

**T.C.  
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
DİN PSİKOLOJİSİ BİLİM DALI**

**DOWN SENDROMLU BİREYLER VE ANNELERİNİN  
MANEVİ İYİ OLUŞUNU GÜÇLENDİRME ÜZERİNE  
BİR ARAŞTIRMA**

**NİLÜFER EVGİNER**

**DOKTORA TEZİ**

**DANIŞMAN:  
PROF. DR. ABDÜLKERİM BAHADIR**

**KONYA-2024**

**T.C.  
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
DİN PSİKOLOJİSİ BİLİM DALI**

**DOWN SENDROMLU BİREYLER VE ANNELERİNİN  
MANEVİ İYİ OLUŞUNU GÜÇLENDİRME ÜZERİNE  
BİR ARAŞTIRMA**

**NİLÜFER EVGİNER**

**DOKTORA TEZİ**

**DANIŞMAN:  
PROF. DR. ABDÜLKERİM BAHADIR**

**KONYA-2024**



DOKTORA TEZİ KABUL FORMU

Öğrencinin	Adı Soyadı	Nilüfer EVGİNER
	Numarası	138102013061
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Felsefe ve Din Bilimleri A.B.D./Din Psikolojisi B.D.
	Programı	Doktora
	Tez Danışmanı	Prof. Dr. Abdülkerim BAHADIR
	Tezin Adı	Down Sendromlu Bireyler ve Annelerinin Manevi İyi Oluşunu Güçlendirme Üzerine Bir Araştırma

Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan Down Sendromlu Bireyler ve Annelerinin Manevi İyi Oluşunu Güçlendirme Üzerine Bir Araştırma başlıklı bu çalışma 05/07/2024 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak jürimiz tarafından Doktora Tezi olarak kabul edilmiştir.

Sıra No	Danışman ve Üyeler		
	Unvanı	Adı ve Soyadı	İmza
1	Prof. Dr.	Abdülkerim BAHADIR	
2	Prof. Dr.	Adem ŞAHİN	
3	Prof. Dr.	Hakan SARI	
4	Prof. Dr.	M. Naci KULA	
5	Doç. Dr.	Sema YILMAZ	



T.C.  
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ



Sosyal Bilimler Enstitüsü

Bilimsel Etik Sayfası

Öğrencinin	Adı Soyadı	Nilüfer EVGİNER		
	Numarası	138102013061		
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Felsefe ve Din Bilimleri A.B.D./Din Psikolojisi B.D.		
	Programı	Tezli Yüksek Lisans		
		Doktora	X	
	Tez Danışmanı	Prof. Dr. Abdülkerim BAHADIR		
Tezin Adı	Down Sendromlu Bireyler ve Annelerinin Manevi İyi Oluşunu Güçlendirme Üzerine Bir Araştırma			

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.

**Nilüfer EVGİNER**



ÖZET

Öğrencinin	Adı Soyadı	Nilüfer EVGİNER		
	Numarası	138102013061		
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Felsefe ve Din Bilimleri A.B.D./Din Psikolojisi B.D.		
	Programı	Tezli Yüksek Lisans		
		Doktora	X	
	Tez Danışmanı	Prof. Dr. Abdülkerim BAHADIR		
Tezin Adı	Down Sendromlu Bireyler ve Annelerinin Manevi İyi Oluşunu Güçlendirme Üzerine Bir Araştırma			

Araştırmanın amacı, manevi iyi oluşu güçlendirme uygulamasının; Down Sendromlu (DS) bireylerin ve annelerinin manevi yaşamlarına ve anlam dünyalarına etkisini incelemek; uygulama aracılığıyla DS'li bireylere ve annelerine manevi iyi oluşlarını güçlendirmede katkı sağlamaktır. Araştırmamız, nitel araştırma yöntemlerinden olgubilim (fenomenoloji) deseniyle kuramlanmıştır. Çalışma grubu; 14-18 yaş aralığında 6 DS'li birey ve anneleriyle birlikte 13 katılımcıdan, amaçlı örnekleme yönteminden ölçüt örnekleme sistemiyle tasarlanmıştır. DS'li katılımcılara insanın manevi boyutuyla ilgili tam yapılandırılmış görüşme formu; annelerine mental iyi oluş ve manevi boyutla ilişkili yarı yapılandırılmış görüşme formu uygulanmıştır. Formlar betimsel analizle çözümlenmiştir. Katılımcılarla manevi iyi oluşlarına destek sunacak 8 oturumluk uygulama gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın bulgularına göre; uygulamadan önce, sonra ve izleme amaçlı yapılan görüşmelerde katılımcıların uygulamanın etkisiyle manevi iyi oluş düzeylerini artırdıkları ve korumaya çalıştıkları, her temanın manevi yaşamlarını düzenlemede destek olduğu görülmüştür. Uygulama sayesinde, katılımcılarda hedeflenen kazanımların maneviyat ve manevi iyi oluş açısından beklenen yönde seyrettiği gözlemlenmiştir. Katılımcıların cezalandırılma düşüncesiyle DS'li çocuk sahibi olduklarına ilişkin anlam dünyalarının yerine olumlu bakış açısı geliştirmeye başladıkları, hayata/geleceğe dair endişelerini yönetebilme becerisi kazandıkları, oturumlarda keşfettikleri erdemlere günlük hayatta yer vermeye çalıştıkları ve tevekkül, sabır, şükür gibi kavramlarla davranışlarına anlam yükleyerek yaşamı daha iyi yönetebilme fırsatı elde ettikleri sonucuna varılmıştır. Katılımcıların görüşlerine göre uygulamanın özellikle yeni doğum yapmış/taniyi yeni öğrenmiş annelere destek hizmet sunacağı tespit edilmiştir.

DS'li bireylerin de tüm bireyler gibi manevi gereksinimlerinin olduğu ortaya çıkmıştır. Dini ritüelleri tam yerine getiremeseler de ahlaki gelişim, merhamet hissi, çevresine duyarlı olma gibi birçok erdemlerle hassas bir manevi dünyaya sahip oldukları gözlemlenmiştir. Bu gereksinimlerin; uygun içerikteki uygulamalar ile giderilebileceği ve yaşamlarına olumlu yönde katkı sunulabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Din Psikolojisi, Down Sendromu, Manevi İyi Oluş.



ABSTRACT

Author's	Name and Surname	Nilüfer EVGİNER		
	Student Number	138102013061		
	Department	Department of Philosophy and Religious Studies / Psychology of Religion		
	Study Programme	Master's Degree (M.A.)		
		Doctoral Degree (Ph.D.)	X	
	Supervisor	Prof. Dr. Abdülkerim BAHADIR		
Title of the Thesis/Dissertation	A Study on Strengthening the Spiritual Well-Being of Individuals with Down Syndrome and Their Mothers			

The aim of the research is to examine the effect of the spiritual well-being strengthening implementation on the spiritual lives and their world of meaning of individuals with Down Syndrome (DS) and their mothers; to contribute to strengthening the spiritual well-being of individuals with DS and their mothers. Our research is theorized with the phenomenology pattern, one of the qualitative research methods. The study group was designed from 13 participants, including 6 individuals with DS between the ages of 14-18 and their mothers, using the criterion sampling system from the purposeful sampling method. A fully structured interview form regarding the spiritual dimension of humans was administered to participants with DS, and a semi-structured interview form regarding mental well-being and spiritual dimension was administered to their mothers. The forms were analyzed with descriptive analysis. An 8-session implementation that will support their spiritual well-being was held with the participants.

According to the findings of the research, in the interviews conducted before, after and for follow-up purposes, it was observed that the participants increased their spiritual well-being levels under the influence of the implementation and tried to maintain it, and each theme supported them in organizing their spiritual lives. Thanks to the implementation, it was observed that the targeted gains in the participants were in the expected direction in terms of spirituality and spiritual well-being. It was concluded that the participants began to develop a positive perspective instead of the meaning of having a child with DS with the thought of being punished, and they gained the ability to manage their concerns about life/future. It was also concluded that the participants tried to include the virtues they discovered in the sessions in their daily lives and gained the opportunity to manage life better by giving meaning to their behaviors with concepts such as trust, patience and gratitude. According to the opinions of the participants, it was determined that the implementation would provide support services especially to mothers who had recently given birth/just learned the diagnosis.

It has been revealed that individuals with DS have spiritual needs, like all individuals. Although they cannot fully perform religious rituals, it has been observed that they have a sensitive spiritual world with many virtues such as moral development, a sense of compassion, and sensitivity to their environment. These requirements; It has been concluded that these problems can be eliminated by implementations with appropriate content and can contribute positively to their lives.

**Key Words:** Psychology of Religion, Down Syndrome, Spiritual Well-Being.

## İÇİNDEKİLER

Doktora Tezi Kabul Formu .....	i
Bilimsel Etik Sayfası .....	ii
Özet .....	iii
Abstract .....	iv
İçindekiler .....	v
Tablolar Listesi .....	ix
Şekiller Listesi .....	xii
Kısaltmalar Listesi .....	xiii
Önsöz ve Teşekkür.....	xiv
<b>Giriş.....</b>	<b>1</b>
1. Araştırmanın Konusu .....	1
2. Araştırmanın Amacı ve Önemi .....	3
3. Araştırmanın Sayıtları ve Sınırlılıkları .....	5
4. Konuyla İlgili Yapılmış Çalışmalar .....	5

### BİRİNCİ BÖLÜM KAVRAMSAL ÇERÇEVE

#### ÖZEL GEREKSİNİMLİLİK, DOWN SENDROMU VE MANEVİ İYİ OLUŞ

1.1. ÖZEL GEREKSİNİMLİ OLMA KAVRAMI .....	9
1.1.1. Özel Gereksinimlilik Tanımı .....	9
1.1.2. Özel Gereksinim Sahibi Bireylere Yaklaşımın Tarihsel Arka planı.....	14
1.1.3. Özel Gereksinimlilik Sınıflandırılması .....	19
1.1.3.1. Fiziksel Yetersizlik.....	19
1.1.3.2. Görme Yetersizliği .....	20
1.1.3.3. İşitme Yetersizliği .....	20
1.1.3.4. Dil ve Konuşma Güçlüğü.....	20
1.1.3.5. Zihinsel Yetersizlik .....	21
1.1.3.6. Süreç Hastalık .....	22
1.2. ZİHİNSEL YETERSİZLİK VE ZİHİNSEL YETERSİZLİĞİN BİR TÜRÜ OLARAK DOWN SENDROMU .....	22
1.2.1. Zihinsel Yetersizlik .....	22
1.2.1.1. Zihinsel Yetersizlik Durumuna Yaklaşımın Tarihsel Arka planı.....	25
1.2.1.2. Zihinsel Yetersizlik Sınıflandırılması .....	26
1.2.2. Down Sendromu .....	28
1.2.2.1. Down Sendromu Tanımı .....	28
1.2.2.2. Down Sendromu Tipleri.....	29
1.2.3. Down Sendromlu Bireylere Özgü Temel Nitelikler .....	30
1.2.3.1. Fiziksel Özellikleri .....	31
1.2.3.2. Zihinsel Özellikleri.....	32
1.2.3.3. Kişilik Özellikleri .....	33
1.2.3.4. Duygusal ve Sosyal Özellikleri .....	34
1.2.4. Down Sendromlu Bireylerin Gelişimsel Özellikleri.....	35
1.2.4.1. Bilişsel Gelişim .....	35

1.2.4.2. Dil Gelişimi .....	36
1.2.4.3. Motor Gelişimi .....	37
1.2.4.4. Psikolojik Gelişimi .....	38
1.2.4.5. Dini Gelişimi .....	38
1.3. MANEVİ İYİ OLUŞ .....	38
1.3.1. Maneviyat ve Manevi İyi Oluş.....	39
1.3.2. Manevi Danışmanlık .....	42
1.3.3. Özel Gereksinimi Olan Bireylere Yönelik Manevi Danışmanlık .....	45
1.3.4. Down Sendromlu Bireylere Yönelik Manevi Danışmanlık .....	50
1.3.5. Down Sendromlu Çocuğu Olan Annelere Yönelik Manevi Danışmanlık .....	55
1.3.5.1. Özel Gereksinimli Çocuk Sahibi Olmak .....	55
1.3.5.2. Down Sendromu Tanılı Çocuğa Sahip Ailelerin Yaşadığı Sorunlar ve İhtiyaç Alanları .....	59

## İKİNCİ BÖLÜM YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli .....	63
2.2. Çalışma Grubu .....	66
2.3. Veri Toplama Araçları .....	67
2.4. Verilerin Analizi .....	69
2.5. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulama .....	72
2.5.1. Uygulamanın Genel Kapsamı .....	72
2.5.2. Uygulamanın Geliştirilmesi .....	73
2.5.3. Oturumların Akışı .....	74
2.5.4. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Yapılan Uygulamadaki Oturumların Özetleri .....	79

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM BULGULAR VE DEĞERLENDİRME

3.1. ANNELERDE MENTAL İYİ OLUŞ İLE İLGİLİ BULGULAR .....	130
3.1.1. Umut Temasına İlişkin Bulgular .....	131
3.1.2. Şükür Temasına İlişkin Bulgular .....	132
3.1.3. Günlük Yaşamda Sorunlarla Başa Çıkma Becerisi Temasına İlişkin Bulgular .....	135
3.1.4. Sosyal İlişkiler Sosyal Destek Temasına İlişkin Bulgular .....	140
3.1.5. Sevgi ve Kabul Görme Temasına İlişkin Bulgular .....	146
3.2. ANNELERDE MANEVİ YAŞAM VE MANEVİ İYİ OLUŞU GÜÇLENDİRME İLE İLGİLİ BULGULAR .....	149
3.2.1. Aşkın Bir Varlığa İnanç, Umut ve Sevgi Temasına İlişkin Bulgular .....	149
3.2.2. Merhamet ve Şefkat Temasına İlişkin Bulgular .....	153
3.2.3. Tevekkül Temasına İlişkin Bulgular .....	158
3.2.4. Manevi Yaşam Temasına İlişkin Bulgular .....	166
3.2.5. Manevi Başa Çıkma Temasına İlişkin Bulgular .....	176

3.2.6. Dua Temasına İlişkin Bulgular .....	179
3.2.7. Anlam Arayışı Temasına İlişkin Bulgular .....	181
3.2.8. Kabullenme Temasına İlişkin Bulgular .....	183
<b>3.3. ANNELERLE GERÇEKLEŞTİRİLEN MANEVİ İYİ OLUŞU GÜÇLENDİRMEYE YÖNELİK UYGULAMANIN KAZANIMLARI VE DEĞERLENDİRİLMESİ İLE İLGİLİ BULGULAR .....</b>	<b>188</b>
3.3.1. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamadan Katılımcıların Kazanımları.....	189
3.3.2. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın İyi Gelen Yönleri .....	193
3.3.3. Uygulamanın Maneviyat İçerikli Olmasına Dair Görüşler.....	194
<b>3.4. DOWN SENDROMU TANILI BİREYLERLE İLGİLİ BULGULAR .....</b>	<b>195</b>
3.4.1. Sevgi Temasına İlişkin Bulgular.....	196
3.4.1.1. Sevildiğini, Değerli Olduğunu Hissetme ve Bunun Farkında Olma.....	196
3.4.1.2. Sevme Hissini Yaşayabilme, Bu Duyguyu Karşıdakine Hissettirebilme ve İfade Edebilme .....	201
3.4.2. Sabır ve Öfke Yönetimi Temasına İlişkin Bulgular.....	206
3.4.2.1. Öfke Anında Sabırlı Olabilme Yetisi.....	207
3.4.2.2. Nezaket İçeren İfadeler Kullanabilme Becerisi .....	209
3.4.3. Dini/ Manevi Değerlere Saygı Temasına İlişkin Bulgular.....	211
3.4.4. Dua ve Şükür Temasına İlişkin Bulgular .....	218
3.4.5. İyilik Yapma, Paylaşma ve Yardımlaşma Temasına İlişkin Bulgular .....	221
<b>3.5. DOWN SENDROMLU BİREYLERE YÖNELİK MANEVİ İYİ OLUŞU GÜÇLENDİRMEYE DAİR UYGULAMANIN KAZANIMLARI VE DEĞERLENDİRİLMESİ İLE İLGİLİ BULGULAR .....</b>	<b>224</b>
3.5.1. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamadan Down Sendromlu Bireylerin Kazanımları .....	225
3.5.2. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Down Sendromlu Bireylere İyi Gelen Yanları .....	226
3.5.3. Uygulamanın Maneviyat İçerikli Olmasına Dair Görüşler.....	227

## **DÖRDÜNCÜ BÖLÜM TARTIŞMA VE YORUM**

<b>4.1. DOWN SENDROMU TANILI BİREYLERİN ANNELERİNE YÖNELİK TARTIŞMA VE YORUM.....</b>	<b>229</b>
4.1.1. Down Sendromu Tanılı Bireylerin Annelerinin Manevi İhtiyaçları ve Destek İmkânlarına İlişkin Tartışma ve Yorum.....	230
4.1.2. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Down Sendromu Tanılı Bireylerin Annelerinin Mental İyi Oluşlarına Etkisine İlişkin Tartışma ve Yorum .....	232
4.1.3. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Down Sendromu Tanılı Bireylerin Annelerinin Manevi İyi Oluşlarına ve Manevi Yaşamlarına Etkisine İlişkin Tartışma ve Yorum.....	236

4.1.4. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Down Sendromu Tanılı Bireylerin Annelerinin Anlam Dünyasına Etkisine İlişkin Tartışma ve Yorum .....	258
4.1.5. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamaya Dair Annelerin Görüş ve Değerlendirmelerine İlişkin Tartışma ve Yorum .....	266
4.2. DOWN SENDROMU TANILI BİREYLERE YÖNELİK TARTIŞMA VE YORUM.....	268
4.2.1. Down Sendromu Tanılı Bireylerin Manevi İhtiyaçları ve Destek İmkânlarına İlişkin Tartışma ve Yorum.....	268
4.2.2. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Down Sendromu Tanılı Bireylerin Manevi Yaşamlarına ve Anlam Dünyalarına Etkisine İlişkin Tartışma ve Yorum .....	270
Sonuç .....	286
Öneriler .....	294
Kaynakça .....	296
Ekler.....	316

## TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1.1. Zihinsel Yetersizliğin Farklı Alanlara Göre Sınıflandırılması .....	27
Tablo 2.1. DS’li Çocuk Sahibi Annelere İlişkin Demografik Bilgiler.....	66
Tablo 2.2. DS’li Bireylere İlişkin Demografik Bilgiler.....	66
Tablo 2.3. Mental İyi Oluş Formu Uygulama Öncesi Kodlama Güvenirliği .....	70
Tablo 2.4. Mental İyi Oluş Formu Uygulama Sonrası Kodlama Güvenirliği .....	70
Tablo 2.5. Mental İyi Oluş Formu İzleme Testi Kodlama Güvenirliği .....	70
Tablo 2.6. Manevi Yaşam ve Manevi Güçlenme Formu Uygulama Öncesi Kodlama Güvenirliği .....	71
Tablo 2.7. Manevi Yaşam ve Manevi Güçlenme Formu Uygulama Sonrası Kodlama Güvenirliği .....	71
Tablo 2.8. Manevi Yaşam ve Manevi Güçlenme Formu İzleme Testi Kodlama Güvenirliği .....	71
Tablo 2.9. Anneler İçin Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Oturumları.....	77
Tablo 2.10.DS’li Bireyler İçin Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Oturumları .....	78
Tablo 3.1. Geleceğe Dair Bakış Açısı Kategorisi.....	131
Tablo 3.2. Bireyin Genelde Kendini Nasıl Hissettiği ile İlgili Genel Ruh Hali Kategorisi .....	133
Tablo 3.3. Hayat Memnuniyeti Kategorisi .....	134
Tablo 3.4. Günlük Yaşamda Sorunlarla Başa Çıkma Kategorisi .....	136
Tablo 3.5. Boş Vakit Değerlendirme ve Hobi .....	137
Tablo 3.6. Bireyin Kendi Kendini Rahatlatma Biçimi Kategorisi.....	139
Tablo 3.7. Bireyin Bulunduğu Toplumda Kendini Nasıl Algıladığı Kategorisi.....	140
Tablo 3.8. Çevreyle Olan Sosyal İlişkiler Kategorisi .....	142
Tablo 3.9. Yakın İlişkiler Kurabilme ve Güven Duyma Kategorisi.....	143
Tablo 3.10. Bireyin Toplum İçinde Kendini İfade Etme Biçimi Kategorisi .....	145
Tablo 3.11. Güven Duyulduğunu ve Sevildiğini Hissetme Kategorisi.....	146
Tablo 3.12. Aile Bireyleri Olarak Sevgiyi İfade Etme Şekli Kategorisi .....	148
Tablo 3.13. Aşkın Bir Varlığa İnanç Kategorisi .....	149
Tablo 3.14. Allah’ın Varlığını Hissetmek ile İlgili Duygular Kategorisi .....	150
Tablo 3.15. Allah’ı Kendine Yakın Hissetme Kategorisi.....	151
Tablo 3.16. Allah Nasıl Bir Yaratıcı Kategorisi .....	153
Tablo 3.17. Allah DS’li Evladınıza Karşı Nasıldır Kategorisi .....	154
Tablo 3.18. Annenin Maneviyatının DS’li Çocuğuna Davranış Biçimine Etkisi Kategorisi .....	156
Tablo 3.19. Zor ve Sıkıntılı Zamanları Aşabilme Kategorisi .....	158
Tablo 3.20. Zor ve Sıkıntılı Zamanlarla Baş Edebilme Kategorisi .....	159
Tablo 3.21. Bireyin İncancının ve Maneviyatının Hayata Bakış Açısındaki Etkisi Kategorisi .....	160
Tablo 3.22. Enerjisine İnanılan Sembollerin Bireyin Maneviyatına Etkisi Kategorisi ..	162
Tablo 3.23. DS’li Çocuğun Annenin Hayatına Katılmasının Maneviyatına Etkisi Kategorisi .....	164
Tablo 3.24. Maneviyat Hakkındaki Düşünceler Kategorisi.....	167
Tablo 3.25. Manevi Yaşama İlişkin Düşünceler Kategorisi .....	169

Tablo 3.26. Maneviyatın Bireyin Davranışlarına Olumlu Yönde Etkisi Kategorisi .....	170
Tablo 3.27. Manevi Duyguların Bireyin Ruh Haline Etkisi Kategorisi .....	172
Tablo 3.28. Manevi İyi Oluşu Güçlendirme Uygulamaları Kategorisi.....	173
Tablo 3.29. Bireyin Dini Etkinliklere Katılımının Manevi İyi Oluşa Etkisi Kategorisi .	175
Tablo 3.30. Annenin Maneviyatının DS’li Bir Çocuk Sahibi Olduğunu Öğrenince Beklenmedik Bu Duruma Dair Düşüncelerine Etkisi Kategorisi .....	176
Tablo 3.31. DS’li Çocuk Sahibi Olmanın Dini/Manevi Hayata Etkisi Kategorisi .....	178
Tablo 3.32. Dua Manevi İyi Oluş İlişkisi Kategorisi.....	180
Tablo 3.33. Bireyin Hayatındaki Anlam ve Amacı ile Manevi İyi Oluş İlişkisi Kategorisi.....	182
Tablo 3.34. Annenin DS’li Çocuğuna Dair Kabulü ile Manevi İyi Oluş İlişkisi Kategorisi.....	184
Tablo 3.35. DS’li Çocuk Sahibi Bir Anne Olmanın Manevi İyi Oluşa Etkisi Kategorisi.....	186
Tablo 3.36. Uygulamadan Kazanınlara Dair Kodlar .....	189
Tablo 3.37. Uygulamanın İyi Gelen Yönleri .....	193
Tablo 3.38. Uygulamanın Manevi İçerikli Olmasına Yönelik Görüşler .....	194
Tablo 3.39. DS’li Bireylerin “Annem ve babam beni sever.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	197
Tablo 3.40. DS’li Bireylerin “Arkadaşlarım beni sever.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı.....	198
Tablo 3.41. DS’li Bireylerin “Öğretmenlerim beni sever.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	199
Tablo 3.42. DS’li Bireylerin “Allah beni sever.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı.....	199
Tablo 3.43. DS’li Bireylerin “Birisine bana hediye verince mutlu olurum.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	200
Tablo 3.44. DS’li Bireylerin “Anneme-babama onları sevdiğimi söylerim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	201
Tablo 3.45. DS’li Bireylerin “Çok sevdiğim arkadaşşıma, sevdiğimi söylerim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	202
Tablo 3.46. DS’li Bireylerin “Öğretmenlerimi severim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı.....	203
Tablo 3.47. DS’li Bireylerin “Okulumu severim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı.....	204
Tablo 3.48. DS’li Bireylerin “Ben Allah’ı severim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı.....	205
Tablo 3.49. DS’li Bireylerin “Birisine hediye verdiğim zaman mutlu olurum.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	206
Tablo 3.50. DS’li Bireylerin “Evde sinirlendiğim zaman anne ve babama kötü söz söylerim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	207
Tablo 3.51. DS’li Bireylerin “Arkadaşıma kızarsam ona kötü söz söylerim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	208
Tablo 3.52. DS’li Bireylerin “Birisinden bir şey isteyeceğim zaman lütfen kelimesini kullanırım.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	209
Tablo 3.53. DS’li Bireylerin “Birisini üzersem eğer, ondan özür dilerim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	210

Tablo 3.54. DS’li Bireylerin “Camiye girerken ayakkabılarımı çıkarırım.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	211
Tablo 3.55. DS’li Bireylerin “İnsanların camide namaz kıldığını bilirim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	212
Tablo 3.56. DS’li Bireylerin “Camide başkaları namaz kılarken/dua ederken sessizce dururum.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	213
Tablo 3.57. DS’li Bireylerin “Ezan sesini duyduğum zaman müziğin sesini kısarım.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	214
Tablo 3.58. DS’li Bireylerin “Ezan okununca namaz kılınır.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	215
Tablo 3.59. DS’li Bireylerin “Ezan camiden okunur.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı.....	215
Tablo 3.60. DS’li Bireylerin “Kur’an-ı Kerim’i görünce tanırım.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	216
Tablo 3.61. DS’li Bireylerin “Kur’an-ı Kerim okunurken müziğin sesini açmam.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	217
Tablo 3.62. DS’li Bireylerin “Kur’an-ı Kerim okunurken onu sessizce dinlerim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	218
Tablo 3.63. DS’li Bireylerin “Bazı zamanlar dua ederim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	219
Tablo 3.64. DS’li Bireylerin “Annem ya da babam için dua ederim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	219
Tablo 3.65. DS’li Bireylerin “Bir başkası dua ederken ben de onu dinlerim ve âmin derim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	220
Tablo 3.66. DS’li Bireylerin “Anneme ya da babama onlar iş yaparken yardımcı olurum.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı.....	221
Tablo 3.67. DS’li Bireylerin “Anneme mutfakta yardım edince mutlu olurum.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	222
Tablo 3.68. DS’li Bireylerin “Bir arkadaşım yere düşse onun kalkmasına yardım ederim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	223
Tablo 3.69. DS’li Bireylerin “Yiyeceklerimi, boya kalemlerimi kardeşim veya arkadaşım ile paylaşırım.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı .....	224
Tablo 3.70. Uygulamadan Kazanılanlara Yönelik Kodlar.....	225
Tablo 3.71. Uygulamanın İyi Gelen Yanları .....	226
Tablo 3.72. Uygulamanın Manevi İçerikli Olmasına Yönelik Görüşler .....	228

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1.1. ICF'nin Biyo-Psiko-Sosyal Modeli .....	13
Şekil 1.2. Zihinsel Yetersizlik.....	24
Şekil 1.3. Dini Danışmanlığın Diğer Disiplinlerle İlişkisi.....	44
Şekil 2.1. Araştırmanın Akış Çizelgesi.....	65
Şekil 4.1. İnsanın Boyutları .....	233
Şekil 4.2. Anne ve Çocuk Arasındaki Duygu Alışverişi .....	267



## KISALTMALAR LİSTESİ

AAIDD	: American Association on Intellectual and Developmental Disabilities
AAMR	: American Association on Mental Retardation
ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
Akt	: Aktaran
b.	: Bin
BDT	: Bilişsel Davranışçı Terapi
bkz.	: Bakınız
BM	: Birleşmiş Milletler
DİB	: Diyanet İşleri Başkanlığı
DİE	: Devlet İstatistik Enstitüsü
DS	: Down Sendromu
DSM	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
Ed.	: Editör
Hz.	: Hazreti
ICD-10	: International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems
ICF	: International Classification of Functioning, Disability and Health
ICIDH	: International Classification of Impairments, Disabilities and Handicaps
ILO	: Uluslararası Çalışma Örgütü
M.Ö.	: Milattan Önce
M.S.	: Milattan Sonra
sav	: Sallallahu Aleyhi ve Sellem
T.C.	: Türkiye Cumhuriyeti
TDV	: Türkiye Diyanet Vakfı
TİMAV	: Türkiye İmam Hatipliler Vakfı
TÜİK	: Başbakanlık Türkiye İstatistik Kurumu
vb.	: ve benzeri
vd.	: ve diğerleri
WHO	: World Health Organization

## ÖNSÖZ

Özel gereksinim; gelişimsel farklılığa sahip bireylerin, günlük yaşamlarında sosyal, psikolojik, eğitsel ve benzeri tüm gereksinimlerini belirtmek için kullanılan bir ifadedir. Özel gereksinimlilik durumu; bunu yaşayan insana özgü, sadece özel gereksinimli bireyi ilgilendiren bir durum olmanın ötesinde, özel gereksinimli kişinin içinde bulunduğu toplumla ilgili bir olgu olarak, kültürel, toplumsal, dini, politik, ekonomik ve yasal faktörlerden de etkilenmektedir. Özel gereksinimli bireylerin yaşamları boyunca eğitim, iş hayatı, toplumsal bütünleşme, akran birlikteliği gibi güçlüklerin yanı sıra anlam dünyasını biçimlendirme, manevi gereksinimlerini giderme, dini pratikleri yerine getirme gibi birçok alanda karşılaştıkları problemler hayat kalitelerinde olumsuz yönde etkili olmaktadır. Bu nedenle özel gereksinimli bireylere destek hizmet sunmak bireysel ve toplumsal açıdan önemli bir görevdir.

Her bireyin kendine özgü nitelikleri ve yetenekleri farklıdır. Özel gereksinimli bireyler, farklı alanlarda ihtiyaçlarına, mental özelliklerine ve yaşama katılabilme durumlarına göre birçok sınıflandırma ve isimlendirmeye tabi tutulmaktadır. Down Sendromu (DS) da bu sınıflandırmalardan birisidir. DS, hücrelerdeki kromozomal anomaliden kaynaklanan bir sendromdur. Psikolojik ve mental özelliklerinin yanında bireysel yetenekleri de göz önünde bulundurularak doğru bir eğitim-öğretim faaliyeti uygulanırsa yaşamın hemen her alanında varlıklarını gösterebilen bireylerdir. Hayata katılabilme ve sosyal bütünleşme konusunda oldukça başarılıdırlar.

İnsanla ilgili yapılan çalışmalarda insanı duygu, düşünce, davranış ve inançlarıyla ele alan bütüncül bir yaklaşımla değerlendirmek gerekmektedir. İnsanın manevi boyutu yani önem, anlam ve inanç dünyası; yaşadığı zorlukların üstesinden gelmesine yardımcı olmak için bireyin dini/manevi referanslarından destek almaktadır. Ulusal ve uluslararası çalışmalarda elde edilen bulgularda ruhsal sağlık ve din/maneviyat ilişkisinin güçlü olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Bu sebeple özellikle batı dünyasında dezavantajlı gruplara manevi bakım, dini/manevi danışmanlık ve manevi rehberlik kapsamında sosyal hizmet standardında uygulamalar yapılmaktadır. Son yıllarda ülkemizde de özellikle dezavantajlı gruplarla yapılan manevi içerikli çalışmaların sayısında artış gözlenirse de DS tanılı

bireylerle yapılan çalışmalar yok denecek kadar azdır. Oysaki DS'li bireyler ve ailelerinin yaşamları boyunca karşılaştıkları birçok sıkıntılı durumun üstesinden gelmelerinde anlam dünyalarının, manevi yaşamlarının ve manevi iyi oluşlarının etkisi yadsınamaz bir gerçektir. Bu nedenle bu çalışmanın genelde din bilimleri özelde din psikolojisi alanında bundan sonra yapılacak olan çalışmalara mütevazı bir katkıda bulunması ümit edilmektedir.

Anne-baba olmak insanın yaşamındaki önemli dönüm noktalarından birisidir. Aile bireyleri için normal gelişim gösteren çocuk sahibi olmakla değişen hayat biçimi, özel gelişim gösteren çocuğa sahip olmakla daha da farklılaşmaktadır. Manevi danışmanlık ve rehberlik; çocuklarının durumunu kabullenme, beklenmedik bu durum karşısında sıkıntı yaşayan ve anlam arayışında olan ebeveynlerin özellikle de annelerin kaybettikleri anlamı ve kontrolü yeniden kazanma süreçlerinin dini/manevi referanslarla desteklenerek, manevi iyi oluşlarını güçlendirerek DS tanılı çocuk sahibi annelerin bütünsel manada iyi oluşlarına katkı sunmaktadır.

Almanya'da Stiftung St. Johannes Vakfı Engelliler Bakımevi bünyesinde zihinsel yetersizliğe ve diğer güçlüğü sahip bireylere yönelik psiko-sosyal uygulamalar, rehberlik ve danışmanlık, barınma ve iş imkânı hizmetlerinin yanında dini/manevi danışmanlık hizmetleri de sunulmaktadır (Belen, 2016: 73-75). Her birey gibi DS tanılı bireyler de bütünsel manada iyi olmak için manevi argümanlara ihtiyaç duyar. Manevi anlamda birtakım değerleri edindirme çalışmalarında sosyal desteğin önemi yadsınamaz. Dünyanın birçok ülkesinde manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarına önem verildiği görülmektedir. Bu çalışma, ülkemizde özelde DS tanılı genelde ise özel gereksinimli bireylere ve annelerine manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri kapsamında manevi iyi oluşa yönelik uygulamaların/programların geliştirilmesinin önemine işaret etmektedir.

Bu çalışma araştırmacı tarafından hazırlanan manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın; DS tanılı bireyler ve annelerinin manevi iyi oluşlarının desteklenmesine etkisini konu edinmektedir. Araştırmanın amacı, DS tanılı bireylere ve annelerine yönelik geliştirilmiş manevi iyi oluşu güçlendirmeye dair uygulamanın onların manevi yaşamlarına ve anlam dünyalarına etkisini incelemek aynı zamanda

bu zorlu yaşam serüvenlerinde ve verdikleri mücadelede onlara bir nebze de olsa destek olmaya çalışmaktadır.

DS tanılı bireylerle bizzat gerçekleştirilen Gören'in (2015) "Down Sendromlu Bireylerin Manevi Bakımı ve Bir Model Önerisi" isimli doktora tezi ve özel gereksinimli çocuk sahibi anneler ile yürütülen Karagöz'e (2020) ait "Manevi İçerikli Grup Rehberliğinin Özel Gereksinimli Çocuk Sahibi Annelerin Dini Başa Çıkma, Psikolojik İyi Oluş ve Kaygı Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi" isimli doktora tezi bu araştırmaya öncülük eden çalışmalardandır.

Çalışma dört ana bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde, özel gereksinimlilik tanımı ve türlerine değinilerek DS hakkında bilgi verilmiştir. Maneviyat ve manevi iyi oluş başlığı altında manevi danışmanlık, din ve maneviyatın bireyin iyi oluşu üzerine etkisi konuları ele alınmıştır. Birinci bölümün sonunda ise, DS tanılı bireyler ve annelerinin gereksinimleri ve bu yönde destek imkânı hususlarında genel bilgilendirme yapılmıştır.

İkinci bölümde çalışmanın yöntemi hakkında bilgi verilmiştir ve literatür taramasından bulguların analizine kadar tüm süreç, açıklanmaya çalışılmıştır. Çalışma modeli hakkında bilgilendirme yapılmıştır. Çalışma grubu başlığı altında, katılımcılarla ilgili tanıtıcı bilgilere yer verilmiştir. Mülakat sorularının hazırlanma süreci, verilerin elde edilmesi hakkındaki detaylı bilgi, veri toplama araçları başlığı altında ele alınmıştır. Verilerin analizi başlığı altında, kodlama ve güvenilirlik hakkında bilgiler verilmiştir. Bu bölümde son olarak manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulamanın oturumlarının içeriği aktarılmıştır.

Üçüncü bölümde araştırmada elde edilen bulgular ve analizleri, çalışmanın alt problem sıralamasına göre ele alınmıştır. Analizler sonucu ortaya çıkan kodlar çalışmada gerçekleştirilen mülakatlardan örneklerle açıklanmıştır. Elde edilen kodlar, daha önceden belirlenen temalar kapsamında tablolar halinde değerlendirilmiştir.

Dördüncü bölümde araştırma kapsamında elde edilen bulgular, daha önceden yapılan ulusal ve uluslararası çalışmalar dikkate alınarak yorumlanmıştır. Ayrıca bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulamanın katılımcılarda etkili olmasında rol oynayan faktörler üzerinde durulmuştur.

Sonuç bölümünde, çalışmanın temel problemlerinin her biri DS’li bireyler ve anneleri için ayrı ayrı sonuçlar şeklinde aktarılmıştır. Öneriler bölümünde, DS’li bireyler ve annelerine yönelik geliştirilecek manevi iyi oluş içerikli uygulamalara dair önerilerle bu çalışma sonlandırılmıştır. Çalışmanın öncelikle DS’li bireylere ve annelerine daha sonra din bilimleri alanında gerçekleştirilmesi planlanan araştırmalara katkı sağlaması umut edilmektedir.

Araştırmacılar için konu seçimi oldukça önemlidir. Bu çalışmanın çıkış noktası, araştırmacının DS tanılı bir kardeşe sahip olması ve böylece yaşanan sorunlara, verilen mücadelelere, özel bir çocuğun büyük gayretlerle ne kadar güzel bir gelişim gösterebileceğine, DS’li bireylerin en saf haliyle manevi dünyalarına ve tüm bunlar yaşanırken hem DS tanılı bireyler hem de aileleri tarafından duyulan manevi desteğe doğrudan şahit olmasıdır. Bu çalışma daha lisans eğitiminde bitirme tezi yazarken ileride bir gün bu konu üzerinde çalışma fikrinin somut ürünüdür.

Tez çalışma süreci, büyük emekler isteyen bir yolculuktur. Bu yolculukta çalışmanın başlangıcından son haline kavuşturulmasına kadar değerli katkılarını esirgemeyen birçok kişi bulunmaktadır. Öncelikle bu çalışmanın ilham kaynağı olan, doğduğu ilk günden bu yana hayatıma anlam katan, dünyaya farklı bir perspektifle yaklaşmamı sağlayan, her pes edişimde bana mücadele etmemi hatırlatan, dualarında bana yer veren, sevginin en güzel halini bana tattıran, bu dünyadaki asıl güzelliğin kendisi olduğunu fark ettiren, yorgunluklarımı ve umutlarımı paylaşan, bu hayattaki en büyük öğretmenim kardeşim Ervanur Evginer’e sonsuz şükranlarımı sunuyorum.

Lisans eğitimimden bu yana ufku açan, dersime girdiği ilk günden itibaren alanı sevdiren ve bu alanda öğrenciliğimi sürdürmeme vesile olan, tecrübeleri ve birikimleriyle yolumu aydınlatan, yapıcı eleştirileri ile gelişimime katkı sunan, doktora süreci boyunca yaşadığım her zorlu durumda desteklerini esirgemeyen, vazgeçeceğim anlarda güç veren, sabırla ve inançla çalışmamı tamamlamam için beni cesaretlendiren, bu araştırmada ve farklı projelerde birlikte çalışmaktan mutluluk duyduğum kıymetli hocam Prof. Dr. Abdülkerim Bahadır’a en içten teşekkürlerimi sunarım.

Çalışma süreci boyunca rehberlik eden, değerli katkılarda bulunan ve desteklerini esirgemeyen tez izleme kurulu üyeleri sayın hocalarım Prof. Dr. Adem Şahin'e ve Prof. Dr. Hakan Sarı'ya teşekkür ederim.

Çalışmanın olgunlaşmasında büyük emeği olan, bilgi ve tavsiyelerinden istifade ettiğim değerli hocam Prof. Dr. M. Naci Kula'ya; araştırmanın görüşme formlarının oluşturulmasında katkı sunan değerli hocam Doç. Dr. Mebrure Doğan'a teşekkürü bir borç bilirim.

Uygulama aşamasında tüm samimiyetleri ile kurumlarının kapılarını bana açan, çalışma boyunca desteklerini esirgemeyen Özel Üçboyut Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi Müdürü Keziban Günaydın'a ve Üçboyut Ailesi'ne teşekkür ederim. Bu araştırmanın gerçekleştirilmesini sağlayan, görüşmeler ve uygulama aşaması boyunca tüm içtenlikleriyle destek olan DS tanılı katılımcılara ve onların özverili, sevgi dolu, eli öpülesi annelerine en kalbi duygularıyla teşekkür ederim.

Akademik vizyonu ile yol almamda katkısı olan değerli arkadaşım Doç. Dr. A. Faruk Yıldırım'a teşekkür ederim. Manevi desteklerini sürekli üzerimde hissettiğim kıymetli dostlarım Beyza Ersoy'a, Azize Süzer Dikbaş'a ve Süheyla İlhan Ergin'e varlıkları ve yanımda oldukları için çok teşekkür ederim.

Son olarak, eğitim hayatım boyunca beni destekleyen, doktora sürecinde tüm sıkıntılarımı, heyecanlarımı ve mutluluklarımı paylaşan, bana inanan ve güvenen anneme ve babama sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Nilüfer EVGİNER

Konya-2024

## GİRİŞ

### 1. Araştırmanın Konusu

Çalışmanın temel konusunu ve problemini, araştırmacı tarafından gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın Down Sendromu (DS) tanılı bireyler ve annelerinin manevi gereksinimlerinin giderilmesine, manevi boyutlarına ve anlam dünyalarına olan etkisinin incelenmesi oluşturmaktadır. DS tanısı alan çocuğun aileye katılımı ile birlikte anne ve babanın hatta kardeşlerin uyum süreci başlamaktadır. Bu süreçte durumu kabullenme, çocuğun özel ihtiyaçları ve bakımı, eğitim ve tedavi sürecini yönetme, eşlerin birbirleri ile ilişkileri, ailenin çevreyle olan ilişkisi gibi birçok konuda uyum sorunları yaşanabilmektedir. Ayrıca DS'li bir çocuğa sahip olmak, yaşam boyu psikolojik, sosyal, ekonomik, sağlık ve eğitim alanlarında zorlu ve uzun soluklu mücadeleyi gerektiren bir durumdur. DS'li birey açısından bakıldığında ise, özellikle eğitim ve sosyal alanda kabul, birey olarak önemsenme, akranları ile kaynaşma gibi pek çok sorunla karşı karşıya kalınmaktadır. Aynı zamanda bu bireylerin manevi ihtiyaçlarının göz ardı edilmesi de ayrıca problem teşkil etmektedir.

Bu araştırmanın çıkış noktası; araştırmacının da DS tanısı almış bir kardeşe sahip olmasıdır. Araştırmacının gözlemlediği sürece dayanarak, özel gereksinimli bireylerin manevi ihtiyaçlarının ve gelişimlerinin göz ardı edilmemesi gerekliliği ortaya çıkmıştır. Ayrıca Gören (2015) tarafından genç yetişkin DS'li bireyler ile yapılmış olan "Down Sendromlu Bireylerin Manevi Bakımı ve Bir Model Önerisi" isimli doktora tezinde belirtilen manevi ihtiyaçların giderilmesi konusunda din psikolojisi alanında yeni ve özgün çalışma yapılmadığı, yapılan çalışmaların da genellikle sadece ebeveynler üzerinden yürütüldüğü görülmüştür. Oysaki her insanın manevi gereksinimleri vardır ve bu manevi ihtiyaçların toplumsal çevrenin de katkılarıyla karşılanması gerekmektedir. Yapılan pek çok çalışmada, özel gereksinimli çocuğu olan ailelerde manevi yönelim veya karşılaşılan zorluklarla mücadelede, sorunlarla başa çıkmada maneviyat, birey için önemli bir araç durumundadır. Bu nedenle özellikle DS tanısı almış çocuğa sahip annelerin de çalışmanın odak noktasında olması gerekliliği ortaya çıkmıştır. Annelerin fiziksel sağlığı kadar, mental ve ruhsal sağlıkları da önem arz etmektedir, çünkü anne

fizyolojik, psikolojik, mental bakımdan sağlıklı olursa ve çevresinden destek alırsa çocuklarının gelişimine de olumlu yönde pek çok katkıları olacaktır.

Manevi yaşam, bir yönüyle bireyleri hayatın anlamı ve amacına götüren yoldur. Maneviyat konusundan söz edildiğinde insanların aklına çoğu zaman ibadet hayatı gelmekte olsa da manevi yaşam, sadece ibadetlerden ibaret değildir. Annelere bu farkındalığı sunmak ve manevi yaşamlarına katkıda bulunmak; dolayısıyla “Mutlu ve bilinçli anne mutlu çocuk demektir” öngörüsüyle tezin çalışma konusu bu yönde seçilmiştir. DS tanılı çocuğa sahip annelerin anlam dünyalarını anlayabilmek, manevi gereksinimlerinin neler olduğunu yansıtabilmek, manevi iyi oluşlarına destek sağlamak ve bu zorlu mücadelelerinde maneviyatın önemini ortaya koymak tezin odak noktasını oluşturmaktadır.

Yukarıdaki değerlendirmeler ışığında araştırmanın temel amacı, DS tanılı bireylerin ve annelerinin manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik araştırmacı tarafından geliştirilen ve gerçekleştirilen uygulamanın kişinin manevi yaşam ve anlam dünyasına olan etkisini incelemektir. Bu doğrultuda araştırmada şu sorulara cevap aranmaktadır:

#### *Down Sendromu Tanılı Bireylerle İlgili Sorular*

1- DS tanısı almış bireylerin manevi ihtiyaçları nelerdir? Bu gereksinimlere yönelik nasıl bir destek hizmet verilebilir?

2- Manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama, DS tanısı almış bireylerin manevi yaşamlarını ve anlam dünyalarını ne yönde etkilemektedir?

#### *Down Sendromu Tanılı Bireylerin Anneleriyle İlgili Sorular*

1- DS tanısı almış bireylerin annelerinin manevi ihtiyaçları nelerdir? Bu gereksinimlere yönelik nasıl bir destek hizmet verilebilir?

2- Manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama, DS tanısı almış bireylerin annelerinin mental iyi oluşlarını ne yönde etkilemektedir?

3- Manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama, DS tanısı almış bireylerin annelerinin manevi yaşamlarını ne yönde etkilemektedir?

Bu soru bağlamında araştırmanın başlangıcında yapılan ihtiyaç analizi doğrultusunda katılımcıların manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamada şu temalara yer verilmiştir:

- Sevgi ve değer vermek
- Merhamet ve şefkat
- Kabullenme ve olumlu düşünme
- Sabır ve öfke kontrolü
- Tevekkül ve sorumluluk
- Umut, dua ve şükür

4- Manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama kapsamında oluşturulan temaların annelerin anlam dünyasında yer alan şu durumlara etkisi ne yönde olmuştur?

- Manevi çatışmalarını çözebilme
- Aşkın olanla bağlantı
- Anlam arayışı
- Olumlu dini başa çıkma

5- Manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulamaya ilişkin DS tanısı almış bireylerin annelerinin görüş ve değerlendirmeleri nelerdir?

## **2. Araştırmanın Amacı ve Önemi**

Bireyi; fiziksel, psiko-sosyal ve manevi olmak üzere tüm yönleri ile değerlendirmek gerekmektedir. Aynı zamanda bireye var oluşunun tüm boyutlarını koruması, sürdürmesi ve farkında olması için yardımcı olmak oldukça önemlidir. İnsanoğlu için din ya da kutsal olarak kabul ettiği her şey; bireyin tüm var oluş boyutlarıyla dengeyi kurarak sağlıklı bir yaşam biçimi oluşturabilmek adına hayatında karşılaştığı beklendik ya da beklenmedik olaylarda, olumlu veya olumsuz her anında uygulayabileceği referanslar sunmaktadır. Dolayısıyla yaşam boyu farklı problemler ile karşılaşan DS tanılı bireylerin ve annelerinin; deneyimledikleri bu güç durumlarla mücadele etmelerinde manevi yaşamlarının ve anlam dünyalarının

desteği yadsınamaz bir gerçektir. Bu nedenle araştırmamızın temel amacı, DS tanılı bireyler ve annelerinin manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye katkı sağlamaktır.

Bu çalışmayla DS'li bireylerin ve annelerinin; stres ve engellenmeyle mücadelelerini, hayata nasıl tutunduklarını, zorlukların üstesinden ne şekilde geldiklerini ve tüm bu süreçte maneviyatın ne denli etkili olduğunu anlamak hedeflenmektedir. Ayrıca araştırma kapsamında DS'li bireylerin ve annelerinin manevi gereksinimlerini tespit etmek, bu gereksinimlere yönelik araştırmacı tarafından geliştirilen uygulamanın manevi iyi oluşlarına etkisini incelemek amaçlanmaktadır. Bunların yanı sıra DS'li bireylerin yaşam kalitesini artırmak, sosyal hayata adapte olmalarına destek sunmak ve özellikle toplumsal bütünleşme konusunda farkındalık oluşturmak da çalışmanın amaçları arasında yer almaktadır.

Din Bilimleri alanında özel gereksinimli bireylere ilişkin çalışmalar çoğunlukla 2000'li yıllardan itibaren görülmekteyken, DS tanılı bireylere yönelik çalışmalar neredeyse yok denecek kadar azdır. Din Psikolojisi alanında ise son yıllarda hem özel gereksinimliliğin farklı boyutları hem de DS tanılı bireylerin anneleri ve ailelerine yönelik çalışmalar konu olarak karşımıza çıkmaya başlamıştır. Alanda ilk olarak Gören (2015) tarafından DS tanılı bireyler ile yürütölen bir doktora tezi çalışması gerçekteştirilmiştir. Buradan hareketle çalışmamız, özellikle DS tanılı bireylerle de yürütölmeli nedeniyle Din Psikolojisi alanındaki bu eksikliğe yönelik farkındalığın artırılması bakımından önem arz etmektedir. Çalışmamızın bilimsel anlamda DS tanılı bireylerin anlam dünyasına ve manevi yaşamlarına katkı sağlayacağı, DS tanılı çocuğa sahip annelerin manevi iyi oluşlarını güçlendirmeleri ve çocuklarına faydalı olmaları yönünde destek hizmet sunacağı düşünölmektedir. Bu çalışma ayrıca, tek çalışma çatısı altında hem DS tanılı bireyler hem de anneleri ile birlikte gerçekteştirilmesi bakımından, Din Psikolojisi alanında yapılacak çalışmalara öncölük ederken, DS tanılı bireylerin manevi yaşamları ve anlam dünyalarına ilişkin veriler sunan ilk araştırmalardan olma iddiası da taşımaktadır. Böylece DS tanılı bireyler ve anneleri ile ilgili uygulamalar yapmak isteyen uzmanlar ve manevi iyi oluş noktasında destek hizmet sunabilecek sosyal projeler için ufuk açıcı olması umut edilmektedir.

### 3. Araştırmanın Sayıtları ve Sınırlılıkları

Araştırmanın Sayıtları:

Katılımcıların manevi destek ihtiyaçlarını ortaya çıkarmayı amaçlayan mülakat sorularının yeterli düzeyde olduğu, soruları anlayarak ve içtenlikle cevap verdikleri kabul edilmektedir.

Araştırmanın sınırlılıklarını şu şekilde sıralamak mümkündür:

Araştırma kapsamında yapılan mülakatlar ve katılımcıların manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik geliştirilen uygulama; DS tanılı bireyler (6 adet) ve anneleri (7 adet) olmak üzere toplamda 13 kişilik gönüllü katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma bu 13 kişilik katılımcı gruptan toplanan veriler ile sınırlıdır.

Araştırma, Konya il merkezinde yer alan Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı Özel Üçboyut Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi'nde eğitim almakta olan DS'li bireyler ve onların anneleri ile gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın katılımcıları, yeterli düzeyde Türkçe anlama, konuşma ve yorumlama becerisine sahip, mülakat sürecini olumsuz yönde etkilemeyecek beden ve ruh sağlığına sahip 14-18 yaş aralığında DS tanılı bireyler ve yine aynı niteliklere sahip onların 18 yaş üstü annelerinden oluşan gönüllü bireylerle sınırlıdır.

Araştırmanın sonucunda ulaşılan bulgular yalnızca benzer nitelikleri taşıyan gruplar için genellenebilir.

Araştırma kesitsel özelliğe sahiptir. Dolayısıyla çalışma kapsamında planlanan mülakatlar, gözlemler ve uygulamalar 2023-2024 eğitim-öğretim yılı içerisinde gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların görüşleri ve beklentileri zamanla değişebileceği göz önüne alınarak araştırmanın bulguları yapıldığı zamanla sınırlıdır.

### 4. Konuyla İlgili Yapılmış Çalışmalar

Çalışmamızın konusu itibarıyla benzer nitelikteki araştırmalar, yurt içinde ve yurt dışında gerçekleştirilen çalışmalar olarak ele alınmaktadır.

## Yurt İçinde Yapılmış Çalışmalar

Yurt içinde özel gereksinimli bireyler grubunda yer alan zihinsel yetersizlik tanısı almış bireyler ile ilgili alanda yapılan çalışmalar incelendiğinde araştırmaların ebeveynler ile yürütüldüğü görülmüştür. Özellikle anneler ile ilgili çalışmalara ağırlık verilmiştir. Bunun sebebi zihinsel yetersizliği olan bireyler veya çocuklar ile araştırma yapmanın, veri elde etmenin ve iletişime geçmenin güçlüğüdür. Türkiye’de Din Psikolojisi Alanı’nda özel gereksinimlilik grubundaki zihinsel yetersizlik kapsamında değerlendirilen DS tanılı bireylerle gerçekleştirilen “Down Sendromlu Bireylerin Manevi Bakımı ve Bir Model Önerisi” isimli doktora tezinde Gören (2015) tarafından, DS tanılı bireylerin manevi ihtiyaçları tespit edilmiş ve bu ihtiyaca yönelik bir model önerisi geliştirilmiştir. I. Uluslararası Engellilik ve Din Sempozyumu’nda (2016) “Zihinsel Engelli Bireylerde Allah Algısı” başlıklı bildirisinde Demirkan, zihinsel yetersizliği olan bireylerde de Allah algısının varlığını, merhametli bir Tanrı algısının olduğunu belirtmiştir. Demirkan, yaptığı nitel çalışmada zihinsel yetersizliği olan bireylerin de Allah’a sevgiyle bağlı oldukları, cennet cehennem tahayyüllerine bakıldığında Kohlberg’in ahlak yasasının gelenek öncesi dönemde oldukları, dinin inanç boyutu açısından her ne kadar iyi olsalar da ibadet boyutu bakımından ritüelleri yerine getiremedikleri sonucuna ulaşmıştır (2016: 387-402).

Kula’ya ait “Bedensel Engellilik ve Dini Başa Çıkma” isimli çalışmada; bedensel yetersizliği olan katılımcılar tarafından gerçekleştirilen iyi davranışlarda bulunma tarzı, dinî başa çıkma davranışının sorunlarını aşmada etkili olduğu gözlenmiştir (2005a: 222).

Bahadır’ın yaptığı (2010) “Psiko-sosyal Bir Sorun Olarak Engelliliği Anlamlandırmada Dini Referanslar ve Pratik Yansımaları” isimli çalışmada, engelliliğin anlamlandırılmasında bireylerin dini referanslardan destek aldıkları sonucuna varılmıştır.

Duran’ın “Zihinsel Engelli Bireylerin Ebeveynlerine Verilen Psiko-Eğitimin Öznel İyi Oluş ve Öz Duyarlığa Etkisinin Değerlendirilmesi” isimli doktora tezinde, özel gereksinimli çocuğa sahip ailelere yönelik onların yaşadıkları problemlerle başa

çıkılmalarını destekleyici grupla psiko-eğitim programı uygulanmış ve deney grubunun iyi oluş düzeylerinde anlamlı bir artış tespit edilmiştir (2014: 1).

“Engelli Çocuğa Sahip Ebeveynler ile Sağlıklı Çocuk Sahibi Ebeveynlerin Dinî Başa Çıkma, Umut ve Sabır Düzeylerinin Karşılaştırılması” isimli çalışmada, özel gereksinimli çocuk sahibi aileler ile normal gelişim gösteren çocuk sahibi aileler üzerinde araştırma yapılmıştır. Elde edilen bulgularda dinî yalvarma boyutunda anlamlı derecede daha yüksek puan alan özel gereksinimli çocuk sahibi ebeveynler, normal gelişim gösteren çocuk sahibi ebeveynlerden sorunlarına çözüm olması için Allah’a daha sık dua etmekte oldukları ve yakınlarından kendilerine dua etmelerini istedikleri tespit edilmiştir (M. Doğan, 2016: 3231).

Kara tarafından (2018) yapılan “Engelli Çocuğa Sahip Annelere Yönelik Manevi Destek ile Güçlendirme Uygulaması” isimli çalışmada, özel gereksinimli çocuğa sahip annelere yönelik manevi destek aracılığıyla güçlendirme uygulamasının annelere etkisi incelenmiştir.

Özel gereksinimli çocuk sahibi anneler ile yürütülen Karagöz’e (2020) ait “Manevi İçerikli Grup Rehberliğinin Özel Gereksinimli Çocuk Sahibi Annelerin Dini Başa Çıkma, Psikolojik İyi Oluş ve Kaygı Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi” isimli doktora tezinde de annelerin manevi destek ihtiyaçları tespit edilmiştir.

Kula ve Sel’e (2020) ait “Engellilere Yönelik Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri” isimli araştırmalarında, özel gereksinimli bireylere yönelik manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetlerine dair çalışma yürütülmüştür.

Bakırtaş ve İmamoğlu tarafından yapılan “Özel Gereksinimli Çocuğu Olan Ebeveynlerde Suçluluk Duygusu ve Dini Başa Çıkma” isimli çalışmada, özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynler ile araştırma yürütülmüştür ve anne-babaların beklemedikleri bu durumla baş etmede dua, birincil başvuru kaynağı olarak tespit edilmiştir. Dua etmek stres, kaygı ve korku oluşturan durum ya da olayı değiştiremiyorsa da duygusal gerginliği hafiflettiği görülmüştür (2022: 21-22).

### **Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar**

King vd. tarafından yapılan “Stories of life transition: Subjective well-being and ego development in parents of children with down syndrome” isimli araştırmada,

DS’li çocukların aileleriyle çalışılmıştır. Ebeveynlerin çocuklarının durumlarını öğrendikleri andaki duyguları gözlemlenmiş, bununla sağlık sorunları olan çocuklara sahip ebeveynlerin minnettarlık durumları araştırılmak istenmiştir. Bulgularda bu aileler, çocuklarının önemli sorunları olmasına rağmen, çocuklarını her sağlıklı çocuk gibi aileye verilen bir hediyeye olarak gördüklerini ifade etmişler ve bu minnettar yaklaşım ile yaşadıkları stresi dengelemeyi ve içinde buldukları durumla baş etmeyi başardıklarını göstermişlerdir (2000: 534-535).

“Considerations on Supports That can Increase the Quality of Life of Parents of Children with Disabilities” isimli çalışmada, DS tanılı çocuğu olan ailelere yönelik 14 haftadan oluşan grupla danışmanlık programında problemlere çözüm üretebilme, ebeveynin kendisi ve çocuğu için iyi oluşu artıracak etkinliklerde bulunabilme gibi temalara yer verilmiş ve uygulamanın sonucunda katılımcıların iyi oluşlarında artış tespit edilmiştir (Soresi, Nota ve Ferrari, 2007: 248- 250).

“Enhancing Parental Well-Being and Coping through a Family-Centered Short Course for Iranian Parents of Children with on Autism Spectrum Disorder” isimli araştırmada, Samadi ve arkadaşları sorunlarla başa çıkma ve ebeveynlerin iyi oluş düzeyini artırmak amacıyla 15 hafta boyunca otizm tanılı çocukların ailelerine grup etkinliği uygulamışlardır ve program sonunda ailelerin iyi oluşlarında artış meydana geldiği tespit edilmiştir (Samadi, McConkey ve Kelly, 2012: 27).

Mantulak ve Cadell tarafından yapılan “Mothers' Experience of Post-Traumatic Growth in Pediatric Kidney Transplantation” isimli çalışmada, annelerde travma sonrası gelişim incelendiğinde yaşananların, başkalarına karşı travma öncesine kıyasla annelerde merhametle yaklaşımı artırdığı, inanç ve maneviyatta gelişimi ortaya çıkardığı tespit edilmiştir (2018: 111).

# BİRİNCİ BÖLÜM

## KAVRAMSAL ÇERÇEVE

### ÖZEL GEREKSİNİMLİLİK, DOWN SENDROMU VE MANEVİ İYİ OLUŞ

#### 1.1. ÖZEL GEREKSİNİMLİ OLMA KAVRAMI

Özel gereksinimli olma durumu; biyolojik, psikolojik, sosyolojik ve eğitim alanlarından birçok ifadeyi, tanımlamayı ve kavramı bünyesinde barındıran oldukça komplike bir olgudur. Bu nedenle çalışmanın ilk bölümünde olabildiğince özel gereksinimliliği açıklamaya yönelik kavramsal çerçeve oluşturulacaktır. Özel gereksinim ifadesi kapsamında özel gereksinimlilik tanımı, sınıflandırılması ve geçirdiği kavramsal evrimleşme üzerinde durulmaya çalışılacaktır.<sup>1</sup>

##### 1.1.1. Özel Gereksinimlilik Tanımı

Bir toplumda herhangi bir güçlüğü ya da yetersizliği olan bireylerin nasıl tanımlandığı veya adlandırıldığı, o toplumun çoğunluğunun kendinden farklı bireylere bakış açısını yansıtmaya yönünden önem taşımaktadır. Özellikle görünüş, bedensel ve zihinsel işlevler bakımından toplumu oluşturan ve diğer üyelerden farklı özellikleri taşıyan bireylere bu durumlarını yansıtan farklı tanımlamalar yapılmaktadır (Akt: Er, 2011: 13).

Özel gereksinim durumu ve tanımı; çok boyutlu, birçok açıdan tartışmalı ve karmaşık bir kavramdır. Çalışmamız açısından bu bölümde özel gereksinim tanımına olabildiğince geniş yer verilecek, geçmişten günümüze gelişimsel farklılığa sahip bireyler için kullanılan kavramlar üzerinde durulacak, uluslararası ve ulusal arenada bu özel duruma yaklaşım tarzları ele alınmaya çalışılacak ve nihayetinde de gelişimsel farklılığın biyo-psiko-sosyal anlamda açıklaması yapılacaktır.

Özel gereksinim duyma hali; bu durumu yaşayan insana özgü, sadece bireyi ilgilendiren bir durum olmanın ötesinde, özel gereksinimi olan kişinin içinde yaşadığı toplumla ilgili bir olgu olarak, kültürel, toplumsal, dini, politik, ekonomik

---

<sup>1</sup> Bu çalışmada özür, özürlü, özürsüzlük ayrıca engel ve engellilik gibi kavramlar sadece mevzuatta ve doğrudan alıntılarda geçtiği şekilde kullanılmıştır. Çalışmanın genelinde özel gereksinimli birey, gelişimsel farklılığa sahip birey ifadeleri kullanılmıştır.

ve yasal faktörlerden de etkilenmektedir. Tüm bu nedenlerle özel gereksinimlilik, insanı merkezine alan bilimlerin her biri tarafından farklı biçimde ifade edilmiştir. Tıp biliminde özel gereksinim duyma; bir sağlık sorunu, hastalık ve engellilik, biyoloji biliminde genetik bir bozukluk olarak algılanmış, sosyal bilim dallarında ise her biri kendi alanları üzerinden bir tanımlama yapmışlardır. Bilim dünyası ve disiplinler arasındaki bu farklı yaklaşımlara lisan farklılıkları da eklendiğinde, ortak bir paydada buluşmak ve ortak bir terminolojiye ulaşmak iyice zorlaşmaktadır. Bu durumda sosyal politikacılar, eğitimciler, tıpçılar, hukukçular ve diğer farklı bilim dalları ve meslek gruplarının, sivil toplum örgütlerinin, farklı kamu kurumlarının, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), Birleşmiş Milletler (BM), Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO) gibi farklı teşkilatların, farklı dönemlerde, farklı tanımlamalar yapması, tanımlayanların önceliklerinin ve konuya yaklaşım tarzlarının bu tanımlara yansımaları doğal kabul edilmelidir (Çağlar, 2009: 7).

“Engellilik karmaşık, dinamik, pek çok boyutu bulunan ve tartışmalı bir olgudur. Geçtiğimiz on yıllar içerisinde, engelli hareketi olarak sosyal ve sağlık bilimleri alanında çalışan pek çok araştırmacıyla birlikte sosyal ve fiziksel engellerin engellilik üzerindeki rolünü tespit etmiştir. Bireysel, tıbbi bakış açısından yapısal sosyal bir bakış açısına geçilmesi, “tıbbi model”den insanların bedenleri tarafından değil toplum tarafından engelli kılındığı yönünde bir anlayışın hâkim olduğu “sosyal model”e geçiş olarak tarif edilmiştir. Tıbbi modelle sosyal model arasında bir ikilik olduğu öne sürülmekle birlikte, engelliliğe yalnızca tıbbi veya sadece sosyal bir gözle bakmak doğru değildir; engelli bireyler çoğu zaman herhangi bir sağlık durumu nedeni ile sorun yaşamaktadırlar. Engelliliğin farklı boyutlarına gerekli ağırlığın verildiği dengeli bir yaklaşıma ihtiyaç vardır. Dünya Engellilik Raporu için kavramsal çerçeve olarak benimsenen ICF’de işlevsellik ve yeti yitimi, sağlık koşulları ile hem bireysel hem çevresel düzeyde bağlamsal faktörler arasında dinamik bir etkileşim olarak anlaşılmaktadır. Bir “biyo-psiko-sosyal” olarak tanımlanan bu etkileşim, tıbbi ve sosyal model arasında işlerliği mümkün bir ödünleşme olarak takdim edilmektedir.” (DSÖ- Dünya Engellilik Raporu, 2011: 3).

BM Engelli Hakları Sözleşmesi’nin 1.Maddesi’nde özel gereksinim durumu, “Engelli kavramı, diğer bireylerle eşit koşullar altında topluma tam ve etkin bir

şekilde katılımlarının önünde engel teşkil eden uzun süreli fiziksel, zihinsel, düşünsel ya da algısal bozukluğu bulunan kişileri içermektedir.” şeklinde tanımlanmıştır (<http://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2009/07/20090714-1.htm> 16/03/2018).

Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'nın kurumsal web sayfasında özel gereksinim sahibi "Fiziksel, zihinsel, ruhsal ve duysal yetilerinde çeşitli düzeyde kayıplarından dolayı topluma diğer bireyler ile birlikte eşit koşullarda tam ve etkin katılımını kısıtlayan tutum ve çevre koşullarından etkilenen birey.” olarak tanımlanmaktadır(<https://www.aile.gov.tr/eyhgm/mevzuat/ulusalmevzuat/kanunlar/engellilerhakkinda-kanun/> 21/05/2024).

“Bireyin bir veya daha fazla ana yaşamsal aktivitesini büyük ölçüde sınırlayan fiziksel veya zihinsel bozukluk” tanımlamasında birçok ifadeyi açıklama ihtiyacı duyulmaktadır. Fiziksel veya zihinsel bozukluk; herhangi bir ruhsal veya fizyolojik düzensizlik, anatomik kayıplar, spesifik öğrenme farklılıkları olarak açıklanabilir. Ana yaşamsal aktiviteler; özbakım becerileri, beş duyu organının sağlıklı olarak işlev görmesi, öğrenme vb. fonksiyonlarıdır. Büyük ölçüde sınırlama ifadesi, ortalama bir insanın gerçekleştirebildiği ana yaşamsal aktiviteleri yerine getirememesi veya önemli ölçüde sınırlanmasıdır (Akt: Çakmak, 2008: 56-57).

Gelişimsel farklılığa sahip birey ile ilgili pek çok tanım karşımıza çıkmaktadır. Bunlardan birisi de şu şekildedir; “Doğuştan veya sonradan herhangi bir nedenle bedensel, zihinsel, ruhsal, duysal ve sosyal yeteneklerini çeşitli derecelerde kaybetmesi nedeniyle toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük ihtiyaçlarını karşılamada güçlükleri olan ve korunma, bakım, rehabilitasyon, danışmanlık ve destek hizmetlerine ihtiyaç duyan kişi” olarak tanımlamak mümkündür (M. Öztürk, 2011: 18).

Bu bölümün başlangıcında DSÖ'nün özel gereksinim duyan birey tanımında ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health)'den bahsedilerek bir açıklama yapılmıştır. ICF'nin (İşlevsellik, Yeti yitimi ve Sağlıkın Uluslararası Sınıflandırması) gelişimsel farklılık tanımıyla ilgili yaptığı çalışma açıklanacak olursa kurum, özel gereksinim durumunu ve bu durumun ölçülmesini daha ileri bir aşamaya taşımıştır. ICF akademisyenlerin, klinisyenlerin ve en

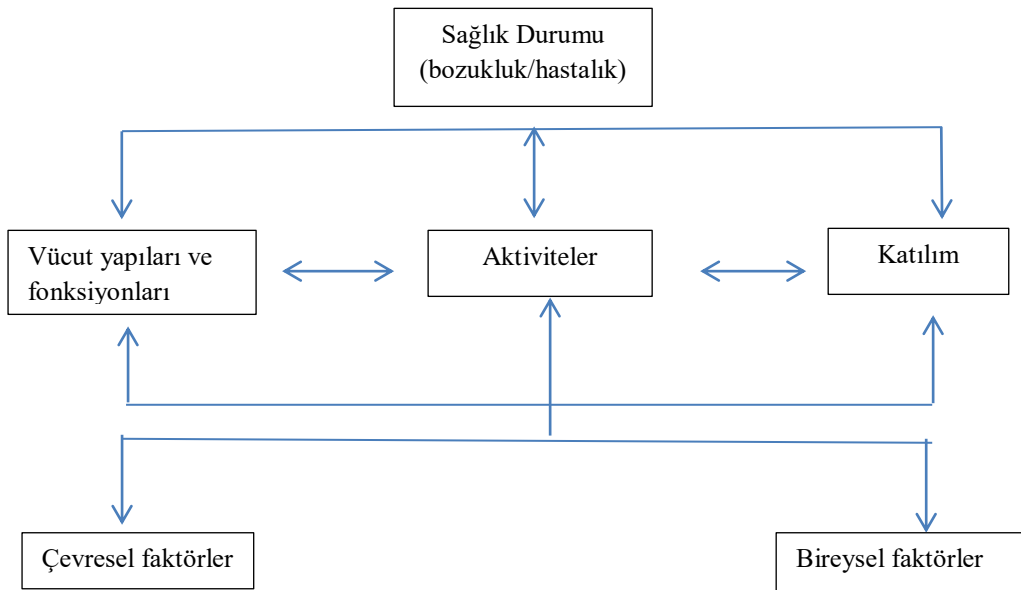
önemlisi, özel gereksinimli bireylerin katılımıyla uzun bir sürecin ardından geliştirilmiştir. “ICF’de çevresel faktörlerin yarattığı engelliliğe vurgu yapılmaktadır ki bu da ICF’nin getirdiği yeni sınıflandırma ile önceki Uluslararası Yetersizlik, Engellilik ve Sakatlık Sınıflandırması (ICIDH) arasındaki temel farklılıktır. ICF’de insan işleviyle ilgili sorunlar birbiriyle bağlantılı üç alanda kategorize edilmektedir:

*Yetersizlik*, vücut işlevindeki bir sorun veya vücut yapısında meydana gelen bir değişikliktir örneğin, felç veya görme yetisinin yitirilmesi; *aktivite sınırlılığı*, aktiviteyi uygulamada sözcülemi yürümede veya yemede güçlük çekilmesi; *katılım kısıtlaması*, yaşamın herhangi bir alanına katılmaktan alıkoyan veya katılmayı güçleştiren sorunlar olması örneğin, istihdam alanında veya ulaşımda ayrımcılığa maruz kalınması. Engellilik, bu işlev alanlarının birinde veya tümünde yaşanan güçlüklerdir. ICF işlevselliğin vücut işlevleri, aktiviteler, katılım ve kolaylaştırıcı çevresel faktörler gibi olumlu yönlerinin anlaşılmasında ve ölçülmesinde de kullanılabilir. ICF’de nötr bir dil kullanılmakta, engelliliğin türüne veya nedenine göre bir ayrıma gidilmemektedir. Örneğin, “fiziksel sağlık” ve “ruh sağlığı” arasında bir ayrım yapılmamaktadır. “Sağlık durumu”ndan kasıt hastalık, yaralanma ve bozukluktur. “Yetersizlik” ise vücut işlevlerinde ve yapılarında spesifik bir azalma meydana gelmesidir. Bozukluk genel olarak bir sağlık durumunun semptomu veya işareti olarak tanımlanır. Böylece “Engellilik”, sağlık durumları ile bağlamsal faktörler, yani, çevresel ve kişisel faktörler arasındaki etkileşimden doğar.” (DSÖ-Dünya Engellilik Raporu, 2011: 5).

Sosyal açıdan özel gereksinimliliğe bakıldığında, gelişimsel farklılığa sahip olmaktan öte, özel gereksinimli olma durumuna sosyal ve kültürel anlamda bakış açısı bu durumdaki bireylerin yaşamı anlamlandırma ve yaşama bakış açılarını şekillendirmektedir. Sosyal model, özel gereksinim haline paralel biçimde toplum tarafından oluşturulan olumsuzlukları ve engelliliği reddetmektedir (Burcu, 2001: 32). Hastalıkların bile yalnızca biyolojik bir süreç olmadığı, toplumsal ve kültürel boyutunun da olduğu unutulmamalıdır. Sonuç olarak günümüzde hastalık olgusunu açıklamak bile tek başına biyolojik olarak değil de, toplumsal ve kültürel yönlerden de ele alınmaktadır (Çakmak, 2006: 18). Bu duruma göre özel gereksinimliliğe sadece eksiklikler üzerinde odaklanarak değil de çevresel faktörleri ve toplumsal

etkileşimi de hesaba katarak açıklamaya çalışmak daha uygun olacaktır. Gelişimsel farklılığı olmak önemli bir durumdur ancak bireyin bedeninin fiziksel yönleri üzerinden yüklenen görevler ve oluşturulan stratejiler ve bakış açısı şüphesiz onları ‘beceriksiz ve yetersiz’ olarak tanımlamanın ve görmenin bir göstergesidir (Burcu, 2015: 325-335). Bu anlamda sosyolojik açıdan yapılan tanımlamalarda “Engellilik; bedensel fonksiyonlardaki hasarlar nedeniyle meydana gelen kayıpların oluşturduğu sosyal dezavantajlardır. Sosyal dezavantajların yol açtığı sosyal eşitsizlikler, engellileri toplumun marjinal gruplarından biri haline getirmektedir. Engelli kişiler mevcut engellerinden dolayı normal bireylere göre dezavantajlı durumdadır.” (Akt: Karakaya, 2014: 7). Özel gereksinim sahibi bireyleri destekleyen kişiler ve kurumlar, duruma bedensel veya zihinsel yetersizlik üzerinden yüklenen anlamları ve bu yönde geliştirilen batılı tıbbi modelleri eleştirmektedirler (Treloar, 2012: 213).

Özel gereksinimli bireyler ile ilgili yapılan tanımlamalar incelendiğinde farklı bir yaklaşımla, kapsayıcı bir tanımlamanın ICF’nin yaptığı biyo-psiko-sosyal tanımlama olduğu görülmektedir. ICF tıbbi model ile sosyal modeli sentezleyerek engellilik olgusuna yeni bir tanımlama yapmaktadır. Bu anlamda tanımlamanın şematik açılımına aşağıda yer verilmiştir:



Şekil 1.1. ICF’nin biyo-psiko-sosyal modeli (DSÖ- Dünya Engellilik Raporu 2011:5).

ICF'nin modeline göre; birinci bölüm işlevler ve yeti yitimini, ikinci bölüm ise bağlamsal etmenleri kapsar. İşlevler ve yeti yitimi modelinde; sağlık durumu ile ICD-10 (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems) kullanılarak hastalık, bozukluk, yaralanma, travma, genetik yatkınlık, yaşlanma vb. durumlar ortaya konulmuştur. Vücut yapıları ve fonksiyonları ile vücudun fizyolojik ve psikolojik anlamda işlevleri ve vücudun anatomik yapısı anlatılmaya çalışılmıştır. Aktiviteler ise bir görevin veya faaliyetin birey tarafından yapılabilmesidir. Katılım ise, toplumsal yaşama her anlamda katılabilmektir. İkinci bölüm olan bağlamsal etmenlerde ise çevresel faktörler ile bireylerin yaşamlarını devam ettirdikleri fiziksel ve sosyal çevre anlatılmıştır. Bireysel faktörler ile de bireyin hayatının sağlık durumunun bir parçası olmayan özelliklerini kapsar yani yaş, cinsiyet, alışkanlıklar gibi durumlardır (Akt: İnan vd., 2013: 724-725).

DSÖ, özürllülüğü (impairment) fonksiyonel bir hasar; sakatlığı (disability) normal aktivitelerde kısıtlılık; engelliliği (handicap) de sosyal dezavantaj olarak tanımlamaktadır. Bu tanımlamaya göre özürllülük ve sakatlık kavramları bireyin fonksiyon kaybına odaklanırken, engellilik kavramı ise kişinin bir engeli sebebiyle sosyal yaşamının etkilenmesi olarak ifade edilmektedir (Akt: H. Şahin, 2004: 49).

### **1.1.2. Özel Gereksinim Sahibi Bireylere Yaklaşımın Tarihsel Arka planı**

Geçmişten günümüze toplum içerisinde özel gereksinimli bireyler yer almıştır. Gelişimsel farklılığa sahip bireylere buldukları toplumun bakış açısı, özel gereksinimli bireyin problemlerine yaklaşım tarzı ve özel gereksinimli bireylere çevresindeki diğer bireylerin verdiği değer gibi konular üzerinden tarihi süreç açıklanmaya çalışılacaktır.

Neolitik dönemde farklı gelişim gösteren bireylerin, ruhların etkisi altında olduğu düşüncesi varlığını göstermektedir. O dönemde ruhların şeytani olduğuna dair inançtan dolayı bu bireylerin kafasında delikler açılır ve deliklerden ruhun çıkıp gideceği düşünülürdü. Eski Roma ve Yunan medeniyetlerinde, özel gereksinimli bireyler ölüme terk edilmekteydi. Paganizmin (çok tanrılı dinler) yaygın olduğu toplumlarda, bireyin ailesine, işledikleri bir suç nedeniyle Tanrı tarafından bir ceza olarak gönderildiği düşüncesi hâkimdi ve onlara yardım etmek Tanrı'nın gazabını

üzerine çekmekle eşdeğer görülürdü ve bu nedenle hiç kimse yardımcı olmazdı. Ayrıca özel gereksinim sahibi bireyler şehir dışına çıkarılır, yalnızlığa ve ölüme terk edilirdi. Sonraki dönemlerde ise özel gereksinimli bireylerin yok edilmediği ama kötü işlerde çalıştırıldığı görülmektedir (Kaldık, 2021: 14; Akt: Karakaya, 2014: 43).

Dünya tarihinde; Eski Mezopotamya'dan elde edilen bilgilere göre, o dönemlerde devlet kurumlarında, tapınaklarda, hafif yetersizliğe sahip, işitme yetersizliği ve görme yetersizliği olan bireylere, görev verilmiş ve böylece insanlarla kaynaşmaları ve topluma kazandırılmaları sağlanmıştır. Hatta içlerinden bazıları yüksek idari görevlerde bulunmuştur. M.Ö. 11 ve 12. yüzyıllarda eski Mısır'da, okullarda verilen ders kitaplarında, "Bir körle gülüp alay etme. Bir cüceyi aşağılama. Ağır felçli bir insanın durumunu daha da zorlaştırma. Tanrı'nın yarattığı zekâ engelli bir insanla alay etme." cümlelerine yer verildiği görülmüştür. Roma İmparatorluğu'nda, yeni doğan veya çocukluğunun ilk yıllarında farklı gelişim gösterdiği anlaşılanların babaları tarafından öldürülmesine izin verildiği saptanmıştır. Bu yasa, M.S. 4. yüzyılda tamamen yürürlükten kaldırılmıştır. M.S. 330 yılında İstanbul'da fiziksel yetersizliği olanlar için bir yaşam evi yapıldığı da kaynaklara göre belgelenmiştir. Orta çağlarda ise farklı gelişim gösteren bireyler, başlangıçta büyük zorluklarla karşılaşmışlar ve yetersizlikleri nedeniyle içlerinde şeytan var diye topluma tanıtılmış ve çok zor zamanlar yaşamışlardır. İlk defa 16. yüzyılda görme yetersizliği olan bireylerin eğitim alması gerektiği ortaya atılmış ve 1784 yılında Fransız Profesör Valantin Haüy, Paris'te bir görme engelliler okulu kurmuştur. Daha sonra 1806'da Berlin'de, 1826'da ise Bavyera'da görme engelli okulları açılmıştır. Modern anlamda zihinsel yetersizliğe sahip bireyler için ilk rehabilitasyon merkezlerinin varlığı 1820'de Almanya olarak söylenebilir (Çetin, 2016: 182; Kocaömer, <http://www.engelsizerisim.com/detay/engelliler-tarihi/15/04/2018>).

Kearney ve Griffin'ne göre, batı kültüründe ve başarıya önem veren toplumlarda özel gereksinimli bireylere bakış açısı, bu yönde gelişmesi sebebiyle fiziksel özelliklerin, zekânın ve gençliğin paye eder olması bu kültürlerde gelişimsel farklılığı, yetersizlik olarak atfetmektedir. Bu görüşün sonucu olarak özel gereksinimli bireyler uzun süre topluma yük olarak görülmüş ve ebeveynler,

toplumun bu bakışından etkilenecek çocuğunu aile için bir acı/trajedi olarak algılamışlardır (H. Y. Sarı, 2007: 2; Seyyar, 2013: 54).

Özel gereksinimlilik kavramının toplumsal yansımalarıyla ilgili günümüze kadar ulaşan farklı teorik modeller vardır. Ahlaki modele göre engellilik; ahlaki çöküntü nedeniyle ortaya çıkmıştır, insanın içindeki şeytanın veya ahlaksızlığın göstergesidir. Medikal modelde engellilik, hastalık perspektifinden değerlendirilir. Engelliliği biyolojiye bağlı olarak açıklar ve tüm özel gereksinimi olan bireylerin yaşamlarında otomatik olarak kısıtlı olduklarını varsayar. Sosyal modelde ise problem engel veya özel gereksinimli birey değil, normal gelişime sahip insanlara yönelik oluşturulan çevresel şartlardır. Özürlülük Hareketi'nin söylemleriyle oluşturulan sosyal model, medikal modele tam anlamıyla zıt yapıdadır. Sosyal model, 1983'te İngiliz Vic Finkelstein, Mike Oliver ve Colin Barnes ile ABD'li Gebren De Jong gibi bizzat kendileri fiziksel yetersizliği olan akademisyenlerin öncülüğünde gerçekleşmiş ve kısa zamanda tüm dünyadaki farklı gelişim gösteren bireyleri kapsamıştır. DSÖ, 1978'de Alma Ata Deklarasyonu'yla özel gereksinimi olan bireylerin "topluma dayalı rehabilitasyon" ile günlük yaşamlarında daha aktif ve üretken bireyler olmalarını hedeflemiş ve 1981'de resmen topluma dayalı rehabilitasyonu başlatmıştır. BM Genel Kurulu 1981 yılını "Özürlüler Yılı" olarak ilan etmiştir. Aynı yıl ilk olarak İngiltere'de fırsat eşitliği kavramı bir sivil toplum örgütü tarafından ifade edilmiştir. 13 Aralık 2006'da BM Genel Kurulu tarafından "Engellilerin Hakları Sözleşmesi" kabul edilmiştir (Akt: İnan vd., 2013: 724-725).

Doğu toplumlarında dezavantajlı gruplara yaklaşım batı toplumundan farklılık arz etmektedir. Selçuklu ve Osmanlı dönemlerinde özel gereksinimli bireyleri çeşitli yöntemler ile tedavi etme çabaları yer almaktadır. Bu bağlamda zihinsel yetersizliğe sahip bireyler için su sesi, müzik ve çiçek kokularıyla terapi yöntemlerinin kullanıldığı görülmektedir (Altuntaş ve Atasü-Topçuoğlu, 2016: 21).

Türkiye'de Cumhuriyet dönemi incelenecek olunursa, 1950'li yıllarda hem devlet kurumlarınca hem de sivil toplum örgütlerince özel gereksinimi olan bireyler fark edilmeye başlanmaktadır. 1960'lı yıllardan itibaren gelişimsel farklılığa sahip bireylerin toplumsal statülerine dikkat çekmeye başlanmış, 1970'lerde ise ekonomik özgürlüklerine kavuşmaları yönünde politikalar izlenmiş ve 1976 yılında işsiz olan

bireyler için gelir sağlama amacıyla 2022 sayılı yasa çıkartılmıştır. 1980'lerden itibaren ise ilgili düzenlemeler anayasa ve kalkınma planlarında yer almaya başlamış, 1983'te yürürlüğe giren Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Kanunu ile 'engellilik' tanımı yapılmıştır. 1990'ların ortalarında özel gereksinimli bireylere ilişkin çalışmalar derinleştirilmiş, çeşitli düzenlemelere gidilmiş ve 1997'de Özürlüler İdaresi Başkanlığı kurulmuştur. Özürlüler İdaresi Başkanlığı'nın kurulmasıyla birlikte 1999'da Türkiye'de ilk kez I. Özürlüler Şurası gerçekleştirilmiştir. Şuranın ardından kanun çıkarılmış ve bu kanunda sırasıyla 2005, 2007, 2009 ve 2011 yılında düzenlemelere gidilmiştir. 2011'de Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı kapatılarak bu kurumun sorumlulukları Başbakanlık Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü'ne devredilmiştir. Farklı gelişim gösteren bireylere yönelik politikalar geliştirmek için onları birçok yönüyle yansıtan istatistiki veri tabanına ihtiyaç vardır, bu eksikliği gidermek adına yapılan ilk çalışma 2000 yılı Genel Nüfus Sayımı olmuştur. Bu sayım sonucunda elde edilen bilgilerden yola çıkılarak, TÜİK ve Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı (yeni yapılanmasıyla Başbakanlık Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü) ortak çalışması ile Türkiye'deki engellilerin niteliklerine ilişkin ilk kapsamlı çalışma 2002 yılında Türkiye Özürlüler Araştırması olmuştur (Burcu, 2015: 329-332). Türkiye, DSÖ ile 2004 yılında ICF'nin kullanımı olan biyo-psiko-sosyal modelle ilgili protokol imzalamış ve 16 Temmuz 2006 yılında yayınlanan, "Özürlülük Ölçütü, Sınıflandırılması ve Özürlülere Verilecek Sağlık Kurulu Raporları Hakkında Yönetmelik"te tüm konularda ICF esas alınır beyanı vardır. Ülkemizde engellilikle ilgili yasal düzenlemelere bakıldığında pek çok yasa maddesi, genelge ve yönetmeliğin olduğu görülmektedir. 2005'te kabul edilen 5378 sayılı "Özürlüler ve Bazı Kanun ve Kanun Hükmünde Kararnamelerde Değişiklik Yapılması Hakkında Kanun" bu konuda düzenlenmiş önemli bir kanundur. 2007'de Özürlüler İdaresi Başkanlığı tarafından devletin özel gereksinimli bireylere tanıdığı hakların ve kolaylıkların anlaşılması ve uygulanması hedefiyle "Engelsiz Türkiye Projesi" başlatılmış ve ülke çapında pek çok kuruluşun desteği alınmıştır. Türkiye genelinde özel gereksinimli bireyler ile ilgili demografik anlamda ilk büyük çalışma olan 2002 nüfus sayımı sırasında gerçekleştirilen Türkiye Engelliler Araştırması'nın sonuçları 2003'te yayınlanmış, nüfusun %12,8'inin engelli bireylerden oluştuğu açıklanmıştır

(Akt: İnan vd., 2013: 724-725). “03/05/2013 tarihli ve 6462 sayılı “Kanun ve Kanun Hükmünde Kararnamelerde Yer Alan Engelli Bireylere Yönelik İbarelerin Değiştirilmesi Amacıyla Bazı Kanun ve Kanun Hükmünde Kararnamelerde Değişiklik Yapılmasına Dair Kanun” 28636 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanarak yürürlüğe girmesiyle, çeşitli mevzuatta yer alan ‘sakat’, ‘özürlü’ ve ‘çürük’ ibareleri ve türevleri ‘engelli’ ibaresi ve türevleri ile değiştirilmiştir. Diğer yapılan çalışmalarla birlikte 5378 sayılı Kanun ile engelliler açısından sağlanan faydaların daha ileri noktalara gelmesi öngörülmektedir.” (Orhan ve Genç, 2015: 127).

Konuya İslam Dini açısından bakıldığında, hem teorik anlamda hem de pratik örneklerden yola çıkıldığında dinin özel gereksinimli bireylere verdiği değerin en uç örnekleri görülmektedir. Kur’an-ı Kerim, renk, ırk, dil, cinsiyet, zenginlik ya da fakirlik, sağlık veya yetersizlik gibi vasıflar konusunda insanların birbirinden üstün tutulamayacağını, üstünlüğün ancak Allah’a kulluk açısından söz konusu olabileceğini bildirir. Hucurât Sûresi 13. ayette “Ey insanlar! Şüphesiz sizi bir erkek ile bir dişiden yarattık, tanışasınız diye sizi kavim ve kabilelere ayırdık, Allah katında en değerli olanınız O’na itaatsizlikten en fazla sakınanınızdır. Allah her şeyi hakkıyla bilmektedir, her şeyden haberdardır.” buyurulmaktadır. Ayet farklı yaratılmanın, kimlik edinme ve bu kimlikle tanınma, tanışma fonksiyon ve hikmetini onaylıyor; insanın şeref ve değerini, kendi irade ve çabasıyla elde ettiği evrensel değerlere bağlıyor. Aynı bağlamda Hz. Peygamber, "Allah sizin dış görünüşünüze ve mallarınıza bakmaz. Ama o sizin kalplerinize ve işlerinize bakar."<sup>2</sup> hadisinde, Allah’ın insanların dış görünüşlerine ve sahip olduklarına değil; iç dünyalarında olup bitene ve iyi davranışlarına baktığını dile getirir. Her şeyden önce İslam, bedensel ve zihinsel mükemmellik veya eksikliklere bakmaksızın, nüvesi itibariyle insanı, canlılar içinde en değerli, en üstün, en şerefli ve en mükemmel varlık olarak yüceltmıştır. İslam’ın insana verdiği bu değer kapsamında Hristiyan âlemine nazaran İslam dünyasında özel gereksinim sahibi bireyler dışlanmamış, korunmaya çaba sarf edilmiş, adalet ve eşitlik açısından diğer insanlardan ayrı tutulmamıştır. Özellikle Asr-ı Saadet döneminde farklı gelişim gösteren bireyler pozitif ayrımcılığa tabi tutulmuş ve önemli görevlere getirilmişlerdir (Bahadır, 2010: 15-16).

---

<sup>2</sup> Müslim, Birr, 33.

Hız. Peygamberin risâlet dönemi öncesinde de gelişimsel farklılığı olan bireylere yaklaşımı, içinde bulunduğumuz çağa örnek niteliğindedir. Çevresindeki ortopedik yetersizliği ve görme yetersizliği olan bireyler ile iletişimi ve onlara gösterdiği hassasiyet oldukça kıymetlidir. İlk vahiy geldiği zaman Hız. Peygamberin yaşadığı tedirginlik üzerine onu teselli etmek maksadıyla eşi Hız. Hatice'nin, "Allah seni asla mahcup etmez. Zira sen ...zayıfı/ düşkünü sırtlanırsın."<sup>3</sup> cümlesi, peygamberin toplumdaki dezavantajlı bireylere gösterdiği tutum ve davranışı destekler niteliktedir. Nübüvvet döneminde ise özel gereksinimli bireyler açısından ilk ciddi durum İbn Ümmi Mektum'la olan durumdur. Abese Suresi'nin ilk 10 ayeti peygamberi ve tüm müslümanları engellilik konusunda uyarı özelliği taşımaktadır. Yine görme yetersizliği olan İtbân b. Malik'in davetine icabet etmesi<sup>4</sup> O'nun özel gereksinimli bireylere verdiği değer açısından oldukça önemlidir. Öte yandan davete giderken yalnız gitmemesi, sahabi arkadaşlarına da aynı hassasiyeti kazandırmaya çalışması günümüz toplumu için örnek bir davranıştır (M. Demir, 2020: 81-83).

### **1.1.3. Özel Gereksinimlilik Sınıflandırılması**

Bir önceki bölümde ifade edildiği gibi özel gereksinim durumu; oldukça kompleks yapıya sahip olup, her bireyin yaşadığı yetersizlik/güçlük birbirinden farklı ve özel bir durum içerir. Bu bağlamda çalışmanın bu kısmında özel gereksinimli bireylerin sınıflandırılmasına yönelik kısaca bilgilendirme yapılmaya çalışılacaktır.

#### **1.1.3.1.Fiziksel Yetersizlik**

Fiziksel yetersizlik, farklı nedenlerden dolayı bireyin kas, iskelet ve eklemlerinde ortaya çıkan işlevsel bozukluk olarak ifade edilebilir. Kas ve iskelet sisteminin zedelenmesi nedeniyle ortaya çıkan ortopedik kayıplar yanında merkezi sinir sisteminin zedelenmesiyle ortaya çıkan ortopedik yetersizlikler de olabilir (Özbey, 2009: 132-133).

Fiziksel yetersizlik; farklı sebeplerden dolayı insanın fiziki yapısında herhangi bir bozukluk ya da eksiklik oluşturarak bireyin fiziksel yeteneklerini engelleyen veya bütünüyle kaldıran bir durumdur (Seyyar, 2015a: 32).

<sup>3</sup> Buhârî, Bed'ü'l-Vahiy, 1; Müslim, İman, 252.

<sup>4</sup> Buhârî, Mesacid, 14; Müslim, Mesacid, 263, 264.

### 1.1.3.2. Görme Yetersizliği

Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği'nde görme yetersizliği olan bireyler “Görme gücünün kısmen ya da tamamen kaybindan dolayı özel eğitim ve destek eğitim hizmetine ihtiyacı olan bireydir.” şeklinde tanımlanmaktadır (Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği, Resmî Gazete 30471 (07/07/2018), md. 4/1).

Avrupa ülkeleri, “Yapılan tüm müdahale ve alınan önlemlere rağmen, en iyi gören gözünde görme gücünün en çok 1/20'si bulunan ve görüş açısı 20°'yi geçemeyenlere ‘kör’ denir” demektedir (Akt: Tezcan, 2006: 6). “Hiç görememenin veya az görmenin tanımının, görmenin veya görme alanının ölçümüne bağlı olduğu belirtilmektedir. Bu duruma göre görme engelli olan kişi, kabartılmış altı noktayla ve işitsel araçlarla görme gereksinimi içinde olan kimsedir.” (Akt: Söyler, 2010: 7).

### 1.1.3.3. İşitme Yetersizliği

Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği'nde işitme yetersizliği olanlar için “İşitme duyarlılığının kısmen veya tamamen kaybindan dolayı özel eğitim ve destek eğitim hizmetine ihtiyacı olan bireydir.” şeklinde tanımlama yapılmaktadır (Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği, Resmî Gazete 30471 (07/07/2018), md. 4/o).

Bireyin sesleri duymasını ve bu duyduğu seslerle çevresini tanımasını sağlayan işitme yetisidir. İşitebilmek aynı zamanda dil gelişimini ve konuşma becerilerini de doğrudan etkileyen bir faktördür. Tıptaki ilerlemelerle artık çeşitli cihazlar, kulak protezleri ve cerrahi yöntemlerle, işitme sorunu olan bireyler sesleri duyabilmektedir. Ancak sesler duyulsa bile işitme sorununun derecesine göre sesleri anlamlandırma farklılaşabilir hatta sadece duyulan ses olarak bile kalabilir. Bu gibi anlamlandırmada sorun yaşayan bireyler ise eğitim ve çevre desteğiyle dudak okuma ve işaret dili ile karşısındaki bireyin ifadelerini anlayabilir (Özbey, 2009: 126).

### 1.1.3.4. Dil ve Konuşma Güçlüğü

Konuşmanın akışında, ritminde, seslerin tizliğinde ve vurgularında; ses birimlerinin çıkarılışında, eklemlenmesinde, artikülasyonunda, anlamında bozukluğu bulunanlar, dil ve konuşma güçlüğü sorunu yaşayan bireylerdir (Musayev, 2016: 25).

“Kişi konuşurken; hoş olmayan sesler çıkarıyorsa, konuşmanın ritim ve akışında farklılıklar oluyorsa cinsiyet, yaş ve fiziksel yapısına uygun olmayan, anlaşılamayacak şekilde sesler çıkıyorsa ve bu durum süreklilik gösteriyorsa” bu kişi konuşma güçlüğü yaşıyor olarak kabul edilmektedir (Akt: Tezcan, 2006: 6). “İşittiği halde konuşamayan, gırtlığı alınanlar, konuşmak için alet kullananlar, kekemeler, afazi, dil-dudak-damak çene yapısında bozukluk olanlar bu gruba girmektedir.” (<http://www.engelsiz.hacettepe.edu.tr/belge/ozida.pdf> 26/06/2018).

### 1.1.3.5. Zihinsel Yetersizlik

Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği'ne göre zihinsel yetersizlik; hafif, orta, ağır ve çok ağır düzey şeklinde sınıflandırılmaktadır. Hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan bireyler “Zihinsel işlevler ile kavramsal, sosyal ve pratik uyum becerilerinde hafif düzeydeki yetersizliği nedeniyle özel eğitim ve destek eğitim hizmetine sınırlı düzeyde ihtiyacı olan bireydir.” (Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği, Resmî Gazete 30471 (07/07/2018), md. 4/n) olarak tanımlanmaktadır. Hafif düzeyde zihinsel yetersizlik gösterenler okuma, yazma gibi temel akademik konularda ve meslek eğitimi programlarında başarılı olabilir (Eripek, 2005: 158; Eripek ve Vuran, 2016: 252). Orta düzeyde zihinsel yetersizliğe sahip bireyler “Zihinsel işlevler ile kavramsal, sosyal ve pratik uyum becerilerindeki sınırlılık nedeniyle temel akademik, günlük yaşam ve iş becerilerinin kazanılmasında özel eğitim ile destek eğitim hizmetine yoğun şekilde ihtiyacı olan bireydir.” (Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği, Resmî Gazete 30471 (07/07/2018), md. 4/s). Ağır düzeyde zihinsel yetersizliğe sahip bireyler, “Zihinsel işlevler ile kavramsal, sosyal, pratik uyum ve öz bakım becerilerindeki eksiklikleri nedeniyle yaşam boyu süren, yoğun özel eğitim ve destek eğitim hizmetine ihtiyacı olan bireydir.” (Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği, Resmî Gazete 30471 (07/07/2018), md. 4/b). Çok ağır düzeyde zihinsel yetersizliğe sahip bireyler, “Zihinsel yetersizliği yanında öz bakım, günlük yaşam ve temel akademik becerileri kazanamayan, yaşam boyu bakım ve gözetime ihtiyacı olan bireydir.” (Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği, Resmî Gazete 30471 (07/07/2018), md. 4/ğ).

Zihinsel yetersizlik pek çok kez tanımı yapılan komplike bir kavramdır. “Genel olarak zihinsel engellilik, doğum öncesi, doğum esnası ve doğum sonrası

süreçte çeşitli nedenlerle oluşan bireyin zihinsel gelişim ve işlevlerinde sürekli bir yavaşlama, duraklama veya gerileme olması durumudur. Bu yavaşlama ya da gerileme, bireyin uyumsal davranışlarında ve günlük yaşantısında gerilik ve yetersizlik yaşamasına neden olabilmektedir.” (Akt: Coşkun, 2012: 4).

### **1.1.3.6. Süreğen Hastalık**

Süreğen hastalık, bireylerde kronikleşmiş ya da tedavi süresi uzun olan rahatsızlıklardan dolayı bir veya birçok beceri alanında yetersiz olma durumudur. Bu durum ve beceri kaybı bireyden bireye farklılık gösterebilir (Özbey, 2009: 132-133).

“Kişinin çalışma kapasitesi ve fonksiyonlarının engellenmesine neden olan, sürekli bakım ve tedavi gerektiren hastalıklardır (Kan hastalıkları, kalp-damar hastalıkları, solunum sistemi hastalıkları, sindirim sistemi hastalıkları, idrar yolları ve üreme organı hastalıkları, cilt ve deri hastalıkları, kanserler, endokrin ve metabolik hastalıklar, ruhsal davranış bozuklukları, sinir sistemi hastalıkları, HIV). Özürlülük araştırmalarında, süreğen hastalıklar da, özür türü içerisinde bir alt başlık olarak yer almaktadır.” (DİE, 2002: 11).

## **1.2. ZİHİNSEL YETERSİZLİK VE ZİHİNSEL YETERSİZLİĞİN BİR TÜRÜ OLARAK DOWN SENDROMU**

Bu bölümde bireyin gelişimindeki farklılıktan kaynaklı görülen bir yetersizlik türü olarak zihinsel yetersizliğin ne ifade ettiği, zihinsel yetersizliğin sınıflandırılması ve özellikleri konuları ele alınacaktır.

### **1.2.1. Zihinsel Yetersizlik**

Günümüzde zihinsel yetersizlikle ilgili pek çok terim ve tanım kullanılmaktadır. Tanımlara ve terimlere bakıldığında “developmental disability” yani gelişimsel yetersizlik teriminin, zihinsel yetersizliği de içerisine alan daha kapsamlı bir terim olduğu görülmektedir (Eripek ve Vuran, 2016: 247). Bu tanımlamadan kaynaklı zihinsel yetersizlik terimini daha anlaşılır biçimde açıklayabilmek adına zedelenme, yetersizlik ve engel kavramlarına değinilecektir. *Zedelenme*, “Bireyin psikolojik, fizyolojik, anatomik özelliklerinde geçici ya da kalıcı türden bir kayıp, bir yapı veya işlev bozukluğu meydana gelmesi sonucunda organların işlevlerini yerine getirmede ve görevlerini yapmada etkili olan zorlanma

durumudur. Örneğin işitmede önemli rol oynayan orta kulak kemikçiklerinin yapışık olması, görme sinirlerinin bir hastalık nedeniyle bozulması ve göz kaybı, kromozom bozuklukları, beyin hücrelerinin zarar görmesi birer zedelenme durumudur. Ancak zedelenme her zaman yetersizliğe neden olmayabilir.” şeklinde açıklanmaktadır (Akt: Usta, 2009: 78). *Yetersizlik*, “Zedelenmeye bağlı olarak zihinsel, fiziksel ve davranışsal işlevlerde ya da duyu organlarının işlevlerinde gözlenen kayıplardır.” (Akt: Cavkaytar vd., 2014: 113). *Engel* ise, “Bir güçlük ya da yetersizliği olan bireyin çevreyle etkileşiminde yaşına, cinsiyetine, sosyal ve kültürel faktörlere bağlı olarak normal kabul edilen bir rolü yerine getirmede sınırlılıklara yol açan ya da bireyi alıkoyan bir problem durumudur.” Yetersizliği olan her birey özel gereksinimli değildir. Bununla birlikte yetersizlik, bireye bağlı nedenler veya çevresel şartların uygun olmamasından kaynaklı sebeplerden ötürü bireyden beklenen görev ve sorumlulukları yerine getirememesi durumunda engele dönüşmektedir. Bu durumda engellilik, yetersizlik ve özürlülüğün sosyal ve çevresel sonuçlarıdır da denilebilir (Akçamete, 2016: 34; Minaire, 1992: 374-375).

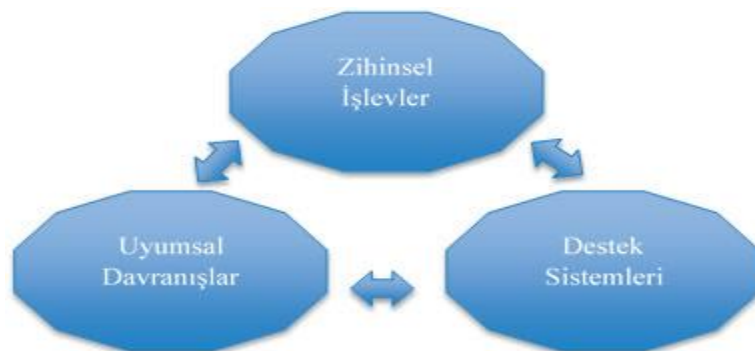
Zihinsel yetersizlik, zekânın fonksiyonlarının tam olarak işlevsellik göstermemesiyle ilgili bir durumdur. Bu nedenle zekânın tanımı, işlevselliği ve gelişimi burada karşımıza çıkmaktadır. Zekâ, öğrenmemizi ve öğrendiklerimizi akılda tutmamızı sağlayan, insanı diğer varlıklardan farklı kılan beyne ait potansiyeldir (Kulaksızoğlu, 2016: 17). “Zekâ insan beyninin karmaşık bir yeteneğidir. Zihnin birçok yeteneğinin uyumlu çalışması sonucu ortaya çıkan yetenekler bileşimidir. Algılama, bellek, düşünme, uslamlama, öğrenme gibi birçok işlevi içerir.” (Yörükoğlu, 2016: 105). Sonuç olarak zeka, bireyin sahip olduğu beden, sosyal yetenek ve fonksiyonlarının bütünleşerek oluşturduğu çok yönlü zihinsel öğrenme, öğrenilenden yararlanabilme, yeni durumlara uyum sağlayabilme ve karşılaşılan problemler karşısında yeni çözüm yolları bulabilme yetisidir ([http://www.megep.meb.gov.tr/mte\\_program\\_modul/moduller\\_pdf/Zihinsel%20Engelliler.pdf](http://www.megep.meb.gov.tr/mte_program_modul/moduller_pdf/Zihinsel%20Engelliler.pdf) 01/08/2018).

“Arapça ‘ikal’, yani ‘bağlamak’ kökünden gelen akıl, soyut- somut şeylerle mantikî, doğru, isabetli ve kabul edilebilir bağlantı kurma becerisidir. Akıl, zekâda olduğu gibi, biyolojik ve zihni işlem kapasitesinden ziyade, pratik hayatta zihni

faaliyette bulunma eğilimi ve nesnelere-fikirler arasında faydalı bağlantı kurma yeteneği gösterme açısından zihin olarak da tanımlanır. Akıl, gözlemleyerek, düşünerek, mukayese yaparak, hayal ederek, eğitim alarak veya nasihat dinleyerek, iyiyi kötüden, güzeli çirkinden ayırt edebilecek derecede elde edilen zihni kabiliyetlerin ve anlama-kavrama becerilerinin bütünüdür.” (Seyyar, 2015b: 27).

Zihinsel yetersizlik durumunu tanımlamak için kullanılan terimler, etiketlemeye ve ağır damgalamaya neden olması sebebiyle yıllar içinde değişmiştir. ABD'deki Amerikan Zihinsel ve Gelişimsel Yetersizlikler Birliği (AAIDD- American Association on Intellectual and Developmental Disabilities) ve Zihinsel Bozukluklara Yönelik Teşhis ve İstatistik El Kitabı (DSM) teşhis ve sınıflandırma sistemi olarak, "zihinsel engellilik" terimini kullanmaktadır ve zihinsel yetersizliği bir gelişimsel engellilik olarak tanımlamaktadır. Yapılan çalışmalar sonucunda şöyle bir tanıma ulaşıldığı görülmektedir: “Zihinsel engellilik; kavramsal, sosyal ve pratik becerileri de içeren (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013; Schalock vd., 2010), entelektüel işleyişte ve buna uygun davranışta önemli eksikliklerle karakterize olan durumdur.” (Marc J. Tassé, Defining and determining intellectual disability, APA, 2016:<http://www.apa.org/pi/disability/resources/publications/newsletter/2016/09/intellectual-disability.aspx> 24/01/2018).

Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği'nde zihinsel yetersizliği olan birey; hafif, orta, ağır ve çok ağır olarak gruplandırılmıştır (Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği, Resmî Gazete 30471 (07/07/2018), md. 4/b, 4/ğ, 4/n, 4/s). Hem özel eğitim mevzuatında hem de AAIDD'nin tanımında üç temel nokta vurgulanmaktadır; zihinsel işlevler, uyumsal davranışlar ve destek sistemleri (Yıldız, 2014: 20).



Şekil 1.2. Zihinsel yetersizlik (Yıldız, 2014: 20).

“*Zihinsel işlevler*; zihin engeli, zihinsel işlevlerde önemli derecede normalin altında olma durumudur. *Uyumsal davranışlar*; bireylerin bağımsız bir biçimde yaşamlarını sürdürebilmeleri için kendi yaş grubuna ve içinde yaşadığı sosyal çevreye uygun davranışları gösterebilmesi için gerekli olan becerilerdir. Bu davranışlar üç kategoride ele alınır; kavramsal (dil becerileri, okuma-yazma, para kavramları ve öz yönetim becerileri), sosyal (kişiler arası ilişkiler, aldatmadan kaçınma, yasalara uyma, sorumluluk, kuralları izleme vb.) ve pratik uyumsal davranış (yemek yeme, hazırlama, hareket etme, öz bakım, uğraşı/iş becerileri, ev bakımı, ulaşım vb.) kategorileridir. *Destek sistemleri*; zihin engelli bireylere doğal destek, rastlantısal destek, genel destek ve özel destek olmak üzere dört alanda destekte bulunulabilir. Doğal destek; iş yerindeki arkadaşların ya da okuldaki arkadaşların desteğini tanımlamaktadır. Komşular ve toplumun verdiği destektir. Rastlantısal destek, düzenlenen bir eğlenceye katılma, bir yemeğe davet edilme şeklinde yapılan bir destek türüdür. Genel destek, herkese yönelik hizmetler (toplu taşıma araçlarından yararlanma gibi) aracılığıyla sağlanan desteklerdir. Özel destek ise yetersizlik durumlarında verilen destekleri içermektedir. Özel eğitim, erken özel eğitim, mesleki rehabilitasyon gibi hizmetleri içermektedir.” (Yıldız, 2014: 20-21).

#### **1.2.1.1. Zihinsel Yetersizlik Durumuna Yaklaşımın Tarihsel Arkapları**

Özel gereksinimi olan bireylerin varlığı insanlık tarihi kadar eskidir. Geçen binlerce yıllık bu süreçte, farklı gelişim gösteren insanlara yönelik tutum ve davranışlara ilişkin tarihsel bilgiler antik çağa kadar uzanmaktadır. Tarih boyunca bazı dönemlerde çeşitli yönlerden yetersizlik/güçlük, yaratıcının bir cezası, normal gelişim gösteren bireyler için bir yük olarak algılanması nedeniyle özel gereksinimi olan kişilerden uzak durmak veya onu yok etmek düşüncesi yaygınlaşmış ve bu bireyler zaman zaman öldürülmüş veya ölüme terk edilmiştir. Bazı dönemlerde ise özel gereksinimi olan bireyler öldürülmemişler fakat birçok kötü işlerde kullanılmış ve hor görülmüşler, bazı toplumlarda ise ayrı koloniler halinde yaşamaya zorlanmışlardır (Çetin, 2016: 170).

Ortaçağ ve Hristiyanlığın gelişimiyle birlikte gelişimsel farklılığı olan bireylerin durumuna ve türüne göre onlara yaklaşımda değişiklik görülmektedir. Zihinsel yetersizliğe sahip olan bireyler, içlerinde şeytan olduğu ve dinsel törenlerle

iyileştirilebilecekler olarak düşünölmektedir. İlerleyen zamanlarda ise zihinsel yetersizliği olan çocukların hasta oldukları ve tedavi edilebileceği düşöncesi varlığını göstermektedir. Bu nedenle zihinsel yetersizliği olan bireylerin akıl hastanelerine yerleştirildiği görölmektedir (Akçamete, 2016: 47).

Zihinsel yetersizlik kapsamında DS'nin tarihi ise çok eskiye dayanmaktadır. Eski Yunan döneminde DS tanılı bireylerin doğaya terk edildikleri, Orta Çağ Avrupası'nda "büyücü" oldukları düşöncesiyle yakıldıkları, bu bireylerin yaşadıkları problemleri akıl hastalarıyla karıştırdığı dönemler olmuştur. Orta Çağ Türk dünyasında batıdaki uygulamaların tam tersi bir biçimde DS tanılı bireylerin müzikle tedavi edilmeye çalışıldığı bilinmektedir (Akt: T. Öztürk, 2014: 5).

#### **1.2.1.2. Zihinsel Yetersizlik Sınıflandırılması**

Her bireyin kendine özgü nitelikleri ve yetenekleri farklıdır. Zihinsel yetersizliği olan bireyler de hem doğuştan getirdikleri özellikleri hem de çevresel etmenlerin kendilerine katkıları sayesinde birbirlerinden farklılaşırlar. Bu anlamda bu bölümde zihinsel yetersizliği olan bireylerin sınıflandırılması üzerinde durulacaktır.

"Zihinsel engelli çocuklara ilişkin ilk sınıflandırma çalışmaları 1921 yılında AAMR'nin temelini oluşturan American Association for the Feeble-minded tarafından yapılmıştır. Zihinsel yetersizlikler; tıp, psikoloji ve eğitim alanlarında olmak üzere çeşitli kavramlarla sınıflandırılmıştır. Eğitsel tanıda ise eğitilebilir, öğretilbilir, bağımlı ve aşırı bağımlı olarak sınıflandırma yapılmıştır." (Özbey, 2009: 105). Zihinsel yetersizlik sınıflandırması, psikiyatride ağırlık derecesine göre ise dört gruba ayrılmıştır. Gruplandırma davranışlara bakılarak oluşturulmuştur. Testlerin uygulama sonuçlarına göre yapılan sınıflandırma; hafif düzeyde zihinsel yetersizlik, orta düzeyde zihinsel yetersizlik, ağır düzeyde zihinsel yetersizlik ve çok ağır düzeyde zihinsel yetersizlik şeklindedir (Karcı, 2013: 31-32).

Psikiyatri ve eğitim alanlarında yapılan sınıflandırma, daha iyi anlaşılması açısından Tablo 1.1. oluşturulmuştur.

**Tablo 1.1.** Zihinsel Yetersizliğin Farklı Alanlara Göre Sınıflandırılması

<b>Psikolojik Tanı</b>	<b>Eğitsel Tanı</b>
Hafif düzeyde zihinsel yetersizlik	Eğitilebilir
Orta düzeyde zihinsel yetersizlik	Öğretilebilir
Ağır düzeyde zihinsel yetersizlik	Bağımlı
Çok ağır düzeyde zihinsel yetersizlik	Aşırı Bağımlı

Hafif düzeyde zihinsel yetersizlik; “Bireyin eğitim dönemi içinde, sınırlı seviyede destek eğitim hizmetleri ve özel düzenlemelere ihtiyacı olması durumudur.” (Güven, 2016: 59). Bu tanımlamaya göre bu türdeki bireylerin çoğunluğu normal gelişim gösteren çocuklarla neredeyse aynı paralellikte gelişim özellikleri gösterirler ve ilkokulda başarısızlıkla karşılaşınca kadar ayırt edilemezler. Hafif zihinsel yetersizliğe sahip bireyler normale çok yakın vaziyette oldukları için çevreye rahat uyum sağlayabilirler. Bu gruptaki çocuklar destek eğitimle birlikte normal sınıflarda akranlarıyla eğitim görebilirler. İlkokul düzeyinde akademik konularda eğitilebilmekte, toplumda bağımsız yaşayabilecekleri düzeyde sosyal uyumları sağlanabilmekte, kısmen veya tamamen desteklendiğinde mesleki yeterlilik edinebilmektedirler (Heward vd., 2017: 114).

Orta düzeyde zihinsel yetersizlik; bu grupta yer alan bireyler, okulöncesi yıllardaki gelişimlerinden itibaren diğer çocuklara nazaran farklılıklar göstermeye başlarlar. Gelişimlerinde önemli derecede gecikme gösterirler, yaşları ilerledikçe zihinsel, sosyal ve motor gelişimlerinde yaşlılarıyla aralarındaki mesafe daha da açılır. Hafif düzeyde yetersizliği olan çocuklarla karşılaştırıldıklarında orta düzeyde zihinsel yetersizliğe sahip olan çocuklarda fiziksel yetersizlik ve davranış problemleri daha sık görülür. Bu çocuklar, çoğunlukla okullardaki özel alt sınıflarda eğitim görürler. Eğitimlerinde günlük yaşam becerileri ve işlevsel okuma-yazma, temel matematik becerileri üzerinde durulur (Eripek ve Vuran, 2016: 252).

Ağır düzeyde zihinsel yetersizlik; bu gruptaki bireyler, zihinsel yetersizliği olan insanların %3-4’ünü oluşturmaktadır. Bu düzeydeki bireyler denetim altında öz bakım becerilerini yapabilirler ve basit düzeyde iletişim kurarlar. Yetişkinlikte basit

işleri yapabilir ve sınırlı sosyal etkinliklerde yer alabilirler. Bu bireylerde, önemli derecede motor bozukluk vardır ve bu bozukluk merkezi sinir sisteminde önemli bir zedelenmeyi veya gelişim bozukluğunu gösterir (Esen, 2003: 13).

Çok ağır düzeyde zihinsel yetersizlik; bireyin zihinsel yetersizliğiyle birlikte başka yetersizlikleri bulunması nedeniyle öz bakım, günlük yaşam ve temel akademik becerilere sahip olmamasından dolayı hayatı boyunca başkaları tarafından bakım ve gözetim ihtiyacı olan bireydir (Güven, 2016: 60).

### **1.2.2. Down Sendromu**

Özel gereksinimli bireyler, literatürde ihtiyaçlarına, mental özelliklerine ve yaşama katılabilme durumlarına göre birçok sınıflandırma ve isimlendirmeye tabi tutulmaktadır. Down Sendromu da bu sınıflandırmalardan birisidir. Özellikle psikolojik ve mental özelliklerinin yanı sıra bireysel yetenekleri de göz önünde bulundurularak doğru bir eğitim-öğretim faaliyetinden geçerse yaşamın her alanında varlıklarını gösteren bireylerdir. Hayata katılabilme ve sosyalleşme konusunda oldukça başarılıdır. Çalışmanın bu bölümünde DS tanımı, DS tipleri ve DS tanılı bireylerin temel özellikleri ele alınacaktır.

#### **1.2.2.1. Down Sendromu Tanımı**

Literatürde yüzlerce sendrom vardır, Down Sendromu da bunlardan biridir. Sendrom, aynı özelliklerin farklı bireyler tarafından taşınmasıdır. Tanıma açıklık getirmesi açısından, birtakım özelliklerin bir arada bulunması sendromu oluşturur şeklinde ifade edilebilir. DS tanılı bireyler, bu sendromun özelliklerini taşırlar. DS henüz anne karnındayken varlığını gösterir. Bebeğin gelişiminin farklı olduğu anne karnındayken anlaşılabilir. Down ismi ise sendromu bulan doktorun ismiyle özdeşleşmesinden kaynaklıdır (Kanık-Richter, 1998: 130). “Down Sendromu terimi, ilk kez 1846 yılında Edouard Onesimus Seguin tarafından bir konferansta tanımlanmıştır.” (<https://publications.aap.org/pediatrics/articleabstract/124/4/e751/71892/Postnatal-Diagnosis-of-Down-Syndrome-Synthesis-of> 18/08/2023). 1866 yılında ise bilimsel anlamda bir İngiliz doktor olan John Down bu sendromun klinik belirtilerini açıklamış ve ismini vermiştir (Akt: Akın, 1998: 325). DS, hücrelerdeki kromozomal anomaliden yani bozukluktan kaynaklanır. İnsanların özelliklerini

belirleyen genler kromozomlarda yer almaktadır. İnsanlarda 23 çift (46 adet) kromozom bulunur; bireyde 47 kromozom olması durumunda DS ortaya çıkar (Özbey, 2009: 119-120). 23 kromozomun 21. çiftinde gözlenen XXX yapısı, DS oluşmasına neden olmaktadır (Cüceloğlu, 2005: 91).

1932 yılında Waardenburg, DS'nin tipik özelliklerini incelemiş ve bu anomalinin, kromozomlarda nondisjunction yani ayrılamama olabileceğini varsaymıştır (Akt: Akın, 1998: 326). DS'nin ortaya çıkmasından itibaren bu yapının genetik kaynaklı olduğu her defasında ifade edilmiştir ancak bu bebeklerin kromozom haritasının çıkarılması 1959 yılında mümkün olmuştur. İlerleyen yıllarda ise DS'nin translokasyona bağlı şekilleri ve mozaik varyantı olabileceği sonucuna varılmıştır (Esen, 2003: 35). Jerome Lejeune ve ekip arkadaşları 1959 yılında yapmış oldukları bir çalışmada ilk defa DS tanılı bireylerin hücre kültürlerini yaparak hücrelerinde bir ufak kromozom fazlalığını bulmuşlardır. Bu bulgular diğer araştırmacılar tarafından da doğrulanmıştır. 1964 yılından bu yana DS'nin, insan hücrelerindeki kromozomal bozukluklar sonucu olduğu kabul edilmektedir (Akt: Yüksel, 2016: 123). Kaynaklara bakıldığında DS'nin, genetik anomalilerden dolayı görülen zihinsel güçlüğü en sık yol açan sendrom olduğu söylenebilir.

### **1.2.2.2. Down Sendromu Tipleri**

Klinik bulgulara göre üç tip DS olduğu görülmektedir. Ancak sitogenetik olarak bakıldığında, bu üç tipin görünüşlerinin birbirlerine benzerken aralarında bireysel farklılıklar olduğu gözlenmektedir. Bu durum onlar için yapılacak araştırmaları da güçleştirmektedir. DS alt grupları olarak kabul edilen; Trizomi 21, Mozaik Tip ve Translokasyon olan bireylerin fiziksel özelliklerinin farklı olduğunu gösteren herhangi bir araştırma yoktur (Akt: Albayrak, 2015: 30).

***Klasik Down Sendromu yani Trizomi 21 (Regüler, mutand tip):*** DS'lilerin %95'i bu grubun içinde yer alır. Anormallik, G grubu kromozomlarından 21.çift kromozomda görülür ve 2 olması gereken kromozom sayısı 3 olur (Özbey, 2009: 120). Kadınlarda 47, XX, 21+; erkeklerde ise 47, XY, 21+ olarak ortaya çıkar (Akın, 1998: 326).

**Mozaik Tip:** Az rastlanan bu tür DS’de, vücutta iki tip hücre bulunmaktadır. 21.hücrede bazen 3 kromozom, bazen de normal 2 kromozom şeklinde mozaik tip oluşmaktadır (Tapan, 2011: 40). “Mozaik durumda trizomi döllenme sonrasında meydana geldiğinden hücrelerin bir kısmı trizomik yapıda, bir kısmı normal yapıda olur. Belli bir organ sisteminde normal hücreler ile trizomik hücrelerin birbirine olan oranı o organ sisteminin gelişim seviyesini belirler. Örneğin mozaik bir trizomi olgusunda beyin hücrelerinde normal hücre sayısı fazla olduğundan gelişme geriliği de hafif olabilir.” (Esen, 2003: 34).

**Translokasyon Tip:** “DS vakalarının %4’ünün nedeni translokasyondur. Translokasyon, 21.kromozomdan bir parçanın bilinmeyen bir nedenle koparak çoğunlukla 14.kromozoma yapışmasıyla meydana gelir. Bu tür DS’de kromozom sayısı Trizomi 21 vakalarından farklı olarak 46’dır. Ancak buna rağmen genetik bilgi olarak 47 kromozom bilgisi vardır. Çünkü sonuç olarak bu durumda da 21.kromozomdan üç adet oluşmuştur ve bireydeki yansımaları standart DS belirtileri şeklinde gerçekleşir. DS vakaları içinde kalıtsal olma ihtimali olan yalnızca translokasyon türüdür. Ebeveynlerden bir tanesinin taşıyıcı olması durumunda DS kalıtsal olmaktadır. Bu oran % 33’tür. Eğer taşıyıcı anne ise translokasyon bebeğin DS doğma olasılığı %20, taşıyıcı baba ise %5-%2 arasındadır.” (Gören, 2015: 41).

Yapılan araştırmalar sonucunda DS tanılı bireylerin % 95’i regüler tip, % 1-2 mozaik tip ve % 3-4’lük kısım translokasyon tiptir (Ekmekçi, 1990: 28).

### **1.2.3.Down Sendromlu Bireylere Özgü Temel Nitelikler**

Her birey özeldir, hiçbir çocuk veya yetişkin bir diğerine benzemez, kendine has özellikleri, güçlü/zayıf yönleri vardır. Bireysel farklılıklar bilişsel, fiziksel ve duyuşsal olmak üzere üç ana grupta incelenebilir. Bedensel özellikleri ve öğrenme potansiyelleri bakımından bireyler farklılık gösterebilirler (Akt: Çelik, 2016: 215).

DS, gebelik sürecinde üçlü test, amniyosentez ve ultrason ölçümleri ile anlaşılabilir. Gebelik döneminde DS belirtileri varsa, yasal olarak anne adayı bu konuda bilgilendirilmelidir. DS, doğum sonrasında çocuktaki belirgin birtakım fiziksel özelliklerle teşhis edilebilir ardından kromozom incelemesiyle kesin tanı konulmaktadır. Dünyadaki her birey gibi DS tanılı bireyler de kendine has niteliklere

sahiptir ancak sendromu taşımalarından dolayı tüm DS tanılı bireylerde görülen benzer karakteristik özellikler vardır. Bu özellikler; fiziksel, zihinsel, kişilik ve duygusal-sosyal özellikler olarak dört grupta ele alınabilir.

### 1.2.3.1. Fiziksel Özellikleri

DS tanılı bireylerin belirgin fiziksel özellikleri vardır hatta bu özelliklerinden dolayı doğar doğmaz tanı konulabilir. Küçük burun, biraz basık burun köprüsü, yukarı eğik olan badem şeklinde gözler, gözlerin iç köşesinde küçük cilt katları, daha küçük kollar ve gövde çerçevesi, düşük kas tonu (hipotoni), gevşek kısa boyun, avuç içi boyunca tek derin kırışma, kısa ve geniş kalın parmaklar, gözün renkli kısmında beyaz lekeler şeklinde farklılıklar görülebilmektedir (<http://cdss.ca/resources/about-down-syndrome/> 15/04/2017). Bu özelliklerle birlikte ağıza oranla büyük ve çıkıntılı dil, düz ve basık yüz yapısı, eklemlerde aşırı esneklik (hiperfileksibilite), düşük kulaklar, birinci ve ikinci ayak parmakları arasında tipik olarak gelişmiş bir bireyinkinden daha büyük bir boşluk görülebilmektedir (<https://www.ndss.org/about-down-syndrome/down-syndrome-facts/> 28/01/2019; H. Y. Sarı, 2001: 6-7).

Belirgin fiziksel özellikler dışında diğer bireylere kıyasla DS tanılı bireylerde sıkça rastlanan tıbbi problemler de vardır. Görme sorunları, işitme kaybı, kalp rahatsızlıkları, akut lösemi, sık kulak enfeksiyonları, çölyak hastalığı, yaşları ilerledikçe demans görülme sıklığı, az aktif tiroid, yavaş büyüme, uyku sorunları, çeşitli nöbetler, akciğerlerde yüksek tansiyon, üriner sistem kusurları, obezite ve konuşma problemleri burada sayılabilecek problemlerin bazılarıdır (<http://www.vnacarenewengland.org/encyclopedia/details.cfm?chunkid=11897&lang=English&db=hlt> 15/04/2017).

DS tanılı bireyler arasında fazlasıyla benzerlikler olmasına karşın, farklılıklar da vardır. Her birey nasıl ki ebeveynlerinden genetik mirasla pek çok fiziksel özelliği taşırsa, DS'li bireyler de anne ve babalarından aldıkları fiziksel özellikleri taşırlar. Örneğin DS'li bireylerin saçlarının, tenlerinin veya gözlerinin belirli bir rengi yoktur, genleri aracılığıyla aileden herhangi birisinin saç, ten veya göz rengine sahip olabilirler (Kanık-Richter, 1998: 130).

### 1.2.3.2. Zihinsel Özellikleri

Nasıl ki her birey farklı zekâ kapasitesine, farklı yeteneklere ve farklı kişiliğe sahip ise DS tanılı bireyler de farklı zekâ, yetenek ve kişiliğe sahiptirler. Burada önemli olan bu bireylerin her anlamda kapasitelerini olabildiğince üst sınıra ulaştırabilmek için erken eğitime başlanmasıdır.

DS'li bireylerin zihinsel becerileriyle ilişkili olarak iletişime geçmede göz teması kurma, jest ve mimiklerin kullanımı, gözlemediğini taklit etme gibi birçok önkoşul becerilerinin ve yetilerinin gelişiminin, normal gelişim gösteren bireylerle benzer olduğu belirtilmektedir (Akt: Ege ve Erdem, 2011: 26). DS'ye neden olan Trizomi 21 kromozomu, beyin gelişimi ve işlevselliği üzerinde etkilidir. Beyin kas koordinasyonu, beş duyu, zekâ ve davranışın birçok çeşidini kapsayan pek çok gelişim alanını kontrol eder. Bunun sonucunda DS'li çocukların tümü, farklı derecelerde de olsa zihinsel yetersizliğe sahiptir (Yüksel, 2016: 129). DS'li bireyler, eğitilebilir mental yetersizlik grubundadırlar. Akademik başarıyı ve mental gelişimini aile yapısı, erken takibe alınma-eğitim ve fizyoterapi programına başlama, işitme kaybı ve diğer fiziksel anomaliler etkiler (Türkiye Milli Pediatri Derneği, 2014: 15).

Bireylerde mental gelişimin en çok olduğu, yani beynin en aktif ve hızlı geliştiği dönem yaşamın ilk beş yılıdır. Bu ilk beş yıllık süreç öğrenme yetilerinin gelişmesini ciddi anlamda etkiler. Aynı zamanda kişilik gelişimlerinin temelleri de bu dönemde oluşturulmaya başlanır. Bu nedenle çocukların bu dönemde aldıkları eğitim faaliyetleri daha kalıcı etkiye sahiptir (Özbey, 2009: 150).

DS'li çocuklar, fiziksel özellikleri ile insanlar tarafından belirgin biçimde fark edildikleri halde yaşamlarının ilk yıllarında zihinsel gelişim açısından çok farklı görünmezler. Hatta çocukluğun ilk yıllarında atik ve kıvrak bir profildedirler. Ancak yıllar geçtikçe çocuktaki bu durum giderek yavaşlar bunun nedeni DS'li çocuğun diğerlerine kıyasla zihinsel gelişimini erken tamamlamasıdır (Çetingöz, 1990: 13). Araştırmalar sonucunda, DS tanılı bireylerin takvim yaşları, zekâ yaşları gibi bireysel özelliklerinin yanı sıra çevresel faktörlerin de zihinsel gelişimlerine olumlu yönde katkı sağladığı görülmektedir (Ege ve Erdem, 2011: 23).

Yapılan çalışmalar ve tanılar sonucunda, farklı gelişim gösteren bireylerde, erken tanı ve gelişimsel becerilere uygun eğitimin sürekliliği; zekâ gelişimi, sosyal yaşamda var olma gibi pek çok alanda birey için hayati anlamda önem taşımaktadır. Bilişsel yetersizliği olan çocuklarda sıradan IQ testleri ile yapılan puanlamalar beraberinde birçok sınırlamalar getirmektedir. Gelir geçer IQ testleri yerine, son yıllarda bilişsel gelişim, büyük ve küçük kas gelişimi, motor gelişim, duyu aktarımı, kişisel ve toplumsal gelişim, iletişim becerileri ve toplumsal yaşama uyum gibi sayılabilecek birçok kıstası içeren gelişim envanterleri mental yetersizliği olan çocuklar için daha uygun sonuçlar vermektedir. Uygulanan gelişim envanterleri sonucunda ailenin geniş çapta bilgilendirilmesi çocuğun alacağı eğitim açısından kilit nokta oluşturmaktadır. Böylelikle erken eğitim, küçük adımlar ilkesi, yaşamın ilk aylarından itibaren sürekli eğitim ile DS tanılı bireyler maksimum düzeyde ilerleme kaydedecek ve kazanılan beceriler kalıcı olabilecektir.

### **1.2.3.3. Kişilik Özellikleri**

Her birey gibi DS tanılı bireyler de bebeklikten itibaren kişiliğini yapılandırmaya başlarlar. DS tanılı bireylerin kendilerine has karakteristik kişilik özellikleri mevcuttur.

DS'li bireyler diğer insanlara oranla daha mutlu, neşeli, canlı, sempatik özelliktedirler. Sevecen, arkadaş canlısı, çok mimik kullanan ve taklide yatkın bir yapıya sahiptirler. Empatik özellikleri, merhamet ve şefkat duyguları fazlasıyla gelişmiştir. Müşfik, sevgi dolu ve hissettikleri sevgiyi rahatça ifade edebilen kişiliktedirler. Müzik, dans ve ritimden hoşlanırlar bu anlamda onlara eğitim verilirken müzik ve ritim algıları oldukça yardımcı olur (Akt: Çetingöz, 1990: 14). Tüm insanlarda olduğu gibi DS tanılı bireylerde de bu olumlu niteliklerin yanında olumsuz özellikleri de vardır. En karakteristik olumsuz huyları aşırı düzeyde inatçı olmalarıdır. Herhangi bir şeyi yapmakta veya yapmamakta inat ederlerse asla gösterdikleri inatçı tavırdan vazgeçmezler. İnatçılık dışında dikkat dağınıklığı, unutkanlık ve kendini tam olarak ifade edememenin sonucunda oluşan sinirlilik ve hırçnılık bilinen belirgin kişilik özellikleridir (Akt: Yüksel, 2016: 131).

#### 1.2.3.4. Duygusal ve Sosyal Özellikleri

Bireylerin çevrelerindeki insanlarla ilişkileri ve bu ilişkileri sürdürebilmeleri, sosyalleşmeleri yaşam boyu devam eden bir süreçtir. Bu süreçte çocukların bilişsel ve dil gelişimleri devam ederken sosyal davranışları da gelişmekte, aile bireyleri ve diğer insanlarla etkileşimi öğrenmektedirler, böylelikle belli bir grubun üyesi olma bilincini, grubun diğer üyelerinin değerlerini, davranışlarını ve inançlarını kazanmaktadırlar. Çocuklar bu sosyal etkileşimi dinleyerek, konuşarak, oyun oynayarak başkalarının değerlerini, duygu ve düşüncelerini anlamayı aşamalı olarak öğrenmektedirler (Akt: Ege ve Erdem, 2011: 24).

DS tanılı bebeklerin duygusal gelişimlerini belirlemede, anne ile kurdukları göz teması ölçüm olarak belirlenmiştir. Bebeklikten sonraki dönemlerde, bu çocukların dışa dönük ve aktif oldukları, insanlarla beraber vakit geçirmekten hoşlandıkları gözlenmiştir. Dışarı çıkmaktan, diğer çocuklarla birlikte eğitime devam etmekten, oyun oynamaktan, aile veya arkadaşla sohbet etmekten, aile ile birlikte yemek yemekten zevk aldıkları görülmüştür. Tüm bu nedenlerden dolayı yalnız kalmaktan hoşlanmazlar (Çetingöz, 1990: 13). DS tanılı bireylerin de tıpkı herkes gibi benzersiz kişilikleri ve ilgi alanları vardır. İsterlerse spor takımlarında olabilir, sanat yapabilir, enstrüman çalabilir ve okuldaki kulüplere katılabilirler. Normal gelişim gösteren bireyler gibi eğlenmek ve yeni arkadaşlar edinmek isterler (<https://www.ndss.org/about-down-syndrome/down-syndrome-facts/> 28/01/2019).

DS’li bireylerin duygusal ve sosyal gelişimleri, bilişsel gelişimlerinden iki üç yıl kadar daha ileridedir. Antalova (1978), 105 kişilik DS çocukla yaptığı çalışmada, Stanford-Binet Zekâ Testi ile Vineland Sosyal Olgunluk Ölçeği’nin sonuçlarına baktığında sosyal olgunluk düzeyinin, zihinsel olgunluk düzeyinden daha ileride olduğunu tespit etmiştir. Yapılan çalışmalarda DS’li çocuğun sosyal ve duygusal gelişiminin aile tutumu ile anlamlı bir ilişki gösterdiği görülmüştür. Ratekin (1993), 191 tane DS çocukla yaptığı çalışmada, ebeveyn davranışlarının çocukların duygusal yaşantılarına etkisini, 388 kişilik normal gelişim gösteren çocuklarla karşılaştırarak tespit etmeye çalışmıştır. Anne babalara “Aile Tutum Ölçeği” uygulanmış ve sonuçta ailelerin olumlu tutum ve davranışlarının DS tanılı çocukların duygusal gelişimlerine olumlu yönde katkı sağladığı görülmüştür (Yüksel, 2016: 131).

#### 1.2.4. Down Sendromlu Bireylerin Gelişimsel Özellikleri

Her insan, anne rahmine düştüğü andan itibaren yani doğum öncesi dönemden başlayarak büyür ve gelişir. Büyüme, bir insanın boyunun uzaması, uzuvlarının uzaması ve beyninin ağırlaşması gibi bedeninin, uzuvlarının ve iç organlarının hem boy hem ağırlık yönünden artışının ifadesidir. Gelişme ise, bir insanın doğum öncesinden başlayıp ölümüne kadar geçirdiği bedensel, zihinsel, duygusal, sosyal, ahlaki bütün gelişme ve değişimler ile cinsiyet gelişimi bakımından geçirdiği bütün değişimleri içine almaktadır. Bireyin gelişmesi, genetik miras yani kalıtım ve çevrenin etkileşimi içinde gerçekleşir. Bu büyüme ve gelişme tanımlarına göre; her çocuk, daha anne karnından başlayarak, hem büyür hem de gelişir. Çocukların büyüüp geliştiği ortamın merkezinde anne- baba vardır. Ailenin diğer üyeleri ile yakın akraba, komşu ve dost çevresi de büyüme ve gelişme ortamına katkı sağlayan diğer unsurlardır. Çocuk, içinde bulunduğu bu çevrede kendi mizacı ve biyolojisi ile yoğrulur, harmanlanır. Doğum öncesi dönemden başlayarak insanın gelişim süreci; zihinsel ve duygusal anlamda kişinin aktif halde olduğu, deneyimlerin bir anlam taşıdığı, dinamik bir süreçtir. Kişinin anne ve babasından aktarılan biyolojik özellikleri, tecrübe ettiği deneyimlerine verdiği cevapları etkiler ancak buna karşılık biyolojisi de tecrübelerinden etkilenir. Hayatta tecrübe edilen her şey gelişimi etkilemektedir buna dayanarak gelişimin hayat boyunca devam ettiği söylenebilir. Gelişim ve değişim, sadece temel biyolojik, psikolojik ve sosyolojik değişkenlerle açıklanamaz. Bunların haricinde, kişisel farklılıkların da dikkate alınması gerekmektedir (Sayar ve Bağlan, 2019: 23-24).

##### 1.2.4.1. Bilişsel Gelişim

Gelişimi etkileyen iki faktörden birisi kalıtım diğeri ise deneyimdir. Kalıtım; insanın doğuştan sahip olduğu ve ebeveynlerinden bireye aktarılan genetik kodlamadır. Kalıtım, bireyin bilişsel gelişiminde değişikliklerin ne zaman olacağını belirleyen bir saat gibidir. Ancak bu programın işleyebilmesi için dış dünyadan edinilecek deneyimlere ihtiyaç vardır. Zihinsel yetersizliği olan bireylerdeki gelişimsel gecikme “yavaş bir saat” olarak düşünülebilir. Bu durumda yapılabilecek olan en doğru davranış, gelişimdeki gecikmeyi en aza indirmek için özel uyarıcılar kullanmak ve bol motivasyonla çocuğu teşvik etmektir. Böylece yavaş olan gelişim

sürecinde potansiyelinin çok daha üzerinde birçok kazanıma ulaşmış bireyler yetiştirilir (Akt: Çetingöz, 1990: 5).

DS'li bebeklerin bilişsel gelişimi, normal gelişim gösteren çocuklarla aynı sırayı izlemesine karşın, gelişimsel hızları yaşlılarına göre daha yavaş ve gecikmeli olmaktadır. Bu durum kimi çocukta daha az iken kimi çocukta çok ağır bir tabloyla karşılaşılabilmektedir. Yeni doğduğunda beslenme bozukluğu, tiroid veya büyüme hormonu azlığı, ağır kalp sorunları vb. problemler söz konusu olan DS tanılı bebeğin fiziksel gelişimi de beklenenden daha yavaş olmaktadır. Bu yavaş büyüme, çocuğun gelişimsel sürecindeki kazanımlarını da olumsuz yönde etkilemektedir (<https://www.zicev.org.tr/down-sendromlu-cocuklarin-gelisimsel-ozelliklerimakale-1> 27/05/2024).

#### **1.2.4.2. Dil Gelişimi**

Konuşma, birçok kasın işlev gördüğü koordine bir beceridir. Bebekler konuşma becerisini kazanmak için gerekli olan kaslarını çalıştırmayı yaşamlarının ilk yıllarında emme, içme ve çiğneme yoluyla öğrenirler. DS bebekler için aynı süreç daha zorlayıcıdır çünkü vücutlarındaki gevşek kasları harekete geçirmeleri ve çalıştırmaları daha uzun zamanda gerçekleşmektedir. DS'li bireyler aslında iletişim konusunda oldukça yeteneklidirler, muhatabıyla rahat iletişim kurarlar, jest ve mimikleriyle kendilerini ifade edebilirler. Alıcı dil gelişimleri (kendine söylenenleri anlama), ifade edici dil gelişim düzeyinden (bağımsız konuşabilme) daha iyi bir seviyededir. Konuşmayı görsel olarak öğrenmeleri iletişim açısından onlara hız kazandıracaktır. Bir yaşından itibaren nesnelerin resimleri gösterilerek isimlerinin öğretilmeye başlanması ileriki süreçte kolaylık sağlayacaktır. Hepsinde olmasa bile birçoğunda normal gelişim gösteren bireylere göre konuşmalarının zor anlaşılması yaşam boyu devam etmektedir. Anlatımlarının sık sık teşvik ve tasdik edilmesini beklerler. Genelde anlaşılır kelimeler üç yaşından sonra çıkar ama bu sürece kadar çocuk anlatmak istediklerini beden diliyle ifade eder. Çocuğun beden diline tepkisiz kalmak, yapılmaması gereken bir yanıştır çünkü onun iletişim için çabasından vazgeçmesine neden olabilir. Konuşma ve dil terapisi almaları önemlidir (<https://www.downturkiye.org/icerik/bilgi/135-down-sendromu-ve-dil-gelisimi> 18/10/2023; Bilginer, 2002: 170-171).

Normal gelişim gösteren çocuklar, ikinci yılın sonuna doğru kelimelerin birbiri ile olan ilişkilerini anlamaya başlarken, bu süreç DS'li çocuklarda gecikmektedir. Normal gelişen bebeklerde 3.-4. aylarda çıkardıkları sesler artmakta daha sonra ilgisini konuşmaktan çok çevresine ve konuşulanlara çevirdiği için çıkardığı seslerde azalma görülmektedir. DS'li bebekler daha geç olarak ses çıkarmaya başlamakta, çevrede konuşulanları dinlemediği ve dikkat etmediği için çıkardığı seslerde diğerlerindeki gibi azalma olmamakta, bu azalma daha sonra görülmektedir. Kas gevşekliği çocuğun konuşma becerilerini de etkileyebilmektedir. Konuşmada ve yemek yemede aynı kaslar (yüz, ağız, omuz ve gövde kasları) kullanıldığı için kaslardaki hipotoni kelimelerin şekillendirilmesini zorlaştırmaktadır (<https://www.zicev.org.tr/down-sendromlu-cocuklarin-gelisimsel-ozelliklerimakale-1> 27/05/2024).

#### **1.2.4.3. Motor Gelişimi**

DS'li çocuklarla normal gelişim gösteren çocuklar arasındaki en belirgin gelişimsel fark, gelişimdeki hız ve düzeydir. Aynı gelişim basamakları farklı hızla ve düzeylerde olmaktadır. Örneğin kaba motor gelişimindeki beceriler; oturma, emekleme, ayakta durma ve yürüme gibi aşamalar DS'li çocuklar için daha uzun süreçlerde kazanılmaktadır. Motor gelişim diğer bütün gelişim alanlarını önemli düzeyde etkilediği için önemle üzerinde durulması gereken gelişim alanıdır (Şen, 2008: 17).

DS tanılı çocuklarda motor gelişimini etkileyen iki önemli belirti vardır. Birincisi düşük kas tonusudur (kasların gerilimleri düşüktür, yumuşak hissedilir), ikincisi ise eklem bağlarındaki gevşeklilik (hipermobilite, eklem hareketi normal sınırının ilerisinde olur). Bu iki özellik genetik olarak belirlenmiştir ve DS'li çocuklarda farklı derecelerde bulunur. Eklemlerdeki gevşeklilik ve düşük kas tonusu, eklemlerin çevresindeki kaslarda yetersiz kasılmaya neden olur (kontraksiyon azlığı) ve hareketlerde güçsüzlük olarak kendini gösterir. Yerçekimine karşı hareketleri başlatma ve sürdürme zorluğuna neden olur. Hareketler konusunda DS tanılı çocuklar, daha az deney yaparlar ve oturma, emekleme, yürüme gibi gelişim basamaklarına daha geç ulaşırlar (<https://www.downturkiye.org/icerik/bilgi/115-down-sendromu-ve-fizyoterapi> 26/10/2023).

#### 1.2.4.4. Psikolojik Gelişimi

DS'li bireyler sevgi ve sevgisizlik gibi kendilerine yansıyan duyguları dolaysız bir biçimde algılamaktadırlar. Olumsuz duyguların üstesinden gelebilecek veya onları tolere edebilecek savunma mekanizmalarını geliştiremedikleri için bu duygu hallerinden daha fazla etkilenmektedirler (Meşe, 2013: 855).

Mutlu, eğlenceli, sevgi dolu ve oldukça sosyal bir yapıya sahiptirler. İletişime açık, dışa dönük olmaları nedeniyle diğer özel gereksinimli çocuklara sahip ebeveynlere kıyasla DS tanımlı çocuklara sahip aileler çocuklarını pozitif kişilik özellikleriyle nitelendirmektedirler (Akt: Ş. Aydın, 2016: 12-13).

#### 1.2.4.5. Dini Gelişimi

Literatür taraması sırasında DS'li bireylerin dini gelişimleriyle ilgili bir bilgiye maalesef ulaşılammıştır. Ancak Gören (2015) tarafından DS'li bireyler ile yapılan doktora tezinde onların da manevi ihtiyaçlarının olduğu ve bu gereksinimlerine yönelik doğru uygulamalarla destek hizmet verilebileceğine dair bir model önerisi oluşturulmuştur.

I. Uluslararası Engellilik ve Din Sempozyumu'nda "Zihinsel Engelli Bireylerde Allah Algısı" başlıklı bildirisinde Demirkan, zihinsel yetersizliği olan bireylerde de Allah algısının varlığını, merhametli bir Tanrı tahayyüllerinin olduğunu belirtmiştir. Demirkan, yaptığı nitel çalışmada zihinsel yetersizliği olan bireylerin de Allah'a sevgiyle bağlı oldukları, cennet cehennem tahayyüllerine bakıldığında bireylerin Kohlberg'in ahlak yasasının gelenek öncesi dönemde oldukları, dinin inanç boyutu açısından her ne kadar iyi olsalar da ibadet boyutu bakımından dini ritüelleri yerine getiremedikleri sonucuna ulaşmıştır (2016: 387-402).

Çalışmamızın, DS'li bireylerin dini/manevi gelişimlerine yönelik yapılacak diğer çalışmalara naçizane ufuk açıcı olacak nitelikte olması temennimizdir.

### 1.3. MANEVİ İYİ OLUŞ

Çalışmamızın bu bölümünde öncelikle maneviyat ve manevi iyi oluş, ardından alt başlıklarda manevi danışmanlık, DS'li bireylerin ve annelerinin hayatında din ve maneviyatın rolü ile ilgili konular üzerinde durulacaktır.

### 1.3.1. Maneviyat ve Manevi İyi Oluş

Manevi iyi oluş kavramı, içerik bakımından maneviyat kavramının bir açılımı olma niteliği taşımaktadır. Bu sebeple maneviyat kavramının açıklanması, manevi iyi oluşun tanımlanması açısından önem arz etmektedir.

İnsanın özünde kutsala karşı hassas bir duyarlılık ve reflektif bir duygu yer alır. İnsan için, kutsalı diğer her şeyden farklı kılan fitri bir yapılanma vardır. Bu nedenle insan, kutsalla karşılaştığında herhangi bir iradi çaba sarf etmeden duygusal bir etki- tepki içinde kendini bulur (Çevik, 1997: 19).

Bireyin kutsala dair manevi ve benötesi boyutları konusunda çalışmalara öncülük eden Jung'dur ardından Rogers, Maslow, Fromm insanın aşkın boyutuna yönelik çalışmalar yapmışlardır (Akt: Özdoğan, 2009: 25). Jung, bireyin karşılaştığı zor durumlarla baş edebilmesi için aslına dönmesi gerektiğini ifade eder. Jung'a göre insanın aslına dönmesi de manevi dünyasına yönelmesiyle olur. Sadece aklını rehber edinirse o zaman nevroza yenik düşer, din insana destek verir. Jung, dini ritüel, dua ve ibadet gibi dini pratiklerin düzenleyici ve psikoterapik etkilerine dayanarak bireyi hem iç hem de dış tehlikelere karşı koruduğuna inanır (Bahadır, 2007: 104-117).

İnsanoğlu için din ya da kutsal olan her şey; bireyin tüm var oluş boyutlarıyla dengeyi kurarak sağlıklı bir yaşam biçimi oluşturabilmek adına hayatında karşılaştığı olumlu ya da olumsuz her anında uygulayabileceği referanslar sunmaktadır (Usta, 2009: 76). Maneviyat, bireyin varoluşunun anlamını açıklar. Bu bağlamda bireyin yaşamının anlamını ve amacını yakaladığı yer, onun manevi alanını oluşturur. Kişinin manevi alanı, inanılan aşkın varlık ile kurulan ilişki olabileceği gibi, sanat, müzik, doğa veya sosyal bağları da manevi alanını oluşturabilir (Tuncay, 2007: 14).

Batılı kaynaklarda maneviyat kavramı, "spiritualite" olarak karşılık bulmakta ve farklı anlamlarla birlikte daha çok kişiye özel ve ruhsal biçimde, kutsal ile olan tecrübeleri ifade etmek için kullanılmaktadır (Nelson, 2009: 8). "Booth maneviyatı, enerji, yaratıcı çözüm, yaşam için güç kaynağı olan içsel bir tutum olarak tanımlarken; Chandler, Holden ve Kolander manevi deneyimi, bir insanın önceki anlayışını aşan, sevgi ve daha yüksek bir bilgiyle sonuçlanan bir yaşantı olarak nitelendirmişlerdir. Hinterkopf ise manevi deneyimin yaşamın aşkın boyutlarını

anlamamızı sağladığı ve bizi yeni anlamlara ve olgunluğa ulaştırdığı kanaatindedir. Danışmanlıkta Manevi, Ahlaki ve Dini Değerler Derneği'nin 1995 yılında gerçekleştirdiği toplantıda maneviyat, tanımlanmaktan çok betimlenmiştir: 'Maneviyat yaşamsal ve cesaret veren bir enerjidir. Bütün insanların içsel ve özgün olarak ortaya koyduğu kapasite ve yönelimdir. Bu manevi yönelim bireyi, bilgiye, sevgiye, anlama, umuda, aşkınlığa, bağlanmaya ve şefkate ulaştırır. Maneviyat bir insanın değer sisteminin gelişme kapasitesini, büyüme ve yaratıcılık potansiyelini içerir. Maneviyat, din, ruh ve kişilik ötesini içine alır.' Her insan, yaşama devam etme enerjisine ve gücüne hayatın belli dönemlerinde daha fazla ihtiyaç duyabilir. Özellikle hayatta karşılaşılan bazı sıkıntı ve sorunlar, insanların daha fazla manevi bakıma ihtiyaç duydukları anlar haline gelebilmektedir." (Özdoğan, 2016: 187-188).

Kutsala inanma, aşkın olana bağlanma, iç huzuru, teslimiyet ve güven, sevgi, bağışlama ve kabul bireyin manevi dünyasını oluşturan dinamiklerdir. Maneviyat tüm bireylerin doğuştan sahip oldukları, hayatın her alanında huzur, cesaret ve güven tesis eden içsel bir enerjidir. İnsanın maneviyatı yüksekse, sorunlarla baş edebilme, problemlere çözüm üretebilme, başarma motivasyonu da yüksektir. Bu motivasyonla birey, huzur dolu bir yaşam sürdürebilecektir (Cebeci, 2016: 60; Çubukçu, 2020: 21). "İnsan özünün bir parçası olarak kabul ettiğimiz maneviyat, bireyin doğasının da tamamlayıcı bir karakteridir. İnsanı maneviyattan soyutlayarak düşünmemiz mümkün değildir. Maneviyat fert ve toplumu maddi imkânlarının da üzerine çıkarır. Maneviyat insan ve toplum hayatı için bitmez tükenmez bir kuvvet kaynağıdır." (Akt: Esendir, 2016: 10).

Literatür incelemesi sonucunda maneviyatın; "Tüm insanların doğuştan getirdikleri bir yetenek, yaratıcı ve bütünleştirici bir enerji, ruhun bir tezahürü, bireyin kendisinden daha büyük olan yaratıcı bir güç ile birlikte olma isteği, hem varoluşçuluğun hem de dinin temeli olan içsel bir enerji kaynağı olduğu, kurumsallaşmış bir inanç sistemine bağlı olmadığı, yaşamdaki anlam, amaç, kendini arama, kendini aşma, kişisel dönüşüm ve ritüelleri kapsadığı ya da aşkınlıkla yani nihai ve kutsal bir gerçekle olan karşılaşmayı içerebileceği" (Hoshi, 2008: 28) şeklinde genel özelliklerinin belirlendiği görülmektedir.

“Maneviyatın özgün bir ifadesi olan manevi iyi-oluş, Tanrı'nın insanlara yönelik zarif çağrısına, insanların kendi yeterliliklerine göre karşılık vermesi ya da kutsalın öznel bir deneyimi olarak açıklanmaktadır.” (Tan ve Yıldız, 2022: 455).

Din/maneviyat, bireyde bulunan tüm boyutlarına yönelik iyi oluşunda göz ardı edilemeyecek kadar etkili bir unsurdur. Manevi iyi oluş hali, bireye kendisiyle, insanlarla, tabiatla, anlamlı ilişkiler geliştirmesi ve bunu sürdürmesi için deneyim alanı sunmaktadır. Söz konusu bu deneyim alanı yani manevi iyi oluşu, birey için bir kolaylıktır ve bireyin düşünce dünyasının tutarlı ve ruhunun sağlıklı olmasına yardımcı olur. Son yıllardaki çalışmalar, bireyin manevi iyi oluş alanının onun hayatındaki yapıcı potansiyelini kabul etmektedir (Utsch, 2008: 169-180). Manevi iyi oluş; bireyi, toplumu, akli, bütüncül sağlığı, zihni ve bedenini etkileşim halinde birbirine bağlayan ve birbirlerini destekleyen, hem psikososyal boyutu hem de dini boyutu bütünleştirmeyi hedefleyen birleştirici bir güç olarak ifade edilmektedir (Coppola vd., 2021: 2).

Fisher tarafından yapılan çalışmada; manevi iyi oluş alanlarından bahsedilmektedir. Bu alanlar birbirleriyle etkileşim halindedirler, bu etkileşim sonucunda manevi iyi oluş gelişir ve bireyin yaşamına pozitif anlamda güçlü bir destek sağlar. Söz konusu alanlar arasındaki etkileşimi; ilerleyici sinerji kavramı ile ifade etmektedir. İlerleyici sinerji yaklaşımına göre *kişisel alandaki*; anlam, amaç, değerler, sevgi, öz şefkat ve öz farkındalık gibi unsurlar, toplumsal alanı etkilemekte ve yapılandırmaktadır. Kişisel alanın inşa ettiği *toplumsal alandaki*; ahlak, kültür, din, derin kişisel ilişkiler, benlik ve affetme gibi unsurlar da çevresel alana tesir etmektedir. Toplumsal alanın etkisiyle oluşan *çevresel alandaki*; ilgi, din, yönetim, tabiatla bağlantı/iletişim, huşu ve merak duygusu gibi unsurlar *evrensel alanı* inşa etmektedir. Aynı zamanda bu alan, yine evrensel alandaki; aşkın olan kozmik güç ile yani Tanrı ile olan sonsuz ilişkiyi oluşturmaktadır. Bu etkileşimler ve sinerji doğru kurulamadığında ise kişiler holistik anlamda iyi oluştan ya da sağlıktan yoksun kalmakta ve psikolojik rahatsızlıklar yaşamaktadırlar. Her bir alandaki etkileşimin kalitesi, koşullara, çabaya, bireyin dünya görüşüne bağlı olarak yüksekte düşüğe doğru inebilmekte hatta kimi zaman da yok olabilmektedir (1998: 23-25).

Manevi iyi oluş kavramı ile ilgili yapılan tüm bu açıklamalar neticesinde manevi iyi oluş, insanın yaşamının bütün yönlerini kapsayan bir “iyi oluş” halini ifade etmektedir. Ancak bu hal içinde insan, kendi benliği, toplum, evren ve Yaratıcı ile üst bir iletişime geçmekte ve bu iletişimin kutsal karakterini kendi özünde hissetmektedir. Bireyin; kendisini, evreni ve aşkın bir güç olarak kabul ettiği yaratıcısını tanıma isteği ve bilincinde gerçekleştirdiği bu tanımlamalar sonucunda onlarla kurduğu ilişki, onun varoluşunu yapılandırmakta ve varoluşuna dair hissettiği duygularını derinden etkilemektedir. Yani insanın bu evrendeki hayat yolculuğunu, tüm bu derinden hissettiği duyguları yönlendirmekte ve onu belirli bir istikamete ulaştırmaktadır. Bu yolculuk sürecinde evrilen, gelişen ve değişen insan, bir taraftan yaşamını bu duyguları ile anlamlandırırken, diğer taraftan karşılaştığı güçlüklerle baş edebilme azmini de bu duygularından almaktadır. Bireyin bu anlamlandırma ve zorluklarla mücadele edebilme yeteneği onun manevi iyi oluş düzeyini belirlemekte, böylelikle bu becerisi ile sağladığı “iyi oluş” duygusuna da manevi iyi oluş denilebilmektedir (Tan, 2023: 26-27).

Maneviyat ve onunla ilişkili olan manevi iyi oluş açıklanırken, sınırları çizilmeye çalışılırken din bir şekilde referans noktası durumundadır. Bu durum dinin maneviyatla derin bir bağa sahip olduğunu göstermektedir. Söz konusu bu münasebet sebebiyle, çalışmamız maneviyatın ve manevi iyi oluşun dinden tamamen ayrı bir konumda olmadığı ön kabulüne sahiptir.

### **1.3.2. Manevi Danışmanlık**

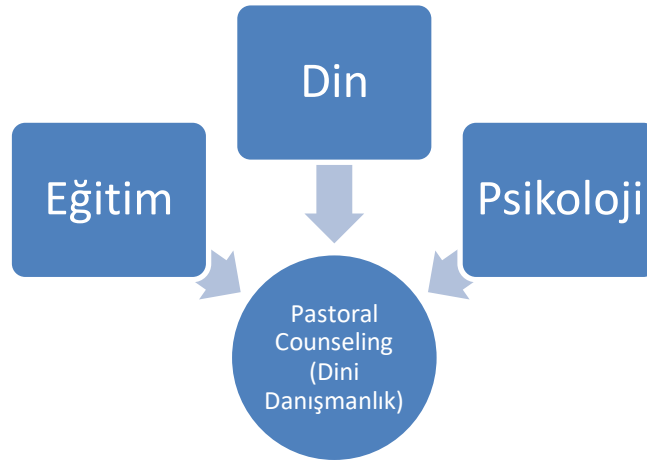
Manevi danışmanlık, dini olanı da kapsayan ancak tümüyle bununla sınırlı kalmayan ve insanın anlam, inanç ve varoluşsal gayeye ilişkin yönünü içeren bir süreç olarak ifade edilebilir. Bu anlamda manevi danışmanlık hastalığın ve sağlığın fiziksel, psikolojik, sosyal boyutunun yanında manevi boyutunun da olduğu temel varsayımından hareket eder. Manevi danışmanlık insanın manevi yönüyle ilgili sorunların giderilmesi, moral ve motivasyonunun korunması, iyi oluşunun artırılması, başa çıkma süreçlerinin desteklenmesini hedefler (Ayten, 2020: 139).

Manevi danışmanlıkta bireyin yaşamında aşkınlığa işaret eden danışman tarafından yürütülüyor olması; danışma konularının nihai anlam ve konular

bağlamında ele alınması; danışmanlık konularının diğer danışmanlık konularından daha geniş kapsamlı içerikte olması; dinî ve kültürel değerlerden ve sembollerden istifade edilmesi, manevi danışmanlığı diğer danışmanlıklardan ayıran başlıca faktörlerdir (Ok, 2015: 115). Manevi danışmanlık bütünüyle bir psikoterapi süreci değildir. Psikiyatrik muayene, tanı ve tedavi de asla değildir. Bu manada manevi danışmanlık, din ve psikoloji arasında duran bir uygulama alanıdır. Referanslarından dinden alan ancak psikoterapi yöntem ve ilkelerinden de faydalanan bir uygulama alanıdır. Bu münasebetle, manevi danışmanlık; eğitim, din, psikoloji karışımı bir danışmanlık olup, bu üç alanın kesişiminde yer almaktadır (Şirin, 2014: 38).

Özellikle Avrupa ve Amerika'da fiziksel ve ruhsal sağlıkla ilgili yapılan çalışmalarda din/maneviyat konuları üzerinde önemle durulmuştur. Başta Amerika olmak üzere Hristiyan toplumlarda yapılan araştırmalarda, çok ağır sağlık sorunları olan hastaların neredeyse % 80'inin dine ve inanca ihtiyaç duydukları, dinden ve maneviyattan yardım ve destek istedikleri, sorunlarıyla başa çıkmaya çalışırken dini ve manevi bir perspektif kullanmaya çalıştıkları görülmektedir (Yapıcı, 2013: 2-4).

Birey anlamını kaybettiği sıkıntılı durumlarla (ailevi sorunlar, ekonomik sorunlar, sağlık sorunları, duygusal kayıplar vb.), kendi kendine başa çıkamazsa harici destek arar. Bu bazen bir yakını bazen de profesyonel bir uzman olabilir. Bu anlam arayışı sürecinde bireyin önemli destekçilerinden biri de manevi/dini değerler olacaktır. Bu durumdaki bireylere (hastalara, hasta yakınlarına, yaşlılara, mahkûmlara, engellilere vb.), manevi referansların anlam kazandırıcı, teselli edici, hayatı dönüştürücü ve olgunlaştırıcı unsurları ile destek olunması yararlı olabilecektir. Bu nedenle bu tür destekleri içeren dini/manevi danışmanlık hizmetleri önemlidir. Bu hizmetlerin olumlu sonuçlar doğurduğuna dair İslam dünyasından ve Batı'dan pek çok örnek vardır. Bu danışmanlık sürecinde, kişinin sorununun çözümü, hayat kalitesi ve iyi oluşunun desteklenmesi yanında, olumsuz dini başa çıkma sürecinin olumluya çevrilmesi ile dini gelişimi ve yanlış dindarlık anlayışına dair sorunlarının giderilmesi de ilave kazanım olacaktır (Ayten, 2020: 141).



Şekil 1.3. Dini danışmanlığın diğer disiplinlerle ilişkisi (Şirin, 2014: 63).

“Dini danışmanlık genel olarak din ile psikolojik danışmanlık yöntemlerinin harmonisinden oluşan; mümessil din adamları tarafından nihai anlam ve konular bağlamında sorun yaşayan insanlara yönelik (ruh sağlığı sorunları vb.) iyileştirme; (engelli vb. kişileri) destekleme; (iş bulma vb. konularda) rehberlik etme; (büyüyüp gelişmede) bakımda bulunma ve (evlilik gibi sorunlarda) uzlaştırma şeklindeki yardım etme davranışlarını içermektedir.” (Akt: Şirin, 2014: 60).

Manevi danışmanlığın temelinde hedef kitlenin halinden anlama, onlarla duygu paylaşımında bulunma, başa çıkma süreçlerini destekleme ve onlara rehberlik etme söz konusudur. Hedef kitlenin anlam ve inanç dünyalarına yönelik farkındalık oluşturma amacına hizmet eden rehberlik faaliyetleri uygulanır (Ayten, 2020: 144).

İnsanla ilgili yapılan çalışmalarda insanı duygu, düşünce, davranış ve inançlarıyla ele alan bütüncül bir yaklaşımla değerlendirmek gerekmektedir. İnsanın manevi boyutundaki yani önem, anlam ve inanç dünyasındaki yaşadığı zorlukların üstesinden gelmesine yardımcı olmak için de manevi bakım, manevi danışmanlık ve rehberlik birbirleri ile ayrılmaz bir bütün halinde oldukça önemlidir. Dünya genelinde ve ülkemizde yapılan çalışmalardan elde edilen bulgular ışığında ruhsal sağlık ve din/maneviyat ilişkisinin güçlü olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Bu sebeple özellikle batı dünyasında dezavantajlı gruplara manevi bakım, dini/manevi danışmanlık ve manevi rehberlik kapsamında sosyal hizmet standardında uygulamalar yapılmaktadır. Son yıllarda ülkemizde de bu yöndeki çalışmaların sayısı artmaktadır. Bu çalışmalarda, manevi bakım, daha çok sağlıkla ilgili; manevi

rehberlik daha çok bilgi aktarımı; manevi danışmanlık ise genel kabul görmüş hepsini kapsayan şemsiye bir kavram olarak kendini göstermektedir. Bu nedenle çalışmamızda DS tanılı bireyler ve anneleri ile gerçekleştirilen uygulamada manevi danışmanlıktan faydalanılmıştır.

### 1.3.3. Özel Gereksinimi Olan Bireylere Yönelik Manevi Danışmanlık

Allah insanları ırkları, cinsiyetleri, malları, fizyolojik yapıları, gelişimsel farklılığa sahip veya sağlıklı oluşlarına göre değerlendirmez. Yaratıcı, insanları iman, ibadet, salih amel, güzel ahlak, takva veya inkâr, şirk, zulüm, isyan, kötü davranışları ile değerlendirir (İ. Karagöz, 2008: 11). İnsanı evrende değerli kılan ve yücelten manevi değerlerdir. İslam, insanlar arasında ırk, renk, cinsiyet, bedeni, akli ve zihni farklılıkları, üstünlük vesilesi olmaktan çıkarmaktadır. Kuran-ı Kerim, tüm insanlığın tek bir nefesten veya candan (nefes alan candan) yaratıldığının altını çizerek<sup>5</sup>, insanların aynı köke mensup olduğunu ve insanlara engel teşkil eden özel durumlarından/rahatsızlıklarından dolayı ayrımcılık yapmanın bu bağlamda hem fitrata (yaratılış maksadına) hem de sosyal birliğe ters olduğunu vurgulamaktadır. İslam'da cinsiyet, etnik köken, sağlık ve sosyal statü gibi dışa yansıyan özellikler, üstünlük aracı değildir (Musayev, 2016: 34; Seyyar, 2015a: 11).

“İslam dinine göre bütün insanlar Allah'ın kullarıdır. İnsanın varlık sebebi Yüce Allah'ın hikmetine matuftur. Bu yüzden her insan Allah'ın iradesidir. Allah'ın iradesi olan her insan ise Allah katında son derece değerlidir. Bunun sebebi; Allah'ın kendi ruhundan ona üflemesi<sup>6</sup>, âdemoğullarına değer vermesi<sup>7</sup>, meleklerin kendisine secde etmesi<sup>8</sup>, yeryüzünün halifesi kılınması<sup>9</sup>, âlemden ne varsa onun emrine amade edilmesi<sup>10</sup> olarak gösterilebilir. Yüce Allah aynı zamanda insanları en güzel şekilde yaratmıştır. “Biz insanı elbette en güzel biçimde yarattık.”<sup>11</sup>, “Gökleri ve yeri gerektiği gibi yaratmıştır. Size şekil vermiş ve şeklinizi güzel yapmıştır. Dönüş

<sup>5</sup> Nisâ, 4/1.

<sup>6</sup> Secde, 32/9; Sâd, 38/72.

<sup>7</sup> İsrâ, 17/70.

<sup>8</sup> Bakara, 2/34.

<sup>9</sup> Bakara, 2/30.

<sup>10</sup> Câsiye, 45/13.

<sup>11</sup> Tîn, 95/4.

O'nadır."<sup>12</sup>, "O Allah yarattığı her şeyi güzel yapandır."<sup>13</sup> Yüce Allah'ın adaleti hiç kimsenin hemcinslerine karşı fiziki üstünlük iddia etmesine razı olmaz. Zaten yüce Allah, üstünlük kıstasını da net bir şekilde belirtmiştir: "Gevşemeyin, üzülmeyin, inanmışsanız mutlaka siz en üstünsünüzdür."<sup>14</sup> Sizin Allah katında en şerefli/üstünüzdür O'ndan en çok sakınanınızdır."<sup>15</sup> Hz. Peygamber de şunu hatırlatmaktadır; "Allah sizin ne dış görünüşlerinize ne de mallarınıza bakar. O sadece sizin kalplerinize ve amellerinize bakar." İslam dinine göre, her hak kutsaldır ve dokunulmazdır. Bütün insanlar haklar bağlamında eşittirler. Fakat iman ve amellere göre Allah katında ve ahiretteki mertebeleri değişiktir. "İman edip de hicret edenler ve Allah yolunda mallarıyla, canlarıyla cihad edenler, rütbe bakımından Allah katında daha üstündürler. Kurtuluşa erenler de işte onlardır."<sup>16</sup>, "Kitap ehlinden ve ortak koşanlardan inkâr edenler, şüphesiz içinde temelli kalacakları cehennem ateşindedirler. İşte bunlar, yaratıkların en kötüsüdürler. İnanıp yararlı iş işleyenler, işte onlar da, yaratıkların en iyileridirler."<sup>17</sup> Allah katında değersiz insan, iman esaslarına inanmayan, yararlı eylem ve davranışlarda bulunmayan, hakikatlere kör, sağır, dilsiz kesilen ve dolayısıyla manen engelli olan insandır. Nitekim Yüce Allah "Şüphesiz Allah katında yeryüzünde yaşayanların en kötüsü, inkâr edenlerdir."<sup>18</sup> buyurmaktadır. Peygamberlerin son halkası âlemlere rahmet olarak gönderilen Hz. Muhammed döneminde engelliler sosyal hayatın içinde fiili olarak yer almışlar, hiçbir zaman da hukuki alanda ezilmemişlerdir." (Akay, 2010: 29-32).

"İnsan hakları, tüm insanların hak ve saygınlık açısından eşit ve özgür olarak doğduğu anlayışına dayanır. İrk, din, dil ve cinsiyet ayrımı gözetmeksizin tüm insanların yararlanabileceği haklardır. Hz. Muhammed insan haklarının herkes için oluşunu, önemini ve dokunulmazlığını Veda Hutbesi'nde şöyle haykırmişti: "Ey insanlar! Rabbiniz birdir. Babanız da birdir. Hepiniz Âdem'in çocuklarısınız, Âdem ise topraktır. Allah katında en kıymetliniz, takvada en üstün olanınızdır..." İnsan hakları, her bireye bağımsız seçim yapma ve yeteneklerini geliştirme özgürlüğü

<sup>12</sup> Tegâbün, 64/3.

<sup>13</sup> Sâd, 38/7.

<sup>14</sup> Âli imrân, 3/139.

<sup>15</sup> Fetih, 48/13.

<sup>16</sup> Tevbe, 9/20.

<sup>17</sup> Beyyine, 98/6-7.

<sup>18</sup> Enfâl, 8/55.

sağlar. Mevlana der ki; Yâri ile hoş geçinen yârsiz kalmaz/ Müşteri ile iyi anlaşılan iflas etmez./ Ay geceden ürkmeyeği için öyle parlak kaldı./ Gül de dikenle uyduğu için o kokuyu elde etti. Bu dizelerinde Mevlana, birbirimizi anlamamızı, haklarımıza ve niteliklerimize saygı duymamızı örneklerle bizlere anlatmıştır.” (Özdoğan, 2009: 31-32). Geçmişten günümüze kadar toplumdaki özel gereksinimi olan bireyler, normal gelişim gösteren bireylere nazaran daha farklı davranışlarla karşılaşmışlardır. Bahsi geçen tavırlar; gelişimsel farklılığın tipine, nedenine ve ortaya çıkış zamanına bağlı olarak değişiklik göstermiştir. Diğer bir taraftan da özel gereksinimi olan bireylerin içinde bulunduğu toplumun gelişmişlik düzeyi, kültürel yapısı, eğitim düzeyi gibi nitelikler onların karşılaştığı tutumlar üzerinde etkili olmuştur (Akt: Karakaya, 2014: 43). Bu bağlamda özel gereksinimli bireyin yaşadığı toplumda dini/manevi değerlere gösterilen hassasiyet, onun toplumsal rolünü de etkileyecektir.

İnsan doğduğu andan itibaren etkileşim içinde olan sosyal bir varlıktır. Yaşamının ilk dönemlerinde ailesi ile ardından da çevresindeki insanlarla birlikte hayatını sürdürmek durumundadır. Bu durum aynı zamanda bireyin sosyalleşmesini ve bu yönde gelişim göstermesini de zorunlu kılar. Sosyalleşme, çocuk veya yetişkin bir bireyin içinde bulunduğu ya da bulunacağı sosyal yaşamın asgari gereklerine uygun bir hal almasını sağlayan öğrenme ve uyum süreçlerinin tümüdür. Özetle sosyalleşme, topluma entegrasyonu ifade eder. Bireyin topluma adapte olabilmesi veya sosyalleşebilmesi için de birtakım rolleri öğrenmesi, benimsemesi ve ona göre davranması gerekliliği vardır. Böylece birey, içinde yer aldığı kültürün davranış kalıplarına uygun yaşayabilecektir. Bu yaşam tarzı da onun sosyal bir varlık olduğunu göstermektedir. Aksi takdirde birey, içinde bulunduğu topluma uyum sağlayamamış ve ötekileştirilmiş olur (Kula, Mesnevideki Bedensel Engellilik, [http://www.manevibakim.com/bilim\\_alanlari/manevi\\_sosyal\\_hizmetler/makale\\_03.asp](http://www.manevibakim.com/bilim_alanlari/manevi_sosyal_hizmetler/makale_03.asp) 19/02/2018).

Özel gereksinimli bireylere karşı anlayışımızı, tutum ve davranışlarımızı İslam Dini'nde ve Hz. Muhammed'in uygulamalarındaki güzel örnekler doğrultusunda yeniden yapılandırmak, onların eğitimlerine destek olmak ve hayat standartlarının yükselmesine katkıda bulunmak insan olmamızın ve manevi yaşamımızın bir gereğidir. Bir bireyin farklı gelişim göstermesi veya özel desteğe

ihtiyaç duyması, insan hak ve hürriyetleri açısından bir engel teşkil etmez. Özel gereksinimli de olsa sağlıklı da olsa her bireyin, insan olmanın onur ve nimetini ortaklaşa paylaşması gerekir. Özel gereksinimli kimselere güçleri ve imkânları doğrultusunda sorumluluk vermek, insan haklarına saygının, hakkaniyet ve adaletin gereğidir. Bu manada özel gereksinimli bireyleri sorumluluk ve görevlerinden uzak tutmak, onlara yaşamsal ödevleri yüklememek hem hayatlarında iyi olma sürecinden hem de manevi anlamda tatmin olma duygusundan yoksun bırakmak demektir. Abese Suresi'nin ilk 10 ayeti bize bu konuda çok güzel örnek teşkil etmektedir. Peygamber'in Abdullah Ümmi Mektum ile ilgili yaşadıkları ve ayetlerin nüzul olması aslında toplumun ayrılmaz birer parçası olan özel gereksinimli bireylere dinimizin verdiği önemi ve onların da imkânları doğrultusunda dini/manevi vazifeleri ve yaşamları ile ilgili konulara önemle vurguda bulunmaktadır. İslam dini, sosyal ilişkilere ve toplumsal dayanışmaya önem veren bir dindir. Bu konuda farklı gelişim gösteren veya sağlıklı gibi bir ayrıma gitmez, her birey Allah'ın yarattığı biriciktir, özeldir ve değerlidir. Yalnız yardıma, ilgiye ve şefkate sağlıklı bireylere nispeten daha çok ihtiyaç duyan özel gereksinimli bireyler ile ilgilenmeye teşvik etmiştir. Özellikle gelişimsel farklılığı olan veya özel ihtiyaca sahip insanlarla ilişkilerimizde dikkat edilmesi gereken bazı hususlar vardır. Bunlar: (İ. Karagöz, 2008: 38-39)

**a) Özel gereksinimi olan bireylere itibar ve iltifat edilmeli:** Özel desteğe ihtiyaç duyan tüm bireylere destek olmak, iltifat etmek, itibar etmek, söz ve davranışlarla değerli olduklarını hissettirmek onların yaşamlarına pozitif anlamda katkıda bulunmayı sağlayacaktır (İ. Karagöz, 2008: 40).

**b) Özel gereksinimi olan bireyler ziyaret edilmeli hal ve hatırları sorulmalı:** “Açları doyurun, hastaları ziyaret edin.”<sup>19</sup> hadisi ilgi ve şefkate ihtiyaç duyan bireylerle ilgilenmenin, onları ziyaretin önemini açık bir dille ifade etmektedir (İ. Karagöz, 2008: 41).

**c) Her konuda yardımcı olunmalı:** Desteğe ihtiyaç duyanlarla ve hastalarla ilgilenmek İslam'da önemli yer tutar. Özel gereksinimi olan bireylere rehberlik

---

<sup>19</sup>Buhârî, Merda, 4.

etmek, yol göstermek, ihtiyaçlarını imkan dahilinde gidermek dinimizce sadaka olarak nitelendirilmiştir (İ. Karagöz, 2008: 42).

**d) Aşağılayıcı ve kırıcı söz söylenmemeli:** Özel ihtiyaca sahip bireyler, diğer bireylere oranla daha hassas ve duyarlı olurlar. Özellikle hitap ederken kırıcı ve aşağılayıcı ifadelerden kaçınmak İslami bir görevdir. Hz. Muhammed, insanları fiziksel görünüşleri veya birtakım farklılıklarıyla nitelendirmenin, hitap etmenin yanlış olduğunu bulunduğu her mecrada ifade etmiştir. Annesini dile dolayarak bir köleyi ayıplayan Ebu Zer'e, "Ya Eba Zer! Onu annesiyle mi ayıplıyorsun. Sen de hala cahiliye tavrı var. Sen cahiliye düşüncesi taşıyan bir kimsesin."<sup>20</sup> diyerek bu tavrın yanlış olduğunu belirtmiştir (İ. Karagöz, 2008: 45).

**e) Dini ve mesleki eğitim verilmeli:** Özellikle farklı gelişim gösteren bireylerin eğitimi, bir meslek sahibi yapılmaları, dini bilgilerin ve görevlerin öğretilmesi son derece önemlidir. Bu konuda hizmet veren kurumların desteklenmesi insani, dini ve sosyal bir görevdir (İ. Karagöz, 2008: 46).

**f) İş imkânı sağlanmalı:** Devletin özellikle istihdam konusunda duyarlı olması ve sosyal devlet gereği bu vazifesini yerine getirmesi gereklidir. Özel gereksinimli bireylerin sosyal güvence altına alınması, kendi ayakları üzerinde durması hem ferdi hem de toplumsal anlamda oldukça önemlidir. Hz. Peygamber, özel gereksinimli bireyleri yetenekleri doğrultusunda görevlendirmiş onları toplumdan asla ayırmamıştır. Böylece onlara çalışıp üretmenin hazzını yaşatmak, yaşamlarına katkıda bulunmak insani bir görevdir (İ. Karagöz, 2008: 48).

Şüphesiz her birey özeldir, önemlidir ve biriciktir ancak öncelikli olarak dezavantajlı bireylere yönelik rehberlik hizmetleri, bireyin kendini tanıması, yeteneklerini keşfedip geliştirmesi, içinde bulunduğu çevreyle sosyalleşmesi, topluma kazandırılması ve toplumla bütünleşmesi için önemlidir (Belen, 2016: 71).

Dini inanç, maneviyat ve değerler sağlıklı gelişim gösteren bireyler kadar özel gereksinimi olan bireyler ya da farklı sağlık problemlerine sahip olan bireyler için de sınımlanacak bir limandır. Özellikle özel gereksinimli bireyler, yalnızca kendi gelişimsel farklılıkları nedeniyle değil, belki de daha fazla toplumdaki diğer

---

<sup>20</sup> Buhârî, İmân, 22.

insanların koydukları kurallar ve yaptıkları uygulamalardan dolayı pek çok problemle yüz yüze gelmektedir. Sosyal çevrenin onlar için ördüğü bu engeller, maddi bir takım sonuçların yanında onların psiko-sosyal gelişimlerini son derece olumsuz etkilemektedir. Bu bireyler, özellikle sosyalleşme, toplumsal uyum ve kabul konusunda çevrelerinden istenilen ilgiyi görememektedir. Dolayısıyla yapılması gereken en önemli iş, öncelikle özel gereksinimi olan bireylerin sağlıklı bir şekilde toplumsallaşmasını, toplumsal kabul ve uyumunu sağlamaktır. Bunun yanı sıra dinin tüm insanlar üzerindeki olumlu desteğini daha fazla artırmak için dini ve manevi bakım ve danışmanlık hizmetlerinin kurumsal açıdan daha nitelikli ve profesyonel biçimde sürdürülmesine ve hizmet alanlarına uygun insan kaynaklarının yetiştirilmesine ihtiyaç duyulduğu belirtilmelidir (Bahçekapılı, 2016: 38).

#### **1.3.4. Down Sendromlu Bireylere Yönelik Manevi Danışmanlık**

Her insan bu dünyada farklıdır, biriciktir ve özeldir. Her bireyi, bir diğerinden ayıran özellikleri vardır. DS'li bireyler ise karakteristik özelliklere ve bireysel farklılıklara sahiptir. Bireysel farklılık; "Fiziksel yapısındaki veya davranışlarındaki farklılıklar, bireyin diğer insanlardan farklı olarak algılanmasına neden oluyorsa bu farklılığa bireysel farklılık denir." (Akt: Usta, 2009: 77).

Farklı özelliklere sahip çocuklar ve bireyler de temelde bütün diğer bireylerin ihtiyaçlarına ve özelliklerine sahiptir. Onlar, diğerlerinin yaşadıklarını, hissettiklerini aynı şekilde yaşayan ve hisseden bireylerdir. Sözü edilen farklı özelliklere sahip bireylerin de, her bireyde olduğu gibi temel olan psikolojik, fizyolojik, sosyal, duygusal ve manevi ihtiyaçları vardır. Onlar da her insan gibi sevgi, değer görme, kabul, iş ve meslek sahibi olma, saygı görme, toplumla iç içe olma, mutlu ve başarılı olma vb. ihtiyaçlara sahiptirler. Bu bağlamda özel gereksinimli bireyi daha iyi tanımaya ve farklı özelliklerini anlamaya gayret göstermek, onlara destek olmaya çalışmak yapılması gereken önemli sorumluluklardan biridir. Ancak toplum olarak farklılıkları eksiklik yönünde ön plana çıkarma girişimi arttıkça, dezavantajlı bireylere destek sağlama ve onların özelliklerini, bireysel farklılıklarını gerçek anlamda tanıma konusunda da o denli başarısızlık artar. Burada asli amaç, özel gereksinime sahip bireye acımak veya onu dışlamak değil, onu tanıyıp, özelliklerini, ihtiyaçlarını fark edip bu yönde yardımcı olabilmektir (Kula, 2005b: 164-165).

Türkiye Felsefe Kurumu Başkanı İoanna Kuçuradi “Bir tane insan hakkı ihlâli vardır, o da kişiye farklı davranmaktır” demektedir. İnsanlara dezavantajlı durumlarından kaynaklı farklı davranmak sadece ayrımcılık değil, aynı zamanda insan hakları ihlâlidir. Bireyin kendi hayatını kontrol etme hakkını ve yeteneğini kullanması insan olmanın temel niteliklerindedir (Ergün, 2005: 379). Günümüz toplumlarında ise genel itibariyle özel gereksinimi olan bireylerin kendi sorumluluklarını üstlenemez ve bunları istese de yerine getiremez düşüncesi yaygındır. Toplum dezavantajlı bireyleri ellerinden bir şey gelmeyen, başaramayan, korunmaya muhtaç kişiler şeklinde algılamaktadır (Musayev, 2016: 49). Özel desteğe ihtiyacı olan bireylerin gelişimi, sağlıklı gelişim gösteren bireylerden farklı olduğu halde gelişim ihtiyaçları birbirinden görece farklı değildir. Bu bireylerin de yeme, içme, sevilme, başarma, kabul edilme, aidiyet ve toplumun bir üyesi olarak değer görme gibi gereksinimleri vardır. Bu sebeple gelişimsel farklılığı olan bireylerin sosyal hayata katılmaları, topluma dahil olarak yaşamlarını sürdürmeleri için gereken kişilik olgunluğuna erişmeleri, ancak bahsi geçen ihtiyaçlarının karşılanmasıyla mümkündür (Malakçı, 2006: 87). Özel gereksinimli bireylere engel teşkil eden birçok durum aslında kendi farklı gelişimlerinden kaynaklı değil, diğer insanların kendilerinden başkasının yaşam haklarına saygı göstermemelerinden kaynaklıdır. Bu durum ise çoğunluğun azınlıktakilerin haklarını görmezden gelmeleri ile ilgili bir durumdur. Diğer insanların özel gereksinimli bireylere tanınması ve sağlanması gereken ayrıcalıklar, hakikatte bir pozitif ayrımcılık sayılamazlar. Zaten var olması ve verilmesi gereken hakların kısmen iadesi sayılabilir. Bireyler için bu hakların mümkün olduğunca iade edilmeleri ahlaki bir sorumluluktur (Erdem, 2020: 347). Tüm bu haklara ek olarak manevi değerleri kazanmak ve manevi ihtiyaçları gidermek bu konuda destek ve yardımcı olmak insani olarak sorumluluklarımızın başında gelir. Bu kapsamda DS tanılı bireylere yaklaşım açısı da ötekileştirici değil birleştirici olmalıdır.

İnsanı merkeze alan bir tanımla hayata bakıldığında, “Tabii kanunların yürürlükte olduğu dünyada insanlığın oynamak zorunda olduğu roller ile karşılaşılan sorunlar önünde ortaya konan psikolojik ve sosyal çabalar bütünü” şeklinde hayat tanımı özelleştirilebilir. Bu şekilde hayat, bir yandan insanın biyolojik ve psikolojik

bütünlüğe ulaşmasını mümkün kılacak maddi ve manevi unsurlar barındıran; diğer yandan ise, bireyin kendisi, fiziksel ve sosyokültürel çevresiyle ilişki ve bağlarını düzenleyecek fırsatlar sunan dinamik bir deneyim alanı olarak kabul edilebilir. Ne durumda olursa olsun, varoluş açısından hayatın en temel amacı, yaşamak ve yaşatmaktır. Canlıların genlerinde içgüdüsel olarak kodlanmış bu köklü amaç, her yeni doğanda hayatını korumayı ve sürdürmeyi, en büyük hedef olarak belirler. Yalnız, bireyin yaşı ilerledikçe benlik gelişimi doğrultusunda hayata aktif katılımından itibaren, diğer canlılardan farklılaşarak kendisini bekleyen en büyük sorumluluğu üzerine alır; hayatı biyo-psiko-sosyal tüm olumlu ve olumsuz yönleri ile birlikte bilinçli olarak yaşamak. Din, gelişim dönemlerine göre öncelik sırası değişmekle birlikte, insanın duyarsız kalamadığı, yaşamda en çok merak konusu olan fenomenlerden birisidir. Din, bireye hem zihinsel hem de ruhsal anlamda destek sağlar. Böylelikle anlamlı bir hayat görüşü oluşturmada din, özel gereksinimli bireye önemli bir rehber niteliğindedir. Edindiği tatmin edici bilgilerin yanı sıra dini-ahlaki değerleri de tanıma fırsatı bulan özel gereksinimli birey, zamanla aynı değerlere inanan diğer insanlarla karşılaşır ve bu karşılaşma, beraberlik ve paylaşmayı doğurur. Böylesine paylaşım ve samimi ilişkiler içinde olan birey, içinde yaşadığı toplumda değerli ve saygın bir birey olarak kabul görüldüğünü kavrar. Hayatta varoluşunun değerine dair kazanmış olduğu anlam ve hissettiği sosyal kabulle birlikte, toplumsal statü ve güvenlik ihtiyacına da karşılık bulur (Bahadır, 2010: 1-5).

İnsan, maddi ihtiyaçlarını gidermenin yanında manevi ihtiyaçları doğrultusunda ruhunu da doyurmayı ister. Bunun yanı sıra öğrendiği bilgileri ve benimsediği değerleri pratikte uygulayıp bu yönde hayatını düzenlemeye ve davranışlarına yön vermeye istekli olur (Akıncı, 2005: 8). Allah insana yaradılış gereği bir ilham aracılığıyla, bilinçaltında bile olsa iyi ile kötü arasındaki farkı anlayabilecek, doğru ve yanlış, hayır ve şerri birbirinden ayırt edebilecek nitelikleri vermiştir (Özdoğan, 2009: 13). Bu anlamda manevi değerlerle bezenmek, hayatın tümünü kapsayan bir değişme ve gelişme sürecidir. Bir çocuk doğduğu andan itibaren bu önemli sürecin içine girmektedir. Eğitimi yaşamın belli periyotlarına sığdırmaya çalışmak ve belli kurumlara özgü saymak yanlış olacaktır (Okumuşlar, 2002: 50).

“İslam, insanı madde ve mânâ, ruh ve bedenden müteşekkil bir varlık olarak görür ve tüm temayül ve davranışları ile bir bütün olarak ele alarak her yönü ile ilgilenir. Burada gaye, insanı yaratılışında var olan potansiyellerinin zirvesine ulaştırmak, mükemmeli yakalamaktır. Bunu yaparken de İslam, insanı Allah’ın yarattığı fitratla kucaklar, yaratılışında olmayan hiçbir şeyi ona yüklemeyiz. Bunun da tüm örnekleri Kur’an’da sergilenir. Kur’an’ın bu pencereden incelendiğinde, baştan sona kendi içinde tutarlı bir sisteme sahip olduğu görülmektedir. İnsanın psikolojik özellikleri çok iyi tanımlanmakta, nasıl bir insan modeline sahip olduğu anlatılarak bireye hedef gösterilmekte, cennet gibi ödüllere ve cehennem gibi cezalarla davranış biçimlendirilmekte ve en nihayetinde inananların, uyguladığında mutlu, huzurlu, başarılı hem bedeni hem ruhsal sağlığa kavuştuğu ve bunu koruduğu bir hayat sağlamaktadır.” (Akt: Şirin, 2014: 110).

“Değerler, insan olmanın parametrelerini gösteren şaşmaz bir ölçüt, bireysel mutluluğun, toplumsal barış ve huzurun en önemli kaynağıdır. Değerler, her insan bireyinin iyi bir karakter geliştirmesinin yapı taşları durumundadır.” (Hökelekli, 2013: 12-13). İslami hayat tarzı, insanda fitrat gereği var olan maddi/manevi yanlarını, bireyin insani değerler bakımından gelişimini gerçekleştirmeyi amaçlar (Okumuşlar, 2002: 121). “Coughlin (1992), sosyal bilimciler ve ruh sağlığı uzmanlarının; çalışmalarında bireyin dini ya da manevi değerlerinin, onların kişilik gelişiminde ve ruh sağlıklarının korunmasında oynadığı rolü dikkate almak durumunda olduklarını ifade etmektedir. Bireyin kişiliği, tutumları ve davranışları; hatta kendini ve dünyayı algılama biçimi, hep bu değerlerle biçimlenmektedir. Bundan dolayı da danışmanlık eğitimi verenlerce; dini inançlar ve değerler danışan kültürünün önemli bir boyutu olarak tanınmalı ve eğitimleri sırasında danışmanlara bu durumun farkında olmalarını sağlamaya yönelik bilgi ve beceriler kazandırmaya öncelik verilmelidir.” (Akt: Koç, 2003: 8). Bu anlamda özel gereksinimli bireylere manevi değerleri, dini bilgiyi, duyguyu ve davranışları kazandırmak önemlidir.

Dinler, insanların hem her anlamda günlük yaşamlarına hem de ruhsal yaşamlarına ilişkin kurallar koyarak onların huzur ve mutluluk içerisinde yaşamasını sağlar. Dinin, dinsel inanç ve onun yansımaları olarak dinsel pratiklerin müslüman bireyin hayatına kattığı psikolojik değerler yadsınamaz. Aslında birey için huzurun

kaynağı olarak kabul görülen dua, tövbe ve namaz gibi sıklıkla yapılan dinsel pratikler kişinin ruh sağlığı için oldukça önemlidir (A. Aydın, 2009: 88). İnsanın bilinç olarak gelişmesi yaşadığı hayatın da kalitesini yükseltecektir. Bu nedenle bilinmeyen konularda yeni bilgiler edinmek, gerçekleri ve doğruyu öğrenmek, hayatımızda öğrenilen doğruları pratiğe geçirmek ve ona göre davranmak, ruh ve beden sağlığını pozitif yönde etkilemektedir. Böylelikle birey hem bu dünyada hem de ahirette mutlu olur (Özdoğan, 2009: 37-38).

Her birey gibi özel gereksinim ihtiyacı olan bireyler de psikolojik olarak iyi olma halinde manevi argümanlara ihtiyaç duyar. Manevi anlamda birtakım değerleri edindirme çalışmalarında sosyal desteğin önemi yadsınamaz. Yapılan araştırmalar, sosyal desteğin fiziksel ve ruhsal sağlık üzerinde olumlu etkilere sahip olduğunu, sosyal destek ile mutluluk, memnuniyet ve kendine güven arasında anlamlı bir ilişkinin varlığını göstermektedir. Sosyal destek arttıkça depresyon, stres ve psikolojik semptomlarda azalma görülürken; benlik saygısı, uyum ve toplum adına sağlıklı davranışlarda artış olduğu gözlemlenmiştir (T. Doğan, 2008: 31).

Almanya’da Stiftung St. Johannes Vakfı Engelliler Bakımevi bünyesinde zihinsel yetersizliği olan ve diğer güçlüğü sahip bireylere yönelik psiko-sosyal uygulamalar, rehberlik ve danışmanlık, barınma ve iş imkânı hizmetlerinin yanında dini danışmanlık hizmetleri de sunulmaktadır. Bu hizmetlerde genellikle Hristiyanlığın hümanist yönü vurgulanmakta ve ayrıca dini günler de kutlanmaktadır (Belen, 2016: 73-75). Nasıl ki dünyanın birçok ülkesinde bu uygulamalar varsa amacımız bu çalışma ile ülkemizde de özel gereksinimli bireylere manevi rehberlik ve danışmanlık hizmetleri yönünde bir kapı aralamaktır.

Özdoğan, “Aşkın Yanımız Maneviyat” isimli kitabında “Derler ki senede sadece bir kere yağan bir yağmur varmış o yağmurdan, bir damla istiridyeye, bir damla da yılanı düşürmüş. O damlayı yaradılışları gereği, istiridyeye inciye, yılan da zehre dönüştürmüştü. Bize verilen bir damla hayatı inciye dönüştürmek de zehre dönüştürmek de bizim elimizde. Eğer zehre dönüştürmüşsek, panzehir olarak kullanmak da yine bizim elimizde” (2009: 145) diyerek değişimin, gelişimin önemini vurgulamaktadır. Birbirimizden farklı olabiliriz ama istersek istiridyeye gibi iyiliklerle donanıp ve donatıp inciler ortaya çıkarabiliriz.

### **1.3.5. Down Sendromlu Çocuğu Olan Annelere Yönelik Manevi Danışmanlık**

DS tanısı almış bir çocuğa sahip olan annelere yönelik manevi danışmanlık konusuna öncelikle özel gereksinimi olan bir çocuğa sahip olmanın ailede özelde ise annede yaşattığı durumu açıklamak uygun olacaktır.

#### **1.3.5.1. Özel Gereksinimli Çocuk Sahibi Olmak**

Çocuk sahibi olmak, yeni bir üyenin aileye katılması aileyi birçok yönden etkilemektedir. Anne ve baba, gerek yapısal gerek gelişimsel gerekse fonksiyonel olarak kendini çocuğun doğumuna hazırlamaktadır. Her ailenin doğacak olan çocuklarıyla ilgili hayalleri ve beklentileri vardır. Beklenenin dışında, “normal” kabul edilen özelliklere sahip olmayan, sosyolojik olarak “ideal çocuk” imajından farklı bir evlat sahibi olmak ise ailelerde, kaygı, korku, endişe ve hayal kırıklığına neden olabilmektedir (Esen, 2003: 164).

Normal gelişim gösteren bir çocuğun doğumu, anne ve babanın sorumluluklarını yerine getirmede zorlayıcı olabilirken, özel gereksinimli bir çocuğun aileye katılımı aile yapısında, işleyişinde ve aile üyelerinin rollerinde önemli değişikliklere sebep olabilmektedir. Özel bir çocuğun bakımı ve ihtiyaçları aile üyelerinin yaşam biçimlerini planlarını etkileyerek, aile içinde yoğun bir kaygıya neden olabilmektedir (Cavkaytar ve Özen, 2016: 171-172; Eracar, 2016: 260; Okanlı vd., 2004: 1). Yapılan araştırmalarda özel gereksinimli çocuğa sahip olan annelerde normal gelişim gösteren çocuğa sahip annelere göre depresyon, anksiyete ve stres düzeyinin daha yüksek olduğu görülmektedir (Uğuz vd., 2004: 43).

DS tanısı almış bir evlada sahip olan Elçin Tapan, oğlunu ve çocuğu ile ilgili yaşadıklarını yazdığı kitabında özel gereksinim sahibi bir çocuğa sahip olan aileyi, “Engelli kimdir? Sadece bir farklılığı olan değil, ilaveten onun annesi, babası, ablası, ağabeyidir. Çünkü sevinçleri, üzüntüleri, yarınları, zorlukları, beklentileri aynıdır. Bu nedenle ben engelli derken BİZİ, hepimizi kastediyor ve hepimiz adına konuşuyorum.” (Tapan, 2011: 19) cümleleri ile ifade etmektedir. Kendisi de DS tanısı almış bir oğul sahibi olan Emily Perl Kingsley, yaşadığı durumu beklemediği

bir coğrafyaya seyahat etmek gibi düşündüğünü ve betimlediğini dile getiriyor (<https://www.emilyperlkingsley.com/welcome-to-holland> 08/09/2023).

Farklı gelişim gösteren bir çocuğun aileye katılması, ailenin hem kendi iç dinamiklerinde hem de çevresi ile olan ilişkilerinde alışılmışın dışında problemlere yol açabilmektedir. Bunun sonucunda aile içinde oluşan değişiklikler yeniden yapılanma ihtiyacını ortaya çıkarmaktadır. Ailenin yeniden yapılanma gereksinimi değişik düzeylerde ve farklı boyutlarda tanımlanmaktadır. Ortaya çıkan değişimler; duygusal, düşünsel ve davranışsal boyutta kendini göstermektedir. Ailedeki duygusal düzlemdeki değişiklikler; kaygı, korku, öfke, çaresizlik, ümitsizlik, suçluluk olarak sıralanabilir. Aileye katılan yeni üyenin farklı gelişimsel özelliklere sahip olması başta anne ve baba olmak üzere tüm aile bireylerinde bilinmeze karşı oluşturulan kaygıya sebebiyet vermektedir. Zaman geçtikçe ailenin özel gereksinimli çocuğu ile ilgili deneyimleri artmaktadır ve önceden edinilen bilgilerle de ebeveynler toplumun farklı gelişim gösteren bireylere karşı tutum ve davranışlarından korkup bu korku duygusu ile öfke taşımalarına neden olabilmektedir. Yaşanan kaygı, korku ve öfke gibi duygular da ardından çaresizlik, ümitsizlik gibi hislerin oluşmasına yol açmaktadır. Ailede yaşanan düşünsel boyuttaki değişimde; içinde bulunulan durumun nedenleri, ailenin yeni üyesinin daha iyi bir yaşam sürmesi için yapılabilecekler ve özel gereksinimli bireyin geleceği ile ilgili planlamalar devreye girmektedir. Davranışsal düzlemdeki değişikliklerde ise; ailenin çocuğu için harekete geçmesi, çözüm yollarına başvurması ve savunma mekanizmalarının da yardımı ile yeni hayata alışması boyutunu oluşturmaktadır (Eracar, 2016: 260-264). Aile, söz konusu bu yeni hayata alışırken belirli aşamalardan geçmektedir. Anne ve baba şok, reddetme, aşırı üzüntü, suçluluk, kabullenememe duygularını yaşamakta, çocuğundaki gelişimsel farklılıklara uyum sağlamaya çalışmakta, duruma çözümler aramaktadır (Akandere vd., 2009: 24). Ebeveynlerin yaşadıkları bu karmaşık duygulardan edinilen gözlem ve tecrübeler neticesinde uzmanlar tarafından, ailelerin özel gereksinimli bir çocuğa sahip olmaya karşı gösterdikleri tepkileri açıklamaya çalışan çeşitli modeller oluşturulmuştur. Bu modeller içerisinde yaygın olarak kabul gören model ise “Kubler Ross Modeli” olarak adlandırılan ve beş basamaktan oluşan “Aşama Modeli”dir (Smith vd., 2006: 58). Aşama Modeli’nin dışında sürekli üzüntü

modeli, çaresizlik-güçsüzlük ve anlamsızlık modeli ve kişisel yapılanma modelleri ailelerin yaşadıkları duygusal tepkilerini açıklamaya çalışan diğer modeller olarak alan yazında yer almaktadır (S. Karagöz, 2020: 26). Aşama Modeli'nin yaygın olma nedeni ise ailelerin farklı gelişim gösteren çocuğa sahip olmaları ile idealize ettikleri çocuk beklentilerinin kaybı yaşanmaktadır, tıpkı bireyin yakınıni kaybetmesi gibi aslında yaşanan his bir ölüm acısıdır (M. Doğan, 2015: 113; Ruppert, 2014: 150).

### *Aşama Modeli*

“Kubler Ross Modeli” olarak adlandırılan “Aşama Modeli” beş basamaktan oluşmaktadır. Söz konusu aşamalar; şok, inanmama ve yadsıma; öfke; pazarlık; depresyon/umutsuzluk ve kabul olarak literatürde yer almaktadır (Andreyko, 2016: 152; Bolden, 2007: 235; Dzubay, 2011: 28).

Herhangi bir ani duruma, kayba veya beklenmedik olaya verilen ilk tepki şoktur. Zaman durmuştur ve bireyin anlam dünyasındaki her şey bir soru işaretidir ve yaşam anlamsızlaşmıştır (Ruppert, 2014: 158). Şok, inanmama ve yadsıma aşamasında ebeveynler, farklı gelişim gösteren bir çocuğa sahip olduklarını yeni öğrenmiştir. Çocuklarının özel gereksinimli olduğunu öğrenen çoğu ailenin ilk tepkisi "Şok" olmaktadır. Beklemedikleri, hazır olmadıkları bir durumla karşı karşıya kalmışlardır (Yukay ve Erturan, 1998: 340). Şok durumu bireyde; tepki verememe, ne yapacağını bilememe, ağlama krizleri ve kendini çaresiz hissetme ile varlığını gösterir (Darıca, Abidoğlu ve Gümüşçü, 2005: 150).

İnanmama ve yadsıma durumunda bazı aileler, tepki olarak inkâr yoluna giderler. Çocuklarının özel gereksinimli olduğu gerçeğinden kaçma, doktorun yanlış tanı koyduğuna inanma ve böylece farklı gelişim gösteren bir çocuğa sahip olmanın olası olumsuz etkilerinden kendilerini koruma girişiminde bulunurlar. Anne ve baba, bu aşamada duygularını ifade etmekte güçlük çeker, uzman kişiler ile işbirliği içine girmesi zorlaşır (Cunningham, 1997: 29; Küçükkaya, 2009: 9). Anne babalar tarafından çocuğunun durumunu öğrendiğinde verilen bu tepkilerin bireyin içinde bulunduğu duruma yani tanıya hazır olma noktasına gelmek gibi bir faydasının olduğu da gözlenmektedir (S. Karagöz, 2020: 27).

Öfke aşaması; çoğunlukla ebeveynlerin çocuklarının durumunu kabullenmeye geçişlerine engel oluşturan bir süreç olarak değerlendirilmektedir (Darıca, Abidoğlu ve Gümüşü, 2005: 156). İnkâr evresi sürdürülemez bir hal almaya başladığında yerine öfke, kızgınlık, hiddet ve küsgünlük gibi duygular yer almaktadır (Ruppert, 2014: 161). Öfkenin hemen hemen her yöne hedef değiştirmesi ve zamanla çevreye yansıtılması nedeni ile öfke evresi, birey açısından başa çıkması zor bir evredir (Kübler-Ross, 2023: 76).

Pazarlık aşaması; diğer evrelere kıyasla kısa sürmesine rağmen birey için oldukça faydalıdır. Bu aşamada Tanrı ile pazarlık söz konusudur. Tıpkı bir çocuğun ebeveyninden talepte bulunması ve bu talebinin reddedilmesi sonrasında kızması, öfkelenmesi ardından uslu çocuk hallerinde tekrar izin istemesi gibidir. Birey önce başına gelen ani durumu kabul etmez ardından öfke duyar hatta Tanrı'ya kızgındır sonrasında bir gelişme olmadığını görünce bu sefer iyi bir kul olmaya çalışır ve pazarlık aşamasına gelmektedir (Kübler-Ross, 2023: 112-113).

Depresyon/umutsuzluk evresi; bireyin başına gelen beklenmedik duruma daha gerçekçi yaklaşımını içermektedir. Kişi içinde bulunduğu durumun bilgisine sahiptir ve öfke, hiddet gibi duygular yerini umutsuzluk ve kayıp hissine bırakmıştır (Kübler-Ross, 2023: 116-119). Farklı gelişim gösteren bir çocuğa sahip olan aile gelecekle ilgili kaygılar yaşamaya başlar, bu kaygılar ile beraber umutsuzluk kendini gösterir ve depresyon başlamıştır. Dolayısıyla depresyon bir defa yaşanıp biten bir aşama olmayıp ailenin her yaşanan olumsuz durumda yeni bir depresyon sürecine girdiği görülmektedir. Bu durum depresyon aşamasının döngüsel bir süreç olduğunu göstermektedir (S. Karagöz, 2023: 42).

Kabullenme aşaması; bu evrede aile artık çocuklarının tanısını kabul eder ve yeni gelişmelerden tedirginlik duymayacak duruma gelmektedir (Darıca, Abidoğlu ve Gümüşü, 2005: 159). Yaşanan söz konusu kabul, anne baba için mutlak bir mutluluk değildir, bu evrede neredeyse hiç his duyulmamaktadır (Kübler-Ross, 2023: 148). Yaşanan bu süreç kaderi kabul etmek ve yeni hayata adapte olmaya çalışmaktır. Ailenin çocuğu için araştırma yaptığı, çözüm aradığı ve çocuğuna farklı gelişim şartları içinde en iyi imkânları sağlamaya çalıştığı çözüm odaklı aktif bir süreçtir (S. Karagöz, 2023: 43).

Tüm bu süreçlerde ailenin manevi desteğe ihtiyacı olmaktadır. İçinde bulunduğu duruma alışabilmesi adına maneviyat/din kişiye referanslar sunmaktadır. Manevi danışmanlık ve rehberlik, beklenmedik bir durum karşısında sıkıntı yaşayan ve anlam arayışında olan bireylerin kaybettikleri anlamı ve kontrolü yeniden kazanma süreçlerinin dini/manevi referanslarla desteklenmesidir (Karagül, 2012: 7). Daha önce yapılan çalışmalar sonucunda ailelerin içinde buldukları bu durumda manevi iyi oluşlarına destek hizmet sunmak ve manevi iyi oluşlarını güçlendirmek adına manevi danışmanlık işlevsel bir etkiye sahiptir denilebilir.

### **1.3.5.2. Down Sendromu Tanılı Çocuğa Sahip Ailelerin Yaşadığı Sorunlar ve İhtiyaç Alanları**

Anne- baba olmak bireyin yaşamındaki önemli dönüm noktalarından biridir. Dünyaya gelen çocuk ile birlikte ebeveynlerin de dünyası değişmektedir. Anne veya baba olmuş olan kişinin, gereksinimleri, sorumlulukları ve karşılaştığı durumlar çocuğun doğumunun öncesine kıyasla değişmektedir. Aile bireyleri için normal gelişim gösteren çocuk sahibi olmakla değişen hayat biçimi, özel gelişim gösteren çocuğa sahip olmakla daha da farklılaşmaktadır (Yaman ve Atasayar, 2014: 172). Anne ve baba, özel gereksinimli çocuk sahibi olmakla birlikte farklı duygular yaşamakta, yeni roller ve beceriler öğrenmek durumunda kalmaktadır. Erken çocukluk döneminde ebeveynler, doğru tanınımın konulması, ailenin yakın çevresinin özel gereksinimli çocuğun durumundan haberdar edilmesi, uzmanlar ile ilişkilerin geliştirilmesi konularıyla ilgilenmektedir. Çocuk okul çağına geldiğinde, yeni hizmetler ile ilgili farkındalık oluşması, yasal hak ve sorumlulukların öğrenilmesi, çocuğun devam edebileceği okulun belirlenmesi ve akademik etkinlikler dışındaki faaliyetlerin planlanması konularıyla uğraşmaktadır. Ergenlik döneminde ise anne ve babalar, yetersizliğin uzun süreli doğası gereği uzun süreli bağlılığın etkilerinin öne çıkması, çocuğun cinsiyeti ve cinsellikle ilgili ailenin farkındalığı, ergen akranları tarafından reddedilmesi, meslek için ve bir kademe sonraki eğitim süreci için tanımlama yapılması konularıyla ilgilenmektedir. Yetişkinlik döneminde ise ebeveynler, çocuklarının yetişkin yaşam düzenine uyum sağlaması, aileden ayrı sosyalleşme etkinliklerine katılım ve ebeveynlerin ölümü ve çocukların korunması konuları ile ilgili sorunların çözümü ile uğraşmaktadır (Güler, 2021: 26).

Her ailede farklılık göstermekle birlikte genel anlamda özel gereksinimli çocuk sahibi olan anne ve babaların ihtiyaç duydukları alanlar; eğitim, bilgi edinme ve bakım, ekonomik destek, duygusal ve sosyal destek olarak sınıflandırılabilir (S. Karagöz, 2023: 50; Karakuş ve Kırlioğlu, 2019: 107).

*Eğitim, Bilgi Edinme ve Bakım:* Ailenin çocuğun durumu hakkında bilgi aldığı ilk kurum hastanelerdir. Çocuğun farklı gelişim gösterdiğine dair tanı konan hastanelerde, ebeveynler çocuklarının özellikleri hakkında yeterince bilgilendirilmeli ve destek alabilecekleri kurumlar hakkında doğru yönlendirilmelidir. Doğru bilgilendirilme; ebeveynin yeni duruma uyum sağlamasında, ailenin işlevselliğinin sürdürülebilmesinde ve çocuğun geleceğinin doğru şekillendirilmesinde belirleyici olmaktadır (Çiğirli vd., 2014: 80; Yukay ve Erturan, 1998: 14).

Çocuğun bakımı, beslenmesi, eğitim hayatı gibi pek çok konuda aileler bilgilendirilme ihtiyacı hissetmektedirler. Ebeveynlerin zihinlerinde birçok soru işareti belirlemekte ve bu sorulara cevaplar aranmaktadır. Doğru cevapların alınması çocuğun ileriki yaşamı adına doğru adımların atılması anlamına gelmektedir. Örneğin çocuk, her eğitim kademesine başlarken aile tedirginlik yaşamaktadır. Çocuğunun uyum süreci, okuldayken yaşanabilecek olası sağlık problemleri ile baş edebilme, öğretmen ve diğer çocukların yaklaşımı gibi pek çok konu aydınlatılmayı beklemektedir. Özetle ebeveynlerin, çocuğun yeterliliği, gelişimi, geleceği ve bakımı konuları ile ilgili bilgi edinme ihtiyaçlarının olduğu görülmektedir (S. Karagöz, 2023: 51; Tekinarslan ve Bircan, 2016: 65).

Aile içerisinde normal gelişim gösteren çocuğun bakımında bile yardım almak önemli iken özel gereksinimli çocuğun bakımı ile ilgili iş bölümüne gidilmesi, tüm sorumluluğun annelere bırakılmaması ve öncelikli olarak annenin ailesi tarafından desteklenmesi son derece önemlidir (Ş. Aydın, 2016: 49; Coşkun ve Akkaş, 2009: 226). Ebeveynler çocuğunun temel ihtiyaçları ile ilgili ne kadar bilgi edinirse kendini o kadar güvende hissedecektir. Temel bakım becerileri konusunda desteklenmeleri ailenin kontrol hissini güçlendirmesi bakımından önemlidir, kendini yeterli hisseden ebeveynler yeni duruma daha çabuk uyum sağlayacaklardır (S. Karagöz, 2023: 51).

*Ekonomik Destek:* Karakuş ve Kırılıoğlu tarafından özel gereksinimli çocuk sahibi annelerle yapılan araştırmada bakım, eğitim, sağlık ve psikolojik destek ihtiyacı ile ekonomik yetersizlik arasında sıkı bir ilişkinin olduğu ortaya çıkmaktadır (2019: 107). Özel eğitim alanında saat kısıtlaması nedeni ile ailelerin çocuklarının ayrıca eğitim almalarını istemeleri halinde; kurum ve eğitimci ücretlerinin ödemesi, özel eğitim materyallerinin pahalı olması, ailenin aracı olmaması durumunda taksit kullanım ihtiyacının oluşması, olası sağlık problemlerinin yaşanması halinde sağlık giderlerinin yüksek olması gibi geniş bir yelpazede ekonomik güçlükler ortaya çıkmaktadır (S. Karagöz, 2023: 52). Dolayısıyla özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin düzenli ve yapılandırılmış ekonomik desteğe ihtiyaçları vardır.

*Duygusal ve Sosyal Destek:* Özel gereksinimli çocuğu olan ailelerin çocuklarının tanısı, ebeveynlerin sahip oldukları olumsuz duygu durumu; onları gerek psikolojik, gerek sosyal olmak üzere pek çok alanda olumlu yerine olumsuz, var olan yerine eksikler, kısacası iyimserlik yerine kötümser bir bakış açısına mahkûm edebilmekte, ebeveynler de bu duygu durumunda sağlıksız bir hal sergileyebilmektedirler. Söz konusu olumsuz ve kötümser bakış açısına iyimser bir yön vermek zorluklar ve engellemeler içerisinde olan farklı gelişim gösteren çocuk sahibi aileler için özellikle önem taşımaktadır (Lusting ve Akey, 1999: 260; Şanlı ve Çelik, 2015: 842). Bireye karşılaştığı olumsuz durumlarla daha kolay baş etmeyi sağlayan sosyal destek, yaşam için önemli bir gereksinimdir. Özel gereksinimli bir çocuğa sahip olma durumu da beklenmedik durumlardandır. Araştırmalara göre bu durumda anneler için sosyal desteğin önemi yadsınamaz bir gerçektir. Annelerin çocuklarının bakım zorluğunun, depresyonu tetiklediği ve çocuklarının durumu ile ilgili babalardan daha çok endişelendikleri ve kaygılandıkları görülmektedir. Bu durumda ise annelerin aldıkları sosyal destekten babalara göre daha fazla etkilendikleri tespit edilmiştir (Ersoy ve Çürük, 2009: 104).

Bazı araştırmalarda özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerde eşlerin yardımlaşması ve yakın çevrenin yardım desteğinin ailenin yeniden yapılanmasında etkili olduğu belirtilmektedir. Eşi veya yakınları tarafından sosyal destek gören annelerin görmeyenlere göre anlamlı düzeyde stresle başa çıkma düzeylerinin yüksek, ruhsal durumlarının iyi olduğu tespit edilmiştir (Coşkun ve Akkaş, 2009:

225; Uyaroğlu ve Bodur, 2009: 410). Özel gereksinimli çocuk hangi yaşta olursa olsun her dönemde annelerin arkadaşlığa, dostluğa, kendilerini yalnız ve çaresiz hissetmemeye, empatiye ve anlaşıldığını hissetmeye dolayısıyla duygusal desteğe ihtiyacı vardır. Etkili bir sosyal destek hem annelerin psikolojik sağlıkları hem de çocukların gelişimleri bakımından oldukça önemlidir (Ersoy ve Çürük, 2009: 108). Ebeveynler, özel gereksinimli çocukları ile yeni hayatlarına uyum sürecinde duygusal ve bilişsel çatışmalar yaşayabilirler, olası çatışma durumunda profesyonel desteğe ihtiyaç duyulmaktadır. Bireyin toplumda bulunma ve sosyalleşme gereksinimi vardır. Sosyal destek bu söz konusu ihtiyaçları gidermede, ailenin işlevini sağlıklı yürütebilmesinde, annenin psikolojik iyi oluşunda ve yaşam doyumunda yardımcı olacaktır (Kara, 2008: 329; S. Karagöz, 2023: 54-55).

## İKİNCİ BÖLÜM

### YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli ve yöntemi, araştırma süreci, çalışma grubu, veri toplama araçları, verilerin analizi, katılımcıların manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik uygulamanın özellikleri, uygulama oturumlarının içeriği ve oturum özetleri konularına yer verilmiştir.

#### 2.1. Araştırmanın Modeli

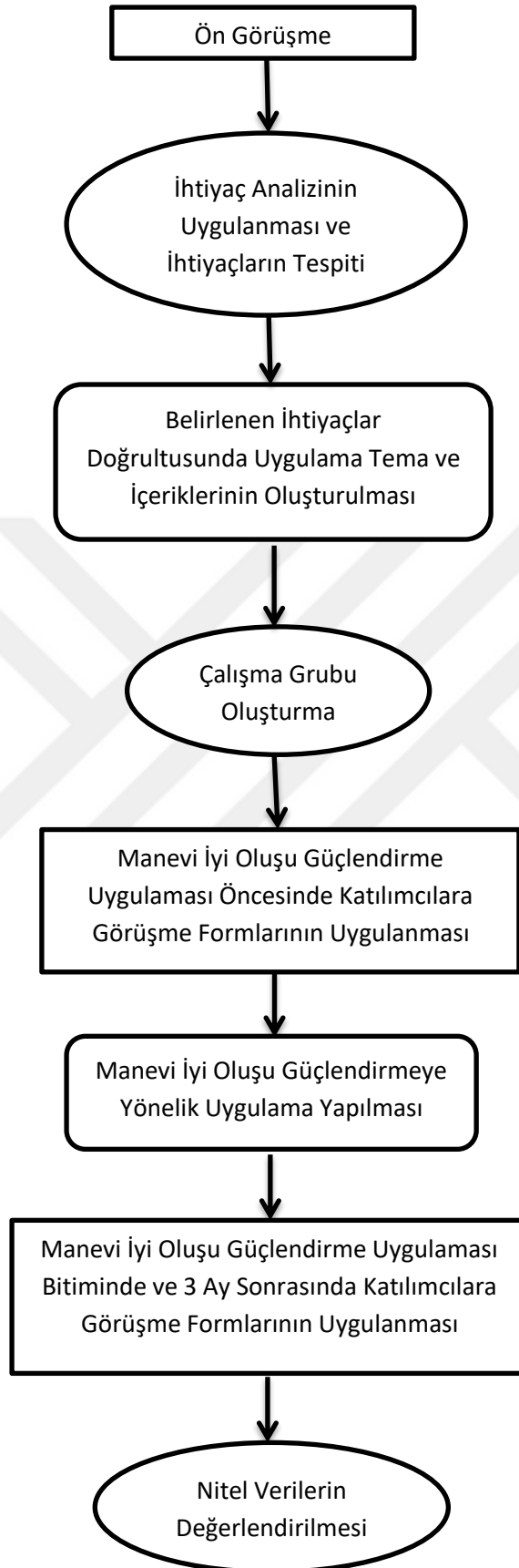
Bu araştırmada DS'li bireyler ve annelerinin manevi ihtiyaçlarının karşılanmasına ve manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik uygulama yapılmıştır. Çalışmada gerekli verileri elde edebilmek ve bu verileri doğru aktarabilmek adına nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. 2015 yılında Gören tarafından yapılan “Down Sendromlu Bireylerin Manevi İhtiyacının Belirlenmesi ve Bir Model Önerisi” isimli doktora tezi incelendiğinde DS'li bireylerin manevi ihtiyaçlarının belirlendiği ve buna yönelik bir model önerisi geliştirildiği görülmektedir. Bizim yaptığımız çalışmada ise daha önce yapılan doktora tezini de göz önünde bulundurarak; DS'li bireylerin ve annelerinin belirlenen manevi ihtiyaçlarının giderilmesine ve manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye dair bir uygulama gerçekleştirmek ve bu uygulamanın sonuçlarını tespit etmektir.

Nitel araştırmayı, “Gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi nitel veri toplama yöntemlerinin kullanıldığı, algıların ve olayların doğal ortamda gerçekçi ve bütüncül bir biçimde ortaya konmasına yönelik nitel bir sürecin izlendiği araştırma” olarak tanımlamak mümkündür (Yıldırım ve Şimşek, 2016: 41). İnsan davranışları kompleks bir yapıya sahiptir. Bu karmaşık yapıya sahip olan insanla ilgili çalışmalar yapılırken bütüncül anlayışa sahip yöntemlerin uygulanması daha uygun olacaktır. Zira insan birbirinden bağımsız davranışlar göstermez bilakis duygu, düşünce ve davranışlarında sürekli etkileşim içindedir ve birbiriyle bağlantılı bir yapıya sahiptir (Patton, 1990: 4). Bireyin davranışı değişmezlik içinde durağan değildir; sürekli değişime uğrayan ve gelişen bir sürece sahiptir. Bu nedenle insana dair araştırmalar da süreci dikkate alan ve bu süreç içindeki değişimlerin ve gelişimlerin nasıl şekillendiğini inceleyip aktaran bir yöntemle çalışılmalıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2016: 39).

Biyopsiko-sosyo-kültürel niteliklere sahip aynı zamanda manevi boyutu olan insanın inanç, değer, duygu, düşünce ve davranışlarını içinde bulunduğu toplumsal yapıyı ve yaşadığı değişimi dikkate alarak anlamaya ve açıklamaya çalışmak ancak nitel çalışma yöntemiyle yapılabilir. Nitel yöntem, betimlemeleri yaparken araştırmacıya esneklik sağlar ve daha derinlemesine keşif yapabilmesine yardımcı olur (Karataş, 2015: 62-63). İnsanın çok çeşitli boyuta sahip olması sebebiyle araştırmamızın deseni, nitel araştırma yöntemlerinden olgubilim (fenomenoloji/phenomenology) desenidir. Olgubilim deseni, günlük yaşantımızda derinlemesine ve ayrıntılı bir farkındalığa sahip olmadığımız olgulara odaklanmaktadır. Olgular rutin yaşam içinde; olaylar, deneyimler, algılar, yönelimler, kavramlar ve durumlar gibi çeşitli biçimlerde tecrübe edilir (Yıldırım ve Şimşek, 2016: 69).

Ayrıca doğru ve güvenilir veriler elde etmek amacıyla katılımlı gözlem tekniği de kullanılmıştır. DS'li bireyler ve annelerinin çalışmada manevi ihtiyaçlarını belirlemek adına araştırmacı, çalışmanın yapıldığı özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde katılımlı gözlemci olarak öncelikle gözlemlerini gerçekleştirmiştir. Yapılan gözlem sonucunda, DS'li bireyler ve annelerinin manevi ihtiyaçlarına yönelik konular araştırmacının fikir oluşturmasına yardımcı olmuştur. Bu oluşan düşünceler ve yapılan ihtiyaç analizi sonucunda manevi iyi oluşu güçlendirmeye dair oturumlar, temalar halinde geliştirilmiştir ve uygulanmıştır.

Araştırmamızda izlenen süreç ve faaliyetlere ilişkin tüm aşamaları Şekil 2.1.'de yer alan akış çizelgesi ile görebilmemiz mümkündür:



Şekil 2.1. Araştırmanın akış çizelgesi.

## 2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu; Konya ili merkezinde Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı özel eğitim ve rehabilitasyon merkezine devam etmekte olan, temel iletişim becerilerine sahip, ilköğretim seviyesinde eğitim görmüş 14-18 yaş aralığında 6 DS'li birey ve bu DS'li bireylerin anneleri de dahil 13 katılımcıdan oluşmaktadır. Bu çalışmada bir annenin çocuğunun yaşça küçük olması sebebiyle 6 tane DS'li bireye ve 7 tane anneye ulaşılmıştır. Çalışma grubu seçiminde amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme yönteminden de ölçüt örnekleme sistemiyle çalışma grubu oluşturulmuştur. Çalışma grubunun gönüllü katılımcılardan oluşması, araştırmada doğru ve zengin veri elde etme açısından önemlidir. Bu bağlamda katılımda gönüllülük ön planda tutulmuştur.

**Tablo 2.1.** DS'li Çocuk Sahibi Annelere İlişkin Demografik Bilgiler

Kodu	Yaş	Eğitim Düzeyi	Medeni Durum	Meslek	Çocuk Sayısı
K1	60	İlkokul	Evli	Ev hanımı	3
K2	58	Ortaokul	Evli	Ev hanımı	4
K3	52	İlkokul	Evli	Ev hanımı	4
K4	44	Okur-yazar değil	Evli	Ev hanımı	4
K5	51	Lise	Evli	Emekli	4
K6	40	Lise	Evli	Ev hanımı	1
K7	39	İlkokul	Evli	Ev hanımı	2

**Tablo 2.2.** DS'li Bireylere İlişkin Demografik Bilgiler

Kodu	Yaş	Eğitim Düzeyi	Kardeş Sırası	Cinsiyet
DS1	18	Ortaokul mezunu (Kaynaştırma Öğrencisi)	3.	Kız
DS2	14	Özel Eğitim (8. Sınıf Öğrencisi)	4.	Erkek
DS3	16	Özel Eğitim Uygulama (11. Sınıf Öğrencisi)	4.	Kız
DS4	16	Özel Eğitim Uygulama (9. Sınıf Öğrencisi)	2.	Erkek
DS5	17	Özel Eğitim Uygulama (11. Sınıf Öğrencisi)	3.	Kız
DS6	15	Özel Eğitim Uygulama (9. Sınıf Öğrencisi)	1.	Kız

Tablo 2.2.'ye göre tüm DS'li bireyler temel eğitim düzeyinde eğitim görmüşlerdir. Bu çalışmada yer alan 6 tane DS'li bireyden sadece 2 tanesi okuryazardır. Diğerleri henüz okuma safhasına geçememişlerdir. Çalışma grubundaki DS'li bireylerin dördü kız, ikisi erkektir.

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları olarak; çalışma grubundaki anneler için yarı yapılandırılmış görüşme formları uygulanırken, DS'li bireylerin özel durumu düşünülerek onlar için tam yapılandırılmış görüşme formu uygulanmıştır. Görüşme formları hazırlama süreci oldukça titiz bir şekilde yürütülmüştür. Araştırmacının katılımlı gözlem yapması ve literatür taraması sonucunda görüşme formlarındaki sorular, şekil almaya başlamıştır. Anneler için görüşme formları oluşturulmadan önce DS tanısı almış çocuğa sahip 10 anneye ihtiyaç analizi uygulanmıştır. Bazı anneler çocuklarının tanı almasından itibaren başlayarak geçirdikleri tüm süreci anlatmayı tercih etmişlerdir. Bu minvalde hazırlanan görüşme formları, tez izleme komitesinin de görüşlerine sunulmuş ve ilgili düzeltmeler yapılmıştır.

Araştırmanın konusu itibariyle hassas bir popülasyona sahip olan çalışma grubu için en isabetli bilgi ve bulgulara ulaşabilmek adına düzenlemeler yapılmıştır. Çalışmanın başlangıcından itibaren görüşme formlarının geliştirilmesinde farklı üniversitelerde görev yapan alanında uzman hocaların görüşleri alınmıştır ve mülakat formları hocaların destek, bilgi birikimi ve tecrübeleriyle hazırlanmış, katılımcılar için hazırlanan görüşme formları üzerinde durulmuş ve katılımcıları (hem çocukları hem de ebeveynleri) incitici, travma edici veya rahatsız edici herhangi bir soruya rastlanmadığı görülmüştür. Çalışma grubunda yer alacak olan 14-18 yaş arası DS tanılı bireyler için hazırlanan görüşme formuna da tekrar bakılmış ve soyut kavramların açık ve anlaşılır bir dille ifade edildiği gözlemlenmiştir. Tüm bunların yanı sıra DS tanılı bireyleri ve ailelerini yakından tanıma imkânına sahip olması nedeniyle Özel Üçboyut Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi kurum psikoloğu ile araştırma süreci boyunca görüşmeler yapılmış ve görüşme formları psikoloğun da onayından geçmiştir. Araştırmacı, çalışma grubunun hassasiyeti nedeniyle özellikle farklı uzman görüşlerine önem vermiştir. Söz konusu hocaların ve uzmanların onayından geçtikten sonra görüşme formlarına son şekli verilmiştir.

İzin sürecinde, çalışmanın mülakat formları hazırlandıktan sonra araştırmacı tarafından başvuruda bulunulan Necmettin Erbakan Üniversitesi'nin Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan araştırma sorularının ve manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın bilimsel ve etik açıdan sakınca bulunmadığına dair 13.10.2023 tarihli etik onay belgesi alınmıştır (bkz. Ekler). Çalışmanın üniversite dışı farklı bir kurumda yapılması sebebiyle araştırmacı tarafından Konya İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne başvuruda bulunulmuş ve 2023-2024 Eğitim-Öğretim Yılı içerisinde araştırmanın gerçekleştirilebilmesi için ilgili araştırma izni alınmıştır.

Araştırmacı tarafından DS tanılı bireyler için oluşturulan sorular, özellikle kısa tutulmuştur, cevap kısımları için “evet”, “hayır” ve “kararsızım” seçenekleri verilmiştir ve soyut kavramlar içeren bölümlerde olabildiğince açık, net ve anlaşılır bir dil kullanılmaya çalışılmıştır. Çalışmanın uygulama aşamasına geçilmeden önce DS tanılı 2 birey ve anneleri ile pilot uygulama yapılmıştır. Pilot uygulamada DS'li bireylere sorulan “Ezan nereden okunur?” sorusunda okunur ibaresi kitaptan okunma gibi algılanmış ve soru “Ezan sesi nereden gelir?” veya “Biz ezanı nereden duyarız?” olarak yöneltilmiştir.

Çalışmanın başlangıcında yapılan ihtiyaç analizi doğrultusunda elde edilen bulgular yardımıyla araştırmacı tarafından DS'li bireylerin anneleri için iki farklı görüşme formu hazırlanmıştır. Formlardan birisi manevi iyi oluşu güçlendirme ile ilgili soru içeriklerine sahiptir. Diğer görüşme formu ise mental iyi oluş ile ilgili sorular içermektedir. Hem annelere hem de DS'li bireylere oturumlardan önce, oturumlardan sonra ve uygulama bittikten 3 ay sonrasında görüşme formları uygulanmıştır. Ayrıca her oturumdan sonra annelerden o günkü oturumla ilgili bir değerlendirme formu doldurmaları istenmiştir. Annelerle gerçekleştirilen görüşme yaklaşık 60 dakika kadar sürmüştür. DS'li bireylerle gerçekleştirilen görüşme ise 30 ile 40 dakika arası sürmüştür.

Çalışmanın veri toplama süreci boyunca görüşme formlarının yanı sıra hem DS'li bireyler ile yapılan görüşmelerde hem de anneleri ile yapılan görüşmelerde ayrıca her iki grup için yapılan manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik oturumlarda

çalışma grubunun da izni alınarak ses kayıt cihazı kullanılmıştır. Tüm bu sürece ek olarak araştırmacı tarafından günlük tutulmuştur.

#### **2.4. Verilerin Analizi**

Araştırmada elde edilen görüşme verileri üzerinden betimsel analizler gerçekleştirilmiştir. Betimsel analiz; verilerin önceden belirlenmiş kavramsal çerçeve bağlamında belirli temalar altında sınıflandırıldığı nitel veri analiz yöntemidir (Yıldırım ve Şimşek, 2016: 239-240). Araştırma sürecinin başlangıcında yapılan ihtiyaç analizi sonucunda ortaya çıkan gereksinimler ile temalar oluşturulmuştur. Söz konusu temaların uygulanması nedeniyle çalışmadaki veriler, betimsel analiz yöntemi ile analiz edilmiştir. Çalışmanın görüşmelerinde katılımcıların ismi DS tanımlı bireyler için DS1-DS6 şeklinde; anneler için ise K1-K7 aralığında kodlanmıştır.

Nitel araştırmalarda geçerlik, araştırmacının ele aldığı olguyu mümkün olduğunca olduğu haliyle ve tarafsız gözlemesi anlamını taşımaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2016: 269). Bu tür araştırmalarda geçerliğin sağlanabilmesi için birçok yöntem başvurulmaktadır. Uzun süreli irtibat kurma, sürekli gözlem, katılımcıların rastgele örnekleme yoluyla seçilmesi, çeşitleme, katılımcı dürüstlüğüne destekleyen taktiklerin kullanımı, tekrarlı sorgulamalar, kısa aralıklı toplantılar, meslektaş değerlendirmesi, araştırmacının yansıtıcı yorumlamaları, olgunun ayrıntılı bir biçimde betimlenmesi, katılımcı kontrolü, önceki araştırma bulgularıyla karşılaştırma ve kodlayıcılar arası güvenilirlik başvurulabilecek yöntemlerden bazılarıdır (Arastaman vd., 2018: 52-59). Çalışmamızda söz konusu yöntemlerden uzun süreli irtibat kurma, sürekli gözlem, fenomenin ayrıntılı bir biçimde betimlenmesi ve kodlayıcılar arası güvenilirlik yöntemlerine başvurulmuştur. Özellikle geçerlilik kapsamında aktarılabilişliğin artırılması için ayrıntılı betimleme yapılmıştır. Bu amaçla bulgular başlığı altında katılımcıların ifadeleri saf veri olarak doğrudan paylaşılmıştır.

Çalışmanın güvenilirliğini sağlamak maksadıyla; kodlama aşamasında görüşme verileri iki uzman tarafından ayrı ayrı incelenmiştir. Ardından Miles ve Huberman formülü olarak kavramsallaştırılan ve içsel tutarlılık formülü olarak geliştirilen kodlayıcılar arası uyum endeksi hesaplanmıştır. Kodlayıcılar arası

güvenirlilik:  $\Delta = C \div (C + \partial) \times 100$  formülü kullanılarak hesaplanabilir. Formülde,  $\Delta$  : Güvenirlilik katsayısını,  $C$  : Üzerinde görüş birliği sağlanan konu/terim sayısını,  $\partial$ : Üzerinde görüş birliği bulunmayan konu/terim sayısını ifade etmektedir. İçsel tutarlılığı veren kodlama denetimine göre kodlayıcılar arası görüş birliğinin en az % 80 olması beklenmektedir (Akt: Baltacı, 2017: 8).

Bu bilgiler doğrultusunda araştırma için kodlayıcı güvenirliliği; mental iyi oluş ile ilgili görüşme formu ve manevi güçlenme ile ilgili görüşme formu olmak üzere iki form ayrı ayrı olacak şekilde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama öncesi, uygulama sonrası ve izleme görüşmeleri olarak şu şekilde hesaplanmıştır:

**Tablo 2.3.** Mental İyi Oluş Formu Uygulama Öncesi Kodlama Güvenirliliği

Kodlama Güvenirliliği = $26 \div (26 + 5) \times 100 = 83$
Kodlayıcıların görüş birliğine vardığı kod sayısı: 26
Kodlayıcıların görüş ayrılığı yaşadığı kod sayısı: 5

Miles ve Huberman formülüne göre araştırma kapsamında elde edilen verilere yönelik uygulama öncesi kodlama güvenirliliği 83 olarak belirlenmiş ve bu değere göre kodlama güvenirliliğinin yeterli düzeyde olduğu görülmüştür.

**Tablo 2.4.** Mental İyi Oluş Formu Uygulama Sonrası Kodlama Güvenirliliği

Kodlama Güvenirliliği = $23 \div (23 + 4) \times 100 = 85$
Kodlayıcıların görüş birliğine vardığı kod sayısı: 23
Kodlayıcıların görüş ayrılığı yaşadığı kod sayısı: 4

Miles ve Huberman formülüne göre araştırma kapsamında elde edilen verilere yönelik uygulama sonrası kodlama güvenirliliği 85 olarak belirlenmiş ve bu değere göre kodlama güvenirliliğinin iyi düzeyde olduğu görülmüştür.

**Tablo 2.5.** Mental İyi Oluş Formu İzleme Testi Kodlama Güvenirliliği

Kodlama Güvenirliliği = $21 \div (21 + 5) \times 100 = 80$
Kodlayıcıların görüş birliğine vardığı kod sayısı: 21
Kodlayıcıların görüş ayrılığı yaşadığı kod sayısı: 5

Miles ve Huberman formülüne göre araştırma kapsamında elde edilen verilere yönelik izleme görüşmeleri kodlama güvenilirliği 80 olarak belirlenmiş ve bu değere göre kodlama güvenilirliğinin yeterli düzeyde olduğu görülmüştür.

**Tablo 2.6.** Manevi Yaşam ve Manevi Güçlenme Formu Uygulama Öncesi Kodlama Güvenirliği

Kodlama Güvenirliği = $66 \div (66 + 10) \times 100 = 86$
Kodlayıcıların görüş birliğine vardığı kod sayısı: 66
Kodlayıcıların görüş ayrılığı yaşadığı kod sayısı: 10

Miles ve Huberman formülüne göre araştırma kapsamında elde edilen verilere yönelik uygulama öncesi kodlama güvenilirliği 86 olarak belirlenmiş ve bu değere göre kodlama güvenilirliğinin iyi düzeyde olduğu görülmüştür.

**Tablo 2.7.** Manevi Yaşam ve Manevi Güçlenme Formu Uygulama Sonrası Kodlama Güvenirliği

Kodlama Güvenirliği = $58 \div (58 + 4) \times 100 = 93$
Kodlayıcıların görüş birliğine vardığı kod sayısı: 58
Kodlayıcıların görüş ayrılığı yaşadığı kod sayısı: 4

Miles ve Huberman formülüne göre araştırma kapsamında elde edilen verilere yönelik uygulama sonrası kodlama güvenilirliği 93 olarak belirlenmiş ve bu değere göre kodlama güvenilirliğinin iyi düzeyde olduğu görülmüştür.

**Tablo 2.8.** Manevi Yaşam ve Manevi Güçlenme Formu İzleme Testi Kodlama Güvenirliği

Kodlama Güvenirliği = $54 \div (54 + 7) \times 100 = 88$
Kodlayıcıların görüş birliğine vardığı kod sayısı: 54
Kodlayıcıların görüş ayrılığı yaşadığı kod sayısı: 7

Miles ve Huberman formülüne göre araştırma kapsamında elde edilen verilere yönelik izleme görüşmeleri kodlama güvenilirliği 88 olarak belirlenmiş ve bu değere göre kodlama güvenilirliğinin iyi düzeyde olduğu görülmüştür.

## 2.5. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulama

### 2.5.1. Uygulamanın Genel Kapsamı

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama, çalışma grubundaki DS'li bireylerin anlam dünyasını anlayabilmeyi, manevi ihtiyaçlarına yönelik destek hizmet sağlayabilmeyi ve onlara temel dini/manevi değerleri aktarabilmeyi amaçlamaktadır. Uygulamaya katılan DS'li bireylerin annelerinin ise manevi ihtiyaçlarını tespit edebilmeyi, onların anlam dünyalarını zenginleştirebilmeyi ve manevi ihtiyaçlarına yönelik destek hizmet sağlayabilmeyi böylelikle mental iyi oluş durumlarını desteklemeyi, manevi iyi oluş anlamında güçlenmelerini amaçlamaktadır. Uygulamanın içeriği de bu amaca yönelik olarak hazırlanmıştır.

Uygulamada hedeflenen nihai sonuca ulaşabilmek adına hem DS'li bireyler hem de anneleri ile 8 oturum uygulanmıştır. Anneler ile yapılan ilk oturum, tanışma ve beklentilere yönelik açıklama sunma yönünde oluşturulmuştur. Ayrıca birinci oturumda maneviyat, manevi yaşam ve manevi güçlenme hakkında bilgi aktarımı yapılmıştır. İkinci oturumda aşkın varlık olan yaratıcının sevgisinden, sevginin kaynağının Allah olmasından, sevginin ve değer vermenin aynı zamanda değer görmenin kıymetinden bahsedilmiştir. Üçüncü oturumda manevi yaşamın önemli kriterlerinden birisi olan şefkat ve merhamet konuları üzerinde durulmuştur. Dördüncü oturumda DS tanısı almış çocuğun durumunu kabullenme ve olumlu düşünce geliştirme becerisine yönelik oturum yapılmıştır. Beşinci oturumda gündelik yaşamda hayatı kolaylaştıracak olan sabır ve öfke kontrolü ile ilgili paylaşım yapılmıştır. Altıncı oturum, manevi güçlenmede önemli bir yer tutan tevekkül ve sorumluluk bağlamında hazırlanmıştır. Yedinci oturum programın nihai hedefi olan umut ve şükür kapsamında; umut, dua ve şükür niteliklerini kazanabilmeye yönelik hazırlanmıştır. Son oturum olan sekizinci oturumda ise uygulama hakkında genel değerlendirme ve çalışma grubu ile vedalaşma yapılmıştır.

DS tanılı çalışma grubu ile yapılan oturumlarda ilk toplantı tanışma ve grubun düzeninin oluşturulması yönünde gerçekleşmiştir. İkinci oturum, aşkın varlık olan yaratıcının sevgisinden, sevginin kaynağının Allah olmasından, sevginin ve değer vermenin aynı zamanda değer görmenin kıymetinden bahsedilmiştir. Üçüncü

oturumda manevi yaşamın önemli kriterlerinden birisi olan şefkat ve merhamet konuları üzerinde durulmuştur. Dördüncü oturumda toplumsal farkındalık ve sosyal bütünleşmeye destek niteliğinde manevi değerlere saygı konusu ile ilgili paylaşımlar gerçekleştirilmiştir. Beşinci oturumda gündelik yaşamda hayatı kolaylaştıracak olan sabır ve öfke kontrolü ile ilgili konular işlenmeye çalışılmıştır. Altıncı oturum, sorumluluk kazanabilmek adına iyilik yapma, yardımlaşma ve paylaşma bağlamında hazırlanmıştır. Yedinci oturum DS'li bireyler için uygulamanın nihai hedefi olan Allah ile bağlantı kurabilme yönüyle dua ve şükür kapsamında; dua edebilmeye ve şükür niteliklerini kazanabilmeye yönelik yapılmıştır.

Tematik olarak tasarlanan manevi iyi oluşu güçlendirmeye dair uygulamada; çalışma grubu üyelerini bilgilendirmenin yanı sıra özellikle DS tanılı katılımcılar için davranışsal, bilişsel ve yaşantısal unsurlara da yer verilmesine özen gösterilmiştir. Katılımcı annelerin ise özellikle yapılan oturumlar üzerinde düşünmeleri, oturumlar arasında bağlantı kurmaları, kendileri ile ilgili değişimi görmeleri sağlanmaya çalışılmıştır.

### **2.5.2. Uygulamanın Geliştirilmesi**

Uygulamadaki oturumların içeriği; çalışma başlangıcında yapılan ihtiyaç analizi, annelerden gelen talepler, DS'li bireylere yönelik yapılan gözlemler, çalışmanın yapıldığı kurumdaki yönetici, psikolog ve öğretmenlerin görüşleri ile oluşturulmuştur. Bu süreçte annelere ihtiyaç analizi uygulanmıştır ve araştırmacı özel eğitim kurumunda katımlı gözlem yapmıştır. Oturum içerikleri ve temalar ihtiyaca yönelik oluşturulduktan sonra alanında uzman hocalardan görüş alınarak onaylarından geçmiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama hazırlanırken aynı zamanda yurt içi ve yurt dışında gerçekleştirilen çalışmalardan yararlanılmıştır. Bu doğrultuda tezin kavramsal ve kuramsal çatısı altında verilen kaynaklar yol gösterici olmuştur. Özellikle Din Psikolojisi alanında DS'li bireyler ile yapılan Gören (2015)'e ait "Down Sendromlu Bireylerin Manevi Bakımı ve Bir Model Önerisi" isimli doktora tezi ve özel gereksinimli bireylerin anneleri ile Karagöz (2020) tarafından çalışılmış "Manevi İçerikli Grup Rehberliğinin Özel Gereksinimli Çocuk Sahibi

Annelerin Dini Başa Çıkma, Psikolojik İyi Oluş ve Kaygı Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi” isimli doktora tezi çalışmamızdaki uygulamanın içeriğini hazırlamada yol gösterici olmuştur. Ayrıca Usta (2009)’nın “Özel Eğitim Gerektiren Birey, Aile ve Din Eğitimi”, Bahadır (2010)’ın “Psiko-sosyal Bir Sorun Olarak Engelliliği Anlamlandırmada Dini Referanslar ve Pratik Yansımaları”, Bozyaka (2011)’nin “Din ve Ahlak Öğretiminde Drama Örnekleri”, Yapıcı (2013)’nin “Ruh Sağlığı ve Din”, Göcen (2014)’in “Şükür Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü”, Voltan-Acar (2014)’in “Grupla Psikolojik Danışma İlke ve Teknikleri”, Şirin (2014)’in “Dini Danışma ve Rehberlik”, Ayten (2015)’nin “Erdeme Dönüş Psikoloji ve Mutluluk Yolu”, Albayrak (2015)’in “Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Ailelerin Stresle Başa Çıkma Tutumları”, Şanlı ve Çelik (2015)’in “Grup Rehberliğinin Engelli Çocuk Sahibi Annelerin İyimserlik Düzeyini Artırmaya Etkisi”, Andreyko (2016)’nun “The Emotional State of Parents in the Structure of the Stages of the Experience of Having a Child with Developmental Disabilities”, Musayev (2016)’in “Engelli Bireylerin Din ve Değerler Eğitimi”, Özdemir (2016)’in “Engelliler ve Din”, Kara (2018)’nin “Engelli Çocuğa Sahip Annelere Yönelik Manevi Destek ile Güçlendirme Uygulaması” isimli çalışmalarından faydalanılmıştır.

### **2.5.3. Oturumların Akışı**

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamada, tanışma/grup oluşturma ve oturumlar sonrası değerlendirme olmak üzere 8 oturum yapılmıştır. Her hafta bir tema içeriği ile DS’li bireylere ve annelerine arka arkaya oturum uygulanmıştır. DS’li bireylere bir grup olarak ayrı, annelerine bir grup olarak ayrı olacak şekilde oturumlar planlanmış ve yapılmıştır. Tüm uygulama sürecinde çalışmanın yapıldığı kurumun psikoloğu da hem anneler için yapılan oturumlarda hem de DS’li bireyler için yapılan oturumlarda gönüllü olarak onlara eşlik etmiştir. Oturumlar sırasında ses kayıt cihazı ile tüm süreç kayıt altına alınmıştır daha sonra araştırmacı tarafından bu kayıtlar metne çevrilmiştir. Ayrıca çalışmanın uygulama süreci boyunca araştırmacı tarafından günlük tutulmuştur.

DS’li bireyler ile yapılan oturumlar yaklaşık 35 dakika sürmüştür. DS’li bireyler ile temalar işlenirken görsel ve işitsel materyallerden faydalanılmıştır. Oturumun yapıldığı ortama ekran kurulumu gerçekleştirilmiştir. Bunların yanı sıra

oturum içeriklerine hareketli oyunlar da eklenmiştir. Her tema sonrasında çeşitli pekiştirmeyle DS'li bireylerde kalıcılık sağlanması çalışmaları yapılmıştır. Bazı temalar sonrasında evde ailenin gözlemlerine dayanarak veri elde edebilmek adına çizelgeler verilmiştir ve her oturum sonrasında anneler ile görüşme sağlanıp, oturumların çocukları üzerindeki etkisi hakkında geri dönüş alınmıştır.

Anneler ile yapılan oturumlar yaklaşık 60-70 dakika kadar sürmüştür. Annelerin kendilerini rahatça ifade edebilecekleri samimi bir ortam oluşturulmaya gayret edilmiştir. Oturum temaları, anneler ile karşılıklı etkileşim biçiminde işlenmeye çalışılmıştır. Annelerin de olabildiğince etkin katılımı sağlanmıştır. Her oturuma, Mevlana'nın sözleriyle başlanmıştır. Uygulama içeriklerinde ayet ve hadislere olabildiğince yer verilmiştir bunun dışında Anadolu irfanından da faydalanılmıştır. Yunus Emre, Mevlana, Nasreddin Hoca gibi Anadolu kültürünün öncülerinin de görüş, düşünce ve sözlerinden de alıntılar yapılmıştır. Her oturum sonrasında annelerden o gün işlenen tema ve içerik hakkında değerlendirme alınmıştır. Uygulamadaki temalar, hem DS'li bireylere hem de annelerine ayrı ayrı uygulandığı için her oturum içeriğine anneler ardından çocukları olacak şekilde çalışmada yer verilmiştir.

Araştırmamızın başlangıcında 10 tane anne ile DS'li çocuklarının ve kendilerinin manevi ihtiyaçlarını tespit etmeye yönelik görüşmeler yapılmıştır. Söz konusu görüşmelerde anneler, kendilerini rahat ifade edecekleri biçimde serbest bırakılmıştır ve onlar DS'li çocukları ile ilgili yaşam hikâyelerini istedikleri şekilde, esnek olarak anlatmışlardır. Böylece ihtiyaç tespiti için sağlıklı ve doğru aktarım oluşturulmaya çalışılmıştır. Hem daha önce Gören (2015)'e ait doktora tezindeki manevi gereksinimler hem de görüşmeler nihayetinde ortaya çıkan manevi gereksinimler destek hizmet bağlamında değerlendirilmiştir. Araştırmamızda annelere yönelik manevi destek hizmet olarak şu gereksinimleri ortaya çıkmıştır:

- 1- Sevmek, sevilmek ve değer görmek
- 2- Anlam bulmak
- 3- Umut beslemek
- 4- Sabır göstermek

- 5- Tevekkül sahibi olmak
- 6- Şefkat ve merhamet duygularını geliştirmek
- 7- Şükür bilincini kazanmak
- 8- Dua aracılığı ile Yaradan'la bağ kurmak
- 9- İçinde bulunulan durumu kabullenmek ve olumlu düşünmek

DS'li bireylerin manevi destek hizmet gereksinimleri şöyle belirlenmiştir:

- 1- Sevmek, sevilmek ve değer görmek
- 2- Şefkat ve merhamet duygularını geliştirmek
- 3- Manevi değerlere saygı göstermek (Ezan, cami ve Kuran-ı Kerim)
- 4- Sabır göstermek ve nezaketli davranışta bulunmak
- 5- Sorumluluk alabilmek
- 6- İyilik yapmak, yardımlaşmak ve paylaşımcı olmak
- 7- Şükür bilinci kazanmak
- 8- Dua aracılığıyla Yaradan ile bağ kurmak

Annelere ve DS'li bireylere yönelik uygulamanın içeriği ortaya çıkan ihtiyaçlar bağlamında tasarlanmıştır. Uygulama öncesi ve sonrası yapılan görüşmelerdeki bulgulara göre söz konusu gereksinimlerin giderilmesinde uygulama temalarının olumlu katkısı olmuştur. Uygulamadan sonra yapılan değerlendirme görüşmelerinde katılımcıların birçok konuda farkındalık kazandıkları görülmüştür. Annelere manevi destek hizmeti vermek, manevi ihtiyaçların giderilmesine katkı sunmak ve manevi iyi oluşu güçlendirmek maksadıyla uygulamanın temaları; “Sevgi ve değer vermek”, “Merhamet ve şefkat”, “Kabullenme ve olumlu düşünme”, “Sabır ve öfke kontrolü”, “Tevekkül ve sorumluluk”, “Umut, dua ve şükür” şeklinde oluşturulmuştur. DS'li bireyler için manevi destek hizmet vermek ve manevi iyi oluşu güçlendirmek maksadıyla uygulamanın temaları sırasıyla “Sevgi ve değer vermek”, “Merhamet ve şefkat”, “Manevi değerlere saygı”, “Sabır, öfke kontrolü ve nezaket sözcüklerini kullanabilme”, “İyilik, yardımlaşma ve paylaşma”, “Dua ve şükür” şeklinde yapılandırılmıştır.

**Tablo 2.9.** Anneler İçin Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Oturumları

<b>Oturum Sayısı</b>	<b>Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Temaları</b>
<b>1. Oturum</b>	-Grup üyelerinin tanışması -Uygulama hakkında bilgilendirme -Maneviyat hakkında bilgilendirme
<b>2. Oturum</b>	-Sevginin kaynağının yaratıcı olduğu ile ilgili farkındalık -Sevgiyi ifade edebilme -Değer vermenin ve değer görmenin önemini kavrayabilme
<b>3. Oturum</b>	-Manevi yaşamın önemli kriterlerinden merhamet farkındalığı -Şefkat, merhamet ve acıma duygusunun farklı olduğunu anlama -Tüm yaratılmışlara merhamet ve şefkatle yaklaşabilme becerisini kazanma
<b>4. Oturum</b>	-Katılımcıların DS tanılı bir çocuğa sahip olduklarını öğrendikten sonraki duygu ve düşünceleri -Bu konuyla ilgili şu an içindeki buldukları duygu ve düşüncelerin farkına varma -Hayatın anlamı üzerine bilgilendirme -DS tanılı çocuk sahibi olmanın hayatlarındaki anlamını keşfedebilme -DS tanılı çocuğun durumunu kabullenme ve bu durumla ilgili olumlu düşünce geliştirebilme
<b>5. Oturum</b>	-Günlük yaşamda karşılaşılan olumsuz durumlara karşı sabırlı olabilme -Sabır ve tahammül ayrımının farkında olma -Öfke kontrolüne dair bilgilendirme
<b>6. Oturum</b>	-DS tanılı çocuk sahibi bir anne olarak tevekkülü hayatında yaşayabilme -Tevekkül ve sorumluluk bağlamında DS'li çocuğuna karşı sorumluluklarının farkında olma
<b>7. Oturum</b>	-Umut kavramının tanımlanması -İyimserlik ve kötümserlik arasındaki farkı keşfedebilme -Geleceğe ilişkin olumlu hedeflerin oluşturulması -Katılımcıların şükredek bir çok nimete sahip olduklarını keşfedebilmeleri -Duanın gücünün farkındalığı
<b>8. Oturum</b>	-Tüm oturumlara dair genel bir değerlendirme yapılması -Uygulamanın katkı ve eksiklerinin üzerinde konuşulması -Sürecin sonlandırılması

**Tablo 2.10.** DS'li Bireyler İçin Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Oturumları

<b>Oturum Sayısı</b>	<b>Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Temaları</b>
<b>1. Oturum</b>	-Grup üyelerinin tanışması ve grup düzeninin oluşturulması -Uygulama hakkında bilgilendirme
<b>2. Oturum</b>	-Sevginin kaynağının yaratıcı olduğu ile ilgili farkındalık -Sevgiyi ifade edebilme -Değer vermenin ve değer görmenin önemini kavrayabilme
<b>3. Oturum</b>	-Manevi yaşamın önemli kriterlerinden merhamet farkındalığı -Tüm yaratılmışlara merhamet ve şefkatle yaklaşabilme becerisini kazanma
<b>4. Oturum</b>	- Manevi değerlere saygı kapsamında; Camiyi tanıma ve camide bulunurken dikkat edilecek hususların kazanımı Kur'an-ı Kerim'i tanıma ve Kur'an-ı Kerim okunurken dikkat edilecek hususların kazanımı Ezanı tanıma ve ezan okunurken dikkat edilecek hususların kazanımı
<b>5. Oturum</b>	-Günlük yaşamda karşılaşılan olumsuz durumlara karşı sabırlı olabilme -Öfke kontrolünü sağlayabilme ve öfke sırasında nahoş sözcük kullanımından kaçınma -Nezaket sözcüklerini kullanma becerisini kazanma
<b>6. Oturum</b>	-Sorumluluk bağlamında yaşamında İyiliğe yer verme Paylaşmaya değer verme Yardımlaşmanın önemini kavrama
<b>7. Oturum</b>	-Katılımcıların şükredecek birçok nimete sahip olduklarını keşfedebilmeleri -Duanın gücünün farkındalığı
<b>8. Oturum</b>	-Sürecin sonlandırılması ve vedalaşma

#### 2.5.4. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Yapılan Uygulamadaki Oturumların Özetleri

##### 1. OTURUM (Anneler İçin)

**Oturumun Teması:** Uygulanacak olan oturumlar için uygun bir grup ortamı oluşturulması, annelerin birbirleri ile tanışması, uygulamanın tanıtılması ve maneviyat hakkında bilgi verilmesi.

**Oturumun Amacı:** Araştırmacı tarafından yapılan çalışmanın amacını anlatmak, manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın hedefi, işleyişi, yaşama olan katkısı hakkında bilgilendirme yapmak ve maneviyat konusunda farkındalık oluşturmak.

**Uygulama:** Uygulamanın ilk oturumunda, katılımcı 7 anneye yapılan tez çalışmasının temel amacı anlatılmıştır. Annelere planlanan oturum temaları tanıtılarak; uygulamanın amacı, nasıl işleyeceği ve uygulama sonunda nelerin hedeflendiği gibi hususlar hakkında bilgi verilmiştir. “Bu çalışmanın amacı nedir?”, “Süreç ve oturumlar nasıl ilerleyecektir?”, “Annelerin manevi ihtiyaçları nelerdir?”, “Çocukların manevi ihtiyaçları nelerdir?”, “Çocuklarla bu süreç nasıl işleyecektir?” sorularının cevabı ve katılımcıların aklına takılan hususlar açık ve net bir şekilde cevaplanmaya çalışılmıştır. Annelerin ve çocukların gelebilecekleri şekilde gün ve saat aralıkları konusunda da ortak bir zeminde buluşulmuştur.

Maneviyat, manevi iyi oluş ve manevi güçlenme açıklanmaya çalışılmış, ayet ve hadislerden örneklerle maneviyatın önemi üzerinde durulmuştur. Anneler maneviyatın tanımı, kapsamı ve insan hayatındaki işlevi hakkında bilgilendirilmiştir. Dini inanç ve maneviyat, bireye çözülemeyecek gibi görünen problemlerin çözülebileceği, ortadan kaldırılamayacak gibi duran engellerin aşılabileceği mesajını vererek, sorunla karşılaşan bireye cesaret ve güç vermektedir. Ona sıkıntıların üstesinden gelinebileceği şeklinde verdiği moral ve motivasyon ile farkındalık ve çözüm odaklı anlayış oluşmasına katkı sunmaktadır (Cebeci, 2016: 145-167). İnsan hayatında dinin ve maneviyatın önemli bir yeri vardır. Manevi yaşamı zengin ve sağlıklı olan birey, karşılaştığı problemleri çözmede ve içinde bulunduğu stresli durumla baş etmede ve ruhsal sağlığını korumada önleyici bir destek almış olur.

Manevi yaşamı güçlü olan kişi, her türlü koşul ve durumlarda kendini çaresizliğe, umutsuzluğa, karamsarlığa ve tükenmişliğe kaptırmaz. Manevi yaşam, bireyi yaşamsal doyuma sevk ettirir. Olumsuz durumları silmeye çalışırken, huzur ve iyilik tohumlarının filizlenmesine vesile olur (Cüceloğlu, 2006a: 235-238).

Maneviyatın aynı zamanda manevi destek rolü üzerinde durulmuştur. “Manevî destek ise, istenmedik ve beklenmedik olay ya da durumu anlama çabası çerçevesinde bireyin iç dünyasını zenginleştiren, geliştiren ve dinî inançla birlikte dinin sağlıklı, doğru ve özüne uygun anlamıyla da beslenen inanç, duygu, düşünce ve davranış bütünlüğü olarak nitelendirilebilir.” (Akt: Kula, 2006: 74). Din ve maneviyat, insan hayatını her anlamda düzenleyen ve kişilik bütünlüğüne katkı sunan önemli bir işleve sahip olgulardır (Bahadır, 2007: 278).

Araştırmacı tarafından, maneviyatın sadece sağlıklı gelişim gösteren bireyler için değil aynı zamanda özel gereksinimi olan bireyler için de oldukça kıymetli ve önemli olduğu vurgusu yapılmıştır. Her bireyin manevi duygularının ve manevi yaşamının olabileceği açıklanmaya çalışılmıştır. Özel gereksinimi olan bireylerin ihtiyaçları, normal gelişim gösteren bireylerin ihtiyaçlarından farklı değildir. Temel yaşam gereksinimleri, sevme ve sevilme, bağlanma, değer verme ve değer görme, aidiyet, kendini gerçekleştirme, evlilik ve neslini devam ettirme gibi ihtiyaçlar söz konusudur (Akt: Ulutaşdemir, 2007: 42). Allah’ın kendisine verdiği nimetlere şükretmek, huzura ermek, el açıp dua etmek sağlıklı gelişim gösterecek göstermesin her bireyin kulluk hakkıdır. Okunan ezanı dinlemek, yapılan ibadetleri anlamaya gayret göstermek, cemaatle namaza katılmak, Kur’an okuyana eşlik etmek, peygamberin sözlerini ve hayatını öğrenmeye çalışmak özel gereksinimli bireylerin de arzusudur (Karabulut, 2020: 27).

“Ağır derecede bedensel veya zihinsel engeli nedeniyle ailesi veya hemşire ve uzman kişiler tarafından bakıma muhtaç engellilerde manevi alana dair ihtiyaçlar, normal düzeyde engellilere kıyasla daha sık ortaya çıkmaktadır. Bu engellilerde tedavi veya bakımları nedeniyle uzun süre hastane veya ev ortamında kaldıkları ve rutin hayatlarından uzaklaştıkları için kendilerini yetersiz hissetme, sürekli başkalarına ihtiyaç duymalarına bağlı olarak da bağımlılık psikolojisi, çaresizlik ve depresyon, kaygı düzeylerinde artış, iyileşememe ve terk edilme korkusu gelişebilir.”

(Kula ve Sel, 2020: 30-31). Bakıma muhtaç kişilere yardımcı olan veya bakımını üstlenen bireyler de birçok sıkıntı ve zorluklar yaşayabilmektedirler. Rutin hayatının farklılaşması, yakın çevreyle ilişkilerin azalması gibi nedenlerle stres, yorgunluk, bıkkınlık gibi pek çok sıkıntılar yaşayabilmektedirler. Bu durumlara bağlı olarak manevi danışmanlık, özel gereksinimli birey ve onun yakın çevresinde özellikle bakım hizmetleriyle ilgilenen bireyler için de olumlu katkılar sağlayacaktır (Kula, 2012: 188-189).

Maneviyatın insan hayatındaki işlevinin, öneminin ve katkısının açıklanmasının ardından her birey için farklı anlamlar ve değerler taşıyabileceği üzerinde durulmuştur. Bu sebeple oturumlarda çeşitli erdemler ve değerler üzerinden anlatılar yapılacağı ifade edilmiştir. Özetle; kişi, kendi özünden ve değerlerinden yola çıkarak Allah ile kurduğu bağ aracılığıyla maneviyatı yaşar. Maneviyat, içten gelen ve doğuştan var olan bir kaynaktır. Sözü edilen kaynak, Yaratıcı ile kurulan bağ sayesinde güçlenir ve beslenir. Birey, Allah ile kurduğu bu bağ vesilesiyle hayatındaki olay ve olgulara anlam verir ve bu anlamlandırma psikolojik iyi olma haline olumlu katkı sağlar. Manevi güçlenmenin nüvesini, insanın Yaratıcı ile sağlıklı bağ kurması ve Allah'ın yardımı ile bireyin güçlenmesi oluşturmaktadır. Nitekim Bakara Suresi 186. ayette “Kullarım sana beni sorduklarında bilsinler ki şüphesiz ben yakınlığım, bana dua ettiğinde dua edenin dileğine karşılık veririm. Şu halde benim davetime gelsinler ve bana iman etsinler ki doğru yolu bulabilsinler.” buyrulmaktadır. Bireyin Allah ile yakın bağ kurması ayet ile de bildirilmiştir.

Hz. Muhammed'in bir hadisinde “Kim bir Müslümanın dünyevi bir sıkıntısını giderirse Allah onun kıyamet günü sıkıntılarından birini giderir. Kim dünyada zora düşmüş birinin işini kolaylaştırırsa Allah onun dünyada ve ahirette işini kolaylaştırır. Kim bir Müslümanın dünyada açığını kapatırsa Allah onun dünya ve ahirette açığını kapatır. Kul din kardeşinin yardımında olduğu müddetçe Allah da kulunun yardımındadır.”<sup>21</sup> buyrulur. Bu hadis müslümanları birbirlerine destek olmaları, birbirlerine eşlik etmeleri ve yol göstermeleri yönünde teşvik etmektedir. Hadisten de yola çıkılarak uygulama boyunca araştırmacı ve katılımcılar birbirlerine eşlik

---

<sup>21</sup> Tirmizî, Birr, 19.

edecekler ve birbirlerinin gelişimine ve manevi anlamda güçlenmesine katkıda bulunacaklardır.

**Oturum Değerlendirmesi:** Katılımcılar, yeni bilgiler edindiklerini, maneviyatı hiç bu anlatılanlar gibi düşünmediklerini; maneviyat deyince Allah'a inanmak, Müslüman olmak, namaz kılmak veya birine manevi anlamda (maddiyatın zıddı, parasal olmayan) destek olmak gibi düşündüklerini ifade ettiler. Manevi iyi oluş ve manevi güçlenme konusu hakkında ilk defa fikir sahibi olduklarını ve daha önce böyle bir uygulamanın yapılmadığı şu an bu çalışma içerisinde olmalarından memnuniyet duyduklarını, çalışmanın hem kendilerine hem de çocuklarına faydalı olacağını düşündüklerini ve merakla oturumları takip edeceklerini dile getirdiler.

### 1. OTURUM (DS'li Bireyler İçin)

**Oturumun Teması:** Uygulanacak olan oturumlar için uygun bir grup ortamı oluşturulması, DS'li bireylerin birbirleri ile tanışması, programda neler yapılacağı hakkında bilgi verilmesi.

**Oturumun Amacı:** Araştırmacı tarafından DS'li bireyler ile iletişime geçmek, çalışma grubunun birbirleri ile tanışmasını sağlamak, oturumlar için uygun ortamı hazırlamak.

**Uygulama:** Uygulamanın ilk oturumunda, oturuma katılan 6 DS'li birey olmuştur. Öncelikle araştırmacı kendini tanıtmıştır, daha sonra çalışma grubunun birbirleri ile tanışmaları sağlanmıştır.

DS tanılı bireylere araştırmacı tarafından yapılan bir çalışma için burada oldukları anlatılmaya çalışılmıştır. Oturumlarda kendilerini daha rahat hissedebilecekleri düşüncesiyle isterlerse anneleri veya kardeşleri ile birlikte katılabilecekleri güveni verilmiştir. Bir sonraki oturuma hazırlık amacıyla gönüllü olanların kendilerinden bahsedebilecekleri ifade edilmiştir.

DS2, annesi ile derse gelmeyi sevmediğini ama oyun ve etkinlikleri çok sevdiğini söylemiştir. “Burada etkinlik yapacak mıyız?” sorusunu yöneltmiştir. Araştırmacı etkinlik, oyun ve hediyelerle güzel toplantılar yapacakları cevabını vermiştir. Bunun üzerine DS2, her oturuma katılacağını ifade etmiştir. DS2, çalışma grubuyla en sevdiği rengin turuncu olduğunu paylaşmıştır.

DS3, en sevdiği rengin mor olduğunu ve pasta yemeyi çok sevdiğini söylemiştir. Ayrıca okula çok seyerek gittiğini ifade etmiştir. Araştırmacıyı da çok sevdiğini bu yüzden her oturuma gelmek istediğini dile getirmiştir.

DS6, babasını çok sevdiğini, kuruma gelmekten hoşlandığını anlatmıştır.

Araştırmacı da DS’li bireyler ile sohbet ortamı oluşmasına katkı sunmak ve ortak bir zeminde buluşma amacıyla sevdiği rengi söylemiştir ve şarkı dinlemekten hoşlandığını anlatmıştır. Araştırmacı öğretmen olduğunu ve öğrencilerinin olduğunu ifade etmiştir, okulundan ve öğrencilerinden bahsetmiştir. DS’li bireyler ile diğer oturumlarda görüşmek dileğiyle oturum sonlandırılmıştır.

## **2. OTURUM (Anneler İçin)**

**Oturumun Teması:** Sevmek, Değer Vermek

**Oturumun Amacı:** Bireyin öncelikli olarak kendini sevmesi ve kendine değer vermesinin yanında tüm yaratılmışlara değer vermek ve onları sevmek böylece insanda bulunan sevgi enerjisini canlı tutmak ve bireyde yaratanla sevgi bağının varlığı ve devamı olduğu düşüncesinin oluşmasına katkı sunmak hedeflenmektedir.

**Uygulama:** Bu oturumda, sevginin tüm canlılar için bir ihtiyaç olduğu; kişinin öncelikle kendine değer vererek ve kendini sevmeye başlayarak tüm dünyayı sevebileceği konusu ifade edilmiştir. Allah’ın “Rahman” ve “Rahim” isimleri sevgi teması üzerinden açıklanmıştır. Günlük yaşamdan örneklendirmelerle sevginin insan yaşamındaki yeri ve çocuk gelişimi için önemi üzerinde durulmuştur. Uygulamaya başlamadan önce araştırmacı tarafından annelere, uygulama boyunca yazmak isteyecekleri güzel düşünceler olması ve bu çalışmanın anısı olarak hatırlanması temennisi ile lavanta kokulu defter hediye edilmiştir. Anneler bu hediyeleşme karşısında mutlu olmuşlardır. Hatta bazıları uzun zamandır özel bir gün dışında bir başkasından hediye almadıklarını dile getirmişlerdir. Araştırmacı da çalışma başlangıcında aslında bu davranışı ile karşısındaki bireye değer vermenin önemini yansıtmaya çalışmıştır. Ayrıca hediyeleşmek, sünnettir ve kişiler arası sevgiyi gösterme biçimlerinden birisidir.

K2: “DS’li çocuğum doğduğunda yazmaya başladım ama sonra bıraktım. Acı verici şeyler yazıyordum bıraktım (gözleri dolarak). Bundan sonra güzel şeyler

yazarım inşaallah” demiştir. Bu ifadelerden sonra tüm grup, güzel temennilerde bulunmuştur ve bu temennilerle oturuma başlanmıştır.

*“Sevgiden acılar tatlılaşır, sevgiyle bakır altın olur  
Sevgiden bulanıklıklar durulur, sevgiyle dertler şifa bulur  
Sevgiden ölü bile dirilir, sevgiyle padişah köle olur  
Sevgiden zindan gül bahçesi olur, sevgiyle karanlık evler aydınlanır  
Sevgiden nar nur olur, sevgiyle demir mum gibi erir  
Sevgiden hastalık şifa bulur, sevgiyle kahır rahmet olur”*

*(Mesnevi, cilt II, S. 1529-1537)*

Mevlana, eserlerinde sevgiyi ve Allah’a kulluk görevini anlatır. Neyden yola çıkarak insanın da zorluklarla yanıp, pişip olgunlaştığını dile getirmiştir. Normal gelişim gösteren çocuklar bile sevgi olmadan bir kenarda ilgisiz kalsın hayata uyum sağlayamaz. Bu yüzden farklı gelişim gösteren çocuklar sevgiyle şu anki durumlarına ulaşmışlardır. Anne sevgisi çok değerlidir, annelerin yaptığı yemek bile o sevgiden kaynaklı ayrı güzeldir. Annelere “Sevgi deyince size neler çağrıştırıyor?” sorusu yönlendirilmiştir.

K2: “Çocuğunu kendinden daha ileride görüyorsun, bir emanet diyorsun ve daha çok önem veriyorsun.” demiştir.

K5: “Mevlana’nın dediği gibi; karanlık ev aydınlanır sevgiyle.”

K6: “İnsan çocuğuna koşulsuz bağlanıyor. Eşim olmadan yaşayabilirim ama çocuğum olmadan yaşayamam.” demiştir.

Annelerin ifadelerinden sevginin, onlar için en başta evlatlarına duydukları his ve değer verme olarak kendini gösterdiği ortaya çıkmıştır.

Sevgi; ilahi aşkın da varlığıyla Allah’ın “Rahman” ve “Rahim” isimlerinden sirayet etmiş, insanın gerçekten gönlünden gelen duygu olarak ifade edilebilir. Allah’ın “Rahman” ismiyle tüm yarattıklarına merhamet ettiği, “Rahim” ismiyle de ahirette inananlara ihsanda ve lütufta bulunacağı bilgisi vardır. Bu sebeple her işin başında “Rahman ve Rahim olan Allah’ın adıyla” deyip besmele çekilir ve aslında her işe sevgiyle ve merhametle başlanmış olunur. Tüm bu anlatılanlardan anlaşılacağı üzere sevginin kaynağı Allah’tır. Allah “el-Vedud”dur yani kullarını

çokça severdir. Kendi sevgisinden kullarına özellikle de annelere ihsanda bulunandır. Bu sebeple anneler evlatlarına koşulsuz, şartsız ve sınırsız sevgiye sahip güçtedir. Sevgi olmasa bebek büyütme, doğum sancısı çekme, lohusalık sıkıntılarını yaşamak gibi durumlar aşılamaz.

Allah, tüm kullarına lütufkârdır. Yunus Emre diyor ya; “Yaratılanı severim Yaradan’dan ötürü.” inançlı bireyler sadece insanı değil, tüm yaratılmışları ağacı, bitkiyi, hayvanı, dağı taşı sever. “Allah’ın insana lütfettiği sevgiyle çevremizi sevecek miyiz?”, “Sevgimizi gösterecek miyiz?”, “Öncelikle kendimizi sevecek miyiz?”, “Şükredecek miyiz?” gibi sorular burada devreye girmektedir.

İnsanın kendisini sevmesi çok değerli bir vasıftır. Kendini sevmeyen kendisiyle kavgalı olan insan kimseyi sevmez, kusur bulur, huzursuzluk yayar. Oysaki kendimizi seveceğiz ki çevremizi de sevebilelim. Hz. Peygamber sevgisiyle, merhametiyle, vicdanı ve o yumuşacık kalbiyle cahiliye döneminde parmakla gösterilen biriydi. Peygamber olduktan sonra da ayetlerde bile O’nun yumuşak kalpli olduğu, katı olmadığı Allah tarafından övülmüştür; “Sen onlara sırf Allah’ın lütfettiği merhamet sayesinde yumuşak davrandın. Eğer kaba, katı kalpli olsaydın, hiç şüphesiz etraftan dağılır giderlerdi. Onları affet, onların bağışlanmasını dile, iş hakkında onlara danış, karar verince de Allah’a güven, doğrusu Allah kendisine güvenenleri sever.”<sup>22</sup> ayetinden de anlaşılacağı gibi sevgiyle yaklaşmak, merhamet göstermek ve katı yürekli olmamak insana yakışan tavidir.

Hz. Peygamber’in birçok hadisinde sevgi ve merhamet, başkalarına değer vermek konuları sıkça geçmektedir. “Kıyamet kopup hesap günü geldiğinde arşın gölgesinde yedi sınıf insan olacaktır. Bunlardan birisi de birbirini Allah için seven müminlerdir...”<sup>23</sup> hadisinde insanların birbirini halis niyetle sevmesinden ve bunun mükafatından bahsedilir. Bir başka hadiste “İman etmedikçe cennete giremezsiniz, birbirinizi sevmedikçe gerçek anlamda iman etmiş olmazsınız.”<sup>24</sup> buyurulmaktadır. Birey, muhatabına her zaman sevdiğini söylemez ama farklı yollarla sevgisini ifade edebilir bunun için beş farklı yol vardır. Onay sözleri; teşekkür, eline sağlık gibi taltif

<sup>22</sup> Âl-i İmrân, 3/159.

<sup>23</sup> Buhârî, Ezan, 36; Müslim, Zekât, 30; Tirmizî, Zühd, 53.

<sup>24</sup> Müslim, İman, 93-94.

edici cümleler, cesaret verici sözler, iltifatlar vb. Nitelikli beraberlik; kaliteli sohbet, birlikte yapılan etkinlikler gibi faaliyetlerdir. Hediyeleşme sevginin bir diğer ifade edilme biçimidir. Yardım davranışları; çevrenizdeki insanların yükünü hafifletmek, sofraya kurulmasına yardımcı olmak, çöpü atmak vb. davranışlardır. Fiziksel temas; sarılmak, elini tutup cesaretlendirmek gibi eylemlerdir (Chapman, 2023: 43-153).

Araştırmacı tarafından katılımcılara “Sizler bu sevgi dillerinden hangilerini tercih edersiniz?”, “Zor durumlarla başa çıkmada sevginin iyileştirici etkisini hissettiren yolları neler olabilir?” soruları yönlendirilir.

K1: “Benim kızım yapar, benim meleğim başarır diyorum.”

K2: “Bugün dışarıya gittim, çocuğumun elini tuttum ondan güç aldım, o bana güç veriyor.” demiştir. Sıkıntılı bir durumda çocuğunun sevgisinden güç aldığını farkına varmıştır.

K5: “Evde hep kucaklarız. Torunlarımızı gıcıklayarak, öperek severim.”

K6: “Annemi küçük yaşta kaybettiğim için kızıma sarılırım onun saçlarının kokusunu alınca annem de böyle benim kokumu alırdı diye düşünür ve güç alırım.” cümlesiyle aslında hem annesine duyduğu sevgiyi ve özlemi hem de çocuğuna duyduğu sevgiyi anlatmaya çalışmıştır.

Birey, sevmeye önce kendinden başlamalıdır. “Sizler, kendinizi sevdiğinizi kendinize nasıl gösterirsiniz?” şeklinde katılımcılara soru sorulmuştur.

K2: “Kendimize zaman ayıramıyoruz ki kendimize değer verelim. Evde kimse yoksa sabahları kahvaltı yapmam, çay bile içmem. Çocukla işleri yetiştirmek için ara vermem.” ifadelerini kullanmıştır.

K6: “Hocam insanın kendisini sevmesi gerektiğini daha yeni yeni öğrendim yaşıma 40. Bunun yeni farkına vardım, ne yapacağımı da bilmiyorum.”

Bu cümlelerden yola çıkarak araştırmacı, annelerin öncelikle kendilerine zaman ayırmaları gerekliliği üzerinde durmuştur. Önce anneler iyi olmalı ki çocukları da iyi olsun şuurunun önemi dile getirilmiştir. Uçakta bile hostesler, “Can yeleşini önce kendinize sonra çocuğunuza giydirin!” derler, çünkü anne iyi olacak ki

çocuğuna faydası dokunsun. Kendimizi sevmenin ön koşullarını biliyor muyuz? Kendimizi sevmenin ön koşullarından birisi kendimizi affetmekten geçer.

1- *Kendinizi suçluyor musunuz?*

2- *Kendinize kızıyor musunuz?*

3- *Kendinizi cezalandırıyor musunuz?*

Eğer bu sorulara cevabımız evetse, öncelikle kendimize şefkatle yaklaşmayı, kendimizin ne kadar değerli olduğunu kendimize hatırlatmayı ihmal etmeyelim. Bizler Allah'ın yarattığı ve özel emanetlerini verdiği değerli kullarıyız. Her birimiz Allah'ın sevgisiyle yaratıldık. Sonsuz rahmet ve sevgiyle yaratan Allah bizleri “eşref-i mahlukat” yani yaratılmışların en şerefliisi olarak yaratmıştır. Allah bize bu denli değer verirken biz kendimize neden değer vermeyelim?

K2: “Kimse yükümü almadı şimdiye kadar. Evin en büyüğüyüm ve her zaman iş bitiriciyim ama çok yoruldum. Küçükken sorumluluk yükleniyor ve öyle büyütülüyor. Belki birisi de bana yardımcı olsaydı sizin dediğiniz gibi sevildiğimi daha rahat anlardım. Kendime bu konuda çok kızıyorum. Ben kimseyle derdimi paylaşmadım, eşim ve çocuklarıma bile yansıtmadım. Kızlarımı yıpratırım diye acımla tek başıma baş ettim (ağlayarak anlattı). Hiç arkadaşım yok, çocuğumla ilgili bir şey söylediklerinde çok üzülürdüm. Bıraktım arkadaşlıkları. Haykırasım gelir bazen. Polyannacılık oynadım.” cümleleriyle yardım etmenin, kaliteli vakit geçirmenin ve çevremizdeki insanlardan güç almanın insan hayatındaki önemini ve sevginin hissettirilme biçimlerini dile getirmiştir.

Sevgi dilinden bahsederken hediyeleşmekten, fiziksel temastan bahsettik. Hz. Peygamber “Birbirinize hediye verin, böylece birbirinizi seversiniz ve aranızdaki düşmanlık gider.”<sup>25</sup> buyurarak; asırlar öncesinde sevginin aile, toplum, huzur ve insanlık için değerini anlatmaya çalışmıştır. Anlıyoruz ki, inancımız bizleri esenliğe, huzura, sevgiye, inşiraha yönlendirmektedir ve bu konuda inanan insanların psikolojik hallerine olumlu katkıda bulunmaktadır. Yine Hz. Peygamber diyor ki;

---

<sup>25</sup> Muvatta, Hüsnül Hulk, 4.

“Din kardeşini seven kişi ona söylesin.”<sup>26</sup>. Bundan sonra başta kendimiz olmak üzere sevdiklerimize, sevgimizi gösterelim dilekleriyle oturum sonlandırılmıştır.

**Oturum Değerlendirmesi:** Oturumun teması ile ilgili annelerden görüş alınır ve annelerin düşüncelerini ifade etmeleri sağlanır.

K1: “Ahireti düşününce rahatlıyorum, DS’li bir çocuğum olduğu için seviyorum. Allah’ın beni sevdiğini düşünüyorum, bu yüzden evladımı verdiğini düşünüyorum.” demiştir. Bu ifadeden anlaşılacağı üzere anne, Allah’ın kuluna değer verdiğinin, kulunu sevdiğinin bilincinde ve ahiret düşüncesi anneyi rahatlatmıştır.

K2: “Bundan sonra bu defter (oturum başlangıcında hediye edilen defteri işaret ederek) gözümün önünde olsun, bu konuştuklarımız bu anlattıklarınız aklımda olsun o halde. Kendini hatırla derim kendime. Pozitif enerji aldım bu konuşmalardan.” sözleriyle oturumun kendine kattıklarını anlatmaya çalışmıştır.

K3: “Sorumluluk vermeliyiz ki çevremizdeki insanlar da bir iş yapsınlar ve hayatımız kolaylaşsın. Bizler bu konuda insanlara fırsat tanınmalıyız. Bundan sonra bu konulara daha çok dikkat edeceğim. Böylece önce kendim iyi olacağım sonra da ben iyi ve mutlu olduğum için çocuğum mutlu olacak.” ifadeleriyle yardım etmenin bir sevgi gösterme biçimi olduğunun bilincine varmıştır.

K6: “Ben kahvemi yaparım, çayım soğusa bile ısıtıp içiyorum. Ara ara keyif yapıyorum, keyif duyduğum, enerji aldığım birilerini ararım. Benim için keyif budur. Şimdi siz anlatınca anladım bunun kendime değer vermek olduğunu. Başlangıçta kendimizi sevmenin nasıl bir şey olduğunu bilememiştim ama siz anlatınca hayatımdan bu anların ne kadar önemli olduğunu anladım. Bu toplantı ile rahatladım, kendimi dertleşmiş gibi hissettim.” cümleleriyle aslında kendini sevmek ve kendine değer vermek için çok büyük eylemlerde bulunmaya gerek olmadığını yaşamın içinden küçük kesitlerin bile değerli olduğunu anlamıştır.

Anneler genellikle vakitsizlikten ve tek başına çocukla ilgilenmekten kendilerine zaman ayıramadıklarından yakınmışlardır. Bu durumun kendilerine karşı değer vermemeye sebep olduğunun farkına varmışlardır. Genel anlamda katılımcılar artık çevrelerinden yardım talep edeceklerini ve böylece kendilerini daha iyi

---

<sup>26</sup> Tirmizî, Zühd, 54.

hissedeceklerini, hem çocuklarına hem de çevrelerine daha sevgi dolu yaklaşabileceklerini söylemişlerdir. Sevginin kaynağının Allah olduğunu ve DS'li çocuklarına karşı duydukları sevginin Allah'ın lütfu olduğunu dile getirmişlerdir.

Beş sevgi dilinin kullanımı ile ilgili formu annelerin doldurması istenir. Uygulama sonrası günün oturum teması ile ilgili formun da doldurulması ile oturum değerlendirmesi bitirilir.

## 2. OTURUM (DS'li Bireyler İçin)

**Oturumun Teması:** Sevmek, Değer Vermek

**Oturumun Amacı:** Bireyin öncelikle kendini sevmesi ve kendine değer vermesinin yanı sıra tüm yaratılmışlara değer vermek ve onları sevmek böylece insanda bulunan sevgi enerjisini canlı tutmak ve bireyde Yaradan ile sevgi bağının varlığı ve devamı olduğu düşüncesinin oluşmasına katkı sunmak hedeflenmektedir.

**Uygulama:** Araştırmacı DS'li bireyleri onları görmekten mutluluk duyduğu ifadesiyle karşılar. Günlük hal/hatır sorma teknikleriyle DS'li bireylerin kendilerini daha rahat hissetmeleri sağlanır.

Araştırmacı tarafından yanında getirdiği ahşap ev maketini DS'li bireylere göstererek “Bu nedir?” sorusuyla oturuma başlanır. Katılımcılar soruya, “Ev” cevabını vermişlerdir. Bu yanıtın ardından araştırmacı “Nasıl bir ev?” diye sorarak ve çalışma grubunun üyelerinin daha iyi anlayabilmesi için evi tasvir ederek anlatımı güçlendirmeye çalışmıştır. “Karanlık bir ev, şimdi bu karanlık evi aydınlatalım mı?” sorusu ile somut anlatım için gerekli koşulları hazırlamaya çalışmıştır. Işıklar DS'li bireylerle birlikte yakılır ve ev aydınlanır. Çalışma grubuna “Az önce karanlıkken mi güzeldi şimdi aydınlıkta mı güzel? sorusu yönlendirilir. Katılımcılar, “Aydınlıkken güzel” cevabını verirler.

Araştırmacı, “İşte şöyle düşünün; karanlıkken hiç sevmediğiniz bir yer gibi düşünün ama aydınlanınca, ışık yanınca sevdiğiniz bir yer gibi güzel oldu. Işık evimizin içindeki sevgidir. Sevgi hepimizi böyle aydınlatıyor. Annemizi babamızı, kardeşlerimizi, eve gelen misafirleri, kuzenlerimizi sevmezsek olur mu?” anlatımıyla soyut olan sevgi kavramını somutlaştırarak ifade etmeye çalışmıştır.

DS1: “Annemizi, babamızı ve kardeşlerimizi sevmeliyiz. Ben onları seviyorum.” demiştir. Diğer çalışma grubu üyeleri de DS1’e katılmışlardır.

Araştırmacı “Bu ışığın evi aydınlattığı gibi sevgi de bizi aydınlatıyor. İçimizi, kalbimizi aydınlatıyor. Çok güzel değil mi? O zaman ne yapıyoruz? Sevgi dolu olmaya çalışıyoruz ki etrafımızı aydınlatalım, aynı evimizdeki ışık gibi. Böyle sevgi dolu olunca girdiğimiz yerlerde insanlar bizim ışığımızı fark ederler, aydınlığımızı fark ederler.” cümleleri ile konuyu anlatmaya çalışmıştır. “Sevgi deyince sizin aklınıza ne geliyor?” sorusu grup üyelerine yönlendirilmiştir.

DS2: “Annem, ailem aklıma geliyor.” demiştir.

DS6: “Annem babam beni seviyor, ben de onları seviyorum.” demiştir.

Araştırmacı, grup üyelerine arkadaşlarından ve onları sevmekten örnekler vererek önce aile, ardından arkadaş çevresi ve öğretmenleri olmak üzere sevgiyi DS’li bireyler için yakından uzağa doğru anlamlandırmaya çalışmıştır. “Çevremizde ağaçlar var, çiçekler var, hayvanlar var peki siz bunları seviyor musunuz?” sorusu ile tüm yaratılmışları sevme konusu üzerinde durulmuştur.

DS1: “Ben çiçekleri çok severim. Bahçemizde çok çiçek var. Kelebekleri de çok severim.” demiştir.

DS3: “Bahçeyi severim. Amcamın bahçesindeki tavukları seviyorum.”

Araştırmacı, katılımcıların ifadelerinden de faydalanarak Allah’ın dünyadaki tüm güzellikleri yarattığını ve kulları için bu nimetleri yolladığını anlatmaya çalışmıştır. Yine grup üyelerine “Bizi kim yarattı? Bize bu güzel çiçekleri ve ağaçları kim yolladı?” sorularını yönlendirerek, DS’li bireylerin anlam dünyasında Allah’a duyulan sevgiyi fark etmelerine yardımcı olmaya çalışmıştır.

DS1: “Bizi Allah yarattı. Allah bize güzel çiçekleri yolladı.” demiştir.

DS2: “Evet, dua ederiz.” (Diğer arkadaşından Allah kelimesini duyunca)

Araştırmacı, “Evet, dua ettiğimiz Allah var, O bizi yarattı. Bize annemizi babamızı yollamış. Bu güzel ağaçları, çiçekleri; köpekleri, filleri, kelebekleri, kuşları yollamış. Annemize babamıza bize dondurma alması için, oyuncak alması için para

yollamış. Öyleyse biz bu Allah'ı seviyor muyuz?" cümleleriyle grup üyelerinin cevaplarını onaylayarak onlara Allah'ın yarattıklarını sevmesi konusunu anlatmıştır.

DS1: "Evet Allah'ı seviyorum"

DS5: "Babam bana boya kalemi alması için Allah ona para gönderdi."

Araştırmacı verilen bu cevapların ardından, "Tabi ki seviyoruz değil mi, nasıl sevmeyelim. Allah bize pek çok şey yollamış. O zaman sevginizi nasıl gösterirsiniz? Mesela annelerinize sevginizi nasıl gösterirsiniz. (Hediyeleri işaret ederek) ben bu hediyeleri size aldım. Hediyeleri neden almış olabilirim?" sorusuyla çalışma grubunun da aktif katılımını sağlamaya çalışmıştır.

DS4: "Neden aldın?"

Araştırmacı, "Sizi sevdiğim için size hediye aldım. Birisine hediye verdiğimizde onu sevmiş oluyoruz." anlatımıyla sevgiyi ifade edebilme biçimlerinden yola çıkmıştır. "Peki annemize babamıza sarılınca, öpünce, onlara kalp çizdiğimizde onları sevmiş oluyor muyuz?" sorusuna katılımcılar "Evet" demişlerdir.

DS3: "Ben annemi severim, öperim."

DS6: "Ben anneme kırmızı çiçek verdim."

Araştırmacı, "Allah'ı seviyoruz dedik az önce. Bize bir sürü şey vermiş. Allah'ı sevdiğimizi nasıl anlatıyoruz?"

DS2: "O'na dua ederiz."

Araştırmacı, alkışlayarak "Aferin sana, Allah'a dua ederek, namaz kılarak, ezanı güzelce dinleyerek O'nu sevdiğimizi anlatabiliriz.

Diyanet Tv Youtube Kanalı'ndan "Patili ve Dostları" çizgi film serisinden "Allah'ı seviyorum" isimli çocuk şarkısına, çocuklar da araştırmacı da alkışlarla eşlik ettiler. DS'li bireyler şarkıyı çok sevdiklerini ifade etmişlerdir. Şarkı örneğinden sorular sorularak çalışma grubunun üyelerine Allah sevgisi, çevre sevgisi gibi konularda farkındalık oluşturulmaya çalışılmıştır. Ardından hep birlikte Diyanet Tv'den "Dedemin Öyküleri" 11. Bölüm (sevgi-saygı konulu) izlenir. (Katılımcıların

çok hoşuna gitti, eğlenceli ve komik bir hikâyeydi. İzlerken bolca güldüler.) “Bu seyrettiğimizden biz ne öğrendik?”

DS2: “Allah’ı öğrendik, onu çok sevmemiz gerektiğini öğrendik.” (Cebinden tesbih çıkarır ve diğer arkadaşlarına da gösterir.)

Araştırmacı, “Ne yapıyorsun bu tesbihle?”

DS2: “Allah diyorum.” cevabını vermiştir.

Görsel izlemelerle konu desteklendikten sonra, boyama etkinliği ile tema pekiştirilmeye çalışılmıştır. Çalışma grubu üyeleri boyamayı çok sevdikleri için az önce dinledikleri “Allah’ı Seviyorum” şarkısı eşliğinde gerçekleştirmişlerdir. Allah yazılı hat boyaması yapmışlardır.

**Oturum Değerlendirmesi:** Uygulama boyunca araştırmacı, çalışma grubu üyelerine cevapları için devamlı “Aferin, çok güzel” diyerek onları desteklemeye çalışmıştır. Öncelikle yakın çevre ve ardından arkadaş, öğretmen sevgisi hakkında sorular sorulduğunda bu insanların sevilmesinin güzel olduğuna yönelik cevaplar alınmıştır. DS’li bireylerin somut konular üzerinden anlamlandırma yapabileceği düşüncesiyle günlük yaşamdan örneklerle verilen nimetlerin Allah tarafından onları sevdiği için yollandığı hususunda cevaplar alınmıştır. Uygulama sonunda araştırmacı tarafından katılımcılara hediye verilmiştir. DS’li bireyler, bir sonraki uygulamaya gelmek istediklerini ifade etmişlerdir.

### 3. OTURUM (Anneler İçin)

**Oturumun Teması:** Merhamet-Şefkat

**Oturumun Amacı:** Bireyin öncelikli olarak kendine şefkatle yaklaşması ve tüm yaratılmışlara merhamet göstermesi amaçlanmaktadır. Her şart ve koşulda Allah’ın kullarına merhamet gösterdiğinin bilincinde olmak, insanın özünde var olan merhameti ve şefkati her daim canlı tutmak hedeflenmektedir.

**Uygulama:** Bu oturumda merhamet ve şefkatin tüm canlılar için önemli bir ihtiyaç olduğu anlatılmaya çalışılmıştır. Allah’ın “er-Rauf” ismi ile kullarını merhametle lütuflandırması üzerinde durulmuştur. Ayet ve hadislerden örnekler verilerek merhamet ve şefkat kavramları açıklanmaya çalışılmıştır.

Öncelikle yeni temaya başlamadan bir önceki temayla ilgili son görüşmeden bu yana katılımcılara neler hissettikleri ve günlük yaşamlarında değişim olup olmadığı konusunda soru sorulmuştur.

K2: “Geçen hafta size defteri hep gözümün önünde tutacağım ve kendime zaman ayırmaya çalışacağım demiştim. Bugün ben sabah evde kimse olmamasına rağmen sırf kendim için çay demledim ve kahvaltı hazırladım. Bunları yaptığım için de çok mutluyum, sizinle paylaşmak istedim.” dedi.

K7: “Geçen gün ev işi yaparken yorulduğumu fark ettim ve işi bıraktım kendime bir kahve yaptım, oturup afiyetle içtim. Akşamında da oğlumla birlikte film açtık ve izledik. Gerçekten anlattıklarınız hafta boyunca hep aklıma geldi.” dedi.

Araştırmacı verilen bu cevaplardan memnuniyetini annelere ilettikten sonra yeni temaya giriş yapılmıştır. Her tema Mevlana'nın bir sözü veya dizeleri ile başlamaktadır. Mevlana diyor ki;

*“Sen tek kişi değilsin, sen bir âlemsin. Derin ve çok büyük bir denizsin. Ey insanı kâmil! O, senin muazzam varlığın belki dokuz yüz kattır, dibi kıyası olmayan bir denizdir...”*

Araştırmacı; “Dibi, kıyası olmayan bir deniz, derya olduğumuzu düşünelim. Sevgide, merhamette, şefkatte dibi olmayan deniz... Ne mükemmel bir insan ruhu değil mi?” sorusuyla katılımcıları konuya hazırlamaya çalışmıştır.

K1: “Engin bir yürek ister hocam böyle olabilmek kolay değil galiba. Keşke çocuklarımızın karşısına çıkan her insan böyle bir kalbe sahip olsa.” demiştir.

K5: “Bizler sevgi, şefkat ve merhamet gösteriyoruz ama okulda, parkta birisi gelip bizim belki de aylarca uğraştığımız pozitif durumu bir anda bozabiliyor. Keşke insanlar içlerindeki o merhameti herkese gösterebilseler.” demiştir.

Allah, insana merhametinden bir cüz yani bir parça vermiştir. O, merhametlilerin en merhametlisidir. Allah “er-Rauf” tur yani çokça merhamet eden, esirgeyen koruyandır. Konuya bu açıdan bakıldığında her yaratılanın özünde merhamet filizlerinin varlığı vardır ancak birey zamanla varlığındaki merhamet duygusunu kaybedebilir. Bu yüzden tüm yaratılmışlara sevgi, şefkat ve merhametle

yaklaşılmalı ki fitrattaki bu güzel hasletler canlılığını yitirmesin. Faulkner diyor ki: “İnsan ölümsüzdür, sadece diğer varlıklar arasında yorulmaz bir sese sahip olduğu için değil, aynı zamanda bir ruhu; şefkate, fedakârlığa ve tahammüle muktedir bir ruhu olduğu için bu böyledir.” (Sayar, 2019d: 86). Demek ki insanoğlu, sahip olduğu şefkat ve merhamet ile diğer varlıklardan farklı olarak ölümsüzdür. Bir canlıya gösterdiği merhamet, şefkat duyguları insanı insan yapan eşref-i mahlûkat derecesine yükselten en değerli özelliklerindedir.

Şefkat ve merhamet tanımları yapılarak konunun daha iyi anlaşılması hedeflenmiştir. “Şefkat, çevresindeki insanları kabullenme, onlarla yakından ilgilenme, onlara sevecenlik ve sempati ile yönelmedir. Başkasını koruma, himaye altında bulundurmaz. Dolayısıyla, çevresindeki insanların iyi özelliklere sahip olmalarını arzu edip, onları felakete sürükleyecek yanlış işlerden ve kötü davranışlardan koruma isteği de şefkat duygu ve düşüncesinden kaynaklanır.” (Hökelekli, 2013: 199). Yani bireyin ilgi ve sevgiyle karşısındakinin acısını yüreğinde hissetmesidir. Şefkat gösterilen varlığı, şartsız koşulsuz kabul etmish olmaktadır. Ona kucak açmak, onu tabiri caizse kanatları altına almaktır. Onun iyiliğini istemek ve kötülüklerden korumaya çalışmaktır.

K6: “Hocam bazı aileler çocuklarını hiç eğitime getirmiyorlar, onların etiketlenmesini istemediklerini söylüyorlar ve çocuklarını çok sevdiği için bunu yaptıklarını ifade ediyorlar bu durumda o aileler çok mu şefkatli yoksa bizde mi bir sorun var?” sorusunu yöneltmiştir.

Bireyi fazla korumak ve bunu yaparken de çok sevdiği için söz konusu korumayı yaptığı ifadesi yanlıştır, bu anlayış doğru şefkat anlayışı değildir. Bu sorduğunuz aileler, fazla korumacı ve ebeveyne bağımlı çocuklar yetiştirirler maalesef. Önemli olan çocuğun hayatına katkı sunabilmek, çocuğa faydalı olabilmek ve onun kendi kendine yetebilmesinin eğitimle olacağı bilincine varabilmektir.

Merhamet ise; vicdan harcıdır. Yani, “Vicdan, içimizde bizi Allah’a çağıran sestir, hatta Allah’ın içimizde yankılanan sesidir. Bizi mazlumla birlikte saf tutmaya ve kurbanın acısını duymaya icbar eder. Bize bahşedilmiş bir ahlakla doğuyoruz.” (Sayar, 2019a: 34). “Merhamet, insani özümüzü en çok besleyen ve gürleştiren

değerlerin başında gelir. Öyle ki, insan olmakla merhametli olmak arasındaki ilişki denizle su arasındaki ilişki kadar yaşamsaldır. Nasıl ki su olmadan denizin varlığından söz edilemezse merhamet sahibi olmayan insanın da varoluş amacına uygun bir yaşam sürdüğünden bahsedilemez. İnsan açısından merhamet; hava ve su gibi yaşamsal bir ihtiyaç olmanın yanı sıra, toplumsal açıdan da insanca bir yaşamın temelini oluşturur.” (Çapcıoğlu, 2021: 32).

Allah, çok şefkat ve merhamet gösteren, yardım ve kolaylık sağlayandır. Allah “Rauf” tur özel gereksinimli kullarına hayatlarını kolaylaştıracak başka özellikler vermiştir. Örneğin göremeyen insanlar, görenlere göre daha iyi işitir. Allah, insanlara kendi merhametinden bir cüz yani bir parça lütfetmiştir. En çok da annelere merhametinden lütfetmiştir. Anne çocuğuna, başkalarının çocuklarına ve canlılara merhametiyle dokunandır, besleyendir, onlara hayatı güzelleştirendir. Bu yüzden anne demek merhamet sahibi demektir. Anne demek kol kanat geren demektir. Anne demek çocuğunun acısını merhametiyle dindiren, çocuğunun ihtiyacını merhametiyle gideren demektir. “Bir ruhun diğerine dokunduğu an, hayatın mucizesidir.” (2019a: 54) diyor Sayar. Annelik bir mucizeyi yaşamaktır.

İsrâ Suresi 23. ve 24. ayette “Rabbin, sadece kendisine kulluk etmenizi ve anne babanıza iyi davranmanızı emretti. Onlardan biri veya ikisi senin yanında yaşlanırsa onlara öf bile deme! Onları azarlama! İkisine de gönül alıcı güzel sözler söyle. Onlara merhametle ve alçak gönüllülükle kol kanat ger. “Rabbim! Onlar nasıl küçüklükte beni şefkatle eğitip yetiştirdilerse şimdi sen de onlara merhamet göster” diyerek dua et.” buyrulur. Anne babalar nasıl evlatlarını merhametle büyütüyorsa, evlatları da onlar için aynı merhameti taşıyıp göstereceklerdir. Yine bir başka ayette; “Şüphesiz Rabbin, işte O, mutlak güçlüdür, engin merhamet sahibidir.”<sup>27</sup> buyrulur. Kur’an-ı Kerim’de merhamet ile ilgili pek çok ayet yer almaktadır. Aynı zamanda Hz. Peygamber’in insanlara merhametle yaklaşması ve kalbinin yumuşak olması ayetler ile övülmüştür. Bu durum inananlara örnek gösterilmektedir. Hz. Peygamber bulunduğu toplumda peygamberlik görevinden önce de merhametiyle bilinen bir kimseydi. O kadar merhamet sahibi ki, namaz kılarken cemaatten çocuk ağlıyor diye namazı kısa kesendir. Çocuklarına, torunlarına merhametle yaklaşan bir babaydı bir

---

<sup>27</sup> Şuarâ, 26/9.

dedeydi. Hz. Peygamber, insan haklarının temelinde merhameti yerleştirmiştir “İnsanlara merhamet etmeyene Allah da merhamet etmez.”<sup>28</sup> buyurarak tüm insanlığı merhamete çağırıştır.

“Merhamet sahibiysem, benim değil senin yaşadığın şeydir beni etkileyen; beni duygulandıran senin yaşantıdır, acın bana kendi acımı hatırlattığı için ağlıyor değilim. Evet, başkaları kendi acılarını anlatırken sıklıkla kendi acılarımızı hatırlarız, benzeri bir acıyı bizim de yaşadığımızı hatırlatarak onları teselli etmeyi deneriz. Bizim hikâyemiz belki diğer insanla bağ kurmamıza yardım eder, ama merhametin hüneri, onun derdine odaklanabilmektir. Merhamet sahipleri diğerinin yaşadığı ıstırapın ne kadar acı verici olduğunu tahayyül edebilen insanlardır. Merhamet sahipleri ötekinin acısıyla acı duyan ve onun ıstırapını dindirmeye soyunan soylulardır. Ve adalet ancak merhametle kaimdir.” (Sayar, 2019c: 96). “Merhamet; sevgi, saygı, sabır, doğruluk vb. gibi yaşanarak öğrenilen erdemlerdendir. Merhamet duygusu, ancak sevginin, saygının, şefkatin, hoşgörünün, yardımlaşmanın, yaşanıldığı eğitim ortamlarında gelişebilir. Yani baskı, korku, kin, tehdit, nefret, oç alma gibi duyguların hâkim olduğu ortamlardan merhametli insan yetişmesi zordur. Sevgi sevgiyi, korku korkuyu, merhamet merhameti doğurur. Merhamet ağlamayı, affetmeyi, el uzatmayı, feda etmeyi öğreten bir duygudur.” (<https://www.mehmetzekiaydin.com/kaptan/dimg/270823009520066282842011-4.pdf> 08/09/2023). Aydın’ın ifadelerinden anlaşılacağı gibi merhamet; çocukluktan itibaren ailede temeli atılan ve yaşamın içinde öğrenilebilen bir erdemdir.

Mevlana “Şefkat ve merhamette güneş gibi ol” sözleriyle bu konuda bireye ne güzel ışık olmuştur. Merhamet sahibi insan eyleme geçer, karşısındaki canlıya yardımcı olur. Miras olarak atalarımız bu konuda bize çok güzel örnekler bırakmıştır, Anadolu irfanı bir hikâyede merhamet, kendini çok güzel gösterir; sobaya odun atarken torununa “...odunları çırp da sobaya at, üzerinde karınca olur, canını yakmayalım.” diyen bir neslin torunlarıyız bizler. Modern halk ozanı olarak nitelendirilen değerli sanatçımız Barış Manço, merhametin kucaklayıcılığını, sonsuz genişliğini bir şarkısındaki dizelerde şöyle anlatmaktadır;

---

<sup>28</sup> Buhârî, Edeb, 18.

*“Yaz dostum, yoksul görsen besle kaymak bal ile  
Yaz dostum, garipleri giydir ipek şal ile  
Yaz dostum, öksüz görsen sar kanadın kolunu  
Yaz dostum, kimse göçmez bu dünyadan mal ile.”*

Birlikte tüm insanlık için güzel temennilerde bulunmak adına dua edilerek oturum sonlandırılmıştır. “Er-Rahman olan Allah’ım! Ey çok merhametli olan Allah’ım, sen nasıl çok merhametliysen bize de yeryüzündeki bütün canlılara öyle merhametli olmayı nasip et! Senin fakir, kimsesiz ve muhtaç kullarına karşı şefkat ve merhamet dolu bir kalbimiz olsun. Böylece sonsuz, uçsuz bucaksız cennetlerine girelim. Er-Rahman olan Allah’ım! Kalbimizi kıran, canımızı acıtanlara, haksızlık yapanlara karşı bizleri merhametli eyle. Hem onlar öğrensinler şefkati, hem biz Senin şefkatini görelim. Amin!” (Budak vd., 2017: 63).

**Oturum Değerlendirmesi:** Oturumun teması ile ilgili annelerden görüş alınır. Annelerin düşüncelerini ifade etmeleri sağlanır.

K1: “Ben DS’li çocuğum doğduktan sonra daha çok merhametli olduğumu fark ettim. Hatta önceki çocuklarıma karşı suçluluk duydum onlara yeteri kadar merhamet gösterememişim. Sizin bu anlattıklarınızla bu durumu telafi etmeye çalışacağım inşallah.” ifadelerini kullanmıştır.

K5: “Özel gereksinimli çocuğu olan ailelerin çoğunluğunun diğer bireylerden daha çok merhametli ve şefkatli olduğunu gözlemledim zamanla. Şimdi sizin anlattıklarınızı da düşününce aslında anladım neden daha merhametli olduğumuzu. Çünkü Allah bizlere bu melek çocuklarımızdan dolayı daha fazla merhamet lütfetmiş ve daha çok şefkatle bu cennet kuşlarımızı sarabiliyoruz. Yoksa çocuklarımızın doğduğu andan itibaren geçen sürede bu kadar zorluğa başka türlü katlanamazdık belki de. Belki onlara kötü davranabilirdik böylesi merhametimiz olmasaydı.”

Genel anlamda anneler merhametle ve şefkatle dolu olduklarını anlatmışlardır. Ayet ve hadis örnekleriyle bu erdemlerin daha da kıymetli olduğunu anlamışlardır ve ifade etmişlerdir. Merhamet ve şefkatin kaynağının yaratıcı olan Allah olduğunu dile getirmişlerdir. Uygulama sonrası günün oturum teması ile ilgili formun da doldurulması ile oturum değerlendirme bitirilir.

### 3. OTURUM (DS'li Bireyler İçin)

#### Oturumun Teması: Merhamet-Şefkat

**Oturumun Amacı:** Bireyin öncelikli olarak kendine şefkatle yaklaşması ve tüm yaratılmışlara merhamet göstermesi amaçlanmaktadır. Her şart ve koşulda Allah'ın kullarına merhamet gösterdiğinin bilincinde olmak, insanın özünde var olan merhameti ve şefkati her daim canlı tutmak hedeflenmektedir.

**Uygulama:** Araştırmacı DS'li bireyleri, onları görmekten mutluluk duyduğu ifadesiyle karşılar. Günlük hal/hatır sorma teknikleriyle DS'li bireylerin kendilerini daha rahat hissetmeleri sağlanır.

Araştırmacı güneş resmini göstererek “Bu nedir?” sorusunu yönlendirir. Katılımcılar soruya hep birlikte “güneş” cevabını verirler. Bunun üzerine araştırmacının “Güneş ne yapar? Bizleri ısıtır, aydınlatır öyle değil mi. İşte güneşin bizi ısıttığı gibi sevgi, merhamet ve şefkat de bizleri aydınlatır, birbirimize iyi davranmamızı sağlar.” ifadeleri ile temaya giriş yapılır.

Araştırmacı katılımcılara “Ağustos Böceği ile Karıncanın Hikâyesi”ni anlatır. Ardından “Peki çocuklar karınca ağustos böceğine kışlık yiyecek verse daha güzel olmaz mıydı?” sorusunu yöneltir.

DS1: “Çok güzel olurdu, böcek yemeksiz kalmış. Ağustos böceği üşümüş. Yazık keşke karınca ile beraber kalsalardı.” cümlelerini kurmuştur.

Araştırmacı grup üyelerinin ifadelerinden yola çıkarak, “Evet yazık ağustos böceğine yiyeceksiz olmak ve kışın üşümek zor olsa gerek. Bizler tüm canlılara sevgiyle yaklaşırız ve onlara yardım ederiz. Bir arkadaşımızın beslenmesi olmasa ona kendi beslenmemizden veririz. Bir arkadaşımız oyun oynarken düşse onun kalkmasına yardım ederiz.” demiştir.

DS2: “Evet elimizi tutar ve kalkar.” demiştir.

Araştırmacı, “Bizler çevremizdeki çiçeklere, ağaçlara, kedilere, kuşlara, arkadaşlara sevgi gibi kalbimizdeki merhamet duygusuyla yaklaşırız.” ifadeleri ile merhameti günlük yaşamdan örneklerle açıklamaya çalışmıştır. “Bir kedi bahçede miyavlasa acıkmış olsa ne yapmamız gerekir?”

DS6: “Ona süt verelim yazık üzülrüm hep miyavlasa.” demiştir.

Afacanların Hikâyesi Youtube Kanalı’ndan 13.Bölüm olan "Merhamet" isimli çizgi film videosu katılımcılara izlettirilir. Araştırmacı, “Bizlerin o çizgi filmdeki kedi için üzülmesine neden olan duygu merhamettir çocuklar. Merhamet sayesinde çiçeği sularız, kuşları yemleriz, anne ve babamıza yardım ederiz. Kendimizi severiz. Bize bu merhameti veren Allah’tır. Allah bizi çok sevdiği için bize merhametli davranır. Bize yiyecek verir, güzel oyuncaklar verir, anne ve babamızın bize güzel davranmasını sağlar.” cümleleriyle merhametin Allah’ın bir lütfu olduğu anlatılmaya çalışılmıştır. Diyanet Çocuk Youtube Kanalı’ndan Dedemin Öyküleri serisi 1. Bölüm “Merhamet” çizgi filmi izlenir. Görsel izlemelerle konu desteklendikten sonra, boyama etkinliği ile tema pekiştirilmeye çalışılmıştır.

**Oturum Değerlendirmesi:** Uygulama boyunca araştırmacı, çalışma grubu üyelerine cevapları için devamlı “Aferin, çok güzel!” diyerek onları desteklemeye çalışmıştır. Öncelikle bireyin çevresinden örnekler verilerek sorular sorulduğunda bunlara yardım etmenin güzel olduğuna yönelik cevaplar alınmıştır. DS’li bireylerin somut konular üzerinden anlamlandırma yapabileceği düşüncesiyle günlük yaşamdan örnekler sunulmuştur. Uygulama sonunda araştırmacı tarafından katılımcılara hediye verilmiştir. DS’li bireyler, bir sonraki uygulamaya gelmek istediklerini ifade etmişlerdir.

#### 4. OTURUM (Anneler İçin)

**Oturumun Teması:** Kabullenme ve Olumlu Düşünme

**Oturumun Amacı:** Bireye öncelikli olarak Allah ile bağıni kuvvetlendirerek her şart ve koşulda hayatında deneyimlediği olumsuzluklarla baş edebileceği bilincini kazandırmak ve bu anlamda manevi iyi oluşunu güçlendirmek aynı zamanda olumlu düşünme tarzının sağlıklı ruhsal yaşama ve günlük hayata dair önemini fark ettirmeye çalışmak amaçlanmaktadır.

**Uygulama:** Kabullenme ve olumlu düşünmenin yaşamı kolaylaştırmada önemli olduğu anlatılmaya çalışılmıştır. Ayet/hadislerden örnekler verilerek bireyin şer bildiklerinde hayır olabileceği farkındalığını kazandırmaya gayret edilmiştir.

*“Her gün bir yerden göçmek ne iyi,  
Her gün bir yere konmak ne güzel,  
Bulanmadan, donmadan akmak ne hoş  
Dünle beraber gitti cancağızım,  
Ne kadar söz varsa düne ait...  
Şimdi yeni şeyler söylemek lazım...” (Mevlana)*

Mevlana, bu dizelerinde insanı akarsuya benzetmiştir. Nasıl ki akarsu aktıkça temizlenir; abdest alabilme, yıkanabilme, zor durumda su içilebilme özellikleri vardır. Birey de akarsu gibidir, her gün yol alır ömründe, her günü aynı hızda ve süreklilikte değildir. Bu araştırmayı yaparken DS’li çocuğa sahip pek çok tanınmış insan, sanatçı, yazar ve çocuk çizgi film oluşturucusu olduğunu fark ettim. Mim Kemal Öke, dünyanın en genç profesörü olan bilim insanı olarak bilinmektedir. İkinci çocuğunu büyük bir heyecanla beklerken, doğumdan sonra kendisine çocuğunun DS olduğu haberi veriliyor, “Yaralı Ceylanlar Kulübü” isimli kitabında bu durumu anlatmaktadır. Pek çok röportajında; başlarda karşılaştığı bu yeni durumu kabullenmekte zorlandığını daha sonrasında kabullenince de harika bir hayata adım attığını ifade etmektedir. Yeni yaşamında kızı için kariyerini ikinci planda tutar ve kızı da dahil olmak üzere tüm özel gereksinimli çocuklar için mücadele vermeye başlar. Öke, kızının hayatına bir aşk cemresi gibi düştüğünü, insan olarak tekâmülünün kızı Nazlı Hilal ile gerçekleştiğini, her platformda dile getirmektedir. Şu an özel gereksinimli bireylere ritim dersleri vermeye devam etmektedir (<https://www.haber7.com/guncel/haber/2925587-mim-kemal-oke-nazlinin-hayatima-dususu-bir-ask-cemresi-gibi> 05/11/2023). Süreyya Ülkü Güler ve Elçin Tapan gibi DS’li evlada sahip annelerin de deneyimlerini anlattıkları kitapları vardır. Bu kitaplar, sizlerin de yaşadığı deneyimleri, kabulleniş sürecini bir başka annenin gözünden anlatmıştır. “Susam Sokağı” çizgi film yazarı da DS’li bir çocuğa sahiptir. Çocuğu doğduktan sonra bu tür eğitici çizgi filmler oluşturmaya yönelmiştir. Kendisi de DS’li bir oğul sahibi olan Emily Perl Kingsley özel gereksinimli çocuk sahibi olmayı planlarda olmayan farklı güzelliklere sahip bir ülkeye yolculuk gibi anlatıyor. (<https://www.emilyperlkingsley.com/welcome-to-holland> 08/09/2023).

Araştırmacı tarafından yapılan bu anlatılarla katılımcıların kabullenme sürecinde yaşadıkları deneyimleri, aslında DS evlada sahip olan tüm ebeveynlerin yaşadığı anlatılmaya çalışılmıştır. Böylece çalışma grubunun kendilerini daha rahat ifade edebilmelerine katkı sağlanmak istenmiştir.

“Şükür elhamdülillah” diyerek kabullenmeye çalışmak önemlidir. Bakara 216. ayette buyuruluyor ki, “...Hakkınızda hayırlı olduğu halde bir şeyden hoşlanmamış olabilirsiniz. Sizin için kötü olduğu halde bir şeyden hoşlanmış da olabilirsiniz. Yalnız Allah bilir, siz bilmezsiniz.” yani Allah kullarına “Sizin şer bildiğinizde hayır, hayır bildiğinizde şer vardır” durumunu anlatmaktadır. Biz Allah’ın bizim için ne planladığını bilmiyoruz, ahiretimiz için de ne planladığını bilmiyoruz ifadeleriyle Yaradan’ın kulları için güzellikler lütfettiğini ve hayatta yaşanan olumsuz olayların da aslında bireyin gelişimine katkı sunacağından bahsedilmiştir. DS’li çocuğunuzu büyütürken sizler de yeni şeyler öğreniyorsunuz, yeni bir keşfe çıkıyorsunuz, daha önce annelik yaptıysanız bu evladınızda daha farklı deneyimler yaşıyorsunuz ifadeleriyle DS’li çocuk büyütmenin olumlu yönlerinden bahsedilmeye gayret gösterilmiştir. Böylece “an”ın güzelliğini yaşamak ve “an”da kalabilmek asıl amaç olmalıdır bu asli amaca ulaşıldığında hakiki manada kabulleniş yaşanmaktadır.

K1: “DS’li çocuğumun doğumundan sonra bana durumunu lohusa yatağında söylediler. Doktor, bu çocuk hiçbir şey yapamaz, acıktığını bile anlamaz sık sık doyor yoksa ölür dedi. Bu şekilde lohusa bir annenin haber alması ne kadar yanlış, o anlarda dünya üstüme yıkıldı sandım. Bu durumu kabullenmem çok zaman aldı. Ama sonrasında alışmaya çalıştığım bu yeni hayatım beni tekrar çocuk yaptı. Ben çocuğumla birlikte yeniden adım atmayı, yeniden ip atlamayı öğrendim. O bir gün okulda arkadaşlarıyla ip atlayınca dünyalar benim oldu. Ben DS’li çocuğum vesilesiyle küçücük şeylerden bile mutlu olmayı öğrendim galiba zamanla.” cümleleriyle kabullenişinin zorlu olduğunu ama yeni durumla birlikte mutlu olabildiğini ve umudunu yitirmediğini anlatmaya çalışmıştır. Genelde tüm katılımcılar da benzer ifadeleri kullanmışlardır.

K2: “Bugünüme şükür elhamdülillah diyorum şimdi. Ben çocuğumu kabullenmekte çok zorluk yaşadım. İlk kırk gün odamdan çıkmadım. Daha sonra ilk

iki yıl kendime gelemedim. Keşke o dönemde sizin gibi destek alabileceğim bir kurum veya danışabileceğim bir kimsem olsaydı. Bunun bir ihtiyaç olduğunu siz anlattıkça şimdi daha iyi anlıyorum. Yavaş yavaş hayata tekrar adapte oldum. Şu an ama iyi ki evladım var diyorum bana bir can yoldaşı evde.” ifadelerini kullanmıştır.

K5: “Bu yeni süreç bana sabrı da öğretti. Yemek için masaya her oturduğumuzda bak bu kaşık, bak bu çatal diye defalarca altı kere, yedi kere çocuğuma söyledim. Amacım yeni yeni konuşmaya başlıyor öğreysin diye. Bu sırada yemekler soğur, sofraya mahvolurdu ama ben umursamazdım. Diğer çocuklarımı büyütürken aynı sabrı göstermediğimi fark ettim, sabrı DS’li çocuğumla birlikte öğrenmişim.”

Bu ifadeler üzerine araştırmacı; “Demek ki zorlukla beraber bir kolaylık vardır. Evet, doğrusu her güçlüğü yanında bir kolaylık var. O halde önemli bir işi bitirince hemen diğerine koyul. Ve yalnız rabbine yönel.”<sup>29</sup> ayetlerini örnek vermiştir. Yaradan, kulları için ne planladıysa onun sabrını da kolaylığını da vermektedir. Az önceki ayetlerde Allah, inanan insanların boş duran bireyler olmadığından bahsetmektedir, tıpkı akarsu misali. Özellikle de DS’li çocuğa sahip anneler, kendini boşlukta hissederse, zihninde gelecekle ilgili, yaşamıyla ilgili, çocuğuyla ilgili pek çok olumsuz durumu kurabilir bu durum da anneyi sağlıksız bir psikolojiye sürükleyebilir. Oysaki birey, evladıyla birlikte koşuturken ve mücadele verirken aynı zamanda zihninde olumsuz düşüncelere yer vermez ve böylece olumlu düşüncelerle yoluna devam etmeye gayret gösterir. Yaşanılan bu durum sayesinde anne veya baba hayatta deneyimlediği her duruma karşı sağlıklı bir düşünce biçimi oluşturmaya kendi kendini motive etme gücünü bulabilir. Annelerle yapılan görüşmelerde, DS’li çocuklarının eğitim, bakım gibi günlük rutininden arta kalan vakitlerde dikiş diktiklerini, örgü ördüklerini, dernek çalışmalarına koşutduklarını ifade etmişlerdir. Bu uğraşların altında yatan sebep ise aslında bireyin hem kendini faydalı hissetmesidir hem kendini motive etmeye çalışmasıdır hem olumlu düşünmeye gayret göstermesidir hem de çocuğu için mücadeleye devam etmesidir. Anneler iyi olursa çocukları da iyi olur, bu iyi oluş sadece fiziksel sağlık anlamında değildir, psikolojik anlamda da iyi olabilmektir. Ama anne psikolojik olarak iyi değilse, tükenmişlik durumu yaşıyorsa, o yorgunluk hissiyatı varsa bu durum

<sup>29</sup> İnşirâh, 94/5-8.

çocuğuna da yansımaktadır ve acilen toparlanma ihtiyacı doğmaktadır. Böylesi durumlarda birey, “Allah hiçbir kimseyi, gücünün yetmediği bir şeyle yükümlü kılmaz; lehinde olanı da kendi kazandıdır, aleyhinde olanı da kendi kazandıdır. Rabbimiz! Unutur veya yanılırsak bizi cezalandırma! Bizden öncekilere yüklediğin gibi bize de ağır yük yükleme! Üstesinden gelemeyeceğimiz şeyleri boynumuza borç kılma! Bizi bağışla, ayıplarımızı ört ve bize rahmetinle muamele buyur! Sen bizim sahibimiz ve yardımcımızsın; artık inkârcı topluluğa karşı bize yardım et!”<sup>30</sup> ayetini hatırlayarak Allah’ın insan fitratına koyduğu o manevi güçten destek almaktadır.

Hz. Peygamber bir kutsi hadisinde şu ifadeleri kullanıyor: “Ben kuluma bana olan zannı yanındayım.”<sup>31</sup> yani Allah, “Kulum beni nasıl düşünüyorsa, benden neler ümit ediyorsa, bana nasıl ümit bağlıyorsa onunla öyleyim” buyurmaktadır. Bahsi geçen hadisten de anlaşılacağı üzere, birey olumlu düşünmeli ve pozitif duygular beslemeye çalışmalıdır. Hayatta olan bitene karşı sergilenen bu tavır ile bireyin Allah’ın var olduğunu bilmesi ve O’nun kuluna yüklenemeyeceği yükü vermeyeceğini bilmesi kendisini yaşamda güçlü kılmaktadır.

Anadolu kültüründe de öncü kimliğe sahip olanlar “Güzel gören güzel düşünür, güzel düşünen de hayatından zevk alır.” demişlerdir, hakiki manada “an”ı yaşamak ve “an”da kalabilmek kıymetlidir. Birey neye inanıyorsa, ne için mücadele ediyorsa ve nelerden vazgeçebiliyorsa işte o, insanın nüvesidir yani özüdür. Çocuklarımızı kabul edip onlarla en değerli anları yaşayabiliyorsak, onlarla geçirdiğimiz her güne kıymet veriyorsak ve onlar için tüm şartlara ve olumsuz koşullara rağmen mücadele ediyorsak bu mücadeleyi verirken yaşamımızda feragat ettiğimiz, özveride bulunduğumuz birçok şey aslında bizim için hayırdır, güzellikler hazırlayacaktır. Tepkilerimizi, kabulümüzü, mücadelemizi ve duygularımızı bizler yönetiyoruz bu anlamda her daim olumlu düşünelim ve güzelliklerle karşılaşalım. Niyet hayır olsun, akıbet hayır olsun dilekleriyle oturum son bulmuştur.

**Oturum Değerlendirmesi:** Annelerin düşüncelerini aktarmaları ve gün sonu tema değerlendirme formunun doldurulması ile uygulama sonlandırılmıştır.

---

<sup>30</sup> Bakara, 2/286.

<sup>31</sup> Buhârî, Tevhid, 15; Müslim, Tevbe, 1.

K1: “Bu oturumdan sonra sahipsiz olmadığımızı Allah’ın bizlere çocuklarımızı verirken bir hayır planladığını düşünmeye başladım. Hayatı olağan akışına bırakmanın bizlere faydalı olduğunu düşünüyorum.”

K2: “Bugün çok güzeldi. Birbirimizi çok daha iyi anladığımızı düşünüyorum. Konuşacak böyle bir ortam olması çok güzel çocuğum doğduğunda böyle bir ortam aradım, şu an böyle fırsat verilmesi çok güzel. Kendim de geçen haftadan bu haftaya değişiklik görüyorum. Kendime iki kere özel kahvaltı hazırladım geçen oturumda konuştuklarımızı tekrar hatırladım. (Mutlulukla paylaştı bunu) eskiden olsa işim var der yapmazdım, şimdi öyle düşünmüyorum. Ben iyi olacağım ki evladım da iyi olsun. Bunlar kendine değer vermektir diye düşünüyorum.”

K3: “Kendimi şu an çok iyi hissediyorum. Dertleşmek burada birbirimizi anlamak bana iyi geliyor. Kabullenmek ve olumlu düşünmek hayatımızı kolaylaştırır bunun farkına vardım.”

K7: “Olumlu düşünmek hayatımızı kolaylaştırır. Allah herkese böyle özel çocuk vermezmiş bu düşünce ve inancım çocuğumu kabullenmemi kolaylaştırdı.”

#### 4. OTURUM (DS’li Bireyler İçin)

**Oturumun Teması:** Toplumsal farkındalık ve bütünleşme teması altında dini değerlere saygı

**Oturumun Amacı:** DS’li bireyleri dini değerler hakkında bilgilendirmek ve öğrenilen dini değerlere saygı duymak, dini pratikleri yerine getirmek, bu sayede toplumsal farkındalık ve bütünleşmeyi kolaylaştırmak hedeflenmektedir.

**Uygulama:** Bu oturumda DS’li bireylerin hazır oluşları, önceden sahip oldukları bilgi düzeyi ve farkındalıklarına uygun olacak biçimde günlük yaşamda çokça karşılaşılabilecekleri “Ezan, Cami ve Kur’an-ı Kerim” hakkında olabildiğince somut bilgiler verilmiştir. Bahsedilen temel değerlere nasıl saygı duyulması konusunda bilgilendirme yapılmıştır.

Araştırmacı DS’li bireyleri onları görmekten mutluluk duyduğu ifadesiyle karşılar. Günlük hal/hatır sorma teknikleriyle DS’li bireylerin kendilerini daha rahat hissetmeleri sağlanır. Araştırmacı oturumun konusunu DS’li bireylerle paylaşarak

onları temaya hazırlamaya çalışmıştır. Katılımcılara Ezan klipi izlettirilmiştir, ardından grup üyelerine dinledikleri hakkında neler bildikleri sorulmuştur.

DS3: “Oruç mu?” diye sordu. (Ezanı duyunca ve klipte sofrayı görünce)

Araştırmacı tarafından oruca daha çok zaman olduğu bilgisi verilmiştir. “Ezan okunurken ne yaparız?”, “Ezan okunurken anne ve babamız ne yapar?” sorularıyla DS’li bireylerin ezan duyduklarında neler yaptıkları konusunda bilgi edinilmeye çalışılmıştır.

DS2: “Annem babam namaz kılıyor. Ezan okununca namaz kılmamız gerek.” ifadeleriyle cevabını açıklamaya çalışmıştır.

DS3: “Evde ezan duyunca şarkının sesini kısarım, oynamayı bırakırım.”

Araştırmacı cevap veren katılımcıları tebrik etmiştir. “Arabada da olsak, evde de olsak, şarkıyı çok sevsek hatta oynuyor olsak bile müziğin sesini kısmalıyız. Ezan bitince oynamaya devam edebiliriz. Sonra da abdest alır ve namaz kılarız.” cümleleriyle grup üyelerine günlük hayattan örnekler sunularak bir dini değer olan ezana saygı duyma konusu açıklanmaya çalışılmıştır. Ezan sırasında ve ezandan sonra yapılabilecekler hakkında konuşulmuştur. Araştırmacı tarafından katılımcılara yeni bir soru ile “Nasıl abdest alırız?” onların doğru davranış biçimi konusunda düşünceleri sağlanmıştır.

DS2 kodlu katılımcı, yaptığı hareketlerle abdesti doğru bir şekilde tarif etmiştir. Bu tarifin ardından araştırmacı, abdest alındığında temiz olduğunu açıklamıştır. Temizlikle birlikte güzel kıyafetler giyilip namaz ibadetine hazırlık yapılmasına değinilmiştir. Bu durumda ezanın, bireye namazı hatırlatan ve bireyi namaza çağıran önemli bir dini değer olması üzerinde durulmuştur. “Hadi kalk namaz kıl diyor Allah bize. Ezan nereden okunur peki?” ifadeleriyle konu daha da açıklanmaya çalışılmıştır.

DS3: “Evin karşısındaki camiden ezan okunur. Camiye amcalar, abiler giderler.” cümleleriyle hedeflenen kazanıma uygun cevap vermiştir.

Araştırmacı tarafından katılımcılar desteklenerek “Ezan camiden okunuyor değil mi? Senin dediğin gibi amcalar, abiler bazen de anneler camiye giderler. Orada

namaz kırlarlar. Ne yaprlar başka orada?” ifadeleriyle oturum konusu DS’li bireylere ana hatlarıyla kazandırılmaya gayret edilmiştir.

DS1: “Dua ederler. Kuran okurlar.”

DS2: “Tesbih çekilir.”

Araştırmacı verilen cevaplardan yola çıkarak, Kur’an-ı Kerim hakkında bilgi sunmaya çalışmıştır. “Harikasın, aferin sana. Kuran okunur evet. Camide ezan okunur, namaz kıılır, Kuran okunur, dua edilir.” ifadeleriyle caminin bireyin yaşamındaki önemi ve camide karşılaşabileceği durumlar hakkında bilgi verilmiştir. “Peki biz camiye nasıl gireriz? Böyle ayakkabıyla mı gireriz?” soruları ile katılımcıların camide uyulması gereken kurallar hakkında düşünmeleri sağlanmıştır.

DS3: “Ayakkabılarımızı çıkarırız.” demiştir.

Araştırmacı “Peki kızlar nasıl camiye girerler? Böyle başımıza bir Şey takar mıyız?” soruları ile farkındalık kazandırmaya çalışmıştır. Diyanet Tv “Yusuf’un Dünyası” isimli çizgi filmin 11. bölümü birlikte izlenip böylece camide nasıl durulması gerektiği ve ezana saygı konuları ile ilgili pekiştirme sağlanmıştır. Görsel kaynakla öğrenilenler daha da anlamlı hale gelmiştir. İzlenen çizgi filmde bazı yerlerde video durdurulmuş ve temada kazandırılmak istenen konularla ilgili sorular sorulmuştur. Örneğin Kur’an-ı Kerim okunurken “Şu an ne yapıyorlar?” sorusuna “Kur’an okuyorlar.” yanıtı alınmıştır. Çizgi filmin ardından yine soru-cevap etkinliğiyle camide bağırılmaması gerekliliği, ibadet edenleri rahatsız edilmemesi gerekliliği, Kur’an-ı Kerim okunurken de sessizce dinlenmesinin uygun olacağı konuları kazandırılmaya gayret edilmiştir.

Cami boyama etkinliği ile konunun pekiştirilmesine dikkat edilmiştir. Bibercik Tv Youtube kanalından “Dinim İşlam” ilahisi dinlettirilmiştir. Grup üyeleri ilahiye eşlik etmeye çalışmışlardır. Özellikle DS2, ilahiye daha önce gittiği yaz kursunda dinlediğini belirtmiş ve olabildiğince ilahiye eşlik etmiştir.

**Oturum Değerlendirmesi:** Katılımcılara evde yapmaları için günün teması ile ilgili boyama etkinlikleri verilmiştir. Oturumlardan önce yapılan görüşmelerde dini değerlerle ilgili sorulara cevap veremeyen DS’li bireylerden cevaplar geldiği gözlemlenmiştir. Grup üyelerinden bazıları buraya gelmekten mutluluk duyduklarını

ifade etmişlerdir. Hatta bir katılımcı özel olarak araştırmacıdan bir daha ki buluşma için pasta istemiştir, bu durum araştırmacı tarafından memnuniyetle kabul görmüştür.

## 5. OTURUM (Anneler İçin)

### Oturumun Teması: Sabır ve Öfke Yönetimi

**Oturumun Amacı:** Bu tema ile manevi iyi oluş için sabrı doğru anlamak ve tanımak hedeflenmektedir. Tahammül ile sabır arasındaki farkın bilincine varılması aynı zamanda nitelikli ve doğru olan tutumun sabır olduğunu anlatabilmek amaçlanmaktadır.

**Uygulama:** Bu oturumda sabır ve tahammül duygularının ne anlama geldikleri açıklanmaya çalışılmıştır. Sabır ve tahammül arasındaki fark katılımcılara anlatılmıştır. Öfke yönetiminde sabır duygusunun önemi üzerinde durulmuştur.

*“Sabır öyle bir iptir ki; sen kopacak sanırsın o gittikçe güçlenir. Sen bitecek sanırsın, o gittikçe çoğalır.” (Mevlana)*

Mevlana'nın cümlelerinden insan, yeter ki sabır göstermeye, sabredebilmeye niyetli olsun muhakkak sabrın sonunun selamete çıkacağı anlatılmaktadır. İçinde bulunduğumuz toplumda sabırla ilgili kullanılan birkaç kavram vardır. İnsanlar, “sabır sınıırma kadar geldi”, “artık tahammülüm yok yeter”, “yetti bitti artık” gibi cümleler kullanırlar. Bu cümlelerden de yola çıkılacak olunursa “Sabır ile tahammül aynı duygular mıdır?” sorusu katılımcılara sorulmuştur.

K2: “Sabır farklı, tahammül farklı. Birinden biri daha geniş kapsamlı. Tahammül galiba daha geniş.” demiştir.

K7: “Bence aynı, sabrediyorsun tahammül ediyorsun.” yanıtını vermiştir.

Verilen yanıtlara yönelik; araştırmacı tarafından sabır, tahammülden daha geniş bir kavramdır, Yaradan'ın insanlara lütfudur açıklaması yapılmıştır. Sabır ve tahammül farklıdır, insanlar tarafından çoğu zaman birbirinin yerine kullanılır ve karıştırılır. Tahammül herhangi bir durumu yük olarak kabul etmektir ve tahammülün belli bir süresi vardır. Tahammül sonucunda insanda sinir krizleri gibi farklı fizyolojik ve psikolojik durumlar oluşabilir ve bu kriz anları, birikmiş öfke halidir. Oysaki sabır, içten gelen ama aynı zamanda mücadele ruhunu da

kaybetmeden kabullenme ve duruma uyum sağlamadır. “Sabrın kelime anlamı alıkoymak, engellemek veya bağlamaktır. Genel anlamda ise sabır, bir zorluk, musibet, dert ve belaya uğrayan kimsenin, öfke ve isyan duygularına kapılmaksızın, şikayet ve serzenişte bulunmaksızın içinde bulunduğu durumu sakin ve soğukkanlı bir şekilde karşılamasıdır. Güçlü ve dirençli olması, olayların sonunu beklemesi, telaş ve acele etmemesidir.” (Hökelekli, 2013: 117).

Sabır ve mücadelenin iç içe olduğu konusu üzerinde durulur. “Sabır ile mücadele iç içedir; her türlü kötülük, bozgunculuk, felaket, yıkıma sebep olan olaylar karşısında bireylerin direnme, dayanma ve karşı koyma gücüdür. İç ve dış engellerle mücadele edip, sağlam bir azim ve güçlü bir iradeyle bu engelleri aşarak yol almaktır. Sabır çaba ile elde edilir ve bu çaba otomatik değildir. Daha çok bireyin iç benliğinin kontrolünü ve büyük bir yoğunlaşmayı içerir. Sabır zorluğa göğüs germe, acıyı afeti yumuşaklık ve sükûnetle karşılama ve çözüm için arayışa geçmedir. Sabır yaşadığımız sorunu önce kabullenip, sonra çözümü yönünde çaba sarf etmedir.” (Hökelekli, 2013: 118).

Özel gereksinimli çocuğa sahip aileler için şu ifadeler kullanılmaktadır; “Engelli ailesinin elinde büyük bir fırsat vardır. Eğer o, sabırla engelli çocuğuna bakar, onu gözetip kollar ve hayatını kolaylaştırmak için elinden geleni yaparsa, “Allah sabredenlerle beraberdir” iltifatına mazhar olur. Âlemlerin Rabbi olan Allah’ın bir kimseyle beraber olmasından daha büyük bir bahtiyarlık olabilir mi?” (M. Özdemir, 2020: 53-54).

Kur’an-ı Kerim’de en çok üzerinde durulan konuların başında sabır gelmektedir. Ayetlerde Allah, kullarını sabır konusunda imtihan edeceğini, sabredenlere mükâfat vereceğini ve sabredenlerin kurtuluşa olacağını bildirmektedir. “De ki (Allah şöyle buyuruyor): “Ey inanan kullarım! Rabbinize karşı gelmekten sakının. Bu dünyada iyilik yapanlar iyilik bulacaklardır. Allah’ın arzı geniştir. Sabredenlere mükâfatları hesapsız verilecektir.”<sup>32</sup>, “Sizde bulunanlar tükenip gider, ama Allah’ın katındakiler kalıcıdır. Asla kuşkunuz olmasın ki, güçlülere göğüs gerenlerin ecirlerini, yapmış olduklarının daha da güzeliyle

---

<sup>32</sup> Zümer, 39/10.

vereceğiz.”<sup>33</sup>, “İşte onlar, sabretmelerine karşılık cennetin yüksek makamlarıyla mükâfatlandırılacaklar ve orada esenlik dileği ve selamla karşılanacaklardır. Orada ebedî kalırlar. Orası ne güzel bir durak ve ne güzel bir konaktır!”<sup>34</sup>, Asr Suresi’nde Allah, sabrı tavsiye edenlerin kurtuluş içinde olduğunu buyurmaktadır. “Andolsun ki sizi biraz korku ve açlıkla, bir de mallar, canlar ve ürünlerden eksilterek deneriz. Sabredenleri müjdele. Onlar; başlarına bir musibet gelince, ‘Biz şüphesiz (her şeyimizle) Allah’a aidiz ve şüphesiz O’na döneceğiz’ derler. İşte Rableri katından rahmet ve merhamet onlarıdır. Doğru yola ulaştırılmış olanlar da işte bunlardır.”<sup>35</sup>

Hz. Peygamber hadislerinde sabır konusuna dikkat çekmiş ve inananlara yol göstermiştir. “Bir kul kendisi için cennette hazırlanmış olan makama ameliyle ulaşamayacaksa, Allah onun bedenine veya malına ya da çoluk çocuğuna bir bela verir de bu belaya sabrı sebebiyle o makama eriştirilir.”<sup>36</sup>, “Müminin işi ne güzel! Onun bütün işleri hayırlı ve kazançlıdır. Bu duruma müminden başka hiç kimsede rastlanmaz. O, bir nimete nail olduğunda şükrederse, bu onun için hayır olur; darlık ve sıkıntıya düştüğünde sabrederse, bu da onun için hayır olur.”<sup>37</sup>

Kültürümüzde ve Anadolu irfanında da sabra geniş yer verilmiş, atalarımız “Altın ateşte, insan mihnette belli olur.” demişlerdir. Birey, çeşitli sıkıntılara sabredek ki hakiki insan olabilsin, hakiki kul olabilsin. DS çocuğa sahip aileler, sabretmezse aceleci davranırsa çocuğuna da kendisine de içinde bulunduğu zorlu süreçte zarar verebilir. “Genel olarak öfke doyurulmamış isteklere, istenmeyen sonuçlara ve karşılanmayan beklentilere verilen duygusal tepkidir. Öfke diğer duygular gibi son derece doğal, evrensel ve sağlıklı olarak ifade edildiğinde yapıcı ve kişiler arası iletişimi düzeltici olabilen bir duygudur. Ancak öfke kontrol edilemeyen ve yıkıcı bir biçimde davranışlara yansiyarak saldırgan ve son derece tahrip edici tepkilere dönüşme potansiyeline sahiptir. Bugün için ev içi şiddet olgularında, çocuk taciz ve istismarlarında, terör olaylarında, sokak kavgalarında ve trafikte sağlıklı olarak ifade edilemeyen öfke duygularının etkisi görülmektedir.” (Soykan, 2003: 19).

---

<sup>33</sup> Nahl, 16/96.

<sup>34</sup> Furkân, 25/75-76.

<sup>35</sup> Bakara, 2 /155-157.

<sup>36</sup> Ahmed b. Hanbel, Müsned, V/272.

<sup>37</sup> Müslim, Zühd, 64.

Çocuklara verilen eğitim, bir hap gibidir anında etki etmez belki ama zamanla onlara muhakkak katkı sunar, esas olan çocuğun bireysel farklılıklarını kabul ederek ve farklılıklara uygun yol izleyerek sabırla emek vermektir, çaba göstermektir. Katılımcıların paylaşımlarından en çok ödev, okul konularında sıkıntı yaşandığı anlaşılmaktadır. Bu gibi durumlarda uygun olan tutum ve davranış biçimi; sabırla, sükûnetli olmaya çalışarak, çocuğun pozitif özelliklerine ve yapabileceklerine odaklanıp ne onu ne de annenin kendisini üzmeden bir yol takip etmesidir. Belki kalkıp bir abdest almak, ortamdan biraz uzaklaşmak iyi gelebilecek çözüm yolları arasındadır. Hz. Peygamber “Güçlü kişi, öfkesini yenen kişidir.”<sup>38</sup> buyuruyor.

Allah “el-Fettah” tır yani darda kalanı kurtaran bir çıkış yolu gösteren, yeni kapılar açandır. Bir dua ile bitirelim bugünü:

“El-Fettah olan Allah’ım! Zihnimizi aç, faydalı bilgi ile doldur; gönüllerimizi aç sevgiyle ve imanla doldur. Bizler de dünyaya ve İslam âlemine faydalı kapılar açalım, güçlükleri ve kötülükleri güzelliklere ve iyiliklere çevirelim. Amin!” (Budak, vd. 2017: 63).

**Oturum Değerlendirmesi:** Sabrın içinde hareket, devinim, mücadele, azim, sebat gibi pek çok erdem vardır. Tahammül aslında bireyin sınırlı olarak gösterdiği, kısa süreli sabırdır. Tahammül, kişinin yaşamında başına gelen olayları ve durumları bir yükümüş gibi algılamasına sebebiyet verir, bu yüzden tahammülün bir sınırı vardır ve tahammülden sonra öfke patlaması vb. yaşanabilir. İnsanlar sabır değil tahammül nedeniyle isyan edebilir. Bu anlatılanlar da göz önünde bulundurulursa, sabır rahmettir, sabır bir nimettir.

K1: “Çocuğunu eve kapatan, çocuğunu kabul etmeyen nice insanlar var. Bu tavır, bu tutum tamamıyla yanlış. Asıl bu tür annelerin böyle eğitimler görmesi lazım, burada olması lazım. Böyle tanıdığım anneler var. Onların çok ihtiyacı var böyle desteklere, eğitimlere. Sabırla “Hamdım, piştim, yandım.” diyorsun zamanla Mevlana gibi.” cümleleri ile oturumların kendisine iyi geldiğini ifade etmiştir.

K2: “DS’li çocuğum ile ilgili eğitim, sağlık gibi durumlarda karşıma çıkan sıkıntılara sabır gösteriyorum. Evladımın sonra Rabbim sabrı öğretti bana. Sabırla

<sup>38</sup> Buhârî, Edeb, 76; Müslim, Birr, 107.

birlikte her güçlüğü aşabileceğimi düşünüyorum artık. İnsan olmanın temelinde sabrın olması gerektiğini bilerek iyi hissediyorum.” demiştir.

K3: “Çocuk büyütmek sabır işi, özel çocuk büyütmek daha çok sabır işi.” diyerek içinde bulunduğu sürecin bilincinde olduğunu hissettirmiştir.

K7: “Bugün sabırla tahammülün farklı şeyler olduğunu öğrendim. Mesela ben çocuğumu kaybettim ya ilk zamanlar çok kötüyüm sabrettim, şimdi bu sabır sağanak sağanak sevaba sebep mi olacak? Çok etkilendim anlattıklarınızdan.”

## 5. OTURUM (DS’li Bireyler İçin)

**Oturumun Teması:** Sabır ve Öfke Yönetimi

**Oturumun Amacı:** Bu temadaki asıl hedef; bireylerin yaşamlarında bazı zamanlarda karşılaştıkları durumlarda öfkelenebilecekleri ve bu durumun gayet normal olduğu ancak hissedilen öfke sırasında nahoş sözcükler kullanılmaması gerekliliği ve şiddet gibi uygun olmayan davranışlardan kaçınmak gerektiğini anlatmaya çalışmaktır.

**Uygulama:** Bu uygulamadan önceki tüm uygulamalarda olduğu gibi araştırmacı öncelikle DS’li bireyleri onları görmekten mutluluk duyduğu ifadeyle karşılar. Günlük hal/hatır sorma teknikleriyle DS’li bireylerin kendilerini daha rahat hissetmeleri sağlanır. Araştırmacı oturumun konusunu DS’li bireylerle paylaşarak onları temaya hazırlamaya çalışır. Araştırmacı uygulama sonunda bir sürpriz yapacağını açıklar böylece DS’li bireylerin konuya daha iyi odaklanmalarını sağlamaya gayret eder. Araştırmacı tarafından, DS’li bireylere konuya giriş için “En çok neleri seviyorsunuz?” sorusu sorulur.

Gelen cevaplar genelde dondurma, mum ve pasta, boyama kitabı gibidir. Ardından “Bunları kimden istiyoruz?” sorusu sorulur.

DS’li bireyler genelde “Babadan veya anneden istiyorum.” yanıtını vermişlerdir. Bu verilen cevaplardan sonra araştırmacı konuya giriş yaparak, “Bazen anne ve babamız bu istediklerimizi hemen alamayabilir. Örneğin parası olmaz veya akşam karanlık olduğu için annemiz dışarı çıkıp alamaz. İşte böyle durumlarda onların bizim isteklerimizi yerine getirmesi için biraz bekleriz. Beklerken de

ağlamayız, kötü sözler söylemeyiz ya da bağırmayız. Böylece sabırlı olmayı öğreniriz. Sabırlı olursak annemiz ve babamız da bizlerin istediklerini yaparlar.” cümleleri ile temayı ana hatlarıyla açıklamaya çalışmıştır.

Diyanet Çocuk Youtube Kanalı’ndan “Neşeli Dostlar Sokağı” isimli seriden “Sabır” şarkısı hep birlikte dinlenir. Böylece sabır konusu pekiştirilir. “Peki bu sevdiğimiz şeyleri nasıl istiyoruz?” sorusuyla örnek bir isteme şekli oluşturulur.

DS1: “Ben bir şey isteyeceğim zaman lütfen diyorum, sonra da teşekkür ediyorum.” cevabını vermiştir.

DS3: “Lütfen deriz herkese.” diyerek soruyu yanıtlamıştır.

Verilen cevapların ardından araştırmacı tarafından, “lütfen, teşekkür ederim, rica ederim, eline sağlık” gibi kelimelerin hayatımızda önemli olduğunu bu kelimeleri birey söylerse karşısındaki annesini, babasını veya öğretmenini mutlu edeceği anlatılmıştır. Temanın pekiştirilmesi için, “Alpi ve Arkadaşları” isimli çocuk kanalından “Sihirli Sözcükler” şarkısı dinlettirilir. Araştırmacı “Nasıl konuşursak kibar davranmış oluruz?” sorusunu sormuştur.

DS1: “Ben anneme hep eline sağlık diyorum.” yanıtını vermiştir.

DS2: “Allah razı olsun diyorum bazen.” demiştir.

DS3: “Büyüklere abla, abi deriz. Nasılsınız diye sorarız” demiştir.

DS5: “Lütfen pasta alır mısın?” diye cevap vermiştir.

Araştırmacı tarafından “Peki birisine kızdığımızda kötü bir şey söylüyor muyuz?” sorusu katılımcılara yöneltilmiştir.

DS1: “Hayır kimseye kötü söz söylemem.” ifadesini kullanmıştır.

DS3: “Kötü söz söylemek ayıptır.” demiştir.

Doğru kelimelerin kullanımını anlatmak için, “Ayna Oyunu” oynattırılır. İki öğrenci karşılıklı sahneye çıkarlar. Biri diğerine hep güzel sözler söyler. Diğer de ayna rolünde olur ve onun dediklerini tekrar eder. Böylece güzel sözün geri dönüşünün insanı mutlu ettiğinin farkında olurlar (Bozyaka, 2011: 59).

Araştırmacı, “Sokakta bağırmamak, misafire hoş geldin demek, misafirlikte eline sağlık demek, arkadaşımızın eşyasını izinsiz almamak, çevremizi temiz tutmak nezaket kurallarıdır. Katılımcılara nezaketin, güzel söz söylemenin, sabırlı olmanın ve öfke durumlarında kaba konuşmamanın bireyin hayatındaki önemini anlatmaya çalışmıştır. Boyama etkinliği ile konu sonlandırılır.

Oturum başlangıcında araştırmacının sürpriz olarak açıkladığı pasta ikramı ile hem oturum değerlendirmesi yapılır hem de pekiştireç olarak bu durum değerlendirilir. Araştırmacı “Sürpriz olarak bugün pasta ikram etmek istedim sizlere. Afiyet olsun.” cümlelerini kullanmıştır buna karşılık katılımcılar “Teşekkür ederim, sağolun, çok mutlu oldum” gibi memnuniyet göstergesi anlamında sözlü ifadeler kullanmışlardır. Böylece oturum değerlendirmesi de yapılmıştır.

**Oturum Değerlendirmesi:** Öğrencilerin ailesinden günlük yaşamda nezaket ifadelerini kullanmaları ile ilgili hazırlanan çizelgenin doldurulması istenir. Hafta boyunca yapılan geri dönüşler ile oturum değerlendirmesi sağlanmıştır.

## **6. OTURUM (Anneler İçin)**

**Oturumun Teması:** Tevekkül ve sorumluluk

**Oturumun Amacı:** Temel amaç; manevi iyi oluşa katkı sağlaması yönüyle katılımcılara doğru tevekkül anlayışını kazandırmaktır. Özellikle DS’li çocuk sahibi annelere içinde buldukları her koşulda Yaradan’dan manevi destek almanın tevekkül ile ilişkisi ve Yaradan’a güvenin huzur vericiliği konusuna dikkat çekilmeye çalışılması, tevekkülün inananlar için pasif bir bekleyiş olmadığını ve aktif bir süreç olduğunu, bu aktif süreçte sorumluluğun da önemli olduğunu fark ettirmek hedeflenmektedir.

**Uygulama:** Bu oturumda tevekkülün inananlar için manası üzerinde durulmuştur. Tevekkülün her şart ve koşulda manevi destek olacağı ve Yaradan ile güçlü bir bağ kurmanın özellikle bireyi zorlayıcı (afet, yas, engellilik gibi) durumlarda manevi iyi oluşun güçlenmesi ile psikolojik anlamda rahatlatıcı etkisi üzerinde durulmuştur. Çalışma grubunun özel durumundan dolayı onların evlatlarını kabul, sarıp sarmalama ve evlatları için verdikleri mücadelede doğru tevekkül anlayışının hayati bir fonksiyona sahip olması farkındalığının kazandırılmasına

çalışılmıştır. Tüm oturumlarda olduğu gibi bu oturuma da araştırmacı, Mevlana'nın cümleleriyle başlamıştır. Mevlana diyor ki;

*“Üzülme... Bir yandan korku, bir yandan ümidin varsa iki kanatlı olursun, tek kanatla uçulmaz zaten. Sopayla kilime vuranın gayesi kilimi dövmek değil, kilimin tozunu almaktır. Allah sana sıkıntı vermekle tozunu, kirini alır. Niye kederlenirsin? Taş taşlıktan geçmedikçe parmaklara yüzük olamaz. Yüzük olmak dileyen taş, ezilmeyi yontulmayı göze almalıdır.”*

Mevlana'nın bu sözünden bizler, aslında pırlanta gibi, elmas gibi bir değere sahip olduğumuzu ama yontularak o değere ulaşabileceğimizi anlıyoruz. Geçen hafta konuştuğumuz gibi aslında bizim bir makamımız var hazır ama o makama ulaşmamız için burada birtakım sabırla, çocuklarımızla, malımızla, mülkümüzle imtihan olarak ulaşıyoruz diyelim. Bugün ki konumuz tevekkül ve sorumluluk ikisi çok farklı gibi gelebilir ama iç içe olan kavramlar. Tevekkül ile başlayalım, “Tevekkül ne demektir sizler için?” sorusu ile çalışma grubunun da aktif katılımına destek sunulmuştur.

K1: “Allah’a tevekkül etmek deriz biz hocam.” yanıtını vermiştir.

K2: “Sabrın bir diğer adıdır.” demiştir.

K5: “Allah’a dua etmektir. Çevremizde tevekkül et kalk dua et derler.”

Bu yanıtlardan yola çıkarak araştırmacı tarafından tevekkül kavramı açıklanmıştır; tevekkül, kul olarak bizlere düşen sorumluluğu yerine getirdikten sonra sonucu Allah’a bırakmaktır. Tevekkül pasif bir bekleyiş değil tam aksine aktif bir süreçtir. Birey önce üzerine düşen vazifeyi yerine getirir daha sonrasında süreci takip eder ve dua ederek de aktif tutumuna devam etmiş olur. Hastalandığımızda doktora gideriz ve ilaçlarımızı kullanıp tedavi oluruz; “Bu hastalık Allah’tan bana geldi durup bekleyim.” demeyiz. Kapılarımızı kitler Allah’a emanet ederiz, “Allah nasılsa korur.” demeyiz. Kul olarak önce sorumluluklarımızı yerine getirir sonra da hayırlı sonuçları Allah’tan bekleriz. Çünkü Allah “el-Vekil”dir yani tevekkül edenin işlerini yoluna koyandır. Allah “er-Reşid” yani yol gösterendir yeter ki bizler bir yola başlayalım Allah o yolu bize güzelleştirir, yolun sonunu hayır kapılarına açar.

Kur'an-ı Kerim'de pek çok ayette tevekkül konusuna değinilmiştir, “De ki: “Allah bize ne yazmışsa başımıza ancak o gelir, O bizim mevlâmızdır.” Müminler yalnız Allah’a güvenip dayansınlar.”<sup>39</sup> ayeti ile inananların Allah’a güvenmeleri hususunda bilgi verilmiştir. “Müminler o kimselerdir ki, Allah’ın adı anıldığında yürekleri titrer, kendilerine Allah’ın âyetleri okunduğunda bu onların imanlarını arttırır. Onlar yalnızca rablerine güvenirlir.”<sup>40</sup> ayetinde ise Allah’a güvenmenin iman ile bağlantısı ilişkilendirilmiştir. “...Allah’a sınıksız bağlanın. Sizin Mevla’nız (sahibiniz) O’dur. O ne güzel Mevla’dır ve ne iyi yardımcıdır.”<sup>41</sup> ayeti ile Allah’a dayanıp, güvenmenin bireye destek olacağı anlatılmaktadır. “Yakup da şöyle dedi: “Ben acımı ve kederimi ancak Allah’a arz ediyorum ve ben sizin bilmediklerinizi Allah’tan gelen bilgiyle biliyorum. Ey oğullarım! Gidin de Yûsuf’u ve kardeşini iyice araştırın, Allah’ın rahmetinden ümit kesmeyin. Çünkü inkâr edenlerden başkası Allah’ın rahmetinden ümit kesmez!”<sup>42</sup> Tevekkül aynı zamanda Allah’tan ümit kesmemektir. Azimle uğraşp, didinmektir. Yani siz annelerin, çocuğunun gelişimi için gösterdiği mücadele, azim ve dua dolu günleridir aslında tevekkül.

K2: “Çocuğumun küçüklüğünden beri birçok eğitime katıldım sırf onun için.”

K7: “Haftanın neredeyse yedi günü doluyum, fizyoterapiden özel eğitime, havuza kadar pek çok yere çocuğumu götürüyorum.”

Katılımcıların bu ifadeleri onların çocukları için hem mücadelede olduklarına hem de dua ederek Allah’tan destek aldıklarına aslında güzel örneklerdir.

Daha önceki oturumlarda DS’li bir evlada sahip olmasından dolayı bahsi geçen Öke “Beni insan yapan, beni baba yapan Nazlıdır. Nazlı, benim tekâmül yolculuğum.” (<https://www.haber7.com/guncel/haber/2925587-mim-kemal-oke-nazlinin-hayatima-dususu-bir-ask-cemresi-gibi> 05/11/2023) minvaldeki sözleriyle, evladının hayatındaki yerini ve tevekkülün güzelliğini anlatmaktadır. Bu cümlelerden tevekkülün inanan insana manevi anlamda tüm hayatına eşlik edecek derecede destek olduğu ve bireyin kendini keşfederek ona yeni kapılar araladığı anlaşılmaktadır.

<sup>39</sup> Tevbe, 9/51.

<sup>40</sup> Enfâl, 8/2.

<sup>41</sup> Hac, 22/78.

<sup>42</sup> Yûsuf, 12/86-87.

“Andolsun ki sizi biraz korku ve açlıkla; mallardan, canlardan ve ürünlerden eksiltmekle sınavacağız. Sabredenleri müjdele!”<sup>43</sup> ayeti araştırmacı tarafından açıklanmıştır; tevekkül kavramında; sabır, ümit, mücadele, azim, sorumluluk, sevgi ve bağlılık vardır. Sabır gösteririz çünkü başımıza gelenin Allah’tan geldiğini biliriz. Ümit ederiz çünkü Allah’tan başka umut kapımız yoktur. Mücadele ederiz, azim gösteririz çünkü Allah emek verenin yanındadır biliriz. Sorumluluk bilincimiz genişler çünkü Allah bize yükledikleriyle sorumluluk almamızı istemiştir. Allah’a sevgi ile bağlıyızdır bütün bunları yapınca Allah’ın işimizi en güzel şekilde sonuçlandıracağını biliriz.

Sorumluluk kısmında da iki farklı durum vardır; birincisi kul olma bilincidir yani Allah’ın kulu olduğumuzu unutmadan bu dünyadaki kulluk vazifemizi yerine getirmektir. İkincisi ise; dünyevi sorumluluklarımızdır, günlük işlerimiz, çalışıyorsak mesaimiz bunları da ihmal etmeden yerine getirmeliyiz. Özetle mümin olarak sorumluluk sahibi, bilinçli tevekkül anlayışında olmalıyız. “Kaderin kurbanı değil de tanığı olmak, insanın iradesini ortaya koyabilmesiyle mümkün. Değdiğimiz her insanı kardeş, vardığımız her yeri yurt bellemekle kaderin tanığı olabiliriz. Dünyanın bizim dokunuşlarımızla güzelleşebileceğine inanarak...” (Sayar, 2013a: 27).

“De ki: “Allah her şeyin rabbi iken ben O’ndan başka bir rab mi arayacağım?” Herkesin yaptığının sonucu kendisine aittir. Hiçbir suçlu başkasının suçunu yüklenmez. Sonunda dönüşünüz rabbinizdir ve O, hakkında anlaşmazlığa düştüğünüz gerçeği size haber verecektir.”<sup>44</sup> ayetinden de anlaşılacağı üzere kimse kimsenin suçunu yüklenmez, bu nedenle DS’li evlat sahibi olmak, annenin veya babanın suçu olarak görülmemelidir.

Hiz. Peygamber’e soru sormaya bir sahabi gelir ve Hiz. Peygamber de neyle geldiğini sorar, o da devesiyle geldiğini söyler. Bu yanıtın ardından Hiz. Peygamber de “Ne yaptın deveni?” diye sorunca adam “Dışarı bıraktım mescidin önüne” der. Bunun üzerine Hiz. Peygamber “Git deveni bağla ondan sonra Allah’a tevekkül

---

<sup>43</sup> Bakara, 2/155.

<sup>44</sup> En’âm, 6/164.

et. Çünkü deven kaçacak ondan sonra “Allah'a tevekkül etmişim, ama devam kaçtı” diyeceksin. Öyle tevekkül olmaz, git deveni bağla sonra tevekkül et”<sup>45</sup> buyurmuştur.

Hız. Peygamber'in güçlü müminin zayıf müminden daha değerli ve Allah'ın sevgisine daha lâyık olduğunu ifade ederek kişinin tam bir azimle faydalı olanı elde etmeye çalışmasını, güç bir durumla karşılaşılması halinde Allah'ın takdirine rıza göstermesini öğütlemesi ve yakınmanın şeytanın etkisine kapı açacağı uyarısında bulunması<sup>46</sup> tedbir ve çalışmayla tevekkül ve takdiri birlikte gözetmek gerektiğini ortaya koymaktadır (<https://islamansiklopedisi.org.tr/tevekkul> 21/08/2023). Yani bireyin başına olumsuz bir şey geldiğinde “Allah kahretsin”, “Niye böyle oldu?” gibi cümleleri söyleten şeytandır. Ancak kişi, maneviyatı güçlü olursa problemin içinden nasıl çıkacağına dair bir düşüncesi, Allah'tan bir ümit bekleme durumu olur. Eğer kişinin maneviyatı güçlü değilse o zaman olduğu yerde şikâyet edip durur ve bu durum da onu isyana götürür. Birey içinde bulunduğu bu zorlu durumdan nasıl çıkacağına dair mücadelede bulunursa, Allah'ın kendisine hayırlı bir kapı açacağını düşünürse o zaman zaten o yola çıktığı için Allah da ona o güzel kapıları teker teker açacaktır. Bunu hep söylüyoruz; “Niyet hayır, akıbet hayır olsun inşaallah. Bizim niyetimiz iyi olsun ki, sonumuz da Allah'ın bize açtığı kapılar da yollar da güzel olsun.” niyetleriyle oturum sonlandırılmıştır.

**Oturum Değerlendirmesi:** Oturumun değerlendirilmesi için katılımcılara söz hakkı verilmiştir ve düşüncelerini ifade etmeleri istenmiştir. Katılımcılar gün sonunda hem çalışmanın içinde bulduklarından memnun olduklarını hem de yeni bilgiler edinmenin kendilerine olan katkılarından hoşnut olduklarını ifade etmişlerdir.

K1: “Aslında çocuğumuz doğduğundan beri tevekkül içindeymişim de bunun tam olarak farkında değilmişim. Maneviyatımız iyi olursa tevekkülümüz daha güzel olur. Bunu fark etmemi sağladınız, Allah razı olsun sizden.”

K2: “Bu oturumda kendimi daha iyi hissediyorum. Maneviyat olmazsa tevekkül olur mu? Maneviyat olmazsa tevekkül olmaz, maneviyat sağlam olursa tevekkülümüz de olur.”

---

<sup>45</sup> Tirmizî, Kıyâme, 60.

<sup>46</sup> Tirmizî, Zühd, 33.

K7: “Ben tevekkülü hep dua etmek sanırdım, çevremde de herkes dua et geçer derdi. Şimdi tevekkülün ne demek olduğunu öğrendim. Tevekkül etmenin manevi yaşamımızın bir parçası olduğunu fark ettim. Teşekkür ederim.”

## 6. OTURUM (DS’li bireyler için)

**Oturumun Teması:** Sorumluluk kapsamında iyilik, paylaşma, yardımlaşma

**Oturumun Amacı:** Bireyin iyilik ederek, paylaşarak ve yardımlaşarak kendisinin de karşısındaki kadar mutlu olacağı bilincini oluşturmak amaçlanmaktadır.

**Uygulama:** Bu oturumdan önceki tüm oturumlarda olduğu gibi araştırmacı öncelikle DS’li bireyleri onları görmekten mutluluk duyduğu ifadesiyle karşılar. Günlük hal/hatır sorma teknikleriyle DS’li bireylerin kendilerini daha rahat hissetmeleri sağlanır. Araştırmacı, “Bugün sevdiğimiz insanlarla eşyalarımızı, yiyeceklerimizi veya odamızı paylaşma konusunu hep birlikte öğreneceğiz. Aynı zamanda anne ve babamıza, kardeşlerimize, öğretmenlerimize ve arkadaşlarımıza iyilik yapmanın yardımcı olmanın ne kadar güzel olduğunu öğreneceğiz. Haydi, başlayalım!” cümleleriyle oturumun konusunu DS’li bireylerle paylaşarak onları temaya hazırlamaya çalışır. “Siz neler paylaşıyorsunuz çocuklar?” sorusu ile konu daha kapsamlı anlatılmaya gayret edilir.

Katılımcılar, kalemleri, kitapları, pastayı vb. paylaştıklarını ifade etmişlerdir. Araştırmacı, “Geçen hafta birlikte pasta yemiştik. Bir de sizlere kalem hediye etmişim. Sizi sevdiğim için bunları sizinle paylaştım. İnsanlar sevdikleriyle eşyalarını, yiyeceklerini paylaşırlar.” cümleleriyle konuya açıklık getirmiştir. Diyanet Çocuk Youtube kanalından “Neşeli Dostlar Sokağı” paylaşmak şarkısı dinlenir ve “Şarkı ne anlatıyor?” sorusu ile konu değerlendirilmeye çalışılır.

DS1: “Paylaştığımız zamanlarda çoğalacak.”

Katılımcıların cevaplarının ardından bireylerin aklında görece daha fazla kalan kurban ibadeti ve paylaşma ilişkisi kurulmaya çalışılır. “Kurban nedir biliyor musunuz?” sorusu sorulur. DS’li bireyler çoğunlukla evet cevabını vermişlerdir. Evet, cevabından dolayı yeni bir soru ile konu genişletilir. “Kurban kestiniz mi?”

Katılımcılardan “Kestik!” cevabı gelmiştir. Bunun üzerine araştırmacı, “Peki biz kurban kesince o etten fakirlere, yani et alamayanlara veriyoruz değil mi çocuklar? Paylaşıyoruz, paylaşmak için kesiyoruz kurbanı.” cümleleriyle ibadet olan kurban, paylaşma, sorumluluk ve iyilik konularını ilişkilendirmeye çalışmıştır.

DS1: “Biz verdik biraz.” demiştir.

Diyanet Çocuk Youtube kanalından “Patili ve Dostları” iyilik şarkısı dinlettirilir. Şarkı durdurulur ve sorular sorulur. “Siz de çiçekleri suluyor musunuz? Kuşlara, kedilere yiyecek veriyor musunuz?”

DS1: “Çiçekleri çok severim, onları ablamla sularım.”

DS2: “Kedilere süt veriyorum annemle.”

DS5: “Okulda kedilere mama veriyoruz öğretmenimizle.”

Araştırmacı tarafından “Bir arkadaşımız böyle birlikte yürürken pat düştü, düşünce ne yaparız?” sorusu sorulmuştur.

DS3: “Elimizi uzatırız o da kalkar.” demiştir.

“Misafir gelince gülümseyip hoş geldin diyor musunuz?” sorusu ile paylaşmanın ve güzel söz söylemenin önemi anlatılmaya çalışılmıştır.

DS2: “Annem pasta hazırlıyor. Pasta veriyoruz misafire.”

“Ben size misafirliğe gelsem mutlu olur musunuz?” sorusuna; katılımcılar hep birden “Evet” cevabını vermiştir. “Ben de çok mutlu oldum bunu duyduğuma. İşte bakın siz misafirlere iyi davranınca, onlara kek, pasta, çay verince misafirler de çok mutlu olur, siz de çok mutlu olursunuz.” ifadesi ile iyilik yapmanın mutluluğa sebep olduğu anlatılmıştır. Şarkı kaldığı yerden devam ettirilir. “Odanızı topluyor musunuz?” sorusu ile sorumluluk konusu anlatılmaya çalışılmıştır.

DS1: “Odamı da topluyorum evde dağılan yerleri de topluyorum.”

Katılımcılara “Annenize sofrayı getirip götürürken yardım ediyor musunuz?” sorusu sorulur.

DS1: “Ben anneme yardım ederim, mutfığa giderim anneme sorarım yardım edeyim mi? Diye.”

DS2: “Ben babama araba yıkarken yardım ediyorum.”

DS3: “Ben yardım ederim, kahvaltı hazırlarım, şekerli kahve yapıyorum.”

Araştırmacı tarafından “Peki, siz onlara yardım edince, siz yapınca annen baban evdekiler mutlu oluyor mu?” sorusu sorulur.

DS1: “Annem beni seviyor, canım kızım diyor.”

DS2: “Babam, bana çak ortak diyor.”

DS5: “Annem mutlu olduğunu söylüyor.”

“Siz onlar mutlu olunca mutlu oluyor musunuz?” sorusu sorulur.

DS1: “Ben annem, babam, ablam mutlu olduğunda çok mutlu oluyorum. Onlara ne güzel mutlu mutlu olduk, sohbet ediyoruz, çay içiyoruz diyorum.”

DS3: “Annem mutlu olunca seviniyorum, ona kahve yapıyorum.”

DS6: “Aslan babam mutlu oluyor, ben onu çok seviyorum.”

Çünkü birisine yardım etmek demek onu sevmek demektir. Birisini sevince insan ona yardım eder. “Ödevlerinizi yapıyor musunuz? Ödevlerinizi yapınca öğretmeninize gösterince öğretmeniniz ne diyor?”

DS1: “Öğretmenim teşekkür ediyor, ödevime yıldız atıyor bir de defterime aferin yazıyor.” demiştir.

Ödev yapmak sorumluluklarımız arasındadır ve sorumluluklarımızı yaptığımızda hem biz mutlu oluruz hem de sevdiğimiz mutlu olurlar. Diyanet Çocuk Youtube kanalından “Patili ve Dostları” sorumluluk şarkısı dinlettirilir. Bu şarkı ile insanın çevreye, hayvanlara, bitkilere ve çevresindeki insanlara karşı sorumluluk duygusunu açık ve net bir biçimde anlatmaya çalışılmıştır.

**Oturum Değerlendirmesi:** İyiliklerin, sevginin, yardımlaşmanın ne kadar güzel olduğunu anlatmak için, “Ayna Oyunu” oynattırılır (Bozyaka, 2011: 59). Böylece güzel sözün ve güzel davranışın geri dönüşünün insanı mutlu ettiğinin farkında olurlar. Boyama etkinliği yapılır, resimdeki yaşlı teyzeye yardım eden çocuklar hakkında konuşulur ve oturum sonlandırılır.

## 7. OTURUM (Anneler için)

**Oturumun Teması:** Umut, Dua ve Şükür

**Oturumun Amacı:** Her durum ve her şartta Allah'tan umut kesilmeyeceğinin bilincine varmak ve inananlar için Allah'ın dua ile destek olacağını bilmek amaçlanmaktadır. Koşullar ne olursa olsun an'da kalabilmek ve içinde bulunulan sürece şükretmenin güzelliğini anlamak böylece manevi iyi oluşa katkı sağlamak hedeflenmektedir.

**Uygulama:** Bu oturumda DS'li evlat sahibi annelere şükretmenin güzelliği anlatılmaya çalışılmıştır. Dua etmenin aslında Yaradan ile daimi bağ kurmak olduğu anlatılmıştır. Allah'tan umudu kesmemenin ve dua etmenin inanan insanın hayatına anlam kattığı konusunda farkındalık oluşturulmuştur.

Tüm oturumlarda olduğu gibi bu son oturumda da araştırmacı konuya Mevlana'nın sözleriyle başlamıştır.

*"Kapı açılır, sen yeter ki vurmaya bil! Ne zaman, bilmem! Yeter ki o kapıda durmaya bil!" (Mevlana)*

Mevlana bu sözleriyle insanlara hem umut aşılamış hem de dua etmenin önemini fark ettirmeye çalışmıştır. Dua bireyin hayatında oldukça önemlidir. "Dua kavramı, size neler çağırıyor? Size göre dua nedir? Ne gibi zamanlarda dua edersiniz?" soruları ile katılımcıların görüşleri alınmaya çalışılmıştır.

K2: "Rabbimize yakarış, yalvarış."

K4: "Yer gök dua ile."

K7: "Zor durumda kaldığımızda dua ederiz."

Katılımcıların cevaplarından sonra dua kavramının anlamı açıklanmıştır. Dua, "Allah ile kul arasında Allah'ın rahmet ve şefkatinin kulları tarafından tanınma iradesinin galip geldiği canlı bir ilişki ve haberleşme olarak görülmelidir. Bir yoruma göre duada Allah ile kul arasında bir vasıta yoktur ve bu sebeple dua kulluk makamlarının en önemlisidir." (Parladır, 1994: 532). "Dua, kul ile sonsuz kudret sahibi olan Allah arasında bir köprü ve diyalogdur." (M. Şahin, 2006: 225).

“İnsanın Allah’la iletişimi, irade sahibi biricik şuurlu varlık olması nedeniyle diğer varlıklardan farklı bir biçim ve içerikte gerçekleşir. Yüce Yaratıcı, insanı başka hiçbir varlığa tanımadığı belirli ayrıcalıklarla donatmış ve varlıklar içerisinde yalnız ona kendisiyle bilinçli iletişim kurabilme imkânını bahsetmiştir. Bu iletişimin din dilindeki adı duadır. Dua, kişinin Yüce Allah’la kurduğu çok özel bir iletişim şeklidir. Bu sevgi ve içtenliğe dayalı iletişim en yalın haliyle, âşık ve mâşuk arasındaki ilişkidir. Zira bu ilişkinin bir tarafında özünde ilahi nefes taşıyan insan, diğer tarafında ise o nefesin ve her şeyin kaynağı olan Yüce Yaratıcı bulunur. Bu anlamıyla dua, “Öz”den gelenin “Öz”e sevgi, şükran, minnet, dilek ve bağışlanma duygularını iletme imkânı bulduğu en içtenlikli yakarıştır. Bu öyle bir yakarıştır ki insanlar arası ilişkilerde geçerli pek çok ölçüt bu durumda değersizleşerek önemini yitirir. Zaman, mekân, ırk, renk, dil, makam, mevki, zengin ve fakir ayrımları/engelleri ortadan kalkar ve insan Yaratıcısıyla en yalın haliyle buluşur. Bu özelliğiyle dua, insana istediği yer ve zamanda Yüce Allah’la dilediği gibi karşılaşabilme imkân ve özgürlüğü sunan benzersiz bir niteliğe sahiptir. Dua esnasında kişi, kendisi hakkındaki tüm gizlilikleri bilen Rabbiyle baş başa olmanın derin mutluluğunu yaşar.” (Çapcıoğlu, 2021: 47). Hz. Peygamber hadisinde “Dua ibadetin özüdür.”<sup>47</sup> buyurmuştur.

Allah ile kul arasındaki münasebet konusunda Hz. Peygamber’e yöneltilen soruya Kur’an şu cevabı vermiştir: “Kullarım beni senden sorarlarsa, (bilsinler ki), gerçekten ben (onlara çok) yakınım. Bana dua edince, dua edenin duasına cevap veririm. O halde, doğru yolu bulmaları için benim davetime uysunlar, bana iman etsinler.”<sup>48</sup> Allah, kendini kullarına bu şekilde bildirmiştir. Dua, kulluk makamlarının en önemlisidir. Bir başka ayette, “(Ey Muhammed!) De ki: “Duanız olmasa Rabbim size ne diye değer versin!...”<sup>49</sup> buyurularak insanın Allah’a bu yönelişiyle değer kazanacağı ifade edilmiştir. İnanan insan, kul olarak değerini dua ile belirlemektedir.

Allah, kuluna cevap vermek için onun her ne vesile ile olursa olsun kendisine yönelmesini istemektedir: “Rabbiniz şöyle dedi: “Bana dua edin, duanıza cevap vereyim. Bana kulluk etmeyi kibirlerine yediremeyenler aşağılanmış bir halde

<sup>47</sup> Tirmizî, Deavât, 1.

<sup>48</sup> Bakara, 2/186.

<sup>49</sup> Furkân, 25/77.

cehenneme gireceklerdir”<sup>50</sup> Araştırmacı tarafından ayet şu şekilde açıklanmıştır; “Biliyoruz ki kibir şeytandır, şeytan kibirlendiği için cennetten kovulmuştur. İnsanlar arasında da kibirlenen, kendini beğenen hoş karşılanmaz. Çünkü kibir, şeytani bir özelliktir. Bundan dolayı bu ayette Allah bana dua edin ben cevap vereyim buyuruyor, yani hiç kibirlenmenize, büyüklenmenize gerek yok, geleceğiniz kapı yine Allah’ın kapısıdır buyuruyor.”

Allah “el- Mucib”dir, yani duaları kabul edendir. “el- Kerim”dir yani ikram edendir. “el-Hafız”dır yani koruyandır. “el- Latif”tir yani kullarına iyilik edendir. “el-Alim”dir yani her şeyi bilen ve görendir. Allah’ın bu isimlerinin anlamını bilerek, zikrederek dua etmek de önemlidir. Dua bir ibadet olduğu için onun esas karşılığı ahirette verilecektir. Dolayısıyla, dünya hayatına yönelik talepleri karşılanmayan kişi, duam kabul edilmedi dememelidir. Çünkü onun duasına verilecek karşılık, ahirete bırakılmış olabilir. Bununla birlikte Allah, dua eden kulun dünya hayatı açısından kendisi için yararlı isteklerini de ilahî bir lütuf olarak vermektedir. Hz. Peygamber, dua edene isteğinin ya dünyada hemen verileceğini veya ahirete saklanacağını ya da istediği iyilik kadar kötülüğün giderileceğini bildirerek şöyle buyurmuştur. “Allah’a dua eden herkese Allah icâbet eder. Bu icâbet, ya dünyada peşin olur, ya da ahirete saklanır yahut da dua ettiği miktarca günahından hafifletilmek sûretiyle olur, yeter ki günah talep etmemiş veya sıla-ı rahmin kopmasını istememiş olsun, ya da acele etmemiş olsun.”<sup>51</sup>

Dua, kişide psikolojik bakımdan bir rahatlık, huzur ve mutluluk doğurur. Ahlaki arınma ve yücelmeye, duyarlı bir vicdan ve sağduyunun gelişmesine yol açar. Hz. Peygamber, “Allah’ım! Beyaz elbiseyi kirden temizlediğin gibi kalbimi günahlardan arındır, hatalarımı kar ve dolu suyuyla temizle.”<sup>52</sup> buyurarak duanın bu etkisini vurgulamıştır. Dua kapıları açan bir anahtar, tükenmez bir güç kaynağıdır.

K1: “Dua ettiğim zaman rahatladığımı ve ferahladığımı hissediyorum.”

K2: “Elem neşrah (İnşirah Suresi) okurum çok daraldığımda.”

<sup>50</sup> Mü’min, 40/60.

<sup>51</sup> Tirmizî, Da'avât, 133.

<sup>52</sup> Buhârî, Ezân, 89; Müslim, Salât, 40.

Dua eden kişi, Yaradan'dan umudunu kesmemiş demektir. İçinde umidini barındıran insanlar duaya sarılırlar ve duadan destek alırlar. Umut bireyin hayatındaki anlam kaynaklarından biridir. Umut olmazsa yaşamın da anlam ve amacı yoktur. “Bazen bedel ödeyerek öğreniriz. Aldığımız yumruklar, bizi bir sonrakine karşı daha güçlü kılar. Hayat ve neşenin, tabir caizse ‘antada keklik’ olmadığını, bu yüzden hayatın her anının anlam duygusunu tadarak dolu dolu yaşanması gerektiğini fark ederiz. Bunun için muhtaç olduğumuz kudret yaratılışımızda mevcuttur. Ümitle sarılırız hayata, ümitle nefes veririz. Beckett'nin o ünlü sözünde söylendiğı gibi, ‘Bir daha dene, bir daha yenil, daha iyi yenil’. Öğrenmeyi bilirsek; engeller sıçrama tahtasına döner, kırılğanlık zenginliğe, zayıflık güce, imkânsızlık imkâna inkılab eder.” (Sayar ve Bağlan, 2019: 16).

Bireyin hayatına kattığı anlam, onun için yaşamının tüm alanlarında koruyucu bir görev üstlenir. Psikolojik, fizyolojik, mental her manada yaşamın anlamı bireye destek sunmaktadır (Adler, 2003: 16). Jung, anlamsızlığın hastalıktan farksız olduğunu ifade eder. Jung'a göre; bireyin yaşamında anlam üretmesinde ona salt akılcı çözümlerden ve maddecilikten uzak, sağlam bir inanç ve bu inana dayalı dini tutumlar yardımcı olacaktır (Bahadır, 2007: 124-125). Birey, hayatındaki anlamı dua ederek, ibadet ederek umutla yaşamaya çalışarak elde eder.

Hız. Peygamber yaşamı boyunca birçok sıkıntıyla mücadele etmiştir. Küçük yaşta annesinin ve dedesinin kaybını yaşamıştır. Altı evladını toprağa vermiş, onların ardından gözyaşı dökmüştür, üzüntü duyduğunu ifade etmiştir. Kendisine inanmayanlarla da birçok kez karşı karşıya gelmiştir. Sahabenin başına gelen sıkıntı verici durumlarda da onlar için üzülmüştür. Ancak hiçbir zaman Allah'tan umidini kesmemiştir. Çevresindekilere de destek olmaya çalışmış, onlara moral vermiştir. Hız. Peygamberin hayata iyimser bakışı, popüler tabirle pozitif yaklaşımı müslümanlar için önemli bir örnektir (Sarıçam, 2007: 269-270).

Araştırmacı katılımcılara “şükür konusunda neler düşünöyorsunuz? Size göre şükür nedir?” sorusunu yönlendirmiştir.

K4: “şükür deyince kendimizden daha kötülerini görüp halimize şükretmek gelir aklıma. Büyüklerimiz öyle der. Beterin beteri vardır halimize şükretmeliyiz.”

K5: “Normal çocuğu olanlar halimize acıyor, ayy Allah sabır versin diyor bu durum beni rahatsız ediyor. Ne kadar ayıp bir şey yaaa. Allah ecir sabır versin diyorlar çok üzüliyorum. Bizler acınacak durumda değiliz.”

Çalışma grubundan alınan yanıtlarla şükür konusunun yanlış anlaşıldığı görülmüştür. Toplumda şükür genel anlamda, kendinden kötüsünü görüp haline sevinme, halinden memnun olma durumu gibi anlaşılmaktadır. Oysaki bu biçimde şükretme doğru bir şükür biçimi değildir. Şükür her durumda ve her şartta halinden hoşnut olabilme tutumunu göstermektedir.

Cüceloğlu, birey içinde bulunduğu durumu, başına gelen herhangi bir olumsuz olayı; yaşamın bir parçası olarak görür ve kabullenirse sağlıklı yönde ilk adımı atmış olur. Beklentinin fazla olması, bireyin hayattan tat almasına engel olur. Kişi, hırslarına yenik düşer ve içinde bulunduğu kanaatkârsızlık onun mutsuz olmasına neden olur. Oysaki Müslüman-Türk kültüründe “Bir lokma bir hırka.” esası yer alır ve birey bu anlayışla hayatını şekillendirirse daha huzurlu ve daha anlamlı bir yaşam sürdürmüş olur (2005: 310-311) cümleleriyle doğru geliştirilen minnettarlık halinin, maneviyat ve sağlıklı ruh hali ile olan olumlu ilişkisini açıklamıştır. Manevi yönden güçlü olan bireyler, şükür sayesinde yaratıcıyla bir bağ kurarlar. Bu kurulan bağla birlikte kişide, sevme, sevilme, farkında oluş, mutluluk ve hayat memnuniyeti oluşur (Hökelekli, 2013: 154).

Dua etmek demek, Allah’tan ümit etmek ve umudu kesmemek demektir. Umut hayatımızda var oldukça bizler hem psikolojik olarak daha sağlıklı ve güçlü oluruz hem de manevi yaşamımız güzelleşir. Ancak maneviyat bakımından zayıf kimseler geleceğe kötümser bakar ve olumsuz bir bakış açısıyla, umutsuz bir yaşam biçimi gösterir. Bizim dualarımız umudumuzdur, şükürümüzdür aslında. Dua sadece bir şeyler istemek için değil verilen nimetlere şükür için de yapılır. Şükür deyince hep aklımıza bizden daha kötüler gelir ve halimize şükrederiz bu bir bakış açıdır ama asıl şükür kendimizde olana başkasıyla kıyas etmeden anı yaşayarak şükretmektir. Başkasının çocuğu böyle benimki daha iyi dersek burada acıma duygusu içimizde belirir ve şükür acıaktan kaynaklı gelir. Oysaki şükür özden gelmeli ve durumumuz ne olursa olsun halimize her anımıza şükretmeliyiz.

“Allah’ım bu bahçeyi sonsuz baharının lütfu ile daima yeşert, yemyeşil, ter-ü taze sakla! Allah’ım, bu duaya, sen de âmin de! Zaten dua da senin duan, âmin de senin âminin” (Mevlana, 2000: Gazel 1097).

“Mevla görelim neyler /Neylerse güzel eyler” der Yunus Emre. Hayatımızda hep bu minval, yol üzere olalım ki hayatımızda umut ışığı, gönüllerimizde şükür ferahlığı ve dillerimizde dua güzelliği olsun dilekleriyle oturum sonlandırılır.

**Oturum Değerlendirmesi:** Çalışma grubunun oturum ile ilgili görüşlerine yer verilerek bu oturumun da değerlendirilmesi yapılmıştır.

K1: “Ben genelde karamsar birisiyim ama böyle olmamın hayatımı zorlaştırdığını anladım. Ümitvar olursak daha huzurlu ve mutlu oluruz. Aldığımız nefese kadar şükretmenin kıymetini fark ettim. Dua etmek beni hep rahatlatırdı şimdi sizden öğrendiklerimle daha çok duaya sarılacağım inşallah. Aslında aldığımız bu eğitimleri yeni doğum yapmış özel çocuğu olan tüm anneler almalı. Ben buraya gelip sizi dinledikçe rahatladım.” diyerek memnuniyetini dile getirmiştir.

K2: “Ben dua sayesinde ve Allah’tan ümit kesmeyerek DS’li evladına sarıldım ve mücadeleye devam edebildim. Sizin anlattıklarınızla o dönemi nasıl atlattığımı daha iyi kavradım.”

K3: “Hayatımda şükredeceğim çok şeyin olduğunu fark ettim. Allah’tan başka gidecek kapımız yok, bu oturumdan sonra bunu çok daha iyi anladım.”

K5: “Her konuda sorulan sorularla geri dönüşlerle rahatlamış, kendimi ve çocuğumu dile getirmiş olmanın mutluluğunu yaşıyorum. Her zaman şükreden bir insanım ve bunu bugünkü toplantıda bir kez daha hocamızın güzel anlatımıyla pekiştirmiş ve daha çok şükretmem gerektiği kanısına vardım. Umut hayatımızı daha da renklendirip yaşama daha sıkı bağlanmamızı sağlar. Umudumuzu asla yitirmemeliyiz. Rabbim ol deyince her şey olur...”

K7: “Evladımı kaybettiğim zaman bol bol dua edip rahatlamaya çalıştım o dönemde, şimdi anladım ki ayağa kalkıp tekrar hayata dönmemde dua manevi destek olmuş bana. Umutlu olursak hayatımız kolaylaşır hiçbir zaman umudumuzu kesmemek lazım, Allah’tan her zaman istemek lazım. Dualarımız, umudumuz gerçekleşince şükrederiz. Şükrettikçe hayatımızda en güzel şeyleri yaşıyoruz.”

## 7. OTURUM (DS'li Bireyler İçin)

### Oturumun Teması: Dua ve Şükür

**Oturumun Amacı:** Bu oturumun hedefi, DS'li bireye dua etmenin Yaradan ile bağ kurmak olduğunu anlatmaktır. Kurduğu bu bağ ile yalnız olmadığını, çaresiz ve güçsüz hissettiğinde Allah'ın desteğinin onunla olduğunu fark ettirmek. Şükür duygusu ile hayatın içinde mücadeleciler tutumlarına devam etmelerine katkı sunmak.

**Uygulama:** Bu oturumdan önceki tüm oturumlarda olduğu gibi araştırmacı öncelikle DS'li bireyleri onları görmekten mutluluk duyduğu ifadesiyle karşılar. Günlük hal/hatır sorma teknikleriyle DS'li bireylerin kendilerini daha rahat hissetmeleri sağlanır. Araştırmacı tarafından “Bugün sevdiğimiz insanlar, eşyalarımız, yiyeceklerimiz için yani sahip olduğumuz güzellikler için şükretmeyi öğreneceğiz. Aynı zamanda annemize ve babamıza, kardeşlerimize, öğretmenlerimize ve arkadaşlarımıza dua etmenin ne kadar güzel olduğunu öğreneceğiz.” açıklaması yapılır. “Bugün sizinle dua konuşacağız. Hiç dua ediyor musunuz?” sorusu ile konuya giriş yapılır.

DS1: “Ben hep dua ederim, anneme, babama herkese dua ederim.”

DS2: “Amin derim.”

DS6: “Ben dua etmeyi bilmiyorum.”

Katılımcılardan alınan bu yanıtlarının ardından, “Dua ettiğinizde öğretmenlerinize, arkadaşlarınıza, annenize babanıza dua eder misiniz? Ne diyorsunuz mesela merak ettim.” soruları ile konu genişletilmeye çalışılmıştır.

DS1: “Allah'ım anneme babama güzel ömür ver. Annem ya da babam hastalandığı zamanlarda Allah'ım şifa ver diyorum.”

DS3: “Ezan okunuyor susun diyorum.”

Araştırmacı “Allah bizlere anne-baba vermiş, çiçekler vermiş güzelliğini anlayabilelim diye, dondurma, pasta vermiş yiyelim diye... Biz bunlar için Allah'a teşekkür ediyoruz. Sadece bunlar da değil, pikniğe gidiyoruz yeşillikler var, çiçekler var, uğurböcekleri var sever misiniz uğur böceklerini?” demiştir.

DS1: “Kelebekleri çok severim.”

DS5: “Çiçekler çok güzel.”

Yanıtlardan sonra araştırmacı “Bunların hepsini kim yarattı?” sorusunu sorar.

DS1: “Allah yarattı.”

Araştırmacı, “Evet doğru bildiniz Allah yarattı bu güzellikleri bizim için. Biz de Allah’a teşekkür ediyoruz. Şükrederken de dua ediyoruz. Mesela yağmurda şıp şıp basarsınız, yağmur da Allah’ın verdiği bir güzellik.” karşılığını verir.

Diyanet Çocuk Youtube kanalından “Neşeli Dostlar Sokağı” serisi “Dualar Dilimizde” şarkısı dinlettirilir. Şarkı belli bir yerde durdurulur ve araştırmacı tarafından sorular sorulur; “Dua her zaman her yerdeymiş değil mi? Burada da dua edebiliriz o zaman.”

DS2: “Ben Sübhanekeyi biliyorum.” (Sübhaneke Duası’nı okur.)

**Oturum Değerlendirmesi:** Dua etmenin her zaman ve her yerde mümkün olacağını anlatmak için, “Müzik eşliğinde dur ve dua et!” oyunu oynattırılır. Sınıfta müzik açılır, DS’li bireyler müzik eşliğinde serbest dolaşır müzik durduğu an kendisine en yakın arkadaşına dua eder (Bozyaka, 2011: 91). Böylece dua etmenin insanları yakınlaştırdığı da anlatılmış olunur.

## 8. OTURUM (Değerlendirme)

Bu oturumun amacı tüm oturumlara dair genel bir değerlendirme yapmak, gerçekleştirilen uygulamanın grup üyelerine katkılarını belirlemek olmuştur.

Araştırmacı, bu oturumun “Veda Oturumu” olduğunu ifade ederek en baştan bu güne dek tüm oturumlarda işlenen konu başlıklarına tek tek kısaca değinmiştir. Daha sonra grup üyeleri uygulama ile ilgili görüşlerini ve uygulamanın kendilerine katkısını ve iyi gelen yanlarını ifade etmişlerdir.

K1: “Aslında çocuğumuz doğduğundan beri bir mücadele içindeyim ama manevi desteğin ben farkında değilmişim. Bunu fark etmemi sağladınız, Allah razı olsun sizden.”

K2: “Her oturumda kendimi daha iyi hissederek evime gittim. Maneviyat olmazsa olur mu? Maneviyat olmazsa güçlü olamayız, maneviyat sağlam olursa kendimizi de rahatlatmış çocuğumuzu da rahatlatmış oluruz.”

K4: “Kendimi her oturumda daha da bilgilenmiş olarak hissediyorum. İyi ki katılmışım.”

K5: “Bizim hep yaptığımız; umut etmek, şükretmek, en başta tevekkül etmek, Allah’a sığınmak O’ndan gelen en güzel emaneti kabullenip, o emanete son nefesimize kadar sahip çıkmak.”

K6: “Ben maneviyat konularında kendimi hep eksik hissedirdim ama aslında yaptığım fakat farkında olmadığım konularmış. Siz anlattıkça farkına vardım.”

Araştırmacı, bundan sonraki aşamada her anne ile ortalama 45-60 dakikalık bireysel değerlendirme görüşmelerinin olacağını ifade etmiştir ve annelere son değerlendirme formlarını dağıtarak katılımdan ötürü teşekkürlerini bildirmiştir. Son olarak uygulamaya katılanlarla anı olması için fotoğraf çekimi yapılmıştır.

**Oturum Değerlendirmesi:** Hedeflenen tüm adımlar son oturumda gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların içtenlikle düşüncelerini ve duygularını paylaşabilir olduğu gözlenmiştir. Son oturum olmasından kaynaklı hüznlendikleri anlar olmuştur.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR VE DEĞERLENDİRME

Bu bölümde araştırma kapsamında katılımcılardan toplanan verilerin analizinden elde edilen bulgular alt problemlerin sırasına uygun bir şekilde ele alınmaktadır. Bulguların analizlerinden sonra ilgili temaya ilişkin değerlendirmeler ve tablolar sunulmaktadır.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama öncesinde, uygulama sonrasında ve izleme görüşmelerinde annelere; mental iyi oluş durumu ile ilgili yarı yapılandırılmış görüşme formu, manevi yaşam ve manevi güçlenme ile ilgili yarı yapılandırılmış görüşme formu uygulanmıştır. Çalışmanın bu kısmında uygulama öncesi, uygulama sonrası ve izleme görüşmelerindeki yarı yapılandırılmış formların betimsel analizi yapılmıştır. Yapılan analizler sonucunda ortaya çıkan kodlar temalar bağlamında tablo halinde sunulmaktadır.

DS tanılı bireylere de manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama öncesinde, uygulama sonrasında ve izleme görüşmelerinde tam yapılandırılmış görüşme formu uygulanmıştır. Görüşmeler yaklaşık 25 ile 30 dakika arasında sürmüştür. DS'li bireyler ile yapılan görüşmelerde anneleri de eşlik etmiştir. Görüşme formu 31 sorudan oluşmaktadır, katılımcıların özel durumlarından dolayı her soru için “Evet”, “Hayır”, “Kararsızım” seçenekleri sunulmuştur. Çalışmanın ilerleyen bölümlerinde tablo halinde analizi yapılmıştır.

#### 3.1. ANNELERDE MENTAL İYİ OLUŞ İLE İLGİLİ BULGULAR

Araştırmacı tarafından oluşturulan “Annelere Mental İyi Oluş ile İlgili Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu”nda 12 soru bulunmaktadır. Araştırmacı bu görüşme formu ile manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın annelerin mental iyi oluş durumuna etkisini incelemeyi amaçlamıştır. Görüşme formundaki sorular, belli temalar ve alt temalar bağlamında hazırlanmıştır bu doğrultuda temalar bazında analiz sonuçları ve kodlar verilmiştir. Analiz sırasında her bir soruya verilen cevaplar doğrultusunda, tablolar oluşturulmuştur.

### 3.1.1. Umut Temasına İlişkin Bulgular

#### - Geleceğe Dair Bakış Açısı

Katılımcılara manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama öncesi, uygulama sonrası ve uygulamanın bitişinden 3 ay sonrasında mental iyi oluş ile ilgili görüşme formunun ilk sırasında yer alan “Yaşamınıza dair gelecekle ilgili görüşleriniz nedir?” sorusu yöneltmiştir, annelerin geleceğe ve hayata dair umutlu olma durumları, umutlu olmaya dair düşünceleri anlamlandırılmaya çalışılmıştır. Alınan yanıtlar doğrultusunda aşağıdaki tabloda yer alan veriler ortaya çıkmıştır:

**Tablo 3.1.** Geleceğe Dair Bakış Açısı Kategorisi

	Kod	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	İyimserim	K3, K5	% 28,57	2
	İyimser değilim	K1, K2, K4, K6, K7	% 71,42	5
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	İyimserim	K3, K4, K5, K6, K7	% 71,42	5
	Arada bir kötümserim	K1, K2	% 28,57	2
<b>İZLEME</b>	İyimserim	K3, K4, K5, K6	% 57,14	4
	Bazen iyimser değilim	K1, K2, K7	% 42,85	3

Uygulama öncesinde katılımcıların büyük çoğunluğu geleceğe dair iyimser bir bakış açısında olmadıklarını ifade etmiştir. Bu konuda birkaç örnek olması açısından K1 kod isimli üye, görüşme esnasında şu açıklamayı yapmıştır:

“Çocuğumun arkamdan kalmasından korkuyorum. Çocuğumun arkamda kalma endişesi, ben öldükten sonra kim bakacak, birisine muhtaç mı olacak düşünceleri gelecekle ilgili kötü düşünmeme neden oluyor.”

K3, “Benim DS’li çocuğumdan önce bir işitme yetersizliği ile doğan ve büyüttüğüm çocuğum var. İlk onunla özel bir çocuğun annesi oldum, sonra DS’li çocuğum doğdu. İki çocuğum özel gereksinimli mecburen hayata tutunacağım ve iyimser olmak zorundayım.” cümleleri ile iyimser olduğunu ifade etmiştir.

K7 kodlu üye, “DS’li çocuğum nasıl olacak, okulu nasıl olacak, arkadaşları nasıl olacak diye tereddüt ediyorum. Evladıma inancım var çok iyi olacak diye ama

bana normal geliyor çocuğum. Arada kalıyorum, okul falan aklımda bilsem ki her şey iyi olacak gelecekle ilgili hiç tedirgin olmam aslında.” ifadelerini kullanmıştır.

Uygulama sonrası katılımcılara “Yaşamınıza dair gelecekle ilgili görüşleriniz nedir?” sorusu yöneltilmiştir, katılımcıların çoğunluğu iyimser olduklarını ifade etmişlerdir. 2 katılımcı genelde iyimser olduklarını ancak arada sırada kötümser bakış açısına sahip olduklarını ifade etmişlerdir.

K2 görüşlerini, “Çocuğum ben geç yaşta doğdu bu yüzden bazı zamanlar ben ölürsem arkamda kalır düşüncesi oluyor. Bu düşünceler beni karamsar yapıyor daha sonra Allah var gam yok diyorum, rahatlıyorum.” cümleleri ile ifade etmiştir.

Çalışma grubundan K5 ise, “Gelecekle ilgili asla kötü düşünmem. Bugünü umutlu yaşamaya çalışırım. Her günü mutlu geçirmeye çalışırım. Çünkü geleceği biz de zaten göremeyiz onu sadece Allah biliyor. O yüzden ben bugünümü çocuğumla mutlu geçireyim diyorum yapmam gereken neyse günümü o şekilde organize ediyorum, kapatıp bitiriyorum. İyimserim geleceğe dair. Çünkü ben kötü düşünürsem çocuğumun geleceğine dair düşünmeye başlarım o zaman da ben bu sefer psikolojik olarak çökerim. Ben ölürsem ona ne olacak, o evlenemeyecek, üniversite okuyamayacak gibi düşünürsem ben biterim. Ben bitersem bu çocuğuma kimse bakamaz. Ayakta durmak için iyimser düşünmek zorundayım. Kötü düşüncelere izin vermiyorum. Çünkü aksi durumda psikolojim bozulacak. Allah bu emaneti vermişse bize bir yol çizecektir.” cümleleri ile geleceğe dair iyimser olduğunu ifade etmiştir.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde aynı soru sorulduğunda katılımcıların çoğunluğunun iyimser durumlarını korudukları görülmüştür. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın katılımcılara olumlu yönde etki ettiği ve bu durumun 3 ay sonrasında devam ettiği bulgulanmıştır.

### **3.1.2. Şükür Temasına İlişkin Bulgular**

#### **- Bireyin Genelde Kendini Nasıl Hissettiği ile İlgili Genel Ruh Hali**

Hayat memnuniyeti ve şükür ilişkisi kapsamında; manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulama öncesi, uygulama sonrası ve uygulama bitişinden 3 ay sonrasında katılımcılara mental iyi oluş ile ilgili görüşme formunda yer alan 2. ve 4. sorular yöneltilmiştir. Formun 2. sorusuna verilen yanıtlar ile

çalışma grubu üyelerinin çevrelerindeki var olan nimetlere karşı şükür farkındalığı ile ilgili düşünceleri anlaşılmalı çalışılmıştır.

**Tablo 3.2.** Bireyin Genelde Kendini Nasıl Hissettiği ile İlgili Genel Ruh Hali Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Mutluyum	K3, K5, K7	% 42,85	3
	Kaygılıyım ve endişeliyim	K1, K4	% 28,57	2
	Yorgunum	K2, K6	% 28,57	2
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Mutluyum	K2, K3, K5, K6, K7	% 71,42	5
	Arada sırada kaygılıyım ve endişeliyim	K1, K4	% 28,57	2
<b>İZLEME</b>	Rahatım/mutluyum	K2, K3, K5, K6	% 57,14	4
	Endişelerim var	K1, K4, K7	% 42,85	3

“Genelde kendinizi nasıl hissettiğinize ve ruh halinize dair görüşleriniz nedir?” sorusuna verilen yanıtlara göre uygulama öncesi 3 farklı kod ortaya çıkmıştır. Annelerin verdikleri cevaplardan birkaç örnek ise şöyledir:

“DS’li çocuğum çok sık hastalanıyor. DS’li çocuğumdan dolayı, başına bir şey mi gelecek, hasta mı olacak, bir şey mi oluvorecek korkusu ve endişesi taşıyorum. Bu durum da kaygılanmama sebep oluyor.” cümleleri ile K1, kaygı ve endişelerinin sebebini de aktarmıştır.

K2, yorgun olduğunu şu cümle ile aktarmaktadır: “Çok yoruldu, kimseden destek görmeden DS’li çocuğumu büyütüyorum ve biraz da geç yaşta doğum yaptığım için çocuğumla mücadele vermekten yorulduğumu hissediyorum.”

Mutlu olduğunu ifade eden K3 kodlu annenin ise “Çocuklarım yanımda olduğu sürece mutluyum.” ifadesi ile koşullu bir mutluluk yaşadığı anlaşılmaktadır.

K7 kodlu anne, “DS’li çocuğumdan önceki oğlum vefat etti. Ardından DS’li kızım oldu. Onun doğumuyla mutlu oldum.” sözleriyle DS’li çocuğu vefat eden çocuğunun hemen bir yıl sonrasında doğduğu için yas durumunu, yeni bir başlangıçla değiştirdiği anlaşılmaktadır.

Uygulama sonrası katılımcılara “Genelde kendinizi nasıl hissettiğinize ve ruh halinize dair görüşleriniz nedir?” sorusu sorulmuştur; katılımcılar genelde kendilerini mutlu hissettiklerini 2 katılımcı ise arada bir kaygılandıklarını ifade etmişlerdir.

K4 kodlu üye, “Çocuğum büyüyor, delikanlı oldu artık. Gelecekte yaşatlarının askerliğini falan düşününce mutsuz oluyorum, o da asker olmak isterse ne yaparız diye düşünüyorum.” cevabı ile gelecekle ilgili belirsiz olan bazı durumlar için endişelendiği kanısına varılmıştır.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde aynı soru sorulduğunda katılımcıların çoğunluğunun yanıtlarından kendilerini iyi hissettikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın etkili olduğu ve bu durumun 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

#### - Hayat Memnuniyeti

Katılımcıların düşüncelerini daha iyi anlayabilmek ve güvenilir verileri aktarabilmek maksadıyla; manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama öncesi, uygulama sonrası ve uygulama bitişinden 3 ay sonrasında katılımcılara bu temada mental iyi oluş ile ilgili görüşme formundaki 4. soru sorulmuştur. Çalışma grubu üyelerinin cevapları ile Tablo 3.3. oluşturulmuştur.

**Tablo 3.3.** Hayat Memnuniyeti Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Hayatımdan memnunum	K3, K5, K6	% 42,85	3
	Hayatımdan memnun değilim	K1, K2, K4, K7	% 57,14	4
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Hayatımdan memnunum	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 100	7
<b>İZLEME</b>	Hayatımdan memnunum	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 100	7

Uygulama öncesi katılımcılara “İçinde bulunduğunuz şartları değerlendirdiğinizde hayat memnuniyetinizle ilgili görüşleriniz nedir?” sorusu yöneltmiştir. 4 katılımcı hayatından memnun olmadıklarını belirtmişlerdir.

“Hayatımdan memnunum. Çünkü bazen oturup, etrafı inceleyip düşünürüm DS’li çocuğum normal olsaydı diye, sonra ergenlik çağındaki günümüz çocuklarını görünce halime şükrediyorum en azından sağlıklı olup asi olan çocuğum yok.” cevabını veren K6 kodlu katılımcının aslında çocuğunu başka çocuklarla kıyas edince memnuniyet duyduğu anlaşılmaktadır. Bu durum araştırmamız adına beklenen yönde bir memnuniyet ifadesi taşımamaktadır.

Uygulama sonrası aynı soru sorulduğunda tüm katılımcı anneler hayatlarından memnun olduklarını ifade etmişlerdir. Çalışma grubu üyelerinden K7, “Evet memnunum, çok şükür, sağlıklıyım, nefes alıyorum. Çocuğum sağlıklı, beni yormayan bir bebek şükür sebeplerim daha fazla.” cümleleri ile hayatından memnun olduğunu ifade etmiştir.

K5 ise “Çok memnunum çünkü hayatı seviyorum, yaşamayı seviyorum. Her sabah uyandığımda çok şükür nefes alıyorum diyorum şükrediyorum.” cümleleri ile hayat memnuniyetini açıklamaya çalışmıştır.

İzlemeye dair yapılan görüşmelerde aynı soruya verilen yanıtlar neticesinde katılımcıların tümünün hayatlarından memnun oldukları anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkili olduğu ve bu etkinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

### **3.1.3. Günlük Yaşamda Sorunlarla Başa Çıkma Becerisi Temasına İlişkin Bulgular**

#### **- Günlük Yaşamda Sorunlarla Başa Çıkma**

Görüşme formunda 3., 5. ve 12. sorular çalışma grubu üyelerinin stresle başa çıkma becerilerini anlamaya yönelik hazırlanmıştır. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulama öncesi, uygulama sonrası ve uygulama bitişinden 3 ay sonrasında katılımcılara yöneltilen “Günlük yaşamda karşınıza çıkan sorunlarla nasıl başa çıktığınızla ilgili görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Mental iyi oluş ile ilgili görüşme formunun 3. sorusuna verilen yanıtlarla Tablo 3.4. düzenlenmiştir.

**Tablo 3.4.** Günlük Yaşamda Sorunlarla Başa Çıkma Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Çözüm yolu ararım, mücadele ederim	K1, K2	% 28,57	2
	Başkalarından destek alırım	K3, K4, K6, K7	% 57,14	4
	Kendimi rahatlatacak etkinlik yaparım	K5	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Çözüm yolu ararım sonra da akışına bırakıp sakin kalmaya çalışırım	K1, K2, K7	% 42,85	3
	Başkalarından destek alırım	K3, K4, K6	% 42,85	3
	Kendimi rahatlatacak etkinlik yaparım	K5	% 14,28	1
<b>İZLEME</b>	Çözmeye çalışırım sonra akışına bırakırım	K1, K2, K5, K7	% 57,14	4
	Başkalarından destek alırım	K3, K4, K6	% 42,85	3

Günlük yaşamda karşılaşılan problemlere yönelik tutum ile ilgili kendimi rahatlatacak etkinlik yaparım kodunu oluşturan K5, “Spor yaparım, kulaklığımı takarım bazen müzik dinlerim bazen de ilahi dinlerim.” ifadesini kullanmıştır.

Başkalarından destek aldığını söyleyen K6 kodlu katılımcı, “Eşimle hasbihal ederim. Teyzelerimle konuşurum, derdimi başkalarıyla paylaşıyorum. Büyüklerimden yol öğrenmeye çalışırım.” açıklamasında bulunmuştur.

Uygulama sonrası katılımcıların “Günlük yaşamda karşınıza çıkan sorunlarla nasıl başa çıktığımızla ilgili görüşleriniz nelerdir?” sorusuna verdikleri yanıtlara örnek olarak çalışma grubu üyelerinden K1, şu cümleleri kullanmıştır:

“Önce çözmeye çalışırım, elimden geldiğince. Sonra da Ayetel Kürsi okurum, o beni ferahlatır her şeyin yoluna gireceğine dair rahatlarım.”

K2, “Çözüm arayışında oluyorum, düşünüyorum ve elimden geleni yapıyorum. Sonra da akışına bırakıyorum, sakin kalmaya çalışıyorum.” demiştir.

Uygulama öncesi ile uygulama sonrası karşılaştırıldığında K1 ve K2 kodlu katılımcıların çözüm için çabalarırken aynı zamanda sakin kalmak için de gayret göstermeye çalıştıkları görülmüştür. Bu durum araştırmamız için beklendik bir kazanımdır.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde aynı soru sorulduğunda katılımcıların ağırlıklı olarak öncesinde çözüm arayışında oldukları sonrasında hayatın olağan akışında sakin kalmaya çalıştıkları anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

### - Boş Vakit Değerlendirme ve Hobi

Boş vakit değerlendirme ve hobi gibi eylemler de stresle başa çıkma yöntemlerinden biridir. Bu bağlamda manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama öncesi, uygulama sonrası ve uygulama bitişinden 3 ay sonrasında katılımcılara “Çocuğunuzla ilgilenmek ve ev işleri dışında vaktinizi nasıl değerlendirdiğinizle ilgili görüşleriniz nedir?” sorusu sorulmuştur. Katılımcıların formun 5. sorusuna verdikleri cevaplar doğrultusunda Tablo 3.5. oluşturulmuştur.

**Tablo 3.5.** Boş Vakit Değerlendirme ve Hobi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	El işi yaparım	K1, K3, K4	% 42,85	3
	Evimde dikiş/örgü vb. işlerle üretim yapıyorum	K2, K6	% 28,57	2
	Dernek faaliyetlerine katılırım	K5	% 14,28	1
	Sevdiklerimle vakit geçiririm	K7	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	El işi yaparım	K1, K4	% 28,57	2
	Evimde dikiş/örgü vb. işlerle üretim yapıyorum	K2, K6	% 28,57	2
	Kur'an-ı Kerim okurum	K3	% 14,28	1
	Dernek faaliyetlerine katılırım	K5	% 14,28	1
	Sevdiklerimle vakit geçiririm	K7	% 14,28	1
<b>İZLEME</b>	El işi yaparım	K1	% 14,28	1
	Evimde dikiş/örgü vb. işlerle üretim yapıyorum	K2, K6	% 28,57	2
	Kur'an-ı Kerim okurum	K3, K4	% 28,57	2
	Dernek faaliyetlerine katılırım	K5	% 14,28	1
	Sevdiklerimle vakit geçiririm	K7	% 14,28	1

Bu bölümdeki cevaplarda çeşitlilik çoğalmıştır. Uygulama öncesi bazı katılımcılar el işi yaptıklarını ifade etmiştir, bazı katılımcılar el işi yaparak evde aile bütçesine katkıda bulduklarını belirtmişlerdir, hatta sosyal medya üzerinden satış yapan çalışma grubu üyesi vardır.

K2, “Dikiş dikmek, mefruşat yapmak, bana terapi gibi geliyor.” demiştir.

K5, “Spora gidiyorum düzenli, down cafede etkinlikler yapıyoruz, eğlenceler düzenliyoruz, faaliyetler yapıyoruz, özel günlerimizi kutluyoruz çocuklarla. Bunun dışında Down Sendromlular Derneği’nin etkinlikleri, faaliyetleri olduğu zaman onlara katılıyorum. Çocuklarımın okulu ile ilgileniyorum.” cevabı ile oldukça aktif olduğunu dile getirmiştir.

Uygulama sonrası katılımcılara “Çocuğunuzla ilgilenmek ve ev işleri dışında vaktinizi nasıl değerlendirdiğinizle ilgili görüşleriniz nedir?” sorusu sorulmuştur.

Çalışma grubu üyelerinden K4, “İğne oyası yaparım, el işi yaparım. Bana el işi terapi gibi geliyor, rahatlıyorum, stresimi alıyor.” cevabı ile boş zamanlarında el işi yapmanın kendini rahatlattığını belirtmiştir.

Katılımcılardan K7, “Ailem ve arkadaşarımla vakit geçirmeyi çok severim.” cümlesi ile sosyalliğin kendisine iyi geldiğini ifade etmiştir.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde aynı soru sorulduğunda katılımcıların aynı şekilde hobilerini yerine getirdikleri verisine ulaşılmıştır.

#### **- Bireyin Kendi Kendini Rahatlatma Biçimi**

Çalışmanın bu bölümü anneler ile yapılan mental iyi oluşla ilgili görüşme formunun 12. sorusu ile oluşmuştur. Bireyin kendini rahatlatma biçimi ve stresle başa çıkma ilişkisi bağlamında; uygulama öncesi, uygulama sonrası ve uygulama nihayete erdikten 3 ay sonrasında çalışma grubu üyelerine “Ruh halinizi olumsuz yönde etkileyen durum veya olaylarla ilgili görüşünüz nedir? Hissettiğiniz ruh halini iyileştirmek için ne gibi uygulamalar yaparsınız?” sorusu sorulmuştur. Katılımcıların vermiş oldukları yanıtlar ile Tablo 3.6. biçimlenmiştir.

**Tablo 3.6.** Bireyin Kendi Kendini Rahatlatma Biçimi Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Dini pratikler yaparım (Dua, namaz vb.)	K1, K2, K3	% 42,85	3
	Birisi ile konuşur, rahatlarım	K4, K5, K7	% 42,85	3
	Uyurum, bir şey düşünmek istemem	K6	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Dini pratikler yaparım (Dua, namaz vb.)	K1, K2, K3, K5	% 57,14	4
	Birisi ile konuşur, rahatlarım	K4, K6, K7	% 42,85	3
<b>İZLEME</b>	Dini pratikler yaparım (Dua, namaz vb.)	K1, K2, K3, K5	% 57,14	4
	Birisi ile konuşur, rahatlarım	K4, K6, K7	% 42,85	3

Uygulama öncesi katılımcılardan K1, “Aldığım bir kötü haber canımı sıkar. Olacağı varmış aman olsun demem. Rahatlamak için de kalkar, 2 rekât namaz kılarım. El işi yaparım. Yasin okurum, dua okurum.” cevabını vermiştir.

K2 kodlu üye, “Sakinleşirim, elimi yüzümü yıkarım bir düşünürüm önce, ne, niye, neden diye. Abdest alırım rahatlamaya çalışırım. ‘Su ateşi örter.’ der büyüklerimiz.” ifadesini kullanmıştır.

K6, “Yatar, uyurum. Böyle durumlarda uyku benim için kaçamaktır, yorulurum çünkü bir şey düşünmek istemem, uyumayı tercih ederim.” demiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulama sonrası annelere “Ruh halinizi olumsuz yönde etkileyen durum veya olaylarla ilgili görüşünüz nedir? Hissettiğiniz ruh halini iyileştirmek için ne gibi uygulamalar yaparsınız?” sorusu yöneltilmiştir.

Katılımcılardan K5, “Bir yakınım veya tanıdığımın kötü bir hastalığını duyduğum zaman çok üzülürüm. Sağlık sorunları canımı sıkar. Bunu da atlatacak diye düşünüp, duaya sarılırım böylece modumu düzeltmeye çalışıyorum.” demiştir.

K6 kodlu katılımcı “Komşuma danışıyorum, bazen de teyzemi arıyorum. Bunun beni rahatlattığını anladım” ifadesini kullanmıştır.

Çalışma grubu üyelerinden K7, “Birisi ile konuşunca kafam dağılıyor ve rahatlıyorum. Bana iyi geliyor.” cevabını vermiştir.

Uygulama öncesi ve sonrası arasında K6 kodlu katılımcının yanıtında fark görülmüştür. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama öncesinde uyuyarak düşünmek istemediğini söylemiş ancak uygulama sonrası başka birisiyle dertleşmenin kendisine iyi geldiğini belirtmiştir.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde aynı soru sorulduğunda katılımcıların dini pratikler aracılığıyla ve sosyal destek ile rahatladıkları ve sakin kalmaya çalıştıkları anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

### 3.1.4. Sosyal İlişkiler Sosyal Destek Temasına İlişkin Bulgular

#### - Bireyin Bulunduğu Toplumda Kendini Nasıl Algıladığı

Bireyin bulunduğu toplumda kendini nasıl algıladığı ile sosyal ilişkiler arasındaki bağ kapsamında manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulamanın öncesinde, sonrasında ve izleme amaçlı uygulamanın nihayete ermesinden 3 ay sonrasında katılımcılara “Kendinizi aileniz ve içinde bulunduğunuz toplumda nasıl gördüğünüzle ilgili görüşleriniz nelerdir?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcılardan görüşme formunun 6. sorusuna gelen cevaplar doğrultusunda Tablo 3.7. oluşturulmuştur.

**Tablo 3.7.** Bireyin Bulunduğu Toplumda Kendini Nasıl Algıladığı Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Kendimi değerli/faydalı görüyorum	K1, K2, K4, K5, K7	% 71,42	5
	Kendimi değerli/faydalı görmüyorum	K3, K6	% 28,57	2
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Kendimi değerli/faydalı görüyorum	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 100	7
<b>İZLEME</b>	Kendimi değerli/faydalı görüyorum	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 100	7

Uygulama öncesi konuya farklı bir açıdan bakan K3, “Olmazsam olmaz diye bir durumum yok, ben olmasam da olur, toplum içinde çok da bir şey yapmıyorum.” yanıtı ile kendini değerli hissetmediğini ifade etmiştir.

K5, “Kendimi çok faydalı enerji veren birisi olarak görüyorum. Destek veren olarak görüyorum.” diyerek kendini toplumda değerli gördüğünü söylemiştir.

Kendini bulunduğu çevrede değersiz gördüğünü ifade eden K6, “Benim annem ben 9 yaşındayken öldü. Bir abim vardı biz babaannemle büyüdük, ben evleninceye kadar o dönemlerim çok zor geçti. Dedemler hep sus derlerdi bana. Özgüvenim yok bu yüzden. Duygularım bastırıldı, annem öldükten sonra babam hiç sahip çıkmadı bize. Değerli olduğumu hissetmedim büyürken. Eşimden memnunum ama onun dışındakiler karşısında kendimi değersiz görüyorum.” yanıtını vermiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sonrasında katılımcılara “Kendinizi aileniz ve içinde bulunduğunuz toplumda nasıl gördüğünüzle ilgili görüşleriniz nelerdir?” sorusu yöneltilmiştir. Uygulama sonrasında tüm katılımcılar içinde buldukları toplumda kendilerini faydalı gördüklerini ifade etmişlerdir. Uygulama öncesinde K3 ve K6 kendilerini değerli hissetmediklerini söylemişlerdi ancak uygulama sonrasında durumun değişikliği tespit edilmiştir.

K3, “Ben özellikle eşimin bana değer vermediğini düşünüyordum bu yüzden çocuklarıma sınıksıkı sarıldım ancak sizin anlattıklarınızdan sonra dikkat etmeye başladım. Eşimin illa beni sevdiğini söylemesine gerek duymuyorum artık bazı insanlar sevgilerini farklı şekillerde gösterebilirler ben de eşimin beni düşündüğünü, bana değer verdiğini davranışlarından anlayabiliyorum ve kendimi daha iyi hissediyorum.” cümlelerini kullanmıştır.

Katılımcılardan K6 ise, “Ben annesiz büyüdüm ve bu bende derin yaralara sebep oldu, büyürken hiç değer görmedim ancak eşim bana çok değer veriyor sizin anlatımlarınızdan sonra aradaki farkı daha iyi anladım.” ifadelerini kullanmıştır.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde aynı soru sorulduğunda gelen yanıtlar ışığında katılımcıların kendilerini buldukları sosyal çevrede değerli hissettikleri anlaşılmıştır. Böylece uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

### - Çevreyle Olan Sosyal İlişkiler

Çevreyle olan sosyal ilişkiler ve mental iyi oluş arasındaki anlamlı ilişkiyi anlayabilmek maksadıyla manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulama öncesinde, sonrasında ve izleme amaçlı uygulamadan 3 ay sonrasında katılımcılara “Çevrenizdeki insanlarla ilişkilerinize dair görüşleriniz nedir?” sorusu yöneltilmiştir. Formun 7. sorusuna gelen yanıtlar doğrultusunda Tablo 3.8. oluşturulmuştur.

**Tablo 3.8.** Çevreyle Olan Sosyal İlişkiler Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	İnsanlarla mesafeliyim	K1, K6	% 28,57	2
	İnsanlarla ilişkim iyidir	K2, K3, K4, K5, K7	% 71,42	5
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	İnsanlarla mesafeliyim	K1	% 14,28	1
	İnsanlarla ilişkim iyidir	K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 85,71	6
<b>İZLEME</b>	İnsanlarla mesafeliyim	K1	% 14,28	1
	İnsanlarla ilişkim iyidir	K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 85,71	6

Uygulama öncesinde 2 anne insanlarla mesafeli olduklarını ifade etmişlerdir. K6, “Çok da kalabalık sevmiyorum, sakinlik istiyorum. Çocukla okula gitmekten kafam yoruluyor. İnsanlarla konuşurken yorgunluğumu daha çok anlıyorum özellikle kalabalık, gürültülü ortamlardan uzak durmaya çalışıyorum.” cümlelerini aktarmıştır.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sonrasında katılımcı annelere “Çevrenizdeki insanlarla ilişkilerinize dair görüşleriniz nedir?” sorusu tekrar yöneltilmiştir. Katılımcılardan hemen hemen hepsi çevrelerindeki insanlar ile ilişkilerinin iyi bir biçimde olduğunu belirtmişlerdir. Sadece K1 kodlu katılımcı çevresindeki insanlarla mesafeli olmayı tercih ettiğini ifade etmiştir.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde aynı soru sorulduğunda gelen yanıtlar ışığında katılımcıların çoğunlukla sosyal çevreleri ile ilişkilerinin iyi olduğu anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

### - Yakın İlişkiler Kurabilme ve Güven Duyma

Yakın ilişkiler kurabilme ve güven duyma ile mental iyi oluş arasındaki ilişkiyi anlamak amacıyla çalışmanın bu bölümünde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama yapılmadan önce, yapıldıktan sonra ve bittikten 3 ay sonra katılımcılara “Kendinizi yakın hissedip derdinizi paylaştığınız birisi veya birileri var mı, bu konudaki görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Katılımcılardan formun 8. sorusuna gelen cevaplar doğrultusunda Tablo 3.9. şu şekilde oluşmuştur:

**Tablo 3.9.** Yakın İlişkiler Kurabilme ve Güven Duyma Kategorisi

	Kod	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	İnsanlara güvenmem, derdimi paylaşmam	K1, K2, K5	% 42,85	3
	İnsanlara güvenirim, derdimi paylaşırım	K3, K4, K6, K7	% 57,14	4
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	İnsanlara güvenmem, derdimi paylaşmam	K1, K2	% 28,57	2
	İnsanlara güvenirim, derdimi paylaşırım	K3, K4, K5, K6, K7	% 71,42	5
<b>İZLEME</b>	İnsanlara güvenmem, derdimi paylaşmam	K1, K2	% 28,57	2
	İnsanlara güvenirim, derdimi paylaşırım	K3, K4, K5, K6, K7	% 71,42	5

Uygulama öncesi 3 katılımcı insanlara güvenmediklerini belirtmişlerdir.

K1 kod isimli çalışma grubu üyesi, “Ben her şeyi kızım ile paylaşırım, sonra bazı şeyleri kız kardeşimle paylaşırım. İnsanlara hem güvenmiyorum hem de beni anladıklarını düşünmüyorum. Herkesin hayatı normal bu yüzden benim DS’li evladım ile uğraşımı anlamıyorlar, ne var da çocukta diyorlar. Bu durum beni üzüyor, ben de kimseye bir şey anlatmıyorum artık.” yanıtı ile güven duygusunun zedelendiğini anlatmaya çalışmıştır.

K2 kodlu katılımcı, “Kimsem yok dertleşecek, kendimi hep sorguluyorum bu konuda niye çevremde böyle birisi yok diye galiba kimseye güvenemiyorum. Benim Allah’ım var herhalde bundan sebep ihtiyaç duymuyorum.” demiştir.

K6 için durum biraz daha farklıdır “Teyzemle paylaşırım annem olmadığı için anne yerine koydum onu. Annem olsaydı ona anlatırdım torununu, yanımda olurdu, yol gösterirdi bana.” cevabı ile kendini yalnız hissettiğini ifade etmiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama yapıldıktan sonra “Kendinizi yakın hissedip derdinizi paylaştığınız birisi veya birileri var mı, bu konudaki görüşleriniz nelerdir?” sorusuna katılımcılardan gelen yanıtlar şöyledir:

K5 kodlu katılımcı, “Çok yakın olduğum bir arkadaşım var onunla paylaşırım. Onun da özel bir çocuğu var o beni anlıyor ben onu anlıyorum. Aynı duyguları taşıdığımız için birbirimizi daha iyi anladığımızı düşünüyorum. Genelde bizleri bizim gibi olanlar anlar.” ifadeleri ile kendisi ile aynı duyguları paylaşan bireylerle daha sık dertleştiğini anlatmaya çalışmıştır.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde aynı soru sorulduğunda katılımcıların uygulama sonrası verdikleri cevaplarla aynı doğrultuda yanıt verdikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

Çalışma grubu üyelerinden K2, “Akrabalarımı çok severim. Onlar bir derdi olduğunda beni ararlar bana anlatırlar. Ama benim bir derdim, tasam olduğunda onları arayıp anlatmam, niyeyse hep beni anlamayacaklarını düşünürüm. Ben evin en büyük çocuğuyum herhalde bu yüzden hep ablalık yapıp dinlemeye alıştım kendi dertlerimi de kendim çözmeye çalıştım. Bu yaştan sonra da bu konuda değişemiyorum. Ben de birilerine anlatmak istiyorum ama bir türlü arayıp bak başımda şöyle bir iş var diyemiyorum.” şeklinde cevap vermiştir.

### **- Bireyin Toplum İçinde Kendini İfade Etme Biçimi**

Bireyin toplum içinde kendini ifade etme biçiminin anlaşılması maksadıyla çalışmanın bu kısmında bireyin, kendini toplum içinde nasıl hissettiği ve kendini nasıl ifade ettiği konusu üzerinde durulmaya çalışılmıştır. Katılımcılara manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama yapılmadan önce, yapıldıktan sonra ve

bittikten 3 ay sonra “Kendinizi toplum içinde nasıl ifade ettiğinize dair görüşleriniz nedir?” sorusu yöneltilmiştir. Formun 11. sorusuna gelen yanıtlar doğrultusunda Tablo 3.10. oluşmuştur.

**Tablo 3.10.** Bireyin Toplum İçinde Kendini İfade Etme Biçimi Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Rahatım, özgüven sahibiyim	K1, K2, K3, K5, K7	% 71,42	5
	Rahat değilim, heyecanlanırım, özgüvenim yok	K4, K6	% 28,57	2
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Rahatım, özgüven sahibiyim	K1, K2, K3, K5, K6, K7	% 85,71	6
	Rahat değilim, heyecanlanırım, özgüvenim yok	K4	% 12,28	1
<b>İZLEME</b>	Rahatım, özgüven sahibiyim	K1, K2, K3, K5, K6, K7	% 85,71	6
	Rahat değilim, heyecanlanırım, özgüvenim yok	K4	% 12,28	1

Uygulama öncesi 5 katılımcı özgüven sahibi olduklarını ve toplum içinde kendilerini rahat hissettiklerini ifade etmişlerdir.

K5, “Çok rahatımdır. Çok özgüven sahibiyim, girişkenimdir.” demiştir.

Katılımcılardan K6, “Topluluk karşısında sıkılanımdır, heyecanlanırım, çekinirim biraz çekingenim yani.” yanıtını vermiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sonrası bireyin, kendini toplum içinde nasıl hissettiği ve kendini nasıl ifade ettiği konusu üzerinde durulmaya çalışılmıştır. Katılımcılara tekrar “Kendinizi toplum içinde nasıl ifade ettiğinize dair görüşleriniz nedir?” sorusu yöneltilmiştir.

Katılımcılardan K6, “Hocam ben önceden derdimi anlatırken heyecanlanırdım, herkesle konuşamazdım, utanıyordum. Ancak buradaki toplantılarımız sayesinde heyecanım azaldı ben burada kendimi ifade edebildiğimi, duygularımı paylaşabildiğimi gördüm. Keşke bu tür toplantılar hep olsa başka

anneler de faydalansa. Buraya gelmemin bana katkısı çok oldu, kendimdeki değişimin farkındayım.” cümleleri ile kendindeki değişimi anlatmıştır.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde aynı soru sorulduğunda katılımcıların uygulama sonrası verdikleri cevaplarla aynı doğrultuda yanıt verdikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

### 3.1.5. Sevgi ve Kabul Görme Temasına İlişkin Bulgular

#### - Güven Duyulduğunu ve Sevildiğini Hissetme

Sevgi, kabul görme ve mental iyi oluş arasındaki ilişkiyi anlamak amacıyla katılımcılara bu bölümde 2 soru yöneltilmiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama yapılmadan önce, yapıldıktan sonra ve bittikten 3 ay sonra katılımcılara “Çevrenizdeki insanların size güven duyduklarını ve sizi sevdiklerini ifade etme biçimleri konusunda görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Bu konuda grup üyelerinin müspet cevaplar verdiği ve tüm çalışma grubunun, insanların kendilerine güven duyduklarını ve sırlarını paylaştıklarını ifade ettikleri tespit edilmiştir. Her ne kadar kendileri başkaları ile dertleşme de çevrelerindeki insanların onlara dertlerini, tasalarını anlattıklarını söylemişlerdir. Formun 9. sorusuna gelen cevaplarla Tablo 3.11. oluşmuştur.

**Tablo 3.11.** Güven Duyulduğunu ve Sevildiğini Hissetme Kategorisi

	Kod	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	İnsanların beni sevdiğini, bana değer verdiğini düşünmüyorum	K1, K3, K4, K6	% 57,14	4
	İnsanların beni sevdiğini, bana değer verdiğini hissederim	K2, K5, K7	% 42,85	3
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	İnsanların beni sevdiğini, bana değer verdiğini hissederim	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 100	7
<b>İZLEME</b>	İnsanların beni sevdiğini, bana değer verdiğini hissederim	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 100	7

Uygulama öncesi 4 katılımcı insanların kendilerine değer verdiğini düşünmedikleri yönünde cevap vermişlerdir.

K6, “Ben annesiz büyüdüm, babaanne yanında kaldım çocukluktan evlenene kadar. Bir abim vardı biz babaannemle büyüdük, ben evleninceye kadar o dönemlerim çok zor geçti. Dedemler hep sus derlerdi bana. Özgüvenim yok bu yüzden. Duygularım bastırıldı, annem öldükten sonra babam hiç sahip çıkmadı bize. Değerli olduğumu hissetmedim büyürken. Ben sevgi görmedim onlardan, babam da evlendi bizi yanına almadı. Akrabalarımın sevgi görmedim. Beni düşündüklerini görmedim. Evlenince eşim ile birlikte yavaş yavaş sevgi görmeye başladım. Sonra DS’li çocuğum oldu, hiç kimseden destek, yardım, ilgi görmedim. Yine yalnızdım yine yalnızdım, değişen bir şey olmadı. Kendimi değersiz görüyorum.” demiştir.

Uygulama sonrasında katılımcılara tekrar, “Çevrenizdeki insanların size güven duyduklarını ve sizi sevdiklerini ifade etme biçimleri konusunda görüşleriniz nelerdir?” ve “Sevildiğinizi nasıl hissedersiniz?” soruları sorulmuştur. Uygulama sonrası katılımcıların ifadeleri şu şekildedir:

Katılımcılardan K5, “İnsan sevildiğini şunlardan anlıyor Nilüfer Hanım; insanın bakışından, gözündeki pırıltısından, sana yaklaşımından anlaşılıyor. Ben çevremdekilerin bu tutumlarından beni sevdiklerini, bana değer verdiklerini hissediyorum.” yanıtını vermiştir.

K7, “Çevremdeki insanlar, arkadaşlarım veya akrabalarım sürekli beni arayarak, halimi hatırlamamı sorarak bana değer verdiklerini hissettirirler. Çocuğumun durumunu sorarlar. Herkes tarafından sevilen biri olduğumu biliyorum. Beni eğlenceli buluyorlar, bir araya geldiklerinde beni de çağırırlar. Bana hissettiriyorlar sevildiğimi.” cevabı ile sevildiğini kendisine değer verildiğini söylemiştir.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde aynı soru sorulduğunda katılımcıların uygulama sonrası verdikleri cevaplarla aynı doğrultuda yanıt verdikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

#### **- Aile Bireyleri Olarak Sevgiyi İfade Etme Şekli**

Çalışmanın bu bölümünde çekirdek aile dediğimiz, akrabalar dışında kendi sahip olduğumuz ailemiz içinde sevgiyi ifade etme biçimi, sevildiğini anlama gibi durumların tespitine çalışılmıştır. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik

gerçekleştirilen uygulama öncesinde, sonrasında ve uygulamadan 3 ay sonra katılımcılara “Aile bireyleri olarak birbirinize sevginizi ifade etme şekliniz hakkındaki görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Yanıtlarda birçok kod ortaya çıkmıştır. Formun 10. sorusuna gelen cevaplarla Tablo 3.12. oluşmuştur.

**Tablo 3.12.** Aile Bireyleri Olarak Sevgiyi İfade Etme Şekli Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Yardım davranışları (Çevrenizdeki insanların yükünü hafifletmek)	K1	% 14,28	1
	Hediyeleşme	K2	% 14,28	1
	Fiziksel temas (Kucaklaşma, sarılma vb.)	K3, K5, K7	% 42,85	3
	Nitelikli beraberlik (Birlikte yapılan etkinlikler)	K4, K6	% 28,57	2
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Yardım davranışları (Çevrenizdeki insanların yükünü hafifletmek)	K1	% 14,28	1
	Hediyeleşme	K2	% 14,28	1
	Fiziksel temas (Kucaklaşma, sarılma vb.)	K3, K5, K7	% 42,85	3
	Nitelikli beraberlik (Birlikte yapılan etkinlikler)	K4, K6	% 28,57	2
<b>İZLEME</b>	Yardım davranışları (Çevrenizdeki insanların yükünü hafifletmek)	K1	% 14,28	1
	Hediyeleşme	K2	% 14,28	1
	Fiziksel temas (Kucaklaşma, sarılma vb.)	K3, K5, K7	% 42,85	3
	Nitelikli beraberlik (Birlikte yapılan etkinlikler)	K4, K6	% 28,57	2

Uygulama öncesi K2, “Çocuklarım, sevdiğim şeyi yaparlar, mutlu olacağım şeyleri bilirler. Sarılırlar ve sürpriz yaparlar.” yanıtını vermiştir.

K5, “Sarılırsız bolca, temas ederiz, öperiz birbirimizi. Sözlü ifade ederiz. Gizlimiz saklımız da yoktur.” cümleleri ile aile içi sevgi ifadesini anlatmıştır.

K6, “Birbirimizi eğlendiririz, şakalaşırız, birbirimizi güldürürüz. Pikniğe gideriz, araba ile gezmeye gideriz.” cevabı ile nitelikli birlikteliği aktarmıştır.

Uygulama sonrasında katılımcılara tekrar ‐Aile bireyleri olarak birbirinize sevginizi ifade etme şekliniz hakkındaki görüşleriniz nelerdir?‑ sorusu sorulmuştur. Verilen yanıtlarda neredeyse tüm sevgi dili biçimleri iç içedir. Bazı ailelerde belirgin farklılıklara göre yukarıdaki tablo oluşturulmuştur. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama öncesi ve sonrası arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

İzleme görüşmeleri ile uygulama sonrasında tutarlı olduğu gözlenmiştir.

### 3.2. ANNELERDE MANEVİ YAŞAM VE MANEVİ İYİ OLUŞU GÜÇLENDİRME İLE İLGİLİ BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde, manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama öncesi, sonrası ve uygulamadan 3 ay sonrasında katılımcıların manevi yaşamları ve manevi iyi oluşları hakkında anlamlı bir değişikliğin olup olmadığını saptayabilmek amaçlanmaktadır. Araştırmacının hazırladığı ‐Annelere Manevi Yaşam ve Manevi Güçlenme ile İlgili Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu‑nda 23 soru bulunmaktadır. Analiz sırasında her soruya verilen cevaplar doğrultusunda, tablolar oluşturulmuştur.

#### 3.2.1. Aşkın Bir Varlığa İnanç, Umut ve Sevgi Temasına İlişkin Bulgular

Aşkın varlığa inanç gereksinimi, o ilahi varlığın sevgisini hissetmek böylece hayata umutla bakabilmek ile manevi iyi oluş ilişkisini anlamak için manevi iyi oluşu güçlendirme uygulaması öncesi, sonrası ve uygulamadan 3 ay sonra katılımcılara, ‐Evreni düşündüğünüzde güvенеbileceğiniz ve yalnız olmadığınızda dair destek alabileceğiniz ilahi (aşkın) bir varlığın olduğuna inanıyor musunuz? İnanıyorsanız bu varlık nedir ve bu konudaki görüşleriniz nelerdir?‑ sorusu yöneltilmiştir. Katılımcılardan formun 1. sorusuna gelen cevaplarla Tablo 3.13. oluşturulmuştur.

**Tablo 3.13.** Aşkın Bir Varlığa İnanç Kategorisi

	Kod	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Allah’a inanıyorum	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	%100	7
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Allah’a inanıyorum	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	%100	7
<b>İZLEME</b>	Allah’a inanıyorum	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	%100	7

Katılımcıların tümü uygulama öncesinde, sonrasında ve 3 aylık izleme görüşmelerinde Allah'a inandıklarını ifade etmişlerdir. Uygulama öncesi, sonrası ve izleme görüşmeleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Katılımcılar genel itibarıyla Allah'ın insanları yaratması üzerinden cevap vermişlerdir.

K2, "Allah bizi yoktan var etti, varlığından haberdar etti." demiştir.

K6, "Çok şükür iyi ki Allah var yoksa insanoğlu kime sığınır, kimden yardım bekler, kime derdini anlatır." cümleleri ile Allah'tan destek aldığını ifade etmiştir.

K7, "Tabiki inanıyorum. Allah'ımı çok seviyorum, namazımı da kılıyorum, Kuran'ımı da okuyorum, Allah'ın varlığına birliğine inanıyorum. Her zaman yanımda olduğuna inanıyorum. Ne dua ne dilek istediysem oldu, Rabbim beni bugünlere kadar hiç dara düşürmedi." ifadeleri ile Allah'a inancını anlatmıştır.

#### **-Allah'ın Varlığını Düşününce Hissedilen Duygular**

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde annelere "Allah'ın varlığını bilmek ve O'nu düşünmek size hangi duyguları yaşıyor? Yaşadığınız duyguların nedeni hakkındaki görüşleriniz nedir?" sorusu yöneltilmiştir. Formun 2. sorusuna gelen yanıtlarla Tablo 3.14. oluşmuştur.

**Tablo 3.14.** Allah'ın Varlığını Hissetmek ile İlgili Duygular Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Rahatlarım/ferahlarım	K1, K2, K3, K7	% 57,14	4
	Bana güven verir	K4	% 14,28	1
	Huzurlu olurum	K5	% 14,28	1
	Mutlu olurum	K6	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Rahatlarım/ferahlarım	K1, K2, K3, K7	% 57,14	4
	Bana güven veriyor	K4	% 14,28	1
	Huzurlu olurum	K5	% 14,28	1
	Mutlu olurum	K6	% 14,28	1
<b>İZLEME</b>	Rahatlarım/ferahlarım	K1, K2, K3, K7	% 57,14	4
	Bana güven veriyor	K4	% 14,28	1
	Huzurlu olurum	K5	% 14,28	1
	Mutlu olurum	K6	% 14,28	1

K4, “Allah’ın yakınlığını hissediyorum bana güven veriyor.” demiştir.

K6, “Huzurlu olurum, mutlu olurum, ferahlarım. Etrafımızda onca olan kötülükler var ama elimizden bir şey gelmiyor iyi ki Allah var bunların karşılığı olacak diye düşünüyorum. Allah’ın adaleti beni rahatlatıyor.” yanıtını vermiştir.

K7, “Beni mutlu ediyor. Sıkıntım olsa bile yalvarsam beni duyduğunu biliyorum, hissediyorum, ferahlıyorum.” cevabıyla ferahladığını dile getirmiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan sonra katılımcılara “Allah’ın varlığını bilmek ve O’nu düşünmek size hangi duyguları yaşıyor? Yaşadığınız duyguların nedeni hakkındaki görüşleriniz nedir?” sorusu yine yöneltilmiştir. Uygulama öncesi, sonrası ve izleme görüşmeleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

#### **-Allah’ın Kullarına Yakınlığı**

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “Allah’ın kullarına yakınlığı konusundaki görüşleriniz nelerdir?” sorusu yöneltilmiştir. Formun 3. sorusuna çalışma grubu üyelerinden gelen yanıtlar doğrultusunda Tablo 3.15. oluşmuştur.

**Tablo 3.15.** Allah’ı Kendine Yakın Hissetme Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Yakındır	K1, K2, K3	% 42,85	3
	İbadet edersek yakın oluruz	K4	% 14,28	1
	Kul yakın olduğu sürece Allah yakın olur	K5	% 14,28	1
	Şah damarımızdan yakındır	K6, K7	% 28,57	2
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Her şartta hep bizimledir, yakındır	K1, K2, K3, K5	% 57,14	4
	Şah damarımızdan yakındır	K4, K6, K7	% 42,85	3
<b>İZLEME</b>	Her şartta hep bizimledir, yakındır	K1, K2, K3, K5	% 57,14	4
	Şah damarımızdan yakındır	K4, K6, K7	% 42,85	3

Çalışma grubu üyelerinden K1, “Rabbim herkesin yanındadır.” demiştir.

K3, “Her fırsatta Rabbim bize değer veriyor biz değerlendiremiyoruz.” cümlesi ile suçluluk ve yetersizlik duygusu taşıdığı anlaşılmaktadır.

K4, “İbadet edersek; namazla oruçla yakınlaşırız.” ifadesi ile koşullu bir yakınlık düşüncesinde olduğu anlaşılmaktadır.

K5, “Eğer kul yaklaşmasını biliyorsa O da kuluna yakın oluyor. Biz yakın olduğumuz sürece O yakın. Eğer kötü niyetliysen kötü şeyler yapıyorsan kendinden uzak tutuyor, bana yalvarmasın bana dua etmesin diyor Allah, ismini ağzına bile vermiyor öyle kimselerin. Aslında iş kula düşüyor nasıl yaklaşıyorsan Allah da öyle görüp yaklaşıyor.” cümleleri ile kul yakın olursa Allah da ona yakın olur demiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan sonra katılımcılara “Allah’ın kullarına yakınlığı konusundaki görüşleriniz nelerdir?” sorusu yöneltilmiştir. Tablonun uygulama sonrası kısmı incelendiğinde uygulamadan öncesi ve sonrası arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıktığı tespit edilmiştir. Uygulama öncesi K5 kodlu katılımcı şartlı olarak Allah’ın kullarına yakın olduğu düşüncesinde iken manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan sonra Allah’ın her şartta ve her daim kullarına yakın olduğunu ifade etmiştir.

“Allah ne şartta olursa olsun kuluna daima yakındır. Bunu bilmemizi O’nu tanımamızı ister. Biz bu yakınlığı hissedince rahatlarız, ferahlarız.” (K5)

Katılımcıların izleme görüşmelerindeki yanıtları uygulama sonrası yanıtlar ile aynıdır. Katılımcıların ifadelerinden birkaç örnek şu şekildedir:

K2 kodlu üye, “Allah kullarına çok yakın hani deriz ya iki kaşının arasında, şah damarından yakın diye. Ben Allah’ın yakınlığını hep hissediyorum, O’nun benim ve evladım için korumasının olduğunu, güzellikler vereceğini hissediyorum. Bu yüzden O hep bizimledir.” ifadeleri ile Allah’ın kullarına her daim yakın olduğunu açıklamıştır.

K7 kodlu katılımcı ise, “Bence yakındır, bizi duyup görüyor. Bize çok yakındır, şah damarımızdan bile daha yakın. Namazda bunu hissediyorum. Bana en çok orada yakın olduğunu hissediyorum.” cümleleri ile Allah’ın kendisine yakınlığını daha çok namaz ibadeti sırasında hissettiğini ve şah damarından yakın olduğunu ifade etmiştir.

### 3.2.2. Merhamet ve Şefkat Temasına İlişkin Bulgular

#### -Allah Nasıl Bir Yaratıcı

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde DS’li çocuğa sahip annelerin Allah’ın nasıl bir yaratıcı (merhametli, adaletli, cezalandırıcı vb.) olduğuna dair düşüncelerini anlamak amacıyla katılımcılara “DS’li tanısı almış bir çocuğun annesi olarak Allah size göre nasıl bir yaratıcı, bu konudaki görüşleriniz nelerdir?” sorusu yöneltilmiştir. Formun 4. sorusuna gelen yanıtlar doğrultusunda Tablo 3.16. oluşmuştur.

**Tablo 3.16.** Allah Nasıl Bir Yaratıcı Kategorisi

	Kod	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Adaletli	K1, K4, K5, K6	% 57,14	4
	Merhametli	K2, K3, K7	% 42,85	3
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Adaletli	K4, K6	% 28,57	2
	Lütufkar	K2	% 14,28	1
	Merhametli	K1, K3, K5, K7	% 57,14	4
<b>İZLEME</b>	Adaletli	K4, K6	% 28,57	2
	Lütufkar	K2	% 14,28	1
	Merhametli	K1, K3, K5, K7	% 57,14	4

Bu kategoride uygulama öncesine dair 2 farklı kod çıkmıştır. Annelerin verdikleri cevaplardan birkaç örnek ise şöyledir:

Katılımcılardan K1, “Kötülük olduğunda O’na sığırırım. Adaletli. Bazı insanları cezalandırır.” ifadesini kullanmıştır.

K2, “Biz asi kullara göre çok merhametli. Ay içim sızladı.” demiştir.

K5, “Her yönü var bence, yani hem adaletli, hem cezalandırıcı hem de merhametli. Ceza alması gereken insan olduğu zaman O biliyor ve cezalandırıyor. Hem ödüllendiriyor hem cezalandırıyor bunu imtihan ederek yapıyor.” demiştir.

Katılımcılardan K6, “Adaletli bir yaratıcı, akıl vermiş, fikir vermiş imkânlar vermiş ahirette soracak bunları.” cümleleri ile Allah’ın adaletine vurgu yapmıştır.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan sonra annelere “DS’li tanısı almış bir çocuğun annesi olarak Allah size göre nasıl bir yaratıcı, bu konudaki görüşleriniz nelerdir?” sorusu yöneltmiştir. Çalışma grubu üyelerinden gelen yanıtlar doğrultusunda uygulama sonrasında 3 farklı kod oluşmuştur. Özellikle K2 kod isimli katılımcının düşüncelerinde değişiklik tespit edilmiştir.

“DS’li çocuğumu bana verdi, böylece benim uyanışıma vesile oldu. Lütfundan verdi bana evladımı kahrından değil.” (K2)

K7 ise, “Bence merhametli, acımasız değildir öyle düşünüyorum, merhametli olduğunu düşünüyorum. DS’li evladımı bana verdiyse vardır O’nun bir bildiği. Belki de DS’li çocuğuma davranışlarımla cennete gireceğim.” yanıtı ile Allah’ın merhametli olduğunu ifade etmiştir.

İzleme görüşmelerindeki cevaplar ile uygulama sonrası verilen cevapların aynı ifadeleri taşıdığı görülmüştür. Katılımcılardan alınan yanıtlarla manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkililiği kalıcılığını korumuştur denilebilir.

#### **-Allah DS’li Evlada Karşı Nasıldır?**

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “Manevi açıdan düşündüğünüzde Allah, DS’li çocuklarınıza karşı nasıldır, bu konu ile ilgili görüşleriniz nedir? İlahi bir gücün sizi ve DS’li çocuğunuzu koruduğunu düşünüyor musunuz, bu konuya dair görüşleriniz nedir?” sorusu yöneltmiştir. Formun 5. sorusuna çalışma grubu üyelerinden gelen cevaplar doğrultusunda Tablo 3.17. oluşmuştur.

**Tablo 3.17.** Allah DS’li Evladınıza Karşı Nasıldır Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Koruyucu	K1, K3, K4, K5, K6	% 71,42	5
	Merhametli	K2, K7	% 28,57	2
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Koruyucu	K3, K4, K6	% 42,85	3
	Merhametli	K1, K2, K5, K7	% 57,14	4
<b>İZLEME</b>	Koruyucu	K3, K4, K6	% 42,85	3
	Merhametli	K1, K2, K5, K7	% 57,14	4

Bu kategoride uygulama öncesi 2 farklı kod çıkmıştır. Annelerin verdikleri cevaplardan birkaç örnek ise şöyledir:

Katılımcılardan K1, “Özel çocukların daha çok korunmaya ihtiyacı var, o yüzden daha çok koruyor.” ifadesini kullanmıştır.

K2, “Diğer çocuklara göre DS’li çocukları daha çok koruduğunu düşünüyorum.” yanıtını vermiştir.

K5, “Sen koruyup kollarsın meleklerinle deyip çocuğumu servise bindiriyorum. Özel çocuklarımız çok başka, onlar cennet kuşları ve Allah onları daha çok koruyucudur.” demiştir.

K6, “Benim çocuğum bana bir imtihan. İmtihanınız sizi Allah’a yaklaştırıyorsa imtihandır, uzaklaştırıyorsa cezadır. Ben bir imtihan olarak görüyorum, Allah’a yaklaştığımı düşünüyorum bu vesileyle. Koruyucudur, kollayıcıdır. Kendi yarattığını korur hele ki böyle yarattığını daha da fazla korur.”

K7, “Ben fazladan koruyucu olduğumu düşünmüyorum. Hiç araştırmadım Rabbim onları nasıl koruyup gözlüyor, bilmiyorum.” cümlesi ile diğer katılımcılardan farklı bir bakış açısında yanıt vermiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama katılımcılarla gerçekleştirildikten sonra onlara “Manevi açıdan düşündüğünüzde Allah, DS’li çocuklarınıza karşı nasıldır, bu konu ile ilgili görüşleriniz nedir? İlahi bir gücün sizi ve DS’li çocuğunuzu koruduğunu düşünüyor musunuz, bu konuya dair görüşleriniz nedir?” sorusu yöneltilmiştir. Bu kategoride uygulama sonrası 2 farklı kod çıkmıştır. Annelerin verdikleri cevaplardan birkaç örnek ise şöyledir:

K3 kodlu anne, “Onları bize değeri biçilmez bir hediye olarak gönderdi, iki özel gereksinimli çocuğum var, Rabbimin bana hediyesidir onlar. Rabbim bizlere ve DS’li çocuğuma karşı koruyucudur.” yanıtını vermiştir.

K7, “Rabbim çocuğumu koruyucudur, merhametlidir. O koruyor ki her şey yolunda gidiyor. Çocuğum bir yaşındayken Covid-19 oldu ve Allah’ın koruması ve kollaması ile bir haftada atlattık.” ifadeleriyle Allah’ın çocuğunu koruduğunu anlatmıştır.

İzleme amaçlı yapılan görüşmelerdeki cevaplar ile uygulama sonrası verilen cevapların neredeyse aynı nitelikte olduğu görülmüştür. Katılımcılardan alınan yanıtlar doğrultusunda manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama, etkililiğini ve kalıcılığını korumuştur denilebilir. Çalışma grubu üyelerinden K2, düşüncelerini şöyle ifade etmiştir:

“Allah DS çocuğumu koruyucudur, merhametlidir. Allah ona karşı tüm yolları açıyor, o düştüğünde bir şey olmadan kalkıyor, zıplıyor, hopluyor. Çok şükür bir yanına bir şey olmuyor. Allah merhamet ediyor ki ona bir acı, sızı olmuyor.”

### **-Annenin Maneviyatının DS’li Çocuğuna Davranış Biçimine Etkisi**

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “Maneviyatınızın DS’li çocuğunuza davranış biçiminize etkisi var mıdır, bu konudaki görüşleriniz nelerdir? (Sonda: Merhametli/şefkatli/sevgi dolu vb.)” sorusu sorulmuştur. Formun 23. sorusuna katılımcılar tarafından verilen yanıtlarla Tablo 3.18. oluşmuştur.

**Tablo 3.18.** Annenin Maneviyatının DS’li Çocuğuna Davranış Biçimine Etkisi Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Daha çok merhametle yaklaşıyorum	K1	% 14,28	1
	Daha çok şefkatle yaklaşıyorum	K2, K4, K5, K7	% 57,14	4
	Diğer çocuklarımdan ayırım yapmam normal davranırım	K3	% 14,28	1
	Daha çok sabırlıyım	K6	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Daha çok merhametle yaklaşıyorum	K1, K2	% 28,57	2
	Daha çok sabırlıyım	K3, K6, K7	% 42,85	3
	Daha çok şefkatle yaklaşıyorum	K4, K5	% 28,57	2
<b>İZLEME</b>	Daha çok merhametle yaklaşıyorum	K1, K2	% 28,57	2
	Daha çok sabırlıyım	K3, K6, K7	% 42,85	3
	Daha çok şefkatle yaklaşıyorum	K4, K5	% 28,57	2

Bu kategoride uygulama öncesi 4 farklı kod çıkmıştır. Annelerin verdikleri cevaplardan birkaç örnek sunulmuştur. Grup üyelerinden K3, şöyle yanıt vermiştir:

“Bunlar engelli farklı davranayım gibi bir düşüncem yok. Normallere nasıl davranırsam diğerlerine de aynı davranırım.”

Annelerden K4, “DS’li çocuğuma farklı yaklaşıyorum daha şefkatle yaklaşıyorum daha çok sevgi gösterdiğimin farkındayım. Üç çocuğum bir yana o bir yana.” cevabını vermiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan sonra çalışma grubu üyelerine “Maneviyatınızın DS’li çocuğunuza davranış biçiminize etkisi var mıdır, bu konudaki görüşleriniz nelerdir? (Sonda: Merhametli/ şefkatli/ sevgi dolu vb.)” sorusu sorulmuştur. Bu kategoride 3 farklı kod çıkmıştır. Annelerin verdikleri cevaplardan birkaç örnek sunulmuştur. Çalışma grubu üyelerinden K2, şu ifadeleri kullanmıştır:

“Tabi canım maneviyatın etkisi olmaz mı? Manevi olarak güçlü olmasam DS’li çocuğuma belki farklı davranırdım. Kötü olabilirdim ona karşı asi olabilirdim, böyle anneler var çünkü. Kendime zararım olurdu belki. Merhametle şefkatle yaklaşımım maneviyat sayesinde. Maneviyatsız olmaz.”

K3 kod isimli anne, “Normalde çabuk sinirlenen biriyim, şeker hastasıyım bu durumda da hızlı çıkışlarım olabiliyor. Ama DS’li çocuğuma karşı daha sabırlı oluyorum, kızmamaya çalışıyorum. Şefkatle yaklaşıyorum.” demiştir.

K7, “Tabi ki ona kıyamıyorum. Onun bir melek olduğunu düşünüyorum, bana muhtaç diyorum, kızamam. Rabbimin bana verdiği bir hediyeye. Elimden geldiğince el üstünde tutuyorum. Daha çok sabırlıyım ona karşı.” yanıtını vermiştir.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde aynı soru sorulduğunda gelen yanıtlar ışığında katılımcıların aynı tutum ve davranışları düşünceleri ile ifade ettikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

K1, “Çocuğumu kırmamaya çalışırım elimden geldiği kadar, merhametimi gösteririm çocuğuma. El üstünde tutmaya çalışıyorum.” ifadesini kullanmıştır.

### 3.2.3. Tevekkül Temasına İlişkin Bulgular

#### -Zor ve Sıkıntılı Zamanları Aşabilme

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “Zor ve sıkıntılı zamanlarınızda nereden güç alırsınız ve aklınıza kim veya ne gelir, bu konudaki görüşleriniz nedir?” sorusu sorulmuştur. Bu soru ile katılımcıların Allah’tan aldıkları manevi destek hali anlaşılmaya çalışılmıştır. Uygulama öncesinde 3 kod, uygulama sonrasında ve izleme görüşmelerinde 1 kod ortaya çıkmıştır. Formun 6. sorusuna katılımcılar tarafından verilen yanıtlarla Tablo 3.19. şu şekilde oluşmuştur:

**Tablo 3.19.** Zor ve Sıkıntılı Zamanları Aşabilme Kategorisi

	Kod	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Allah’tan güç alırım	K1, K2, K3, K4, K5	% 71,42	5
	Eşimden güç alırım	K6	% 14,28	1
	Bilmiyorum	K7	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Allah’tan güç alırım	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 100	7
<b>İZLEME</b>	Allah’tan güç alırım	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 100	7

Uygulama öncesi annelerin verdikleri cevaplardan birkaç örnek sunulmuştur.

K4, “Dua ederim, Kuran okurum. Böylece Allah’tan güç alırım.” demiştir.

Çalışma grubundan K6, “Kimseden destek görmedim ben. Kendimi kimsesiz hissettim. Eşimden ve teyzemden destek aldım, güç aldım. Sıkıntılı zamanlarda elişi yaparım, rahatlarım.” açıklamasında bulunmuştur.

K7, “Bilmiyorum nereden güç alırım, kendi kendime düzelirim. Açıkçası bu konuda hiç ayrıntılı düşünmedim.” cevabını vermiştir.

Uygulama sonrasında katılımcılara “Zor ve sıkıntılı zamanlarınızda nereden güç alırsınız ve aklınıza kim veya ne gelir, bu konudaki görüşleriniz nedir?” sorusu sorulmuştur. Katılımcıların tümü zor ve sıkıntılı anlarında Allah’tan güç aldıklarını, ilk Allah’ın akıllarına geldiğini ifade etmişlerdir.

K1, “Allah’tan güç alırım, okurum. Dua okurum.” demiştir.

Katılımcılardan K7, “Allah’a dua ederim, namaz kılarım. Çıkış yolu isterim. Bildiğim duaları okurum. Tekbir çekerim.” cevabını vermiştir.

İzleme görüşmelerinde aynı soruya gelen yanıtlar ışığında katılımcıların aynı tutum ve davranışları, düşünceleri ile ifade ettikleri anlaşılmıştır. Böylece yapılan uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

### **-Zor ve Sıkıntılı Zamanlarla Baş Edebilme**

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “Zor ve sıkıntılı zamanlarınızı aşmak için neler yaparsınız, yaptığınız uygulamalarla ilgili görüşleriniz nedir?” sorusu sorulmuştur. Formun 7. sorusuna gelen yanıtlarla Tablo 3.20. oluşmuştur.

**Tablo 3.20.** Zor ve Sıkıntılı Zamanlarla Baş Edebilme Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Dua ederim	K1, K2, K3, K4, K5	% 71,42	5
	El işi yaparım	K6	% 14,28	1
	İnternette sıkıntı giderici dua bulur, okurum	K7	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Dua ederim	K1, K2, K3, K4, K5, K7	% 71,42	5
	El işi yaparım	K6	% 14,28	1
<b>İZLEME</b>	Dua ederim	K1, K2, K3, K4, K5, K7	% 71,42	5
	El işi yaparım	K6	% 14,28	1

Bu kategoride uygulama öncesi 3 farklı kod çıkmıştır.

K2, “İnşirah okurum o beni ferahlatıyor. Rabbim kalbimi genişlet diyorum, Senden başka gidecek kapım yok, beni rahatlat diyorum.” açıklamasını yapmıştır.

K5, “Sadece kendimi namaza veriyorum ben orada huzur buluyorum çünkü. Bir ferahlama yolu namaz benim için. Kılıp bitirince bir ferahlık bir huzur hissediyorum.” ifadeleri ile Allah’tan güç aldığını anlatmaya çalışmıştır.

K6, “Sıkıntılı zamanlarda elişi yaparım, rahatlarım.” demiştir.

K7, “İnternette şu sorunun varsa şu duayı oku veya falanca sıkıntıya şu dua iyi gelir diye bilgiler var ya hocam ben oradan faydalaniyorum. İnternette dua bulurum okurum.” yanıtını vermiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan sonra çalışma grubu üyelerine “Zor ve sıkıntılı zamanlarınızı aşmak için neler yaparsınız, yaptığınız uygulamalarla ilgili görüşleriniz nedir?” sorusu sorulmuştur. Özellikle K7 kodlu katılımcının ifadelerinde olumlu yönde değişiklik tespit edilmiştir.

“İlk önce Allah’a dua ederim. Doktor ben hamileyken DS’li çocuğumun durumunu anlayınca bana bu bebeği alalım dediğinde Allah’a yöneldim. Önce Rabbime sığındım sonra çevremden destek aldım.” (K7)

İzleme görüşmelerinde aynı soruya gelen yanıtlardan katılımcıların aynı tutum ve davranışları ifade ettikleri anlaşılmıştır. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın katılımcılara olumlu yönde etkisinin devam ettiği görülmüştür.

#### **-Bireyin İncancının ve Maneviyatının Hayata Bakış Açısındaki Etkisi**

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “İncancınız ve manevi duygularınızın hayata bakış açınızdaki etkisine dair görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Formun 15. sorusuna katılımcılardan gelen yanıtlarla Tablo 3.21. oluşmuştur.

**Tablo 3.21.** Bireyin İncancının ve Maneviyatının Hayata Bakış Açısındaki Etkisi Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	İncancım olumlu etkiye sahip	K2, K3, K4, K5	% 57,14	4
	Endişelerim var	K1, K6, K7	% 42,85	3
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	İncancım olumlu etkiye sahip	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 100	7
<b>İZLEME</b>	İncancım olumlu etkiye sahip	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 100	7

Bu kategoride uygulama öncesi 2 farklı kod çıkmıştır. Annelerin verdikleri cevaplardan birkaç örnek sunulmuştur.

Çalışma gurubu üyelerinden K7, “Bilmem, hep böyle garantisiz olduğumuzu düşünüyorum. Bir deprem olacak da 1 saat sonra ölecekmişiz gibi geliyor. Ölümden çok korkuyorum aslında. Yarının garantisi yok. Bugünü yaşayınca diyorum elhamdulillah, bugün de bitti. Ama yarınla ilgili hiçbir fikrim olmuyor, acaba yaşayacağız mı, acaba kaza yapacak mıyım, acaba deprem olacak mı? Bunları düşünüyorum. Bir covid çıktı ne oldu. Bugün mü öleceğiz yarın mı öleceğiz diye düşündüm. Hamileyken burada olan depremden de etkilendim. Sürekli bir kaygım var.” ifadeleri ile kaygılı olduğunu belirtmiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan sonra katılımcılara “İnancınız ve manevi duygularınızın hayata bakış açınızdaki etkisine dair görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Uygulama sonrasında 1 kod çıkmıştır.

K1, “Allah’a güveniyorum, bunun olumlu etkisini görüyorum.” demiştir.

K2, “DS’li evladımı Rabbim bana hediye verdi diye düşünüyorum artık. Bu yaşımdan sonra lütfundan verdi. Olumsuz düşünmüyorum artık DS’li evladım olmasaydı ne yapardım diye düşünüyorum çünkü kızlar evlendi yalnız kalacaktım o olmasaydı. O bana arkadaş, yoldaş, nefes oldu. İyi ki Rabbim beni seçmiş diyorum.” ifadeleri ile çocuğunu kabullenişinde manevi duygularının etkisini açıklamıştır.

K5, “Hayatımın bütününde maneviyat etkili, hep var ve olacak.” demiştir.

K6, “Nasıl cevap vereyim, bilemedim. Allah bunu bir yola koydu diye kendimi rahatlatmaya çalışırım. Maneviyatın iyi bir yönde etkisi var, bir şekilde Allah’a güvenim arttı. Bir olumsuzluk olduğunda çok üzülmeyip daha iyimser bakış açısıyla Allah’ın bir yola koyacağını bilirim.” yanıtını vermiştir.

“Tabi ki inancım ve maneviyatım olumlu etkiye sahip. Buradaki toplantılarımızda bunu fark ettim. Öncesinde endişelerim vardı yine var ama neye inanıyorsan hayata bakış açın ona göre şekilleniyor. Ben Allah’a güveniyorum ve bu güven beni rahatlatıyor, bakış açımı güzelleştiriyor.” yanıtı ile K7 kodlu katılımcıda uygulama sonrasında olumlu yönde değişikliğin olduğu tespit edilmiştir.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde aynı soru sorulduğunda gelen yanıtlar ışığında katılımcıların uygulama sonrası ile aynı paralellikte yanıtlar verdiği anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın olumlu

yönde etkisinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür. Katılımcı annelerden K2 şu cümleleri dile getirmiştir:

“Tabi ki inancım etkili. Bir şey olduğunda inancın gereği hayatı irdeliyorsun, sabrediyorsun, hayata bakış açımı olumlu etkiliyor. Neye inanıyorsan hayata bakış açın ona göre şekilleniyor.”

### **-Enerjisine İnanılan Sembollerin Bireyin Maneviyatına Etkisi**

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama öncesinde, sonrasında ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “Enerjisine inandığınız şeyleri (muska, nazar boncuğu, doğal taş vb.) kendi üzerinizde veya DS’li çocuğunuzun üzerinde taşıyor mısınız, bu konudaki görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Formun 18. sorusuna katılımcıların verdikleri yanıtlar ile Tablo 3.22. oluşmuştur.

**Tablo 3.22.** Enerjisine İnanılan Sembollerin Bireyin Maneviyatına Etkisi Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	İnanmam ve üzerimde taşımadım/ taşımam	K1, K3, K4, K5, K6	% 71,42	5
	İnanırım ve taşıdım/ taşıyorum	K2, K7	% 28,57	2
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	İnanmam ve üzerimde taşımadım/ taşımam	K1, K3, K4, K5, K6	% 71,42	5
	Artık inanmıyorum daha önceden taşıdım	K2, K7	% 28,57	2
<b>İZLEME</b>	İnanmam ve üzerimde taşımadım/ taşımam	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 100	7

Bu kategoride uygulama öncesi 2 farklı kod çıkmıştır. Annelerin verdikleri cevaplara örnek olması açısından çalışma gurubu üyelerinden K2, şu ifadeyi kullanmıştır:

“Nazara inanırım da doğal taş akik falan DS’li çocuğuma almıştım enerjisinden dolayı, enerjisine inanıp güç verir diye düşünmüştüm sonra bıraktım, vazgeçtim. Muskayı da tuvalete girip çıkma konusunda sıkıntı olduğu için taşımam.”

“Hiçbir şey kullanmam inanmam. Nazara inanırım, Nas Felak okurum.” (K3)

“Taşımam, bunlara inanmam. Sadece dua ve Ayetel Kürsi okurum.” (K5)

Katılımcılardan K7 ise, “Nazara inanırım ama boncuk falan inanmam. Muskaya inandım çevremde gördüm. Hamileydim çocuk düşmez diye akrabam getirdi sadece o muskayı taktım. Akrabamız takmış çocuğu düşmemiş. Ben de bu duruma inanarak taktım. Birisi kullanıp olmadı deyince onunki olmadıysa benimki de olmaz derim ikna olurum. Kendim özellikle gidip yaptırmam ama kullanım birisi getirince.” yanıtını vermiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sonrasında çalışma grubu üyelerine “Enerjisine inandığınız şeyleri (muska, nazar boncuğu, doğal taş vb.) kendi üzerinizde veya DS’li çocuğunuzun üzerinde taşır mısınız, bu konudaki görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. K2 ve K7 kodlu katılımcıların davranışlarında beklendik yönde değişim tespit edilmiştir.

“DS tanılı çocuğuma hamileyken muska kullandım akrabamız vermişti. Ben çocuğumun durumunu hamileyken öğrenmiştim, düşük tehlikem veya erken doğum riskim vardı. Akrabamız muskanın iyi geleceğini ve bunları önlediğini söyledi. Sonra çocuğum doğunca da muskayı ona 6 ay boyunca takmaya devam ettim. Ama şimdiki aklım olsa böyle bir şey yapmazdım buna gerek yok çünkü Allah’ın çocuğumu daha özel bir şekilde koruduğuna inanıyorum ve güveniyorum.” yanıtı ile K7 kodlu katılımcının uygulama öncesi ve sonrasındaki değişimi açık bir şekilde anlaşılmıştır.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde gelen yanıtlar ışığında katılımcıların aynı tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkisinin 3 ay sonrasında da devam ettiği görülmüştür.

### **-DS’li Çocuğun Annenin Hayatına Katılmasının Maneviyatına Etkisi**

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan önce, uygulamadan sonra ve uygulama bittikten 3 ay sonra katılımcılara “DS’li çocuğunuz doğduğundan itibaren geçen bu süreçte yaşama bakış açınızda manevi anlamda bir değişiklik oldu mu? Olduysa nasıl bir değişim yaşadınız, görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Formun 20. sorusuna katılımcıların verdikleri yanıtlar ile oluşan bulgular Tablo 3.23.’te sunulmuştur.

**Tablo 3.23.** DS’li Çocuğun Annenin Hayatına Katılmasının Maneviyatına Etkisi Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Hayata bakış açım kötüleşti	K1, K6	% 28,57	2
	Daha merhametli oldum	K2	% 14,28	1
	Hayata bakış açımda değişiklik olmadı	K3, K4	% 28,57	2
	Hayatın boş olduğunu anladım	K5	% 14,28	1
	Daha mutlu oldum	K7	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Daha merhametli, daha maneviyatı hisseder oldum	K1, K2	% 28,57	2
	Hayata bakış açımda değişiklik olmadı	K3	% 14,28	1
	Daha sabırlı olmayı öğrendim	K4	% 14,28	1
	Hayatın boş olduğunu anladım	K5, K7	% 28,57	2
	Daha anlayışlı oldum	K6	% 14,28	1
<b>İZLEME</b>	Daha merhametli, daha maneviyatı hisseder oldum	K1, K2	% 28,57	2
	Hayata bakış açımda değişiklik olmadı	K3	% 14,28	1
	Daha sabırlı olmayı öğrendim	K4	% 14,28	1
	Hayatın boş olduğunu anladım	K5, K7	% 28,57	2
	Daha anlayışlı oldum	K6	% 14,28	1

Bu kategoride uygulama öncesi 5 farklı kod çıkmıştır. Annelerin verdikleri cevaplardan birkaç örnek sunulmuştur.

K1, “Evet, oldu. Hayata dair daha kötüyüm, iyi değilim. Önceden hayat tozpebeydi. Çocuğumun ihtiyacı olursa ben de olmazsam kim giderecek, kardeşlerine muhtaç olacak, arkamda kalırsa kim bakacak; bu düşünceler yüzünden kötümserim.” ifadeleri ile kaygıya sebep olan düşüncelerini aktarmıştır.

K2, “Ben önceden her şey dört dörtlük olsun isterdim. Kızlarımı çok disiplinli büyüttüm, dökmeyeceksiniz, düzeni bozmayacaksınız diye. DS’li çocuğumdan sonra bunların hepsi bitti gitti. Düzen disiplin onları es geçtim, dönebilir, bozabilir diye büyüttüm onu. Şimdi biraz düzen derdim var hiç eskisi gibi değilim. Hatta kızlarıma neden öyle yaptım diye pişman oldum sonradan. Dört dörtlük bir yaşamın olmayacağını anladım. DS’li çocuğum, beni çok değiştirdi. Daha merhametli oldum,

biraz despottum, serttim. Dediğim dedik birisiydim. Şimdi de biraz var ama eskisi gibi değilim. Birini görsem kusurların üçünü görmüyorum artık.” yanıtını vermiştir.

K3, “Hiçbir şey hissetmiyorum, bakış açım da değişiklik olmadı.” demiştir.

K7, “DS’li çocuğum, beni çok değiştirdi ben daha mutlu oldum ondan sonra. Ben zaten bebekleri çok seviyordum, bebeğim olmuyordu tedavi oldum, çocuğum öldü, oğlum büyüdü tekrar bebek ister oldum. Bebek evimi değiştirdi. Evim çok mutlu bir ev oldu. Eşimin söylediklerini önceden çok kafama takardım şimdi önemsemiyorum. Bebek eve neşe getiriyor. Kız çocuğu başkadır gerçekten bunu hissediyorum, güneş gibi evimi aydınlattı.” cevabını vermiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonra katılımcılara “DS’li çocuğunuz doğduğundan itibaren geçen bu süreçte yaşama bakış açınızda manevi anlamda bir değişiklik oldu mu? Olduysa nasıl bir değişim yaşadınız, görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. K1 ve K6 kodlu katılımcıların pozitif yönde değişimi görülmüştür.

“İlk öğrendiğim yıllarda çok kötümserdim, sanki öncesinde hayat tozpembeydi bir anda dünyam karardı. Sonra zamanla maneviyatın da verdiği destekle kendimi daha güçlü, daha merhametli ve daha sabırlı olarak görmeye başladım. Allah’ın izniyle her güçlüğün üstesinden geldim, çocuğumla yeniden çocuk oldum, ip atlardım, okulda tenefüslere çıktım. Bana hayatın ne kadar boş olduğunu ve sağlığın, huzurun her şeyden kıymetli olduğunu öğretti evladım. Önceden kafama taktığım şeyleri önemsemiyorum bile. Şimdi sağlık olduktan sonra her şey yoluna girer Allah kerim diyorum. Allah’a bağlılığımın arttığını hissediyorum.” K1 kodlu üyenin ifadeleri ile beklendik yönde değişim olduğu görülmüştür.

K2, “Bakış açım kesinlikle farklılaştı. Önceden boşa yaşıyordum DS’li çocuğumla birlikte hayatın boşa olmadığını, ulvi bir amacım olduğunu anladım.” ifadeleriyle düşüncelerini açıklamaya çalışmıştır.

K3, “Hayata bakış açım da bir değişiklik yaşamadım. İki tane özel gereksinimli çocuğum var ve ben onları sıkıntı olarak görmüyorum belki de bu yüzden değişiklik hissetmiyorum.” cevabını vermiştir.

K5, “Hayatın boş olduğunu anladım. DS’li çocuğumla daha iyimser oldum, daha çok neşeli oldum çünkü böyle olmak zorundayım. Psikolojim iyi olmak zorunda ki ona sağlıklı bakayım çünkü onun dilinden ben anlıyorum.” demiştir.

K6 kod isimli anne ise, “Daha anlayışlı oldum. Çocuğumun özel oluşu insanların halinden daha iyi anlamamı sağladı. Şimdi insanlara ve olaylara karşı daha anlayışla yaklaştığımı fark ediyorum.” cümleleri ile açıklama yapmıştır.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde gelen yanıtlar ışığında katılımcıların uygulama sonrası cevapları ile benzer yönde düşünceleri olduğu anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

“DS’li çocuğumdan önce her anlamda çok boşmuşum, boşluktaymışım. Onunla dünyam değişti. Kendimi daha mutlu, daha huzurlu hissediyorum. Hayatta üzüldüğümüz pek çok şeyin önemsiz olduğunu, boşa enerjimizi harcadığımızı anladım.” K7 kodlu katılımcının cümlesi ile manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın beklendik yönde etkisinin devam ettiği anlaşılmıştır.

### **3.2.4. Manevi Yaşam Temasına İlişkin Bulgular**

Araştırmacı çalışmanın bu bölümünde çalışma grubu üyelerinin manevi yaşamlarına dair bilgi edinmek ve manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın manevi yaşama, anlam dünyasına, sorunlarla başa çıkmasına etkisini incelemek amacıyla sorular sormuştur. Verilen cevaplar doğrultusunda tablolar oluşturulmuştur.

#### **-Maneviyat Hakkındaki Düşünceler**

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan önce, uygulamadan sonra ve uygulama bittikten 3 ay sonra katılımcılara “Maneviyat hakkındaki düşünceleriniz ve maneviyatın önemi konusundaki görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Katılımcıların formun 8. sorusuna verdikleri yanıtlar ile ortaya çıkan bulgular Tablo 3.24.’te verilmiştir.

**Tablo 3.24.** Maneviyat Hakkındaki Düşünceler Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Allah'a inanç	K1, K5	% 28,57	2
	Allah ile kul arasındaki bağıdır	K2	% 14,28	1
	Dünya malına önem vermemektir	K3	% 14,28	1
	Bilmiyorum, değerli bir şeydir	K4	% 14,28	1
	Ruh halidir	K6	% 14,28	1
	Birisine manevi destek olmaktır	K7	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Allah ile kul arasındaki bağıdır	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 100	7
<b>İZLEME</b>	Allah ile kul arasındaki bağıdır	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7	% 100	7

Uygulama öncesinde katılımcılar tarafından bu soruya farklı cevaplar verilmiştir. Neredeyse tüm anneler maneviyata önem verdiklerini ifade etmişlerdir, hayatlarında maneviyatın önemli bir yere sahip olduğunu anlatmışlardır. Ancak grup üyelerinin kendi düşünce biçimlerine göre önem verdikleri maneviyat kavramı çalışma bağlamından farklıdır. Bu kategoride 6 farklı kod çıkmıştır.

K2, “Allah ile kul arasındaki bağıdır maneviyat. Sen ne kadar kulluk yaparsan Rabbim sana o kadar yakın olur. Sen uzaklaşırsan rabbim unutmaz ama biz kul olabilesek daha da mükâfatlı oluruz dünyamız da ahiretimiz de.” yanıtını vermiştir.

K3, “Dünya malı gibi şeylere önem vermem, dünya malı dünyada kalır. Maddiyat çok da önemli değil benim için.” cevabı ile düşüncelerini aktarmıştır.

K4, “Bilmiyorum, değerli bir şeydir herhalde.” diyerek maneviyat hakkında yeterli bilgiye sahip olmadığını ifade etmeye çalışmıştır.

K5, “Allah'a inanmayan birinde maneviyat yoktur, inancı olsa zaten kötü şeyler yapmaz.” ifadesi ile maneviyat ve inancı birlikte değerlendirmiştir.

K7, “Birine moral vermek gibi, maddi bir şey yapamazsın ama manevi olarak yanında olursun ona moral verirsin. Destek olmaktır bence.” demiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonra katılımcılara “Maneviyat hakkındaki düşünceleriniz ve maneviyatın önemi konusundaki görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Tüm anneler maneviyata önem verdiklerini ifade etmişlerdir, hayatlarında maneviyatın önemli bir yere sahip olduğunu anlatmışlardır. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulama sonrası tüm anneler maneviyatın Allah ile kul arasındaki derin bağ olduğunu ifade etmişlerdir. Özellikle K4 ve K7 kod isimli katılımcıların verdiği cevaplardaki olumlu yönde değişim göze çarpmıştır.

K7, “Maneviyat Allah’a yakın hissetmektir. Allah ile olan bağımızdır. Maneviyat çok önemlidir. Öncelikle Allah’a güvenmek gerekir.” cevabı ile beklendik yönde değişim olduğunu göstermiştir.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde gelen yanıtlar ışığında katılımcıların tutum ve davranışlarını uygulama sonrasına yakın düşünceler ile ifade ettikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

K1, “Maneviyat, Allah ile olan bağımızdır. Kul olarak Allah’ı yakın hissetmemizdir. Yaşamımızda bunu yapabilmemizdir.” şeklinde cevaplamıştır.

K2, “Manevi olarak güçlü olmalıyız. Kendimizi bilelim ki Allah’ı bilelim. Bildiğim kadarıyla iç dünyamızda sahipsiz olmadığımızın farkındayım.” demiştir.

### **-Manevi Yaşama İlişkin Düşünceler**

Bu bölümde DS’li çocuğa sahip annelerin manevi iyi oluşlarına ve manevi yaşamlarına dair fikir edinebilmek amacı ile manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “Size göre manevi yaşam nasıl olmalıdır, bu konudaki görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Formun 9. sorusuna verilen yanıtlarla Tablo 3.25. oluşmuştur.

**Tablo 3.25.** Manevi Yaşama İlişkin Düşünceler Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Merhamet dolu bir yaşam	K1	% 14,28	1
	İbadet dolu bir yaşam	K2, K3, K5	% 42,85	3
	Bilmiyorum	K4, K7	% 28,57	2
	İyilik dolu bir yaşam	K6	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Merhamet dolu bir yaşam	K1	% 14,28	1
	İbadet dolu bir yaşam	K2, K3, K5	% 42,85	3
	Dua dolu bir yaşam	K4, K7	% 28,57	2
	İyilik dolu bir yaşam	K6	% 14,28	1
<b>İZLEME</b>	Merhamet dolu bir yaşam	K1	% 14,28	1
	İbadet dolu bir yaşam	K2, K3, K5	% 42,85	3
	Dua dolu bir yaşam	K4, K7	% 28,57	2
	İyilik dolu bir yaşam	K6	% 14,28	1

Uygulama öncesinde maneviyat ve manevi yaşam ile ilgili çalışma grubu üyelerinin zihninde pek çok farklı düşünce biçimi olduğu ortaya çıkmıştır. Bu kategoride uygulama öncesinde 4 farklı kod çıkmıştır.

K1, “Merhametli bir yaşam olmalı. Namaz kılıyor ama merhameti yok ne yapayım ben onu.” cümleleri ile maneviyatla merhameti ilişkilendirmiştir.

K2, “Bir günümüzü üçe bölmeliyiz. Uyku, ibadet, yeme- içme ve kazanç. Böyle yapmaya çalışıyorum. 5 vakit namaz kılırsak, sünnet oruçlarını tutarsak çok güzel olur. Normal standartlarda bir müslümanım. Sabah namazını hiç kaçırmam. İbadet olmazsa olmaz, o bizi güçlendirir, hayatta kalamayız, yıkılırız biz.” diyerek maneviyatla ibadeti ilişkilendirmiştir.

K6, “Maneviyat gönlün hissettikleridir, gönülden istenen iyiliklerdir. Maneviyat gönül işidir, gönlümüzde yaşadıklarımızdır.” demiştir.

K7, “Nasıl olmalı bilmem. Bence herkes birbirine sahip çıkmalı, korumalı, birbirine gülmemeli, saygısızlık yapmamalı. İnsanlar birbirine karşı hoşgörülü olmalı.” cevabı ile maneviyatla erdemleri ilişkilendirmiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonra katılımcılara “Size göre manevi yaşam nasıl olmalıdır, bu konudaki görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Uygulama sonrasında 4 farklı kod çıkmıştır.

K5, “Her şeyiyle Allah’a inanarak, Allah’a tevekkül ederek, O’nun gösterdiği yoldan giderek olmalı bana göre. Hepsi bir arada olmalı bence. Hem dua etmeliyiz, hem merhametli olmalıyız. Sırf ibadete yüklenmek olmaz, yeri geldiğinde ibadeti yapmalıyız. Bence bir bütün olarak dolu dolu yaşamalıyız, tek bir yön olmamalı.” yanıtı ile beklendik yönde açıklama yapmıştır.

İzleme görüşmelerinde gelen yanıtlarla katılımcıların uygulama sonrası ile benzer düşüncelere sahip oldukları anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

K7, “Duasız hiçbir şey olmaz, önce dua olmalı. Her şeyin kapısı bence dualarımızdır.” cümleleri ile maneviyatla duayı ilişkilendirmiştir.

### **-Maneviyatın Bireyin Davranışlarına Etkisi**

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “Maneviyatınızın davranışlarınıza etkisi konusunda görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Katılımcıların formun 10. sorusuna verdikleri yanıtlarla Tablo 3.26. oluşmuştur.

**Tablo 3.26.** Maneviyatın Bireyin Davranışlarına Olumlu Yönde Etkisi Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Merhametli davranırız	K1, K3, K7	% 42,85	3
	İyilik yaparız/kötülükten sakınırız	K2	% 14,28	1
	Bilemiyorum nasıl bir etkisi vardır	K4	% 14,28	1
	İnsanlara faydalı işler yaparız	K5	% 14,28	1
	Kimseyi kırmayız/empatik oluruz	K6	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Merhametli davranırız	K1, K4, K7	% 42,85	3
	Erdemli davranışlar yaparız	K2, K3, K5,K6	% 57,14	4
<b>İZLEME</b>	Erdemli davranışlar yaparız	K1, K2, K3, K5	% 57,14	4
	Merhametli davranırız	K4, K6, K7	% 42,85	3

Uygulama öncesinde 5 farklı kod ortaya çıkmıştır. Bu kategoride maneviyatın bireyin davranışlarına olumlu yönde etki ettiği bulguları tespit edilmiştir. Aynı zamanda “maneviyat insan yaşamında iyi davranışlara sebep olur” kodu içerisinde çalışma grubu üyelerinden farklı farklı iyi davranış örnekleri gelmiştir.

K1, “İyilik yaparız. Yani yaptığımız iyiliklerde maneviyatın etkisi vardır. Merhametsiz adam iyilik yapmaz.” açıklamasını yapmıştır.

K2, “Eğer maneviyatın düşük olursa hırsızlık gibi her türlü kötülük olur. Kork Allah’tan korkmayandan. Allah’tan korkmazsan her şey olur. Allah’tan ne için korkuyoruz kendimize faydası olduğu için aslında. Allah’ın bizim yaptıklarımıza ihtiyacı yok ki.” yanıtı ile maneviyat olmayan bir yaşamın kötü olacağına dair örnekler vermiştir.

“İnsanları incitmez, kırmayız olumsuz davranışlardan kaçınırız. Belki böyle bir çocuğum olmasaydı çocuklara karşı belki daha anlayışsız ve sabırsız olacaktım. Anlayışlı, hoşgörülü ve sabırlı oluşumda etkisi var.” K6 verdiği bu cevap ile maneviyatın bireyin davranışına etkisini empati yönü ile anlatmaya çalışmıştır.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonra katılımcılara “Maneviyatınızın davranışlarınıza etkisi konusunda görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Çalışma grubu üyelerinden farklı farklı iyi davranış örnekleri gelmiştir. K4 kod isimli katılımcının uygulama öncesine göre beklendik yönde gelişim gösterdiği göze çarpmıştır.

“İnsanlara, çevreme ve çocuğuma daha sabırlı daha şefkatli yaklaşmama etki eder.” (K4)

İzleme görüşmelerinde gelen yanıtlarla katılımcıların uygulama sonrası ile benzer paralellikte tutum ve davranışları ifade ettikleri anlaşılmıştır.

K2, “Maneviyat kesinlikle davranışlarıma etki eder. Merhamet, sabır gibi erdemler etkisini gösterir.” şeklinde düşüncelerini ifade etmiştir.

K3, “Davranışlarıma etkisi olmaz olur mu? Sabredersin, şükredersin bence. Merhametli davranışlara sahibim. Önyargılı yaklaşmam.” demiştir.

### -Manevi Duyguların Bireyin Ruh Haline Etkisi

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “Manevi duygularınızın genel ruh halinize etkisi ile ilgili görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Katılımcıların formun 11. sorusuna verdikleri yanıtlarla Tablo 3.27. oluşmuştur.

**Tablo 3.27.** Manevi Duyguların Bireyin Ruh Haline Etkisi Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Rahatlarım/ferahlarım	K1, K2, K3,	% 42,85	3
	Mutlu olurum	K4, K5, K7	% 42,85	3
	Huzurlu olurum	K6	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Rahatlarım/ferahlarım	K1, K2, K3,	% 42,85	3
	Mutlu olurum	K4, K5	% 28,57	2
	Huzurlu olurum	K6, K7	% 28,57	2
<b>İZLEME</b>	Rahatlarım/ferahlarım	K1, K2, K3,	% 42,85	3
	Mutlu olurum	K4, K5	% 28,57	2
	Huzurlu olurum	K6, K7	% 28,57	2

Bu kategoride uygulama öncesi 3 farklı kod çıkmıştır.

K2, “Bunalınca maneviyat insanı rahatlatıyor, bir estağfurullah dedin mi tamam.” yanıtı ile maneviyatın ruh haline olumlu etkisine dair örnekler vermiştir.

K6, “Kimseyi kırmam, incitmem manevi yaşantım vicdanımın rahat olmasını sağlar. Bu da beni daha huzurlu yapar. Daha hafif olurum.” demiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan sonra katılımcılara “Manevi duygularınızın genel ruh halinize etkisi ile ilgili görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Alınan cevaplarda uygulama öncesi ve uygulama sonrasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Ancak annelerin maneviyatın ruh hallerine etkisini açıklama biçimleri, cümlelerin içeriği değişmiştir ve önceki yanıtlara kıyasla daha derin ve daha farkındalığa sahip bir dil kullandıkları görülmüştür.

K2, “Normalde fevri biriyim, tez canlıyım bu durum da haliyle beni sinirlendiriyor. Allah’ı düşününce sakinleşiyorum. Mesela camide huşu içinde olur

ya insan onun gibi maneviyat benim ruh halime iyi geliyor.” yanıtıyla manevi iyi oluşun destekleyici yanına vurgu yapmıştır.

K4, “Şükür duygum var, bu şükür durumu ruh halimi iyi yönde etkiliyor.” cevabıyla şükür duygusunun, manevi iyi oluşuna olumlu etkisini ifade etmiştir.

K7, “Bana Allah’ı düşünmek, O’nu anmak çok iyi geliyor. Sıkıntım olduğunda endişelenmiyorum.” cümleleri ile aşkın olanla bağlantının manevi iyi oluşa pozitif etkisini anlatmaya çalışmıştır.

İzleme görüşmelerinde gelen yanıtlar, uygulama sonrası yanıtlarla benzer yönde olduğu anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

#### **-Manevi İyi Oluşu Güçlendirme Uygulamaları**

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde annelere “Maneviyatınızı güçlendirmeye çalışır mısınız, bu konuyla ilgili görüşleriniz nedir?” sorusu sorulmuştur. Katılımcılar tarafından formun 12. sorusuna verilen yanıtlarla Tablo 3.28. oluşmuştur.

**Tablo 3.28.** Manevi İyi Oluşu Güçlendirme Uygulamaları Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	İbadet yaparım	K1, K4, K5	% 42,85	3
	Eksik bilgilerimi gidermeye çalışırım	K2	% 14,28	1
	İnternetteki hocaları takip ederim	K3	% 14,28	1
	Çocuk sevindiririm	K6	% 14,28	1
	Başkalarına yardım ederim	K7	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	İbadet yaparım	K1, K4, K5	% 42,85	3
	Eksik bilgilerimi gidermeye çalışırım	K2, K7	% 28,57	2
	Başkalarına yardım ederim	K3	% 14,28	1
	Çocuk sevindiririm	K6	% 14,28	1
<b>İZLEME</b>	İbadet yaparım	K1, K4, K5	% 42,85	3
	Eksik bilgilerimi gidermeye çalışırım	K2, K7	% 28,57	2
	Başkalarına yardım ederim	K3	% 14,28	1
	Çocuk sevindiririm	K6	% 14,28	1

Bu kategoride annelerin maneviyat hakkındaki bilgileri dâhilinde uygulama öncesinde 5 farklı kod çıkmıştır.

K2, “Bu sene kızları gelin ettim Kuran kursuna gideceğim, pekiştireceğim diye niyet aldım. Karınca misali yolumuz belli olsun. Eksiğimiz çok kuluz, beşer şaşar. Eksiklerimi gidermeye çalışıyorum hele benim eksiklerim çok yani.” yanıtıyla manevi iyi oluşunu güçlendirmek için eksiklerini tamamlamak istediğini anlatmıştır.

K3, “İnternetteki hocaları takip ediyorum, onların dediklerini yapmaya çalışıyorum.” ifadesiyle ev ortamındaki sınırlı imkânlarla manevi konularda sosyal medyadan destek aldığını aktarmıştır.

K6, “Çocuk sevindiririm, ufak tefek hediyeleşmeler yaparım.” demiştir.

K7, “Yardım etmeyi çok severim, elimden geldiğince yaparım. Bilmiyorum yapınca mutlu oluyorum. Birisi mutlu olunca mutlu oluyorum.” cevabını vermiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonra çalışma grubu üyelerine “Maneviyatınızı güçlendirmeye çalışır mısınız, bu konuyla ilgili görüşleriniz nedir?” sorusu sorulmuştur.

K3, “Kapıya geleni boş çevirmem, sadaka vermeye çalışırım gücüm yettiğince. Böylece rahatlarım, birine yardım etmek beni rahatlatır.” demiştir.

K7, “Daha çok bilgi öğrenmek istiyorum, dinimi araştırmak ve doğru bilgi sahibi olup uygulamak istiyorum. Benim bilgilerim sınırlıdır farkındayım bu yüzden araştırmak, kitap okumak, düşünmek isterim.” şeklinde yanıtlamıştır.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde gelen yanıtlar ışığında katılımcıların uygulama sonrasındaki düşünce, tutum ve davranışları korudukları anlaşılmıştır.

### **-Bireyin Dini Etkinliklere Katılımının Manevi İyi Oluşuna Etkisi**

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde çalışma grubu üyelerine “Dini etkinliklere katılır mısınız? Dini etkinliklerin maneviyata katkısına dair görüşleriniz nelerdir? (Sonda: Kandil gecelerinde camiye gitmek/ dini sohbetlere katılmak vb.)” sorusu sorulmuştur. Katılımcılar tarafından formun 16. sorusuna verilen yanıtlarla oluşan bulgular, Tablo 3.29.’da sunulmuştur.

**Tablo 3.29.** Bireyin Dini Etkinliklere Katılımının Manevi İyi Oluşa Etkisi Kategorisi

	Kod	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Hayır katılmıyorum	K1, K3, K4, K5, K6,	% 71,42	5
	Evet katılıyorum	K2, K7	% 28,57	2
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Hayır katılmıyorum	K1, K3, K4, K5, K6,	% 71,42	5
	Evet katılıyorum	K2, K7	% 28,57	2
<b>İZLEME</b>	Hayır katılmıyorum	K1, K3, K4, K5, K6,	% 71,42	5
	Evet katılıyorum	K2, K7	% 28,57	2

Uygulama öncesi, uygulama sonrası ve izleme görüşmelerinde 5 katılımcı her defasında aynı şekilde cevap vermişlerdir. Bunun sebebi çocuklarının özel durumundan dolayı eskiye kıyasla dini etkinliklere aktif olarak katılamamalarıdır.

K1, “DS’li çocuğum doğmadan önce teravihe giderdim kaçırmazdım, mukabeleye katılırdım. Ama o doğduktan sonra bakımıyla ilgilendiğim için gidemedim sonra da okulu, eğitimi onlarla uğraşırken gidemedim hep.” demiştir.

“Türbelere giderim devamlı. DS’li çocuğumu da Konevî Türbesi’ne çok götürdüm. Cuma günleri DS’li çocuğumla camileri gezerim, onu Mevlana’ya götürürüm. O büyüklerin etki edeceğini, enerji vereceğini kabir bile olsa ruhlarına bir Fatiha okusam bile geri döneceğini, bizlerden haberdar olduklarını düşünürüm, onların büyüklerin hürmetine önce Rabbim onları da aracı diye düşünürüm.” K2 kodlu katılımcının yanıtında söz ettiği dini etkinliklerin, kendisine ve çocuğuna güç verdiği ve destek olduğuna dair kabulünün varlığı ortaya çıkmıştır.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonra katılımcılara “Dini etkinliklere katılır mısınız? Dini etkinliklerin maneviyata katkısına dair görüşleriniz nelerdir? (Sonda: Kandil gecelerinde camiye gitmek/ dini sohbetlere katılmak vb.)” sorusu sorulmuştur. Katılımcılar genelde DS’li çocuklarının bakımı nedeniyle bu tür etkinliklere özellikle çocukları doğduktan sonra katılmadıklarını belirtmişlerdir.

K7 ise, “Mukabeleye katılırdım DS’li çocuğum doğmadan önce. Artık sadece Kadir Gecesi’nde camiye gitmeye çalışıyorum, dualar kabul olacak, Allah’ın evinde

olmak istiyorum. Yaptığım ibadetlerin o gece Allah'a ulaştığını bilmek beni huzurlu yapıyor.” cevabıyla sık sık olmasa da dini etkinliklere katıldığını ifade etmiştir.

İzleme görüşmelerinde gelen yanıtlar sonucunda katılımcıların uygulama sonrası ile aynı düşünce, tutum ve davranışları ifade ettikleri anlaşılmıştır.

### 3.2.5. Manevi Başa Çıkma Temasına İlişkin Bulgular

Manevi güçlenme görüşme formunun birkaç sorusu katılımcıların manevi başa çıkma/dini başa çıkma durumlarını anlayabilmek amacıyla hazırlanmıştır. Çalışma grubu üyelerinin verdikleri yanıtlar doğrultusunda tablolar oluşturulmuştur.

#### -Annenin Maneviyatının DS’li Bir Çocuk Sahibi Olduğunu Öğrenince Beklenmedik Bu Duruma Dair Düşüncelerine Etkisi

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “DS’li çocuğunuz doğduğunda manevi yaşamınız size destek oldu mu? Olduysa bu konudaki görüşleriniz nedir?” sorusu sorulmuştur. Katılımcıların formun 13. sorusuna yanıtlarıyla Tablo 3.30. oluşmuştur.

**Tablo 3.30.** Annenin Maneviyatının DS’li Bir Çocuk Sahibi Olduğunu Öğrenince Beklenmedik Bu Duruma Dair Düşüncelerine Etkisi Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	İlk şoku atlatmamda maneviyatın desteğini gördüm	K1, K2, K3, K5, K7	% 71,42	5
	Manevi bilgim yoktu, desteğini görmedim	K4, K6	% 28,57	2
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	İlk şoku atlatmamda maneviyatın desteğini gördüm	K1, K2, K3, K5, K7	% 71,42	5
	Manevi bilgim yoktu, desteğini görmedim	K4, K6	% 28,57	2
<b>İZLEME</b>	İlk şoku atlatmamda maneviyatın desteğini gördüm	K1, K2, K3, K5, K7	% 71,42	5
	Manevi bilgim yoktu, desteğini görmedim	K4, K6	% 28,57	2

Bu kategoride geçmişe dair bir soru içeriğine sahip olması nedeniyle uygulama öncesi, uygulama sonrası ve izleme görüşmelerinde aynı 2 farklı kod çıkmıştır.

K2, “40 gün hiç odamdan çıkmadım hep Yasin açtım dinlettim çocuğuma sanki ona hemen faydası olacak. Benim içimi ferahlatacak, sıkıntıdan kurtaracak diye dinledim. Bitti açtım bitti açtım. O beni rahatlattı. İnşirah okur yatardım gece.” cümleleriyle Kur’an-ı Kerim’i dinleyerek destek aldığını aktarmıştır.

K3, “Destek oldu evet. Hamileyken doktora gittim, aldırmamı istedi doktor. Ben de Rabbim bana göndermiş hayır aldırmam dedim. Engelli olunca onun yaşama hakkı yok mu dedim. Dua ettim hamilelik sürecinde.” demiştir.

K7, “Ettiğim dualar kabul oldu diye düşünüyorum. Şok oldum, ağladım, kendi kabuğuma çekildim, telefonlara bakmadım, 1 ay ağladım ilk öğrendiğimde. Beni çok üzdü bu durum, neyle karşılaşacağımı bilmiyordum. Doktorun ve eşimin aldırılım baskısı vardı. Sabahına çocuğumu aldıracaktım o gece serdim seccademi çok dua ettim. Eşim aldırmayalım dedi, bana destek oldu. Dünyalar benim oldu.” cevabıyla duanın manevi iyi oluşuna destek olduğunu ifade etmiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonra katılımcılara “DS’li çocuğunuz doğduğunda manevi yaşamınız size destek oldu mu? Olduysa bu konudaki görüşleriniz nedir?” sorusu sorulmuştur.

K5, “Ben doğumdan hemen sonra öğrendim. Testler yapıldı ve tanıyı bekledik. Bu süreçte o ilk 15 gün çok üzüldüm. İlk başta niye ben dedim. Ben kimseye hiçbir kötülük yapmadım ama benim niye böyle bir çocuğum oldu diye düşündüm, sorguladım. Bir gün yine yatağında ağlarken kafamı sanki sert bir yüzeye toslamışım gibi aklım başıma geldi, bir ses kalk dedi, bu senin meleğin dedi. Toparlan çocuğunu kucakla dedi. Ben kabullenemedim, ilk başta. İçimden gelen bu sesi dinledim, o sana Allah’ın gönderdiği bir lütuf dedi ve bu bir emanet, o sana çok güzel şeyler getirecek, senin hayatında bir meleğin var artık diyen bir sesin olmasıyla toparlandım, kalktım, giyindim, makyajımı yaptım ve odadan çıktım. Başta annem olmak üzere herkes şaşırıldı. Bitti dedim, her şey bitti ben artık meleğimle beraberim dedim. O sesin kalk demesi, Allah inancım destek oldu bana.” demiştir.

K6, “Sağlık ocağına çocuğumu kontrole götürdüğümde DS olabileceğini öğrendim. Bu süreçte Allah’ım yanılıyorlardır doktorlar diye düşündüm. O şokla dua etmek bile aklıma gelmedi. Sizin bu anlattıklarınızdan sonra farkına vardım aslında duanın, maneviyatın desteğini ve yararını. Keşke o zamanlar bizlere yol gösteren sizin gibi uzmanlar olsaydı bu süreci daha rahat atlatabilirdim.” cümleleri ile o dönemde içinde bulunduğu durumu ve destek ihtiyacını anlatmıştır.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde gelen yanıtlar ile katılımcıların aynı düşünce, tutum ve davranışları ifade ettikleri anlaşılmıştır.

### **-DS’li Çocuk Sahibi Olmanın Dini Hayata Etkisi**

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “DS’li çocuğunuz doğduğunda dini hayatınızda değişim oldu mu? (Değişim olduysa) Nasıl bir değişim yaşadığınızla ilgili görüşleriniz nedir?” sorusu sorulmuştur. Formun 14. sorusuna gelen yanıtlar doğrultusunda ortaya çıkan bulgular, Tablo 3.31.’de sunulmuştur.

**Tablo 3.31.** DS’li Çocuk Sahibi Olmanın Dini/Manevi Hayata Etkisi Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	İbadet yönünden değişim yaşamadım ama daha çok merhametli oldum	K1	% 14,28	1
	Değişim oldu, ibadetlerimi bıraktım	K2, K6	% 28,57	2
	Hayır, hiçbir değişim olmadı	K3, K5, K7	% 42,85	3
	Değişim oldu, ibadetlerimi artırdım	K4	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Merhametim, sevgim, şefkatim arttı	K1	% 14,28	1
	İlk doğduğunda isyandaydım ama şimdi hep dualardayım, şükür	K2	% 14,28	1
	Hayır, hiçbir değişim olmadı	K3, K5, K7	% 42,85	3
	Değişim oldu, ibadetlerimi artırdım	K4, K6	% 28,57	2
<b>İZLEME</b>	Merhametim, sevgim, şefkatim arttı	K1	% 14,28	1
	İlk doğduğunda isyandaydım ama şimdi hep dualardayım, şükür	K2	% 14,28	1
	Hayır, hiçbir değişim olmadı	K3, K5, K7	% 42,85	3
	Değişim oldu, ibadetlerimi artırdım	K4, K6	% 28,57	2

Bu kategoride uygulama öncesi 4 farklı kod çıkmıştır. Annelerin verdikleri cevaplardan birkaç örnek sunulmuştur.

K1, “Hayır, aynı hep namazımı kılıyordum. Daha çok merhametli oldum. Merhametim çoğaldı.” cevabı ile ibadetlerinde değişim olmadığını söylemiştir.

K2, “İster istemez gelgitlerim oldu. Bazen kendimi sorguladım. Noksanlarım vardı da Rabbim ondan mı verdi diye. 2- 2,5 sene durdum çocuğumun doğumundan sonra. Boşladım, bıraktım ibadet etmeyi. Ara ara yaptım, bıraktım ibadetlerimi. Çok kötüydim, adım bile bilemiyordum bazen. Yavaş yavaş sonrasında DS’li çocuğum için yaşamam lazım dedim, mecburum dedim. Ben o 2,5 yıl dışarı çıkmadım. DS’li çocuğum yürümüyordu hemen yürütebilir miyim diye çabaladım evde, sanki hemen yürüteceğim onu. Bir an evvel yürüsün, şimdi yürümezse bir daha yürümez diye düşündüm, korktum. Anasınıfından önce daha iyiydi sonrasında geriledi DS’li çocuğum ve ben yine çok üzüldüm.” yanıtıyla yaşadığı süreci aktarmıştır.

K4, “Evet bir değişim oldu, hep adaklar adıyordum o dönemde. Çocuğum şunu öğrenirse deyip adak adadım hep ve adaklarım oldukça altın verdim. Sadaka vermeyi çoğalttım.” cümleleriyle ibadetlerinde artma olduğunu dile getirmiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan sonra katılımcılara “DS’li çocuğunuz doğduğunda dini hayatınızda değişim oldu mu? (Değişim olduysa) Nasıl bir değişim yaşadığınızla ilgili görüşleriniz nedir?” sorusu sorulmuştur.

K5, “İbadet anlamında değişim olmadı ama DS bir çocuğum olduğu için şükürüm arttı. Önceleri kime ne yaptım diye ceza görüp şok yaşadım ama sonrasında kime ne iyilik yaptım da bu melek gönderildi dedim.” yanıtı ile şükür halinin artışı aktarmıştır.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde gelen yanıtlar ışığında katılımcıların uygulama sonrası ile benzer görüşleri ifade ettikleri anlaşılmıştır.

### **3.2.6. Dua Temasına İlişkin Bulgular**

Çalışmanın bu bölümünde maneviyatın, manevi yaşamın ve manevi iyi oluşun önemli unsurlarından dua ile ilgili tespitler yapabilmek maksadıyla

katılımcılara sorular yöneltilmiştir. Katılımcıların yanıtları doğrultusunda veriler tablo şeklinde kodlanmıştır.

### -Dua ile Manevi İyi Oluş İlişkisi

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan önce, uygulamadan sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “Dua eder misiniz? Dua ettiğinizde hislerinize dair manevi anlamda görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Katılımcılar tarafından formun 17. sorusuna verilen yanıtlarla ortaya çıkan bulgular, Tablo 3.32.’de biçimlenmiştir.

**Tablo 3.32.** Dua Manevi İyi Oluş İlişkisi Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Dua edince rahatladığımı hissediyorum	K1, K2, K4, K6	% 57,14	4
	Dualarımın kabul olacağı hissinde oluyorum	K3, K7	% 28,57	2
	Dua edince Allah’a yaklaştığımı hissediyorum	K5	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Dua edince rahatladığımı hissediyorum	K1, K2, K4, K6,	% 57,14	4
	Dualarımın kabul olacağı hissinde oluyorum	K3	% 14,28	1
	Dua edince Allah’a yaklaştığımı hissediyorum	K5, K7	% 28,57	2
<b>İZLEME</b>	Dua edince rahatladığımı hissediyorum	K1, K2, K4, K6,	% 57,14	4
	Dualarımın kabul olacağı hissinde oluyorum	K3	% 14,28	1
	Dua edince Allah’a yaklaştığımı hissediyorum	K5, K7	% 28,57	2

Bu kategoride manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan önce, uygulamadan sonra ve uygulama bittikten 3 ay sonra yapılan izleme görüşmelerinde 3 farklı kod çıkmıştır.

K3, “Rabbimin duamı kabul edeceğini düşünürüm, rahatlarım.” cümlesiyle duanın kendisine manevi anlamda destek olduğunu ifade etmiştir.

K6, “Bazen gözümü kapatırım, içimden geçiririm isteklerimi dilimle söylemem öyle olunca daha çok haz duyarım, daha bir hafiflerim, içim huzur dolar.” cevabıyla duanın manevi iyi oluşuna dair pozitif etkisini aktarmıştır.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonra katılımcılara “Dua eder misiniz? Dua ettiğinizde hislerinize dair manevi anlamda görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur.

K4, “Sürekli dua ederim. Şükür duygusunu tadarım bu beni rahatlatır.” yanıtıyla dua-şükür ve maneviyat arasındaki pozitif ilişkiyi dile getirmiştir. Çalışmamız açısından beklendik yönde cevap alındığı tespit edilmiştir.

K5, “Dua ederim. Dua içinden gelerek isteyeceksin her şeyi, bol bol isteyeceksin, çok çok isteyeceksin, çünkü Allah’ın gönlü çok geniş her şeyi fazlasıyla verecek veriyor da, o yüzden içinden ne geliyorsa dolu dolu, O’na yalvararak, O’nun merhametine sığınarak bu şekilde istiyorum. Bazen ağlayarak istiyorum. Ağlamamın sebebi ise Allah’a daha yakın hissediyorum kendimi çok çok yakın hissediyorum.” cümleleri ile araştırmamız açısından yapılan uygulamanın etkililiğinin pozitif yönde olduğunu göstermiştir.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde gelen yanıtlar, katılımcıların uygulama sonrası edindikleri düşünce, tutum ve davranışlara benzer nitelikte olduğu anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

K1, “Çok sık dua ederim. Dua ettikçe ferahlık hissedirim.” demiştir.

K7, “Daima dua ederim. Her dua edişimde Allah benimleymiş gibi hissedirim. Dua ederken Allah’a yakınlaştığımı biliyorum, hissediyorum.” demiştir.

### **3.2.7. Anlam Arayışı Temasına İlişkin Bulgular**

Araştırmacı tarafından görüşme formunda manevi yaşamın ana unsurlarından biri olan anlam arayışı ile ilgili tespitler sunabilmek amacıyla sorular sorulmuştur. Katılımcıların yanıtları bağlamında tablo hazırlanmıştır.

### -Bireyin Hayatındaki Anlam ve Amacı ile Manevi İyi Oluş İlişkisi

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “Size göre hayatınızın bir anlamı ve amacı var mı? Varsa bu konudaki görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Katılımcıların formun 19. sorusuna verdikleri yanıtlarla Tablo 3.33. oluşmuştur.

**Tablo 3.33.** Bireyin Hayatındaki Anlam ve Amacı ile Manevi İyi Oluş İlişkisi Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Hiç düşünmedim bir fikrim yok	K1, K2, K4, K6	% 57,14	4
	Bir amacım yok çocuklarım için yaşıyorum	K3, K7	% 28,57	2
	DS’li çocuğum hayatımın anlamı ve amacı	K5	% 14,28	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	İyi bir kul olmak	K1, K2, K3, K4	% 57,14	4
	DS’li çocuklara faydalı olmak	K5	% 14,28	1
	DS’li çocuğumu en güzel şekilde yetiştirmek	K6, K7	% 28,57	2
<b>İZLEME</b>	İyi bir kul olmak	K1, K2, K3, K4	% 57,14	4
	DS’li çocuklara faydalı olmak	K5	% 14,28	1
	DS’li çocuğumu en güzel şekilde yetiştirmek	K6, K7	% 28,57	2

Uygulama öncesi annelerin çoğunluğu hayatın anlamı ve amacı hakkında daha önce düşünmediklerini, bu konuda bir fikre sahip olmadıklarını ifade etmişlerdir.

K1, “Hiç düşünmedim. Hayatımın amacı ne? Bu dünyada olmamın bir sebebi vardır ama bilmiyorum.” cevabını vermiştir.

K5, “Hayatımın anlamı ve amacı sadece DS’li çocuğum, hayatım onun üzerine kurulu.” yanıtını vermiştir.

K6, “Düşünüyorum hayatımın anlamı var mı diye, bulamıyorum. Bu dünyada yaşayacağız göçüp gideceğiz. Benim en başta çocuğum gelir, ardından eşim gelir. Çocuğum için ayakta durmalıyım. Hayatımın merkezinde, tek çocuğum olan DS’li

çocuğum var. Çok yoruldu ve çocuğumla ilgili bazı güzellikleri bile göremiyorum, tahammülüm azaldı hayata karşı artık.” şeklinde cevabını aktarmıştır.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonra katılımcılara “Size göre hayatınızın bir anlamı ve amacı var mı? Varsa bu konudaki görüşleriniz nelerdir?” sorusu sorulmuştur. Bu bölümde 3 farklı kod çıkmıştır. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan önce katılımcı annelerden birçoğu hayatın anlamı ve amacı ile ilgili daha önce bir düşünce içinde olmadıklarını dolayısıyla da bir fikirlerinin olmadığını ifade etmişlerdir. Uygulamadan sonra fikirlerinin geliştiğini ve artık bu konu üzerinde düşüncelerinin olduğunu belirtmişlerdir. Bu durum, çalışmamızın beklendik yönde etki ettiğini göstermiştir.

K2, “Hayat anlamsız amaçsız olur mu? Rabbim bizi bir amaçla yarattı elbet. Güzel yaşar ve ibadet edersek ahirete faydası olacak. Yoksa boşa yaşamış olacağız. Yaptığımız işmiş, ev işiymiş falan onlar boş, geçici şeyler. Dolu dolu kulluk yapmak asıl amaç. O niyetle biz yapmaya çalışalım ameller niyetlere göredir. Allah yapmasak bile düşündüğümüz şeylerin ecrini veriyor.” şeklinde cevaplamıştır.

K4, “İslam için bu dünyadayız, iyi bir kul olmak benim amacım. Hayatımın anlamı, dinim için, çocuklarım için ve ailem için bu dünyada varlığımı sürdürüyorum.” cümleleriyle düşüncelerini aktarmıştır.

İzleme görüşmelerinde gelen yanıtlar ışığında katılımcıların uygulama sonrası ile aynı nitelikte düşünce, tutum ve davranışları ifade ettikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

### **3.2.8. Kabullenme Temasına İlişkin Bulgular**

Araştırmacı tarafından görüşme formunda kabullenme konusu ile ilgili tespitler sunabilmek amacıyla çalışma grubu üyelerine sorular sorulmuştur. Katılımcılardan gelen yanıtlar bağlamında tablo hazırlanmıştır.

### -Annenin DS’li Çocuğuna Dair Kabulü ile Manevi İyi Oluş İlişkisi

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “DS’li çocuğunuzun manevi bir enerjisi olduğunu düşünüyor musunuz, bu konudaki görüşleriniz nelerdir? (Sonda: Evin bereketi/Nurlu olması/Stres atmanıza yardımcı olması vb.)” sorusu sorulmuştur. Katılımcıların formun 21. sorusuna yanıtlarıyla Tablo 3.34. oluşmuştur.

**Tablo 3.34.** Annenin DS’li Çocuğuna Dair Kabulü ile Manevi İyi Oluş İlişkisi

Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Cennet vesilem, cennet kuşum	K1	% 14,28	1
	Evimizin bereketi	K2, K4, K6, K7	% 57,14	4
	Evimizin meleği/ nuru	K3, K5	% 28,57	2
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Pozitif enerjisi var, cennet vesilem	K1	% 14,28	1
	Pozitif enerjisi, öğretici bir yanı var	K2	% 14,28	1
	Manevi bir enerjisi var, evimizin meleği/ nuru	K3, K5	% 28,57	2
	Evimizin bereketi	K4	% 14,28	1
	Neşe kaynağım, stres atmama vesile	K6	% 14,28	1
	Evimizin neşe kaynağı, huzuru	K7	% 14,28	1
<b>İZLEME</b>	Pozitif enerjisi var, cennet vesilem	K1	% 14,28	1
	Pozitif enerjisi, öğretici bir yanı var	K2	% 14,28	1
	Manevi bir enerjisi var, evimizin meleği/ nuru	K3, K5	% 28,57	2
	Evimizin bereketi	K4	% 14,28	1
	Neşe kaynağım, stres atmama vesile	K6	% 14,28	1
	Evimizin neşe kaynağı, huzuru	K7	% 14,28	1

Bu bölümde sorulan sorudaki enerji ile anlatılmak istenen annelerin DS tanıılı çocuklarını kabullenışı ve onlara dair inanışlarıdır. Uygulama öncesinde 3 farklı kod, uygulama sonrasında ve izlemede 6 farklı kod çıkmıştır.

K1, “Evimizin bereketi. Cennet vesilem, cennet kuşum.” demiştir.

K2, “Evet farklı bir enerjisi var. Mesela düşecekse ayağa takılsa bir şekilde toplanır. Pozitif bir ışık enerji yayıyor, kimin yanına giderse seviliyor. Rabbim tarafından herhalde bu durum. Onunla dışarı çıktığımızda biri sevmeden, okşamadan, ona bir şey vermeden eve girdiğimizi hatırlamam. Biri muhakkak bir şey yapar bir şeker bile olsa. Bu çocuklar farklılar yani kısmetliler. Rızıkları bol, DS’li çocuğumdan sonra eşim emekli oldu bir daha işe girdi. Evimize bereket getirdi.” cümlelerini kurmuştur.

K7, “Evet düşünüyorum. O doğduktan sonra her şey daha güzel oldu. Evin bereketi huzuru olduğunu düşünüyorum.” şeklinde soruyu cevaplamıştır.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonra katılımcılara “DS’li çocuğunuzun manevi bir enerjisi olduğunu düşünüyor musunuz, bu konudaki görüşleriniz nelerdir? (Sonda: Evin bereketi/Nurlu olması/Stres atmanıza yardımcı olması vb.)” sorusu sorulmuştur.

K2, “DS’li evladımın pozitif bir enerjisi var, nereye gitsek gidelim bu enerjisini oraya taşıyor. Öğretici bir yanı var ben ondan çok şey öğrendim hala da öğrenmeye devam ediyorum.” şeklinde çocuğuna dair inancını anlatmıştır.

K4, “DS’li çocuğum doğduktan sonra evimiz daha bir bereketlendi. Şu an oturduğumuz iki katlı evi yaptırarak, aile apartmanı şeklinde oturuyoruz. Evimde hiç yokluk görmüyorum onun bereketi olduğunu düşünüyorum.” ifadeleriyle DS’li çocuğunun evin bereketi olduğunu açıklamıştır.

K5, “Evet, manevi bir enerjisi var. Evimin her şeyi, meleğim, cennet kuşum. Allah’ın lütfu, ben namaz kılarken o da kılar, babasını camiye yollar ezan okununca. Haydi, âmin diyelim diyor birlikte dua ediyoruz. Manevi duyguları var farkında bunların. Çok güçlü Allah’ı hissediyor. Odasında seccadesi eşarbi her şeyi durur benim gibi namaz kılar.” yanıtıyla çocuğunun manevi yanıyla ilgili bilgiler vermiştir.

K6, “DS’li çocuğum, bizi çok güldürür, stres atmama yardımcı olur.” cümlesi ile çocuğunun kendisini rahatlattığına dair kabulünü aktarmıştır.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde gelen yanıtlarla, katılımcıların uygulama sonrası ile aynı paralellikte düşünce, tutum ve davranışları ifade ettikleri anlaşılmıştır.

K7, “Evimizin enerjisini değiştiriyor. Bir bebek hiç ağlamaz mı, sıkıntı vermez mi? Evladımın bana hiç sıkıntısı, yükü olmuyor o kadar huzurlu ki evime de onun bu huzuru yansıyor.” sözleriyle çocuğunun huzur veren yanını vurgulamıştır.

### -DS’li ocuk Sahibi Bir Anne Olmanın Manevi İyi Oluşa Etkisi

Bu bölümde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan önce, sonra ve izleme görüşmelerinde katılımcılara “DS’li ocuk sahibi bir anne olarak, kendinizi manevi açıdan nasıl hissettiğinize dair görüşleriniz nelerdir? (Sonda: Hüzünlü/seçilmiş/şanslı/isyankâr vb.)” sorusu sorulmuştur. Katılımcıların formun 22. sorusuna verdikleri yanıtlarıyla Tablo 3.35. şu şekilde oluşmuştur:

**Tablo 3.35.** DS’li ocuk Sahibi Bir Anne Olmanın Manevi İyi Oluşa Etkisi Kategorisi

	<b>Kod</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Hüzünlüyüm	K1, K6	% 28,57	2
	Seçilmiş hissediyorum	K2, K5	% 28,57	2
	Diğerleri gibi normal bir anneyim	K3	% 14,28	1
	şanslıyım	K4, K7	% 28,57	2
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Seçilmiş hissediyorum	K1, K2, K5, K6	% 57,14	4
	şanslıyım	K3, K4, K7	% 42,85	3
<b>İZLEME</b>	Seçilmiş hissediyorum	K1, K2, K5, K6	% 57,14	4
	şanslıyım	K3, K4, K7	% 42,85	3

Bu kategoride uygulama öncesinde 4 farklı kod çıkmıştır. Annelerin verdikleri cevaplardan birkaç örnek sunulmuştur.

K1, “DS’li çocuğum benim cennet vesilem ama yine de kendimi hüzünlü hissediyorum. Hep bir yanım buruk, hep bir kanadım kırık. Arkamdan kalacağı endişesi beni korkutuyor ve beni üzüyor. Bebekken ve şimdi de sağlık problemlerinin olması hem sağlıkla ilgili yaşadığım sıkıntılar hem de her türlü kurumda her zaman pürüzlerin çıkması beni çok yoruyor en basitinden okula başlaması ve okulların kabul korkusu, her kademedede derdimizi anlatmaya çalışmak, 18 yaşına gelince vasi konusu mahkeme gibi durumlar çok yıpratıcı aileler özellikle anneler olarak çok yıpranıyoruz ve yoruluyoruz normal ocuk annelerine göre kat kat efor harcıyoruz bu durumlar da yıllarca sürdüğçe insanın üzülmesine sebep oluyor.”

K2, “İsyankâr dönemi atlattım, sonradan olumlu bakmaya başladım. Kızlar evden gidince artılara başladım negatifler gitti. Allah yalnız kalmayayım diye verdi diyorum.” şeklinde cevaplamıştır.

K3, “Çok mutlu hissediyorum benim çocuklarımdan hiçbir sıkıntım yok. Her yönden mutlu hissediyorum, DS’li çocuğumun sağlık sıkıntıları falan da yoktu hiç sıkıntı yaşamadım. Kendimi de seçilmiş, şanslı hissetmiyorum. Rabbim vermiş şükürler olsun der geçerim, normal annelerden hiçbir farkım yok, normal anne olarak görüyorum kendimi.” yanıtını vermiştir.

K7, “Kendimi şanslı hissediyorum, her şey çok güzel gidiyor, şanslıyım.” demiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonra katılımcılara “DS’li çocuk sahibi bir anne olarak, kendinizi manevi açıdan nasıl hissettiğinize dair görüşleriniz nelerdir? (Sonda: Hüzünlü/ seçilmiş/ şanslı/ isyankâr vb.)” sorusu sorulmuştur. Bu kategoride 2 farklı kod çıkmıştır.

K2, “Kendimi seçilmiş hissediyorum, cennet anahtarım benim. O özel bir çocuk, ben de onun annesi olarak özelim.” cümlelerini kurmuştur.

K3, “Kendimin özel olduğunu, değerli olduğunu sizinle konuştuğça bu toplantılarda anladım. Bizler gerçekten farklı anneleriz ve çok değerliyiz. Böyle bir çocuğum olduğu için de kendimi şanslı hissediyorum.” şeklinde cevaplamıştır.

K5, “Asla hüzünlü değilim. Allah nasip edip göndermiş meleşimi bana ben onu başımın tacı yaptım son nefesime kadar. Elimden ne gelirse yaparım tüm melek çocuklar için. Ufacık da olsa bir katkı olursa ne mutlu bana. Kendimi seçilmiş hissediyorum. Yoksa böyle bir çocuğu herkese verirdi Allah niye bize verdi. Demek ki bizi mükâfatlandırıyor.” yanıtıyla seçilmiş olduğunu dile getirmiştir.

“DS’li çocuğum hayatımıza katılalı 15 yıl oldu. İlk zamanlar hüzünlüydim, isyankârlığım devam ediyordu; ama artık isyan eden değilim, bu toplantılarda sizinle ve buradaki arkadaşlarımla konuştuğça kendimi seçilmiş biri olarak görüyorum zamanla oldu bu düşünce bende.” K6 kodlu katılımcının verdiği bu yanıtla çalışmamızın ve uygulamanın beklendik yönde değişim oluşturduğu tespit edilmiştir.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde katılımcıların beklentilerimize uygun biçimde düşüncelerini ifade ettikleri ancak K1 kodlu annenin olumsuz düşüncelere de sahip olduğu görülmüştür. Bu nedenle manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın katılımcıların çoğunluğunun üzerinde etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği söylenebilir.

K1, “DS’li çocuğum benim cennet vesilem buna inanıyorum. Hep bir yanım buruk, hep bir kanadım kırık. Arkamdan kalacağı endişesi arada sırada beni korkutuyor ve üzüyor. Bebekken ve şimdi de sağlık problemlerinin olması hem sağlıkla ilgili yaşadığım sıkıntılar hem de her türlü kurumda her zaman pürüzlerin çıkması beni çok yordu en basitinden okula başlaması ve okulların kabul korkusu, her kademedede derdimizi anlatmaya çalışmak, 18 yaşına gelince vasi konusu mahkeme gibi durumlar çok yıpratıcı aileler özellikle de anneler olarak çok yıpranıyoruz, çok yoruluyoruz normal çocuk annelerine göre çok çabalıyoruz, çok mücadele ediyoruz. Bu durumlar da yıllarca sürdükçe insanın üzülmesine sebep oluyor. Ama tüm bunlara rağmen kendimi seçilmiş bir anne olarak görüyorum. Allah bana böylesi özel bir çocuk verdiyse demek ki ben de özelim diyorum. Allah herkese böyle özel çocuk vermez vardır bunda da bir hayır diyorum. Bir yanım hüzünlüken diğer yanım seçilmiş olmakla mutlu. Bence biz seçilmiş aileleriz.” yanıtını vermiştir.

### **3.3. ANNELERLE GERÇEKLEŞTİRİLEN MANEVİ İYİ OLUŞU GÜÇLENDİRMEYE YÖNELİK UYGULAMANIN KAZANIMLARI VE DEĞERLENDİRİLMESİ İLE İLGİLİ BULGULAR**

Çalışma kapsamında katılımcıların, araştırmacı tarafından gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamayı değerlendirebilmeleri amacıyla oturumların bitiminde her bir katılımcıyla yaklaşık 40 dakikalık bireysel görüşme yapılmıştır. Bu görüşmeler yarı-yapılandırılmış form ile gerçekleştirilmiştir. Açık uçlu sorular aracılığıyla katılımcıların uygulamadan kendilerine ve hayatlarına katkısına dair neler kazandıkları, uygulamanın manevi içeriğinin katılımcıların maneviyatına nasıl katkı sunduğu hakkında ne düşündükleri soruları yöneltilmiştir. Katılımcıların her bir soruya verdiği cevaplar başlıklar halinde sınıflandırılmıştır.

### 3.3.1. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamadan Katılımcıların Kazanımları

Çalışma grubu üyelerine dâhil oldukları manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulamadan kendilerine ve hayatlarına katkısına dair neler kazandıkları yönünde açık uçlu sorular yöneltilmiş ve katılımcıların ifadeleri aşağıdaki tabloda yer alan temalar ekseninde toplanmış olup bazı temalar ise birden fazla katılımcı tarafından ifade edilmiştir.

**Tablo 3.36.** Uygulamadan Kazanımlara Dair Kodlar

<b>Tema</b>	<b>f</b>
Hayata Dair Olumlu Bakış Açısı Edinebilme	7
Maneviyatın Ruh Sağlığına Olumlu Etkisini Fark Edebilme	7
Kişilerarası İlişkilerde İyileşme	5
Duyguları ve Düşünceleri Doğru İfade Edebilme	5
Manevi Çatışmaları Çözebilme	7
Maneviyat Hakkında Doğru Bilgi Edinebilme	7
Duanın Gücünün Farkında Olabilme	7
Endişelerle Baş Edebilme	6
Şükredilebilecek Unsurları Görebilme	7
Sabır Gösterebilme	7
Tevekkül Edebilme	7

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonra gerçekleştirilen değerlendirme görüşmelerinde katılımcıların birçok konuda farkındalık kazandıkları görülmektedir. Uygulamadan hayata dair olumlu bakış açısı edinen grup üyelerinin düşünceleri şu şekildedir:

K1, “Programdan sonra hayata ve geleceğe dair bakış açım da bir değişiklik oldu. Normalde karamsar biriyim ama maneviyatla birlikte öğrendim ki tevekkül etmeliyiz, gelecekle ilgili hayatla ilgili olumlu düşünmeliyiz ki çocuğumuza ve kendimize bir katkımız olsun. Olumlu düşünürsek hayatımız da olumlu ilerler.” şeklinde konu ile ilgili düşüncelerini ifade etmiştir.

K5, “Gelecekle ilgili artık kötü düşünmüyorum. Bugünü umutlu yaşamaya çalışıyorum. Her günü mutlu geçirmeye çalışıyorum. Çünkü geleceği biz de zaten göremeyiz onu sadece Allah biliyor. O yüzden ben bugünümü çocuğumla mutlu geçireyim diyorum yapmam gereken neyse günümü o şekilde organize ediyorum, kapatıp bitiriyorum. İyimserim geleceğe dair. Çünkü ben kötü düşünürsem çocuğumun geleceğine dair düşünmeye başlarım o zaman da ben bu sefer psikolojik olarak çökerim. Ben ölürsem ona ne olacak, o evlenemeyecek, üniversite okuyamayacak gibi düşünürsem ben biterim. Ben bitersem bu çocuğuma kimse bakamaz. Ayakta durmak için iyimser düşünmek zorundayım. Kötü düşüncelere izin vermiyorum. Çünkü aksi durumda psikolojim bozulacak. Allah bu emaneti vermişse bize bir yol çizecektir.” cümleleri ile geleceğe ve hayata dair iyimser düşündüğünü ifade etmiştir.

Çalışma grubu üyelerinin kazandıklarını ifade ettikleri bir diğer durum ise maneviyatın ve manevi iyi oluşun ruh sağlığına olumlu etkisidir. Bu konudaki düşünceler de katılımcılar tarafından şu şekilde ifade edilmiştir:

K2, “Normalde sinirli ve fevri biriyim, tez canlıyım bu durum da haliyle beni sinirlendiriyor. Ama öğrendiklerimle düşününce; tefekkür edip Allah’ı anınca sakinleşiyorum, rahatlıyorum yani. Mesela camide huşu içinde olur ya insan onun gibi maneviyat benim ruh halime iyi geliyor.” cümleleriyle düşüncelerini aktarmıştır.

K6, “Kimseyi kırmamaya, incitmemeye çalışıyorum manevi yaşantım vicdanımın rahat olmasını sağlıyor. Bu da beni daha huzurlu yapıyor. Daha hafif oluyorum.” ifadeleriyle manevi iyi oluşun kendisine huzurlu bir yaşam sunduğunu dile getirmiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulama ile çalışma grubu üyelerinin kazanımlarından birisi de manevi çatışmaları çözebilme olmuştur. Katılımcıların bu yöndeki ifadeleri şöyledir:

K1, “DS’li çocuğum benim cennet vesilem buna inanıyorum. Hep bir yanımda buruk, hep bir kanadım kırık. Arkamdan kalacağı endişesi arada sırada beni korkutuyor ve üzüyor olsa da tüm bunlara rağmen kendimi seçilmiş bir anne olarak görüyorum. Allah bana böylesi özel bir çocuk verdiyse demek ki ben de özelim

diyorum. Allah herkese böyle özel çocuk vermez vardır bunda da bir hayır diyorum. Bir yanım hüznümlükken diğerk yanım seçilmiş olmakla mutlu. Bence biz seçilmiş aileleriz.” sözleriyle bir annenin içinde bulunduğu duruma bakış açısının ve özel olan çocuğuna dair kabullenişinin, manevi iyi oluş ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu tespit edilmiştir.

K6, “DS’li çocuğum hayatımıza katılalı 15 yıl oldu. İlk zamanlar hüznümlüydüm, isyankârlığım devam ediyordu; ama artık isyan eden değilim, bu toplantılarda sizinle ve buradaki arkadaşarımla konuştukça kendimi seçilmiş biri olarak görüyorum zamanla oldu bu düşünce bende bu yüzden size teşekkür ediyorum.” cümleleri ile DS tanılı bir çocuğa sahip olmakla ilgili manevi çatışmalarına bir çözüm bulabildiğini aktarmıştır.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın çalışma grubu üyelerine kazandırdığı bir diğerk husus ise maneviyat hakkında doğru bilgi edinme olmuştur. Bu uygulama öncesinde yapılan görüşmelerde katılımcıların çoğunun maneviyat hakkında doğru bilgiden yoksun oldukları görülmüştür. Uygulama sonrası katılımcıların değerlendirme görüşmelerindeki bu konuya dair düşünceleri şöyledir:

K7, “Daha önceden maneviyatın ne olduğunu bilmiyordum oturumlarda öğrendim. Maneviyat Allah ile bağlantımızla ilişkiliymiş. Şimdi her dua edişimde, her Allah’ı düşünmemde maneviyat konusu da aklıma geliyor.” cümleleri ile maneviyat hakkında doğru bilgi edindiğini ifade etmiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulama ile çalışma grubu üyelerinin kazanımlarından birisi de duanın gücünü kavrayabilmek olmuştur. Katılımcıların bu yöndeki ifadeleri şöyledir:

K5, “Dua ederim. Dua içinden gelerek isteyeceksin her şeyi, bol bol isteyeceksin, çok çok isteyeceksin, çünkü Allah’ın gönlü çok geniş her şeyi fazlasıyla verecek veriyor da, o yüzden içinden ne geliyorsa dolu dolu, O’na yalvararak, O’nun merhametine sığınarak bu şekilde istiyorum. Bazen ağlayarak istiyorum. Ağlamamın sebebi ise Allah’a daha yakın hissediyorum kendimi çok çok yakın hissediyorum.”

K7, “Her zaman dua ederim. Her dua edişimde Allah benimlemiş, bana bakıyormuş gibi hissedirim. Dua ederken Allah’a yakınlaştığımı biliyorum,

hissediyorum.” ifadeleriyle dua edince duyduğu hislere dair düşüncelerini açıklamaya çalışmıştır.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonraki değerlendirme görüşmelerinde katılımcıların çoğunlukla endişelerden uzaklaşma ve tevekkül ile ilgili kazanımlara sahip oldukları görülmüştür. Bu konudaki katılımcı görüşleri şu şekildedir:

K2, “Çocuğum ben geç yaşta doğdu bu yüzden bazı zamanlar ben ölürsem arkamda kalır düşüncesi oluyor. Bu düşünceler beni karamsar yapıyor daha sonra Allah var gam yok diyorum, rahatlıyorum. Tevekkülümün arttığını düşünüyorum.” cümleleri ile ifade etmiştir.

K5, “Bizim hep yaptığımız; umut etmek, şükretmek, en başta tevekkül etmek, Allah’a sığınmak O’dan gelen en güzel emaneti kabullenip, o emanete son nefesimize kadar sahip çıkmak olmalıdır.” ifadesini kullanmıştır.

K7, “Oturumlarla birlikte daha ümitvar oldum, karamsar düşündüğüm, endişe ettiğim şeyler vardı burada toplantılara katılmak bana umut oldu, rahatladığımı hissettim.” demiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonra gerçekleştirilen değerlendirme görüşmelerinde katılımcıların şükredecek birçok nimete sahip olduklarının farkındalığı olmuştur. Ayrıca sabır konusu da yine kazanılan unsurlardan biri olmuştur. Bu konulardaki görüşler ise şöyledir:

K2, “Ben dua sayesinde ve Allah’tan ümit kesmeyerek DS’li evladına sarıldım ve mücadeleye devam edebildim. Sizin anlattıklarınızla o dönemi nasıl atlattığımı daha iyi kavradım.” cümleleri ile şükür ve duanın önemini bir kez daha anladığını ifade etmiştir.

K3, “Yaptığımız toplantılarla birlikte hayatımda şükredeceğim çok şeyin olduğunu fark ettim.” ifadesini kullanmıştır.

Çalışma grubu üyelerinin kazanımlarının maneviyat, manevi iyi oluş ve psikolojik iyi oluş açısından istenilen yönde seyrettiği gözlemlenmektedir. Katılımcıların cezalandırılmaya veya noksanlıklarının sebebi ile DS’li çocuk sahibi

olduklarına ilişkin anlam dünyalarının yerine daha olumlu bakış açıları geliştirmeye başladıkları, hayata ve geleceğe dair olumsuz düşüncelerle birlikte endişelerini yönetebilme becerisi kazandıkları, oturumlarda fark ettikleri güzelliklerin günlük hayatta devamı için de çaba sarf ettikleri görülmektedir. Uygulama aracılığıyla manevi çatışmalarını çözümleyebilme, tevekkül, sabır ve şükür gibi kavramlarla davranışlarına anlam yükleyerek yaşamı daha iyi yönetebilme fırsatı elde ettikleri gözlenmektedir.

### 3.3.2. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın İyi Gelen Yönleri

Çalışma grubu üyeleri ile oturumlar sırasında ve uygulama bitişinde yapılan görüşmelerde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın kendilerine iyi gelen yönleri ile ilgili ifadeleri aşağıdaki tabloda yer alan temalar ekseninde toplanmış olup bazı temalar ise birden fazla katılımcı tarafından ifade edilmiştir.

**Tablo 3.37.** Uygulamanın İyi Gelen Yönleri

Tema	f
Derdin Paylaşılması	7
Değer görme/ önemsenme	7
Mücadeleci Olma	6
Yalnızlık Hissinden Uzaklaşma	6
Annelerin Kendilerine Vakit Ayırdıkları İçin Mutlu Olmaları	7

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonra gerçekleştirilen değerlendirme görüşmelerinde katılımcılara uygulamanın birçok yönden faydalı olduğu görülmektedir. Grup üyelerinin uygulamanın iyi gelen yanlarına dair düşünceleri şu şekildedir:

K1 kod isimli katılımcı “Öncelikle kendim gibi annelerle birlikte olmak bana iyi geldi. Tecrübelerimizi paylaşmak, anlaşıldığını bilmek, aynı duyguları paylaştığın insanlarla dertleşmek beni rahatlattı ve ferahlattı. Nilüfer hocanın da bizim gibi aynı zorlukları yaşamış olması, aynı duyguları hissediyor olması, bizim halimizden anlıyor olması bana destek oldu, güç verdi.” ifadelerini kullanmıştır.

K2, “Bu oturumlar çok iyi oldu. Keşke ben yeni doğum yaptığımda da bu tür uygulamalar olsaydı o zaman kendimi yalnız hissetmezdim. Yeni doğum yapan annelerin kesinlikle bir uzman tarafından böyle uygulamalara ihtiyacı var. Kurum müdürümüze bu konuda teşekkür edeceğim ve oturumların devamını rica edeceğim. Bu program benim ve çocuğumun önemsendiğini ve yalnız olmadığını gösterdi.” ifadeleriyle bu tür uygulamaların ve programların destek ve önemini dile getirmiştir.

K5, “Her konuda sorulan sorularla geri dönüşlerle rahatlamış, kendimi ve çocuğumu dile getirmiş olmanın mutluluğunu yaşıyorum. Umut hayatımızı daha da renklendirip yaşama daha sıkı bağlanmamızı sağlar. Umudumuzu asla yitirmemeliyiz. Rabbim ol deyince her şey olur...” cümleleri ile manevi iyi oluşunun mücadelecisi ve azimli olmasına katkısını anlatmaya çalışmıştır.

### 3.3.3. Uygulamanın Maneviyat İçerikli Olmasına Dair Görüşler

Çalışma grubu üyelerine dâhil oldukları manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın maneviyata yönelik yaklaşımlarını nasıl etkilediği ile ilgili soru yöneltilmiştir ve katılımcıların tümünün bu programın içeriğinden ve manevi yönünden memnuniyet duydukları gözlemlenmiştir.

**Tablo 3.38.** Uygulamanın Manevi İçerikli Olmasına Yönelik Görüşler

Tema	f
Olumlu	7
Olumsuz	0

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan sonra gerçekleştirilen değerlendirme görüşmelerinde katılımcıların oturumların maneviyatlarına ve manevi iyi oluşlarına olumlu etkisinden memnuniyet duydukları görülmektedir. Grup üyelerinin uygulamanın bu yönüne dair düşünceleri şu şekildedir:

K1, “Maneviyatın hayatımızdaki önemini bu süreçte kavradım. Her insanın manevi duygularının ve maneviyatının olduğunu öğrendim. Maneviyatla birlikte bu zorlu yaşamın üstesinden gelebileceğimin farkına vardım. Daha çok dua etmeye, daha çok sevgi ve merhametle yaşamaya çabalıyorum artık.” cümleleri ile uygulamanın kendisine manevi iyi oluş açısından iyi geldiğini ifade etmiştir.

K5, “Her kulun peygamberlerin bile bu dünyada çeşitli imtihanları vardır. Biz kulların da imtihanları var ve Allah çekemeyeceğimiz yükü yüklemeyiz. Demek ki beni DS’li çocuğumun annesi olarak seçmiş bunun böyle olması gerekiyormuş. Bana düşen çocuğumu Allah’ın hediyesi olarak görüp onun için mücadele etmem.” şeklinde maneviyatın hayatındaki mücadelecisi tarafına olumlu etkisini aktarmıştır.

K6, “Oturumların kesinlikle olumlu etkisi oldu. Daha önceden böyle bir programa ihtiyacım varmış bunu fark ettim. Hoşgörünün, sabrın, tevekkülün, duanın güzelliğini ve hayatımızdaki yerini daha iyi anladım. Ayrıca DS’li çocuklara yönelik program olması çok iyi oldu. Çocuğumun mutlu olması beni de mutlu etti. Devamı olsa yine katılmak isterim.” cümleleri ile uygulamanın hem maneviyat içerikli olması hem de aynı zamanda DS’li bireylerle de gerçekleştirilmesi katılımcıların memnuniyetle ayrılmasına vesile olduğu tespit edilmiştir.

### **3.4. DOWN SENDROMU TANILI BİREYLERLE İLGİLİ BULGULAR**

Çalışmamızda, DS tanılı bireylerle manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulama öncesinde, uygulama sonrasında ve izleme görüşmelerinde tam yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Görüşmeler yaklaşık 25 dakika ile 30 dakika arasında sürmüştür. DS’li bireyler ile yapılan görüşmelerde anneleri de çocuklarına eşlik etmiştir. Görüşme formu 31 sorudan oluşmuştur, katılımcıların özel durumlarından dolayı her soru için “Evet”, “Hayır”, “Kararsızım” seçenekleri sunulmuştur. 14 ile 18 yaş aralığında 4 tanesi kız, 2 tanesi erkek olmak üzere 6 tane DS tanılı birey ile görüşmeler sağlanmıştır. Görüşmeler sonucunda elde edilen veriler, tablo halinde analiz edilmiştir. Tabloda cümlelere, DS’li bireyler tarafından verilen seçenekler, hangi katılımcının hangi seçeneğe cevap verdiği, kaç katılımcının cevap verdiğiğine ilişkin bilgiler verilmiştir. Tablolar oluşturulurken görüşme formundaki ifadeler, manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın temalarına uygun biçimde şekillendirilmiştir. Bu temalar; sevgi (sevmek, sevilme, değer vermek ve değerli hissetmek) teması, sabır ve öfke yönetimi teması, sosyal farkındalık ve bütünleşme bağlamında dini değerlere saygı teması, dua ve şükür teması, merhamet ve şefkat teması, iyilik, paylaşma ve yardımlaşma teması olarak düzenlenmiştir. Bu bölümde DS’li bireylere uygulanan görüşme formundaki ifadeler söz konusu temalara uygun başlıklar altında analiz edilmiştir.

### 3.4.1. Sevgi Temasına İlişkin Bulgular

DS’li bireylere uygulanmak üzere görüşme formu hazırlanırken ilk 11 ifade; sevmek, sevilme, değer vermek ve değerli olduğunu hissetmek unsurlarına uygun biçimde sevgi teması başlığı altında hazırlanmıştır. Katılımcılar ile yapılan görüşmelerde kullanılan ifadeler iki başlık altında toplanmıştır. Başlıklardan ilki; “Sevildiğini, Değerli Olduğunu Hissetme ve Bunun Farkında Olma” başlığıdır diğeri ise “Sevme Hissini Yaşayabilme, Bu Duyguyu Karşıdakine Hissettirebilme ve İfade Edebilme” başlığıdır. Bu temada yakından uzağa ilişkilendirmesi kurulmuştur ve nihayetinde Allah sevgisi ve Allah’ın kullarını sevmesi sonucuna ulaşılmaya çalışılmıştır.

#### 3.4.1.1. Sevildiğini, Değerli Olduğunu Hissetme ve Bunun Farkında Olma

“Toplumsal bir varlık olan insan; sevilme, beğenilmek, takdir edilmek ve onaylanmak gibi olumlu geribildirimler içeren duygularla örüntülenmiş bir sosyal çevrede yaşamak ister.” (Çapcıoğlu, 2021: 21). Sağlıklı gelişim gösteren birey ile özel gereksinimli olan DS’li bireyler arasında kendini değerli hissetme ihtiyacı anlamında bir fark yoktur. Her insan bu dünyadaki varlığını; kendini değerli, özel ve başkaları tarafından seviliyor olarak anlamlandırmak ister. Bireyin bu anlamlandırmasının nihayetinde ise Allah tarafından sevilme ve bunu hissetmek amacı vardır. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama öncesinde, uygulama sonrasında ve uygulama bittikten 3 ay sonrasında gerçekleştirilen izleme görüşmelerinde DS tanılı katılımcılardan “Annem ve babam beni sever.” cümlesi ile ilgili görüş alınmıştır. Verilen yanıtlar doğrultusunda ortaya çıkan bulgularla Tablo 3.39. oluşmuştur.

**Tablo 3.39.** DS’li Bireylerin “Annem ve babam beni sever.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

DS’li bireylere uygulanmak üzere hazırlanmış tam yapılandırılmış görüşme formunda ilk cümle “Annem ve babam beni sever.” şeklinde olmuştur. Psikolojik iyi oluşun ve manevi yaşamın temel unsurlarından olan sevgi ve sevgiyi ifade edebilme yetisi üzerinde durulmuştur. DS’li bireylerin sevdiğini, sevildiğini hissetme ve bunu ifade edebilme yeteneği çalışmanın ana unsurlarındandır. Tablodan da anlaşılacağı üzere tüm DS’li katılımcılar kendilerinin sevildiğini ve bunun farkında olduklarını ifade etmişlerdir.

Uygulama öncesinde olduğu gibi uygulama sonrasında da tüm DS’li bireyler ebeveynleri tarafından sevildiklerini hissettiklerini ve bu duyulan hissin farkında olduklarını “evet” cevabı ile ifade etmişlerdir.

“Annem ve babam beni sever çünkü ben onların melek kızıyım. Bana hiç kızmazlar, benim üzülmemi istemezler. Ben hastalanınca onlar çok üzülür.” Çalışma grubu üyelerinden DS1’in bu cümlelerinden de anlaşılacağı üzere birey, özel gereksinimli de olsa sevildiğini kendisine seni seviyorum cümlesi kurulmadan da çevresindeki insanların tutum ve davranışlarından anlayabilmektedir.

İzlemeye yönelik yapılan görüşme aracılığıyla DS tanılı katılımcıların aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır.

DS tanıli bireylerle gerçekleştirilen görüşmelerdeki 2. ifade ise “Arkadaşlarım beni sever.” cümlesidir. Katılımcıların bu ifade ile ilgili görüşleri doğrultusundaki bulgularla Tablo 3.40. oluşmuştur.

**Tablo 3.40.** DS’li Bireylerin “Arkadaşlarım beni sever.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesinde katılımcılardan 5 tanesi “Arkadaşlarım beni sever.” ifadesine “evet” cevabı verirken 1 tane katılımcı “kararsızım” cevabı vermiştir. Uygulama sonrasında katılımcı DS’li bireylerden tamamının “Arkadaşlarım beni sever.” ifadesine “evet” cevabı vermiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulama sonrasında edinilen kazanımlar sayesinde DS4, uygulama öncesi “kararsızım” cevabı verirken, uygulama sonrası “evet” cevabı vermiştir.

DS3, “Biz okulda arkadaşlarımla oyun oynuyoruz. Bazen benim boyalarım olmuyor arkadaşımdan istediğim zaman bana boyalarımı veriyor. Çünkü beni seviyor.” cevabı ile arkadaş sevgisi hakkındaki görüşlerini ifade etmiştir. DS3’ün bu ifadelerinden de anlaşılacağı üzere kişi, sevildiğini birçok yolla anlayabilir. Özellikle DS tanıli bireyler somut davranışlar ve gözlemler ile sevildiğini rahatlıkla anlayabilmektedir.

İzleme görüşmelerinde katılımcıların aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulama etkinliğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

Sevgi teması içeriğinde bir diğer ifade ise “Öğretmenlerim beni sever.” cümlesidir. Katılımcıların verdiği yanıtlarla Tablo 3.41. oluşmuştur.

**Tablo 3.41.** DS’li Bireylerin “Öğretmenlerim beni sever.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi, sonrası ve izlemeye yönelik yapılan görüşmelerde; katılımcıların tümü “Öğretmenlerim beni sever.” cümlesine “evet” cevabı vermiştir.

Sevgi temasında Allah sevgisinin farkındalığını kazandırabilmek maksadıyla “Allah beni sever.” cümlesi ile ilgili katılımcılardan değerlendirmeler alınmıştır. Verilen görüşler neticesindeki bulgular, Tablo 3.42.’de sunulmuştur.

**Tablo 3.42.** DS’li Bireylerin “Allah beni sever.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5	% 66,66	4
	Hayır	DS4, DS6	% 33,33	2
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1

Uygulama öncesi DS'li bireylerin 4 tanesi “Allah beni sever.” cümlesine “evet” cevabı verirken 2 tanesi “hayır” cevabı vermiştir. DS4 ve DS6 isimli katılımcıların anneleri çocuklarının Allah ile ilgili çok fazla bilgiye sahip olmadıklarını, yaratıcı hakkında evde konuşulmadığını ve genellikle dini/manevi konular hakkında çocuklarına bilgi veremediklerini dile getirmişlerdir.

Uygulama sonrası DS'li bireylerin 5 tanesi “Allah beni sever.” cümlesine “evet” cevabı verirken 1 tanesi “kararsızım” cevabı vermiştir. DS'li bireyler ile gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama bu başlıkta etkisini göstermiştir.

İzleme görüşmelerinde DS tanılı katılımcıların aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

Sevgi teması bağlamında hediyeleşmenin bir sevgi ifadesi biçimi olduğu bilincine varılması amacıyla “Birisi bana hediye verince mutlu olurum.” cümlesine yer verilmiştir. Katılımcıların yanıtlarıyla Tablo 3.43. oluşmuştur.

**Tablo 3.43.** DS'li Bireylerin “Birisi bana hediye verince mutlu olurum.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi, uygulama sonrası ve izleme görüşmelerinde DS'li bireylere yöneltilen “Birisi bana hediye verince mutlu olurum.” cümlesine katılımcıların tümü “evet” cevabı vermiştir.

### 3.4.1.2. Sevme Hissini Yaşayabilme, Bu Duyguyu Karşıdakine Hissettirebilme ve İfade Edebilme

Sevilmek bir birey için ne denli önemliyse sevmek de aynı şekilde çok önemlidir. Toplumda özellikle DS tanılı bireyler sevgilerini gösteren, kucaklayan, sempatik tavırlara sahip insanlar olarak bilinirler. Oysaki bu kanı yanlıştır çünkü onlar her ne kadar farklı gelişim gösterebilirler de normal gelişim gösteren bireyler gibi sinirlenebilirler, kızabilirler, herkese sevgi göstermezler. Yani DS tanılı bireyler de tüm insani duyguları taşırlar ve ifade etmeye çalışırlar. Özetle araştırmamızda bu bölümde DS tanılı katılımcıların sevgilerini kimlere ne şekilde gösterdiklerine dair bulgular elde edilmeye çalışılmıştır. “Anneme-babama onları sevdiğimi söylerim.” cümlesine verilen yanıtlar sonucunda ortaya çıkan bulgular Tablo 3.44.’te verilmiştir.

**Tablo 3.44.** DS’li Bireylerin “Anneme- babama onları sevdiğimi söylerim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesinde, uygulama sonrasında ve izleme görüşmelerinde DS’li bireylere yöneltilen “Anneme-babama onları sevdiğimi söylerim.” cümlesine tüm özel gereksinimli grup üyeleri “evet” cevabı vermiştir. Anne ve babadan örnekleme ile başlanmasının sebebi ise yakından uzağa doğru ilişkilendirmedi. Çalışmanın ilerleyen bölümlerinde arkadaş, okul ve öğretmenlerden de örnekleme ile sevgi duygusunun ne şekilde ifade edildiği anlaşılmasına çalışılmıştır.

DS2, “Ben anneme sarılıyorum, babam işten gelince ona da sarılıyorum. Onları çok seviyorum.” cümleleriyle sevgisini nasıl ifade ettiğini söylemiştir.

DS6, “Babam işten gelince ‘Aslan babam, canım babam’ diyorum. Anneme de ‘Canım annem, benim annem’ diyorum.” şeklinde yanıt vermiştir.

Sevgiyi ifade etme konusunda sağlıklı veriler elde etmek amacıyla katılımcılardan “Çok sevdiğim arkadaşşıma, sevdiğimi söylerim.” cümlesi ile ilgili görüşler alınmıştır. Verilen yanıtlarla Tablo 3.45. oluşmuştur.

**Tablo 3.45.** DS’li Bireylerin “Çok sevdiğim arkadaşşıma, sevdiğimi söylerim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	DS4	% 16,66	1
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1

Uygulama öncesi “Çok sevdiğim arkadaşşıma, sevdiğimi söylerim.” cümlesine 5 katılımcı “evet” cevabı verirken 1 katılımcı “hayır” cevabı vermiştir. DS4 isimli katılımcının annesine neden bu şekilde cevap verdiği sorulmuştur. Alınan yanıt ise şöyledir:

“Çocuğumuz artık büyüme çağında, biz de evde şöyle tembihledik; ‘Sadece anne ve baba sevilir, öpülür, onlarla kucaklaşırız. Dışarıda bulunan kimselerle kucaklaşmayız.’ Çocuğumuzun mahremiyet bilinci oluşsun diye ona bu şekilde öğrettik.” demiştir.

Uygulama sonrası “Çok sevdiğim arkadaşşıma, sevdiğimi söylerim.” cümlesine 5 katılımcı “evet” cevabı verirken 1 katılımcı “kararsızım” cevabı vermiştir.

İzlemeye yönelik görüşmeler aracılığıyla DS tanılı katılımcıların aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır.

Bu bölümde çevresindeki insanların kendisine gösterdiği sevginin farkına varabilme aynı şekilde sevgisini ifade edebilme böylece sevildiğinin bilincinde olup daha anlamlı ve destekleyici bir yaşam fırsatı elde edebilme amacıyla katılımcılara “Öğretmenlerimi severim.” cümlesine dair görüşler sorulmuştur. Katılımcıların yanıtları doğrultusundaki bulgular, Tablo 3.46.’da verilmiştir.

**Tablo 3.46.** DS’li Bireylerin “Öğretmenlerimi severim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi, uygulama sonrası ve izlemeye yönelik görüşmeler aracılığıyla DS’li bireylerin tümü “Öğretmenlerimi severim.” cümlesine “evet” cevabı vermişlerdir.

Özel gereksinimli bireyler olan DS tanılı katılımcılar için okul sosyalleşme, akranlarla birlikte vakit geçirme vb. yönden oldukça önemli bir yere sahiptir. Bu bağlamda çalışmanın bu bölümünde “Okulumu severim.” cümlesi ile sevgi konusunu daha iyi anlatabilmek amacıyla yakından uzağa ilişkisi kurmaya çalışılmıştır. Katılımcıların yanıtlarıyla ortaya çıkan bulgular ile Tablo 3.47. oluşmuştur.

**Tablo 3.47.** DS’li bireylerin “Okulumu severim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	<b>Seçenekler</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS3, DS5, DS6	% 66,66	4
	Hayır	DS2, DS4	% 33,33	2
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	DS4	% 16,66	1
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi DS’li bireylere yöneltilen “Okulumu severim.” cümlesine 4 tane katılımcı “evet” cevabı verirken, 2 katılımcı “hayır” cevabı vermiştir.

Uygulama sonrası DS’li bireylere yöneltilen “Okulumu severim.” cümlesine katılımcıların tümü “evet” cevabı vermiştir. Uygulama öncesi “Hayır” cevabını veren bireyler erkek katılımcılardır. Uygulama sonrası durumun değişimi ile ilgili anneler şunu ifade etmişlerdir:

“Okulda ders olduğu için genelde severek gelmez ama bu programa severek geliyor hocam.” söylemiştir. (DS2 kodlu katılımcının annesi)

İzlemeye yönelik yapılan görüşme aracılığıyla DS tanılı katılımcıların çoğunun aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında kısmen devam ettiği görülmüştür.

Sevgi teması kapsamında nihai hedef olan Allah sevgisi hususunda farkındalık oluşturmak maksadıyla katılımcılardan “Ben Allah’ı severim.” cümlesine dair görüşler alınmıştır. Gelen yanıtlar doğrultusunda Tablo 3.48. oluşmuştur.

**Tablo 3.48.** DS’li Bireylerin “Ben Allah’ı severim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	<b>Seçenekler</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5	% 66,66	4
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4, DS6	% 33,33	2
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	DS4	% 16,66	1
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi DS’li bireylere yöneltilen “Ben Allah’ı severim.” cümlesine 4 tane katılımcı “evet” cevabı vermiştir, 2 tane katılımcı ise “kararsızım” cevabı vermiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulama sonrası DS’li bireylere yöneltilen “Ben Allah’ı severim.” cümlesine katılımcılardan 5 tanesi “evet” cevabı verirken 1 katılımcı “kararsızım” cevabı vermiştir. Bu durumda yapılan uygulamanın etkili olduğu görülmüştür.

İzlemeye yönelik yapılan görüşme aracılığıyla DS tanılı katılımcıların çoğunun aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulama etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

Hediyeleşmek sevgi ifadelerinden birisidir. Bir başkasının mutluluğu diğerinin de mutluluk sebebidir. Bu bağlamda katılımcılardan “Birisine hediye verdiğim zaman mutlu olurum.” cümlesine dair görüşler alınmaya çalışılmıştır. Gelen yanıtlar neticesindeki bulgular, Tablo 3.49.’da sunulmuştur.

**Tablo 3.49.** DS’li Bireylerin “Birisine hediye verdiğim zaman mutlu olurum.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	DS4	% 16,66	1
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi katılımcılardan 5 tanesi “Birisine hediye verdiğim zaman mutlu olurum.” cümlesine “evet” cevabı vermiştir. Grup üyelerinden 1 tanesi “hayır” cevabı vermiştir. Katılımcı DS4’ün annesine araştırmacı tarafından bu durumun nedeni sorulduğunda ise şöyle yanıt verilmiştir:

“Çocuğum biraz kıskanç evdeki eşyalarını da kardeşleri ile paylaşmakta sıkıntı yaşıyor. Bu yüzden bir şey verdiğinde mutsuz oluyor vermek istemiyor.”

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sonrasında tüm katılımcılar hediye verince mutlu olduklarını “evet” cevabı ile ifade etmişlerdir.

İzleme görüşmesinde katılımcıların tümünün aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

### 3.4.2. Sabır ve Öfke Yönetimi Temasına İlişkin Bulgular

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama kapsamında sabır ve öfke yönetimi konuları üzerinde durulmuştur. DS’li bireyler devamlı mutluluk saçan, neşeli olan kimseler değildir, bilinenin aksine normal gelişim gösteren bireyler gibi DS tanılı bireyler de sinirlenebilirler, kızabilirler, öfkelenebilirler hatta öfkelerini muhataplarına gösterebilirler. Bu sebeple sabır ve öfke yönetimi teması işlenmiştir ve

bu başlık altında nahoş sözcüklerden kaçınma ve nezaket içeren ifadeleri kullanabilme becerisini kazanma hedeflenmiştir.

DS’li bireyler ile yapılan görüşmelerde 4 farklı cümle ile uygulama öncesi, uygulama sonrası ve izlemeye yönelik görüşmelerde katılımcıların bu konu hakkındaki görüşleri anlaşılmalı çalışılmıştır. Her bir ifade tablo şeklinde çalışmada yer almıştır.

### 3.4.2.1. Öfke Anında Sabırlı Olabilme Yetisi

Çalışmanın bu bölümünde DS’li bireylerin öfkelenedikleri anlarda sabırlı olmayı öğrenebilme becerilerine katkıda bulunmak hedeflenmiştir. Kızgın olup sinirlendikleri zamanlarda öfkelerine yenilip de uygun olmayan sözcükler kullanıp kullanmadıkları “Evde sinirlendiğim zaman anne ve babama kötü söz söylerim.” cümlesi ile anlaşılmalı çalışılmıştır. Gelen yanıtlarla Tablo 3.50. oluşmuştur.

**Tablo 3.50.** DS’li Bireylerin “Evde sinirlendiğim zaman anne ve babama kötü söz söylerim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS2, DS4	% 33,33	2
	Hayır	DS1, DS3, DS5, DS6	% 66,66	4
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	-	-	-
	Hayır	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1
<b>İZLEME</b>	Evet	-	-	-
	Hayır	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1

Uygulama öncesinde “Evde sinirlendiğim zaman anne ve babama kötü söz söylerim.” cümlesine çalışma grubu üyelerinden 2 tanesi “evet” cevabı verirken, 4 tanesi “hayır” cevabı vermiştir. Tabloya bakıldığında erkek olan katılımcıların sabır ve öfke yönetimi konusunda beceri kazanmaya ihtiyacı olduğu görülmüştür.

Uygulama sonrasında “Evde sinirlendiğim zaman anne ve babama kötü söz söylerim.” cümlesine çalışma grubu üyelerinden 1 tanesi “kararsızım” cevabı

verirken, 5 tanesi “hayır” cevabı vermiştir. Çalışmamızda gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkili olduğu tespit edilmiştir.

İzleme görüşmesinde katılımcıların çoğunun aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

Sabır ve öfke yönetimi teması kapsamında daha sağlıklı veriler elde edebilmek amacıyla “Arkadaşıma kızarsam ona kötü söz söylerim.” cümlesi ile ilgili görüşler alınmıştır. Katılımcıların yanıtlarıyla Tablo 3.51. oluşmuştur.

**Tablo 3.51.** DS’li Bireylerin “Arkadaşıma kızarsam ona kötü söz söylerim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS2, DS3, DS4, DS6	% 66,66	4
	Hayır	DS1, DS5	% 33,33	2
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS4	% 16,66	1
	Hayır	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS4	% 16,66	1
	Hayır	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi DS’li bireylerin neredeyse tümü “Arkadaşıma kızarsam ona kötü söz söylerim.” cümlesine “evet” yanıtı vermiştir. Sadece 2 katılımcı “hayır” cevabı vermiştir.

Uygulama sonrası DS’li bireylerin neredeyse tümü “Arkadaşıma kızarsam ona kötü söz söylerim.” cümlesine “hayır” yanıtı vermiştir. Sadece 1 katılımcı “evet” cevabı vermiştir. Tabloda yer alan veriler ışığında çalışmamızda gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkili olduğu tespit edilmiştir.

İzleme görüşmelerinde katılımcıların çoğunun aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

### 3.4.2.2. Nezaket İçeren İfadeler Kullanabilme Becerisi

Çalışmanın bu bölümünde DS’li bireylerin nezaket sözcüklerini kullanabilme becerileri üzerinde durulmuştur. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama öncesi, sonrası ve izleme süreçlerinde gerçekleştirilen uygulamanın söz konusu beceriye ne düzeyde etkili olduğu anlaşılmaya çalışılmıştır. Katılımcıların “Birisinden bir şey isteyeceğim zaman lütfen kelimesini kullanırım.” cümlesine verdikleri yanıtlar doğrultusunda Tablo 3.52. oluşmuştur.

**Tablo 3.52.** DS’li Bireylerin “Birisinden bir şey isteyeceğim zaman lütfen kelimesini kullanırım.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS3, DS5	% 50	3
	Hayır	DS2, DS4, DS6	% 50	3
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	DS4	% 16,66	1
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesinde katılımcılar yarı yarıya farklı yönde cevap vermişlerdir. Grup üyelerinden 3 tanesi “Birisinden bir şey isteyeceğim zaman lütfen kelimesini kullanırım.” ifadesine, “evet” cevabı verirken 3 tanesi ise “hayır” cevabı vermiştir.

Uygulama sonrasında katılımcıların tümü “Birisinden bir şey isteyeceğim zaman lütfen kelimesini kullanırım.” cümlesine, “evet” yanıtını vermiştir. Bu durum manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın çalışmamız açısından beklendik yönde etki ettiğini göstermiştir.

DS2, “Ben annemden pasta isterken lütfen diyorum annem de pastayı yapıyor. Parka gitmek istediğimde de lütfen diyorum.” demiştir.

İzleme görüşmelerinde katılımcıların çoğunun aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece uygulamanın etkililiğinin 3 ay

sonrasında çoğunlukla devam ettiği görülmüştür. “Abimden cips almasını istediğimde lütfen diyorum, abim de bana istediğimi alıyor. Arkadaşımdan kalemimi isterken de lütfen derim o da mutlu olur bana kalemimi verir.” DS3’ün ifadeleriyle hedeflenen becerileri kazandığı anlaşılmıştır.

Sabır ve öfke yönetimi teması kapsamında bir başkasını üzmenin de sabırla ilgili bir durum olduğunu sağlıklı olarak aktarabilmek ve doğru veriler elde edebilmek adına “Birisini üzersem eğer, ondan özür dilerim.” cümlesi ile ilgili katılımcılardan alınan yanıtlarla Tablo 3.53. oluşmuştur.

**Tablo 3.53.** DS’li Bireylerin “Birisini üzersem eğer, ondan özür dilerim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	<b>Seçenekler</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS3, DS5	% 50	3
	Hayır	DS2, DS4, DS6	% 50	3
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	DS4	% 16,66	1
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi DS’li bireylerin “Birisini üzersem eğer, ondan özür dilerim.” ifadesine verdikleri cevaplar yarı yarıya farklılık göstermektedir. Katılımcılardan 3 tanesi “evet” cevabı, 3 tanesi ise “hayır” yanıtını vermiştir.

Uygulama sonrasında katılımcılardan 5 tanesi “Birisini üzersem eğer, ondan özür dilerim.” ifadesine, “evet” cevabı vermiştir. Sadece 1 tanesi “kararsızım” yanıtını vermiştir. Bu durum manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın çalışmamız açısından beklendik yönde etki ettiğini göstermiştir.

İzlemeye yönelik görüşmelerde katılımcıların çoğunun aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında devam ettiği görülmüştür.

### 3.4.3. Dini/ Manevi Değerlere Saygı Temasına İlişkin Bulgular

Çalışmanın bu bölümünde toplumsal farkındalık ve sosyal bütünleşme kapsamında içinde bulunduğumuz toplumun dini ve milli değerlerine saygı duyma bu bağlamda topluma uyum sağlama ve sosyal yaşamın bir parçası olabilme becerileri üzerinde durulmuştur. DS’li bireyler ile yapılan görüşme formunda 9 tane cümle üzerinden katılımcıların tutum, düşünce ve davranışları anlaşılmaya çalışılmıştır. Müslüman Türk toplumunun birçok manevi değerinin olması sebebiyle günlük yaşamda en çok karşılaşılan üç manevi değer belirlenmiştir. Cami, ezan ve Kur’an-ı Kerim değerleri üzerinde çalışılmıştır.

Dini/manevi değerlere saygı kapsamında katılımcılar açısından günlük yaşamda deneyimlenebilecek pratikler üzerinden bilinçlendirme yapılmaya çalışılmıştır. “Camiye girerken ayakkabılarımı çıkarırım.” cümlesine verilen yanıtlarla Tablo 3.54. oluşmuştur.

**Tablo 3.54.** DS’li Bireylerin “Camiye girerken ayakkabılarımı çıkarırım.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3	% 50	3
	Hayır	DS4, DS5, DS6	% 50	3
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	DS4	% 16,66	1
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi katılımcılara yöneltilen “Camiye girerken ayakkabılarımı çıkarırım.” ifadesine 3 grup üyesi “evet” cevabı, 3 grup üyesi ise “hayır” cevabı vermiştir. Katılımcıların annelerine bu yanıtların sebebi sorulmuştur, annelerin cevabı ise genel anlamda şöyle olmuştur:

“Hocam ben çocuğum ile camiye gidemiyorum. Bu yüzden çocuğum camiye giriş adabını bilmez, camiye ezan okunan yer olarak bilir. Bu konuda eksiklik bizde çocuğumla camiye gitmemiz gerekirdi aslında. Ama orada ne yapacağını, nasıl yapacağını bilemediğim için gitmedik hiç.”

Uygulama sonrası katılımcılara yöneltilen “Camiye girerken ayakkabılarımı çıkarırım.” ifadesine hepsi “evet” cevabı vermiştir. Katılımcılarla gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkisi bu bölümde de görülmektedir. Uygulama öncesi yarı yarıya farklılık gösteren cevaplar, uygulama sonrasında olumlu anlamda değişiklik göstermiştir.

İzlemeye yönelik yapılan görüşmelerde katılımcıların çoğunun aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında çoğunlukla devam ettiği görülmüştür.

Dini/ manevi değerlere saygı kapsamında katılımcılar tarafından “İnsanların camide namaz kıldığını bilirim.” cümlesine verilen yanıtlarla Tablo 3.55. oluşmuştur.

**Tablo 3.55.** DS’li bireylerin “İnsanların camide namaz kıldığını bilirim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3	% 50	3
	Hayır	DS4, DS5, DS6	% 50	3
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	DS4	% 16,66	1
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi DS’li bireylerin “İnsanların camide namaz kıldığını bilirim.” cümlesine 3 tanesi “evet”, 3 tane katılımcı ise “hayır” cevabı vermiştir.

Uygulama sonrası “İnsanların camide namaz kıldığını bilirim.” ifadesine katılımcılardan 5 tanesi “evet”, 1 tanesi ise “hayır” cevabını vermiştir. Katılımcılarla

gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın olumlu etkisi görülmektedir. Uygulama öncesi yarı yarıya farklılık gösteren cevaplar, uygulama sonrasında olumlu anlamda değişiklik göstermiştir.

İzleme görüşmelerinde katılımcıların çoğunun aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece uygulamanın etkililiğinin 3 ay sonrasında çoğunlukla devam ettiği görülmüştür.

Dini/manevi değerlere saygı kapsamında katılımcılar tarafından “Camide başkaları namaz kılarken/dua ederken sessizce dururum.” cümlesine verilen yanıtlarla Tablo 3.56. oluşmuştur.

**Tablo 3.56.** DS’li Bireylerin “Camide başkaları namaz kılarken/dua ederken sessizce dururum.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3	% 50	3
	Hayır	DS4	% 16,66	1
	Kararsızım	DS5, DS6	% 33,33	2
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1

Uygulama öncesi DS’li bireylere yöneltilen “Camide başkaları namaz kılarken/dua ederken sessizce dururum.” cümlesine 3 tanesi “evet”, 1 tane katılımcı “hayır”, 2 grup üyesi de “kararsızım” cevabı vermiştir.

Uygulama sonrası DS’li bireylere yöneltilen “Camide başkaları namaz kılarken/dua ederken sessizce dururum.” cümlesine 5 tane katılımcı “evet”, 1 tane grup üyesi de “kararsızım” cevabı vermiştir. Bulgular doğrultusunda çalışmamız açısından gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın beklendik yönde olumlu etki ettiği tespit edilmiştir.

İzleme görüşmelerinde katılımcıların çoğunun aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece uygulamanın etkisinin 3 ay sonrasında çoğunlukla devam ettiği görülmüştür.

Dini/manevi değerlere saygı kapsamında katılımcılar tarafından “Ezan sesini duyduğum zaman müziğin sesini kısarım.” cümlesine verilen yanıtlarla Tablo 3.57. oluşmuştur.

**Tablo 3.57.** DS’li Bireylerin “Ezan sesini duyduğum zaman müziğin sesini kısarım.”  
Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3	% 50	3
	Hayır	DS5, DS6	% 33,33	2
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi “Ezan sesini duyduğum zaman müziğin sesini kısarım.” cümlesine DS’li bireylerden 3 tanesi “evet”, 2 grup üyesi “hayır” cevabı verirken 1 katılımcı da “kararsızım” yanıtını vermiştir.

Uygulama sonrası “Ezan sesini duyduğum zaman müziğin sesini kısarım.” cümlesine DS’li bireylerin tümü “evet” cevabı vermiştir. Bulgular doğrultusunda, gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın çalışmamız açısından beklendik yönde olumlu etki ettiği tespit edilmiştir.

İzleme görüşmelerinde katılımcıların çoğunun aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece uygulamanın etkisinin 3 ay sonrasında çoğunlukla devam ettiği görülmüştür.

Dini/manevi değerlere saygı kapsamında katılımcılar tarafından “Ezan okununca namaz kılınır.” cümlesine verilen yanıtlarla Tablo 3.58. oluşmuştur.

**Tablo 3.58.** DS’li Bireylerin “Ezan okununca namaz kılınır.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	<b>Seçenekler</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesinde “Ezan okununca namaz kılınır.” cümlesine %83’lük dilim ile 5 grup üyesi “evet”, 1 katılımcı “kararsızım” cevabı vermiştir.

Uygulama sonrası ve izleme görüşmelerinde “Ezan okununca namaz kılınır.” cümlesine katılımcıların tamamı “evet” demiştir. Böylece gerçekleştirilen uygulamanın çalışmamız açısından beklendik yönde etki ettiği tespit edilmiştir.

Dini/manevi değerlere saygı kapsamında katılımcılar tarafından “Ezan camiden okunur.” cümlesine verilen yanıtlarla Tablo 3.59. oluşmuştur.

**Tablo 3.59.** DS’li Bireylerin “Ezan camiden okunur.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	<b>Seçenekler</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi, uygulama sonrası ve izlemeye yönelik yapılan görüşmelerde “Ezan camiden okunur.” cümlesine tüm katılımcılar “evet” cevabı vermiştir.

Dini/manevi değerlere saygı kapsamında katılımcılar tarafından “Kur’an-ı Kerim’i görünce tanırım.” cümlesine verilen yanıtlarla Tablo 3.60. oluşmuştur.

**Tablo 3.60.** DS’li Bireylerin “Kur’an-ı Kerim’i görünce tanırım.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	<b>Seçenekler</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3	% 50	3
	Hayır	DS4, DS5, DS6	% 50	3
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	DS4	% 16,66	1
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	DS4	% 16,66	1
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi “Kur’an-ı Kerim’i görünce tanırım.” cümlesine katılımcıların 3 tanesi “evet”, 3 tanesi ise “hayır” cevabı vermiştir.

Uygulama sonrasında “Kur’an-ı Kerim’i görünce tanırım.” cümlesine katılımcıların 5 tanesi “evet”, 1 tanesi ise “hayır” cevabı vermiştir. Bulgular doğrultusunda, gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın çalışmamız açısından beklendik yönde olumlu etki ettiği tespit edilmiştir.

İzleme görüşmelerinde katılımcıların çoğunun uygulama sonrası ile aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece uygulamanın etkisinin 3 ay sonrasında çoğunlukla devam ettiği görülmüştür.

Dini/manevi değerlere saygı kapsamında katılımcılar tarafından “Kur’an-ı Kerim okunurken müziğin sesini açmam.” cümlesine verilen yanıtlarla Tablo 3.61. oluşmuştur.

**Tablo 3.61.** DS’li Bireylerin “Kur’an-ı Kerim okunurken müziğin sesini açmam.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS3	% 33,33	2
	Hayır	DS6	% 16,66	1
	Kararsızım	DS2, DS4, DS5	% 50	3
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5	% 66,66	4
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4, DS6	% 33,33	2
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS3, DS5	% 50	3
	Hayır	DS2, DS4, DS6	% 50	3
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi “Kur’an-ı Kerim okunurken müziğin sesini açmam.” cümlesine katılımcıların 2 tanesi “evet” diyerek müziğin sesini açmayacaklarını belirtmişlerdir. Katılımcılardan 1 tanesi “hayır” yanıtı ile müziğin sesini açacağını ifade etmiştir. Grup üyelerinden 2 tanesi ise “kararsızım” cevabı ile nasıl davranacaklarını bilemedikleri yönünde bir tutum göstermişlerdir.

Uygulama sonrası “Kur’an-ı Kerim okunurken müziğin sesini açmam.” cümlesine katılımcıların 4 tanesi “evet” diyerek müziğin sesini açmayacaklarını belirtmişlerdir. Grup üyelerinden 2 tanesi ise “kararsızım” cevabı ile nasıl davranacaklarını bilemedikleri yönünde bir tutum göstermişlerdir.

İzlemeye yönelik yapılan görüşme aracılığıyla katılımcıların çoğunun uygulama sonrası ile aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkisinin 3 ay sonrasında kısmen devam ettiği görülmüştür.

Dini/manevi değerlere saygı kapsamında katılımcılar tarafından “Kur’an-ı Kerim okunurken onu sessizce dinlerim.” cümlesine verilen yanıtlarla Tablo 3.62. oluşmuştur.

**Tablo 3.62.** DS’li Bireylerin “Kur’an-ı Kerim okunurken onu sessizce dinlerim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS3	% 33,33	2
	Hayır	DS6	% 16,66	1
	Kararsızım	DS2, DS4, DS5	% 50	3
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5	% 66,66	4
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4, DS6	% 33,33	2
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5	% 66,66	4
	Hayır	DS4, DS6	% 33,33	2
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi “Kur’an-ı Kerim okunurken onu sessizce dinlerim.” cümlesine katılımcıların 2 tanesi “evet” cevabı vermiştir. Katılımcılardan 1 tanesi “hayır” yanıtı vermiştir. Grup üyelerinden 3 tanesi ise “kararsızım” demiştir.

Uygulama sonrası “Kur’an-ı Kerim okunurken onu sessizce dinlerim.” cümlesine katılımcıların 4 tanesi “evet” cevabı vermiştir. Katılımcılardan 2 tanesi ise “kararsızım” yanıtı vermiştir.

İzleme görüşmelerinde katılımcıların çoğunun uygulama sonrası ile aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece uygulamanın etkisinin 3 ay sonrasında çoğunlukla devam ettiği görülmüştür.

#### **3.4.4. Dua ve Şükür Temasına İlişkin Bulgular**

Çalışmanın bu bölümünde manevi yaşamın ve manevi iyi oluşun olmazsa olmazları dua ve şükür unsurları üzerinde durulmuştur. DS’li bireyler ile yapılan görüşme formunda 3 tane cümle üzerinden katılımcıların tutum, düşünce ve davranışları anlaşılmasına çalışılmıştır. “Bazı zamanlar dua ederim.” cümlesine verilen yanıtlarla Tablo 3.63. oluşmuştur.

**Tablo 3.63.** DS’li Bireylerin “Bazı zamanlar dua ederim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	<b>Seçenekler</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3	% 50	3
	Hayır	DS4, DS5, DS6	% 50	3
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3,DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3,DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi “Bazı zamanlar dua ederim.” cümlesine katılımcıların 3 tanesi “evet”, 3 tanesi ise “hayır” cevabı vermiştir.

Uygulama sonrası ve izleme görüşmelerinde “Bazı zamanlar dua ederim.” cümlesine katılımcıların tamamı “evet” demiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın beklendik yönde olumlu etki ettiği tespit edilmiştir.

Dua ve şükür teması kapsamında katılımcılar tarafından “Annem ya da babam için dua ederim.” cümlesine verilen yanıtlarla Tablo 3.64. oluşmuştur.

**Tablo 3.64.** DS’li Bireylerin “Annem ya da babam için dua ederim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	<b>Seçenekler</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3	% 50	3
	Hayır	DS4, DS5, DS6	% 50	3
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3,DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3,DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi katılımcıların “Annem ya da babam için dua ederim.” cümlesine 3 tanesi “evet” yanıtı verirken, 3 tanesi ise “hayır” cevabı vermiştir.

Uygulama sonrası ve izleme görüşmelerinde “Annem ya da babam için dua ederim.” cümlesine katılımcıların tamamı “evet” demiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın beklendik yönde olumlu etki ettiği tespit edilmiştir.

Dua ve şükür teması kapsamında katılımcılar tarafından “Bir başkası dua ederken ben de onu dinlerim ve âmin derim.” cümlesine verilen yanıtlarla Tablo 3.65. oluşmuştur.

**Tablo 3.65.** DS’li Bireylerin “Bir başkası dua ederken ben de onu dinlerim ve amin derim.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS6	% 66,66	4
	Hayır	DS4, DS5	% 33,33	2
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi katılımcıların “Bir başkası dua ederken ben de onu dinlerim ve âmin derim.” cümlesine 4 tanesi “evet” cevabı vermiştir. Katılımcılardan 2 tanesi “hayır” cevabı vermiştir.

Uygulama sonrası ve izleme görüşmelerinde “Bir başkası dua ederken ben de onu dinlerim ve âmin derim.” cümlesine katılımcıların tamamı “evet” demiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın beklendik yönde olumlu etki ettiği tespit edilmiştir.

### 3.4.5. İyilik Yapma, Paylaşma ve Yardımlaşma Temasına İlişkin Bulgular

Çalışmanın bu bölümünde manevi yaşamın ve manevi iyi oluşun olmazsa olmazlarından iyilik yapma, paylaşma ve yardımlaşma kavramları üzerinde durulmuştur. Bu kavramlar, merhamet ve şefkat değerleri ile de ilişkilidir. Bu bağlamda merhamet ve şefkat temasına da bu bölümdeki sorular aracılığıyla değinilmiştir. DS’li bireyler ile yapılan görüşme formunda son 4 tane cümle üzerinden katılımcıların tutum, düşünce ve davranışları anlaşılmaya çalışılmıştır. Katılımcıların “Anneme ya da babama onlar iş yaparken yardımcı olurum.” cümlesine verdikleri yanıtlar doğrultusunda Tablo 3.66. oluşmuştur.

**Tablo 3.66.** DS’li Bireylerin “Anneme ya da babama onlar iş yaparken yardımcı olurum.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	DS4	% 16,66	1
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi “Anneme ya da babama onlar iş yaparken yardımcı olurum.” cümlesine katılımcıların 5 tanesi “evet”, katılımcıların 1 tanesi “hayır” yanıtı vermiştir.

Uygulama sonrası ve izleme görüşmelerinde “Anneme ya da babama onlar iş yaparken yardımcı olurum.” cümlesine katılımcıların tamamı “evet” cevabı vermiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın beklendik yönde olumlu etki ettiği tespit edilmiştir.

İyilik yapma, paylaşma ve yardımlaşma teması kapsamında katılımcıların “Anneme mutfakta yardım edince mutlu olurum.” cümlesine verdikleri yanıtlar doğrultusunda Tablo 3.67. oluşmuştur.

**Tablo 3.67.** DS’li Bireylerin “Anneme mutfakta yardım edince mutlu olurum.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	<b>Seçenekler</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır			
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS4, DS5, DS6	% 100	6
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi “Anneme mutfakta yardım edince mutlu olurum.” cümlesine katılımcıların 5 tanesi “evet” demiştir, 1 tanesi ise “kararsızım” cevabı vermiştir.

Uygulama sonrası ve izleme görüşmelerinde “Anneme mutfakta yardım edince mutlu olurum.” cümlesine katılımcıların tamamı “evet” cevabı vermiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın beklendik yönde olumlu etki ettiği tespit edilmiştir.

İyilik yapma, paylaşma ve yardımlaşma teması kapsamında katılımcıların “Bir arkadaşım yere düşse onun kalkmasına yardım ederim.” cümlesine verdikleri yanıtlar doğrultusunda Tablo 3.68. oluşmuştur.

**Tablo 3.68.** DS'li Bireylerin “Bir arkadaşım yere düşse onun kalkmasına yardım ederim.”  
Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	<b>Seçenekler</b>	<b>Katılımcılar</b>	<b>%</b>	<b>f</b>
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2, DS3,	% 50	3
	Hayır	DS4, DS5, DS6	% 50	3
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5	% 66,66	4
	Hayır	DS4, DS6	% 33,33	2
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi “Bir arkadaşım yere düşse onun kalkmasına yardım ederim.” cümlesine katılımcıların 3 tanesi “evet” diyerek cevap verirken 3 tanesi ise “hayır” yanıtı vermiştir.

Uygulama sonrası “Bir arkadaşım yere düşse onun kalkmasına yardım ederim.” cümlesine katılımcıların 5 tanesi “evet” diyerek cevap verirken 1 tanesi ise “kararsızım” yanıtı vermiştir.

İzleme görüşmelerinde katılımcıların çoğunun uygulama sonrası ile aynı düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın etkisinin 3 ay sonrasında kısmen devam ettiği görülmüştür.

İyilik yapma, paylaşma ve yardımlaşma teması kapsamında katılımcıların “Yiyeceklerimi, boya kalemlerimi kardeşim veya arkadaşım ile paylaşırım.” cümlesine verdikleri yanıtlar doğrultusunda Tablo 3.69. oluşmuştur.

**Tablo 3.69.** DS'li Bireylerin “Yiyeceklerimi, boya kalemlerimi kardeşim veya arkadaşım ile paylaşırım.” Cümlesine İlişkin Verdikleri Cevapların Dağılımı

	Seçenekler	Katılımcılar	%	f
<b>UYGULAMA ÖNCESİ</b>	Evet	DS1, DS2	% 33,33	2
	Hayır	DS3, DS4, DS5, DS6	% 66,66	4
	Kararsızım	-	-	-
<b>UYGULAMA SONRASI</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5, DS6	% 83,33	5
	Hayır	-	-	-
	Kararsızım	DS4	% 16,66	1
<b>İZLEME</b>	Evet	DS1, DS2, DS3, DS5	% 66,66	4
	Hayır	DS4, DS6	% 33,33	2
	Kararsızım	-	-	-

Uygulama öncesi “Yiyeceklerimi, boya kalemlerimi kardeşim veya arkadaşım ile paylaşırım.” cümlesine katılımcıların 2 tanesi “evet”, 4 tanesi “hayır” cevabı vermiştir.

Uygulama sonrası “Yiyeceklerimi, boya kalemlerimi kardeşim veya arkadaşım ile paylaşırım.” cümlesine katılımcıların 5 tanesi “evet”, 1 tanesi “kararsızım” cevabı vermiştir.

İzleme görüşmelerinde katılımcıların çoğunun uygulama sonrası ile aynı paralellikte düşünce, tutum ve davranışları gösterdikleri anlaşılmıştır. Böylece manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın etkisinin 3 ay sonrasında kısmen devam ettiği görülmüştür.

### **3.5. DOWN SENDROMLU BİREYLERE YÖNELİK MANEVİ İYİ OLUŞU GÜÇLENDİRMEYE DAİR UYGULAMANIN KAZANIMLARI VE DEĞERLENDİRİLMESİ İLE İLGİLİ BULGULAR**

Çalışmada DS tanılı 14-18 yaş aralığındaki bireylerle manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama gerçekleştirilmiştir. Temel değerler üzerinden hazırlanan ve gerçekleştirilen uygulamanın değerlendirilmesi için süreci gözlemleme anneler, araştırmacı ve kurum öğretmenleri tarafından gerçekleştirilmiştir.

Araştırmacı tarafından değerlendirme yapılabilmesi adına tema içerikleri ile ilgili bazı oturumlardan sonra gözlem formları aracılığıyla değerlendirmeler yapılmıştır.

### 3.5.1. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamadan Down Sendromlu Bireylerin Kazanımları

DS tanılı çalışma grubu üyelerinin dâhil oldukları manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan neler kazandıkları ve öğrendiklerine dair aileleri ve rehabilitasyon merkezindeki öğretmenleri ile işbirliği içerisinde çalışılmıştır ve gözlemler sonucunda kazanımlar, aşağıdaki tabloda yer alan temalar ekseninde toplanmıştır.

**Tablo 3.70.** Uygulamadan Kazanımlara Yönelik Kodlar

<b>Tema</b>	<b>f</b>
Doğa Sevgisi	6
Hayvanlara Zarar Vermeme	6
Kişilerarası İlişkilerde İyileşme	5
Duyguları ve Düşünceleri Doğru İfade Edebilme	4
Manevi Değerlerin Farkında Olma	6
Öfke Yönetimi	4
Dua Edebilme	5
İyilik Yapmaya İstekli Olma	6
Nezaket Sözcüklerini Kullanabilme	4
Sabır Gösterebilme	4

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın değerlendirmelerinde katılımcıların birçok konuda farkındalık kazandıkları görülmektedir.

DS1'in öğretmeni şu ifadeleri kullanmıştır: “Geçenlerde derste öğle ezanı okunuyordu öğrencim DS1 ile birlikteydik, kalemi bıraktı ve annesi, ailesi için dua etti. Hatta videoya çektim, ailesine gönderdim ve çok duygulandım.”

DS2'nin annesi, “Ezan okunurken eskiden ben derdim ki anneciğim haydi müziğin sesini kısalım artık evladım kendisi müziğin sesini kısıyor, bu farkındalıkta olması ailesi olarak bizi mutlu ediyor.” demiştir.

DS3 kodlu katılımcının annesi ise “Kızım önceden sevdiği cips, çikolata gibi şeyleri abileri ile paylaşmazdı son zamanlarda eskiye göre daha çok paylaşımcı olduğunu görüyorum. Bu durum beni çok mutlu etti.” ifadelerini kullanmıştır.

DS4 kodlu üyenin öğretmeni “Normalde DS4, derse gelmek istemezse öfkelenir ve kızar ancak son zamanlarda öfkesi daha azalmıştır.” cümleleri ile öğrencisinin özellikle derse gelmek istemediği zamanlarda öfkeli olduğundan bahsetmiştir ancak öfkesinin son zamanlarda azaldığını gözlemlediğini paylaşmıştır.

Katılımcıların kazanımlarının maneviyat, toplumsal farkındalık ve sosyal uyum açısından istenilen yönde seyrettiği gözlemlenmektedir. Uygulama aracılığıyla çalışma grubu üyelerinin manevi değerlere saygı, sabır ve öfke yönetimi, doğa ve hayvan sevgisi, paylaşımcı olma ve nezaket içeren sözcükleri kullanabilme gibi kavramlarla davranışlarını şekillendirdikleri görülmektedir.

### 3.5.2. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Down Sendromlu Bireylere İyi Gelen Yanları

DS tanımlı katılımcılar için manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın iyi gelen yanlarının neler olduğu konusu da araştırma açısından önem arz etmektedir. Bu konuya dair aileleri ve rehabilitasyon merkezindeki öğretmenleri ile görüşmeler sonucunda uygulamanın iyi gelen yanları aşağıdaki tabloda yer alan temalar ekseninde toplanmıştır.

**Tablo 3.71.** Uygulamanın İyi Gelen Yanları

<b>Tema</b>	<b>f</b>
Değer görmek/ önemsenmek	6
Yalnızlık Hissinden Uzaklaşmak	5
Akranlarıyla Kaliteli Birliktelik	5
Okul Ortamını Sevmek	4
Kurumdan Mutlu Ayrılmak	6
Okul Ortamına Ders Dışı Eğlenceli Aktivite İçin Gelmenin Keyfini Yaşamak	6
Anneden Bağımsız Herhangi Bir Etkinliğe Katılabilmek	6

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulama sonrasında değerlendirme için yapılan görüşmelerde katılımcılara uygulamanın birçok yönden faydalı olduğu görülmektedir.

DS2 kodlu katılımcının annesi “Çocuğumun ablaları evlendi evde babası, ben ve o yaşıyoruz. Yakınımızda akranı veya vakit geçirebileceği kimse yok, bu uygulama sayesinde kendi gibi olan akranları ile vakit geçirme fırsatı yakalamış olduk.” ifadeleri ile çocuğunun arkadaş ortamında kaliteli vakit geçirmesinden duyduğu mutluluğu dile getirmiştir.

DS3 isimli çalışma grubu üyesinin annesi “Malum bizim çocuklarımız için başka kurumlarca hazırlanan pek aktivite yok. Çocuğum program boyunca buradaki etkinliklere katılmak için can attı. Her hafta buraya gelmeden önce ‘Nilüfer Öğretmen acaba bugün bize ne sürpriz hazırladı çok merak ediyorum. Geçen hafta bizlere pasta ve kalem hediye etmişti.’ diyerek mutlulukla gelip gittiğini ve boyama vb. aktivitelerden çok keyif aldığını gördüm.” cümleleri ile çocuğunun ders dışı aktivitelerden keyif aldığını aktarmıştır.

DS4’ün annesi ise “Biz kuruma derse gelirken çok problem yaşıyoruz her defasında derse gelmek istemiyor. Başlarda sizin etkinlik için de aynısını yapıyordu ancak zaman geçtikçe onun gönüllü bir şekilde kuruma gelmek istediğini gördüm. Umarım bu durum ders sürecine de yansır.” cümleleri ile çocuğunun okul ortamına bakış açısındaki değişimden bahsetmiştir.

DS6 kod isimli üyenin annesi “DS’li çocuklara yönelik program olması çok iyi oldu. Çocuğumun mutlu olması ve buradan mutlu ayrılması beni de mutlu etti. Devamı olsa yine katılmak isteriz.” cümleleri ile çocuğunun kurumdan mutlu ayrılmasından duyduğu memnuniyeti dile getirmiştir.

Annelerin tümü çocuklarının birileri tarafından önemsenmesi ve çocuklarına kıymet verilmesi sebebiyle memnuniyetlerini dile getirmişlerdir.

### **3.5.3. Uygulamanın Maneviyat İçerikli Olmasına Dair Görüşler**

DS tanısı almış çalışma grubu üyelerinin dâhil oldukları uygulamanın maneviyat içerikli olmasına yönelik yapılan görüşmelerde katılımcıların annelerinin

tümü, bu uygulamanın içeriğinden ve manevi yönünden memnuniyet duyduklarını ifade etmişlerdir.

**Tablo 3.72.** Uygulamanın Manevi İçerikli Olmasına Yönelik Görüşler

<b>Tema</b>	<b>f</b>
Olumlu	6
Olumsuz	0

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadan sonraki değerlendirmelerde katılımcıların annelerinin, uygulamanın maneviyat içerikli olmasının olumlu etkisinden memnuniyet duydukları görülmektedir.

DS1 kod isimli katılımcının annesi “Oturumların içinde yer alan manevi değerlerimiz hepimiz için kıymetlidir. Çocuklarımızın bir uzman eşliğinde bu değerleri kazanması ailesi olarak bizleri çok memnun etti. Bu tür programların devamının olmasını dileriz.” cümleleri ile memnuniyetini ifade etmiştir.

DS2 kodlu üyenin annesi “Ben çocuğuma duaları ezberletmeye çalışıyordum ama ezan okunurken müziğin sesini kıstırmakta zorlanıyordum. Sizin toplantılarınızda manevi değerlerimize saygı duymayı öğrendi. Ailesi olarak çok memnunuz bu durumdan.” ifadeleri ile çocuğunun manevi anlamda yeni bir davranış biçimi kazanmasına memnun olduğu gözlenmiştir.

DS5 isimli üyenin annesi “Bizim çocuklarımızın da manevi duyguları var. Allah’ın lütfu, ben namaz kılarırken o da kılar, babasını camiye yollar ezan okununca. Haydi, âmin diyelim diyor birlikte dua ediyoruz. Manevi duyguları var farkında bunların. Çok güçlü Allah’ı hissediyor. Odasında seccadesi eşarbı her şeyi durur benim gibi namaz kılar.” ifadeleri ile çocuğunun manevi duygularından söz etmiştir.

Araştırma boyunca yapılan gözlemlere göre DS tanılı katılımcıların da anlam dünyalarının var olması, manevi duygularının ve yaşantılarının fırsat verilirse olumlu yönde şekilleneceği tespit edilmiştir.

## **DÖRDÜNCÜ BÖLÜM**

### **TARTIŞMA VE YORUM**

Bu araştırmada DS tanılı bireyler ve anneleri ile gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın; onların manevi ihtiyaçlarının giderilmesine ve manevi iyi oluşlarına etkisi incelenmiştir. Bu bölümde çalışma grubunda yer alan DS tanılı bireylerin annelerinin manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama öncesi, uygulama sonrası ve uygulamadan 3 ay sonrasında mental iyi oluş durumları, maneviyat deneyimleri ve manevi iyi oluşları hakkında araştırmanın temel problemleri ve alt problemleri kapsamında değerlendirmeler ve yorumlamalar yapılmıştır. DS tanılı bireyler için; araştırmacı tarafından uygulanan manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama öncesinde, uygulama sonrasında ve uygulamadan 3 ay sonrasında maneviyat deneyimleri hakkında yapılan tam yapılandırılmış görüşme formlarından elde edilen bulgulara dayanarak yorumlamalarda bulunulmuştur. Aynı zamanda daha önce yapılan benzer çalışmaların bulgularıyla da karşılaştırma yapılarak tartışılmıştır.

#### **4.1. DOWN SENDROMU TANILI BİREYLERİN ANNELERİNE YÖNELİK TARTIŞMA VE YORUM**

Özel gereksinimli bireyler grubunda yer alan zihinsel yetersizlik tanısı almış bireyler ile ilgili alanda yapılan çalışmalar incelendiğinde araştırmaların ebeveynler ile yürütüldüğü görülmüştür. Özellikle anneler ile ilgili çalışmalara ağırlık verilmiştir. Bunun sebebi zihinsel yetersizliği olan bireyler veya çocuklar ile araştırma yapmanın, veri elde etmenin ve iletişime geçmenin güçlüğüdür. Türkiye’de Din Psikolojisi Alanı’nda özel gereksinimlilik grubunda yer alan zihinsel yetersizlik kapsamında değerlendirilen DS tanılı bireyler ile bizzat gerçekleştirilen tek bir çalışma olan Gören (2015)’e ait “Down Sendromlu Bireylerin Manevi Bakımı ve Bir Model Önerisi” isimli doktora tezidir. Söz konusu bu durum, Din Psikolojisi Alanı’nda büyük bir eksikliği göstermiştir. Bu nedenle araştırmamız, söz konusu eksikliğin bir nebze de olsa giderilmesi adına alanda bir ilk olma özelliği taşıyarak araştırmacı tarafından arka arkaya gerçekleştirilen oturumlarla hem DS tanısı almış bireyler hem de anneleri ile yürütülmüştür. Çalışmanın çıkış noktasında oluşturulan

temel sorular hem annelere hem de DS tanılı bireylere yöneliktir. Bu bölümde öncelikle annelere yönelik temel sorular üzerinden yorumlamalar yapılmıştır.

#### **4.1.1. Down Sendromu Tanılı Bireylerin Annelerinin Manevi İhtiyaçları ve Destek İmkânlarına İlişkin Tartışma ve Yorum**

Çalışmanın annelerle ilgili ilk problemi; “DS tanısı almış bireylerin annelerinin manevi ihtiyaçları nelerdir? Bu gereksinimlere yönelik nasıl bir destek hizmet verilebilir?” sorusu olmuştur. Daha önce Gören (2015) tarafından yapılan çalışmada DS tanılı çocuğu olan annelerin manevi ihtiyaçlarından kısmen de olsa bahsedilmiştir. Özel gereksinimli çocuk sahibi anneler ile yürütülen Karagöz (2020)’e ait “Manevi İçerikli Grup Rehberliğinin Özel Gereksinimli Çocuk Sahibi Annelerin Dini Başa Çıkma, Psikolojik İyi Oluş ve Kaygı Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi” isimli doktora tezinde de annelerin manevi destek ihtiyaçları tespit edilmiştir. Çalışmamızda söz konusu bu araştırmaların sonuçları ve önerileri bağlamında faydalanılmaya çalışılmıştır. Araştırmamızda annelerin manevi ihtiyaçlarını tespit etmeye yönelik görüşmeler yapılmıştır. Hem daha önce yapılan doktora tezindeki manevi gereksinimler hem de çalışmamızdaki görüşmeler neticesinde ortaya çıkan manevi gereksinimler destek hizmet bağlamında değerlendirilmiştir. Annelerin manevi ihtiyaca yönelik destek hizmet olarak şu gereksinimleri ortaya çıkmıştır:

- 1- Sevmek, sevilmek ve değer görmek
- 2- Anlam bulmak
- 3- Umut beslemek
- 4- Sabır göstermek
- 5- Tevekkül sahibi olmak
- 6- Şefkat ve merhamet duygularını geliştirmek
- 7- Şükür bilincini kazanmak
- 8- Dua aracılığıyla Yaradan ile bağ kurmak
- 9- İçinde bulunulan durumu kabullenmek ve olumlu düşünmek

Anneler için hazırlanan manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın içeriği ortaya çıkan ihtiyaçlar bağlamında oluşturulmaya çalışılmıştır. Uygulama öncesi, uygulama sonrası ve uygulamanın nihayetinden 3 ay sonrasında yapılan görüşmelerde söz konusu gereksinimlerin giderilmesinde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın destek sağladığı tespit edilmiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın değerlendirme görüşmelerinde katılımcıların birçok konuda farkındalık kazandıkları görülmüştür. Manevi destek hizmet vermek ve manevi ihtiyaçların giderilmesi maksadıyla uygulamanın temaları; “Sevgi ve değer vermek”, “Merhamet ve şefkat”, “Kabullenme ve olumlu düşünme”, “Sabır ve öfke kontrolü”, “Tevekkül ve sorumluluk”, “Umut, dua ve şükür” şeklinde oluşturulmuştur.

Hazırlanan temalar her oturumda çalışma grubu üyelerinin de aktif katılımlarıyla gerçekleştirilmiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın sona erdirilmesi ile katılımcıların görüşleri alınmıştır. Yapılan geri bildirimlerde katılımcılar, böyle bir hizmete ihtiyaçlarının olduğunu, bu tür uygulamaların devamı olsa katılacaklarını ve özellikle yeni doğum yapmış veya tanıdan yeni haberi olmuş annelerin faydalanması için böylesi uygulamaların uzmanlar tarafından yapılmasının gerekli olduğu yönünde görüşlerini sunmuşlardır.

K2, “Bu oturumlar çok iyi oldu. Keşke yeni doğum yaptığımda da bu tür uygulamalar olsaydı o zaman kendimi yalnız hissetmezdim. Yeni doğum yapan annelerin kesinlikle böyle uygulamalara ihtiyacı var. Kurum müdürümüze bu konuda teşekkür edeceğim ve oturumların devamını rica edeceğim. Bu program benim önemsendiğimi ve yalnız olmadığımı gösterdi.” ifadeleri ile DS tanısını yeni öğrenmiş bir annenin temel ihtiyaçlarından birinin de manevi destek olduğu, kendisini yalnız ve çaresiz hissettiği anlaşılmaktadır. Gereksinim duyulan manevi desteğin annelere planlı olarak verilmesinin onların kabullenme sürecine ve manevi iyi oluşlarına katkı sunacağı yadsınamaz bir gerçektir.

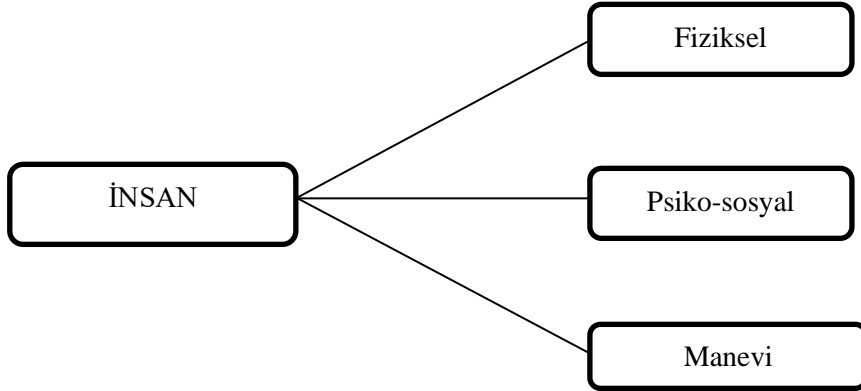
K6, “Uygulamanın kesinlikle olumlu etkisi oldu. Böyle bir programa ihtiyacım varmış bunu fark ettim. Hoşgörünün, sabrın, tevekkülün, duanın güzelliğini ve hayatımızdaki yerini daha iyi anladım. Ayrıca DS’li çocuklara yönelik uygulama olması çok iyi oldu. Çocuğumun mutlu olması beni de mutlu etti. Devamı olsa yine

katılmak isterim.” cümleleri ile uygulamanın hem maneviyat içerikli olması hem de aynı zamanda DS’li bireylerle de gerçekleştirilmesi katılımcıların memnuniyetlerine vesile olduğu tespit edilmiştir.

#### **4.1.2. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Down Sendromu Tanılı Bireylerin Annelerinin Mental İyi Oluşlarına Etkisine İlişkin Tartışma ve Yorum**

Araştırmanın anneler ile ilgili ikinci temel problemi, “Manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama, DS tanısı almış bireylerin annelerinin mental iyi oluşlarını ne yönde etkilemektedir?” sorusudur. Ulaşılan bulgulardan hareketle manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulamanın, katılımcıların mental iyi oluş durumlarına olumlu yönde katkı sağladığı tespit edilmiştir.

Mental iyi oluş bireyin kendini psikolojik olarak iyi hissetmesi ile başlamaktadır. WHO, mental iyi oluşu ve sağlıklı olmayı 2001 yılındaki raporunda “... sadece hastalık ve sakatlık halinin olmayışı değil, kişinin beden, ruhen ve sosyal yönden tam bir iyilik halinde olması durumudur. Bireyin kendi yeteneklerinin farkına vardığı, yaşamın normal gerginlikleriyle başa çıkabildiği, üretken ve verimli bir şekilde çalışabildiği ve içinde yaşadığı topluma katkıda bulunabildiği bir iyilik halidir” şeklinde bireyin hemen her boyutunu kapsayacak biçimde tanımlamaktadır ([https://tpdyayin.psikiyatri.org.tr/BookShopData/th\\_202003171807228.pdf](https://tpdyayin.psikiyatri.org.tr/BookShopData/th_202003171807228.pdf) 23/04/2024). Ruh sağlığı, bireyin ve toplumun iyilik hali ve etkili işleyişi için esastır. Tanım, ruhsal hastalığın görülmemesinden daha fazlasını ifade eder, çünkü söz konusu tanımlamada belirtilen durum, yeti ve becerilerin her biri kendi içinde bir değere sahiptir. Ne ruhsal ne de fiziksel sağlık tek başına varlığını sürdürebilir. Ruhsal, fiziksel ve sosyal işlevsellik birbirine sıkı sıkıya bağlıdır (WHO, 2004: 12). Aynı zamanda ruhsal sağlık, bireyin manevi boyutunu da kapsamaktadır. WHO’nun “Yaşam Kalitesi Ölçeği” Türkçe’ye çevrilmiştir, ölçekte bireyin manevi boyutuna yönelik sorular yer almaktadır bu durum kurumun maneviyatı yaşam kalitesinin bir gereği olarak ele aldığına göstergesidir (Eser vd., 1999: 23-41). Böylece bireyin mental iyi oluşu; insanın tüm boyutları ile yani fiziksel, psiko-sosyal ve manevi olmak üzere iyi oluş durumu olarak tanımlanabilir (Düzgüner ve Ayten, 2021: 35).



Şekil 4.1. İnsanın boyutları (Düzgüner ve Ayten, 2021: 35).

Bireyin tüm boyutlarıyla desteklenmesi, mental sağlığa holistik (bütüncül) bakış açısıyla yaklaşımı gerektirmektedir. Tüm bu tanımlamalardan da anlaşılacağı üzere mental sağlık öncelikle birey ve dolayısıyla toplum için oldukça önemlidir. Bu doğrultuda çalışmamızda DS tanılı çocuk sahibi annelerin mental sağlığı ve mental anlamda iyi oluşları önemsenmektedir.

Alan yazına bakıldığında mental iyi oluş kavramı ile ilişkili kullanılan psikolojik iyi oluş, öznel iyi oluş, duygusal iyi oluş gibi kavramlar bu bağlamda değerlendirilmektedir. Ancak mental iyi oluş, bu kavramların tümünü kapsayan bir içeriğe sahiptir. Böylece mental iyi oluş; erdemli ve anlamlı bir yaşamı sürdürebilmeyi anlattığı kadar, olumlu duyguları barındırmayı, olumsuz duygulardan olabildiğince uzak durmayı ve hayat memnuniyetini ifade etmektedir. Dolayısıyla yeterli mental iyi oluş düzeyine sahip birey; kendisiyle barışık, anlamlı bir yaşam sürdüren, hayata dair bir amaca sahip, çevresindeki insanlarla iyi ilişkiler kurabilen, tabiatla uyumlu, erdem sahibi ve değerler odağında yaşamını düzenleyen birisidir. Bunların yanında umut, şükür, merhamet, şefkat, güven, kararlılık ve sevgi gibi duyguları sıkça hissedilen; şüphe, kaygı, endişe, çaresizlik ve yalnızlık gibi duygulardan da olabildiğince kendisini uzak tutmayı tercih edendir (<https://www.tayfundogan.net/2016/10/11/mental-iyi-olus/> 05/05/2024). Bireyin mental iyi oluşuna katkı sağlamak amacıyla; onun için patojenik (hastalığa neden olan unsurlar) olanın ortadan kaldırılması yeterli değil aynı zamanda salutojenik

(sağlığı destekleyen unsurlar) olanın da desteklenmesi elzemdir (Karaca, 2018: 125). Son yıllarda yapılan çalışmalar ışığında uzmanlar tarafından mental iyi oluşu desteklemek amacıyla insanlara; derin bağlılık içeren ilişkiler kurulması, bireyin yeteneklerini keşfederek zevkle uğraştığı aktiviteler edinmesi, yaşamına dair iyimser perspektif geliştirmesi tavsiye edilir (Carr, 2016: 425). Tüm bu çalışmalar, araştırmamızı destekler mahiyette sonuçlara ulaşmıştır. Çalışmamızda katılımcıların ihtiyaçları bağlamında hazırlanan manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik uygulama, çalışma grubu üyelerine yaşamaya değer, anlamlı, değerler ve erdemler odağında, güven duyan, sosyal ilişkileri iyi olan, merhamet kaynaklı ve şükürle beslenebilen bir yaşam tarzına yönelik içeriği ile etkisini incelemiştir. Bu değerler ve mental iyi oluş arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Literatür incelendiğinde araştırmamızı destekler nitelikte din ve iyi oluş ilişkisine işaret eden birçok çalışmaya rastlanmaktadır. Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada, öğrencilerin iyilik halinin maneviyat ve serbest zaman boyutları incelenmiştir. Araştırmada üniversite öğrencilerinin iyilik halinin “maneviyat” ve “serbest zaman” boyutlarını etkileyen değişkenler saptanmaya çalışılmıştır. Araştırmanın kapsamını Başkent ve Hacettepe Üniversitesi’nden 936 (623 kız, 313 erkek) öğrenci oluşturmaktadır. Çalışma sonuçları, fiziksel egzersiz yapma sıklığı, alkol kullanma sıklığı, dindarlık düzeyi ve iyilik halinin “maneviyat” ve “serbest zaman” boyutları arasında anlamlı fark olduğunu göstermiştir. Gelecekle ilgili düşünceler değişkeni ve iyilik halinin “maneviyat” boyutu arasında da anlamlı fark saptanmıştır (T. Doğan, 2006: 1). Bulut ve Dilmaç (2018: 349) tarafından yapılan “Üniversite Öğrencilerinin Sahip Olduğu Değerler Psikolojik İyi Oluş ve Mutluluk Düzeyleri Arasındaki Yordayıcı İlişkiler” isimli araştırmada 747 öğrenci katılımcı olmuştur. Araştırmanın bulgularına göre, değerler ölçeğinin alt boyutları ile psikolojik iyi oluş ölçeği arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeylerini etkileyen ikinci önemli bağımsız değişkenin değer olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Karşılı tarafından Trabzon Üniversitesi İlahiyat Fakültesi’nde öğrenim görmekte olan yaşları 18-37 arasında değişen 358’i kadın ve 151’i erkek toplam 509 genç bireyle gerçekleştirilen “Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık İlişkisi: Trabzon İlahiyat Örneği” isimli çalışmada dışadönüklük ile

psikolojik/öznel iyi oluş ve içsel dini motivasyon arasında pozitif ilişki bulunmuştur. İçsel dini motivasyon ve dini şuur ile psikolojik/öznel iyi oluş arasında da anlamlı ilişki tespit edilmiştir (2019: 174).

Samadi, McConkey ve Kelly (2012: 27), sorunlarla başa çıkma ve ebeveynlerin iyi oluş düzeyini artırmak amacıyla yaptıkları grup etkinliği programını 15 hafta boyunca otizm tanılı çocukların ailelerine uygulamışlardır ve program sonunda ailelerin iyi oluşlarında artış meydana geldiği tespit edilmiştir. Soresi, Nota ve Ferrari (2007: 248-250), DS tanılı çocuğu olan aileler ile gerçekleştirdikleri 14 haftadan oluşan grupla danışmanlık programında problemlere çözüm üretebilme, ebeveynin kendisi ve çocuğu için iyi oluşu artıracak etkinliklerde bulunabilme gibi temalara yer vermişler ve uygulamanın sonucunda katılımcıların iyi oluşlarında artış tespit etmişlerdir. Ülkemizde ise Duran tarafından özel gereksinimli çocuğa sahip ailelere yönelik onların yaşadıkları problemlerle başa çıkmalarını destekleyici grupla psiko-eğitim programı uygulanmış ve deney grubunun iyi oluş düzeylerinde anlamlı bir artış tespit edilmiştir (2014:1). Özel gereksinimli çocukların ebeveynlerine yönelik yapılan bu deneysel çalışmalarda ulaşılan iyi oluşun artışına ilişkin bulgular, bizim çalışmamızda yapılan uygulamanın katılımcıların mental iyi oluş durumuna pozitif yönde katkı sağlaması bulgusunu destekler niteliktedir. Nitekim bu süreçte bakış açılarını değiştirme, duygu ve düşüncelerini doğru bir biçimde ifade etme, ilişkilerde iyileşme yaşama, hayat memnuniyetinin artması, kaygı ve endişelerin azalması, bireyin kendini içinde yaşadığı toplumda değerli görmesi gibi katılımcı paylaşımları örnek olarak gösterilebilir.

Birçok Avrupalı düşünür de dinin insanın ruhsal durumunu iyileştirdiği, dinden kaçışın stres ve kaosu artırdığını ifade etmiştir (Şirin, 2014: 113). Kur'an-ı Kerim'de de bu hususta "Bunlar, iman edenler ve Allah'ı zikrederek gönülleri huzura kavuşanlardır. Bilesiniz ki gönüller ancak Allah'ı zikrederek huzura kavuşur."<sup>53</sup> buyurulmaktadır.

Din Psikolojisi açısından değerlendirilecek olunursa, bireyin dini/inancı; onun ruhsal, hatta fiziki sağlık açısından bile güçlü bir sosyal destek ve mekanizma olarak

---

<sup>53</sup> Ra'd, 13/28.

görülmektedir (Hökelekli, 2016: 90; Köylü, 2007: 65). “Dindarlık ve maneviyatın depresif eğilimleri ve kaygıyı azaltıcı, ruhsal ve fiziksel sağlık problemlerinden bireyi koruyucu ve söz konusu hastalıklarla başa çıkma sürecini destekleyici yönü pek çok araştırma bulgularıyla vurgulanmıştır. Dini ve manevi destek, bireyleri hastalıklardan koruyan, hasta ve yakınlarının hastalıklarla başa çıkma sürecine katkıda bulunan önemli bir unsur olarak ele alınmıştır. Yapılan araştırmalarda dindarlığın hayırseverlik, affetme, şükür ve alçakgönüllülük gibi erdemleri desteklemesiyle ruhsal ve fiziksel sağlığa dolaylı katkıda bulunabildiği de ayrıca dile getirilmiştir.” (Ayten, 2020: 7-8).

Alandaki yapılan çalışmalar da araştırmamızı destekler niteliktedir. Tarafımızca yürütülen araştırmada uygulama öncesinde, sonrasında ve izleme sürecinde katılımcılarla yapılan görüşmeler neticesinde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamanın katılımcıların geleceğe dair bakış açısını uygulama öncesine göre daha olumlu yönde etkilediği görülmüştür (bkz. Tablo 3.1.). Ayrıca manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulama öncesine kıyasla uygulama sonrasında Tablo 3.2. ve Tablo 3.3.’e göre daha çok sayıdaki katılımcının hayatından memnuniyet duyduğu bulgulanmıştır. Bunların yanı sıra uygulamanın kişiler arası ilişkileri düzenlemede pozitif yönde etkisi olmuştur. Uygulama, sevgi ve değer verme teması oturumunda sevgiyi ifade etme biçimleri hususunda farkındalık kazandırması yönüyle katılımcılara, bireyin içinde bulunduğu sosyal çevrede kendini değerli hissetmesine ve aynı şekilde muhatabına da değerli olduğunu hissettirmesine olumlu yönde katkı sağlamıştır (bkz. Tablo 3.7.). Sadece çocukları için değil de kendileri için de zaman ayırmaları farkındalığı oluşmuştur. Bu farkındalık sayesinde hem kendilerini daha iyi hissedecekleri hem de çocuklarına daha faydalı olabilecekleri bilinci kazanılmıştır. Sonuç itibarıyla tüm elde edilen kazanımlar ve farkındalıklar, bireyin mental iyi oluşuna katkı sunan faktörlerdir.

#### **4.1.3. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Down Sendromu Tanılı Bireylerin Annelerinin Manevi İyi Oluşlarına ve Manevi Yaşamlarına Etkisine İlişkin Tartışma ve Yorum**

Araştırmanın anneler ile ilgili üçüncü temel problemi, “Manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama, DS tanısı almış bireylerin

annelerinin manevi yaşamlarını ne yönde etkilemektedir?” sorusudur. Ulaşılan bulgulardan hareketle denilebilir ki; manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın, katılımcıların anlam dünyalarına, manevi yaşamlarına ve manevi iyi oluşlarına anlamlı yönde katkı sağladığı tespit edilmiştir. Bir diğer ifadeyle, tarafımızca gerçekleştirilen uygulama, katılımcıların maneviyat ve manevi değerler merkezinde hayatını sürdürmelerinde ve edindikleri tecrübeler neticesinde manevi iyi oluşlarını güçlendirmelerinde etkili bir yaklaşım olabilir.

Araştırma başlangıcında manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama hazırlanmadan önce anneler ile yapılan görüşmeler doğrultusunda ortaya çıkan manevi gereksinimler kapsamında uygulamada “Sevgi ve değer vermek”, “Merhamet ve şefkat”, “Kabullenme ve olumlu düşünme”, “Sabır ve öfke kontrolü”, “Tevekkül ve sorumluluk”, “Umut, dua ve şükür” temalarına yer verilmiştir. Bu temalar kapsamında gerçekleştirilen uygulama neticesindeki bulgular, katılımcılar tarafından kazanımların bilincine varıldığını ve yaşamlarında farkındalık oluşturduğunu göstermiştir.

### **Sevgi ve Değer Vermek Temasına Ait Tartışma ve Yorum**

Bu tema ile bireyin öncelikli olarak kendini sevmesi ve kendine değer vermesinin yanı sıra tüm yaratılmışlara değer vermek ve onları sevmek böylece insanda bulunan sevgi enerjisini canlı tutmak ve bireyde Yaradan ile sevgi bağının varlığı ve devamı olduğu düşüncesinin oluşmasına katkı sunmak hedeflenmiştir.

İbn Hazm’a göre “sevgi ve aşk, ruhların çeşitli yaratıklar arasında bölünmüş parçalarının birleştirilmesidir. Bu birleşme onların en yüksek temel öğelerinden meydana gelir.” (2005: 32). Sevgi, kıyaslanamayacak, azımsanmayacak ve reddedilemeyecek biçimde önemli bir psikoterapik sağlık verici değerdir (Özdoğan, 2006: 127). Mevlana’nın dediği gibi sevgi; acıyı tatlıya, toprağı altına, hastalığı şifaya, zindanı saraya, belayı nimete ve inkârı rahmete dönüştürür. Sevmek, sevilme ve değer görmek her bireyin hatta her varlığın ihtiyacıdır. Psiko-sosyal bir varlık olan insan; sevmek, sevilme, beğenilmek, değer görmek, takdir edilmek ve onaylanmak gibi olumlu geribildirimlerin var olduğu duygularla çevrelenmiş bir sosyal ortamda yaşamayı arzu eder (Çapcıoğlu, 2021: 21). İnsan ruhu için sevgi, birincil manevi

ihtiyaçlar arasındadır. Sevgi, bir kişinin sevdiği biriyle olan bağlantısı sayesinde duygusal destek, güven ve bağlılık duygularını artırarak kişiyi besler, aynı zamanda bireyin sevdiği kimseye de aynı duyguların aktarımı sağlanır ve böylece onun da manevi yaşamına katkı sunar. İletişim, sevgi ve merhamet içerirse başarılı olur. İlk adım karşdakine sevgiyi belli etmekle atılmalıdır. Hz. Peygamber'in, "Biriniz kardeşini sevdiği zaman bunu ona haber versin,"<sup>54</sup> buyurması bu nedenledir.

Sevgi ve korku gibi konular psikoloji ve sosyal psikolojide, bir kişinin davranışlarını belirleyen dinamik faktörlerin bütünü anlamına gelen motivasyonlar içinde incelenmektedir. Çünkü sevgi ve korku heyecana ve heyecanlılığa sebep olur bu yönüyle sevgi ve korku, motivasyonun birbirinden ayrılmaz dinamikleridir. Güçlü motivler, heyecan taşır; korku, sevgi ve nefret de motivasyonu ortaya çıkaran psikolojik birer unsurlardır. Sevginin kişinin motivasyonunda doğrudan ve dolaylı olmak üzere iki yönde etkisi olduğu söylenebilir. Sevginin dolaylı etkisi bireyde güven duygusunu pekiştirmede, başarı hissini artırmada ve bireyin kendisini tanıyıp olgunlaşmasında görülür. Sonuç olarak, sevgi insanın düşüncelerine yön veren, tutum ve davranışlarını belirleyen duygulardan birisidir (Krech ve Cruthchfield, 1980: 55-57). Krech ve Cruthchfield tarafından kaleme alınan kitapta da sevginin kişinin yaşamındaki önemli bir itici kuvvet olduğu tespit edilmiştir. Bu yönüyle araştırmamızda katılımcılarla gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sonucundaki bulgularda sevgi ve değer vermenin insanı motive eden ve yaşama gücünü artıran temel unsurlardan birisi olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 3.11. ve 3.12.).

Bir insanın başkalarını sevebilmesinin yolu, kendini sevmesinden ve kendisiyle barışık olmasından geçmektedir. Kendisini sevmeyen ve kendisiyle barışık olmayan insan ne diğer insanları sevebilecek ne de onlarla barışık olabilecektir. Kişinin kendisini sevebilmesi için, kendisini doğru değer ve ilkeler çerçevesinde geliştirerek sağlam bir karakter inşa etmesi gerekmektedir. Böyle bir karakter inşa edememiş birisi diğer insanlarla iletişim içine giremeyecektir. Dolayısıyla bireyin diğer insanlarla dayanışma içerisine girebilmesi için önemli olan unsur, bilgisi, zekâsı ve kullandığı iletişim tekniği değil karakteridir. Bir başka

---

<sup>54</sup> Ebû Dâvûd, Edeb, 5124.

deyişle söz ve davranışlarının bireyin özünü temsil etmesidir. Sonuç olarak insan önce özünü tanımalı daha sonrasında diğer insanları tanıyarak sağlıklı ilişkiler kurmalıdır (Cüceloğlu, 2006b: 203). Sevgi ve şefkate dayalı sosyal iletişim bireylerde hem karşılıklı güveni hem de özgüveni sağlamaya olumlu yönde etki etmektedir (S. Doğan, 2013: 36; Merter, 2012: 300). Bu yönüyle çalışmamızda yer alan katılımcılar, uygulama sonrası görüşmelerde sevgiyi göstermenin önemli olduğunu dile getirmişlerdir ve değer verildiğini gördüklerinde kendilerini daha pozitif hissettiklerini ifade etmişlerdir.

K6 kodlu üye, “Ben annesiz büyüdüm ve bu bende derin yaralara sebep oldu, büyürken hiç değer görmedim ancak eşim bana çok değer veriyor sizin anlatımlarınızdan sonra aradaki farkı daha iyi anladım.” ifadeleri ile sevilmenin, değer görmenin bireyin çocukluk döneminde ve diğer yıllardaki gelişiminde önemli bir faktör olduğunu dile getirmiştir.

Bireyin kendisine gösterdiği değer ve taşıdığı özgüveni; kişiler arası ilişkilerini, eğitsel ve mesleki başarısını, mutluluğunu dolayısıyla hayat kalitesini olumlu yönde etkiler (Hökelekli, 2013: 216). Araştırmamızda özellikle annelerin çocuğu ile mücadele ederken fazlasıyla özveride buldukları görülmüş ve bu yönde kendilerine vakit ayırabilecekleri fırsatları değerlendirebilme farkındalıklarının arttığı gözlenmiştir.

K7 kodlu üyenin, “Ben tek başına olduğum sabahlarda kendim için kalkıp kahvaltı hazırlamam. Ancak bu oturumlar gösterdi ki öncelikle kendimize değer verip vakit ayırmalıyız. Geçenlerde kendim için film açtım ve kahvemi yapıp filmi izledim, oturup tek başına da olsam kahvemi içtim.” şeklindeki cümleleri uygulamanın bu yönde farkındalık kazandırdığını göstermiştir.

Mutluluğu sağlayan önemli etkenlerden biri de yakın sosyal ilişkilerdir. Öznel iyi oluş, diğer insanlara duyulan bağlılıkla sağlanmaktadır. Mutlu olmakla toplumsal bağlılık, bağlanabilme, güven duyma ve dostluk kurabilme arasında yakın bir ilişki vardır (Ayten, 2015: 89; Sayar, 2019d: 88 ). İstenmedik ve beklenmedik bir olaya maruz kalan birey, olaydan etkilenmesi ile yaşadığı bazı olumsuz duygularla birlikte olaydaki birtakım belirsizlikler nedeniyle kendine güvenini yitirebilir, bir güvensizlik

duygusu hissedebilir. Bireyin bu duygularla baş edebilmesinde ve kendine güvenini kazandırmada etkili olabilecek bazı sosyal etkinliklere bireyi dahil etmek ve dinî sosyalleşmesini sağlayıcı şekilde birtakım görev ve sorumluluklar vermek suretiyle manevi destek sağlanabilir. Aksi takdirde birey yaşadığı olay veya durumun etkisiyle hareket edeceğinden kendini sorunların altında ezilmiş, çaresiz ve yalnız hissedebilir. Bu duyguları aşmada ve kendini yaşadığı sorunları çözebilecek biçimde güçlü ve yeterli hissedebilmesi adına bireye sosyal destek sağlanmalıdır. Bu sebeple gerçekleştirebileceği bazı görev ve sorumluluklarla birlikte topluma uyum sağlayıcı fırsatlar oluşturmak kişinin yeniden kendine güvenini kazandırabilir. Aynı zamanda sosyal yaşama uyum sağlayarak karşılaştığı olay ya da durumun olumsuz etkilerini daha çabuk atlatabilir. Kula'ya ait bir çalışmada; bedensel yetersizliği olan bireylerle yapılan araştırmada katılımcılar tarafından gerçekleştirilen iyi davranışlarda bulunma tarzı, dinî başa çıkma davranışının sorunlarını aşmada etkili olduğu gözlenmiştir (2005a: 222). Nitekim yapılan çalışmalar araştırmamızı destekler niteliktedir. Bireyin sevgi bağı ve değer görmesi ile sorunlarını aşabilecek gücü kendinde bulduğu tespit edilmiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sonrasında katılımcılar ile yapılan görüşmelerde sevginin Allah kaynaklı olduğu, kendilerini, çocuklarını ve yaratılan varlıkları sevince kendilerini daha da güçlü hissettikleri gözlenmiştir.

Hiçbir şey yapmadan muhatabı sadece dinlemenin bile, tek başına, tedavi edici bir değere sahip olduğu tespit edilmiştir. Bir insanı, başka hiçbir şey yapmadan da, içten bir alaka göstererek dinlemenin, o kişinin yarı yarıya iyileşmesine katkı sağladığı görülmüştür. Çünkü bu dünyada her insan duyulmak ister. Varlığının başkaları tarafından onaylanmasını ister. Bir başkasına sesini duyurmak demek, onun anlaşılması ihtimali demektir. Onun anlaşılması demek, bu dünyada onaylanması demektir (Ökten ve Sayar, 2020: 16; Sayar, 2019b: 226).

K2 kodlu katılımcı, “Bundan sonra bu defter (oturum başlangıcında hediye edilen defteri işaret ederek) gözümün önünde olsun, bu konuştuklarımız bu anlattıklarınız aklımda olsun o halde. Kendini hatırla derim kendime. Pozitif enerji aldım bu konuşmalardan ve sizin bizi dinlemenizden, bize değer vermenizden.” sözleriyle oturumun kendine kattıklarını anlatmaya çalışmıştır. Sevgi temasından bir hafta sonra yine K2 isimli üye, “Geçen hafta size defteri hep gözümün önünde

tutacağım ve kendime zaman ayırmaya çalışacağım demiştim. Bugün ben sabah evde kimse olmamasına rağmen sırf kendim için çay demledim ve kahvaltı hazırladım. Bunları yaptığım için de çok mutluyum, sizinle paylaşmak istedim.” dedi. Çalışma grubu üyelerinin ifadelerinden de görüldüğü üzere bireyin değer verildiğini görmesi aynı zamanda kendisine de değer vermesine katkı sunmuştur.

### **Merhamet ve Şefkat Temasına Ait Tartışma ve Yorum**

Araştırmada bu tema ile bireyin öncelikli olarak kendine şefkatle yaklaşması ve tüm yaratılmışlara merhamet göstermesi aynı zamanda her şart ve koşulda Allah’ın kullarına merhamet gösterdiğinin bilincinde olması, insanın özünde var olan merhameti ve şefkati her daim canlı tutması hedeflenmiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın, çalışma grubu üyelerine yaşamlarında merhamet ve şefkat unsurlarına daha çok yer verdiklerine dair pozitif yönde etki ettiği tespit edilmiştir.

“Şefkat, çevresindeki insanları kabullenme, onlarla yakından ilgilenme, onlara sevecenlik ve sempati ile yönelmedir. Başkasını koruma, himaye altında bulundurmaktır. Dolayısıyla, çevresindeki insanların iyi özelliklere sahip olmalarını arzu edip, onları felakete sürükleyecek yanlış işlerden ve kötü davranışlardan koruma isteği de şefkat duygu ve düşüncesinden kaynaklanır. Şefkat, kendini ve diğer insanları kabullenmenin ayrılmaz bir parçasıdır. Şefkat, her türlü hakkın ötesinde herkese hak etmediği ama onu aydınlatan sevgiyi verir; açıklanamayan ama borçlu olunan, karşılıksız ama gerekli bir lütuf gibi aydınlatır bu sevgi bizi. Şefkat duygusal olgunluğun son ifadesidir. Kişi, kendini anlamanın en derin noktalarına ve zirvesine, ancak şefkat sayesinde ulaşabilir.” (Hökelekli, 2013: 199-200). Sayar, “Yavaşla” isimli eserinde “Sözü Faulkner’a bırakıyorum: “İnsan ölümsüzdür, sadece diğer varlıklar arasında yorulmaz bir sese sahip olduğu için değil, aynı zamanda bir ruhu; şefkate, fedakarlığa ve tahammüle muktedir bir ruhu olduğu için bu böyledir.” (2019d: 86) demiştir ve insanın engin bir şefkat ve merhametle donanmış eşsiz ruha sahip olmasıyla insan olmanın farklılığını açıklamıştır.

Allah’ın Kur’an’da yer alan güzel isimlerinden birisi “Rahman”dır. Rahman, yalnızca Allah için kullanılan özel bir isimdir; sevgisi ve şefkati, acıma, koruma ve

esirgemesi çok olan demektir. Allah'ın rahmeti her şeyi kuşatmıştır.<sup>55</sup> Şefkat hissi Allah'ın kullarına verdiği en kıymetli nimetlerden birisidir. Dolayısıyla özellikle DS tanımlı evlada sahip annelerin hayatında yeterli düzeyde varlığını göstermesi gereken duyguların başında gelmektedir.

Nitekim literatürde yer alan çalışmalar da araştırmamızı destekler niteliktedir. Katılımcılar merhamet teması ile yaşamlarına farklı yaklaştıklarını, oturumdan sonra merhametin yaşadıkları süreçte sorunlarla başa çıkmada önemli olduğunu anladıklarını dile getirmişlerdir.

K5, “Özel gereksinimli çocuğu olan ailelerin çoğunluğunun diğerlerinden daha çok merhametli ve şefkatli olduğunu gözlemledim zamanla. Şimdi sizin anlattıklarınızı da düşününce aslında anladım neden daha merhametli olduğumuzu. Çünkü Allah bizlere bu melek çocuklarımızdan dolayı daha fazla merhamet lütfetmiş ve daha çok şefkatle bu cennet kuşlarımızı sarabiliyoruz. Yoksa çocuklarımızın doğduğu andan itibaren geçen sürede bu kadar zorluğa başka türlü katlanamazdık. Belki onlara kötü davranabilirdik böylesi merhametimiz olmasaydı.” cümlelerini kullanmıştır. Katılımcının açıklamaları doğrultusunda uygulamanın, bireylere merhamet ve şefkatle yaşamının hayatlarında istenmedik ve beklenmedik olaylarla ve durumlarla baş etmede katkı sağladığı tespit edilmiştir.

Cahiliye dönemindeki gibi bazı kültürlerde zaman zaman rastlanan çocuklara karşı katı, ilgisiz ve sevgisiz tutum<sup>56</sup>, yalnızca buna sahip yetişkinleri değil, yeni yetişen nesillerin de ruhlarına olumsuz yönde etki eder. Şefkat ve merhametin ortadan kalktığı bir ortamda zulüm, çatışma, işkence ve zorbalık gibi insanlık dışı davranışların önünü almak mümkün olmaz. Allah'tan insanlara doğru yayılan rahmet ve merhamet, Hz. Peygamberde zirveye ulaşmıştır. O, bir rahmet peygamberidir<sup>57</sup>. O'nun merhameti öncelikle çocuklar, kadınlar, yaşlılar; toplumun zayıfları, kimsesizleri, yetimleri, yoksulları ve yoksunlarına yöneliktir. Bunun yanında O'nun şefkat ve merhameti insanları, hayvanları, tüm âlemi kuşatmıştır<sup>58</sup>; O, tam bir

<sup>55</sup> A'râf, 7/156.

<sup>56</sup> Buhârî, Edeb, 18; Müslim, Fezail, 65.

<sup>57</sup> Tevbe, 9/128.

<sup>58</sup> Enbiyâ, 21/107.

merhamet modelidir. O'na bağlanan, müslümanların da ayırıcı vasfı, birbirlerine karşı duydukları merhamettir.<sup>59</sup> (Hökelekli, 2013: 195).

Özel gereksinimli çocuğa sahip anneler ile yapılan bir çalışmada annelerde travma sonrası gelişim incelendiğinde yaşananların, başkalarına karşı travma öncesine kıyasla daha merhametle yaklaşımını artırdığı, inanç ve maneviyatta gelişimi ortaya çıkardığı tespit edilmiştir (Mantulak ve Cadell, 2018: 111). Yurt dışında yapılan bu çalışma bizim araştırmamızı destekler niteliktedir. Nitekim manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sonrası katılımcılarla yapılan görüşmelerde aynı paralellikte değişimler tespit edilmiştir.

K1, “DS’li çocuğumdan sonra daha çok merhametli olduğumu fark ettim. Hatta önceki çocuklarıma karşı suçluluk duydum onlara yeteri kadar merhamet gösterememişim. Sizin bu anlattıklarınızla bu durumu telafi etmeye çalışacağım.” ifadelerini kullanmıştır. Katılımcının bu ifadelerinin yanı sıra Tablo 3.16., Tablo 3.17. ve Tablo 3.18. incelendiğinde araştırmamızdaki uygulamanın, bireyin yaşamındaki yüce duyguların varlığının farkındalığına ve daha önceden yaşanan olumsuzlukları telafi etme bilincini kazandırmasına katkı sağladığı görülmüştür.

### **Kabullenme ve Olumlu Düşünme Temasına Ait Tartışma ve Yorum**

Bu tema ile bireye öncelikli olarak Allah ile bağını kuvvetlendirerek her şart ve koşulda hayatında deneyimlediği olumsuzluklarla baş edebileceği bilincini kazandırmak ardından olumlu düşünme tarzının sağlıklı ruhsal yaşama ve günlük hayata dair önemini fark ettirmeye çalışmak hedeflenmiştir.

“Demek ki zorlukla beraber bir kolaylık vardır. Evet, doğrusu her güçlüğün yanında bir kolaylık var. O halde önemli bir işi bitirince hemen diğerine koyul. Ve yalnız rabbine yönel.”<sup>60</sup> ayetleri DS tanılı evlada sahip anneler için rehber niteliğindedir. Yaradan kulları için ne planladıysa onun sabrını da kolaylığını da vermektedir. Allah, ayette inanan insanın boş durmadığından bahseder. Özellikle DS tanılı çocuğa sahip anneler, kendini boşlukta hissederse; gelecekle, yaşamıyla ve çocuğuyla ilgili pek çok olumsuz düşünceye kapılabilir ve bu durum annede sağlıksız

<sup>59</sup> Fetih, 48/29.

<sup>60</sup> İnşirâh, 94/5-8.

bir psikolojiye neden olabilir. Oysaki birey, evladıyla birlikte koştururken ve mücadele verirken aynı zamanda zihninde olumsuz düşüncelere yer vermez böylece olumlu düşüncelerle yoluna devam etmeye gayret gösterir; yaşanan bu durum sayesinde anne veya baba hayatta deneyimlediği her duruma karşı sağlıklı bir düşünce biçimi oluşturma ve kendi kendini motive etme gücünü bulabilir.

Katılımcılarla yapılan görüşmelerde, DS'li çocuğunun eğitim, bakım gibi günlük rutininden arta kalan vakitlerde dikiş diktiklerine, örgü ördüklerine, dernek çalışmalarında yer aldıklarına dair ifadeler kullanılmıştır. Bu uğraşların altında yatan sebep ise aslında bireyin hem kendini faydalı hissetmesi hem kendini motive etmeye çalışması hem olumlu düşünmeye gayret göstermesi hem de çocuğu için mücadeleye devam etmesidir. Anneler iyi olursa çocukları da iyi olur, bu iyi oluş sadece fiziksel sağlık anlamında değildir, psikolojik anlamda da iyi olabilmektir. Ama anne psikolojik olarak iyi değilse, tükenmişlik durumu yaşıyorsa, yorgunluk hali varsa bu olumsuz durum çocuğuna da yansımaktadır ve ivedi bir biçimde toparlanma ihtiyacı doğmaktadır. Böylesi durumlarda birey, “Allah hiçbir kimseyi, gücünün yetmediği bir şeyle yükümlü kılmaz; lehinde olanı da kendi kazandığıdır, aleyhinde olanı da kendi kazandığıdır. Rabbimiz! Unutur veya yanılırsak bizi cezalandırma! Bizden öncekilere yüklediğin gibi bize de ağır yük yükleme! Üstesinden gelemeyeceğimiz şeyleri boynumuza borç kılma! Bizi bağışla, ayıplarımızı ört ve bize rahmetinle muamele buyur! Sen bizim sahibimiz ve yardımcımızsın; artık inkârcı topluluğa karşı bize yardım et!”<sup>61</sup> ayetini hatırlayarak Allah'ın insan fitratına koyduğu o manevi güçten destek almaktadır.

İnal ve Gürsu tarafından yapılan araştırmada katılımcılar, kanser hastalığıyla baş etmede kendileri ve başkaları için dini ve maneviyatı birincil kaynaklar arasında göstermişlerdir (2023: 957). Literatür incelendiğinde daha önce yapılan araştırmalar çalışmamızla paralellik göstermektedir. Katılımcılardan alınan geri dönüşlerde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın beklenmedik ve istenmedik olay ya da durumla karşılaşan bireylerin maneviyat ile içinde buldukları durumu kabullenme ve olumlu düşünce geliştirebilme yönlerine pozitif anlamda katkı sağladığı tespit edilmiştir.

---

<sup>61</sup> Bakara, 2/286.

K1 kod isimli üye, “Bu oturumdan sonra sahipsiz olmadığımızı Allah’ın bizlere çocuklarımızı verirken bir hayır planladığını düşünmeye başladım. Hayatı olağan akışına bırakmanın bizlere faydalı olduğunu düşünüyorum” ifadeleri ile maneviyatın olumlu düşünmesine fayda sağladığını açıklamıştır.

K7 kodlu katılımcı, “Olumlu düşünmek hayatımızı kolaylaştırır. Allah herkese böyle özel çocuk vermezmiş bu düşünce ve Allah inancım, çocuğumu kabullenmemi kolaylaştırdı.” cümleleri ile inancının ve manevi yaşamının çocuğu ile ilgili durumu kabullenmesini kolaylaştırdığını dile getirmiştir.

Katılımcıların bu tema ile ilgili olumlu düşüncelerinin yanı sıra Tablo 3.34.’te annelerin çocuklarına dair, Tablo 3.35.’te ise annelerin kendilerine dair kabul ve inanışları; DS tanılı çocuk sahibi annelerin çocuklarının özel durumunu kabullenmesinde maneviyatlarının ve manevi iyi oluşlarının güçlü bir biçimde etkili olduğunu göstermektedir. Ancak K1 kodlu katılımcı izleme görüşmelerinde; kendisinin seçilmiş olduğunu düşünürken ama aynı zamanda da hüznü hissetmeye devam ettiğini vurgulamıştır. Söz konusu bu durum, kabullenme ve olumlu düşünme temalı oturumun, daha da güçlendirilerek, belirli aralıklarla özellikle kritik dönemlerde (okula başlama, kademe atlama vb.) uygulanmasının annelerin olumlu düşünce geliştirme becerisinde destek hizmet sunacağı ve daha da etkili olacağı düşünülmektedir. Bu sebeple özel gereksinimli birey ya da annelerine yönelik yapılacak bu tür uygulamalarda onların içinde buldukları durumla ilgili kabul ve inanışları yani bu duruma yükledikleri anlam üzerinden temalar oluşturmak isabetli olacaktır.

### **Sabır ve Öfke Yönetimi Temasına Ait Tartışma ve Yorum**

Bu tema ile manevi iyi oluş için sabrı doğru anlamak ve tanımak hedeflenmiştir. Tahammül ile sabır arasındaki farkın bilincine varılması aynı zamanda nitelikli ve doğru olan tutumun sabır olduğunu anlatabilmek amaçlanmıştır.

“Sabır, karşımızdaki herhangi bir olumsuz durum veya olumsuzluk oluşturacak tüm olaylara karşı insanın dayanma gücüdür. Sabır, bir kimsenin alışageldiği tabiatına uygun hallere aykırı, dengesini sarsan, acı ve sıkıntı veren durumlar karşısında direnç göstermesi, katlanması demektir. Sabrın sebat, hoşgörü,

affedicilik, iyimserlik ve rıza ile de ilişkisi vardır.” (Hökelekli, 2013: 117-119). “Sabır, bir yönüyle bilişsel, duygulanımsal ve bilinçdışı düzeylerde yaşantılanan bir psikolojik süreçtir. Bir yanıyla da, psikolojik süreçleri aşan bir manevi haldir.” (Sayar, 2013b: 35). Alan yazındaki tanımlamalarda ve Sayar’ın sabır tanımlamasında yer alan manevi hal, çalışma grubu üyelerinde farkındalık oluşturulmak istenen erdemlilik durumudur. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sonrasında katılımcılar ile yapılan görüşmelerde bu yönde farkındalık oluşturduğu gözlenmiştir.

“Ey iman edenler! Sabır ve namazla yardım dileyin. Şüphesiz Allah sabredenlerin yanındadır.”<sup>62</sup> ayeti ile inananlara Yaradan’ın sabredenlerin yanında olacağı müjdesi verilmiştir. Kuran-ı Kerim’de pek çok ayette sabır unsuruna yer verilmiştir. “Müminin işi ne güzel! Onun bütün işleri hayırlı ve kazançlıdır. Bu duruma müminden başka hiç kimsede rastlanmaz. O, bir nimete nail olduğunda şükrederse, bu onun için hayır olur; darlık ve sıkıntıya düştüğünde sabrederse, bu da onun için hayır olur.”<sup>63</sup> buyuran Hz. Peygamber sabır konusunda inananlara yol göstermiştir. “Kulumun iki gözünü aldığım zaman şikâyet etmeyip sabrederse iki gözüne bedel olarak ona cenneti veririm.”<sup>64</sup> hadisinde sabır mefhumunun kıymeti ve manevi kazanımları üzerinde durulmuştur. Yine bir başka hadiste “Kim sabrederse, Allah da ona dayanma gücü verir. Hiç kimseye sabırdan daha hayırlı ve daha geniş bir ikram verilmemiştir.”<sup>65</sup> buyurularak sabır erdeminin birey için önemli bir manevi kaynak olduğuna dikkat çekilmiştir. Dolayısıyla sabır ve öfke yönetimi manevi yaşamın temel esaslarından. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama süresince katılımcıların pek çoğu, çocuklarının özel durumundan dolayı yaşamlarında bolca sabra ihtiyaçları olduğunu, bazı zamanlarda bir başkasının, çocuklarına sabırla yaklaşmamasından duydukları rahatsızlığı ifade etmişlerdir. Çoğunlukla çocuklarının doğumuyla birlikte verdikleri mücadelede sabır unsurunun temel bir durum olduğunu açıklamışlardır. İnananların Yaradan tarafından vaad edilen bütün mükâfatları elde edebilmesi ve ebedi hüsrandan kurtulabilmesi için

---

<sup>62</sup> Bakara, 2/153.

<sup>63</sup> Müslim, Zühd, 64.

<sup>64</sup> Buhârî, Merda, 7; Tirmizî, Zühd, 46.

<sup>65</sup> Müslim, Zekât, 124.

iman edip salih ameller işlemesi sabrı ve hakkı başkalarına da tavsiye etmesi gerekir.<sup>66</sup>

Bu temada yer alan bir diğer konu da öfke kontrolüdür. “Öfkeyi doğru ifade etme becerisini kazanmaya “öfke kontrolü” denir. Öfke kontrolünde temel amaç; saldırganlıktan uzak, şiddet içermeyen, kişinin kendisine ve çevresindekilere zarar vermeyecek şekilde duygusunu ifade etme becerisini kazanmasıdır.” (Kökdemir, 2004: 7). Bu bağlamda, kendini tanıyan ve tanımayan bireylerin özelliklerine değinmekte yarar vardır. Kendini tanıyan birey gerçek duygu ve düşüncelerinin farkına varabilirken, kendini tanımayan bir kişi ise gerçek duygu ve düşüncelerinin ne olduğunu asla anlamayacaktır. Kendini tanımayan bir kişinin, kendisiyle barışık olması da mümkün olamayacaktır. Bu tür insanlar her an her şeye kızarak, tepki vermeye hazırdırlar. Bunların tepki verip tartıştıkları insanlar da çoğu kez arkadaş çevreleri ve aileleridir. Kendi iç dünyalarında olup bitenleri kavrayamadıkları için dış dünyada olup bitenlerin de kendilerini nasıl etkilediğinin farkına varamazlar. Diğer yandan kendini tanıyan insan, iç ve dış dünyasındaki tüm olayların farkındadır. Çevresindeki insanların kendisini nasıl etkilediğini ve kendisinin de çevresini nasıl etkileyeceğini bilmesi nedeniyle de kendi hayatını yönetebilmektedir. Kendini tanıyan birisi doğru yerde doğru tepkiler vereceğinden kendi beden dilini de iyi tanıması sonucunda sağlıklı iletişime girebilecektir (Cüceloğlu, 2008: 94-95). Günlük yaşam içinde birey her zaman olumlu duygular içinde olamaz, yeri gelir gerginlikler yaşanır yeri gelir öfke duygusu ortaya çıkabilir. Bazı zamanlarda da muhatabın öfkesi ile karşı karşıya kalınabilir. Bu gibi durumlarda öfke kontrolü oldukça önemlidir. Duyguların kaynağı içtendir ve düşünceler o duyguları oluşturur. Bu noktada önemli olan hangi düşüncenin öfkeye sebebiyet verdiğinin farkına varabilmektir. Birey, düşüncelerini tanıma fırsatına sahipse kendini ve duygularını tanıır, bu duygulardan biri olan öfkeyi de yönetebilir (Demirsoy, 2019: 227). Literatürdeki çalışmalar da araştırmamız ile aynı paralelliktedir. Birey kendini tanımaya gayret gösterirse ve sabırlı olmaya çalışırsa daha olumlu ilişkiler kurabilir, bu ilişkiler aracılığıyla hayat kalitesi artar ve manevi iyi oluşu huzurlu bir yaşam sürmesine katkı sağlar.

---

<sup>66</sup> Asr, 103/1-3.

Hoşgörölü ve hataları bağışlayıcı davranmak, Allah ve peygamber övgüsüne mazhar olan davranışlardır. Bu davranışlar, ancak sabırla mümkün olur. Hz. Peygamber, "Güçlü kimse (güreşte) rakibini yenen değil, öfkelendiği zaman kendisine sahip olan kimsedir."<sup>67</sup> buyurmuştur. Öfkesine sahip olabilmek, kızdığı zaman sakin ve soğukkanlı kalabilmek, bağırıp-çağırma ve kötü sözler söyleme gibi davranışlardan uzak durabilmek bir erdemdir. İnsanı öfkeliendirebilecek bir duruma veya olaya ölçüyü aşmayan tepki gösterebilmek ve kırııcı olmamak ancak sabırlı insanların yapabileceği bir tavidir.

Yapılan bir araştırmada 1007 katılımcı ile sabır ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki tespit edilmeye çalışılmıştır. Çalışma sonucunda toplam sabır, sabrın alt boyutları olan kısa süreli sabır, uzun süreli sabır ve kişilerarası sabır ile psikolojik iyi olma arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (M. Doğan, 2017: 134). Karakaş tarafından Sakarya Üniversitesi son sınıf öğrencileri ile yapılan araştırmada öğrencilere sabır tutum ölçeği ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ölçeği uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre sabır tutumu yüksek olan bireylerde sürekli öfke, öfke içte ve öfke dışta alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir düşüş gözlenmiş, aynı zamanda öfke kontrolünde anlamlı bir artış gözlenmiştir. Öfke kontrolünde uzun süreli sabır ve kişiler arası sabır alt boyutlarının anlamlı etkisi gözlenirken, kısa süreli sabrın anlamlı düzeyde bir etkisi gözlenmemiştir (2018: 93). Bu sonuçlara göre bireylerin sabır tutumlarını geliştirdiklerinde öfke kontrol becerileri de gelişebilir. Yapılan araştırmalar çalışmamızı destekler niteliktedir. Nitekim sabır, öfke kontrolünü sağlamaya destekleyici bir unsurdur. Aynı zamanda sabır bireyin manevi gelişimini adım adım artıran aktif bir süreçtir.

K1 kod isimli üye, "Çocuğunu eve kapatan, çocuğunu kabul etmeyen nice insanlar var, nice anneler var. Bu tavır, bu tutum tamamıyla yanlış. Asıl bu tür annelerin böyle eğitimler görmesi lazım, burada olması lazım. Böyle tanıdığım anneler var. Onların çok ihtiyacı var böyle desteklere, eğitimlere. Sabırla 'Hamdım, piştim, yandım.' diyorsun zamanla Mevlana gibi." cümleleri ile oturumların kendisine iyi geldiğini ifade etmiştir.

---

<sup>67</sup> Müslim, Birr, 107; Buhârî, Edeb, 106.

K3, “Çocuk büyütme sabır işi, özel çocuk büyütme daha çok sabır işi.” diyerek içinde bulunduğu sürecin bilincinde olduğunu hissettirmiştir.

K7, “Bugün sabırla tahammülün farklı şeyler olduğunu öğrendim. Mesela ben çocuğumu kaybettim ya ilk zamanlar çok kötüydim. Sabrettim, şimdi bu sabır sağanak sağanak sevaba sebep mi olacak? Çok etkilendim anlattıklarınızdan.” ifadelerini kullanmıştır.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan uygulamadaki sabır ve öfke kontrolü ile ilgili oturumda katılımcılara sabır tutumunun erdemli bir davranış biçimi olduğu aktarılmaya çalışılmıştır. Hem oluşturulan görüşme formlarında hem de oturum esnasında katılımcıların sabır ve öfke kontrolünü ölçmeye dair bir uygulama yapılmamıştır. Dolayısıyla bu tema ile ilgili net verilere ulaşılabilecek farklı içerikler uygulanabilir bu yönden çalışmamızdaki bu oturum zayıf kalmış ve başka bir destek ölçme aracına ihtiyaç duyulmuştur. Ancak bununla birlikte katılımcıların görüş ve ifadelerinden uygulama sayesinde çalışma grubu üyelerince sabır ve tahammül arasındaki farklılığın anlaşıldığı tespit edilmiştir. Sabırlı olmanın inananlar için çok kıymetli olduğunun bilincine varıldığı gözlemlenmiştir.

### **Tevekkül ve Sorumluluk Temasına Ait Tartışma ve Yorum**

Bu tema ile temel amaç, manevi iyi oluşa katkı sağlaması yönüyle katılımcılara doğru tevekkül anlayışını kazandırmaktır. Özellikle DS’li çocuk sahibi annelere içinde buldukları her koşulda Yaradan’dan manevi destek almanın tevekkül ile ilişkisi ve Yaradan’a güvenin huzur vericiliği konusuna dikkat çekilmeye çalışılması, tevekkülün inananlar için pasif bir bekleyiş olmadığını ve aktif bir süreç olduğunu, bu aktif süreçte sorumluluğun da önemli olduğunu fark ettirmek hedeflenmiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın katılımcılara hedeflenen amaçları kazandırdığı ve çalışma grubu üyelerinin tevekkül anlayışlarında farkındalık oluşturduğu tespit edilmiştir.

Tevekkül dinî ve tasavvufî bir terim olarak “Bir kimsenin kendini Allah’a teslim etmesi, rızkında ve işlerinde Allah’ı kefil bilip sadece O’na güvenmesi” şeklinde tanımlanmaktadır (Çağrı, 2012: 1-2). Sevgi ve güvene dayalı bilişsel ve duyuşsal bir duruş sergilemektir. Aynı zamanda insanın tedbir ile takdir arasındaki

süreci kontrol edebilme becerisini içerir. Birey üzerine düşen sorumluluğu yerine getirirken bir yandan da mutlak manada Allah'a inanır ve güvenir. Bu yönüyle aslında aksiyon içeren bir tavidir (Ayten ve Düzgüner, 2017: 163). Tevekkül bireyin yaşama karşı duruşunda rol oynayan aktörlerden birisidir. İnananların Allah'a olan inancını gündelik hayatta uygulamaya geçirebildiği aktif bir süreçtir. Mevlana'nın Mesnevi'sinde av hayvanları ve aslan üzerinden aktardığı anlatıya göre, hayat mücadelesinin Allah ile olan irtibatıdır (2013: 45-49).

“Allah'a tevekkül et; vekil olarak Allah yeter”<sup>68</sup> ayetinde de Allah'ın kullarına güven verdiği, kulun duyduğu bu güven ile kendini çaresiz, güçsüz ve desteksiz hissetmemesi ifade edilmektedir. Din, bireyin olumlu veya olumsuz her ne şekilde olursa olsun, başına gelen her olayın bir anlamı olacağını ifade eder. Bu yüzden inanç ve maneviyat, kişinin karşılaştığı olay ve durumları algılamak, kavramak ve değerlendirmek, onları daha geniş modelin bir parçası olarak deneyimlemek için bir yapı sunar (Cengil, 2003: 141; M. Şahin, 2018: 31).

Hız. Peygamber'in, “Devemi bağladıktan sonra mı tevekkül edeyim yoksa bağlamadan mı?” diye soru soran bir sahabeye, “Önce bağla, sonra tevekkül et”<sup>69</sup> şeklindeki cevabı tevekkülün bir aksiyon hali olduğunu anlatmaktadır. Tevekkül azim, sabır, mücadele, sebat etmek gibi kavramları da içinde barındırmaktadır.

Yapılan bir araştırmada katılımcıların tevekkül etmenin sonucunda rahatladıkları, kaygılarının azaldığı, psikolojik dayanıklılıklarının arttığı, huzur duydukları görülmüştür. Pek çok psikolojik/psikiyatrik müdahale bireylerin korku, kaygı ve endişeleri ile başa çıkarak rahatlamalarını, psikolojik dayanıklılıklarını artırmayı, onları daha mutlu, huzurlu yapmayı hedeflemektedir. Bu anlamda inançlı kişiler için tevekkülün önemli bir destek mekanizması olduğu söylenebilir. Bahsedilen sonuçların dışında tevekkülün olumsuz olay veya durumları kabullenmeyi kolaylaştırdığı, öfke kontrolüne etki ettiği, kişilerarası iletişimi pozitif kıldığı, sabretmeyi sağladığı, iyimser düşünmeyi teşvik ettiği, sakinlik verdiği, bencillik ve hırstan koruduğu, bakış açısını genişlettiği, benlik saygısını artırdığı görülmüştür. Bu sonuçlar ele alındığında tevekkül yöneliminin kişinin yaşamında

<sup>68</sup> Ahzâb, 33/3.

<sup>69</sup> Tirmizî, Kıyâme, 60.

psikolojik yönden olumlu etkilere sahip, basit bir sorumluluğu başkasına (Allah'a) havale edip rahatlamanın ötesinde, içerisinde çeşitli dinamik süreçlerin bulunduğu, çok boyutlu bir yapı olduğu anlaşılmaktadır (M. Şahin, 2018: 184).

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın, tevekkül konusunun içeriği de bu yönde oluşturulmuştur. Bireyin zor ve sıkıntılı anlarında tevekkül etmenin kişiyi huzura ve sakinete ulaştırması üzerinde durulmuştur. Nitekim katılımcılardan gelen geri dönüşler de bu anlamda pozitif yönde olmuştur.

K1 kod isimli üye, “Aslında çocuğumuz doğduğundan beri tevekkül içindeymişim de ben farkında değilmişim. Maneviyatımız iyi olursa tevekkülümüz daha güzel olur. Bunu fark etmemi sağladınız, Allah razı olsun sizden.” cümleleri ile tevekkülün içinde bulunduğu durumu kolaylaştırdığını ifade etmiştir.

Çalışmamızdaki Tablo 3.19.'da annelerin zor ve sıkıntılı dönemlerinde Allah'tan güç aldıklarına ve Tablo 3.20.'de sıkıntılı durumlarla baş edebilmede duaya yöneldiklerine dair ifadeleri neticesinde araştırmamızın alan yazın ve yapılan çalışmalarla aynı paralellikte olduğu sonucuna varılmıştır. Tablo 3.21.'de katılımcıların hayata bakış açılarında maneviyatın olumlu etkisi ve Tablo 3.22.'de çalışma gurubunun sadece Allah'tan yardım istediklerine dair veriler ise manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın, bireyin istenmedik ve beklenmedik olay ya da durumlara karşı tevekkül ile yaklaşımının yaşamına pozitif katkı sağlayacağını göstermiştir.

### **Dua, Umut, Şükür Temasına Ait Tartışma ve Yorum**

Bu temanın amacı, her durum ve her şartta Allah'tan umut kesilmeyeceğinin bilincine varmak ve inananlar için Allah'ın dua ile destek olacağını bilmektir. Koşullar ne olursa olsun an'da kalabilmek ve içinde bulunulan sürece şükretmenin güzelliğini anlamak böylece manevi iyi oluşa katkı sağlamak hedeflenmiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama ile bireyin hayatındaki zorluklara karşı duadan destek aldığı tespit edilmiştir. Aynı zamanda uygulama, yaşanan zor ve sıkıntılı süreçlerde Allah'tan umut kesmemenin sağlıklı bir yaklaşım olduğu bilincini katılımcılara kazandırmıştır. Şükretmenin ise Allah ile olan bağı güçlendirdiği yönünde manevi iyi oluşa pozitif katkı sunduğu sonucuna varılmıştır.

Dua, huzur ve güven kaynağıdır. İnsan hayatı boyunca sadece sonucunu belirleyebileceği ya da kontrol edebileceği durumlarla karşılaşmaz. Birey, irade ve kontrolü dışında gelişen yoksulluk, ölüm, savaş, depresyon, yangın gibi bireysel, toplumsal ve doğal felaketlerle de karşılaşabilir. Böyle zamanlarda yapılan dua ile çaresizlik ve yalnızlık duygusuyla baş edebilmek için yüce bir “Varlık” a sığınma, O’ndan yardım dileme ihtiyacı hissedilebilir. İnsani çabaların yeterli olmadığı bu tür durumlarda Rabbine yöneliş, insana coşkun/derin bir manevi huzur ve güven duygusu verir. Ona asla çaresiz ve yalnız olmadığını hatırlatan bu huzur ve güven hali, sonsuzdan gelen ilahi bir lütuftur (Çapcıoğlu, 2021: 48; Horozcu, 2013: 178; Şirin, 2014: 255; Tarhan, 2019: 147).

Literatür incelendiğinde yapılan pek çok araştırmada dua, bireyin deneyimlediği istenmedik olaylar ile başa çıkmasını ve içinde bulunduğu olumsuz duygu durumundan uzaklaşmasını sağlayan unsurların başında gelmektedir. Bireyin hayatında istenmedik bir olayla karşılaşması durumunda kendini daha iyi hissedebilmek adına başvurduğu dini referanslardan birisi de duadır (Koenig, 2013: 217). Bakırtaş ve İmamoğlu tarafından özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynler ile yapılan araştırmada anne ve babaların beklemedikleri bu durumla baş etmede dua, birincil başvuru kaynağı olarak tespit edilmiştir. Dua etmek stres, kaygı ve korku oluşturan durum ya da olayı değiştiremiyorsa da duygusal gerginliği hafiflettiği görülmüştür (2022: 21-22). Özel gereksinimli çocuk sahibi ailelerle normal gelişim gösteren çocuk sahibi aileler üzerinde yapılan bir diğer araştırmanın bulgularında dini yalvarma boyutunda anlamlı derecede daha yüksek puan alan özel gereksinimli çocuk sahibi ebeveynler, normal gelişim gösteren çocuk sahibi ebeveynlerden sorunlarına çözüm olması için Allah’a daha sık dua etmekte oldukları, arkadaşları ve yakınlarından kendilerine dua etmelerini istedikleri tespit edilmiştir (M. Doğan, 2016: 3231). Kuzey Carolina’da Duke Üniversitesi Tıp Merkezi’nin genel tıp, kardiyoloji ve nöroloji servislerine kabul edilen 337 hastanın incelenmesi sonucunda, yaklaşık olarak bu hastaların % 90’nı içinde bulunduğu durumla başa çıkmak için bir dereceye kadar dini kullandıklarını ifade etmiş ve bunların % 40’ından fazlası dinin hâlihazırda kendilerini koruyan en önemli faktör olduğunu belirtmiştir (Koenig 1998: 213). Arıcı tarafından yapılan araştırmada duanın, olayların yeniden

değerlendirilmesi ve yorumlanması ile bilişsel farkındalık ve kabullenme stratejisi olarak bireyin hayatında rol oynadığı sonucuna varılmıştır (2005: 162). Aynı zamanda Gashi (2016) tarafından yürütülen bir araştırmada dua ile hayat memnuniyeti arasında pozitif yönde ilişki olduğu bulgulanmıştır.

Alanda yapılan çalışmalar, tarafımızca gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamayı destekler niteliktedir. İnanan birey için, başına gelen herhangi bir olumsuz olay veya durumda dua, manevi alanda başvuracağı ilk referanslardan birisidir. Yaradan ile bağ kurabileceği, kendini güçsüzlük, çaresizlik ve yalnızlık hissinden arındırabileceği adeta dini/manevi bir reçetedir. Katılımcıların görüşleriyle oluşan Tablo 3.32.'de duanın birey için rahatlatıcı ve huzur verici etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. Çalışma grubu üyelerinden K7, duanın kendisine destek olduğunu şu cümlelerle açıklamıştır:

“Evladımı kaybettiğim zaman hep dua edip rahatlamaya çalıştım. Şimdi anladım ki ayağa kalkıp tekrar hayata dönmemde dua manevi desteğim olmuş.” (K7)

Dua, kulluk makamlarının en önemlisidir. “(Ey Muhammed!) De ki: “Duanız olmasa Rabbim size ne diye değer versin! ...”<sup>70</sup> buyurularak insanın Allah’a bu yönelişiyle ancak değer kazanacağı ifade edilmiştir. İnanan insan, kul olarak değerini dua ile belirlemektedir. Dua eden kişi, Yaradan’dan umudunu kesmemiş demektir. İçinde ümidini barındıran insanlar duaya sarılırlar ve duadan destek alırlar. Umut bireyin hayatındaki anlam kaynaklarından biridir. Umut olmazsa yaşamın da anlam ve amacı yoktur. “Bazen bedel ödeyerek öğreniriz. Aldığımız yumruklar, bizi bir sonrakine karşı daha güçlü kılar. Hayat ve neşenin, tabir caizse ‘çantada keklik’ olmadığını, bu yüzden hayatın her anının anlam duygusunu tadarak dolu dolu yaşanması gerektiğini fark ederiz. Bunun için muhtaç olduğumuz kudret yaratılışımızda mevcuttur. Ümitle sarılırız hayata, ümitle nefes veririz. Beckett’in o ünlü sözünde söylendiği gibi, ‘Bir daha dene, bir daha yenil, daha iyi yenil’. Öğrenmeyi bilirsek; engeller sıçrama tahtasına döner, kırılmanlık zenginliğe, zayıflık güce, imkânsızlık imkâna inkılab eder.” (Sayar ve Bağlan, 2019: 16).

---

<sup>70</sup> Furkân, 25/77.

Hz. Peygamber yaşamı boyunca pek çok sıkıntıyla mücadele etmiştir. Küçük yaşta annesinin ve çok sevdiği dedesinin kaybını yaşamıştır. Altı evladını toprağa vermiş ve onların ardından gözyaşı dökmüştür, üzüntü duyduğunu ifade etmiştir. Kendisine inanmayanlarla da birçok kez karşı karşıya gelmiştir. Sahabenin başına gelen sıkıntı verici durumlarda da onlar için üzümüştür. Ancak hiçbir zaman Allah'tan ümidini kesmemiştir. Çevresindekilere de destek olmaya çalışmış, onlara moral vermiştir. Hz. Muhammed'in hayata iyimser bakışı, popüler tabirle pozitif yaklaşımı Müslümanlar için önemli bir örnektir (Sarıçam, 2007: 269-270).

Umut ve maneviyat ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde pek çok araştırmada umut, iyi oluş düzeyi arasında ve umut maneviyat ilişkisi arasında pozitif yönde etkileşim olduğu görülmektedir. Alanda ilk çalışmalardan sayılabilecek olan "Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-Sosyal Faktörler ve Din" isimli doktora tezinde umut, iyimserlik ve dindarlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir (Bahadır, 1999: 188-191). Yaşamında beklenmedik ya da istenmedik olaylarla karşılaşan bireye pozitif destek sağlayan umutla problem çözme arasında anlamlı pozitif korelasyonlar bulunmuş, umudun problem çözmeye motivasyon kaynağı olduğu belirlenmiştir. Taylor ve arkadaşları başa çıkma sürecine umudun etkisini, koruyucu fonksiyon üstlenen birincil önleme ve problem çözücü ikincil önleme olarak açıklamaktadır. Birincil önleme gelecekte oluşabilecek psikolojik ve fizyolojik sağlık sorunlarının olasılığını azaltmak veya ortadan kaldırmak için umutlu düşünce ve eylemleri; ikincil önleme ise başa gelen problemden sonra sorunun çözülmesi, bireyin hayatındaki olumsuz etkisinin azaltılması ya da ortadan kaldırılmasına yönelik umutlu düşünce ve eylemleri içermektedir (Snyder, Rand ve Sigmon, 2002: 262-264). Dilbaz ve Seber tarafından yapılan araştırmada umudun gelecekteki hedefleri gerçekleştirmede bir çıkış yolu olduğunu ve olumlu duygulanımı artırdığı tespit edilmiştir (1995: 134). Bireyin mücadeleyle dolu yaşam serüveninde ona pozitif destek sağlayabilecek tutumlardan biri umuttur. Genel bir eğilim olmasına rağmen kişi umuda hayatının sıkıntılı ve bunalımlı dönemlerinde daha fazla ihtiyaç duymaktadır (M. Doğan, 2016: 3219). Umut, insanın yapabileceklerinin de ötesine geçmesine imkân tanır. Geleceğe yönelik umutlu olmak, bireyin geçmişe dair negatif düşüncelerinden sıyrılmasını ve var olan

sıkıntılılarıyla başa çıkmasını sağlamaktadır (Bahadır, 2002: 81). Korelasyonel, deneysel ve klinik çalışmaların hemen hepsi umut ve iyimserliğin; mutluluk, adaptif başa çıkma, olumlu ilişkiler ve hem fiziksel sağlık hem zihinsel sağlık hem de manevi boyutla pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir (Carr, 2016: 91).

Alanda daha önce yapılan çalışmalar, araştırmamızı destekler niteliktedir. Tablo 3.1. verilerine göre; manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın, katılımcıların çocuklarının durumunu kabullenme ve geleceğe dair iyimser düşünebilme tutumlarını kazanmada umutlu olmanın motivasyon kaynağı olduğu ve sorunların üstesinden gelebilme konusunda destek sağladığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte izleme görüşmelerinde bazı katılımcıların uygulama sonrasına göre iyimser bakış açılarını ve hayata dair umutla yaklaşımlarını koruyamadıkları görülmüştür. Bu durum uygulamanın bu yönde zayıf kaldığını ancak tarafımızca belirli aralıklarla umut temasının işlenmesinin katılımcılara destek hizmet formunda katkı sunacağı düşünülmüştür.

K1 kodlu katılımcı “Ben genelde karamsar birisiyim ama böyle olmamın hayatımı zorlaştırdığını anladım. Ümitvar olursak daha huzurlu ve mutlu oluruz.” açıklamasıyla yaşama dair iyimser bakış açısı kazanmada umut edebilmek ve Allah’tan ümidi kesmemenin bireye kattığı huzur ve mutluluk halini ifade etmiştir.

K2 kod isimli üye “Ben dua sayesinde ve Allah’tan ümit kesmeyerek DS’li evladıma sarıldım ve mücadeleye devam edebildim. Sizin anlattıklarınızla o dönemi nasıl atlattığımı daha iyi kavradım.” cümleleri ile yaşamında başına gelen zorlu süreçle başa çıkmasında, mücadele motivasyonunu kazanmasında dua ve ümit etmenin destek olduğunu dile getirmiştir.

K5 kod isimli üye “Umut hayatımızı daha da renklendirip yaşama daha sıkı bağlanmamızı sağlar. Umudumuzu asla yitirmemeliyiz. Rabbim ol deyince her şey olur...” cümleleri ile hayata bağlanmasında, yaşamdan keyif almasında ve hayatına dair anlam yüklemesinde umut etmenin kendisine destek sunduğunu açıklamıştır.

Temanın bir diğer konusu ise şükür olarak işlenmiştir. Sözlükte “Yapılan iyiliği bilmek ve onu yaymak, iyilik edeni iyiliğiyle övmek; minnettarlık” anlamındaki şükür kavramı terim olarak, “Allah’tan veya insanlardan gelen nimet ve

iyilikten dolayı minnettarlığını ifade etme, nimete söz ve fiille mukabelede bulunma, Allah'a itaat edip günah işlemekten uzak durmak suretiyle nimetin gereğini yapma" şeklinde tanımlanmıştır (<https://islamansiklopedisi.org.tr/sukur> 08/09/2023).

Şükür, bireyin hayat mücadelesinde güçlü duruşunu korumasını sağlayan, dik duruşunu artıran, ona güç veren ruhsal ve kişisel başarıdır. Şükretmek insanın iyi oluş durumuna yardımcı bir faktördür. Şükretmek, bireyin içinde bulunduğu anı fark etmesiyle başlar. Şükreden birey, anı yaşar, hayatından tat alır, mutlu olur ve hayat memnuniyeti artar. Yapılan birçok araştırmada hayat memnuniyeti ve şükür arasında güçlü bir bağ olduğu ortaya çıkmıştır. Şükretmeyi öğrenmiş olan insan, olgunlaşmış ve yaşamın içinde karşılaşılabileceği pek çok psikolojik rahatsızlıklara da bariyer oluşturmuş olur. Böylece birey; daha üretken, daha çalışkan, daha azimli, daha enerjik ve daha mutlu olacaktır. Şükran duyan bir tutum geliştirdiğinde birey, başına gelebilecek olumsuz olayların hayatına kattığı anlamı keşfetmede de ilk adımları atacaktır (Hökelekli, 2013: 142-152). Şükür duygusuyla birlikte gelen kanaatkârlık, insan yaşamı için oldukça önemli bir erdemdir. Yapılan araştırmalar göstermektedir ki; kanaatkâr bireylerin psikolojik sağlık ve anın hazzına varabilme düzeyleri daha yüksektir (Carr, 2016: 91; Tarhan, 2017: 189; Yılmaz ve Karacoşkun, 2013: 168). Bireyin hayatının çeşitli dönemlerinde herhangi bir sıkıntıyla karşılaşınca; başına gelenleri bu dünyadaki imtihanın bir parçası olarak görüp sabretmesi; çözüm ve mücadele için elinden geleni yaptıktan sonra Allah'a tevekkül etmesi; her insanın bir imtihanının olabileceği bilincinde olup alçakgönüllü davranması; başına gelenlere rağmen hayata küsmemesi, başkalarını suçlamaması yani affedici olması; daha kötü durumları görüp haline şükredebilmesi; sıkıntıların üstesinden gelemediği durumlarda Allah'a yalvarması ve Allah'tan yardım dilemesi dini başa çıkmanın önemli unsurlarındandır (Ayten, 2021: 42; Utz, 2015: 25).

Bakara Suresi'nde "Ey iman edenler! Size verdiğimiz rızıkların temiz olanlarından yiyin ve Allah'a şükredin; eğer O'na kulluk ediyorsanız."<sup>71</sup> buyrulur ve kulluk ile şükür arasındaki ilişki Allah tarafından açıkça ifade edilir. Hz. Peygamber de "Kime bir iyilik yapılmış ise karşılığını versin, buna gücü yetmezse

---

<sup>71</sup> Bakara, 2/172.

onu ansın; çünkü onu anan, ona şükretmiş olur.”<sup>72</sup> buyuruyor. Bakara Suresi 152. ayette “Artık siz beni anın ki ben de sizi anayım. Bana şükredin, bana nankörlük etmeyin!” buyurularak şükür ve Allah’ı anmak arasındaki ilişki daha net anlaşılmaktadır.

DS tanılı çocukların aileleriyle yapılan bir araştırmada, ebeveynlerin çocuklarının durumlarını ilk öğrendikleri andaki duyguları gözlemlenmiş, bununla sağlık sorunları olan çocuklara sahip olan ebeveynlerin minnettarlık durumları araştırılmak istenmiştir. Yapılan araştırmada bu aileler, çocuklarının önemli sorunları olmasına rağmen, çocuklarını her sağlıklı çocuk gibi aileye verilen bir hediye olarak gördüklerini ifade etmişler ve bu minnettar yaklaşım ile yaşadıkları stresi dengelemeyi ve içinde buldukları durumla baş etmeyi başardıklarını göstermişlerdir (King vd., 2000: 534-535). Göcen tarafından yapılan araştırmada şükür ile dini yaşam ilişkisi arasında pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir (2014: 243). Günümüzde uluslararası yayın yapan down sendromuyla ilgili bir web sayfasında anne adayları veya yeni doğum yapmış ve bebeği down sendromu tanısı almış ebeveynlere destek niteliğinde şükür günlükleri tutmaları öneriliyor (<https://downsyndromepregnancy.org/50-things-to-do/> 18/10/2023). Aynı zamanda ailenin yeni üyesi olan DS tanılı çocuklar için ebeveynlerinin neden minnettar oldukları ve neye şükrettikleri ile ilgili bir bölüm yayınlanmaktadır (<https://downsyndromepregnancy.org/giving-thanks/> 11/06/2023).

Alandaki çalışmalar, bireyin şükür tutumunun psikolojik sağlığına pozitif yönde etki ettiğini göstermektedir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sonrasında katılımcılardan alınan geri dönüşler de daha önceki araştırmalar ile aynı paralellikte sonuçlar vermiştir. Araştırmamızdaki katılımcılar, şükrettikçe daha huzurlu olduklarını ve başlarına gelen olaylara şükür penceresinden baktıklarında durumlarını kabullenme sürecinde şükür halinin olumlu katkı sağladığını ifade etmişlerdir.

K3 kodlu üye “Hayatımda şükredeceğim çok şeyin olduğunu fark ettim. Allah’tan başka gidecek kapımız yok, bu oturumdan sonra bunu çok daha iyi

---

<sup>72</sup> Tirmizî, Birr, 87.

anladım.” cümleleri ile bireyin hangi durum ve şartlarda olursa olsun şükredecek çok fazla nimetinin olduğunu ve Allah’tan dilemenin güzelliğini, Allah ile olan bağımlı anlatmaya çalışmıştır.

K4, “Şükür duygum var, bu şükür durumu ruh halimi iyi yönde etkiliyor.” cevabıyla şükür duygusunun, manevi iyi oluşuna olumlu etkisini ifade etmiştir.

#### **4.1.4. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Down Sendromu Tanılı Bireylerin Annelerinin Anlam Dünyasına Etkisine İlişkin Tartışma ve Yorum**

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama öncesi, uygulama sonrası ve izleme görüşmeleri nihayetinde elde edilen bulgularda, DS’li çocuk sahibi annelerin manevi yaşamlarında şu hususlarda değişimler yaşandığı tespit edilmiştir:

- Manevi çatışmalarını çözebilme
- Aşkın olanla bağlantı
- Anlam arayışı
- Olumlu dini başa çıkma

Söz konusu her bir kazanım ile ilgili değerlendirme, alanda yapılan çalışmalar da ele alınarak bu bölümde yorumlanmıştır.

#### **Manevi Çatışmalarını Çözebilme**

İnsanlar, bir dine mensup olsunlar ya da olmasınlar spiritüel bir boyuta sahiptirler. Spiritüel boyut; yaşamın, sağlığın, hastalığın, acının, ölümün ve yasın anlamının bulunmasında bireylere yardımcı olur. Genelde sağlık bilimleri ve sosyal bilimler özelde ise din psikolojisinin anahtar kavramlarından biri olan maneviyat, neredeyse bireyin hayatının tamamında etki alanına sahiptir (Düzgüner, 2013: 81). Etkin ve içsel yönü olan manevi boyut ile insanoğlu hayatın anlamını, dünyada var oluş amacını ve aşkınlığı arar. Özellikle bireyin yaşadığı zorluklar, sıkıntılar ve engellemeler ruhsal ve manevi çatışmaya sebebiyet verebilir. Bu olay için “Neden ben?” sorusunu sorarak isyan eder ve bazı zamanlar da yaşadığı acıyı anlamlandıramaz. Öfke duygusunu Tanrı’ya veya doğa yasalarına yansıtabilir. Umudu kalmayan bireyler, evladını kaybeden ebeveynler yeryüzündeki kötülüğe

anlam veremeyebilir ve “Tanrı nerede?” diyerek O’ndan vazgeçebilir. Bu vazgeçiş hem kendisiyle hem başkalarıyla hem de Tanrı’yla olan ilişkilerinin zarar görmesine neden olabilir (Ayten, 2018: 51-52).

Birey; mutlu olma, hayat kalitesini artırma, kendini gerçekleştirme, olgunlaşma ve iç huzura kavuşma gibi birçok hedefe maneviyatın gücü ile ulaşabilir. Dolayısıyla insanoğlunun, yaratana ve çevresi ile olumlu ilişkiler kurması, sorunlarına çözüm üretme becerisi geliştirmesi maneviyatını güçlendirmesi ile gerçekleşebilir (Düzgüner ve Ayten, 2021: 9). İnsanın inandığı değerlerle tutarlı davranış sergilemesi, psikolojik sağlığını da olumlu yönde etkilemektedir (Cüceloğlu, 2006b: 147).

Ülkemizde Din Psikolojisi Alanında gerçekleştirilen maneviyat odaklı çalışmalar, manevi iyi oluşun bireyler üzerindeki olumlu etkilerini ispatlamıştır. Özel gereksinimli çocuğa sahip annelere yönelik manevi destek aracılığıyla güçlendirme uygulamasının annelere etkisinin incelenmesi (Kara, 2018), özel gereksinimli bireylere yönelik manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri (Kula, 2020), özel gereksinimli çocuk sahibi annelerin manevi içerikli program ile dini başa çıkma, psikolojik iyi oluş durumuna ve hissettiği kaygıya etkisi (Karagöz, 2020), huzurevi yaşlılarının manevi gereksinimlerinin belirlenmesi (Dağcı, 2020), kanser hastalarında manevi danışmanlık uygulamalarının kaygı ve yaşam kalitesi üzerindeki etkisinin incelenmesi (Kurt, 2021), olağanüstü durumlarda manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin tespit edilmesi (Gürsu, Söylev ve Demirtaş 2021), kronik hastaların manevi gereksinimlerinin incelenmesi (Akbolat, 2022), gazilerin karşılaştığı sorunlar ve manevi danışmanlık ihtiyaçlarının tespiti (Harputlu, 2023) konulu araştırmalarda elde edilen bulgular, maneviyatın ve manevi iyi oluşun güçlü yapılandırmasının bireyin yaşamına pozitif yönde katkısına örnek verilebilir. Tüm bu çalışmalar, bizim araştırmamızı da destekler niteliktedir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama aracılığı ile katılımcılar, rahatladıklarını, isyan eden taraflarının sakinlediğini ve eskiye oranla daha huzurlu olduklarını ifade etmişlerdir.

K2, “Çocuğum doğduğunda ve bana durumunu söylediklerinde kırk gün odamdan çıkmadım, aylarca da kimseyle görüşmedim. Ben ne yaptım ki Allah bana bu çocuğu verdi diye düşündüm. Hatta uzunca bir süre ibadetlerimi yapmayı bile

bırakmışım. Ama şimdi anlıyorum ki bu yaptıklarım isyan noktasındaymış. Allah beni çok seviyor ki bana oğlumu vermiş bu yaştan sonra.” cümleleri ile katılımcının yaşadığı manevi çatışmayı çözümleyebilme imkânı yakaladığı tespit edilmiştir.

K6, “Huzurlu olurum, mutlu olurum, ferahlarım. Etrafımızda onca olan kötülükler var ama elimizden bir şey gelmiyor iyi ki Allah var bunların karşılığı olacak diye düşünüyorum. Allah’ın adaleti beni rahatlatıyor.” açıklaması ile ilahi adaletin manevi çatışmaları çözümlemedeki desteğini vurgulamıştır.

### **Aşkın Olanla Bağlantı**

İnsanoğlunda mükemmele ulaşmaya yönelik, gelişim ve ilerleme yeteneği, bireyin varoluşunun özünü ve evren ve Allah ile olan ilişkisini oluşturur. Dolayısıyla büyümek ve gelişmek isteyen ruhsal yapı, içindeki kutsal tanımaya gereksinim duyar (Dharamsı ve Maynard, 2015: 137). İlahi söylemek, dua etmek, dini pratikleri yerine getirmek, zikir yapmak gibi dini ritüeller aşkın olanla bağlantı kurmaya aracılık eden dinamiklerdir (Carr, 2016: 36). Aşkının karakter özellikleri arasında güzelliği ve mükemmeli takdir etme, şükran, umut, mizah anlayışı ve dindarlık yer alır. Söz konusu bu güçlü nitelikler, insanın kendini aşmasına, evrenin genişliği ile bir bağ kurmasına ve yaşamında anlam üretmesine imkân sunar. Takdir, bireyin hayatında güzel ve noksansız olan her şeyle; minnet, şükran duyduğu güzelliklerle; umut, hayalleri ve özlemleriyle; mizah, olumsuz duygular yerine olumlu duygular yaratarak zorluklarla ve belirsizliklerle; dindarlık ise manevi olanla, aşkın boyutlarıyla evrenin ideal, ilahi ya da kutsal yönleriyle bağlantı kurmasını sağlar (Carr, 2016: 90). Haşr Suresi 190. ayette “Göklerin ve yerin yaratılışında, gece ile gündüzün farklı oluşunda akliselim sahipleri için elbette ibretler vardır.” buyurularak, insanın evren üzerinde sağlıklı gözlemde bulunması sonucunda muhteşem sistemi kavrayacağı, onu yaratıp düzenleyeni bilip tanıyacağı ve nihayet bir bakıma yaratana ile bağ kuracağı bildirilir. Kurulan bağ sonucunda da inananlar, her daim her şartta ve koşulda Allah’ı anarlar.<sup>73</sup>

İnsanoğlunun yaratıcısı ile olan bağı, onun aşkın yönünün tezahür etmesidir. Aşkın olanla bağını koparan kişi, kendisine de yabancılaşır ve kendi varoluşsal

---

<sup>73</sup> Âl-i İmrân, 3/191.

doğasından da uzaklaşır. İnsanı insan yapan nüve; Allah'ın yeryüzüne halife kıldığı insana<sup>74</sup> üflediği nefhadır. Bu nedenle Allah'a yakınlıkla bireyin gerçek benliğine yakınlığı doğru orantılıdır (Özdoğan, 2009: 26-27). Sufiler, gerçek manada huzur ve mutluluğu Allah'ı bilmekle ilişkilendirmişlerdir (Ayten ve Düzgüner, 2017: 153). Kuran-ı Kerim'de bu durum “Allah'ı unutan, bu yüzden Allah'ın da onlara kendilerini unutturduğu kimseler gibi olmayın. İşte onlar gerçekten yoldan çıkmışlardır.”<sup>75</sup> ayeti ile açık bir şekilde ifade edilmiştir.

Allah insanı en güzel biçimde yaratmış, ona bedenini yanı sıra akıl ve duygular da bahşetmiştir. Kur'an-ı Kerim'de Allah, insana aklını kullanmasını istemesinin yanı sıra kalben huzur bulacağı yolları da göstermiştir. İnsanın ancak Allah'ı anmakla huzura erişeceğini belirten ayet<sup>76</sup>, insanın aşkın olan varlıkla bağımlı güçlü tutmasının önemini ifade etmektedir. “Doğu da Allah'ındır batı da. Nereye dönerseniz Allah'ın zâtı oradadır. Şüphesiz Allah (zât ve sıfatlarında) sınırsızdır, her şeyi bilmektedir.”<sup>77</sup> ayeti insanın her nereye bakarsa baksın kutsalla olan bağımlı ifade etmektedir. Kendini bilen, varlığının farkında olan, yaratanını bilen birey Allah'ın insanlara şah damarından daha yakın olduğunu<sup>78</sup> da bilir ve bu gerçeği hayatına yansıtarak yaşamaya çalışır.

Araştırmamızda literatürle aynı paralellikte sonuçlara ulaşılmıştır. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın, katılımcıların aşkın olanla yani yaratıcı ile bağ kurmasına destek sağladığı görülmüştür. Tablo 3.15.'e göre uygulama öncesi bazı katılımcıların suçluluk ve yetersizlik duygusu içinde oldukları ve Allah'a yakınlığı, koşullu bir yakınlık olarak değerlendirdikleri ancak uygulama sonrasında bu fikirlerinde beklendik yönde değişim olduğu tespit edilmiştir.

K6, “Allaha inanıyorum. Çok şükür iyi ki de var yoksa insanoğlu kime sığınır, kimden yardım bekler, kime derdini anlatır.” cümleleriyle aşkın ile olan bağa bireyin ihtiyacının olduğunu ve kutsaldan destek aldığını ifade etmiştir.

<sup>74</sup> Bakara, 2/30; En'âm, 6/165.

<sup>75</sup> Haşr, 59/19.

<sup>76</sup> Râd, 13/28.

<sup>77</sup> Bakara, 2/115.

<sup>78</sup> Kâf, 50/16.

K7, “Allah’ımı çok seviyorum, namazımı da kılıyorum, Kur’an’ımı da okuyorum. Allah’ın varlığına birliğine ve her zaman yanımda olduğuna inanıyorum. Ne dua ne dilek istediysem oldu, Rabbim beni bugünlere kadar hiç dara düşürmedi.” diyerek Allah’la olan bağını anlatmıştır.

### **Anlam Arayışı**

İnsanlık tarihi boyunca birey, kendi başına gelen veya çevresinde şahit olduğu olaylara ve daha da ötesinde içinde bulunduğu yaşama ve evrendeki varlığına dair anlam yükleme arzusundadır (Küçükcan ve Köse, 2000: 63). Her insan farklı zamanlarda, farklı nedenlerden ötürü acı çekebilir, ıstırap duyabilir bu durum insan olmanın doğasında vardır. Birey, acıya anlam verebildiğinde ruhen gelişmeye ve olgunlaşmaya başlar (Sayar ve Manisalıgil, 2019: 352).

Yaşamın anlamıyla ilgili alandaki temel yapı, teori ve bilgiler Frankl’ın öncülüğündeki çalışmaları aracılığıyla oluşmuştur. Ona göre anlam istemi, insan varlığının temel dinamiğidir. Bireyin temelde gereksinim duyduğu şey, gerilimsiz bir durumdan ziyade uğruna çaba göstermeye değer bir hedef ve özgürce seçilen bir amaç uğruna mücadele etmektir. Frankl, anlamın bireyden bireye hatta birey için bile günden güne değişiklik gösterebileceğini; önemli olanın belli bir anda yakalanan özel bir anlam olduğunu aktarır. İnsanoğlu bir eser ortaya koyarak ya da bir işle meşgul olarak, bir başkasıyla etkileşimde bulunarak ve kaçınılmaz acıya tavır geliştirerek yaşamına ilişkin anlamı keşfedebilir. Kişi, hayatının anlamını keşfetmeyi başardıktan sonra bu durum onu sadece mutlu etmekle kalmaz aynı zamanda ona acıyla başa çıkabilecek bir yeti de kazandırır (Frankl, 2013: 113-151).

Bireyin yaşama gücü bulduğu, hayata tutunma gerekçeleri yaşamına yüklediği anlamdır. İnancı ve manevi duyguları kişinin hayatına anlam katan en önemli faktördür (Düzgüner ve Ayten, 2021: 34; Yaparel, 1994: 289-292). İnanç sistemleri, bireyin anlamlı bir hayat üretmesine katkı sağlar (Cüceloğlu, 2022: 154-155; Göka, 2013: 105). Başka bir açıdan bakılacak olunursa anlam, birey için inanmayı içerir (Geçtan, 1999: 135). Din, inananlarına yaşamlarında anlam, gelecek için iyimserlik ve umut bulmalarını sağlayan tutarlı bir inanç sistemi garanti eder. Bu sistem bireyin, evrendeki varlığını anlamlandırmasına, olumsuzluklara, strese ve

yaşam döngüsü içerisinde başına gelen istenmedik ve beklenmedik olaylara anlam vermelerine ve bu zorluklara çözüm geliştirmelerine olanak sağlar (Carr, 2016: 34-35). Maneviyat, kişinin başına gelen beklenmedik ve istenmedik olayları hayra yorması, Allah'a sığınması, sabretmesi gibi dini başa çıkma etkinliklerini kullanması aracılığıyla kaybolan anlam dünyasını yapılandırmasına ve sükûn sahibi olmasına katkıda bulunur (Ayten, 2021: 65). İnanç ve maneviyat, insanın var oluşuna yüklediği anlamı belirleyen en önemli faktördür (Erdem, 2022: 75).

İnsan yaşamı boyunca pek çok engellemeyle karşı karşıya kalmaktadır. Bu tür durumlarda birey için esas olan, muhatap olduğu durumu algılaması ve değerlendirişidir. Kişinin, deneyimlediği olayları anlamlandırışı, değerlendirışı ve yönlendirişi temel faktör olarak etki etmektedir (Cüceloğlu, 2005: 325). İnsanoğlunun yapısı gereği kriz anlarında anlam yükleme gereksinimi daha çok belirginleşir. Bu süreçte kişi var olan anlam dünyasını korumak ister. Ancak bireyi derinden etkileyen olaylarda yeniden anlam yüklemesi gerçekleştirilebilir. Bu gibi durumlarda din, zengin referanslarıyla insanın olaylara anlam vermesine kaynaklık eder ya da bireyin olayları kabul edebileceği bir şekle dönüştürmesine hizmet eder (Bahadır, 2002: 138-139).

İslam inancı uyumsuz düşünceyi değiştirmek üzere kullanılacak; umut, özgüven, sabır, nezaket, affetme, adalet, hoşgörü, bilgelik, şükran ve memnuniyet gibi alternatif kaynaklara sahiptir. Bu değerler, Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT)'de işlevsel olmayan düşünce ve inançları yeniden yapılandırmada kullanılmaktadır. Dini anlamlandırmalara gereksinim duyan danışanlar için uygun dini açıklamalar, BDT yöntem ve süreçlerine dahil edilebilir (Kara, 2019: 176). Bireyin yaşamında var olan anlam, kimi zaman onun için koruyucu kimi zaman da maruz kaldığı kaotik durumlarda belirsizlikle ve sorunlarla baş etmeye çalışırken, bu durumu kabullenmesine ve bir bütün olarak sağlığını korumasına katkı sağlamaktadır. Kişinin hayatında anlamsızlığa düşmesi birçok yönden ruh sağlığını olumsuz etkilemektedir (S. Karagöz, 2023: 71).

Literatürdeki çalışmalar ve alandaki araştırmalar da tarafımızca yürütülen uygulamayı destekler niteliktedir. Tüm bu çalışmalar göstermektedir ki; dezavantajlı gruplara, özel gereksinimli bireylere ve onların yakınlarına uzman tarafından sistemli

bir biçimde manevi iyi oluş ile ilgili uygulama gibi destek hizmetler sunularak bireyin yaşamına ve varoluşuna dair yeni bir yapılanma oluşturmasına olanak sağlanmalıdır. Bu yönüyle çalışmamızda DS tanılı çocuğa sahip annelere yardımcı olmak amacıyla manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama gerçekleştirilmiştir. Tablo 3.33.'te yer alan ve görüşme formlarından elde edilen bulgularda katılımcıların yaşamlarındaki anlamı keşfetmeye dair olumlu geri dönüşler olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların çocuklarının evlerinin bereketi olduğunu, stresli ve sıkıntılı zamanlarında çocuklarının gösterdiği yakınlık ile rahatladıklarını söylemeleri, durumlarına manevi bir anlam yüklediklerinin ispatıdır.

K2, “DS tanılı çocuğum 40 yaşından sonra doğdu. Önceleri neden böyle oldu bu yaşından sonra diye düşünürdüm ve kendi kendime kızardım. Şimdi ablaları evlendi bana arkadaş oldu iyi ki doğmuş diyorum. Allah'ın sonradan bana vermesinde bugünlerin planı varmış diyorum.” cümleleriyle DS tanılı çocuğunun olmasını kendisi için hayra yorduğu tespit edilmiştir.

K7, “Ben kızımdan önce her şeyi kafama takardım. Onun doğumuyla aslında gereksiz şeylere üzüldüğümü fark ettim. Şimdi ise onun gülüşüyle mutlu olmayı öğrendim. Allah bana mutluluğu ve huzuru bahşetmek için kızımı nasip etmiş.” açıklaması ile çocuğunun doğumuna yüklediği anlam, mutluluk ve huzur sebebi şeklinde söylenebilir.

### **Olumlu Dini Başa Çıkma**

Baş çıkma, zorlayıcı durum ya da olaylara maruz kalan insanın bu durumla veya olayla mücadele edebilmek için tüm kaynaklarını devreye sokma sürecidir (Karagöz, 2023: 77). Bireyin başa çıkma sürecinde gösterdiği her bir çaba, “baş çıkma etkinliği”dir. Bu gösterilen çaba, bazı zamanlarda anlamlandırma gibi bilişsel; öfke duyma gibi duygusal veya yürüyüş, spor yapma, ibadet etme gibi davranışsal olabilir (Ayten, 2021: 38). Dini başa çıkma, bireyin başına gelen istenmedik ve beklenmedik olay ve durumlarda yaşadığı stres ve sıkıntı ile dini/ manevi boyutta bilişsel ya da davranışsal teknikleri kullanması olarak açıklanabilir (Ekşi, 2001: 14). Sıkıntılı durumlar, çekilen acı ve çözülemeyen problemler bireyin manevi boyutunda yer alan dini referanslarının aktif hale gelmesini sağlar ve dua gibi dini pratiklerle

kişi kriz anıyla mücadele edebilir (Allport, 2004: 30). Birey için dini ritüellere düzenli katılım, bir topluluğun parçası olarak aidiyet hissine sahip olmak da olumlu dini başa çıkma sürecini destekleyici faktörlerdendir (Carr, 2016: 35).

“Batan bir diken bile olsa Müslümanın başına gelen her türlü zorluğu, Allah onun günahlarına kefaret kılar.”<sup>79</sup> hadisi bireyin hayatında istenmedik ve beklenmedik olayları kabullenme ve zorluklarla başa çıkma konusunda bu dünyayı aşan ve olumlu dini referanslar sunan bir etkiye sahiptir. Kur’an-ı Kerim’de Allah, “(Oysa onların tek gerçek kabul ettikleri) bu dünya hayatı hakikatte sadece bir oyun ve eğlenceden ibarettir; âhîret yurduna gelince işte asıl hayat odur; keşke bunu bilselerdi!”<sup>80</sup> ayeti ile zaman zaman zor anlar yaşansa bile bu dünyanın dolayısıyla zorlukların da geçici olduğunu bireye hatırlatır. Bu geçicilik düşüncesi, insanı rahatlatır, ona zorlukları aşmada güç verir. İnananlar için başına gelen her türlü olumsuz olayın veya durumun sadece bu dünya için değil aynı zamanda ahiret için de bir anlamı vardır. Bu fikir aracılığıyla kişi, bir sorunla karşılaştığında bunun kendisi için hayra dönüşme potansiyelini bilir. Bu nedenle “Ancak sabredip, dünya ve âhîret için yararlı işler yapanlar böyle değildir. İşte onlar için bir bağış ve büyük bir mükâfat vardır.”<sup>81</sup> ayeti, bireye güçlükler karşısında sabırlı ve hayır uman bir tutum gösterirse kendisi için şer olarak gördüğü sıkıntı hayrına dönüşebilir, bakış açısı ile sorunlar karşısında olumlu dini başa çıkma geliştirebilme becerisi sağlar. İnsanoğlu başına gelen olumsuz olayların Allah’ın takdiri olduğunu bildiği halde umutsuzluğa düşüp çaresizlik hissedebilir. Bu durum gayet insanidir. Hz. Peygamber’in “Mümin, yeşil ekine benzer. Rüzgârla eğilir (fakat yıkılmaz). Rüzgâr sakinleştiğinde yine doğrulur. İşte mümin de böyledir; o da bela ve musibetler sebebiyle eğilir (fakat yıkılmaz)...”<sup>82</sup> hadisinde, inanan insanların hayat yolculuğunda zorluklarla mücadele edip, başa çıkmasında ve düştüğü yerden tekrar kalkmayı becermesinde maneviyatın sağladığı destek ifade edilir (Düzgüner ve Ayten, 2021: 25-26).

Şehit yakınları ve gaziler ile yapılan bir araştırmada travma sürecinde yaşadıklarıyla başa çıkmada katılımcıların çoğunluğu (%55) dinden destek

<sup>79</sup> Buhârî, Merda, 1.

<sup>80</sup> Ankebût, 29/64.

<sup>81</sup> Hûd, 11/11.

<sup>82</sup> Buhârî, Tevhid, 31.

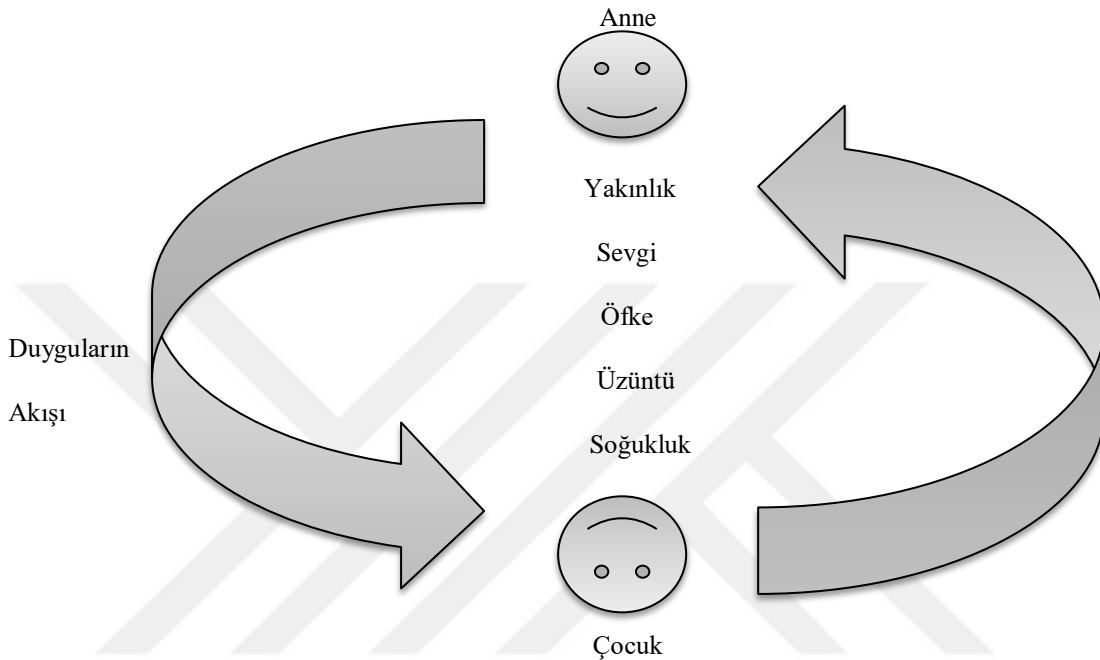
aldıklarını ifade etmişlerdir (M. Doğan, 2020: 260). Covid-19 sürecine dair bir araştırma sonucunda; manevi kaynakları kullanmanın psikolojik sağlığı artırdığı, belirsizlik durumunun oluşturduğu stresle daha kolay baş edebilmeye imkân tanıdığı ve böylece kaygı düzeyinin düştüğü söylenebilir (Kasapoğlu, 2020: 607). Yurt dışında Hood ve arkadaşları tarafından yapılan araştırmada çocuklarını kaybeden genç annelerin kendilerine yapılan dini telkinler ve sağlanan sosyal destek hizmetiyle yaşadıkları kaybı daha kolay kabullendikleri görülmüştür (1996: 388). Karagöz (2020) tarafından doktora tezi olarak yapılan araştırmada; özel gereksinimli çocuk sahibi annelere haftalık manevi içerikli grup rehberliği uygulaması yapılmıştır. Çalışmada deney grubundaki annelerin çocuklarının bu durumuyla baş etme süreçlerinde olumlu dini başa çıkma düzeylerinin arttığı tespit edilmiştir.

Çalışmamızın bulguları ile daha önce yapılan çalışmaların bulguları aynı paralellikte sonuçlara ulaşmıştır. Tablo 3.30.'daki bulgulara göre; DS tanılı çocuğa sahip katılımcıların, karşılaştıkları bu zorlayıcı durumla baş etmede dini referanslardan beslenerek, manevi anlamlandırmaları aracılığıyla teselli buldukları tespit edilmiştir. Özetle dini başa çıkma, kişide fiziksel ya da psikolojik olarak kendini tehdit altında hissettiği durum veya olaylarda oldukça belirginleşir ve birey dua, zikir, dini pratikler gibi birçok manevi kaynaktan faydalanarak bu durumun üstesinden gelmeye çalışır. Böylece bu ritüeller aracılığıyla manevi boyut, kişiye psikolojik sağlığını korumasında destek hizmet sunar.

#### **4.1.5. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamaya Dair Annelerin Görüş ve Değerlendirmelerine İlişkin Tartışma ve Yorum**

Anne ve çocuğu arasında başlangıçtan itibaren yani anne karnındaki süreç de dahil olmak üzere sürekli bir duygusal alışveriş vardır ve bu durum ikisi arasında iki yönlü bir duygusal akış formunda devamlılık gösterir. Fakat annenin duyguları daha güçlüdür ve bu sebeple bu duygu akışında yönlendiren annedir. Çocuk için bu süreç, duygusal dünyasının temelini oluşturur. Annenin ruhsal dünyası, deneyimleri ve manevi alanı, çocuğun ruhsal-duygusal ve manevi gelişimine ve bu alana dair kimlik oluşumuna temel yapı niteliğindedir (Ruppert, 2014: 69). Anne çocuk arasındaki duygusal akış çift yönlüdür. Bu nedenle annenin fiziksel, psikososyal ve manevi anlamda iyi olması demek yani bütüncül manada iyilik hali çocuğunun da iyi olması

demektir. Bu amaçla çalışmamızda anneler ve çocukları ardı ardına oturumlar ile uygulamaya dahil edilmiştir. Anneler de bu formattan duydukları memnuniyeti görüşmelerde ifade etmişlerdir.



**Şekil 4.2.** Anne ve çocuk arasındaki duygu alışverişi (Ruppert, 2014: 70).

Benzer kaygı, korku ve endişelere sahip bireyler, kendileri gibi aynı sorunları ve sıkıntıları yaşayan bir başkasını gördüklerinde rahatlarlar ve güç toplarlar. Bu formda bir araya gelen kişiler, başlarına gelen olumsuz olay ve durumlar neticesinde “sıra dışı” olmadıkları duygusunu tadarlar ve bu duygu ile huzurlu hissederler (Koydemir, 2016: 10-11). Bu nedenle benzer sıkıntılarla başa çıkmaya çalışan annelerin, birbirlerini dinlemeleri ve birbirlerinin deneyimlerinden faydalanmaları onlar için uygulamanın bir başka iyi gelen yanı olmuştur.

İnsan, inancı ve maneviyatı sayesinde mutluluk, huşu, huzur, güven, umut gibi pek çok pozitif duyguyu deneyimleme fırsatına sahiptir (Emmons, 2013: 489). Bu nedenle uygulama, manevi zeminde temellendirilmiş ve oturumların içeriğinde manevi boyut ele alınmıştır. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik yapılan

uygulama sonucunda katılımcılar, böylesi nitelikteki bir uygulamanın kendileri için önemli bir gereksinim olduğunu ifade etmişlerdir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama nihayetinde çalışma grubu üyeleri ile yapılan görüşmelerde katılımcılar, uygulamanın kendileri ve çocukları için faydalı olduğunu belirtmişlerdir. DS tanılı çocuk sahibi anneler olarak bir arada olmanın birbirlerine iyi geldiğini, önemsenmenin, birileri tarafından dinlenmenin kendileri için kıymetli olduğunu ifade etmişlerdir. Aynı zamanda maneviyat ve manevi iyi oluş konuları hakkında bilgilendiklerini, yeni bilgiler öğrenmenin hazzını yaşadıklarını söylemişlerdir.

Çalışmamızda katılımcıların görüşleri doğrultusunda; manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkili olmasının sebebi aslında onların ihtiyaç olarak hissettikleri fakat belki de farkında olmadıkları destek hizmetin yüreklerine dokunması olabilir. Bir sosyal gruba dahil olmak, koşulsuz kabul görmek, onaylanmak ve gerçekten dinlenildiğini, anlaşıldığını hissetmek katılımcıların manevi iyi oluşlarına katkı sunmuş denilebilir. Oturumlar sayesinde yalnızlık hissinden kurtulmaları ve kendileri gibi benzer sorunlarla başka annelerin de mücadele verdiğini görmek onları rahatlatmış olabilir.

## **4.2. DOWN SENDROMU TANILI BİREYLERE YÖNELİK TARTIŞMA VE YORUM**

Çalışmanın bu bölümünde DS tanılı bireylerle araştırmacı tarafından uygulanan manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama öncesinde, uygulama sonrasında ve uygulamadan 3 ay sonrasında maneviyat deneyimleri ve manevi iyi oluşları hakkında yapılan tam yapılandırılmış görüşme formlarından elde edilen bulgulara dayanarak yorumlamalarda bulunulmuştur.

### **4.2.1. Down Sendromu Tanılı Bireylerin Manevi İhtiyaçları ve Destek İmkânlarına İlişkin Tartışma ve Yorum**

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama hazırlanmadan önce araştırmacı tarafından DS tanılı bireyler, onların anneleri ve öğretmenleri ile görüşmeler yapılmış ve bu görüşmeler sonucunda DS'li bireylerin manevi gereksinimleri belirlenmiştir. Aynı zamanda daha önce Gören (2015) tarafından DS

tanılı bireylerle yapılan çalışmada onların manevi ihtiyaçları belirlenmiş, ihtiyaçlarına yönelik program hazırlanmış ve uygulanmıştır. Bizim araştırmamızda bahsi geçen bu çalışmadan da faydalanılmış ve tespit edilen manevi gereksinimler destek hizmet bağlamında değerlendirilmiştir. DS tanılı bireylerin manevi ihtiyaca yönelik destek hizmet olarak şu gereksinimleri ortaya çıkmıştır:

- 1- Sevmek, sevilmek ve değer görmek
- 2- Şefkat ve merhamet duygularını geliştirmek
- 3- Manevi değerlere saygı göstermek
- 4- Sabır göstermek ve nezaketli davranışta bulunmak
- 5- Sorumluluk alabilmek
- 6- İyilik yapmak, yardımlaşmak ve paylaşımcı olmak
- 7- Şükür bilinci kazanmak
- 8- Dua aracılığıyla Yaradan ile bağ kurmak

DS tanılı bireyler için hazırlanan manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın içeriği ortaya çıkan ihtiyaçlar bağlamında oluşturulmaya çalışılmıştır. Manevi destek hizmet vermek ve manevi iyi oluşu güçlendirmek maksadıyla uygulamanın temaları sırasıyla “Sevgi ve değer vermek”, “Merhamet ve şefkat”, “Manevi değerlere saygı”, “Sabır, öfke kontrolü ve nezaket sözcüklerini kullanabilme”, “İyilik, yardımlaşma ve paylaşma”, “Dua ve şükür” şeklinde yapılandırılmıştır. Hazırlanan temalar her oturumda çalışma grubu üyelerinin de olabildiğince aktif katılımlarıyla gerçekleştirilmiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama öncesi, uygulama sonrası ve uygulama nihayetinden 3 ay sonrasında yapılan görüşmelerde söz konusu gereksinimlerin giderilmesinde gerçekleştirilen uygulamanın katılımcılara destek sağladığı tespit edilmiştir. Değerlendirme görüşmelerinde katılımcıların uygulama aracılığıyla birçok konuda farkındalık kazandıkları görülmüştür. Aynı zamanda uygulama ile ilgili katılımcıların annelerinden görüşler alınmıştır. Yapılan geri bildirimlerde katılımcıların anneleri, böyle bir hizmete çocuklarının ihtiyaçlarının olduğunu, bu tür programların devamı olsa çocukları ile birlikte katılacaklarını,

böylesi uygulamaların/programların uzmanlar tarafından yapılmasının gerekli olduğu yönünde görüşlerini sunmuşlardır.

DS3 kodlu üyenin annesi, “Çocuğum her hafta ne zaman toplantıya gideceğiz diye devamlı sordu. Buradan eve gidişimizde sizinle derste yaptıklarını anlattı, hediyelerini, boyamalarını gösterdi. Onun bu mutluluğu bizleri de mutlu etti. Keşke bu tür programlar hep olsa. Çocuklarımızın önemsendiğini görmek çok güzel.” cümleleri ile aslında koşulsuz kabul görmenin, önemsenip değer görmenin, sevilmenin ve alakadar olmanın bireye sunduğu katkıyı anlatmaya çalışmıştır.

DS6'nın annesi ise “Her toplantı sonrasında çocuğumun buradan mutlu olarak ayrılması beni de mutlu etti. Keyif alarak katıldık.” ifadesinde bulunmuştur.

#### **4.2.2. Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Down Sendromu Tanılı Bireylerin Manevi Yaşamlarına ve Anlam Dünyalarına Etkisine İlişkin Tartışma ve Yorum**

Araştırmanın DS'li bireyler ile ilgili ikinci temel problemi, “Manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama, DS tanısı almış bireylerin manevi yaşamlarını ve anlam dünyalarını ne yönde etkilemektedir?” sorusudur. Ulaşılan bulgulardan hareketle denilebilir ki; manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın, katılımcıların anlam dünyalarına, manevi yaşamlarına ve manevi iyi oluşlarına beklendik yönde pozitif katkı sağladığı tespit edilmiştir. Tarafımızca gerçekleştirilen uygulama, katılımcıların edindikleri tecrübeler neticesinde manevi değerler merkezinde hayatını sürdürmelerinde ve manevi iyi oluşlarını güçlendirmelerinde etkili bir yaklaşım olabilir.

Araştırma başlangıcında katılımcılarla yapılan görüşmeler sonucunda tespit edilen manevi gereksinimler kapsamında manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama “Sevgi ve değer vermek”, “Merhamet ve şefkat”, “Manevi değerlere saygı”, “Sabır, öfke kontrolü ve nezaket sözcüklerini kullanabilme”, “İyilik, yardımlaşma ve paylaşma”, “Dua ve şükür” temaları ile oluşturulmuştur. Gerçekleştirilen uygulama neticesindeki bulgular, katılımcılar tarafından kazanımların bilincine varıldığını ve yaşamlarında farkındalık oluşturduğunu göstermiştir.

### **Sevgi ve Değer Vermek Temasına Ait Tartışma ve Yorum**

Bu tema kapsamında sevildiğini ve değer gördüğünü hissedebilme aynı zamanda sevdiğini ve değer verdiğini hissettirme yetileri üzerinde durulmuştur. Bu bağlamda sevgi ve ilgi ile ilgili yapılan çalışmalardan da edinilen bilgiler ışığında DS tanımlı bireylere uygun bir içerik sunulmuştur.

Tüm insanlar sevmek, sevilme, değerli olmak, takdir görmek, beğenilmek ister. Aradığı ilgi, sevgi ve değeri bulan birey, kendisine gösterilen ilgi ve sevgiyi karşılıksız bırakmaz, karşı tarafa sevgi gösterir, saygı duyar ve onunla iletişime geçer. Özellikle özel gereksinimli bireylerde sevgi, saygı, güven gibi olumlu duygular etkili bir biçimde kullanılmalıdır. Aynı zamanda özel gereksinimli bireylere yönelik sevgi duygusunun gelişimine katkı sağlanmalıdır. Ancak özel gereksinimli bireylere; acıyan sözlerle ve bakışlarla yaklaşılması, sevgi ve ilgi yerine acıma duygusunun ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Her özel gereksinimli bireyin gelişebilirliği kabul edilmeli, buna inanılmalı, kendisine de hissettirilmelidir. Özel gereksinimli bireylere saygı duymak, onları anladığımız anlamına gelmektedir. Özel gereksinimli bireylere değer verildiğinde saygınlıkları, kendine olan güvenleri artmış olacaktır. Bu insanların değerli olduklarını hissetmeleri için onların sevgi ve ilgi görmeleri gerekmektedir. Söz konusu duygulardaki devamlılık, beraberinde güven duygusunu geliştirecektir. Sevgi ve ilgi, özel gereksinimli bireylerin başarısını artırmada önemli bir faktördür. Sevgi, saygı, ilgi mesajları ile dengelenen bir ortamda özel gereksinimli bireyler, ulaşabilecekleri en zor amaçlara dahi kolaylıkla ulaşacaklardır (Musayev, 2016: 151-153). Çocuğun gelişimi için gerekli olan sevgi, ebeveynleri tarafından sık sık onu sevdiğini dile getirmekle yeterli olmaz. Sevmek, çocukla bütünleşmek, onunla oyunlara katılmak ve birey olarak onun gerçeklerini anlamaya çalışmaktır. Geçtan, “İnsan Olmak” isimli eserinde sevgiden “Bir insanı sevmek, onun gerçeklerini anlamayı da içerir.” şeklinde bahsetmektedir (2019: 43). Birçok durumda öğrenme güçlüğüne sahip çocukların, yetersiz düzeyde kendine güven duygusuna sahip oldukları belirtilmektedir. Bu nedenle, özel gereksinimli çocukların kendini gerçekleştirme, yeni beceriler kazanması için en önemli unsurlardan biri de kendine güvendir. Öncelikle yakın çevresi tarafından desteklendiğini ve güvenildiğini hissetmek, onların kendilerine duydukları güveni de

kuvvetlendirerek kendi yeteneklerini ve kişiliklerini tanımada daha çok olumlu düşüncelerinde onlara katkı sağlayacaktır (H. Sarı, 2003: 84). Zor durumlarla baş edebilen, mücadeleci ve azimkâr olan esnek çocukların hayatları incelendiğinde, bu çocukların yaşamları boyunca en az bir kişi tarafından koşulsuz, karşılık beklemeden, fiziksel görünüşlerine, zekâ seviyelerine veya zor karakter yapılarına aldırış edilmeden sevilmiş oldukları görülmüştür (Sayar ve Bağlan, 2019: 36).

DS tanılı bireyler, doğumla birlikte başlayan zorlayıcı yaşamlarında pek çok sorunla, engellemelerle karşı karşıya kalmaktadırlar. Onların bu hayat serüvenlerinde mücadeleci oldukları, kolay kolay pes etmedikleri, buldukları koşullara uyum sağlamaya çalıştıkları görülmektedir. Söz konusu bu becerilerin altında yatan durum ise aileleri özellikle bakımlarını sağlayan anneleri tarafından ilgi görmeleri ve koşulsuz kabul ile sevildiklerinin farkında olmalarıdır. Sevmek, sevilme, değer gördüğünü bilmek her varlığın ihtiyacıdır. DS tanılı bireyler de koşulsuz sevilme, kabul görmek ve varlıklarını değerli hissetmek gereksinimi duyarlar. Tablo 3.39., Tablo 3.40. ve Tablo 3.41. bulgularına göre; DS tanılı katılımcılar anne-babası, arkadaşları ve öğretmenleri tarafından sevildiklerinin farkındadırlar. Söz konusu farkındalık katılımcıların uyumlu ve dengeli bir yaşam sürmelerinde önemli bir unsurdur. Aynı zamanda katılımcıların yakın çevreden sevgi görmeleri ve kendilerinin de bu sevgiye karşılık vermeleri temanın bir diğer kazanımı olan Allah sevgisine de zemin oluşturmasına katkı sağlamaktadır.

Kuralay, kaleme aldığı kitabında özel gereksinimli bireylere Allah'ı tanıtmaya ve sevdirmeye konusunda olabildiğince somut örnekler üzerinden gidilmesinin yerinde olacağı tavsiyesinde bulunmuştur. Örneğin portakal, muz, kiraz, pasta ya da sevdiği başka şeyleri kimin verdiğinin sorulması bu anlamda etkilidir. Soruya yanıt verebiliyorlarsa gayet güzel olur. Eğer veremiyorlarsa da onları yormadan "Portakalı yaratan Allah'tır, elmayı bize gönderen Allah'tır." gibi somut örnekler verilmelidir. Anne, baba, abla, öğretmen gibi çok sevdiği kimseleri Allah'ın yarattığını söyleyerek Allah'ı sevdirmeye çalışılmalıdır. Bu ve benzeri onların anlayabileceği somut ve bol örneklerle ilişki kurarak Allah'ın bizi çok sevdiğine dikkat çekilebilir. Bu örneklerin tekrarlanması faydalı olacaktır. İbadetleri, az da olsa bu bağlantıyı kurabilen çocuklardan talep etmek de bu yönde katkı sağlayacaktır (2014:145). Özel

gereksinimli bireylerle iletişimde yavaş, sakin, basit ve somut ifadelerle konuşmaya dikkat edilmeli, bir konunun anlatımında pek çok örnek kullanılmalıdır. Örnekler basitleştirilmiş olmalı ve anlatımda tekrara başvurarak zihinsel yetersizliği olan bireyin anlaması sağlanmalıdır (S. Özdemir, 2017: 154-155).

Literatürdeki çalışmalardan faydalanılarak; DS tanılı bireylere oturum sırasında yakın çevresinden ve doğadan örnekler ile Allah sevgisi anlatılmaya çalışılmıştır. Tablo 3.42. ve Tablo 3.48.'deki bulgulara göre DS tanılı bireyler ile temayı işlerken somut örnekler üzerinden ve yakın çevreden benzetmeler ile Allah'ı tanıma/bilme ve sevme kazanımının gerçekleştiği görülmüştür. Ayrıca sevgi ortamının oluşması ve DS tanılı bireylere gösterilen ilgi onların gelişimine, öğrenimine ve istenilen becerilerin kazanılmasına olumlu katkı sağlamıştır.

### **Merhamet ve Şefkat Temasına Ait Tartışma ve Yorum**

Araştırmada bu tema ile bireyin öncelikli olarak kendine merhamet göstermesi ve kendine şefkatle yaklaşması amaçlanmıştır. Tüm yaratılmışlara merhamet etmek ve onlara şefkat göstermek böylece insanda bulunan merhamet ve şefkat hasletlerini canlı tutmak hedeflenmiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın, oturumlardan sonra katılımcıların anneleri ile yapılan görüşmelerde çalışma grubu üyelerinin yaşamlarında merhamet ve şefkat unsurlarına daha çok yer verdiklerine dair pozitif yönde etki ettiği tespit edilmiştir.

I. Uluslararası Engellilik ve Din Sempozyumu'nda "Zihinsel Engelli Bireylerde Allah Algısı" başlıklı bildirisinde Demirkan, zihinsel yetersizliği olan bireylerde de Allah algısının var olduğunu, merhametli bir Tanrı algısının olduğunu belirtmiştir. Demirkan, yaptığı nitel çalışmada zihinsel yetersizliği olan bireylerin de Allah'a sevgiyle bağlı oldukları, cennet cehennem tahayyüllerine bakıldığında zihinsel yetersizliği olan bireylerin Kohlberg'in ahlak yasasının gelenek öncesi dönemde oldukları, dinin inanç boyutu açısından her ne kadar iyi olsalar da ibadet boyutu bakımından ritüelleri yerine getiremedikleri sonucuna ulaşmıştır (2016: 387-402). Araştırmamız da bu doğrultuda sonuçlara varmıştır. DS tanılı bireyler dini ritüelleri tam yerine getiremeseler de ahlaki gelişim, merhamet ve şefkat hissi, bir

başkasına karşı duyarlı olma gibi erdemler bakımından oldukça hassas bir manevi dünyaya sahip oldukları tespit edilmiştir.

“İnsan ahlaka ve merhamete programlanmış bir varlık. Diğerkâmlık ve vicdan, insan ruhunun vazgeçilmez harcıdır.” (Sayar, 2019a: 34). Sayar’ın da belirttiği gibi her insan, merhamet kodları ile dünyaya gelir. Asli olan ise hâlihazırda var olan merhamet duygusunu geliştirebilmektir. Merhamet ve şefkat hislerine sahip bireyler davranışlarını doğru şekillendirebilmeyi başarmış bireylerdir. Bu nedenle özellikle özel gereksinimli bireylerde şefkat ve merhamet gelişiminin desteklenmesi oldukça önemlidir. Bu yönüyle manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın, DS tanılı bireylere destek hizmet niteliğinde katkı sağlayabileceği ifade edilebilir.

### **Manevi Değerlere Saygı Temasına Ait Tartışma ve Yorum**

Bu temada DS’li bireyleri dini değerler hakkında bilgilendirmek ve öğrenilen dini değerlere saygı duymak, dini pratikleri yerine getirmek, bu sayede toplumsal farkındalık ve sosyal bütünleşmeyi kolaylaştırmak hedeflenmiştir.

Birçok psikoloğun yaptığı bilimsel çalışmalarda, çocuğun çevresinden gördüğü ve etkileşim halinde olduğu dini tecrübelerle karşı ruhen hazır olarak dünyaya geldiği kanıtlanmıştır (Peker, 2014: 165-166). “Belirli değerleri bulunmayan birey ya da toplum düşünmek imkânsızdır. Bir sosyal grup veya toplumun kendi varlık, birlik, işleyiş ve devamını sağlamak ve sürdürmek için üyelerinin çoğunluğu tarafından doğru ve gerekli oldukları kabul edilen ortak düşünce, amaç, temel ahlaki ilke ya da inançlardır. Değerler; insanları birleştiren birer olgu, duygu ve heyecanları ilgilendiren birer yargı, davranışları yönlendiren birer güdüdür. Değerler bir bakıma hayatın gayeleridir. Zaten farklı bireylerden oluşan topluma “o toplum” olma özelliğini katan temel belirleyici, bireyleri tarafından ortaklaşa kabul edilen değerler bütünüdür. Türk milleti, İslam toplumu, Anadolu insanı, Karadenizliler gibi adlandırmaların, gruplamaların altında yatan temel gerçekliklerin başında, o grubun bireyelerinin paylaştığı değerler gelmektedir.” (S. Doğan, 2013: 116-117). İbadetleri gerçekleştirmek, zihinsel yetersizliği olan bireyler için aslında toplumsal uyumun bir ispatıdır. Yemek öncesi ve sonrasında el

yıkama sünnetini yerine getirmesi, bayram ve cuma namazları gibi cemaatle kılınma gerekliliği olan namazlara katılması, besmele ile yemeğe başlaması, ezan/cami gibi dini sembol ve değerlere saygılı olması toplumsal uyumun da varlığını göstermektedir (R. Demir, 2018: 160; Kuralay, 2014: 150-151). Bu bağlamda içinde bulunulan toplumsal çevrenin değerleri, sosyal bütünleşmeye katkı sunar. Ortaklaşa yapılan ritüeller, toplumsal farkındalığa katkı sunarken aynı zamanda bireyin bulunduğu topluma aidiyet hissini kuvvetlendirir. Aidiyet duygusu da manevi gereksinimlerden birisidir. Kişi bağ kurduğu insanlar ile gelişimini devam ettirir. Bu nedenle araştırmamızda dini/manevi değerlere saygı teması ile ezana saygı, Kur'an-ı Kerim'e saygı ve camiye saygı içeriklerine yer verilmiştir.

Sevgi ve şefkat duygularıyla beslenen çocuğun manevi dünyasının sağlıklı bir zeminde oluşması için temel adımlar atılmış olur. Çocuk böylece mutluluk ile manevi dünyayı eşleştirebilir. Özellikle dini ve manevi yaşamın oluşum aşamasında, çocuk için eğlenceli ve onu mutlu edecek etkinlik, doküman ve aktiviteler önemli rol oynamaktadır. Mutlulukla eşleştirdiği manevi yaşamı daha rahat bir biçimde mutlulukla şekillendirecektir. Dini şarkılar, milli manevi değerlerle bezenmiş çizgi filmler, boyama aktiviteleri bu yönde olumlu etkilere sahiptir (Bilici, 2020: 124). Çalışmamızda daha önce yapılan çalışmalar da göz önünde bulundurularak, DS tanılı bireylerin özel durumlarına uygun içerikte yapılan uygulamanın katılımcılarda farkındalık oluşmasına katkı sağladığı tespit edilmiştir.

Annenin doğumdan itibaren çocuğuna karşı gösterdiği ilgi ve destek, çocuğun manevi dünyasının ve inanç yapısının temelini oluşturur. Doğum öncesi dönemde anne karnında bebekle anne arasında derin bir bağ oluşur, ardından doğumla birlikte bu bağ güvenli bir biçimde devam ettikçe çocuğun inanç dünyası da olumlu bir biçimde şekillenir (Fowler, 2000: 93). Çocuğun manevi dünyasının gelişmesinde annenin etkisi oldukça önemlidir. Çocuk manevi anlamda neredeyse ilk, dualarla inanç dünyasına giriş yapar. Çocukların duasında da annelerin etkisi kendine yer bulmaktadır. Mehmedoğlu tarafından yapılan bir çalışmada anne-çocuk ilişkisinin çocukların duasında yer aldığı görülmektedir. Anne, iyiliğin, güvenin, sevginin, merhametin ve şefkatin timsalidir çocuk için. Dolayısıyla çocuk, dualarında anneden aldığı olumlu izlenimleri taşımaktadır. Bunun aksi durumda ise; hüznü, sinirli,

öfkeli bir annenin çocuğu için de yine aynı şekilde dualarda bu durum yansıtılmaktadır (2001: 146-147). Birey, manevi dünyasını, aile içinde geliştirip kazanmaya başlar. Bu nedenle, kişinin manevi yönden gelişebilmesi için temelde ihtiyaç duyduğu etken, bilinçli ve gelişime açık aile ortamıdır. Çocuk, özellikle anne ve babanın manevi ikliminden fazlasıyla etkilenir. Bu sebeple ailenin manevi gelişimi özellikle annenin manevi olarak güçlü olması çocuk için oldukça faydalıdır (Ay, 1994: 163-170). Bu sebeple çalışmamız, DS tanılı bireyler ve anneleri ile aynı zaman dilimlerinde ard arda oturumlarla gerçekleştirilmiştir. Böylece hem annelere hem de DS tanılı çocuklarına manevi anlamda katkı sağlamak amaçlanmıştır. Uygulama sona erdikten sonra amaçlanan hedefe ulaşıldığı görülmüştür.

Din Psikolojisi alanı inter disiplin anlayışı çerçevesinde; özel gereksinimli bireylerin sadece zorluklarla dini başa çıkma ya da içinde bulunduğu durumu anlamlandırmasına destek sunmaz aynı zamanda onların inançla ilgili doğru bilgi edinmelerine ve din eğitime yönelik de öneriler de bulunur. Sağlıklı Allah tasavvurunu bireye kazandırmak, eğitilebilir ve öğretilebilir zihinsel yetersizliği olanlar için basit duaların öğretimi, doğruluk, yardımseverlik, Allah sevgisi gibi ahlaki bazı değerlerin kazandırılması bu alan kapsamındadır (Kula, 2020: 252-253). Ailede öğretilen; Allah, ezan, cami, peygamber, Kur'an-ı Kerim, dua gibi dini semboller ve kavramlar çocuğun, bilişsel, fiziksel, duyuşsal ve manevi gelişiminin bir parçası olarak kendine yer bulur. Bu sembol ve kavramlar çocuğun gelişimiyle birlikte olgunlaşır ve çocuk bu değerlere saygı duymayı öğrenir (Bilici, 2020: 395). Manevi değerler, bireyin yaşamını şekillendirmek ve toplumsal düzeni sağlamak gibi bir fonksiyona sahiptir. İnsan ömrü düşünüldüğünde; dini/manevi değerler, doğumdan ölüme kadar tüm gelişim süreçlerinde ve hayatın her alanında önemli rol oynamaktadır (Evginer, 2022: 431). Özel gereksinimli bireyi “sen muafsin” bakış açısıyla ibadetlerini yerine getirmede kısıtlamak ve yapmak istediği ritüelleri erteleme durumunda bırakmak, bireyde manevi rahatsızlık duygusu oluşturabilir. Bu durumda manevi inançlarının kabul edilmesi, saygı gösterilmesi ve desteklenmesi özel gereksinimli bireyin iyi oluşunu doğrudan etkileyebilir (Kula ve Sel, 2020: 36).

Alanda yapılan araştırmalar ve literatürde yer alan çalışmalar, tarafımızca uygulanan manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamayı doğrular niteliktedir.

Camiye saygı ile ilgili kazanımın Tablo 3.54., Tablo 3.55. ve Tablo 3.56. bulgularına göre, ezana saygı ile ilgili kazanımın Tablo 3.57., Tablo 3.58. ve Tablo 3.59. bulgularına göre, Kur'an-ı Kerim'e saygı ile ilgili kazanımın Tablo 3.60., Tablo 3.61. ve Tablo 3.62. bulgularına göre katılımcılarda farkındalık oluşmasına beklendik yönde olumlu katkı sağladığı sonucuna varılmıştır. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan sonra katılımcıların anneleri ile yapılan görüşmelerde ve araştırmacı tarafından yapılan gözlemlerde çalışma grubu üyelerinin yaşamlarında tema kazanımlarına dair pozitif yönde eğilim tespit edilmiştir.

### **Sabır, Öfke Kontrolü ve Nezaket Sözcüklerini Kullanabilme Temasına Ait Tartışma ve Yorum**

Bu temada; bireylerin yaşamlarında bazı zamanlarda karşılaştıkları durumlarda öfkelenebilecekleri ve bu durumun gayet normal olduğu ancak hissedilen öfke sırasında nahoş sözcükler kullanılmaması gerekliliği ve şiddet gibi uygun olmayan davranışlardan kaçınmak gerektiğini anlatmaya çalışmak hedeflenmiştir.

Bireyin düşünceleri hissettiklerini yani duygularını, duygular da davranışlarını biçimlendirir, yani düşündüğümüz şekilde yaşarız. Duyguları yönetmek demek, aslında düşüncelerimizi yönetmek demektir. İnsan, düşüncelerini fark eder ve tanır ve duygularının da farkına varır ve hangi davranışı neden yaptığını algılamış olur. Böylece birey önce düşüncelerini tanımakla başlar ve ardından duygularına yön vererek davranışlarını kontrol edebilir. Ters durumda duygularını tanıyamayan birey, duyguları tarafından yönetilebilir. Kendini tanıyan kişi, duygu ve düşüncelerinin farkında olur ve böylece duygularını yönetebilir ve muhatabıyla iletişimde, çevresiyle ilişkisinde davranışlarına dikkat edebilir (Demirsoy, 2019: 226-227). M. Doğan tarafından yapılan bir araştırmada yeterli sabır düzeyine sahip bireylerin kişilerarası ilişkilerde daha başarılı olduğu, iletişimi doğru bir şekilde yönlendirebildiği tespit edilmiştir (2017: 144). Özel gereksinimli bireylerin rehabilitelerinin dini yükümlülüklerinden muafiyetle değil, iletişim ve bu iletişim sonucu elde edilecek doğru bilgiyle sağlanabileceği düşüncesinin toplumda yerleşmesine yönelik eğitim etkinlikleri yapılmalıdır (S. Özdemir, 2017: 156).

Sabır kapsamında daha önce yapılan çalışmalar, araştırmamızı destekler niteliktedir. Çalışmamızda sabırla ilgili farkındalığa dair kazanımın Tablo 3.50. ve Tablo 3.51. bulgularına göre, katılımcılara doğru davranış için sakin olabilme konusunda destek hizmet imkânı sağladığı görülmüştür. Temada nezaket içeren ifadeler kullanımına dair kazanımın Tablo 3.52. ve Tablo 3.53. bulgularına göre DS tanımlı katılımcılara, sosyal ilişkilerinde başarılı olabilme becerisine katkı sunduğu tespit edilmiştir. Araştırmamız sonucu göstermektedir ki; toplumda zihinsel yetersizliği olan bireyler, çevrelerinde hoş olmayan ifadeler kullanıldığında söz konusu ifadeleri tekrarlama olasılıkları yüksek olmaktadır. Bu nedenle dezavantajlı grupta yer alan kişilerin buldukları ortam ve sosyal çevreleri oldukça önemlidir. DS tanımlı bireyler için ailede, okulda, arkadaşlık ilişkilerinde daha titiz davranılması gereklidir. Ayrıca bu bireylerde öğrenilen nahoş sözcükler pekiştirilmemeli ve en hızlı biçimde davranış değişikliği oluşturulmaya çalışılmalıdır. DS tanımlı veya farklı gruptaki dezavantajlı bireylere örnek olmak tüm toplumun görevidir. Bazı zamanlarda DS’li bireylerin kullandıkları kaba veya nahoş ifadeler toplum tarafından “Aman ne olacak ki, o daha çocuk veya onun dini muafiyeti yok” gibi bakış açısıyla önemsenmiyor olsa da yerinde ve zamanında verilen doğru davranış örneği bu bireylerin de doğru tutum ve davranış sergilemelerine fayda edecektir.

### **Sorumluluk Kapsamında İyilik, Yardımlaşma ve Paylaşma Temasına Ait Tartışma ve Yorum**

Bu temada bireyin iyilik ederek, paylaşarak ve yardımlaşarak kendisinin de karşısındaki kadar mutlu olacağı bilincini oluşturmak amaçlanmıştır.

Bireyin içinde bulunduğu toplumun kültürel değerlerini kazanması kavramına toplumsallaşma (sosyalizasyon) denir. Kişi kültürel değerleri kalıtsal olarak değil, öğrenme sonucu ile elde eder. Bu değerler taklit yoluyla, çevredeki insanları örnek almakla, bu insanlarla işbirliği yapmakla ve her gün beraber kaliteli bir birliktelik ile elde edilir. Toplumun taleplerini bilen ve bunlara uyum gösterebilen birey, toplumsallaşmış olarak kabul edilir. İnsan yaşamı boyunca gelişirken aynı zamanda toplumsallaşır. Toplumsallaşabilmek için bireyin hayatta birtakım rolleri başarı ile benimsemesi gerekir. Zihinsel yetersizliğe sahip çocukların daha geniş çevreye açılabilmesi, toplum içerisinde olumlu davranış kalıpları kazanabilmesi ve

anamlı bir yaşam sürmelerini sağlamak amacıyla; eğitici geziler (müzeler, çarşı, pazar, tiyatro, sinema, alışveriş merkezleri vb.), piknikler, gençlik kampları gibi sosyal etkinlikler düzenlenerek katılımlarının sağlanması gereklidir. Her şeyden önce bilinmelidir ki, zihinsel yetersizliğe sahip bireyler de sağlıklı gelişim gösteren bireyler gibidir. Onlar da diğer insanlar gibi yeme, içme, sevme, sevilme, başarılı olma, kabul görme, varlığını anlamlandırma, toplumda kendine uygun bir işe sahip olma gibi biyolojik, psikolojik, sosyal ve manevi ihtiyaçlarının karşılanması isterler. Farklılıkları beden, zihin ve sosyal gelişimlerinde olan ve kendi ellerinde olmayan bir durumdur. Muhakkak ki onların bu farklılıkları toplumla bütünleşmesine engel olamaz. Yapılması gereken ise onların yetenekleri ölçüsünde doğru bir biçimde onları eğitmek ve topluma yararlı bireyler kılmaktır (Koçak vd., 2010: 188-190).

18. Ulusal Özel Eğitim Kongresi'nde Koçak vd. tarafından yapılan söz konusu değerlendirme, çalışmamızı da destekler niteliktedir. Nitekim dezavantajlı grupta yer alan DS tanılı bireyler de sosyalleşmeye ihtiyaç duyarlar. Bu sebeple doğru bir arkadaşlık kurmaları, pozitif ilişkiler sürdürebilmeleri onların paylaşımcı olmalarını da gerektiren bir durumdur. Bu kapsamda çalışmamızın içeriğinde iyilik, paylaşma ve yardımlaşma temasına da yer verilmiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sonrasında ailelerden ve kurum yöneticilerinden alınan görüşlerde katılımcıların bu konularda daha hassas davranmaya başladıkları yönünde olumlu geri bildirimler tespit edilmiştir.

Dinin önemli amaçlarından biri de insanın mutlu ve huzurlu bir yaşam sürmesidir. Bu sebeple insanın içinde bulunduğu ortamla olan etkileşimi sonucu oluşturacağı fiziki ve sosyal çevresinin, onun mutlu olmasına katkı sağlayacak şekilde olabilmesi için çevresiyle olan ilişkisinin nasıl olması gerektiğinin üzerinde durulması gerekmektedir. Tabiatla, diğer varlıklarla ve diğer insanlarla bireyin ilişkisi nasıl olmalıdır, bu ilişki hangi ilkeler doğrultusunda gerçekleşmelidir gibi soruların cevapları, bireyin mutlu olacak ya da birçok problemlili duruma karşılaşılabilecek bir çevre oluşturmasına neden olabilecektir (Kula, 2000: 1). İslâm dininde ibadetler, bireyin sosyalleşmesinde yadsınamaz bir role sahiptir. Kişinin dinî görev ve sorumluluklarını, sosyalleşmesini sağlayıcı nitelikte gerçekleştirmesi dinin bireye kazandırdığı psiko-sosyal özelliklerdendir. Böylece bireyin topluma uyumunu

kolaylaştırıcı şekilde moral-manevî destek özelliğini taşımaktadır (Kula, 2006: 86). İnsanlara yardım etmenin kişiler arası ilişkilerin geliştirilmesi, kolektif kimliğin güçlenmesi, ben bilinci dışında biz bilincinin oluşması gibi birçok pozitif sosyal katkısından söz edilebilir (Ayten, 2015: 165). Gören tarafından DS tanılı bireyler ile yapılan doktora tezinde DS tanılı bireyler ile kermes çalışması ve ihtiyaç sahiplerine erzak yardımı faaliyetleri yapılmış ve DS tanılı bireylerin gerçekleştirdikleri bu davranışlardan çok mutluluk duydukları gözlenmiştir. Çalışma, yaptıkları yardım ve iyilik etkinliklerinden haz alan bireylerin, manevi anlamda desteklenmelerine fayda sağlamıştır. Psikolojik iyi oluşlarına da olumlu katkılarda bulunmuştur. Özellikle DS tanılı bireylerde görülebilen self-talkta (kendi kendine konuşma) ailelerin bildirimlerine göre faaliyetlerden sonra azalma yaşanmıştır (2015: 197-212).

Erdemler birbiriyle ilişkilidir, biri diğerinden tamamıyla bağımsız değildir. Bu durum sonucunda bir erdemi barındıran birey, diğer erdemlerin de yansımalarının etkilerini yaşamında görecektir (Ayten, 2015: 161). Sorumluluk değeri; toplumsal kurallara uyabilme, çevresine karşı ilgili ve duyarlı olabilme, başkalarının haklarına saygılı kalabilme, bir başkasını önemseyebilme, öz disiplin sahibi olabilme, değerlere uygun olarak davranış gösterebilme, benlik saygısı geliştirebilmeyi de içinde barındırır (Hökelekli, 2013: 58). Hökelekli'nin de ifade ettiği gibi DS tanılı bireylere küçük adımlar ilkesi (bkz. Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi) gereğince ufak ufak sorumluluklar verilebilir, her başardığı sorumluluk pekiştirilerek yeni bir davranış hedeflenebilir. Özel gereksinimli birey gerçekleştirdiği her iyilikle ilgili sorumlulukta bir iş başarmanın mutluluğunu yaşayacaktır, bu başarıma hazzı onda özgüvene sebep olacak ve yine iyilik etme isteği ve bir şeyler başarmanın tadı onu fazlasıyla memnun edecektir. İyilik yapmanın, paylaşmanın ve yardımlaşmanın özel gereksinimli bireyin özgüvenine olumlu birçok katkısı olacaktır (Kuralay, 2014: 150).

Literatürdeki çalışmalar da araştırmamız ile aynı paralellikte sonuçlara ulaşmıştır. Bireyin kendi dışındaki tüm yaratılmışlar ile ilişkisi hayat kalitesi açısından önemlidir. Nitelikli davranışlara sahip olan kişi çevresi ile paylaşma ve yardımlaşmaya değer verecek ve böylelikle olumlu ilişkiler kurabilecektir. Bu durum DS tanılı bireyler için de geçerlidir. Çalışmamızda özellikle sosyal farkındalık, akran

birlikteliği, toplum normlarına uygun tutum ve davranış bağlamında sorumluluk kapsamında iyilik, paylaşma ve yardımlaşma konularına yer verilmiştir. Hâlihazırda gelişimsel olarak bu konulara yatkınlığı olan DS tanılı katılımcıların Tablo 3.66., Tablo 3.67., Tablo 3.68. ve Tablo 3.69. bulgularına göre söz konusu özelliklerini daha da ileriye taşıdıkları, güçleri nispetinde bu pratikleri yerine getirerek manevi yaşamlarına katkı sağlamaya çalıştıkları ve gündelik yaşamlarında bu konulara dikkat ettikleri tespit edilmiştir.

### **Dua ve Şükür Temasına Ait Tartışma ve Yorum**

Bu oturumda; DS'li bireye dua etmenin Yaradan ile bağ kurmak olduğunu anlatabilmek, kurduğu bu bağ ile yalnız olmadığını, çaresiz ve güçsüz hissettiğinde Allah'ın desteğinin onunla olduğunu fark ettirebilmek ve şükür duygusu ile hayatın içinde mücadeleci tutumlarına devam etmelerine katkı sunabilmek hedeflenmiştir.

“Her çocuk fitrat üzere (Allah'a inanmaya ve İslam dinini kabule eğilimli olarak) doğar. Sonra anne ve babası onu Yahudi, Hristiyan veya mecusileştirir.”<sup>83</sup> hadisinde de belirtildiği üzere insanlarda, doğuştan var olan Allah'a inanma ve bağlanma arzusu vardır. Her şeyden güçlü bir varlık arama ve bu varlığa sığınma ihtiyacı doğuştan getirilir ve insanda 3-4 yaşlarından itibaren kendini göstermeye başlar. Bu dönemden itibaren çocuklar Allah'ı güçlü bir varlık olarak düşünürler (Peker, 2014: 114-116). Dinin ve yaratıcının varlığı, çocukluk döneminden başlayarak bireyde sınımlanacak bir kapı ve yaşam boyu karşımıza çıkan sorunlarla baş etmede yardımcı olan bir fonksiyona sahiptir. Çocuğun Tanrı inancı ve yaratıcıya olan bağlılığı, çocukluk dönemi kaygılarının yatışmasına, korku ve endişelerinden uzaklaşmasına yardım eder. Manevi dünyası gelişmiş olan çocuk, ileriki yıllarda güven hissine sahip, mutlu ve huzurlu bir yaşam sürer (Hayta, 2006: 44). Dua doğuştan gelen bir özellik olarak çocukta varlığını gösterir. Çocuk ilk başlarda istek ve ihtiyaçları için Allah'a dua eder. Dua çocuğun Allah ile iletişime geçmesidir. Doğru bir manevi gelişimle desteklenirse bu iletişim biçimi, yetişkinlik döneminde Allah ile birey arasında kıymetli bir bağ oluştuğunu göstermektedir (Bilici, 2020: 398-399).

---

<sup>83</sup> Müslim, Kitabu'l- Kader, 46/22.

Dua ile birey, en başta korku hissinden kurtulur, güven duygusu yatışmasına ve sakinleşmesine katkı sağlar. Bu özellikleri ile literatürde yer alan çalışmalar bizim araştırmamızla aynı paralellikte özelliklere sahiptir. Katılımcıların anneleri çocukları gece uykularında korkup uyanınca dua ettirdiklerini dile getirmişlerdir. Bazı anneler ise öğrettikleri duaları ya da kendileri söyleyip çocuklarına da tekrar ettirmek suretiyle yatmadan önce okuyup, rahat bir uyku düzeni sağladıklarını ifade etmişlerdir.

“Oğluma kısa duaları tekrar ettirerek öğrettim, korkunca/heyecanlanınca okutuyorum ve sakinleyip rahatladığını görüyorum.” (DS2 kodlu katılımcının annesi)

Çalışma grubumuz 14-18 yaş aralığında ve ergenlik çağı dönemindedir yani hem fiziksel hem zihinsel anlamda yoğun bir değişim içindedirler. Alan yazındaki çalışmalarda; ilk çocukluk döneminde hatta bebeklik döneminde aileden iyi bir dini ve manevi eğitim alınmışsa eğer, kişi Allah ile doğru bir bağ kurar ve sağlam bir manevi hayatın zeminini oluşturabilir (Kula, 2001: 159; Peker, 2014: 170-174; A. Şahin, 2007: 28) bilgisi yer almaktadır. Bireyin dezavantajlı nitelikleri sebebiyle okuma yazma bilmemesi manevi dünyasını oluşturmasına engel değildir. Dualar, formal eğitimden çok informal eğitimle gerçekleştirilebilir (Bilici, 2020: 393). Yapılan çalışmalar da araştırmamızı destekler niteliktedir. Her ne kadar bireyin zihinsel yetersizliği ve okuma yazma güçlüğü olsa bile onun bu durumu, Allah ile bağ kurmasına ve dua etmenin manevi atmosferine ulaşmasına engel teşkil etmediği çalışmamızda Tablo 3.63. bulguları ile tespit edilmiştir.

Birey, doğuştan getirdiği eğilim sebebiyle Allah ile bağ kurma ihtiyacı hisseder. İnsanoğlunun yaradan ile bağ kurmasının en kolay yolu duadır. Bu nedenle çalışmamızda, DS tanılı bireylerin duaları aracılığıyla Allah ile kurdukları bağa önem verilmiş ve bu yönde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkisi incelenmeye çalışılmıştır. Tablo 3.64. ve Tablo 3.65. bulguları aracılığıyla aynı zamanda uygulama süresince ve sonrasında katılımcıların anneleri ve öğretmenlerinden alınan görüşler neticesinde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın katılımcıların yaradan ile güçlü bir bağ kurmalarına katkı sağladığı dolayısıyla manevi yaşamlarına destek hizmet sunduğu tespit edilmiştir.

DS1 kodlu katılımcı, “Anneme ve babama ve ablama, abime, sevdiğim kişilere hep dua ediyorum. Cennete gidelim hep birlikte diyorum. Anneme sağlık vermesi için Allah’a dua ediyorum.” cümleleri ile manevi yaşamının güzelliklerini bizlere aktarmaya çalışmıştır.

İzutsu duayı, “Kalbin Allah ile konuşmasıdır.” diye tarif etmektedir. Bu tarif üzerinde dikkatle düşünülürse, din duygusunun ve bireyin manevi dünyasının ifade edilme aracının dua olduğu görülmektedir. Dua, bireyin aciziyetinin ve aynı zamanda kulun Yaradan’ına sevgisinin ifadesidir. Kalbimizin Allah’a ihtiyacı dua ile kendini gösterir (Soysaldı, 1999: 20). İnsanoğlu dua ile sadece isteklerini ve arzularını Allah’a bildirmez, şükranlarını da yaratanına sunar. Bu sebeple çalışmamızda DS tanılı katılımcılara dua ve şükür farkındalığı bir arada kazandırılmaya çalışılmıştır. “Şükür, kişinin insanlara, doğaya ve Allah’a karşı yaptığı en geniş anlamda bir teşekkür etme halidir.” (Hökelekli, 2013: 141). Şükür erdemi, bireyin hayat memnuniyetinin artmasına ve kendisi ile ilgili olumlu değerlendirme yapmasına fırsat verir (Ayten, 2015: 153). Çalışmamızda katılımcıların anneleri ve öğretmenlerinden alınan görüşler sonucunda manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın, katılımcılara şükür konusunda farkındalık kazandırdığı görülmüştür.

DS1 kod isimli üye “Ben her zaman yemekten sonra Elhamdülillah diyorum, Allah’ım olmayanlara ve fakirlere de ver diyorum.” cümleleri ile şükür unsurunun hayatındaki yerini ifade etmiştir.

Tüm araştırma verileri ışığında manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın DS tanılı bireylerin manevi yaşamları ve anlam dünyaları üzerinde olumlu katkı sağladığı görülmüştür.

Bu bölümde değinilen araştırmalar, manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın, DS tanılı bireyler ve annelerinin anlam dünyaları ve manevi iyi oluşları üzerindeki etkisini destekler niteliktedir. Yurt içinde ve yurt dışında gerçekleştirilen çalışmalarda; tek araştırma çatısı altında hem DS’li bireyler hem de anneleri ile aynı zaman diliminde ard arda oturumlarda manevi temalarla yürütülen bir araştırma görülmemiştir. Böylece çalışmamız, DS tanılı bireyler ve annelerine yönelik manevi temaların yer aldığı, etkililiği argümanlarla desteklenmiş ilk

araştırma olma özelliğine sahiptir denilebilir. Oturumlarda çalışma grubunun (DS tanıılı bireylerden oluşan grup) özel durumundan kaynaklanan dikkati toplama, motivasyonu sağlama, inatçılık gibi spesifik durumlarda uyumu yakalama adına birtakım zorluklar yaşansa da genel itibariyle bulgular, uygulamanın etkili olduğunu göstermiştir. Bahsi geçen güçlüklerin aşılmasında, uygulamanın etkililiğe ulaşmasında ve beklendik yönde olumlu sonuçlanmasında birtakım paradigmlar etkili olmuştur. Öncelikle çalışma grubu üyelerinin araştırmacıyı asgari düzeyde de olsa önceden tanımaları, uygulamanın kendi kurumlarında gerçekleşmesi ve kurum psikoloğunun oturumlara eşlik etmesi; DS'li bireylerin kendilerini daha rahat ifade edebilmelerinde ve temaların daha aktif yürütülmesinde önemli rol oynamış olabilir. Aynı zamanda çalışma grubu üyelerinin bazılarının, Konya Büyükşehir Belediyesi'nin bir hizmeti olan Genç Komek Kursları bünyesinde özel gereksinimli bireyler için açılan kurslara yaz dönemlerinde katılmaları manevi konular hususunda hazırbulunuşluk ve uygulamanın pozitif yönde tesir etmesi adına majör bir etken olmuş olabilir. Bunların yanı sıra araştırmacının öğretmen olması böylece mesleğindeki deneyimleri ve birikimleriyle uygulamaya dair etkinlik, görsel ve işitsel materyal kullanımı da manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkili olmasında rol oynayan unsurlardan biri olmuştur denilebilir.

DS tanıılı bireylerin annelerinden oluşan çalışma grubu ile gerçekleştirilen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkililiğini artırmada ve beklendik yönde sonuçlara ulaşmasında birtakım unsurlar etkili olmuştur. Öncelikle araştırmacının da DS tanıılı bir kardeşe sahip olması sebebiyle özel gereksinimli bir çocuğun büyümesine ve gelişmesine birebir şahitlik etmesi, onun hayat yolculuğunda eşlikçisi ve destekçisi olurken yaşanan sıkıntıları ve güçlükleri deneyimlemesi ve uzun yıllar boyunca gözlem yapması sonucunda ailelerin özellikle de annelerin ihtiyaç duydukları alanlar ve bu alanların güçlendirilmesi hususunda çalışılması önemli rol oynamış olabilir. Çalışma grubu üyelerinin araştırmacıyı kendileri ile aynı zorlukları, sıkıntıları ve mücadeleyi deneyimleyen olarak görmeleri ve böylelikle temalara daha çok ilgi göstermeleri de sonucu olumlu yönde etkileyen faktörlerden olmuş olabilir. Katılımcı DS'li bireylerin 14-18 yaş aralığında olması nedeniyle aileye katılmalarının üzerinden en az 14 yıl gibi bir süre geçmesi böylece annelerin

evlatlarının durumuyla ilgili ilk şoku atlatmaları, aşamalı olarak bu durumun üstesinden gelmiş olmaları ve manevi iyi oluş aracılığı ile teselli bulmaları uygulamanın etkililiğini olumlu manada etkilemiş olabilir. İzleme görüşmelerinin yapıldığı dönemin Ramazan ayına denk gelişi ile Müslümanlarca hissedilen manevi atmosferin anneler üzerindeki etkisi bulgulara majör anlamda etki etmiş olabilir.



## SONUÇ VE ÖNERİLER

### SONUÇ

DS tanılı bireyler ve annelerinin manevi iyi oluşunu güçlendirmeyi konu alan çalışmamızda, çalışma grubunun ihtiyacı olarak tespit edilen manevi öğelerin yer aldığı temalardan oluşan manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın katılımcıların manevi gereksinimlerinin giderilmesine, manevi boyutlarına ve anlam dünyalarına olan etkisi incelenmiştir. Çalışmamızda ulusal ve uluslararası yazındaki ilgili akademik yayınların önemli bir kısmı incelenerek sistematik bir biçimde sunulmuştur. Ayrıca bu yayınlar, katılımcılarla yürütülen manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın hazırlanmasına kaynak teşkil etmiştir. Yurt içinde ve yurt dışında gerçekleştirilen çalışmalarda; tek araştırma bünyesinde hem DS'li bireyler hem de anneleri ile ard arda oturumlarda manevi temalarla yürütülen bir araştırma görülmemiştir. Böylece çalışmamız, DS tanılı bireyler ve annelerine yönelik manevi temaların yer aldığı, etkililiği argümanlarla desteklenmiş ilk araştırma olma niteliği taşımaktadır. Nitel yöntemle yapılan çalışmamızda, DS'li bireyler ve annelerinden oluşan 13 kişilik çalışma grubu ile tanışma ve değerlendirme de dahil 8 oturumdan oluşan manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama gerçekleştirilmiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın etkililiği; DS tanılı bireyler için tam yapılandırılmış, anneler içinse yarı yapılandırılmış görüşme formlarının, uygulama öncesi, uygulama sonrası ve izleme görüşmelerinde tatbik edilmesi sonucunda ulaşılan bulgularla incelenmiştir. Ayrıca çalışma grubundaki annelerle uygulamaya dair değerlendirme için bireysel görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Böylece hem katılımcıların kazanımlarını tekrar gözden geçirmeleri sağlanmış hem de çalışmamızın bulguları geribildirimlerle desteklenme fırsatını elde etmiştir. Bu uygulamalar neticesinde elde edilen bulgulara dayanarak tarafımızca ulaşılan sonuçlar şöyle ele alınmıştır:

#### **Down Sendromu Tanılı Bireylerin Annelerinin Manevi İhtiyaçları ve Destek İmkânlarına İlişkin Sonuçlar**

Araştırmamızın annelerle ilgili ilk problemi, DS tanılı çocuk sahibi annelerin manevi ihtiyaçlarına yönelik destek imkânlarının tespit edilmesi yönünde

oluşturulmuştur. Bu nedenle “DS tanısı almış bireylerin annelerinin manevi ihtiyaçları nelerdir? Bu gereksinimlere yönelik nasıl bir destek hizmet verilebilir?” sorusu sorulmuştur. Katılımcılardan alınan veriler neticesinde manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama temaları “Sevgi ve değer vermek”, “Merhamet ve şefkat”, “Kabullenme ve olumlu düşünme”, “Sabır ve öfke kontrolü”, “Tevekkül ve sorumluluk”, “Umut, dua ve şükür” şeklinde yapılandırılmıştır.

Hazırlanan temalar, her oturumda çalışma grubu üyelerinin de aktif katılımlarıyla gerçekleştirilmiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama nihayetinde katılımcılar tarafından yapılan değerlendirmelerde, böyle bir hizmete ihtiyaç duydukları, bu tür programların devamı olsa katılacakları ve özellikle yeni doğum yapmış ya da tanıdan yeni haberi olmuş annelerin faydalanması için bu tür uygulamaların uzmanlar tarafından yapılmasının gerekli olduğu yönünde görüşler sunulmuştur. Bu veriler ışığında manevi içerikli uygulamaların/programların DS tanılı çocuk sahibi annelere uygulanmasının manevi iyi oluşlarına destek hizmet sunduğu ve böylece hayat kalitesini artırmaya katkı sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.

### **Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Down Sendromu Tanılı Bireylerin Annelerinin Mental İyi Oluşlarına Etkisine İlişkin Sonuçlar**

Araştırmamızın annelerle ilgili ikinci temel problemi, “Manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama, DS tanısı almış bireylerin annelerinin mental iyi oluşlarını ne yönde etkilemektedir?” sorusu olmuştur. Uygulamanın, çalışmaya katılan DS’li çocuk sahibi annelerin mental iyi oluş durumlarını olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir. Bu bağlamda katılımcıların, daha iyimser bir bakış açısı geliştirmeye çalıştıkları, kendilerine zaman ayırmanın ve sevdikleri aktiviteler ile uğraşmanın önemli olduğu bilincine vardıkları, kişiler arası ilişkilerde iyileşmeler yaşadıkları, duygu ve düşüncelerini daha rahat ifade edebildikleri tüm bunların sonucunda da hayat memnuniyetlerinin arttığı gözlenmiştir. Uygulama öncesi ve sonrası alınan görüşlerin değerlendirilmesi ve izleme görüşmeleri sonucunda oluşan bulgularla; manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik uygulamanın çalışma grubu üyelerinin mental iyi oluşlarında pozitif anlamda etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

### **Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Down Sendromu Tanılı Bireylerin Annelerinin Manevi İyi Oluşlarına ve Manevi Yaşamlarına Etkisine İlişkin Sonuçlar**

Araştırmanın üçüncü temel problemi, “Manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama, DS tanısı almış bireylerin annelerinin manevi yaşamlarını ne yönde etkilemektedir?” sorusu olmuştur. Ulaşılan bulgulardan hareketle; manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın, katılımcıların anlam dünyalarına, manevi yaşamlarına ve manevi iyi oluşlarına pozitif yönde katkı sağladığı tespit edilmiştir. Bir diğer ifadeyle, tarafımızca gerçekleştirilen uygulama, katılımcıların maneviyat ve manevi değerler merkezinde hayatını sürdürmelerinde ve edindikleri tecrübeler neticesinde manevi iyi oluşlarını güçlendirmelerinde etkili bir yaklaşım olduğu söylenebilir.

Uygulamanın her bir temada katılımcılara ayrı ayrı katkılarının olduğu ve manevi yaşamlarını düzenlemede destek olduğu tespit edilmiştir. DS tanılı çocuk sahibi anneler tarafından, sevgi ve değer vermenin insanı motive eden ve yaşama gücünü artıran temel unsurlardan birisi olduğu bilincine varılmıştır. Bireyin bir başkasıyla oluşturduğu sevgi bağı ve başkası tarafından değer atfedilmesi ile sorunlarını aşabilecek gücü kendinde bulduğu tespit edilmiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sonrasında katılımcılar ile yapılan görüşmelerde sevginin Allah kaynaklı olduğu, kendilerini, çocuklarını ve yaratılan varlıkları sevince kendilerini daha da mücadeleci hissettikleri sonucuna varılmıştır. Ağırıklı olarak annelerin çocuğun bakımı ile ilgilenmeleri nedeniyle kendilerinden fazlasıyla özveride buldukları görülmüş ve bu yönde kendilerine vakit ayırabilecekleri fırsatları değerlendirebilme farkındalıklarının arttığı gözlenmiştir.

Çalışma grubu üyeleriyle yapılan görüşmeler sonucunda katılımcıların yaşamlarında merhamet ve şefkat unsurlarına daha çok yer verdiklerine dair uygulamanın pozitif yönde etki ettiği tespit edilmiştir. Aynı zamanda uygulama, merhamet ve şefkatle yaşamının, bireyin hayatında istenmedik/beklenmedik olaylarla ve durumlarla baş etmede destek olduğuna dair farkındalığın gelişmesinde etkili olmuştur.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sonrasında katılımcılar ile yapılan görüşmelerde sabır ile tahammül arasındaki farkın anlaşılmasına dair bilincin kazanıldığı gözlenmiştir. Uygulamanın bireye, kendini ve duygularını tanımaya ve sabırlı olmaya gayret ettiğinde daha nitelikli ilişkiler kurması, bu ilişkiler vasıtasıyla hayat kalitesinin artması ve manevi anlamda huzurlu bir yaşam sürmesi yönünde katkı sağladığı görülmüştür.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın tevekkül ile ilgili oturumundan sonra annelerden gelen görüşler neticesinde, tevekkül sahibi olmanın çocuklarının tanısını ve durumunu kabullenmeyi kolaylaştırdığı bulgusu elde edilmiştir.

Uygulama esnasında katılımcı annelerin görüşleri ışığında inanan birey için, başına gelen herhangi bir olumsuz olay veya durumda dua, manevi alanda başvuracağı ilk referanslardan birisi olduğu tespit edilmiştir. Duanın birey için rahatlatıcı ve huzur verici etkiye sahip olduğu görülmüştür. Uygulamanın katılımcılara; geleceğe dair iyimser bir perspektif kazanmada umutlu olmanın motivasyon kaynağı olduğu ve sorunların üstesinden gelebilme konusunda destek sağladığı tespit edilmiştir. Araştırmamızdaki katılımcılardan alınan görüşler neticesinde, DS tanılı çocuk sahibi annelerin şükrettikçe daha huzurlu hissettikleri ve başlarına gelen olaylara şükür penceresinden bakabildiklerinde durumlarını kabullenmeye şükür halinin olumlu katkı sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.

### **Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Down Sendromu Tanılı Bireylerin Annelerinin Anlam Dünyasına Etkisine İlişkin Sonuçlar**

Çalışmamızın annelerle ilgili bir diğer problemini; manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın DS'li çocuk sahibi annelerin anlam dünyalarındaki etkisinin incelenmesi oluşturmuştur. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama aracılığı ile katılımcıların, rahatladığı, isyan eden taraflarının sakinleştiği ve uygulama öncesine oranla daha huzurlu oldukları gözlenmiştir. Böylece çalışma grubu üyelerinin manevi çatışmalarını çözümüleme fırsatı elde ettikleri görülmüştür. Uygulamanın katılımcıların aşkın olanla yani yaratıcı ile bağ

kurmasına destek sağladığı gözlenmiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama vesilesi ile katılımcılardan yaşamlarındaki anlamı keşfetmeye dair olumlu geri dönüşler olduğu tespit edilmiştir. DS tanılı çocuğa sahip çalışma grubu üyelerinin karşılaştıkları bu zorlayıcı durumla baş etmede dini referanslardan beslenerek, manevi anlamlandırmaları aracılığıyla teselli buldukları saptanmıştır. Katılımcıların dua, zikir, namaz, sadaka gibi birçok dini pratiklerden oluşan manevi kaynaklardan faydalandıkları görülmüştür. Böylece bu ritüeller sayesinde çalışma grubu üyelerinin manevi boyutlarının, manevi iyi oluşlarını güçlendirerek onların psikolojik sağlığını korumada destek hizmet sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.

### **Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamaya Dair Annelerin Görüş ve Değerlendirmelerine İlişkin Sonuçlar**

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamadan sonra çalışma grubu üyeleri ile yapılan görüşmelerde uygulamanın kendileri ve çocukları için faydalı olduğunu belirtmişlerdir. Benzer duyguları paylaşan, benzer zorluklarla mücadele veren anneler olarak; bir arada olmanın birbirlerine iyi geldiği, yalnızlık hissinden kurtularak kendileri gibi benzer sorunlarla bir başkasının da mücadele verdiğini görmek onların rahatlamasına katkı sağlamıştır. Uygulama sonrası annelerden alınan görüşler, aslında onların ihtiyaç olarak hissettikleri fakat belki de farkında olmadıkları destek hizmetin yüreklerine dokunması olmuştur. Bir sosyal gruba dahil olmak, koşulsuz kabul görmek, onaylanmak ve gerçekten dinlenildiğini, anlaşıldığını hissetmek katılımcıların mental anlamda iyi oluşlarına imkan vermiştir.

Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın çalışma grubu üyelerine kazandırdığı bir diğer husus da maneviyat hakkında doğru bilgi edinme olmuştur. Uygulamadan önce yapılan görüşmelerde katılımcıların çoğunun maneviyat hakkında doğru bilgiden yoksun oldukları görülmüştür. Uygulama neticesinde ise çalışma grubu üyelerinin maneviyat hakkında sağlıklı bilgiler edindiği tespit edilmiştir. Uygulamanın hem maneviyat içerikli olması hem de aynı zamanda DS'li bireylerle de gerçekleştirilmesi katılımcı annelerin memnuniyetle ayrılmasına vesile olduğu görülmüştür.

Bir bütün olarak bakıldığında manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sayesinde, çalışma grubu üyelerinde hedeflenen kazanımların maneviyat ve manevi iyi oluş açısından beklenen yönde seyrettiği gözlemlenmiştir. Katılımcıların cezalandırılma veya noksanlıklarının sebebi ile DS’li çocuk sahibi olduklarına ilişkin anlam dünyalarının yerine daha olumlu bakış açıları geliştirmeye başladıkları, hayata ve geleceğe dair olumsuz düşüncelere sahip olsalar da endişelerini yönetebilme becerisi kazandıkları, oturumlarda fark ettikleri güzelliklerin günlük hayatta devamı için de çaba sarf ettikleri görülmüştür. Uygulama aracılığıyla manevi çatışmalarını çözümleyebilme, tevekkül, sabır ve şükür gibi kavramlarla davranışlarına anlam yükleyerek yaşamı daha iyi yönetebilme fırsatı elde ettikleri sonucuna varılmıştır.

### **Down Sendromu Tanılı Bireylerin Manevi İhtiyaçları ve Destek İmkânlarına İlişkin Sonuçlar**

Araştırmamızın DS tanılı bireylere yönelik ilk sorusu, onlara manevi anlamda nasıl destek hizmet sunulabilir olmuştur. Çalışma grubundan alınan veriler neticesinde; manevi destek hizmet vermek ve manevi ihtiyaçların giderilmesi maksadıyla uygulamanın temaları “Sevgi ve değer vermek”, “Merhamet ve şefkat”, “Manevi değerlere saygı”, “Sabır, öfke kontrolü ve nezaket sözcüklerini kullanabilme”, “İyilik, yardımlaşma ve paylaşma”, “Dua ve şükür” şeklinde oluşturulmuştur. Hazırlanan temalar her oturumda çalışma grubu üyelerinin de olabildiğince aktif katılımları olacak biçimde uygulanmaya çalışılmıştır. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın sona erdirilmesi ile katılımcıların anneleri ve kurumdaki öğretmenlerinden alınan görüşler ışığında özelde DS tanılı bireylerin genelde ise özel gereksinimli bireylerin bu tür hizmetlere ihtiyaçlarının olduğu tespit edilmiştir. Bu içerikteki uygulamaların uzmanlar tarafından yapılmasının gerekli olduğu yönünde görüşler elde edilmiştir.

Özetle DS tanılı bireylerin de sağlıklı gelişim gösteren bireyler gibi hatta belki de onlara oranla daha vazgeçilmez bir şekilde manevi gereksinimlerinin olduğu ortaya çıkmıştır. Bu gereksinimlerin; uygun içerikte oluşturulan uygulamaların/programların bir plan dahilinde uzmanlar tarafından uygulanması ile giderilebileceği sonucuna ulaşılmıştır.

### **Manevi İyi Oluşu Güçlendirmeye Yönelik Uygulamanın Down Sendromu Tanılı Bireylerin Manevi Yaşamlarına ve Anlam Dünyalarına Etkisine İlişkin Sonuçlar**

Araştırmanın DS'li bireyler ile ilgili ikinci temel problemi, “Manevi iyi oluşlarını güçlendirmeye yönelik gerçekleştirilen uygulama, DS tanısı almış bireylerin manevi yaşamlarını ve anlam dünyalarını ne yönde etkilemektedir?” sorusu olmuştur. Uygulamanın her bir temada katılımcılara ayrı ayrı katkılarının olduğu ve manevi yaşamlarını düzenlemede destek olduğu tespit edilmiştir.

DS tanılı bireylerin tümü, kendilerine aileleri özellikle bakımlarını sağlayan anneleri tarafından sevgi ve ilgi ile davranıldığına farkındadırlar. Yakın çevreden, doğadan ve DS tanılı bireyin sevdiği şeylerden örnek verilerek Allah sevgisinin kazandırılacağı gözlemlenmiştir. Aynı zamanda sevgi dolu ortamın ve DS tanılı bireylere gösterilen ilginin; onların gelişiminde, öğreniminde ve istenilen becerilerin kazanılmasında olumlu katkı sağladığı görülmüştür.

Araştırma sonuçlarına göre DS tanılı grup üyeleri dua ve şükür konularında gerekli düzeyde beceri kazanmışlardır. Özellikle dua konusunda katılımcılarda farkındalık olduğu belirlenmiştir. Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sürecinde ve sonrasında DS'li katılımcıların manevi/dini değerlere saygı hususunda istenilen hedeflere ulaştıkları gözlenmiştir. Ezan okunurken müziğin sesini kısmak, dualarda âmin demek, Kur'an-ı Kerim'i görünce tanımak gibi sembolik olan ama aynı zamanda manevi boyutun yapı taşları durumundaki değerler konusunda hassasiyet gösterdikleri tespit edilmiştir. DS tanılı bireylerin dini ritüelleri tam yerine getiremeseler de ahlaki gelişim, merhamet ve şefkat hissi, bir başkasına karşı duyarlı olma gibi pek çok erdemler bakımından oldukça hassas bir manevi dünyaya sahip oldukları sonucuna varılmıştır.

Uygulamada doğru davranış için öfke durumunda sakin kalabilme ve sosyal ilişkilerinde başarılı olabilme becerisine katkı sunmak hedeflenmiştir. DS tanılı katılımcıların öfke yönetimi ve sabır konusunda kısmen de olsa başarılı oldukları görülmüştür. Öte yandan çalışma grubu üyelerinin nezaket içeren ifadeleri sıkça kullanmaya çalıştıkları gözlenmiştir. Araştırmamızda özellikle toplumsal farkındalık

ve sosyal bütünleşme, akran birlikteliği, toplum normlarına uygun tutum ve davranış sergileyebilme gibi nitelikler açısından sorumlulukla gelen iyilik, paylaşma ve yardımlaşma konularının kazanımı amaçlanmıştır. Zaten gelişimsel olarak bu konulara yatkınlığı olan DS tanılı katılımcıların söz konusu özelliklerini daha da ileriye taşıdıkları ve gündelik yaşamlarında bu konulara dikkat ettikleri görülmüştür. Yapılan gözlemlerde katılımcıların paylaşımcı olmaya ve yardımseverliğe özen gösterdikleri sonucuna varılmıştır.

Ulaşılan bulgulardan hareketle manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulamanın; katılımcıların anlam dünyalarına, manevi yaşamlarına ve manevi iyi oluşlarına beklendik bir şekilde pozitif yönde katkı sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.

## ÖNERİLER

Bu araştırmadan elde edilen bulgulara dayanarak araştırmacılara, sahada çalışan uygulayıcılara, karar mercii ve yürütücü birimler olarak yetkililere yönelik sunulan öneriler aşağıda verilmiştir.

1- DS tanılı bireyler ve annelerine yönelik hazırlanan manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama, tek çalışma bünyesinde hem DS'li bireylere hem de onların annelerine aynı zaman diliminde uygulanması bakımından alanda ilk örnek çalışma olma özelliğini taşımaktadır. Bu bağlamda manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama, karar mercii ve yürütücü birimler öncülüğünde öncelikli olarak rehabilitasyon merkezleri olmak üzere toplum ruh sağlığı merkezleri, kadın aile sağlığı merkezleri, gençlik merkezleri, okul rehberlik servisleri ve hastaneler tarafından da gerçekleştirilerek yaygınlaşması ve ihtiyaç duyan daha çok DS'li birey ve ailesine ulaşması sağlanabilir. Bu doğrultuda aile ve sosyal hizmetler bakanlığı, milli eğitim bakanlığı, sağlık bakanlığı, gençlik ve spor bakanlığı ve diyanet işleri başkanlığı bünyesinde yer alan kurumlar, üniversiteler ve diğer ilgili kurum ve kuruluşlar saha uygulamaları için gerekli zeminin hazırlanmasında rol alabilir.

2- Çocuğunun tanısını yeni öğrenmiş ailelerin özellikle annelerin ihtiyaçlarına yönelik uygulamalar ya da programlar geliştirilebilir.

3- Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama sadece annelere değil, babalara hatta kardeşlere yönelik hazırlanıp uygulanabilir.

4- Manevi iyi oluşu güçlendirmeye yönelik uygulama ebeveyn eğitimleri kapsamında anne-babalara eş zamanlı uygulanıp aileler üzerindeki tesiri incelenebilir.

5- Araştırma kapsamında 14-18 yaş arası DS tanılı bireyler ile çalışma gerçekleştirilmiştir. Farklı yaş gruplarındaki DS tanılı bireylerin manevi gereksinimlerini tespiti yönelik çalışmalar yapılabilir.

6- DS tanısı almış bireyler ve ailelerinin manevi destek imkânlarına yönelik sosyal farkındalık adına toplumu bilinçlendirmeye yönelik projeler ve çalışmalar yapılabilir.

7- Manevi iyi oluğu güçlendirmeye yönelik uygulamaya farklı içerikler eklenerek farklı konulardaki etkisi araştırılabilir.

8- Manevi iyi oluğu güçlendirmeye yönelik uygulama, bu çalışmada spesifik olarak DS tanılı bireyler ve annelerine yönelik gerçekleştirilmiştir, farklı çalışmalarda farklı tanı almış bireyler ve ailelerine yönelik araştırmalar yapılabilir.

9- Özellikle kritik dönemler olarak adlandırılan okula başlama çağı, kademe atlama, vasi davası gibi zorlayıcı ve yıpratıcı süreçlerde manevi iyi oluğu güçlendirmeye dair uygulamalar ya da programlar aracılığıyla DS tanılı bireyler ve ailelerine yönelik destek hizmet sunulabilir.

10- Manevi iyi oluğu güçlendirmeye yönelik uygulamanın oturum sayısı artırılarak farklı lisansüstü çalışmalarda uygulanabilir.

11- DS tanılı birey ve ailesine ya da özel gereksinimli farklı gruptaki birey ve ailesine manevi gereksinimlerine yönelik uygulamalar/programlar geliştirilerek ara ara düzenli bir formatta yetkili kurumlar bünyesinde yaşam boyu destek hizmet olarak sunulabilir.

## KAYNAKÇA

**ADLER**, Alfred (2003). **Yaşamın Anlam ve Amacı**, 6. Baskı, (Çev: Kâmuran Şipal), İstanbul: Say Yayınları.

**AKANDERE**, Mehibe ve Meryem Acar ve Gülsüm Baştuğ (2009). “Zihinsel ve Fiziksel Engelli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi”, **Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 22, 23-32.

**AKAY**, İhsan (2010). **İslam Hukukunda Engellilerin Durumu** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır.

**AKBOLAT**, Abdurrahman (2022). **Kronik Hastalarda İyi Oluş ve Maneviyat: Nitel Bir Araştırma** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

**AKÇAMETE**, Gönül (2016). “Özel Gereksinimi Olan Çocuklar” (Ed. Gönül Akçamete), **Genel Eğitim Okullarında Özel Gereksinimi Olan Öğrenciler ve Özel Eğitim**, 6. Baskı, Ankara: Kök Yayıncılık, 31-76.

**AKIN**, Galip (1998). “Mongolizm (Down Sendromu)in Özellikleri ve Genetik Danışmanlığın Önemi”, **Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi**, 38 (1-2), 323-333.

**AKINCI**, Adem (2005). “Hayata Anlam Vermede Dini Değerlerin ve Din Öğretiminin Rolü”, **Değerler Eğitimi Dergisi**, 3 (9), 7-24.

**ALBAYRAK**, Hafize (2015). **Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Ailelerin Stresle Başa Çıkma Tutumları** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

**ALLPORT**, Gordon W. (2004). **Birey ve Dini**, 1. Baskı, (Çev. Bilal Sambur), Ankara: Elis Yayınları.

**ALTUNTAŞ**, Betül ve Reyhan Atasü-Topçuoğlu (2016). **Engelli Bakımı**, Ankara: Nika Yayınevi.

**ANDREYKO**, Bogdanna (2016). “The Emotional State of Parents in the Structure of the Stages of the Experience of Having a Child with Developmental Disabilities”, **Journal of Education Culture and Society**, 2, 150-157.

**ARASTAMAN**, Gökhan ve İnci Fidan ve Tuncer Fidan (2018). “Nitel Araştırmada Geçerlik ve Güvenirlik: Kuramsal Bir İnceleme”, **YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi (YYU Journal of Education Faculty)**, 15 (1), 37-75.

**ARICI**, Asude (2005). **Ergenlerde Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

**AY**, Mehmet Emin (1994). “Aile Ortamında Yerine Getirilen İbadetlerin Çocuk Üzerindeki Etkileri”, **Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi**, 1, 163-170.

**AYDIN**, Ali Rıza (2009). “İnanma İhtiyacı ve Dinî Ritüellerin Psikolojik Değeri”, **Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi**, 9 (3), 87-99.

**AYDIN**, Şebnem (2016). **Fiziksel ve/veya Zihinsel Engelli Çocuk Annelerinin Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

**AYTEN**, Ali (2015). **Erdeme Dönüş Psikolojisi ve Mutluluk Yolu**, 2. Baskı, İstanbul: İz Yayıncılık.

**AYTEN**, Ali (2018). **Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Cilt: 1**, İstanbul: Dem Yayınları.

**AYTEN**, Ali (2020). **Din ve Sağlık Kavramı, Kuram ve Araştırma**, 2. Baskı, İstanbul: Marmara Akademi Yayınları.

**AYTEN**, Ali (2021). **Tanrı'ya Sığınmak**, 3. Baskı, İstanbul: İz Yayıncılık.

**AYTEN**, Ali ve Sevde Düzgüner (2017). **Tasavvuf Psikolojisine Giriş**, 1. Baskı, İstanbul: Sufi Kitap.

**BAHADIR**, Abdülkerim (1999). **Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-Sosyal Faktörler ve Din** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

**BAHADIR**, Abdülkerim (2002). **İnsanın Anlam Arayışı ve Din**, 1. Baskı, İstanbul: İnsan Yayınları.

**BAHADIR**, Abdülkerim (2007). **Jung ve Din**, İstanbul: İz Yayıncılık.

**BAHADIR**, Abdülkerim (2010). “Psiko-sosyal Bir Sorun Olarak Engelliliği Anlamlandırmada Dini Referanslar ve Pratik Yansımaları”, **Marife Dergisi**, 2, 9-25.

**BAHÇEKAPILI**, Mehmet (2016). “Biyopsikososyal Açından Dinin Engellilik ve Farklı Sağlık Problemleri Üzerindeki Etkisi”, **Türkiye Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi**, 1, 19-44.

**BAKIRTAŞ**, Tuğba ve Abdulvahit İmamoğlu (2022). “Özel Gereksinimli Çocuğu Olan Ebeveynlerde Suçluluk Duygusu ve Dini Başa Çıkma”, **Bilimname** (47), 1-40.

**BALTACI**, Ali (2017). “Nitel Veri Analizinde Miles-Huberman Modeli”, **Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (AEÜSBED)**, 3 (1), 1-15.

**BELEN**, Fatıma Zeynep (2016). “Dezavantajlı Gruplara Yönelik Rehberlik Uygulamaları: Almanya, Finlandiya ve İngiltere Örneği”, (Ed. İhsan Çapcıoğlu ve

Fatıma Zeynep Belen), **Dezavantajlı Gruplar Psiko-Sosyal ve Manevi Bakım**, 1. Baskı, Ankara: Grafiker Yayınları, 71-100.

**BİLGİNER**, Hayriye (2002). “Down Sendromlu Çocuklarda Dil Gelişimi”, **Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi**, 19 (1), 165-179.

**BİLİCİ**, Ali Baz (2020). **Çocuk Psikolojisi ve Din**, 2. Baskı, İzmir: Akademik Gelişim Yayınları.

**BOLDEN**, Lori A. (2007). “A Review of On Grief and Grieving: Finding the Meaning of Grief Through the Five Stages of Loss”, **Counseling and Values**, 51 (3), 235- 238.

**BOZYAKA**, Güler, Tuğba (2011). **Din ve Ahlak Öğretiminde Drama Örnekleri**, 3. Baskı, Ankara: Nobel Yayıncılık.

**BUDAK**, Esma vd. (2017). **Dini Değerler Serisi (Merhamet)**, 3. Baskı, Ankara: DİB Yayınları.

**BUHARİ**, Ebû Abdillâh Muhammed İbn İsmail (1987). **Sahih-i Buhârî Muhtasarı Tecrid-i Sarîh Tercemesi ve Şerhi**, (Çev: Ahmed Naim), Ankara: DİB Yayınları.

**BULUT**, Semra ve Bülent Dilmaç (2018). “Üniversite Öğrencilerinin Sahip Olduğu Değerler Psikolojik İyi Oluş ve Mutluluk Düzeyleri Arasındaki Yordayıcı İlişkiler”, **Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi**, 9 (16), 349-374.

**BURCU**, Esra (2001). “Gençlik İntihar İlişkisi Çerçevesinde Özürlü Olma: Bir Grup Özürlü Üniversite Öğrencisinin İntihar Hakkındaki Düşünceleri”, **Polis Bilimleri Dergisi**, 3 (3-4), 13-38.

**BURCU**, Esra (2015). “Türkiye’de Yeni Bir Alan: ‘Engellilik Sosyolojisi’ ve Gelişimi”, **Sosyoloji Konferansları Dergisi**, 52 (2), 319-341.

**CARR**, Alan (2016). **Pozitif Psikoloji** (Çev: Ümit Şendilek), 1. Baskı, İstanbul: Kaknüs Yayınları.

**CAVKAYTAR**, Atilla ve Arzu Özen (2016). “Aile Katılımı ve Eğitimi” (Ed. Gönül Akçamete), **Genel Eğitim Okullarında Özel Gereksinimi Olan Öğrenciler ve Özel Eğitim**, 6. Baskı, Ankara: Kök Yayıncılık, 169- 202.

**CAVKAYTAR**, Atilla ve Meral Melekoğlu ve Gizem Yıldız (2014). “Geçmişten Günümüze Özel Gereksinimli Olma ve Zihin Yetersizliği: Dünya’da ve Türkiye’de Kavramların Evrimi”, **Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, Eğitim Özel Sayısı, 111-122.

**CEBECİ**, Suat (2016). **Dini Danışma ve Rehberlik**, 2. Baskı, İstanbul: DİB Yayınları.

**CENGİL**, Muammer (2003). “Depresyonu Önlemede Dini İnancın Koruyucu Rolü”, **Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi**, 3(2), 129-152.

**CHAPMAN**, Gary (2023). **Beş Sevgi Dili** (Çev: Selim Yeniçeri), İstanbul: Koridor Yayıncılık.

**CİĞERLİ**, Özlem vd. (2014). “Engelli Çocuğu Olan Anne-Babaların Tanı Anından İtibaren Ebeveynlik Deneyimleri: Farklılığı Kabullemek”, **Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care (TJFMPC)**, 8 (3), 75- 81.

**COPPOLA**, I. vd. (2021). “Spiritual Well-Being and Mental Health During the COVID-19 Pandemic in Italy”, **Frontiers in Psychiatry**, 12, 1-15.

**COŞKUN**, Sinem (2012). **Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Uyum Süreci Aşamaları ve Bu Aşamaların Tükenmişlik ve Algılanan Sosyal Destek ile İlişkilendirilerek İncelenmesi** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

**COŞKUN**, Yemliha ve Günbey Akkaş (2009). “Engelli Çocuğu Olan Annelerin Sürekli Kaygı Düzeyleri ile Sosyal Destek Algıları Arasındaki İlişki”, **Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)**, 10 (1), 213-227.

**CUNNINGHAM**, Cliff (1997). **Down's Syndrome: An Introduction for Parents**, Canada: Souvenir Press (E&A).

**CÜCELOĞLU**, Doğan (2005). **İnsan ve Davranışı**, 14. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.

**CÜCELOĞLU**, Doğan (2006a). **İçimizdeki Çocuk**, 37. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.

**CÜCELOĞLU**, Doğan (2006b). **İyi Düşün Doğru Karar Ver**, 48. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.

**CÜCELOĞLU**, Doğan (2008). **Yeniden İnsan İnsana**, İstanbul: Remzi Kitabevi.

**CÜCELOĞLU**, Doğan (2022). **Geliştiren Anne-Baba**, 41. Baskı, İstanbul: Kronik Kitap.

**ÇAĞLAR**, Selda (2009). **Uluslararası Hukuk ve Türk Hukuk Sisteminde Engellilerin Eğitim Hakkı ve Devlet Yükümlülükleri** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

**ÇAĞRICI**, Mustafa (2012). **TDV İslam Ansiklopedisi**, Ankara: TDV Yayınları.

**ÇAKMAK**, N. Münci (2006). **Türk Kamu Hukuku Açısından Engellilerin Hukuki Statüsü** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

**ÇAKMAK**, N. Münci, (2008). “Amerika Birleşik Devletleri’ndeki Engelli Tanımı Hakkında Bir İnceleme”, **Ankara Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi**, 57 (2), 51-62.

**ÇAPCIOĞLU**, İhsan (2021). **Akışkan Zamanlarda “Değer”li Yaşamak**, 2. Baskı, Ankara: DİB Yayınları.

**ÇELİK**, Serkan (2016). “Down Sendromlu Çocukların Eğitiminde Müziğin Önemi ve Ritim Sazların Kullanımı”, **Sanat Eğitimi Dergisi**, 4 (2), 213-221.

**ÇETİN**, Başak Işıl (2016). “Antik Çağ’dan Sanayi Devrimi’ne Batı Dünyasında Engellilik Tarihi”, **Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 19(36), 167-184. <https://doi.org/10.31795/baunsobed.662225>

**ÇETİNGÖZ**, Sibel (1990). **Down Senromlu Çocukların Sosyal Gelişimi, Aile Yapısı ve Anne-Baba Tutumu** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi Çocuk Sağlığı Enstitüsü, İstanbul.

**ÇEVİK**, Mustafa (1997). **Din Felsefesi Açısından Kutsal, Kutsal Hakkında Epsitemolojik ve Ontolojik Bir Sorgulama** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), Harran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Şanlıurfa.

**ÇUBUKÇU**, İ. Ağah (2020). **İslam’da Ahlak ve Manevi Vazifeler**, 13. Baskı, Ankara: DİB Yayınları.

**DAĞCI**, Abdullah (2020). **Huzurevi Yaşlılarının Manevi Gereksinimlerinin Belirlenmesi ve Değer Odaklı Manevi Bakım Programının Umut, Psikolojik İyi Oluş ve Tanrı Algısı Düzeyleri Üzerindeki Etkililiğinin Değerlendirilmesi** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

**DARICA**, Nilüfer ve Ülkü Abidoğlu ve Şebnem Gümüşçü (2005). **Otizm ve Otistik Çocuklar**, İstanbul: Özgür Yayınları.

**DEMİR**, Rıdvan (2018). “Zihinsel Engelli Bireylerde Din Eğitimi” (Ed. Saadettin Özdemir ve Mustafa Başkonak), **Özel Eğitimde Din Eğitimi**, 1. Baskı, Ankara: Grafiker Yayınları, 141-166.

**DEMİR**, Mustafa (2020). “Hadis İlimi Açısından Engellilik” (Ed. Mustafa Başkonak ve Saadettin Özdemir), **İlahiyat Bilimleri Açısından Engellilik**, 1. Baskı, Konya: Eğitim Yayınevi, 70-96.

**DEMİRKAN**, Fatma Sağlam (2016). “Zihinsel Engelli Bireylerde Allah Algısı”, **I. Uluslararası Engellilik ve Din Sempozyumu** (Aralık 2016), İstanbul: 387-402. ([https://isamveri.org/pdfdrg/D260578/2016/2016\\_SAGLAMF.pdf](https://isamveri.org/pdfdrg/D260578/2016/2016_SAGLAMF.pdf) 19/05/2024).

**DEMİRSOY**, Çiğdem (2019). “İlişki Yönetimi” (Ed. Nevzat Tarhan), **10 Adımda Pozitif Psikoloji**, 9. Baskı, İstanbul: Timaş Yayınları, 221-231.

**DHARAMSI**, Sabnum ve Abdullah Maynard (2015). “İslam Temelli Müdahaleler” (Ed. Sameera Ahmed ve Mona M. Amer), **Müslümanlar İçin Psikolojik Danışma** (Çev. Vahap Yorgun), Ankara: Nobel Kitap, 135-160.

**DİE**, (2002). Türkiye Özürlüler Araştırması. Ankara: DİE.

**DİLBAZ** Nesrin ve Gülten Seber (1995). “Umutsuzluk Kavramı: Depresyon ve İntiharda Önemi”, **Kriz Dergisi**, III(1), 134-138.

**DOĞAN**, Mebrure (2016). “Engelli Çocuğa Sahip Ebeveynler ile Sağlıklı Çocuk Sahibi Ebeveynlerin Dinî Başa Çıkma, Umut ve Sabır Düzeylerinin Karşılaştırılması”, **İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi**, 5(8), 3214-3245.

**DOĞAN**, Mebrure (2017). “Karakter Gücü Olarak Sabır ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi”, **The Journal of Happiness & Well-Being**, 5(1), 134-153.

**DOĞAN**, Mebrure (2020). **Acıdan Erdeme Yolculuk**, 2. Baskı, İstanbul: Çamlıca Yayınları.

**DOĞAN**, Murat (2015). “Yetersizliği Olan Çocuklar, Aile ve Aile Eğitimi: Kavramsal ve Uygulamaya Dönük Gelişmeler”, **Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 15 (Özel Sayı), 111-127.

**DOĞAN**, Süleyman (2013). **Mesnevi’den Pedagojik Telkinler**, 1. Baskı, İstanbul: Selis Kitaplar.

**DOĞAN**, Türkan (2006). “Üniversite Öğrencilerinin İyilik Halinin "Maneviyat" ve "Serbest Zaman" Boyutlarının İncelenmesi”, **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, 3 (26), 1-16.

**DOĞAN**, Türkan (2008). “Psikolojik Belirtilerin Yordayıcısı Olarak Sosyal Destek ve İyilik Hali”, **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, 3 (30), 30-44.

**DSÖ** (Dünya Sağlık Örgütü), (2011). **Dünya Engellilik Raporu**. Malta: DSÖ.

**DURAN**, Songül (2014). **Zihinsel Engelli Bireylerin Ebeveynlerine Verilen Psiko-Eğitimin Öznel İyi Oluş ve Öz Duyarlığa Etkisinin Değerlendirilmesi** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

**DÜZGÜNER**, Sevde (2013). **Maneviyat Algısı ve Diğerkâmlıkla İlişkisi: Kan Bağışi Örneğinde Türkiye ve Amerika Karşılaştırmalı Nitel Bir Araştırma** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

**DÜZGÜNER**, Sevde ve Ali Ayten (2021). **Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri Temel Bilgiler Kılavuzu**, 3. Baskı, Ankara: DİB Yayınları.

**DZUBAY, S. K. (2011). Parental Grief, Coping Strategies and Challenges When a Child Has Autism Spectrum Disorder** (Unpublished Master Dissertation), Wisconsin: University of Wisconsin-Stout.

**EGE, Pınar ve Raziye Erdem (2011). “Down Senromlu Bireylerin Zihin Kuramı Gelişimi”, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi, 12(1), 23-36.**

**EKMEKÇİ, Abdullah (1990). “İnsan Kromozom Düzensizliklerinin Nedenleri ve Sonuçları”, Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıbbi Biyoloji ve Genetik Anabilim Dalı Gazi Tıp Dergisi, 1(24), 24-29.**

**EKŞİ, Halil (2001). Başaçıkma, Dini Başaçıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma: Eğitim, İlahiyat ve Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinin Karşılaştırılması** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

**EMMONS, Robert A. (2013). “Duygu ve Din” (Çev. Gülüşan Göcen), Din ve Maneviyat Psikolojisi Temel Yaklaşımlar ve İlgili Alanları** (Çeviri Ed. İhsan Çapcıoğlu ve Ali Ayten), Ankara: Phoenix Yayınevi, 469-501.

**ER, Rukiye Konuk (2011). Aile ve Kardeş Eğitimi Programının Engelli Çocuğa Yönelik Tutum ve Davranışlara Etkisi** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

**ERACAR, Nevin (2016). “Farklı Gelişen Çocukların Aileleriyle Çalışmalar”** (Ed. Adnan Kulaksızoğlu), **Farklı Gelişen Çocuklar**, Ankara: Nobel Yayıncılık, 259-267.

**ERDEM, Ömer Faruk (2020). “Din Felsefesi Açısından Engellilik”** (Ed. Mustafa Başkonak ve Saadetin Özdemir), **İlahiyat Bilimleri Açısından Engellilik**, 1. Baskı, Konya: Eğitim Yayınevi, 312-349.

**ERDEM, Ömer Faruk (2022). Bir Müslüman Deizm ve Ateizm’e Nasıl Bakmalı?, 2. Baskı, İstanbul: Beyan Yayınları.**

**ERGÜN, Mehmet (2005). “Ayrımcılık ve Özürlüler”, Başbakanlık Özürlüler İdaresi Dairesi Öz-Veri Dergisi, 2(1), 377- 471.**

**ERİPEK, Süleyman (1996). Zihin Engelli Çocuklar**, 2. Baskı, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.

**ERİPEK, Süleyman ve Sezgin Vuran (2016). “Zihinsel Yetersizliği Olan Çocukların Eğitimi”** (Ed. Gönül Akçamete), **Genel Eğitim Okullarında Özel Gereksinimi Olan Öğrenciler ve Özel Eğitim**, 6. Baskı, Ankara: Kök Yayıncılık, 243-282.

**ERSOY, Özlem ve Neslihan Çürük (2009). “Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Annelerde Sosyal Desteğin Önemi”, Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 17(17), 104-110.**

**ESEN**, Esra Çoban (2003). **Okyanusun Kıyısı Tıbbi- Eğitsel Yaklaşımla Zihinsel Engel**, 1. Baskı, Ankara: Nobel Yayınları.

**ESENDİR**, Nihal (2016). **Sağlık Çalışanlarının Maneviyat ve Manevi Bakım Algısı, İstanbul Örneği** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çanakkale.

**ESER**, Erhan vd. (1999). “WHOQOL-100 ve WHOQOL-BREF’in Psikometrik Özellikleri”, **Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji (3P) Dergisi**, 7 (2), 23-41.

**EVGİNER**, Nilüfer (2022). **Din Eğitiminde Bir Değer Olarak “Merhamet” Kavramı: Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Ders Kitapları Üzerine Bir İnceleme**, 7. Uluslararası Dini Araştırmalar ve İnsan Sempozyumu Bildiriler Kitabı (İnsanı Nasıl Bir Gelecek Bekliyor?), 08-09 Ekim 2022, Konya: TİMAV Yayınları, 416-435.

**FİŞHER**, John W. (1998). **Spiritual Health: Its Nature and Place in the School Curriculum** (Ph.D. thesis), University of Melbourne, Melbourne, VIC, Australia.

**FOWLER**, J. W. (2000). “İman Bilincinin Evreleri” (Çev. Ali Ulvi Mehmedoğlu), **Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 19, 85-104.

**FRANKL**, Victor E. (2013). **İnsanın Anlam Arayışı**, 12. Baskı, (Çev. Selçuk Budak), İstanbul: Okyanus Yayınları.

**GASHİ**, Feim (2016). “Dua ve Hayat Memnuniyeti Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma (Kırklareli Üniversitesi İlahiyat Fakültesi ve Fen-Edebiyat Fakültesi Öğrencileri Örneği)”, **Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 25(2), 1-29.

**GEÇTAN**, Engin (1999). **Varoluş ve Psikiyatri**, 6. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.

**GEÇTAN**, Engin (2019). **İnsan Olmak**, 18. Baskı, İstanbul: Metis Yayınları.

**GÖCEN**, Gülüşan (2014). **Şükür Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü**, 1. Baskı, İstanbul: DEM Yayınları.

**GÖREN**, Ayşe Burcu (2015). **Down Senromlu Bireylerin Manevi Bakım İhtiyacının Belirlenmesi ve Bir Model Önerisi** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

**GÖKA**, Erol (2013). **Hayatın Anlamı Var mı?**, 1. Baskı, İstanbul: Timaş Yayıncılık.

**GÜLER**, Süreyya Ülkü (2019). **Cennetin Bir İnci Günü**, İstanbul: Arkadya Yayınları.

**GÜLER**, Mustafa (2021). “Engelli Çocuğa Sahip Ebeveynlere Yönelik Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri”, (Ed. Aysel Kızılkaya Namlı), **Eğitim ve Bilim 2021**, İstanbul: Efe Akademi Yayınları, 25-41.

**GÜRSU**, Orhan ve Ömer Faruk Söylev ve Bayram Demirtaş (Ed.) (2021). **Olağanüstü Durumlarda Manevi Danışmanlık ve Rehberlik: Disiplinlerarası Araştırmalar**. Ankara: DİB Yayınları.

**GÜVEN**, Yıldız (2016). “Özel Eğitime Giriş” (Ed. Adnan Kulaksızoğlu), **Farklı Gelişen Çocuklar**, 3. Baskı, Ankara: Nobel Yayıncılık, 45-81.

**HARPUTLU**, İlke (2023). **Gazilerin Karşılaştığı Sorunlar ve Manevi Danışmanlık İhtiyaçları Üzerine Bir Araştırma** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

**HAYTA**, Akif (2006). “Anneden Allah’a: Bağlanma Teorisi ve İslâm’da Allah Tasavvuru”, **Değerler Eğitimi Dergisi**, 4 (12), 29-63.

**HEWARD**, William L. ve Sheila Alber-Morgan ve Moira Konrad (2017). “Intellectual Disabilities”, **Exceptional Children: An Introduction to Special Education**, Eleventh Edition, New York: Pearson, 107-140.

**HOOD**, Ralph vd. (1996). **The Psychology of Religion an Empirical Approach**, New York.

**HOSHİ**, Miwako (2008). **Self-Transcendence, Vulnerability, and Well-Being in Hospitalized Japanese Elders** (PhD Thesis), The University of Arizona, Arizona.

**HOROZCU**, Ümit (2013). “Ruh Sağlığı ve Din” (Ed. M. Doğan Karacoşkun), **Din Psikolojisi El Kitabı**, 2. Baskı, Ankara: Grafiker Yayınları, 177-190.

**HÖKELEKLİ**, Hayati (2013). **Psikoloji, Din ve Eğitim Yönüyle İnsani Değerler**, 1. Baskı, İstanbul: DEM Yayınları.

**HÖKELEKLİ**, Hayati (2016). **Çocuk, Genç, Aile Psikolojisi ve Din**, 2. Baskı, İstanbul: DEM Yayınları.

**İBN HAZM** (2005). **Güvercin Gerdanlığı**, 10. Baskı, (Çev. Mahmut Kanık), İstanbul: İnsan Yayınları.

**İNAL**, Salihanur ve Orhan Gürsu (2023). “Kanser Hastalığını Kabul, Anlamlandırma ve Açıklamada Manevi Danışmanlık Hizmetlerinin Etkisi”, **Türk Akademik Araştırma Dergisi**, 8(2), 957-977.

**İNAN**, Serpil vd. (2013). “Engellilik, Türkiye’de Engellilerin Durumu ve Sağlık Hizmet Sunumuna Bir Bakış”, **TAF Preventive Medicine Bulletin**, 12 (6), 723-728.

**KALDIK**, Behçet (2021). **Engellilik Sosyal Dışlanma ve Başa Çıkma Stratejileri**, 1. Baskı, Ankara: Nobel Yayıncılık.

**KANIK-RİCHTER**, Nuray (1998). **Erken Eğitimin Down Sendromlu Bebeği Olan Annelerin Stres ve Anne-Bebek Etkileşim Düzeyine Etkisi** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

**KARA, Elif (2008).** “Zihinsel Engelli Çocukları Olan Ailelerin Çocuklarının Durumunu Dini Açıdan Değerlendirmeleri”, **Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 6(26-27), 317-331.

**KARA, Elif (2018).** “Engelli Çocuğa Sahip Annelere Yönelik Manevi Destek ile Güçlendirme Uygulaması”, **The Journal of International Social Research (Hakemli Dergi)**, 11(57), 311-322.

**KARA, Elif (2019).** “Dini İnancın Bilişsel Davranışçı Terapiye Entegrasyonu”, **Dini Araştırmalar**, 22(55): 159-180.

**KARABULUT, Halime (2020).** **Ailemde Bir Engelli Var**, 3. Baskı, Ankara: DİB Yayınları.

**KARACA, Elif (2018).** “Sağlık Veren Çevrelerin Tasarımında Salutojenik Yaklaşım”, **Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi**, 6(67), 116-131.

**KARAGÖZ, İsmail (2008).** **Toplumsal Emanet: Engelliler**, 1. Baskı, Ankara: DİB Yayınları.

**KARAGÖZ, Sema (2020).** **Manevi İçerikli Grup Rehberliğinin Özel Gereksinimli Çocuk Sahibi Annelerin Dini Başa Çıkma, Psikolojik İyi Oluş ve Kaygı Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

**KARAGÖZ, Sema (2023).** **Özel Gereksinimli Çocuk Annesi Olmak**, 1. Baskı, Ankara: İlahiyat Yayın.

**KARAGÜL, Arslan (2012).** “Manevi Bakım: Anlamı, Önemi, Yöntemi ve Eğitimi (Hollanda Örneği)”, **Dini Araştırmalar Dergisi**, 15(40), 5-27.

**KARAKAŞ, A. Canan (2018).** “Sabır Tutumunun Sürekli Öfke İfade Tarzlarına ve Öfke Kontrolüne Etkisi”, **Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi**, 2(1), 93-111.

**KARAKAYA, Ahmet (2014).** **Hasta Hakları ile Engelli Haklarının İncelenmesi ve Bursa İl Merkezindeki Engellilere Yönelik Hizmetler** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

**KARAKUŞ, Özlem ve Mehmet Kırloğlu (2019).** “Engelli Bir Çocuğa Sahip Olmanın Getirdiği Yaşam Deneyimleri: Anneler Üzerinden Nitel Araştırma”, **Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 41, 96- 112.

**KARATAŞ, Zeki (2015).** “Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri”, **Manevi Temelli Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi**, 1(1), Ocak 2015, 62-80.

**KARCI, Makbule (2013).** **Hafif Düzey Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuklarda Beyin Egzersizlerinin Zeka Üzerine Etkisi** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

**KARSLI**, Necmi (2019). “Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık İlişkisi: Trabzon İlahiyat Örneği”, **Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 15, Haziran 2019, 173-205.

**KASAPOĞLU**, Figen (2020). “COVID-19 Salgını Sürecinde Kaygı ile Maneviyat, Psikolojik Sağlık ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi”, **Electronic Turkish Studies**, 15(4), 599-614.

**KİNG**, L.A. vd. (2000). “Stories of life transition: Subjective well-being and ego development in parents of children with down syndrome”, **Journal of Research in Personality**, 34, 509-536.

**KOCAÖMER**, Yavuz (2008). **Engelliler Tarihi**, Engelsiz Erişim Derneği (<http://www.engelsizerisim.com/detay/engelliler-tarihi/> 15/04/2018).

**KOÇ**, Zihni (2003). “Kültüre Duyarlı Psikolojik Danışma Yaklaşımı: Kuramsal Bir İnceleme”, **Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi**, 11 (12), 1-17.

**KOÇAK**, Fatih vd. (2010). “Sosyal Etkinliklere Katılan Zihin Engelli Öğrencilerin Toplumsallık Duygularının Gelişimi ile İlgili Aile Görüşlerinin Değerlendirilmesi”, **18. Ulusal Özel Eğitim Kongresi’nden Yansımalar 13-15 Kasım 2009**, (Yayına Hazırlayan: Hakan Sarı), Konya: Master Fotokopi.

**KOENİNG**, Harold G. (1998). “Religious Attitudes and Practices of Hospitalized Medically İll Older Adults”, **International Journal of Geriatric Psychiatry**, 13(4), 213–224.

**KOENİNG**, Harold G. (2013). “Din, Maneviyat ve Tıp: Klinik Uygulama İçin Araştırma Bulguları ve Öneriler” (Çev. Nurten Kımtır), **Bilimname XXV**, 2013/2, 215-230.

**KOYDEMİR**, Selda (2016). “Grubun Doğası ve Yapısı”, (Ed. Ayhan Demir ve Selda Koydemir), **Grupla Psikolojik Danışma**, Ankara: Pegem Akademi, 1-23.

**KÖKDEMİR**, Hülya (2004). “Öfke ve Öfke Kontrolü”, **PIVOLKA (Başkent Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi)**, 12, 7-10.

**KÖYLÜ**, Mustafa (2007). “Ruh Sağlığı ve Din: Batı Toplumunu Açısından Bir Değerlendirme”, **Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 23(23), 65-92.

**KRECH**, David ve Richard S. Cruthchfield (1980). **Sosyal Psikoloji**, 3. Baskı, (Çev. Erol Güngör), İstanbul: Ötüken Yayınları.

**KULA**, M. Naci (2000). “Kur’an Işığında İnsan-Çevre İlişkisinin Ruh Sağlığı Açısından Önemi”, **Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 9 (9), 1-10.

**KULA**, M. Naci (2001). **Kimlik ve Din**, İstanbul: Ayıışığı Kitapları.

**KULA, M. Naci (2005a). Bedensel Engellilik ve Dini Başa Çıkma**, 1. Baskı, İstanbul: DEM Yayınları.

**KULA, M. Naci (2005b). “Engelli Birey ve Ailesinin Sosyal Uyumunda “Yaratılanı Hoş Gör Yaradandan Ötürü” Anlayışının Rolü”, Tasavvuf: İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi**, 6 (15), 153-176.

**KULA, M. Naci (2006). “İstenmedik ve Beklenmedik Olaylarla Karşılaşan Bireylere Yönelik Moral ve Manevî Desteğin Önemi (Deprem ve Bedensel Engellilik Örneği)”, Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi**, VI (2), 73-94.

**KULA, M. Naci (2012). “Bakıma Muhtaç Kişilere Yönelik Sosyal Hizmetler ve Dini Değerler”, Dini Danışmanlık ve Din Hizmetleri**, 1. Baskı, Ankara: Gündüz Yayıncılık, 188-202. [https://isamveri.org/pdfdrgr/D205976/2012/2012\\_KULAN.pdf](https://isamveri.org/pdfdrgr/D205976/2012/2012_KULAN.pdf) 24/05/2024.

**KULA, M. Naci (2020). “Din Psikolojisi Açısından Engellilik”, (Ed. Mustafa Başkonak ve Saadettin Özdemir), İlahiyat Bilimleri Açısından Engellilik**, 1. Baskı, Konya: Eğitim Yayınevi, 240-258.

**KULA, M. Naci ve Sevgi Sel (2020). Engellilere Yönelik Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri**, 2. Baskı, Ankara: DİB Yayınları.

**KULAKSIZOĞLU, Adnan (2016). “Çocuk Psikolojisi ve Gelişimi”, (Ed. Adnan Kulaksızoğlu), Farklı Gelişen Çocuklar**, Ankara: Nobel Yayıncılık, 1- 43.

**KURALAY, Halis (2014). Abese Ruh**, 1. Baskı, İstanbul: Selis Kitaplar.

**KURT, Emine (2021). Kanser Hastalarında Manevi Danışmanlık Uygulamalarının Kaygı ve Yaşam Kalitesi Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi (Yayımlanmış Doktora Tezi)**, Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

**KÜBLER-ROSS, Elisabeth (2023). Ölüm ve Ölme Üzerine**, 1. Baskı, İstanbul: Profil Kitap.

**KÜÇÜKCAN, Talip ve Ali Köse (2000). Doğal Afetler ve Din**, İstanbul: TDV Yayınları.

**KÜÇÜKKAYA, Güner Perihan (2009). “Kayıp ve Yas Süreci”, Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi**, 6(1), 8-13.

**LUSTING, Daniel C ve Theresa Akey (1999). “Adaptation in Families with Adult Children with Mental Retardation: Impact of Family Strengths an Appraisal”, Education and Training in Mental Retardation and Developmental**, 34(3), 260-270.

**MALAKÇI, Fatih (2006). Dua Eğitimi ve Öğretimi (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

**MANTULAK**, Andrew ve Susan Cadell (2018). “Mothers' Experience of Post-Traumatic Growth in Pediatric Kidney Transplantation”, **Journal of Social Work in End-of-Life and Palliative Care**, 14(1), 110-123.

**MEHMEDOĞLU**, Yurdağül (2001). “Dualarında Çocuk”, **Ekev Akademi Dergisi**, 3(1), 145-152.

**MERTER**, Mustafa (2012). **Dokuz Yüz Kath İnsan**, 11. Baskı, İstanbul: Kaknüs Yayınları.

**MEŞE**, İlknur (2013). “Engellenmiş Annelik: Zihinsel Engelli Çocukların Anneleri”, **International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic**, 8(12), 841-858.

**MEVLANA**, Celaleddin Rumi (2000). **Dîvân-ı Kebîr**, 1. Baskı, (Çev. Şefik Can), Cilt III, İstanbul: Ötüken Neşriyat.

**MEVLANA**, Celaleddin Rumi (2013). **Mesnevi**, 3. Baskı, (Çev. Derya Örs ve Hicabi Kırlangıç), Konya: Konya Büyükşehir Belediyesi Yayınları.

**MİNAİRE**, P. Disease (1992). “Illness and Health: Theoretical Models of the Disablement Process”, **Bulletin of the World Health Organization**, 70(3), 373-379.

**MUSAYEV**, İslam (2016). **Engelli Bireylerin Din ve Değerler Eğitimi**, 2. Baskı, İstanbul: C Planı Yayınları.

**MÜSLİM**, Ebu'l- Huseyn b. Haccâc el- Kuşeyrî en- Nîsâbûrî (2005). **Sahih-i Müslim Muhtasarı**, (Çev: A. Feyzi Kocaer), Konya: Hüner Yayınları.

**NELSON**, J. M. (2009). **Psychology, Religion and Spirituality**, New York: Springer Science+Business Media.

**OK**, Üzeyir (2015). “İnanç, Bakım ve Danışmanlığı: Bir Model Geliştirme Denemesi”, (Ed. Ali Seyyar), **Manevi Sosyal Hizmetler**, İstanbul: Rağbet Yayınları, 103- 140.

**OKANLI**, Ayşe vd. (2004). “Psychosocial Problems Experienced by The Families with Intellectually Disabled Children”, **International Journal of Human Sciences**, 1(2), 1-8.

**OKUMUŞLAR**, Muhiddin (2002). **Fıtrattan Dine Din Fıtrat Eğitim İlişkisi**, 1. Baskı, Konya: Yediveren Yayınları.

**ORHAN**, Serdar ve Kemal Gökmen Genç (2015). “Engellilere Yönelik Ülkemizdeki Özel Eğitim Hizmet Uygulamaları ve Örnek Ülke Karşılaştırması”, **Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi**, 35(2), 115-146.

**ÖKE**, Mim Kemal (2015). **Yaralı Ceylanlar Kulübü**, 1. Baskı, İstanbul: Sufi Kitap.

**ÖKTEN**, Sadettin ve Kemal Sayar (2020). **Dünyaya Geldim Gitmeye**, 8. Baskı, İstanbul: Turkuvaz Yayıncılık.

**ÖZBEY**, Çetin (2009). **Özel Çocuklar ve Terapi Yöntemleri**, 1. Baskı, İstanbul: İnkılap Yayınevi.

**ÖZDEMİR**, Saadettin (2016). **Engelliler ve Din**, 1. Baskı, İstanbul: C Planı Yayınları.

**ÖZDEMİR**, Saadettin (2017). “Engelli Bireylerin Manevi Rehabilitelerinde İletişimin Önemi”, **Harran Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 38, 137-159.

**ÖZDEMİR**, Metin (2020). “Din ve İnanç” (Ed. Ahmet Yaman), **Sorulu Cevaplı Engelliler İlmihali**, Ankara: DİB Yayınları, 33-66.

**ÖZDOĞAN**, Öznur (2006). “İnsanı Anlamaya Yönelik Bir Yaklaşım: Pastoral Psikoloji”, **Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 47(2), 127- 141.

**ÖZDOĞAN**, Öznur (2009). **Aşkın Yanımız Maneviyat**, 1. Baskı, Ankara: Özdenöze Yayınları.

**ÖZDOĞAN**, Öznur (2016). “Hastanede ve Bağımlılık Rehabilitasyon Merkezinde Manevi Bakım: Sevilla Örneği”, (Ed. İhsan Çapcıoğlu ve Fatıma Zeynep Belen), **Dezavantajlı Gruplar Psiko-Sosyal ve Manevi Bakım**, 1. Baskı, Ankara: Grafiker Yayınları, 187-188.

**ÖZEL EĞİTİM HİZMETLERİ YÖNETMELİĞİ**. T.C. Resmi Gazete, 30471 (07.07.2018). Erişim 21/05/2024.

(<https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=24736&MevzuatTur=7&MevzuatTertip=5> )

**ÖZTÜRK**, Mustafa (2011). **Türkiye’de Engelli Gerçeği**, İstanbul: MÜSİAD Yayınları.

**ÖZTÜRK**, Tuncay (2014). **Down Sendromlu Adölesanlarda El Becerilerinin Değerlendirilmesi** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Bilim Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

**PARLADIR**, Selahattin (1994). “Dua”, **TDV İslam Ansiklopedisi**, C. 9, Ankara: DİB Yayınları.

**PATTON**, Michael Quinn (1990). **Qualitative Research and Evaluation Methods**, 3. Edition, USA: Sage Publications.

**PEKER**, Hüseyin (2014). **Din Psikolojisi**, 11. Baskı, İstanbul: Çamlıca Yayınları.

**RUPPERT**, Franz (2014). **Travma, Bağlanma ve Aile Konstelasyonları Ruhun Yaralarını Anlamak ve İyileştirmek**, 2. Baskı, İstanbul: Kaknüs Yayınları.

**SAMADİ, S. A.** ve R. MC Conkey ve G. Kelly (2012). “Enhancing Parental Well-Being and Coping Through a Family-Centered Short Course for Iranian Parents of Children with on Autism Spectrum Disorder”, **Autism** 17(1), 27-43.

**SARI, Hakan** (2003). **Özel Eğitime Muhtaç Öğrencilerin Eğitimleriyle İlgili Çağdaş Öneriler**, 2. Baskı, Ankara: Pegem A Yayınları.

**SARI, Hatice Yıldırım** (2001). **Down Sendromlu Çocuğu Olan Ailelere Yönelik Bir Durum Çalışması** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, İzmir.

**SARI, Hatice Yıldırım** (2007). “Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Ailelerde Aile Yüklenmesi”, **Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi**, 11(2), 1-7.

**SARIÇAM, İbrahim** (2007). **Hz. Muhammed ve Evrensel Mesajı**, 5. Baskı, Ankara: DİB Yayınları.

**SAYAR, Kemal** (2013a). **Her Şeyin Bir Anlamı Var**, 4. Baskı, İstanbul: Timaş Yayınları.

**SAYAR, Kemal** (2013b). **Sufi Psikolojisi**, 9. Baskı, İstanbul: Timaş Yayınları.

**SAYAR, Kemal** (2019a). **Başı Sınuklar İçin Kılavuz**, 9. Baskı, İstanbul: Kapı Yayınları.

**SAYAR, Kemal** (2019b). **Kalbin Direnişi**, 3. Baskı, İstanbul: Kapı Yayınları.

**SAYAR, Kemal** (2019c). **Merhamet**, 4. Baskı, İstanbul: Kapı Yayınları.

**SAYAR, Kemal** (2019d). **Yavaşla**, 13. Baskı, İstanbul: Kapı Yayınları.

**SAYAR, Kemal ve Feyza Bağlan** (2019). **Koruyucu Psikoloji Çocuk Eğitiminde Duygusal Rehberlik**, 9. Baskı, İstanbul: Timaş Yayınları.

**SAYAR, Kemal ve Alperen Manısalıgil** (2019). **Merhamet Devrimi**, 4. Baskı, İstanbul: Timaş Yayınları.

**SEYYAR, Ali** (2013). **Engelli ve Yaşlı Hizmetlerinde Sosyal Bakım**, 3. Baskı, İstanbul: Rağbet Yayınları.

**SEYYAR, Ali** (2015a). **Dünya’da ve Türkiye’de Engelli Dostu Sosyal Politikalar**, 1. Baskı, İstanbul: Rağbet Yayınları.

**SEYYAR, Ali** (2015b). **Zihinsel Engellilik Açısından Şakacı Sahabi Hz. Nuayman**, 2. Baskı, İstanbul: Rağbet Yayınları.

**SMİTH, T. E. C. vd.** (2006). **Families and Children with Special Needs**, New Jersey: Pearson.

**SNYDER**, C.R. ve Kevin L. Rand ve David R Sigmon (2002). “Hope Theory- A Member of The Positive Psychology Family”, (Ed. C.R.Snyder and Shane J. Lopez), **Handbook of Positive Psychology**, New York: Oxford University Press.

**SORESİ**, S. ve L. Nota ve L. Ferrari (2007). “Considerations on Supports That can Increase the Quality of Life of Parents of Children with Disabilities”, **Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities**, 4(4), 248-251.

**SOYKAN**, Çiğdem (2003). “Öfke ve Öfke Yönetimi”, **Kriz Dergisi**, 11(2), 19-27.

**SOYSALDI**, Mehmet (1999). **Kur’an’da Dua**, İstanbul: Şule Yayınları.

**SÖYLER**, Faruk (2010). **Hadislerde Özür Kavramı ve Hz. Peygamber’in Özürlülere Yaklaşımı** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kahramanmaraş.

**ŞAHİN**, Hatice (2004). “Engellilik Kimin Sorunu? Bireyin mi? Toplumun mu?”, **Öz-Veri Dergisi**, 1(1), 48-64.

**ŞAHİN**, Muzaffer (2006). “Dua ve Adabı”, (Ed. İsmail Karagöz), **Kürsüden Ögütler, 52 Konuda Vaaz Örnekleri**, Ankara: DİB Yayınları, 225-234.

**ŞAHİN**, Adem (2007). **Ergenlerde Dindarlık ve Benlik**, 2. Baskı, Konya: Adal Ofset.

**ŞAHİN**, Meryem (2018). **Dini Bir Değer Olarak Tevekkül Yöneliminin Psikolojik Sebep ve Sonuçları Üzerine Araştırma** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

**ŞANLI**, Esat ve Seher Balcı Çelik (2015). “Grup Rehberliğinin Engelli Çocuk Sahibi Annelerin İyimserlik Düzeyini Artırmaya Etkisi”, **Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi**, 8(41), 841- 849.

**ŞEN**, Sevim (2008). **Erken Eğitim Alan ve Almayan Down Sendromlu Çocukların Genel Gelişimlerinin ve Görsel Algı Becerilerinin İncelenmesi** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

**ŞİRİN**, Turgay (2014). **Dini Danışma ve Rehberlik**, İstanbul: Mim Akademi Yayınları.

**TAN**, Hümeysra Nazlı ve Mualla Yıldız (2022). ““Manevi İyi Oluş’ Kavramının Ortaya Çıkışı ve Tanımlanması”, **Dini Araştırmalar** 25(63), 447-476. <https://doi.org/10.15745/da.1175149>.

**TAN**, Hümeysra Nazlı (2023). **Manevi İyi Oluş Uygulaması Yoluyla Yaşam Doyumu, Manevi Yönelim ve Mutluluk Yönelimlerinin İncelenmesi (Eğitimciler Örneği)** (Yayımlanmış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

**TAPAN**, Elçin (2011). **Ben Mutlu Bir Down Annesiyim**, 12. Baskı, İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

**TARHAN**, Nevzat (2017). **Değerler Psikolojisi ve İnsan**, 10. Baskı, İstanbul: Timaş Yayınları.

**TARHAN**, Nevzat (2019). **Mutluluk Psikolojisi ve Stresle Başa Çıkma**, 30. Baskı, İstanbul: Timaş Yayınları.

**TEKİNARSLAN**, İlknur Çiftçi ve Özlem Bircan (2016). “Zihin Engelli Çocukların Anasınıfına Geçiş Sürecinde Ebeveyn Gereksinimlerinin Belirlenmesi”, **Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 9(1), 63-75.

**TEZCAN**, Münir (2006). **Kur’an’ın Engellilere Yaklaşımı ve İslam’ın Engellilere Tanıdığı Kolaylıklar** (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi), Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kahramanmaraş.

**TİRMİZİ**, Ebû İsa Muhammed, (2007). **Sünen-i Tirmizî Tercemesi**, (Çev: Abdullah Parlıyan), Konya: Konya Kitapçılık.

**TRELOAR**, Linda L. (2012). “Engellilik Dini İnançlar ve Kilise: Engelli Yetişkinlerin ve Aile Bireylerinin Deneyimleri”, (Çev. Mehmet Bahçekapılı), **İstanbul Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 27, 211-230.

**TUNCAY**, Tarık (2007). “Kronik Hastalıklarla Başetmede Tinsellik”, **Sağlık ve Toplum Dergisi**, 17(2), Nisan- Haziran 2007, 13-20.

**TÜRKİYE MİLLİ PEDIATRİ DERNEĞİ**, (2014). **Çocuk Sağlığı ve Hastalıklarında Tanı ve Tedavi Kılavuzları (6)**. Ankara: Türkiye Millî Pediatri Derneği.

**UĞUZ**, Şükrü vd. (2004). “Zihinsel ve/veya Bedensel Engelli Çocukların Annelerinin Anksiyete, Depresyon ve Stres Düzeylerinin Belirlenmesi”, **Klinik Psikiyatri Dergisi**, 7, 42-47.

**ULUTAŞDEMİR**, Nilgün (2007). “Engelli Çocuklarda İletişim ve Oyunun Önemi”, **Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi**, 2(5), 36-51.

**USTA**, Mustafa (2009). “Özel Eğitim Gerektiren Birey, Aile ve Din Eğitimi”, **Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi**, 20, 75-110.

**UTSCH**, Michael (2008). “Pozitif Psikoloji’den Güdüler Din Psikolojisi Araştırmaları ve Terapik/Manevî Yardım Uygulamaları” (Çev. Abdülkerim Bahadır), **Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 25, 169-80.

**UTZ**, Aışa (2015). “Ruh Sağlığı, Ruhsal Bozukluklar ve Başa Çıkmanın Kavramsallaştırılması”, (Ed. Sameera Ahmed ve Mona M. Amer), **Müslümanlar İçin Psikolojik Danışma** (Çev. Vahap Yorgun), Ankara: Nobel Kitap, 15-31.

**UYAROĞLU**, Arzu Koçak ve Said Bodur (2009). “Zihinsel Yetersizliği Olan Çocukların Anne-Babalarında Kaygı Düzeyi ve Bilgilendirmenin Kaygı Düzeyine Etkisi”, **TAF Preventive Medicine Bulletin**, 8(5), 405- 412.

**VOLTAN-Acar**, Nilüfer (2014). **Grupla Psikolojik Danışma İlke ve Teknikleri**, 17. Baskı, Ankara: Nobel Yayıncılık.

**WHO** (2004). **Promoting Mental Health Concepts, Emerging Evidence ,Practice (Summary Report)**. France: WHO.

**YAMAN** Erkan ve Mehmet Atasayar (2014). “Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Ebeveynlerin Çocuklarını Kabullenme Düzeylerinin İncelenmesi”, **Uluslararası Aile Çocuk ve Eğitim Dergisi**, 2(4), 171- 184.

**YAPAREL**, Recep (1994). "Depresyon ve Dini İnançlar ile Tabiatüstü Nedensel Yüklemeler Arasındaki İlişkiler”, **Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 8, 275-299.

**YAPICI**, Asım (2013). **Ruh Sağlığı ve Din**, 2. Baskı, Adana: Karahan Kitabevi.

**YILDIRIM**, Ali ve Hasan Şimşek (2016). **Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri**, 10. Baskı, Ankara: Seçkin Yayıncılık.

**YILDIZ**, Gizem (2014). “Çok Özel Bir Durum: Zihinsel Engellilik” (Ed. Atilla Cavkaytar), **Zihinsel Engelli Çocuklar Aile Eğitim Rehberi**, Ankara: Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü, 20-21.

**YILMAZ**, Sema ve M. Doğan Karacoşkun (2013). “Dini Davranışlar ve İnançla İlişkisi” (Ed. M. Doğan Karacoşkun), **Din Psikolojisi El Kitabı**, 2. Baskı, Ankara: Grafiker Yayınları, 139-174.

**YÖRÜKOĞLU**, Atalay (2016). **Çocuk Ruh Sağlığı**, 37. Baskı, İstanbul: Özgür Yayınları.

**YUKAY**, Müge ve Nurder Erturan (1998). “Down Sendrom'lu Çocuğa Sahip Ailelerle Yapılan Grupla Psikolojik Danışma Çalışmasının Ailelerin Depresyon Düzeyleri ve Aile Yapıları Üzerine Etkisi”, **Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi**, 10, 339-354.

**YÜKSEL**, Müge Yukay (2016). “Down Sendromlu (Mongoloid) Çocukların Gelişimleri ve Özellikleri”, (Ed. Adnan Kulaksızoğlu), **Farklı Gelişen Çocuklar**, Ankara: Nobel Yayıncılık, 123-135.

## Elektronik Kaynaklar

(<https://kuran.diyinet.gov.tr/mushaf>)

(<http://cdss.ca/resources/about-down-syndrome/> 15/04/2017)

(<http://www.vnacarenewengland.org/encyclopedia/details.cfm?chunkid=11897&lang=English&db=hlt>, 15/04/2017)

([Marc J. Tassé](http://www.apa.org/pi/disability/resources/publications/newsletter/2016/09/intellectual-disability.aspx), Defining and determining intellectual disability, APA, 2016: <http://www.apa.org/pi/disability/resources/publications/newsletter/2016/09/intellectual-disability.aspx> /24/01/2018)

([http://www.manevibakim.com/bilim\\_alanlari/manevi\\_sosyal\\_hizmetler/makale\\_03.asp](http://www.manevibakim.com/bilim_alanlari/manevi_sosyal_hizmetler/makale_03.asp) 19/02/2018)

(<http://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2009/07/20090714-1.htm> 16/03/2018)

(<http://www.engelsizerisim.com/detay/engelliler-tarihi/> 15/04/2018)

(<http://www.engelsiz.hacettepe.edu.tr/belge/ozida.pdf> 26/06/2018)

([http://www.megep.meb.gov.tr/mte\\_program\\_modul/moduller\\_pdf/Zihinsel%20Engelliler.pdf](http://www.megep.meb.gov.tr/mte_program_modul/moduller_pdf/Zihinsel%20Engelliler.pdf) 01/08/2018)

(<https://www.ndss.org/about-down-syndrome/down-syndrome-facts/>, 28/01/2019)

(<https://downsyndromepregnancy.org/giving-thanks/> 11/06/2023)

(<https://publications.aap.org/pediatrics/article-abstract/124/4/e751/71892/Postnatal-Diagnosis-of-Down-Syndrome-Synthesis-of> 18/08/2023)

(<https://islamansiklopedisi.org.tr/tevekkul> 21/08/2023)

(<https://www.mehmetzekiaydin.com/kaptan/dimg/270823009520066282842011-4.pdf> 08/09/2023)

(<https://www.emilyperlkingsley.com/welcome-to-holland> 08/09/2023)

(<https://islamansiklopedisi.org.tr/sukur> 08/09/2023)

(<https://downsyndromepregnancy.org/50-things-to-do/> 18/10/2023)

(<https://www.downturkiye.org/icerik/bilgi/135-down-sendromu-ve-dil-gelisimi> 18/10/2023)

(<https://www.downturkiye.org/icerik/bilgi/115-down-sendromu-ve-fizyoterapi> 26/10/2023)

(<https://www.haber7.com/guncel/haber/2925587-mim-kemal-oke-nazlinin-hayatima-dususu-bir-ask-cemresi-gibi> 05/11/2023)

([https://tpdyayin.psikiyatri.org.tr/BookShopData/th\\_202003171807228.pdf](https://tpdyayin.psikiyatri.org.tr/BookShopData/th_202003171807228.pdf) 23/04/2024)

(<https://www.tayfundogan.net/2016/10/11/mental-iyi-olus/> 05/05/2024)

(<https://www.aile.gov.tr/eyhgm/mevzuat/ulusal-mevzuat/kanunlar/engelliler-hakkinda-kanun/> 21/05/2024)

(<https://www.zicev.org.tr/down-sendromlu-cocuklarin-gelisimsel-ozelliklerimakale-1> 27/05/2024)

(<https://hadislerleislam.diyaret.gov.tr/sayfa.php?CILT=3&SAYFA=81> 27/05/2024)

### **Uygulamada DS'li Bireylere İzlettirilen Video Linkleri**

(<https://www.youtube.com/watch?v=acnOTZY4vT4&list=PL6NHpxVbZGccZVB32k0Qo2jYufDBzzZF&index=5> 18/10/2022)

(<https://www.youtube.com/watch?v=PVe0Rrb7x4&list=PL6NHpxVbZGccZVB32k0Qo2jYufDBzzZF&index=4> 18/10/2022)

([https://www.youtube.com/watch?v=l\\_h6T82bMo&list=PL6NHpxVbZGc6ABuBZ\\_3UP2cegES\\_8D2d&index=91](https://www.youtube.com/watch?v=l_h6T82bMo&list=PL6NHpxVbZGc6ABuBZ_3UP2cegES_8D2d&index=91) 18/10/2022)

(<https://www.youtube.com/watch?v=hkLcP1hMGNg> 10/03/2023)

(<https://www.youtube.com/watch?v=8YqBOLNM0sc> 10/03/2023)

(<https://www.youtube.com/watch?v=KpG9pYPAoqg> 10/03/2023)

(<https://www.youtube.com/watch?v=ZPPV5bniDkQ> 10/03/2023)

(<https://www.youtube.com/watch?v=mUH395ia8ws> 20/03/2023)

(<https://www.youtube.com/watch?v=IEAgyHxzahI> 20/03/2023)

([https://www.youtube.com/watch?v=CXbE7GVNE2I&list=PL6NHpxVbZGc6ABuBZ\\_3UP2cegES\\_8D2d&index=98](https://www.youtube.com/watch?v=CXbE7GVNE2I&list=PL6NHpxVbZGc6ABuBZ_3UP2cegES_8D2d&index=98) 19/05/2023)

(<https://www.youtube.com/watch?v=mUH395ia8ws> 10/07/2023)

## EKLER

## Ek-1 Demografik Bilgi Formu

## DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

DEMOGRAFİK BİLGİLER	
Yaş	
Eğitim durumu	İLKOKUL ( ) ORTAOKUL ( ) LİSE ( ) ÜNİVERSİTE ( ) YÜKSEK LİSANS/DOKTORA ( )
Çalışıyor musunuz?	EVET ( ) HAYIR ( )
Meslek (Bir önceki soru evet ise)	
Aile Gelir Düzeyi	DÜŞÜK ( ) ORTA ( ) YÜKSEK ( )
Medeni durum	EVLİ ( ) BOŞANMIŞ ( ) DUL ( )
DS'li çocuğunuz dışında başka çocuğunuz var mı? Evet ise kaç tane?	EVET ( ) HAYIR ( )
Çocuklarınız dışında evde bakmakla yükümlü olduğunuz başka biri var mı? Evet ise kimler?	EVET ( ) HAYIR ( )
Adres	
Telefon:	
e-mail:	

## Ek-2 Anneler İçin Mental İyi Oluş ile İlgili Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu

### ANNELER İÇİN MENTAL İYİ OLUŞ İLE İLGİLİ YARI YAPILANDIRILMIŞ GÖRÜŞME FORMU

Merhaba ben Nilüfer EVGİNER,

NEÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Din Psikolojisi Bilim Dalı'nda doktora öğrencisiyim. Down Sendromlu bireyler ve annelerinin manevi güçlenmeleri üzerine bir araştırma yapmaktayım. Bu araştırmanın Down Sendromlu bireylere, bireylerin annelerine, bireylerin ve annelerinin manevi anlamda güçlenmelerine katkıda bulunacağını ümit ediyorum.

Bu araştırma için Down Sendromlu bireyler ve anneleri ile görüşme yapıyorum. Yaptığım tüm görüşmelerde verilen bilgiler sadece bu çalışmada kullanılacak ve kişisel bilgiler tamamen gizli tutulacaktır.

Görüşmenin elli (50) ile altmış (60) dakika arası süreceğini tahmin ediyorum. İzin verirseniz görüşmeyi kaydetmek istiyorum. Bu şekilde hem zamanı daha iyi kullanabiliriz hem de sorulara vereceğiniz yanıtların kaydını daha ayrıntılı tutma fırsatı elde edebilirim.

Bu çalışmaya katılmayı kabul ettiğiniz için şimdiden teşekkür ederim. Eğer sizin bana görüşmeye başlamadan önce sormak istediğiniz bir soru varsa önce bunu yanıtlamak isterim. İzin verirseniz sorulara başlamak istiyorum.

#### GÖRÜŞME SORULARI

- 1- Yaşamınıza dair gelecekle ilgili görüşleriniz nedir? (Sonda: iyimserim/ kötümserim)
- 2- Genelde kendinizi nasıl hissettiğinize ve ruh halinize dair görüşleriniz nedir?
- 3- Günlük yaşamda karşınıza çıkan sorunlarla nasıl başa çıktığınızla ilgili görüşleriniz nelerdir?
- 4- İçinde bulunduğunuz şartları değerlendirdiğinizde hayat memnuniyetinizle ilgili görüşleriniz nedir?
- 5- Çocuğunuzla ilgilenmek ve ev işleri dışında vaktinizi nasıl değerlendirdiğinizle ilgili görüşleriniz nedir?
- 6- Kendinizi, aileniz ve içinde bulunduğunuz toplumda nasıl gördüğünüzle ilgili görüşleriniz nelerdir? (Sonda: faydalı/ işe yaramaz/ önemsiz vb.)
- 7- Çevrenizdeki insanlarla ilişkilerinize dair görüşleriniz nedir? (Sonda: Arkadaşlık/ Akrabalık ilişkileri vb.)
- 8- Kendinize yakın hissedip derdinizi paylaştığınız birisi veya birileri var mı, bu konudaki görüşleriniz nelerdir?
- 9- Çevrenizdeki insanların size güven duyduklarını ve sizi sevdiklerini ifade etme biçimleri konusunda görüşleriniz nedir?
- 10- Aile bireyleri olarak birbirinize sevginizi ifade etme şekliniz hakkındaki görüşleriniz nelerdir?
- 11- Kendinizi toplum içinde nasıl ifade ettiğinize dair görüşleriniz nedir? (Sonda: heyecanlı/ sıkılgan/ rahat vb.)
- 12- Ruh halinizi olumsuz yönde etkileyen durum veya olaylarla ilgili görüşünüz nedir? Hissettiğiniz ruh halini iyileştirmek için ne gibi uygulamalar yaparsınız?

### **Ek-3 Anneler İçin Manevi Yaşam ve Manevi Güçlenme ile İlgili Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu**

#### **ANNELER İÇİN MANEVİ YAŞAM VE MANEVİ GÜÇLENME İLE İLGİLİ YARI YAPILANDIRILMIŞ GÖRÜŞME FORMU**

Merhaba ben Nilüfer EVGİNER,

NEÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Din Psikolojisi Bilim Dalı'nda doktora öğrencisiyim. Down Sendromlu bireyler ve annelerinin manevi güçlenmeleri üzerine bir araştırma yapmaktayım. Bu araştırmanın Down Sendromlu bireylere, bireylerin annelerine, bireylerin ve annelerinin manevi anlamda güçlenmelerine katkıda bulunacağını ümit ediyorum.

Bu araştırma için Down Sendromlu bireyler ve anneleri ile görüşme yapıyorum. Yaptığım tüm görüşmelerde verilen bilgiler sadece bu araştırmada kullanılacak ve kişisel bilgiler tamamen gizli tutulacaktır.

Görüşmenin yaklaşık elli (50) dakika ile altmış (60) dakika arası süreceğini tahmin ediyorum. İzin verirseniz görüşmeyi kaydetmek istiyorum. Bu şekilde hem zamanı daha iyi kullanabiliriz hem de sorulara vereceğiniz yanıtların kaydını daha ayrıntılı tutma fırsatı elde edebilirim.

Bu araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz için şimdiden teşekkür ederim. Eğer sizin bana görüşmeye başlamadan önce sormak istediğiniz bir soru varsa önce bunu yanıtlamak isterim. İzin verirseniz sorulara başlamak istiyorum.

*\*DS'li: Down Sendromlu*

#### **GÖRÜŞME SORULARI**

- 1- Evreni düşündüğünüzde güvenebileceğiniz ve yalnız olmadığınıza dair destek alabileceğiniz ilahi (aşkın) bir varlığın olduğuna inanıyor musunuz? İnanıyorsanız bu varlık nedir ve bu konudaki görüşleriniz nelerdir?
- 2- Allah'ın varlığını bilmek ve O'nu düşünmek size hangi duyguları yaşıyor? Yaşadığımız duyguların nedeni hakkındaki görüşleriniz nedir? (Sonda: rahatlama/ sıkıntı/ ferahlama vb.)
- 3- Allah'ın kullarına yakınlığı konusundaki görüşleriniz nelerdir?
- 4- DS'li tanısı almış bir çocuğun annesi olarak Allah size göre nasıl bir yaratıcı, bu konudaki görüşleriniz nelerdir? (Sonda: merhametli/ adaletli/ cezalandırıcı/şefkatli/ acımasız vb.)
- 5- Manevi açıdan düşündüğünüzde Allah, DS'li çocuklarımıza karşı nasıldır, bu konu ile ilgili görüşleriniz nedir? (Sonda- koruyucu/ merhametli/ cezalandırıcı)
- İlahi bir gücün sizi ve DS'li çocuğunuzu koruduğunu düşünüyor musunuz, bu konuya dair görüşleriniz nedir?
- 6- Zor ve sıkıntılı zamanlarımızda nereden güç alırsınız ve aklınıza kim veya ne gelir, bu konudaki görüşleriniz nedir?
- 7- Zor ve sıkıntılı zamanlarımızı aşmak için neler yaparsınız, yaptığımız uygulamalarla ilgili görüşleriniz nedir? (Sonda: dua/ hobi vb.)

- 8- Maneviyat hakkındaki düşünceleriniz ve maneviyatın önemi konusundaki görüşleriniz nelerdir?
- 9- Size göre manevi yaşam nasıl olmalıdır, bu konudaki görüşleriniz nelerdir? (Sonda: dua dolu/ zikirle/ merhamet dolu bir yaşam/ ibadetle)
- 10- Maneviyatınızın davranışlarınıza etkisi konusunda görüşleriniz nelerdir?
- 11- Manevi duygularınızın genel ruh halinize etkisi ile ilgili görüşleriniz nelerdir?
- 12- Maneviyatınızı güçlendirmeye çalışır mısınız, bu konuyla ilgili görüşleriniz nedir? (Sonda: Dua etmek/ zikir / tefekkür/ çeşitli ibadetler/ sadaka vb.)
- 13- DS'li çocuğunuz doğduğunda manevi yaşamınız size destek oldu mu? Olduysa bu konudaki görüşleriniz nedir?
- 14- DS'li çocuğunuz doğduğunda dini hayatınızda değişim oldu mu? (Değişim olduysa) Nasıl bir değişim yaşadığınızla ilgili görüşleriniz nedir?
- 15- İnanmanız ve manevi duygularınızın hayata bakış açınızdaki etkisine dair görüşleriniz nelerdir?
- 16- Dini etkinliklere katılır mısınız? Dini etkinliklerin maneviyata katkısına dair görüşleriniz nelerdir? (Sonda: Kandil geceleri camiye gitmek/ dini sohbetlere katılmak vb.)
- 17- Dua eder misiniz? Dua ettiğinizde hislerinize dair manevi anlamda görüşleriniz nelerdir?
- 18- Enerjisine inandığınız şeyleri (muska, nazar boncuğu, doğal taş vb.) kendi üzerinizde veya DS'li çocuğunuzun üzerinde taşır mısınız, bu konudaki görüşleriniz nelerdir?
- 19- Size göre hayatınızın bir anlamı ve amacı var mı? Varsa bu konudaki görüşleriniz nelerdir?
- 20- DS'li çocuğunuz doğduğundan itibaren geçen bu süreçte yaşama bakış açınızda manevi anlamda değişiklik oldu mu? Olduysa nasıl bir değişim yaşadınız, görüşleriniz nelerdir?
- 21- DS'li çocuğunuzun manevi bir enerjisi olduğunu düşünüyor musunuz, bu konudaki görüşleriniz nelerdir? (Sonda: Evin bereketi/ Nurlu olması/ stres atmanıza yardımcı olması vb.)
- 22- DS'li çocuk sahibi bir anne olarak, kendinizi manevi açıdan nasıl hissettiğinize dair görüşleriniz nelerdir? (Sonda: hüzünlü/ seçilmiş/şanslı/ isyankar vb.)
- 23- Maneviyatınızın DS'li çocuğunuza davranış biçiminize etkisi var mıdır, bu konudaki görüşleriniz nelerdir? (Sonda: merhametli/şefkatli/sevgi dolu vb.)

#### **Ek- 4 Anneler İçin Uygulama Sonrasında Değerlendirme Formu**

##### **ANNELER İÇİN TÜM UYGULAMA SONRASINDA DEĞERLENDİRME FORMU**

1- Oturumların öncesini ve sonrasını değerlendirdiğinizde maneviyat bakımından (maneviyatınızda) kendinizde bir değişim görüyor musunuz? Bu konudaki görüşleriniz nelerdir?

2- Oturumlardan sonra hayata ve geleceğe dair bakış açınızda bir değişiklik oldu mu? Nasıl?

3- Oturumlardan sonra kendinizi manevi açıdan nasıl hissediyorsunuz?

4- Oturumlardan sonra çevrenizdeki insanlarla ilişkinizde değişim yaşadınız mı? Nasıl?

5- Oturumlardan sonra çocuğunuza dair düşüncelerinizde değişim yaşadınız mı? Yaşadıysanız bu düşünceler neler?

6- Oturumlardan sonra çocuğunuzla ilişkinizde bir değişiklik oldu mu? Nasıl?

7- Oturumlardan sonra hayatınızda yaşadığınız sıkıntılarla ilgili neler düşünmeye başladınız?

8- Oturumlar maneviyata yönelik yaklaşımınızı nasıl etkiledi?

9- Oturumların hayatınıza katkısı oldu mu? Oldu ise hayatınızda ne gibi değişiklikler fark ettiniz?

## Ek- 5 Down Sendromlu Bireyler İçin Tam Yapılandırılmış Görüşme Formu

### DOWN SENDROMLU BİREYLER İÇİN TAM YAPILANDIRILMIŞ GÖRÜŞME FORMU

Kıymetli Ebeveynler,

Ben Nilüfer EVGİNER, NEÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Din Psikolojisi Bilim Dalı'nda doktora öğrencisiyim. Down Sendromlu bireyler ve annelerinin manevi güçlenmeleri üzerine bir araştırma yapmaktayım. Bu araştırmanın Down Sendromlu bireylere, bireylerin annelerine, bireylerin ve annelerinin manevi anlamda güçlenmelerine katkıda bulunacağını ümit ediyorum.

Bu form ile çocuğunuzla görüşme sağlayacağım. Görüşme sırasında çocuğunuzun yanında kalabilirsiniz, görüşmeye eşlik edebilirsiniz. Yaptığım tüm görüşmelerde verilen bilgiler sadece bu araştırmada kullanılacak ve kişisel bilgiler tamamen gizli tutulacaktır. Görüşmenin yirmi beş (25) dakika ile otuz (30) dakika arası süreceğini tahmin ediyorum. İzin verirsiniz görüşmeyi kaydetmek istiyorum. Bu şekilde hem zamanı daha iyi kullanabiliriz hem de sorulara vereceğiniz yanıtların kaydını daha ayrıntılı tutma fırsatı elde edebilirim. Bu araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz için şimdiden teşekkür ederim. Eğer sizin bana görüşmeye başlamadan önce sormak istediğiniz bir soru varsa önce bunu yanıtlamak isterim. İzin verirsiniz sorulara başlamak istiyorum.

Yaş:

Eğitim Durumu:

GÖRÜŞME SORULARI	EVET	HAYIR	KARARSIZIM
1- Annem ve babam beni sever.			
2- Anneme- babama onları sevdiğimi söylerim.			
3- Çok sevdiğim arkadaşşıma, sevdiğimi söylerim.			
4- Arkadaşlarım beni sever.			
5- Öğretmenlerimi severim.			
6- Öğretmenlerim beni sever.			
7- Okulumu severim.			
8- Allah beni sever.			
9- Ben Allah'ı severim.			
10- Birisi bana hediye verince mutlu olurum.			
11- Birisine hediye verdiğim zaman mutlu olurum.			
12- Evde sinirlendiğim zaman anne ve babama kötü söz söylerim.			
13- Arkadaşıma kızarsam ona kötü söz söylerim.			
14- Birisinden bir şey isteyeceğim zaman lütfen kelimesini kullanırım.			
15- Birisini üzersen eğer, ondan özür dilerim.			
16- Camiye girerken ayakkabılarımı çıkarırım.			
17- İnsanların camide namaz kıldığını bilirim.			
18- Camide başkaları namaz kılarken/ dua ederken sessizce dururum.			
19- Ezan sesini duyduğum zaman müziğin sesini kısarım.			
20- Ezan okununca namaz kılınır.			
21- Ezan camiden okunur.			
22- Kur'an-ı Kerim'i görünce tanırım.			
23- Kur'an-ı Kerim okunurken müziğin sesini açmam.			
24- Kur'an-ı Kerim okunurken onu sessizce dinlerim.			
25- Bazı zamanlar dua ederim.			
26- Annem ya da babam için dua ederim.			
27- Bir başkası dua ederken ben de onu dinlerim ve amin derim.			
28- Anneme ya da babama onlar iş yaparken yardımcı olurum.			
29- Anneme mutfakta yardım edince mutlu olurum.			
30- Bir arkadaşım yere düşse onun kalkmasına yardım ederim.			
31- Yiyeceklerimi, boya kalemlerimi kardeşim veya arkadaşşımla paylaşıyorum.			

## Ek-6 Necmettin Erbakan Üniversitesi Etik Kurul İzni



### NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU ETİK KURUL KARARI

<b>Etik Kurul Toplantı Tarihi/Sayısı ve Karar No</b>	<b>Tarih</b> :13/10/2023 <b>Toplantı Sayısı:</b> 10 <b>Karar No</b> :2023/430
<b>Araştırmanın Başlığı</b>	Down Sendromlu Bireyler ve Annelerinin Maneviyatını Güçlendirme Üzerine Bir Araştırma.
<b>Sorumlu Araştırmacı</b>	Prof. Dr. Abdülkerim BAHADIR
<b>Yardımcı Araştırmacı</b>	Lisansüstü Öğrenci Nilüfer EVGİNER
<b>Etik Kurul Kararı</b>	15460.R1-16057 sayılı başvuru Etik Kurul tarafından değerlendirilmiş olup, başvurunun bilimsel araştırma etiği açısından “Uygun” olduğuna karar verilmiştir.

ASLI GİBİDİR  
13/10/2023