların incelenmesi amacıyla bir sistematik derleme çalışması olarak planlanmıştır. Sistematik derleme araştırmaları, belirlenen bir konuda gerçekleştirilmiş tüm çalışmaları ortaya koymak, değerlendirmek ve bu çalışmaları yorumlamak amacıyla yapılmaktadır (Petticrew ve Roberts, 2006). Çalışmanın her aşaması araştırma ve yayın etiğine uygun şekilde gerçekleştirilmiştir.

2.2. Tarama Süreci

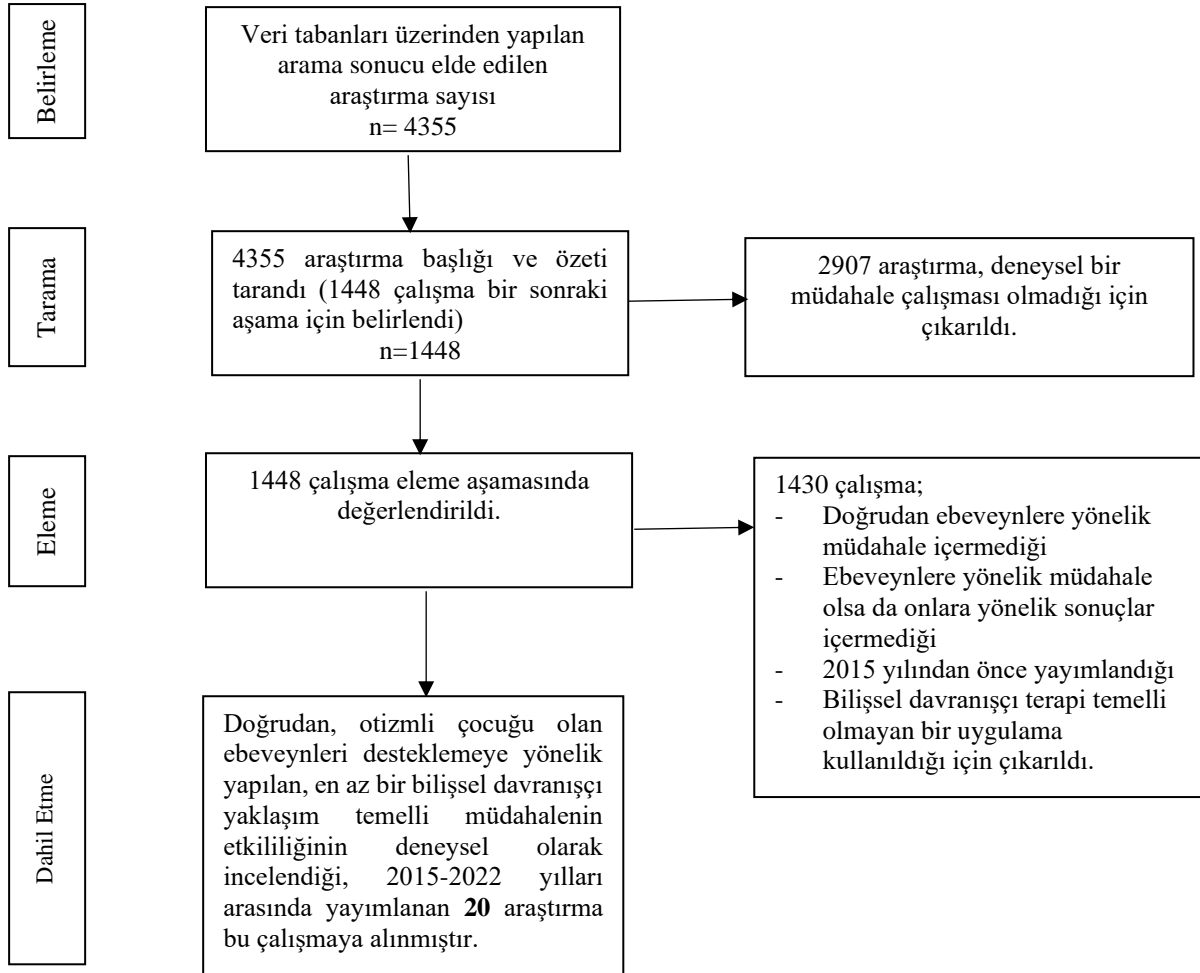
Sistematik derleme şeklinde planlanan bu araştırmada, otizimli çocuğu olan ebeveynlere yönelik bilişsel davranışçı yaklaşım temelli uygulamalar kullanılarak gerçekleştirilmiş çalışmalara ilişkin bütüncül bir bakış sunmak amacıyla çeşitli aşamalar gerçekleştirilmiştir. İlk olarak bu konu ile ilgili çalışmalara ulaşmak için çeşitli veri tabanları (PSYCnet, PSYCinfo, ERIC, SAGEPub, EbscoHost, ResearchGate, Pubmed) ve bu veri tabanlarından erişilen araştırmaların kaynakça bölümleri taranmıştır. Tarama aşamasında konu ile ilgili araştırmalara erişmek için “otizm”, “ebeveyn”, “aile eğitimi”, “psikoeğitim”, “bilişsel-davranışçı”, “mindfulness”, “kabul ve kararlılık” gibi anahtar sözcükler kullanılmıştır. Ulaşılan araştırmalar aşağıda yer alan dahil etme kriterleri doğrultusunda değerlendirilmiş ve bu çalışmaya dahil edilip edilmeyeceğine karar verilmiştir. Bu çalışmaya:

- (a) Otizimli çocuğu olan anne babalara yönelik gerçekleştirilen,
- (b) Otizimli çocuğu olan anne ve/veya babaların doğrudan katılımcı olduğu,
- (c) Grup eğitimi şeklinde gerçekleştirilen,
- (d) Verilerin en az bir ön test ve son test olarak alındığı,

(e) Bilişsel davranışçı terapinin 2. ve/veya 3. kuşak yaklaşımları ile hazırlanan en az bir uygulamanın deneysel olarak etkililiğinin incelendiği,

(f) 2015-2022 yılları arasında ve İngilizce olarak yayınlanan araştırmalar dahil edilmiştir.

Yukarıda yer alan kriterler çerçevesinde 20 çalışma bu araştırmaya alınmıştır. Araştırmaya alınma sürecinde gerçekleştirilen belirleme, tarama, eleme ve dahil etme süreci basamakları şu şekildedir:



Şekil 1: Çalışmaların Seçim Sürecini Gösteren Akış Şeması

2.3.Verilerin Analizi ve Güvenirlik

Araştırmaya dâhil edilen çalışmalar uygulanan program (bağımsız değişken), çalışma grubu özellikleri, bağımlı değişken, ölçme araçları, izleme ve sonuçlar kategorileri şeklinde analiz edilmiştir. Çalışmada kodlama güvenilirliği için tarama sürecinde erişilen ve araştırmaya alınan çalışmaların %40'ı, farklı bir alan uzmanı tarafından dahil etme kriterleri doğrultusunda tekrardan değerlendirmeye alınmıştır. Birinci araştırmacı tarafından bir kodlama tablosu oluşturulmuştur. Tarama sonucu elde edilen çalışmalar her iki araştırmacı tarafından bu tabloya kodlanmıştır. Kodlayıcılar arası güvenilirlik katsayılarını belirlemek için “Kodlayıcılar arası görüş birliği/Kodlayıcılar arası görüş birliği + Kodlayıcılar arası görüş ayrılığı X 100” formülü kullanılmıştır. Kodlama güvenilirliği ve gözlemciler arası güvenilirlik veriler %100 bulunmuştur.

3. BULGULAR

Yapılan literatür taraması sonucunda belirlenen kriterlerine göre 20 çalışma bu araştırmaya dahil edilmiştir. Dahil edilen çalışmalara bakıldığında temel Bilişsel Davranışçı Terapinin kullanıldığı araştırmalar (Hamidi, Shirazizadeh ve Ebrahim Damavandi, 2020, Izadı-Mazidi, Riahi ve Khajeddin, 2015; Nguyen, Fairclough ve Noll, 2016; Ruiz-Robredillo ve Moya-Albiol, 2015) ile 3. kuşak bilişsel davranışçı terapilerden bilinçli farkındalık temelli (Ketcheson, Wengrovius, Staples ve Miodrak, 2022; Jones, Gold, Totsika, Hastings, Jones vd., 2018; Lunsky, Albaum, Baskin, Hastings, Hutton, vd., 2021; Rayan ve Ahmad, 2017; Ridderinkhof, De Bruin, Blom ve Bögels, 2018; Rojas-Torres, Alonso-Esteban, Lopez-Ramon ve Alcantud-Marin, 2021; Singh, Lancioni, Medvedev, Hwang ve Myers, 2021) ve Kabul-Kararlılık Terapisi temelli (Corti, Pergolizzi, Vanzin, Cargasacchi, Villa vd., 2018; Fung, Lake, Steel, Bryce ve Lunsky, 2018; Hahs, Dixon ve Paliliunas, 2019; Joekar, Farid, Birashk, Gharraee ve Mohammedian, 2016; Lunsky, Fung, Lake, Steel ve Bryce, 2018; Marino, Failla, Minutoli, Puglisi, Arnao vd., 2021; Pennefather, Hieneman, Raultson ve Caraway, 2018; Poddar, Sinha ve Urbi, 2018; Salimi, Mahdavi, Yeghaneh, Abedin ve Hajhosseini, 2019) yaklaşımların kullanıldığı çalışmalar karşımıza çıkmaktadır. Araştırmalar; çalışmayı yürüten kişiler, yayınlanma yılı, uygulanan programın hangi Bilişsel Davranışçı yaklaşım ile oluşturulduğu, çalışma grubu özellikleri, bağımlı değişkenler, ölçme araçları, izleme ölçümü olup olmadığı ve araştırmaların sonuçları kategorileri altında değerlendirilmiştir. Çalışmaların bu kategorilere göre özetlenmiş şekli Tablo 1’de gösterilmektedir.

Tablo 1: *Bilişsel Davranışçı Terapi Temelli Müdahalelerin Kullanıldığı Araştırmalar*

Yazar ve Yıl	Uygulanan Program	Çalışma Grubu	Bağımlı Değişkenler ve Ölçme Araçları	İzleme	Sonuçlar
Corti ve diğerleri - 2018	Kabul ve Kararlılık Terapisti Temelli Ebeveyn Eğitimi	<u>Deney grubu</u> 11 anne ve 9 baba <u>Plasebo grubu</u> 11 anne ve 11 baba	Ebeveyn stresi- Ebeveyn Stres İndeksi Farkındalık- Farkındalık Ölçeği Bilişsel kaynaşma- Bilişsel Kaynaşma Anketi	Yok	Deney grubu ebeveyn stresi, farkındalık; ön test-son test $p<.05^*$, bilişsel kaynaşma; ön test-son test $p>.05$ Plasebo grubunda anlamlı farklılık yok
Fung ve diğerleri - 2018	Kabul ve Kararlılık Terapisti Odaklı Ebeveyn Eğitimi	<u>Deney grubu</u> 29 anne Kontrol grubu yok	Psikolojik esneklik- Kabul ve Aksiyon Anketi Bilişsel kaynaşma- Bilişsel Kaynaşma Anketi Yaşam değerleri- Yaşam Değerleri Ölçeği	Var	Tüm değişkenler için; ön test-son test $p<.05^*$, ön test-izleme (3 ay sonra) $p<.05^*$
Hahs ve diğerleri - 2019	Kısa Kabul ve Kararlılık Eğitim Programı	<u>Deney grubu</u> 7 anne, 2 baba <u>Kontrol grubu</u> 6 anne, 3 baba	Psikolojik esneklik- Kabul ve Aksiyon Anketi Depresyon-Beck Depresyon Ölçeği Bilişsel kaynaşma- Bilişsel Kaynaşma Anketi Farkındalık- Farkındalık Ölçeği İçselleştirilmiş utanç- İçselleştirilmiş Utanç Ölçeği Kişisel değerler-Kişisel Değerler Anketi	Yok	Tüm değişkenler için; deney grubu ön test-kontrol grubu ön test $p>.05$, deney grubu son test-kontrol grubu son test $p<.05^*$
Hamidi ve diğerleri - 2020	Bilişsel Davranışçı Ebeveyn Eğitimi	<u>Deney grubu</u> 20 anne <u>Kontrol grubu</u> 20 anne	Ebeveyn çocuk etkileşimi- Çocuk-Ebeveyn İlişkisi Ölçeği	Yok	Ebeveyn-çocuk etkileşimi; deney grubu ön test-kontrol grubu ön test $p>.05$, deney grubu son test-kontrol grubu son test $p<.05^*$
Izadı-Mazidi ve diğerleri - 2015	Bilişsel Davranışçı Grup Terapi	<u>Deney grubu</u> 16 anne Kontrol grubu yok	Ebeveyn stresi- Ebeveyn Stres İndeksi	Yok	Ebeveyn stresi İndeksi genel puanı; ön test-son test $p<.05^*$
Joekar ve diğerleri - 2016	Kabul ve Kararlılık Terapisti Eğitimi	<u>Deney grubu</u> 12 anne <u>Plasebo grubu</u> 12 anne	Sağlığa ilişkin yaşam kalitesi algısı- Sağlık Anketi Depresyon, kaygı, stres- Depresyon Kaygı ve Stres Ölçeği Deneyimsel kaçınma-Kabul ve Aksiyon Anketi	Var	Depresyon, deneyimsel kaçınma; deney grubu ön test-plasebo grubu ön test $p>.05$, deney grubu son test-plasebo grubu son test $p<.05^*$, deney grubu izleme-plasebo grubu izleme $p<.05^*$ Diğer değişkenlerde anlamlı farklılık yok
Jones ve diğerleri - 2018	Bilinçli Farkındalık Temelli Ebeveyn İyi Oluş Kursu	<u>Deney grubu</u> 18 anne ve 3 baba Kontrol grubu yok	Kaygı, depresyon- Hastane Kaygı ve Depresyon Ölçeği Stres- Depresyon, Kaygı ve Stres Ölçeği/ Stres Alt Ölçeği Psikolojik iyi oluş- Olumlu Duygu Ölçeği Farkındalık- Farkındalık Anketi Öz şefkat- Öz Şefkat Ölçeği	Yok	Stres, farkındalık, öz şefkat; ön test-son test $p<.05^*$ Kaygı, depresyon, psikolojik iyi oluş; ön test-son test $p>.05$.

Ketcheson ve diğerleri - 2022	Bilinçli Farkındalık Temelli Yoga Programı	<u>Deneysel grup</u> 12 anne, 1 büyükanne <u>Kontrol grubu</u> 13 anne, 1 baba	Depresyon, kaygı, stres-Depresyon, Kaygı ve Stres Ölçeği Algılanan stres- Algılanan Stres Ölçeği	Yok	Hem ön hem de son testte hiçbir değişken açısından deney ve kontrol grubu arasında anlamlı farklılık yok
Lunsky ve diğerleri - 2018	Kabul ve Kararlılık Terapi Müdahalesi	<u>Deneysel grup</u> 29 anne Kontrol grubu yok	Depresyon, stres-Depresyon Kaygı ve Stres Ölçeği İzolasyon, sağlık algısı- Ebeveyn Stres İndeksi	Var	Depresyon, stres, sağlık algısı; ön test-son test p<.05*, ön test-izleme (1 ay sonra) p<.05* İzolasyon; ön test-son test p>.05, ön test-izleme p>.05.
Lunsky ve diğerleri - 2021	Bilinçli Farkındalık Temelli Çevrimiçi Grup Müdahalesi	<u>Deneysel grup</u> 35 anne ve 4 baba Kontrol grubu yok	Psikolojik sıkıntı- Depresyon, Kaygı ve Stres Ölçeği Farkındalık- Farkındalık Anketi Öz şefkat- Öz Şefkat Ölçeği Pozitif kazanç algısı- Pozitif Kazanç Ölçeği Bakım yükü- Bakım Verme Değerlendirme Ölçeği Farkındalık ebeveynlik- Farkındalık Ebeveynlik Ölçeği	Var	Tüm değişkenler için; ön test-son test p<.05*, son test-izleme (3 ay sonra) p>.05
Marino ve diğerleri - 2021	Kabul ve Kararlılık Terapisi Programı	<u>Deneysel grup</u> 10 çift anne baba <u>Plasebo grubu</u> 10 çift anne baba	Psikolojik esneklik- Kabul ve Aksiyon Anketi Otizimli çocuğun davranışlarına ilişkin algılar- Ev Durumu Anketi Yaşam değeri- Yaşam Değeri Ölçeği Farkındalık- Farkındalık Ölçeği Ebeveyn stresi- Ebeveyn Stres İndeksi	Yok	Tüm değişkenler için; deney grubu ön test-kontrol grubu ön test p>.05, deneysel grubu son test-kontrol grubu son test p<.05*
Nguyen ve diğerleri - 2016	Problem Çözme Becerileri Eğitimi	<u>Deneysel grup</u> 24 anne Kontrol grubu yok	Problem çözme becerileri- Sosyal Problem Çözme Envanteri Depresyon- Beck Depresyon Ölçeği Duygu durumu- Duygu Durum Profili Ölçeği Trauma sonrası stres- Olay Etkisi Ölçeği	Var	Tüm değişkenler için; ön test-son test p<.05*, ön test-izleme (6 ay sonra) p<.05*
Pennefather ve diğerleri - 2018	Kabul ve Kararlılık Terapisi Temelli Çevrimiçi Eğitim Programı	<u>Deneysel grup</u> 22 anne, 2 baba Kontrol grubu yok	Ebeveyn stresi- Ebeveyn Stresi Ölçeği Baş ağrısı- Günlük Baş Ağrısı Envanteri Uygulama Davranış Analizi Bilgi Düzeyi- Ebeveynlik Bilgi Testi	Yok	Ebeveyn Stresi Ölçeği; ön test-son test p>.05 Günlük Baş Ağrısı Envanteri; ön test-son test p<.05* Ebeveynlik Bilgi Testi; ön test-son test p<.05*
Poddar ve diğerleri - 2018	Kabul ve Kararlılık Terapisi Programı	<u>Deneysel grup</u> 5 anne Kontrol grubu yok	Durumluk kaygı- Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri Depresyon- Beck Depresyon Ölçeği Yaşam kalitesi algısı- Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği Psikolojik esneklik- Kabul ve Aksiyon Anketi	Yok	Durumluk Kaygı, depresyon, psikolojik esneklik; ön test-son test p<.05*, yaşam kalitesi algısı; ön test-son test p>.05
Rayan ve Ahmad - 2017	Bilinçli Farkındalık Temelli Aile Eğitim Programı	<u>Deneysel grup</u> 41 anne ve 11 baba <u>Kontrol grubu</u> 40 anne ve 12 baba	Depresyon, kaygı, stres-Depresyon, Kaygı ve Stres Ölçeği Farkındalık- Farkındalık Ölçeği	Yok	Deneysel grubu depresyon, kaygı, stres, farkındalık; ön test-son test p<.05* Kontrol grubu hiçbir değişken için farklılık yok
Ridderinkhof ve diğerleri - 2018	Bilinçli Farkındalık Temelli Eğitim Programı	<u>Deneysel grup</u> 74 anne baba (43 anne ve 31 baba) Kontrol grubu yok	Sosyal iletişim sorunları- Sosyal Duyarlılık Ölçeği Duygusal ve davranışsal işlevsellik-Yetişkin Öz Değerlendirme Ölçeği Algılanan stres- Algılanan Stres Ölçeği Ebeveynlik- Ebeveyn Stresi Ölçeği Farkındalık- Kişilerarası Farkındalık Ölçeği	Var	Sosyal iletişim sorunları; ön test-son test p<.05*, ön test-izleme (2 ay-1 yıl sonra) p>.05. Duygusal ve davranışsal işlevsellik, ebeveyn stresi, farkındalık; ön test-son test p<.05*, ön test-izleme (2 ay) p<.05*, ön test-izleme (1 yıl) p<.05* Algılanan stres; ön test-son test p<.05*, ön test-izleme (2 ay) p<.05*, ön test-izleme (1 yıl) p>.05
Rojas-Torres ve diğerleri - 2021	Bilinçli Farkındalık ve Öz Şefkat Temelli Müdahale Programı	<u>Deneysel grup</u> 5 anne ve 1 baba <u>(Bekleme grubu)</u> 4 anne ve 2 baba	Depresyon, kaygı, stres- Depresyon, Kaygı ve Stres Ölçeği Farkındalık- Farkındalık Ölçeği Yaşam doyumu- Yaşam Doyumu Ölçeği	Var	Deneysel grubu stres; ön test-son test p<.05*, ön test-izleme (8 hafta sonra) p<.05*, kaygı, farkındalık; ön test-son test p<.05*, ön test-izleme p>.05, depresyon, yaşam doyumu; ön test-son test p>.05, ön test-izleme p>.05. Bekleme grubu stres, kaygı, farkındalık; ön test1-ön test2 p>.05, ön test2-son test p<.05*, depresyon, yaşam doyumu; ön test1-ön test2 p>.05, ön test2-son test p>.05
Ruiz-Robredillo ve Moya-Albiol - 2015	Bilişsel Davranışçı Müdahale Programı	<u>Deneysel grup</u> 10 anne ve 7 baba Kontrol grubu yok	Somatizasyon- Somatik Semptomlar Ölçeği Depresyon- Beck Depresyon Ölçeği Duygu durumu- Duygu Durum Profili Ölçeği	Var	Tüm değişkenler için; ön test-son test p<.05*, ön test-izleme (1 ay sonra) p<.05*
Salimi ve diğerleri - 2019	Grup Temelli Kabul ve Kararlılık Terapisi	<u>Deneysel grup</u> 15 anne <u>Kontrol grubu</u> 15 anne	Olumlu yeniden odaklanma, olumlu yeniden değerlendirme, kendini suçlama, diğerlerini suçlama, felaketleştirme, kabul, ruminasyon- Bilişsel Duygu Düzenleme Envanteri	Yok	Tüm değişkenler için; deney grubu ön test-kontrol grubu ön test p>.05, deneysel grubu son test-kontrol grubu son test p<.05*
Singh ve diğerleri - 2021	Bilinçli Farkındalık Temelli Olumlu Davranış Desteği (MBPBS) Programı	<u>Deneysel grup</u> 65 anne <u>Plasebo grubu 1</u> <u>(Farkındalık)</u> 65 anne <u>Plasebo grubu 2</u> <u>(Olumlu Dav. Des.)</u> 65 anne	Algılanan stres- Algılanan Stres Ölçeği	Var	Ön testler; deney grubu-plasebo grubu1-plasebo grubu2 p>.05 Son test, izleme (1 yıl sonra), izleme (2 yıl sonra), izleme (3 yıl sonra); deneysel grubu-plasebo grubu1 p<.05* , deneysel grubu-plasebo grubu2 p<.05* , plasebo grubu1-plasebo grubu2 p<.05*

İstatistiksel olarak anlamlı sonuçlarda * işareti kullanılmıştır. Sonuçlar sütunundaki koyu ifadeler anlamlılığın hangi ölçüm lehine olduğunu ifade etmektedir.

3.1. Çalışma Grubu Özellikleri

Araştırmalarda toplamda 690 anne, 95 baba ve 1 büyükanne olmak üzere toplamda 786 katılımcının yer aldığı ve 20 çalışmanın 9'unun sadece anneler ile yürütüldüğü görülmektedir. Yalnızca babaların yer aldığı bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Bu çalışmaya dahil edilen 20 çalışmanın 10'unun tek grup ile gerçekleştirildiği görülürken, 10 çalışmanın ise en az iki katılımcı grubu ile gerçekleştirildiği görülmüştür. Deney grubu dışında başka bir grubun da yer aldığı çalışmalara bakıldığında beş araştırmada kontrol grubuna ölçeklerin uygulanması dışında herhangi bir uygulama yapılmadığı görülmüştür. Üç araştırmada kontrol grubu yerine plasebo grubu yer almıştır. Bu çalışmalarda deney gruplarına bilişsel davranışçı terapi müdahalelerinin yanında otizme ilişkin kuramsal bilgilendirme yapılırken, plasebo gruplarına sadece otizme ilişkin kuramsal bilgilendirme, problem davranışların işlevi ve uygulamalı davranış analizi gibi tanıya ve otizmlili çocuklara ilişkin bilgiler verildiği görülmüştür. Diğer 18 araştırmanın dışında Rojas-Torres ve diğerleri (2021) çalışmalarını iki deney grubu ile yürütmüşlerdir. Her iki gruptan ilk olarak ön test verileri toplanmış, daha sonra ilk grup ile uygulama başlatılmıştır. İlk grubun uygulaması bittiğinde her iki gruba tekrardan ölçekler uygulanmıştır. Ardından ikinci grup için aynı uygulama yapılmıştır. Singh ve diğerleri (2021) ise çalışmalarını üç gruba gerçekleştirmişlerdir. İlk gruba bilinçli farkındalık ve olumlu davranış desteğini bir arada uygulamışlardır. İkinci gruba yalnızca bilinçli farkındalık temelli müdahale, üçüncü gruba ise olumlu davranış desteği müdahalesi uygulanmıştır.

3.2. Bağımlı Değişkenler ve Ölçme Araçları

Araştırmalarda uygulanan bilişsel davranışçı temelli eğitim programlarının etkisinin incelendiği toplam 81 bağımlı değişkenin bulunduğu görülmektedir. Bu 81 bağımlı değişkenin 47'sinin katılımcıların duygu durumlarına ilişkin değişkenler olduğu (stres, depresyon, kaygı, psikolojik esneklik, utanç, kabul, suçluluk, somatizasyon, psikolojik iyi oluş, öz şefkat, psikolojik sıkıntı), 21'inin bilişsel davranışçı yaklaşım temelli kazanımlar olduğu (farkındalık, bilişsel kaynaşma, kaçınma yeniden olumlu odaklanma, olumlu yeniden değerlendirme, ruminasyon, problem çözme becerileri, uygulamalı davranış analizi becerileri), 11'inin katılımcıların kendilerine, diğer kişilere ya da yaşama dair algılarına ilişkin değişkenler olduğu (yaşam kalitesi, yaşam doyumu, yaşam değeri, kişisel değerler, sağlık algısı, izolasyon, pozitif kazanç, bakım yükü), 2'sinin ise kişiler arası ilişkilerle ilgili değişkenler olduğu (ebeveyn-çocuk etkileşimi, sosyal iletişim sorunları) görülmektedir. Stres değişkenininin 11 çalışmada bağımlı değişken olduğu belirlenirken, depresyon değişkenininin 10 çalışmada yer aldığı belirlenmiştir. Farkındalık değişkeni 8 araştırmada, kaygı değişkeni ise 6 araştırmada bağımlı değişken olarak yer almıştır. Araştırmalarda kullanılan tüm ölçme araçlarının ise nicel ölçekler olduğu görülmüştür.

3.3. İzleme Ölçümü

Araştırmaya dahil edilen 20 çalışmanın 9'unda ön test ve son test dışında en az bir izleme ölçümü yapılmıştır. Diğer 11 çalışmada veriler sadece ön test ve son test düzeyinde alınmıştır. İzleme ölçümü yapılan 9 araştırmadan 7'sinde tek bir izleme ölçümü yapılmıştır. Bir izleme ölçümü yapılan 7 araştırmanın 3'ünde izleme ölçümü uygulamadan bir ay sonra alınmıştır. Ridderinkhof ve diğerleri (2018) yaptıkları çalışmada uygulamadan iki ay ve bir yıl sonra olmak üzere iki kez izleme ölçümü almışlardır. Singh ve diğerleri (2021) tarafından yapılan çalışmada ise uygulamadan bir yıl, iki yıl ve üç yıl olmak üzere üç kez izleme ölçümü alınmıştır.

3.4. Sonuçlar

Araştırmaların sonuçları tek grup ile gerçekleştirilen çalışmaların sonuçları ve en az iki grubun yer aldığı çalışmaların sonuçları olmak üzere iki kategoride ele alınmıştır.

3.4.1. Tek Grup ile Gerçekleştirilen Araştırmaların Sonuçları

Çalışmaya dahil edilen 20 araştırmanın 10'unda deney grubu dışında başka bir grup yer almamıştır. Bu 10 araştırmanın 4'ünde veriler yalnızca ön test ve son test olarak toplanmıştır. Bu nedenle analizler ön test ve son testin karşılaştırılması ile yapılmıştır.

Izadi-Mazidi ve diğerleri (2015) tarafından yapılan çalışmada Bilişsel Davranışçı Temelli Uygulamanın ebeveynlik stresi üzerinde anlamlı düzeyde etkili olduğu bulunmuştur. Jones ve diğerlerinin (2018) tarafından yapılan çalışmada Bilinçli Farkındalık Temelli Eğitimin stres, farkındalık ve öz şefkat üzerinde etkili olduğu ancak depresyon, kaygı ve psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı bir etki görülmediği bildirilmiştir. Pennefather ve diğerleri (2018) tarafından yapılan çalışmada ise Kabul ve Kararlılık Terapisi Temelli Eğitimin başa çıkma ve uygulamalı davranış analizi bilgi düzeyi üzerinde etkili olduğu ancak ebeveyn stresi üzerinde anlamlı bir değişim sağlamadığı bulunmuştur. Poddar ve diğerleri (2018) tarafından yapılan çalışmada Kabul ve Kararlılık Terapisi Temelli Programın durumluk kaygı, depresyon ve psikolojik esneklik üzerinde etkili olduğu saptanırken, yaşam kalitesi algısında anlamlı bir değişim görülmemiştir.

Tek grup ile gerçekleştirilen diğer 6 çalışmada ise izleme verisi toplanmıştır. Fung ve diğerleri (2018) tarafından yapılan çalışmada Kabul ve Kararlılık Terapisi Temelli Eğitimin psikolojik esneklik ve yaşam değerleri üzerinde etkili olduğu, bu etkinin izleme ölçümünde de sürdüğü görülürken, bilişsel kaynaşma değişkeni üzerinde etkili olmadığı görülmüştür. Lunskey ve diğerlerinin (2018) çalışmasında da Kabul ve Kararlılık Terapisi Temelli Uygulamanın depresyon, stres ve sağlık algısı üzerinde etkili olduğu, bu etkinin izleme ölçümünde de sürdüğü saptanmıştır. Ayrıca uygulamanın izolasyon algısı üzerinde etkili olmadığı belirlenmiştir. Lunskey ve diğerleri (2021) tarafından yapılan bir diğer çalışmada Bilinçli Farkındalık Temelli Uygulamanın psikolojik sıkıntı, farkındalık, öz şefkat, pozitif kazanç algısı ve farkındalıklı ebeveynlik üzerinde etkili olduğu ancak izleme ölçümünde bu etkinin sürmediği görülmüştür.

Nguyen ve diğerleri (2016) tarafından yapılan çalışmada Problem Çözme Becerileri Eğitiminin problem çözme, depresyon, duygu durumu ve travma sonrası stres üzerinde etkili olduğu, bu etkinin izleme ölçümünde de sürdüğü anlaşılmıştır. Ridderinkhof ve diğerleri (2018) tarafından yapılan çalışmada da Bilinçli Farkındalık Temelli Uygulamanın sosyal iletişim sorunları, duygusal ve davranışsal işlevsellik, algılanan stres ve ebeveynlik algısı üzerinde etkili olduğu, farkındalık üzerinde ise etkili olmadığı bulunmuştur. Sosyal iletişim sorunları ve ebeveynlik algısı üzerindeki bu değişimin yapılan iki izleme ölçümünde de sürdüğü, algılanan strese ilişkin değişimin iki ay sonraki izleme ölçümünde sürdüğü ancak bir yıl sonra yapılan izlemede devam etmediği saptanmıştır. Sosyal iletişim değişkeni üzerinde son testte görülen değişimin ise izleme ölçümlerinde devam etmediği görülmüştür. Ruiz-Robledillo ve Moya Albiol (2015) tarafından yapılan çalışmada ise Bilişsel Davranışçı Müdahalenin somatizasyon, depresyon ve duygu durumu üzerinde etkili olduğu, tüm değişkenler için bu etkinin izleme ölçümünde de sürdüğü belirlenmiştir.

3.4.2. En Az İki Grup ile Gerçekleştirilen Çalışmalar

Araştırmaya dahil edilen 20 araştırmanın 10'unda deney grubu dışında en az bir grup daha yer almıştır. Bu 10 araştırmanın 5'inde deney grubu dışındaki gruba hiçbir uygulamanın yapılmadığı görülmüştür. Diğer 5 çalışmada ise deney grubu dışındaki gruplara birtakım uygulamaların yapıldığı görülmüştür. Bu araştırmalar plasebo gruplu ya da iki deney gruplu araştırma olarak gerçekleştirilmişlerdir.

3.4.2.1. Kontrol grubuna herhangi bir uygulamanın yapılmadığı çalışmalar

Herhangi bir uygulamanın yapılmadığı kontrol gruplu 5 araştırmanın 4'ünde analizler ölçek puanlarının gruplar arası karşılaştırmasıyla, 1'inde ise grup içi karşılaştırmayla yapılmıştır. Hahs ve diğerleri (2019) tarafından yapılan çalışmada Kısa Kabul ve Kararlılık Terapisi Eğitim Programının psikolojik esneklik, depresyon, bilişsel kaynaşma, farkındalık, içselleştirilmiş utanç ve kişisel değerler üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Deney ve kontrol gruplarının hiçbir değişken açısından ön test düzeyinde farklılaşmadığı, son test düzeyinde ise tüm değişkenler açısından deney grubu lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Hamidi ve diğerleri (2020) tarafından yapılan çalışmada ise Bilişsel Davranışçı Ebeveyn Eğitim Programının, ebeveyn-çocuk etkileşimi üzerindeki etkisi incelenmiştir. Deney ve kontrol gruplarının ön test puanları arasında anlamlı farklılık görülmezken son test puanları açısından genel ebeveyn çocuk etkileşimi ile yakınlık, çatışma ve bağımlılık alt ölçeklerinde deney grubu lehine anlamlı farklılık görülmüştür.

Ketcheson ve diğerleri (2022) tarafından yapılan çalışmada Bilinçli Farkındalık Temelli Yoga Programının depresyon, kaygı, stres ve algılanan stres üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Bu çalışmada hem grup içi hem de gruplar arası karşılaştırma yapılmıştır. İki grubun ön test puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken, son test puanları arasında tüm değişkenler için bir farklılık görülmüş ancak bu fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır.

Salimi ve diğerleri (2019) tarafından yapılan çalışmada ise Grup Temelli Kabul ve Kararlılık Terapisinin olumlu yeniden odaklanma, olumlu yeniden değerlendirme, kendini suçlama, diğerlerini suçlama, felaketleştirme, kabul, ruminasyon düzeyi üzerinde etkisi incelenmiştir. Deney ve kontrol gruplarının hiçbir değişken için ön test açısından farklılaşmadığı, son test açısından ise tüm değişkenler için deney grubu lehine anlamlı farklılık görüldüğü bildirilmiştir. Rayan ve Ahmad (2017) tarafından yapılan çalışmada ise Bilinçli Farkındalık Temelli Aile Eğitim Programının deney grubunun için depresyon, kaygı, stres ve farkındalık düzeyi üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Kontrol grubu hiçbir değişken açısından farklılık göstermemiştir. Araştırmada analizler grup içi karşılaştırma ile yapılmıştır.

3.4.2.2. Kontrol grubuna farklı bir uygulamanın yapıldığı çalışmalar

Kontrol grubuna farklı bir uygulamanın yapıldığı 5 çalışmanın 3'ünde analizler ölçek puanlarının gruplar arası karşılaştırmasıyla, 2'sinde ise grup içi karşılaştırmayla yapılmıştır. Kontrol gruplarına bir uygulama yapıldığı için bu gruplar plasebo grubu olarak çalışmada yer almışlardır. Bir çalışmada ise etkililiği incelenen eğitim programı farklı zamanlarda iki deney grubuna uygulanmıştır.

Joekar ve diğerleri (2016) tarafından yapılan çalışmada Kabul ve Kararlılık Terapisi Eğitiminin sağlığa ilişkin yaşam kalitesi algısı, depresyon, kaygı, stres ve deneyimsel kaçınma değişkenleri üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Uygulama sonunda ve izleme ölçümünde, depresyon ve deneyimsel kaçınma değişkenleri açısından deney grubu lehine farklılık görülürken, sağlığa ilişkin yaşam kalitesi algısı, kaygı ve stres değişkenleri açısından anlamlı farklılık bulunmamıştır. Marino ve diğerleri (2021) tarafından yapılan çalışmada Kabul ve Kararlılık Terapisi Programının psikolojik esneklik, otizmlili çocuğun davranışlarına ilişkin algılar, yaşam değeri, farkındalık ve ebeveyn stresi üzerindeki etkisi incelenmiştir. Uygulama sonunda tüm değişkenler açısından deney grubu lehine anlamlı farklılık gözlemlenmiştir.

Singh ve diğerleri (2021) tarafından yapılan çalışmada Bilinçli Farkındalık Temelli Olumlu Davranışsal Destek Programının algılanan stres üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Çalışmada bir deney grubu ve iki plasebo grubu olmak üzere üç grup yer almıştır. Uygulama sonunda ve izleme ölçümlerinde (1 yıl, 2 yıl, 3 yıl) deney grubunun her iki plasebo grubundan anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür.

Bilinçli Farkındalık eğitimi alan plasebo grubu ile olumlu davranış desteği eğitimi alan plasebo grubu arasında da Bilinçli Farkındalık grubu lehine anlamlı farklılık bulunmuştur.

Analizlerin grup içi karşılaştırmayla yapıldığı araştırmalara bakıldığında Corti ve diğerleri (2018) tarafından yapılan çalışmada Kabul ve Kararlılık Terapisi Temelli Ebeveyn Eğitiminin deney grubunun ebeveyn stresi ve farkındalık düzeyi üzerinde etkili olduğu, bilişsel kaynaşma düzeyi üzerinde ise etkili olmadığı görülmüştür. Plasebo grubu için ise anlamlı bir değişim gözlemlenmemiştir. Rojas-Torres ve diğerleri (2021) tarafından yapılan çalışmada ise Bilinçli Farkındalık ve Öz Şefkat Temelli Müdahalenin depresyon, kaygı, stres, farkındalık ve yaşam doyumu üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Çalışmada iki deney grubu yer almıştır. Birinci gruba eğitsel müdahale uygulandıktan sonra ikinci grup ile uygulama tekrar edilmiştir. Uygulama sonunda müdahalenin birinci grubun stres, kaygı ve farkındalık düzeyi üzerinde etkili olduğu; bu etkinin stres değişkeni açısından izleme ölçümünde de sürdüğü görülmüştür. Müdahalenin ikinci grubun da stres, kaygı ve farkındalık düzeyi üzerinde etkili olduğu görülmüş ancak ikinci gruptan izleme ölçümü alınmamıştır. Uygulamanın her iki grubun da depresyon ve yaşam doyumu düzeyleri üzerinde etkili olmadığı bulunmuştur.

4. TARTIŞMA ve SONUÇ

Otizimli bireylerin ailelerine yönelik gerçekleştirilen Bilişsel Davranışçı temelli araştırmaların incelenmesini ve derlenmesini amaçlayan bu çalışmaya 20 araştırma dahil edilmiştir. Araştırmalar katılımcı özellikleri, bağımlı değişkenler ve ölçme araçları, izleme ölçümü olup olmadığı ve sonuçlar kategorileri altında incelenmiştir. Dahil edilen çalışmalar yine aynı kategoriler altında tartışılmıştır.

Araştırmalar incelendiğinde katılımcı gruplarının çoğunlukla annelerden oluştuğu görülmüştür. 20 araştırmanın 9'unun sadece annelerle yapıldığı görülürken sadece babalarla yapılan bir araştırma bulunmamaktadır. Bununla birlikte hem anne hem de babaların yer aldığı diğer 11 araştırmada babaların sayıca daha fazla olduğu bir çalışma da bulunmamaktadır. Otizimli çocuğu olan ebeveynlerin duygu durumları, algıları ve yaşadıklarına ilişkin yapılan betimsel çalışmaların da çoğunlukla anneler ile gerçekleştirildiği görülmektedir (Dale, Jahoda, ve Knott, 2005; Töret, Özdemir ve Özkubat, 2015; Weitlauf, Vehorn, Taylor ve Warren, 2014). Alanyazında annelerin otizimli bir çocuğun ebeveyni olma konusunda daha fazla zorluk yaşadığı ve çocuğun ihtiyaçları konusunda daha çok sorumluluk aldığı bildirilmektedir (Benson, 2010; Higgins, Bailey ve Pearce, 2005; Rarity, 2007). Anneler, çocuğun doğumu ile birincil bakıcı olma sorumluluğunu doğal olarak babalardan önce almaktadır (Santrock, 2018). Çocuğun beceri ve gelişiminde görülen sınırlılıklar, onun bağımsızlaşmasını zorlaştırmaktadır (Sim, Cordier, Vaz ve Falkmer, 2019). Bu durum çocuğa ilişkin sorumlulukların annede kalmaya devam etmesi ile sonuçlanmaktadır. Bu nedenle çalışmalara katılma konusunda annelerin babalara göre daha fazla gönüllü oldukları ve daha ulaşılabilir oldukları düşünülmektedir.

Çalışmaya dahil edilen araştırmalar bağımlı değişkenler ve ölçme araçlarına göre incelendiğinde, 81 bağımlı değişkenin 47'sinin duygu durumu, 21'inin bilişsel davranışçı yaklaşım temelli kazanımlar, 11'inin katılımcıların kendilerine ya da yaşama dair algıları, 2'sinin ise kişilerarası ilişkiler ile ilgili değişkenler olduğu görülmüştür. Bu nedenle araştırmaların çoğunlukla otizimli çocuğu olan anne babaların duygu durumlarını iyileştirmeye yönelik gerçekleştirildiği söylenebilir. Literatür incelendiğinde otizimli çocuğu olan ebeveynlerin depresyon, kaygı, stres, tükenmişlik gibi yaşam işlevselliğini olumsuz etkileyen birçok duygu durumunu gerek tipik gerekse de diğer farklı gelişim gösteren çocukların anne babalarından daha yüksek düzeyde yaşadıkları saptanmıştır (Hartley vd., 2011;

Zaidman-Zait, Mirenda, Duku, Szatmari, Georgiades vd., 2014). Çocuklarına otizm tanısı konulan anne babalar bu durum nedeniyle başa çıkılması zor olan birçok duygu durumu ile karşılaşmaktadır. Bu duygu durumları zamanla anne babaların, kendilerine, evliliklerine, diğer çocuklarına, yaşama ve dış dünyaya ilişkin birçok algı ve tutumunu etkilemektedir (Gould vd., 2017; Keen, Couzens, Muspratt ve Rodger, 2010; McCreary, 2014). Çalışmalarda duygu durumuna ilişkin değişkenlerin daha fazla sayıda olmasının bu durumla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Bu durum 2015 yılından önce yayınlandığı ya da Bilişsel Davranışçı yaklaşım temelli olmadığı için araştırmaya dahil edilmeyen çalışmalarla da benzerlik göstermektedir (Anclair ve Hiltunen, 2014; Lodder, Papadopoulos ve Randhawa, 2020; Papanikolaou ve Chrousos, 2012). Araştırmalarda ele alınan duygu durumu değişkenlerine bakıldığında stres değişkeninin 11, depresyon 10 ve kaygının ise 6 çalışmada yer aldığı görülmektedir. Bu durum da alanyazın ile benzerlik göstermektedir. Otizmlili bireylerin ebeveynlerinin duygu durumlarına ilişkin çalışmalarda çoğunlukla stres (Limbers, Gutierrez ve Cohen, 2020; Tomeny, 2017), depresyon (Cohrs ve Leslie, 2017; Iadarola, Oakes, Shih, Dean, Smith ve Orlich, 2018) ve kaygı (Bones, Norris ve Quinn, 2019; Falk, Norris ve Quinn, 2014; Koukouriki ve Soulis, 2020) durumlarının araştırıldığı göze çarpmaktadır.

Araştırmaların tümünde nicel ölçme araçlarının kullanıldığı görülmektedir. Bu durumun araştırmalarda kullanılan Bilişsel Davranışçı Terapinin psikoloji alanında en fazla kanıta dayalı çalışmanın yapıldığı yaklaşım olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Bilişsel Davranışçı yaklaşım psikolojinin bir sanat mı yoksa bir bilim dalı mı olduğunun tartışıldığı noktada verilerin nicelleştirilmesi ve kanıta dayalı çalışmalar ile psikolojinin bilimselliğine önemli katkılarda bulunmuştur (Çokamay-Yılmaz, 2018; Ertekin, Ergun ve Sungur, 2014). Otizmlili bireylerin ailelerinin desteklenmesine yönelik yapılan ve Bilişsel Davranışçı temelli olmayan bazı araştırmalarda nitel ölçme araçlarının kullanıldığı da görülmektedir (Cappe, Downes, Albert-Benaroya, Ech-Chouikh, De Gaulmyn vd., 2021; Lodder vd., 2020; Magana, Hughes, Salkas, Gonzales, Nunez vd., 2021).

Araştırmada yer alan 20 çalışmanın 9'unda izleme ölçümü verisi alındığı görülmektedir. Bu 9 çalışmanın yedisinde tek bir izleme ölçümü alınmıştır. Ridderinkhof ve diğerleri (2018) tarafından yapılan çalışmada iki izleme ölçümü, Singh ve diğerleri (2021) tarafından yapılan çalışmada ise üç izleme ölçümü alındığı görülmüştür. Alanyazında deneysel çalışmalarda izleme ölçümü alınmasının müdahale sonunda görülen iyileşmenin zamansal olarak devam ettiğini görebilmek açısından önemli olduğu değerlendirilmektedir (Gelo, Braakmann ve Benetka, 2008). İzleme ölçümü alınmayan 11 çalışma değerlendirildiğinde bu durumun bu araştırmaların bir sınırlılığı olduğu söylenebilir.

Araştırmaya dahil edilen 20 çalışmanın sonuçlarına bakıldığında sadece bir araştırmada istatistiksel açıdan anlamlı bir sonuç bulunmadığı görülmüştür. Ketcheson ve diğerleri (2020) tarafından yapılan bu çalışmada deney grubunun uygulama sonunda depresyon, kaygı, stres ve algılanan stres değişkenleri açısından iyileşme gösterdiği ancak bu iyileşmenin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı bulunmuştur. Diğer 19 çalışmada yapılan uygulamanın en az bir değişken üzerinde anlamlı düzeyde iyileşme sağladığı görülmüştür. Araştırmadaki 11 çalışmada izleme ölçümü alınmamıştır. Bu çalışmalarda 45 bağımlı değişkene ilişkin ön test ve son test ölçümü alındığı, bu 45 değişkenin 35'inde anlamlı düzeyde iyileşme görüldüğü bildirilmiştir. Bu sonuçlar uygulamaların çoğunlukla etkili olduğu şeklinde değerlendirilebilir. İzleme ölçümü alınan çalışmalara bakıldığında bu çalışmalarda da toplam 36 bağımlı değişkenin olduğu, bu değişkenlerden 28'inin ön test ve son test ölçümleri arasında anlamlı farklılık bulunduğu görülmektedir. Bu 28 değişkenin 25'inde son test düzeyinde görülen anlamlı iyileşmenin izleme ölçümlerinde de sürdüğü görülmüştür. Bu durum uygulanan Bilişsel Davranışçı temelli yaklaşımların etkili olmasının yanında olumsuz duygu durumlarının nüksetme riskini de azalttığı şeklinde yorumlanabilir. Bu bulgular alanyazında yer alan araştırmaların sonuçları ile benzerlik

göstermektedir. Prevedini ve diğerleri (2020) tarafından yapılan bir derleme çalışmasında Bilişsel Davranışçı terapinin 3. kuşak yaklaşımlarından Kabul ve Kararlılık terapisi temelli uygulamaların otizimli çocuğu olan ebeveynler üzerinde iyileştirici etkiler gösterdiği ortaya konulmuştur. Frantz ve diğerleri (2018) tarafından yapılan başka bir çalışmada da Bilişsel Davranışçı yaklaşım temelli uygulamaların otizimli çocuğu olan anne babalar için en fazla kullanılan program türü olduğu belirtilmiştir. Hastings ve diğerleri (2006) ise farklı gelişen çocukların ebeveynleri için oluşturulan programlardan en etkili olanlarının Bilişsel Davranışçı yaklaşım temelli olan programlar olduğunu belirtmişlerdir.

5. SINIRLILIKLAR

Bu çalışma birtakım sınırlılıklar çerçevesinde yürütülmüştür. Bu sınırlılıklardan ilki çalışmanın yalnızca otizimli çocuğu olan ebeveynlere yönelik yapılan çalışmaları derlemiş olmasıdır. Aynı zamanda çalışmalarda yalnızca Bilişsel Davranışçı yaklaşım temelli uygulamaların kullanılması da bu çalışmanın bir başka sınırlılığıdır. Araştırmaya 2015-2021 yılları arasında yapılan ve grup müdahalesi şeklinde uygulanan araştırmalar alınmıştır. 2015 yılı öncesindeki çalışmaların alınmaması da bu araştırmanın sınırlılıklarından biridir. Bunlarla birlikte çalışmada derlenen araştırmalara çoğunlukla annelerin katıldığı ve sadece babalarla yapılan herhangi bir çalışmanın olmadığı da görülmüştür. Ayrıca araştırmaya alınan 20 çalışmadan 9'unda izleme ölçümü alındığı, bu nedenle uygulamaların etkililiğinin devam edip etmediği tam olarak yansıtılamamıştır.

6. ÖNERİLER

Otizimli bireylerin ebeveynlerine kanıta dayalı müdahalelerle destek verilmesi önemli bir konudur. Otizimli çocukların ebeveynleri, tanının getirmiş olduğu zorluklar nedeniyle sıklıkla birtakım sorunlar yaşadıklarını belirtmektedirler. Yaşanan bu zorluklar ebeveynlerin duygu durumlarını, kendilerine, dış dünyaya ve yaşama ilişkin algılarını ve becerilerini olumsuz olarak etkileyebilmektedir. Bu nedenle de çocuklarının davranışlarını yönetmede ve kendi yaşamlarını işlevsel hâle getirme konusunda desteklenmeleri önemli bir konu olarak uzmanlarının karşısında durmaktadır. Bu derleme çalışması otizimli bireylerin ebeveynlerini destekleme konusunda birkaç umut verici müdahale önermektedir. Araştırmaya dahil edilen çalışmalar Bilişsel Davranışçı yaklaşım temelli uygulamaların otizimli çocuğu olan ebeveynleri destekleme konusunda yarar sağlayabileceğini göstermektedir. Bu konuda yapılan sınırlı sayıda çalışma vardır ve bu çalışmaların sayısının artması araştırmacılar için bir öncelik olmalıdır.

Yapılan bu çalışmanın sonucunda ileride yapılacak çalışmalar için birtakım öneriler sunulabilir. İlk olarak otizimli bireylerin ebeveynlerinin desteklenmesine yönelik kanıta dayalı daha fazla çalışma yapılabilir. Mevcut çalışma Bilişsel Davranışçı yaklaşım temelinde gerçekleştirilen araştırmaları derlemiştir. Farklı yaklaşımlarla ortaya konulan çalışmalar ile Bilişsel Davranışçı yaklaşımla yapılan çalışmalar karşılaştırılabilir. Araştırmalarda yer alan katılımcı sayıları artırılıp çalışma grupları rastgele atama yoluyla belirlenebilir. Bu durum araştırmalarda kullanılan deneysel deseni güçlendirecektir. Ayrıca uygulama sonrasında gerçekleştirilen izleme ölçümlerinin sayısı ve süresi artırılarak çalışmaların boylamsallığı artırılabilir. Ek olarak 2015 yılından önce gerçekleştirilen araştırmalar ele alınarak bu konuda yapılmış çalışmaların tarihsel olarak nasıl değiştiği ortaya konulabilir.

Bu çalışmaya dahil edilen araştırmaların katılımcılarına bakıldığında ebeveyn olarak genellikle annelerin katılımcı oldukları görülmektedir. Aileye ve çocuklara karşı alınan sorumluluklar düşünüldüğünde bu konuda hem annelerin hem de babaların birlikte hareket etmeleri ve birbirlerini desteklemeleri beklenmektedir. Bu nedenle otizimli çocukların babalarının da katılımcı oldukları

araştırmaların sayısının artırılması önemli bir konudur ve bu araştırmada sunulması gereken önerilerden biridir.

Araştırmada otizmlili bireylerin anne babalarına yönelik gerçekleştirilen psikoöğitsel destek çalışmalarına yer verilmiştir. Otizm tanısı dışında diğer farklı gelişim gösteren bireylerin ebeveynleri de benzer psikolojik süreçlerden geçmektedirler. Bu nedenle diğer farklı gelişim gösteren bireylerin anne babalarına ve/veya aile üyelerine yönelik psikoöğitsel destek çalışmalarının yapılması önerilebilir.

Bu çalışma bir sistematik derleme çalışmasıdır. Ele alınan araştırmalar belirlenen kriterler ışığında çalışmaya dahil edilmişlerdir. Otizmlili bireylerin ebeveynlerine yönelik yapılan çalışmaların sayısı arttıkça bu konuda bir meta analiz çalışmasının yapılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir ve ileride yapılacak çalışmalar için önerilebilir.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı

Araştırmacılar çalışmaya eşit oranda katkıda bulunmuşlardır.

Çıkar Çatışması Beyanı

Araştırmacılar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır.

KAYNAKLAR

- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Anclair, M. ve Hiltunen, A.J. (2014). Cognitive behavioral therapy for stress-related problems: Two single-case studies of parents of children with disabilities. *Clinical Case Studies*, 13(6), 472-486.
- Barroso, N. E., Mendez, L., Graziano, P. A. ve Bagner, D. M. (2017). Parenting stress through the lens of different clinical groups: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 46(3), 449-461.
- Bearss, K., Burrell, T. L., Stewart, L. M. ve Scahill, L. (2015). Parent training in autism spectrum disorder: What's in a name? *Clinical Child and Family Psychology Review*, 18(2), 170-182.
- Benson, P. R. (2010). Coping, distress, and well-being in mothers of children with autism. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 4, 217-228.
- Bones, S., Norris, K. ve Quinn, M. (2019). Empirical validation of a model predicting depression, anxiety, and stress in parents of children with autism. *Clinical Psychologist*, 23(3), 249-260.
- Bonis, S. (2016). Stress and parents of children with autism: A review of literature. *Issues in Mental Health Nursing*, 37(3), 153-163.
- Butler, A. C., Chapman, J. E., Forman, E. M. ve Beck, A. T. (2006). The empirical status of cognitive-behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Clinical Psychology Review*, 26, 17-31.
- Cappe, E., Downes, N., Albert-Benaroya, S., Ech-Chouikh, J.A., De Gaulmyn, A. ve diğerleri (2021). Preliminary results of the effects of a psychoeducational program on stress and quality of life among french parents of an autistic child. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 36(3), 1-11.
- Cappe, E., Wolff, M., Bobet, R. ve Adrien, J. L. (2011). Quality of life: A key variable to consider in the evaluation of adjustment in parents of children with autism spectrum disorders and in the development of relevant support and assistance programmes. *Quality of Life Research*, 20(8), 1279-1294.

- Carter, A., Martinez-Pedraza, F. ve Gray, S. (2009) Stability and individual change in depressive symptoms among mothers raising young children with ASD: maternal and child correlates. *Journal of Clinical Psychology*, 65(12), 1270-1280.
- Cohrs, A.C. ve Leslie, D.L. (2017). Depression in parents of children diagnosed with autism spectrum disorder: A claims-based analysis. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 47, 1416-1422.
- Corti, C., Pergolizzi, F., Vanzin, L., Cargasacchi, G., Villa, L. ve diğerleri (2018). Acceptance and commitment therapy-oriented parent-training for parents of children with autism. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 2887-2900.
- Çokamay-Yılmaz, G. (2018). Bilişsel Davranışçı Terapiye dayalı ana baba eğitimleri: Kuramsal bir gözden geçirme. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 7(3), 133-143.
- Dale, E., Jahoda, A. ve Knott, F. (2006). Mothers' attributions following their child's diagnosis of autistic spectrum disorder. *Autism*, 10, 463-479.
- Da Paz, N. S., ve Wallander, J. L. (2017). Interventions that target improvements in mental health for parents of children with autism spectrum disorders: A narrative review. *Clinical Psychology Review*, 51, 1-14.
- Derguy, C., Michel, G., M'Bailara, K., Roux, S. ve Bouvard, M. (2015). Assessing needs in parents of children with autism spectrum disorder: A crucial preliminary step to target relevant issues for support programs. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 40(2), 156-166.
- Eapen, V. ve Guan, J. (2016). Parental quality of life in autism spectrum disorder: Current status and future directions. *Acta Psychopathologica*, 2(5), 1-14.
- Ertekin, E., Ergun, B.M. ve Sungur, M.Z. (2014). Psikiyatristler ve psikiyatri asistanlarında bilişsel-davranışçı terapi hakkında mitler ve yanlış bilinenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(1), 60-64.
- Falk, N.H., Norris, K. ve Quinn, M. (2014). The factors predicting stress, anxiety and depression in the parents of children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 44(12), 3185-203.
- Frantz, R., Hansen, S.G. ve Machalicek, W. (2018). Interventions to promote well-being in parents of children with autism: A systematic review. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 5(4), 58-77.
- Fung, K., Lake, J., Steel, L., Bryce, K. ve Lunsy, Y. (2018). ACT processes in group intervention for mothers of children with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 48, 2740-2747.
- Gelo, O., Braakmann, D. ve Benetka, G. (2008). Quantitative and qualitative research: Beyond the debate. *Integrative Psychological and Behavioral Science*, 42(3), 266-290.
- Giallo, R., Wood, C.E., Jellett, R. ve Porter, R. (2011). Fatigue, wellbeing and parental self-efficacy in mothers of children with an autism spectrum disorder. *Autism*, 17(4), 465-480.
- Gould, E.R., Tarbox, J. ve Coyne, L. (2017). Evaluating the effects of acceptance and commitment training on the overt behavior of parents of children with autism. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 7, 81-88.
- Hahs, A.D., Dixon, M.R. ve Paliliunas, D. (2019). Randomized controlled trial of a brief acceptance and commitment training for parents of individuals diagnosed with autism spectrum disorders. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 12, 154-159.
- Hamidi, F., Shirazizadeh, Z. ve Damavandi, E. (2020). The effect of cognitive behavioral counseling on parent-child relationship in mothers of children with autism spectrum disorder. *Health Education and Health Promotion*, 8(2), 51-56.
- Hartley, S.L., Barker, E.T., Seltzer, M.M., Greenberg, J.S. ve Floyd, F.J. (2011). Marital satisfaction and parenting experiences of mothers and fathers of adolescents and adults with autism. *American Journal of Intellectual and Developmental Disabilities*, 116(1), 81-95.
- Hastings, R. P., Daley, D., Burns, C. ve Beck, A. (2006). Maternal distress and expressed emotion: Cross-sectional and longitudinal relationships with behavior problems of children with intellectual disabilities. *American Journal on Mental Retardation*, 111(1), 48-61.
- Hayes, S. A. ve Watson, S. L. (2013). The impact of parenting stress: A meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(3), 629-642.

- Higgins, D. J., Bailey, S. R. ve Pearce, J. C. (2005). Factors associated with functioning style and coping strategies of families with a child with an autism spectrum disorders. *Autism*, 9, 125-137.
- Hofmann, S. G., Asnaani, A., Vonk, I. J., Sawyer, A. T. ve Fang, A. (2012). The efficacy of cognitive behavioral therapy : a review of meta-analyses. *Cognitive Therapy and Research*, 36, 427-440.
- Iadarola, S., Oakes, L.A., Shih, W., Dean, M., Smith, T. ve Orlich, F. (2018). Relationship among anxiety, depression, and family impact in adolescents with autism spectrum disorder and average-range IQ. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 33(3) 171-181.
- Izadi-Mazidi, M., Riahi, F. ve Khajeddin, N. (2015). Effect of cognitive behavior group therapy on parenting stress in mothers of children with autism. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 9(3), 1-5.
- Joekar, S., Farid, A.A.A., Birashk, B., Gharraee, B. ve Mohammadian, M. (2016). Effectiveness of acceptance and commitment therapy in the support of parents of children with high-functioning autism. *International Journal of Humanities and Cultural Studies*, 2(4), 2763-2772.
- Jones, L., Gold, E., Totsika, V., Hastings, R.P., Jones, M. ve diğerleri (2018). A mindfulness parent well-being course : evaluation of outcomes for parents of children with autism and related disabilities recruited through special schools. *European Journal of Special Needs Education*, 33(1), 16-30.
- Karst, J.S. ve Van Hecke, A.V. (2012). Parent and family impact of autism spectrum disorders: A review and proposed model for intervention evaluation. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 15(3), 247-277.
- Keen, D., Couzens, D., Muspratt, S. ve Rodger, S. (2010). The effects of a parent-focused intervention for children with a recent diagnosis of autism spectrum disorder on parenting stress and competence. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 4, 229-241.
- Ketcheson, L.R., Wengrovius, C.M., Staples, K.L. ve Miodrag, N. (2022). MYTime: A mindfulness and yoga program to promote health outcomes in parents of children with autism spectrum disorder. *Global Advances in Health and Medicine*, 11, 1-11.
- Klinger, L. G., Ence, W. ve Meyer, A. (2013). Caregiver-mediated approaches to managing challenging behaviors in children with autism spectrum disorder. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 15(2), 225-233.
- Koukouiki, E. ve Soulis, S.G. (2020). Self-reported health-related quality of life (HRQOL) and anxiety among Greek school-age siblings of individuals with autism spectrum disorders (ASD) in relation to parental mental health and social support. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50(8), 2913-2930
- Krakovich, T. M., McGrew, J. H., Yu, Y. ve Ruble, L. A. (2016). Stress in parents of children with autism spectrum disorder :an of demands and resources. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(6), 2042-2053.
- Limbers, C.A., Gutierrez, A. ve Cohen, L.A. (2020). The patient-centered medical home: Mental health and parenting stress in mothers of children with autism. *Journal of Primary Care & Community Health*, 11, 1-11.
- Lodder, A., Papadopulos, C, Randhawa, G. (2020). Using a blended format (videoconference and face to face) to deliver a group psychosocial intervention to parents of autistic children. *Internet Interventions*, 21, 1-9.
- Lunsky, Y., Fung, K., Lake, J., Steel, L. ve Bryce, K. (2018). Evaluation of acceptance and commitment therapy (ACT) for mothers of children and youth with autism spectrum disorder. *Mindfulness*, 9, 1110-1116.
- Lunsky, Y., Albaum, C., Baskin, A., Hastings, R.P., Hutton, S. ve diğerleri (2021). Group virtual mindfulness-based intervention for parents of autistic adolescents and adults. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51, 3959-3969.
- Magana, S., Hughes, M.T., Salkas, K., Gonzales, W., Nunez, G. ve diğerleri (2021). Implementing a parent education intervention in Colombia : assessing parent outcomes and perceptions across delivery modes. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 36(3), 1-11.
- Marino, F., Failla, C., Chila, P., Minutoli, R., Puglisi, A. ve diğerleri (2021). The effect of acceptance and commitment therapy for improving psychological well-being in parents of individuals with autism spectrum disorders : a randomized controlled trial. *Brain Sciences*, 11(7), 880-895.
- Matson, J. L. ve Nebel-Schwalm, M. S. (2007). Comorbid psychopathology with autism spectrum disorder in children : an overview. *Research Developmental Disabilities: A Multidisciplinary Journal*, 28(4), 341-352.
- Mazurek, M. O. (2014). Loneliness, friendship, and well-being in adults with autism spectrum disorders. *Autism*, 18(3), 223-232.

- Mazzucchelli, T. G., Jenkins, M. ve Sofronoff, K. (2018). Building bridges triple P: Pilot study of a behavioral family intervention for adolescents with autism spectrum disorder. *Research in Developmental Disabilities, 76*, 46-55.
- Mccreary, L. L. (2014). Dimensions of family functioning : perspectives African American families of low-income single-parent. *Journal of Marriage and Family, 66*(3), 690-701.
- Meltzer, L.J. ve Mindell, J.A. (2008). Behavioral sleep disorders in children and adolescents. *Sleep Medicine Clinics, 3*(2), 269-279.
- Mruzek, D. W., McAlevey, S., Loring, W. A., Butter, E., Smith, T. ve diğerleri (2019). A pilot investigation of an iOS-based app for toilet training children with autism spectrum disorder. *Autism, 23*(2), 359-370.
- Nguyen, C.T., Fairclough, D.L. ve Noll, R.B. (2016). Problem-solving skills training for mothers of children recently diagnosed with autism spectrum disorder: A pilot feasibility study. *Autism, 20*(1) 55-64.
- O'Donovan, K.L., Armitage, S., Featherstone, J., McQuillin, L., Longley, S. ve Pollard, N. (2019). Group-based parent training interventions for parents of children with autism spectrum disorders: A literature review. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders, 6*, 85-95.
- Özdemir, O. (2013). *Ailelere sunulan hizmetler ve destekler*. A. Cavkaytar (Ed.) Özel eğitimde aile rehberliği içinde (51-77). Ankara: Maya Akademi.
- Papanikolaou, K. ve Chrousos, G.P. (2012). Use of a relaxation technique by mothers of children with autism : a case-series study. *Psychological Reports: Human Resources & Marketing, 111*(3), 797-804.
- Parsons, D., Cordier, R., Vaz, S. ve Lee, H. C. (2017). Parent-mediated intervention training delivered remotely for children with autism spectrum disorder living outside of urban areas: Systematic review. *Journal of Medical Internet Research, 19*(8), 1-30.
- Pennefather, J., Hieneman, M., Raultson, T.J. ve Caraway, N. (2018). Evaluation of an onlinetraining program to improve family routines, parental well-being, and the behavior of children with autism. *Research in Autism Spectrum Disorders, 54*, 21-26.
- Petticrew, M. ve Roberts, H. (2006). Systematic reviews in the social sciences: A practical guide. DOI :10.1002/9780470754887.
- Pisula, E. ve Kossakowska, Z. (2010). Sense of coherence and coping with stress among mothers and fathers of children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 40*(12), 1485-1494.
- Poddar, S., Sinha, V.K. ve Urbi, M. (2018). Acceptance and commitment therapy on parents of children and adolescents with autism spectrum disorders. *International Journal of Educational and Psychological Researches, 1*(3), 221-225.
- Preece, D. ve Almond, J. (2008). Supporting families with children with autism spectrum disorders to use structured teaching approaches in the home and community. *Good Autism Practice, 9*(2), 44-53.
- Preece, D. ve Trajkovski, V. E. (2017). Parent education in autism spectrum disorder: A review of the literature. *Croatian Review of Rehabilitation Research, 53*(1), 118-128.
- Rarity, J. C. (2007). *Nonfinite grief in families with children on the autism spectrum a dissertation*. (Unpublished doctorate thesis). St. Mary's University, San Antonio, Texas.
- Rayan, A. ve Ahmad, M. (2017). Effectiveness of mindfulness-based intervention on perceived stress, anxiety, and depression among parents of children with autism spectrum disorder. *Mindfulness, 8*, 677-690.
- Ridderinkhof, A., De Bruin, E.I., Blom, R. ve Bögels, S.M. (2018). Mindfulness-based program for children with autism spectrum disorder and their parents : Direct and long-term improvements. *Mindfulness, 9*, 773-791.
- Robertson, S. M. (2010). Neurodiversity, quality of life, and autistic adults: Shifting research and professional focuses onto real-life challenges. *Disability Studies Quarterly, 30*(1),1-21.
- Rojas-Torres, L.P., Alonso-Esteban, Y., Lopez-Ramon, M.F. ve Alcantud-Marin, F. (2021). Mindfulness-based stress reduction (MBSR) and self compassion (SC) training for parents of children with autism spectrum disorders : A pilot trial in community services in Spain. *Children, 8*(5), 1-18.
- Ruiz-Robledillo, N. ve Moya-Albiol, L. (2015). Effects of a cognitive-behavioral intervention program on the health of caregivers of people with autism spectrum disorder. *Psychosocial Intervention, 24*, 33-39.

- Salimi, M., Mahdavi, A., Yeghaneh, S.S., Abedin, M. ve Hajhosseini, M. (2019). The effectiveness of group based acceptance and commitment therapy (ACT) on emotion cognitive regulation strategies in mothers of children with autism spectrum. *MAEDICA-A Journal of Clinical Medicine*, 14(3), 240-246.
- Santrock, J. W. (2018). A topical approach to life-span development (9. Basım). McGraw-Hill.
- Sharp, W.G., Jaquess, D. L. ve Lukens, C. T. (2013) Multi-method assessment of feeding problems among children with autism spectrum disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 7(1), 56-65.
- Sim, A., Cordier, R., Vaz, S. ve Falkmer, T. (2019). “We are in this together”: Experiences of relationship satisfaction in couples raising a child with autism spectrum disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 58, 39-51.
- Singh, N.N., Lancioni, G.E., Medvedev, O.N., Hwang, Y.S. ve Myers, R.E. (2021). A component analysis of the mindfulness-based positive behavior support (MBPBS) program for mindful parenting by mothers of children with autism spectrum disorder. *Mindfulness*, 12, 463-475.
- Tomeny, T.S. (2017). Parenting stress as an indirect pathway to mental health concerns among mothers of children with autism spectrum disorder. *Autism*, 21(7), 907-911.
- Töret, G., Özdemir, S. ve Özkubat, U. (2015). Ciddi düzeyde otizm spektrum bozukluğu olan çocuklar ile annelerinin ebeveyn-çocuk etkileşimlerinin ebeveyn ve çocuk davranışları açısından incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 16(1), 1-22.
- Vasilopoulou, E. ve Nisbet, J. (2016). The quality of life of parents of children with autism spectrum disorder : A systematic review. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 23, 36-49.
- Weitlauf, A.S., Vehorn, A.C., Taylor, J.L. ve Warren, Z.E. (2014). Relationship satisfaction, parenting stress, and depression in mothers of children with autism. *Autism*, 18(2), 194-198.
- Zaidman-Zait, A., Mirenda, P., Duku, E., Szatmari, P., Georgiades, S. ve diğerleri (2014). Examination of bidirectional relationships between parent stress and twotypes of problem behavior in children with autism spectrum disorder. *Journal of Autism Developmental Disorder*, 44, 1908-1917.

EXTENDED ABSTRACT

Autism spectrum disorder (ASD) is a neurodevelopmental disorder characterized by limited interests, repetitive behaviors, and difficulties in social communication and interaction (American Psychiatric Association, 2013). Although there is no definitive medical treatment method for these outcomes of the disorder, these conditions confront both individuals with ASD and their families with a number of difficulties throughout their lives (Matson and Nebel-Schwalm 2007). In studies conducted on this subject, it has been found that parents of children with autism experience psychological problems such as depression, anxiety, stress and burnout more intensely than parents of children with typical development and other different development (Barroso et al., 2017; Bonis, 2016; Giallo. et al., 2011). For this reason, it is thought that it is important to support these families educationally with evidence-based approaches (O'Donovon et al., 2019).

Such psychoeducational programs are considered important in terms of parents' mental-physical health, marital-family life, life satisfaction, perceived quality of life and their relationships with their children with autism (Preece and Trajkovski, 2017). As a matter of fact, when the results of the programs carried out in this way are examined, it has been shown that the practices have positive results for families and children with autism (Da Paz and Wallender, 2017; Frantz et al., 2018; Preece and Almond 2008). For this reason, it is extremely important that the programs are created and implemented with evidence-based and scientific methods (Bearss et al., 2015). When the studies on parent education are examined, it is seen that the programs are implemented on the basis of many different theories and approaches. Among these applications, Cognitive Behavioral-based programs have an important place (Prevedini et al., 2020). Cognitive Behavioral Therapy-based practices for parents with children with autism have been increasing especially in recent years, and when the results are examined, it is seen that these practices are effective (Gould et al., 2017; Hastings et al., 2006).

The research was planned as a systematic review study in order to examine the studies using cognitive-behavioral-based practices to support parents with children with autism. First of all, various databases and bibliography sections of the researches accessed from these databases were scanned in order to reach studies on this subject. Within the framework of inclusion criteria, 20 studies were included in the study.

It is seen that a total of 786 participants, including 690 mothers, 95 fathers and 1 grandmother, took part in the studies and 9 of the 20 studies were conducted with mothers only. No study was found involving only fathers. While 10 of the 20 studies included in this study were performed with a single group, it was observed that 10 studies were carried out with at least two participant groups. It is seen that there are a total of 81 dependent variables in which the effects of cognitive-behavioral-based education programs applied in the studies were examined. It is seen that 47 of these 81 dependent variables are variables related to the emotional states of the participants, 21 are cognitive behavioral approach-based gains, 11 are variables related to participants' perceptions of themselves, other people or life, and 2 are variables related to interpersonal relationships. While the stress variable was seen to be the dependent variable in 11 studies, it was seen that the depression variable was included in 10 studies. Awareness variable was included as dependent variable in 8 studies and anxiety variable in 6 studies. It was observed that all measurement tools used in the studies were quantitative scales.

In 9 of the 20 studies included in the study, at least one follow-up measurement was made other than the pre-test and post-test. In the other 11 studies, data were obtained only at the pretest and posttest levels. A single follow-up measurement was made in 7 of the 9 studies in which follow-up measurements

were made. When the results of the studies are examined in general, it is seen that the education programs applied in the studies are generally effective on the dependent variables.

It is thought that the reason for the participation of mothers in studies is mostly because mothers are more interested in the needs of their children and are more willing to participate in research. It is thought that the reason why the variables related to mood are taken as the dependent variable in the studies is that the emotional states of the parents of children with autism are more negative than those of other parents. It is seen that quantitative measurement tools were used in all of the studies. This is thought to be due to the fact that Cognitive Behavioral Therapy, which is used in research, is the approach in which the most evidence-based study in the field of psychology is done. No follow-up data was obtained from 11 studies included in the study. This is the limitation of these studies.