IJSSAR International Journal of Social Sciences and Academic Research

Original Article

Received/Accepted Dates

12.04.2026/23.05.2026

DOI:10.52096/issar.03.03.03

Otizm Spektrum Bozukluğu ile Davranışçı Terapi: Bir Derleme

Nida Damla Karakoç

Yakın Doğu Üniversitesi, Fen ve Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü

Orcid: h ps://orcid.org/0009-0000-0215-1708, E-mail: 20221286@std.neu.edu.tr

Doç. Dr. Meryem Karaaziz

Department of Psychology, Near East University, Faculty of Arts and Science, Nicos a-Cyprus, Mersin 10 Turkey, https://orcid.org/0000-0002-0085-612X

Özet

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), sosyal iletişim becerilerinde belirgin güçlükler ve tekrarlayıcı davranış örüntüleri ile seyreden nörogelişimsel bir farklılık olarak tanımlanmaktadır. Bu alanda en yaygın kullanılan müdahale yaklaşımlarından biri, davranışın çevresel değişkenlerle ilişkisini temel alan Uygulamalı Davranış Analizi (ABA) temelli uygulamalardır. Bu derlemenin amacı, davranışçı psikoterapi yaklaşımlarının OSB üzerindeki etkilerini güncel literatür çerçevesinde değerlendirmek ve özellikle müdahale yoğunluğu, ebeveyn katılımı ve teknoloji destekli uygulamaların klinik çıktılara etkisini incelemektir.

İncelenen çalışmalar, yoğun ABA programlarının özellikle dil gelişimi ve işlevsel iletişim becerileri üzerinde belirgin katkılar sağladığını göstermektedir. Bununla birlikte dijital araçların ve oyunlaştırılmış uygulamaların müdahale sürecine entegre edilmesi, çocukların dikkat süresi ve katılım motivasyonunu artıran önemli bir faktör olarak öne çıkmaktadır. Ayrıca ebeveynlerin sürece aktif katılımının, öğrenilen becerilerin günlük yaşama genellenmesinde ve kalıcılığında kritik rol oynadığı görülmektedir.

Sonuç olarak, davranışçı müdahalelerin bireyselleştirilmiş planlama, teknolojik destek ve aile katılımı ile birlikte ele alınması, OSB'de terapötik etkinliği artıran temel bileşenler olarak değerlendirilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Otizm Spektrum Bozukluğu, Uygulamalı Davranış Analizi, davranışçı müdahaleler, ebeveyn katılımı, dijital terapi

Behavioral Therapy for Autism Spectrum Disorder: A Review

Abstract

Autism Spectrum Disorder (ASD) is a neurodevelopmental condition characterized by persistent difficulties in social communication alongside restricted and repetitive patterns of behavior. Among evidence-based interventions, Applied Behavior Analysis (ABA)-based approaches are widely used due to their structured focus on modifying behavior through environmental learning principles. The aim of this review is to examine the effectiveness of behavioral psychotherapy interventions in ASD, with particular attention to intervention intensity, parental involvement, and the integration of technological tools.

The reviewed literature indicates that intensive ABA programs contribute significantly to improvements in language development and functional communication skills. In addition, the incorporation of digital tools and gamified applications into intervention processes appears to enhance attention span and engagement levels in children, thereby improving learning efficiency. Another consistent finding across studies is that active parental participation plays a crucial role in the generalization and long-term maintenance of acquired skills in natural environments.

Overall, current evidence suggests that behavioral interventions are most effective when delivered through individualized planning, supported by technological resources, and reinforced by active family involvement.

Keywords: Autism Spectrum Disorder, Applied Behavior Analysis, behavioral intervention, parent involvement, digital intervention, evidence-based therapy.

1. GİRİŞ

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), bireyin sosyal etkileşim kurma biçiminde farklılıklar, iletişim becerilerinde sınırlılıklar ve belirli davranış örüntülerine yoğunlaşma ile karakterize edilen nörogelişimsel bir durumdur. Bu özellikler, bireyin günlük yaşam becerilerinden akademik ve sosyal işlevselliğine kadar geniş bir yelpazede etkiler oluşturabilmektedir. Bu nedenle OSB'ye yönelik müdahale yaklaşımları, yalnızca semptom azaltımına değil, aynı zamanda işlevsel becerilerin geliştirilmesine odaklanmaktadır.

Güncel klinik uygulamalarda en yaygın kullanılan yaklaşımlardan biri Uygulamalı Davranış Analizi (ABA) temelli müdahalelerdir. ABA, davranışların çevresel koşullar ve öğrenme süreçleriyle şekillendiğini kabul ederek, sistematik pekiştirme ve yapılandırılmış öğretim yöntemleri aracılığıyla davranış değişimini hedefler. Bu yaklaşım, OSB tanılı bireylerde özellikle iletişim, sosyal etkileşim ve adaptif davranış alanlarında önemli gelişmeler sağladığı için kanıta dayalı müdahaleler arasında öne çıkmaktadır.

Son yıllarda davranışçı müdahalelerin kapsamı yalnızca klinik uygulamalarla sınırlı kalmayıp, ebeveyn katılımı ve dijital teknolojilerin entegrasyonu ile daha geniş bir uygulama alanına yayılmıştır. Özellikle erken ve yoğun müdahale programlarının, gelişimsel kazanımlar üzerinde daha güçlü etkiler oluşturduğu; buna ek olarak ev temelli uygulamaların öğrenilen becerilerin kalıcılığını artırdığı bildirilmektedir. Bunun yanında tablet tabanlı sistemler ve oyunlaştırılmış uygulamalar, terapi sürecine katılımı artırarak müdahalenin etkinliğini destekleyen modern araçlar olarak değerlendirilmektedir.

Bu bağlamda, davranışçı psikoterapilerin OSB alanındaki rolü giderek daha bütüncül bir yapıya evrilmekte; bireyselleştirme, aile katılımı ve teknolojik destek gibi bileşenler müdahale başarısının temel belirleyicileri haline gelmektedir.

1.1. **Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) Tanımı**

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), nörogelişimsel bozukluklar sınıfı içerisinde yer alan ve erken çocukluk döneminde başlayan, bireyin sosyal iletişim becerilerinde kalıcı güçlükler ile sınırlı ve yineleyici davranış örüntüleriyle karakterize edilen bir durumdur (American Psychiatric Association, 2013). DSM-5 tanı ölçütlerine göre OSB'nin temel belirtileri iki ana boyutta ele alınmaktadır: (1) sosyal iletişim ve sosyal etkileşimde kalıcı yetersizlikler ve (2) sınırlı, tekrarlayıcı davranışlar, ilgi alanları veya etkinlik örüntüleri.

Sosyal iletişim alanındaki güçlükler; karşılıklı sosyal-duygusal etkileşim kurmada zorluk, sözel ve sözel olmayan iletişim davranışlarında sınırlılıklar ve sosyal ilişkileri başlatma, sürdürme ve anlamlandırmada güçlükler şeklinde kendini göstermektedir. Buna ek olarak bireyler, sosyal ipuçlarını yorumlamada ve bağlama uygun tepkiler geliştirmede belirgin farklılıklar sergileyebilmektedir (Lord et al., 2020).

Davranış örüntüleri açısından değerlendirildiğinde OSB, tekrarlayıcı motor hareketler, aynılıkta ısrar etme, rutinlere aşırı bağlılık ve sınırlı ilgi alanları ile ilişkilendirilmektedir. Bu davranışlar bireyin günlük yaşamda esneklik göstermesini zorlaştırmakta ve çevresel değişikliklere uyum sağlamasını güçleştirebilmektedir (Zwaigenbaum et al., 2015).

OSB, şiddet ve işlevsellik düzeyi açısından oldukça geniş bir varyasyon göstermesi nedeniyle "spektrum" kavramı ile tanımlanmaktadır. Bu spektrum yapısı, bireylerin destek ihtiyacının hafif düzeyden ileri düzeye kadar değişebileceğini ve her birey için farklı müdahale planlarının gerekli olduğunu ortaya koymaktadır (American Psychiatric Association, 2013).

Nörogelişimsel perspektiften bakıldığında OSB, yalnızca davranışsal bir farklılık olarak değil, aynı zamanda bilişsel süreçlerde (örneğin yürütücü işlevler, sosyal biliş ve dikkat süreçleri) farklılıklarla birlikte ele alınmaktadır. Bu nedenle erken tanı ve erken müdahale, bireyin gelişimsel potansiyelinin desteklenmesinde kritik bir rol oynamaktadır.

Güncel literatürde OSB, eksiklik temelli bir yaklaşımın ötesinde, bireyin güçlü yönlerini de içeren çok boyutlu bir gelişimsel profil olarak değerlendirilmektedir. Bu yaklaşım, müdahalelerin yalnızca davranış azaltımına değil, aynı zamanda işlevsel beceri kazandırmaya ve yaşam kalitesini artırmaya odaklanmasını gerektirmektedir.

1.2. **Epidemiyoloji**

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), dünya genelinde yaygınlığı son yıllarda belirgin şekilde artış gösteren nörogelişimsel bir durumdur. Epidemiyolojik veriler, bu artışın yalnızca gerçek vaka sayısındaki yükselişle değil, aynı zamanda tanı kriterlerindeki değişiklikler, tarama araçlarının gelişmesi ve farkındalık düzeyinin artması gibi faktörlerle de ilişkili olduğunu göstermektedir (Lord et al., 2020).

Güncel tahminlere göre OSB yaygınlığı, ülkeler arasında değişkenlik göstermekle birlikte yaklaşık olarak her 36 çocuktan 1'ini etkileyebilecek düzeye ulaşmıştır (Centers for Disease Control and Prevention [CDC], 2023). Bu oran, OSB'nin yalnızca klinik bir durum olmaktan çıkarak önemli bir halk sağlığı konusu haline geldiğini göstermektedir. Bununla birlikte farklı bölgelerde sağlık hizmetlerine erişim düzeyi ve tanılama süreçlerindeki farklılıklar, bildirilen prevalans oranlarında değişkenliğe yol açmaktadır.

Cinsiyet dağılımı açısından OSB, erkek çocuklarda kız çocuklarına kıyasla daha yüksek oranlarda tanılanmaktadır. Literatürde bu oran yaklaşık 4:1 olarak rapor edilmektedir (Lord et al., 2020). Ancak son yıllarda yapılan çalışmalar, özellikle kız çocuklarında sosyal uyum becerilerinin daha iyi "maskelenmesi" nedeniyle tanının gecikebileceğini ve bu durumun gerçek prevalansın olduğundan daha düşük rapor edilmesine yol açabileceğini öne sürmektedir.

OSB'nin tanılanma yaşı da epidemiyolojik açıdan önemli bir değişkendir. Her ne kadar belirtiler yaşamın ilk iki yılında ortaya çıkabilse de, kesin tanı çoğunlukla 3–5 yaş aralığında konulmaktadır. Bu gecikme, erken müdahale fırsatlarının kaçırılmasına ve gelişimsel kazanımların sınırlanmasına neden olabilmektedir (Zwaigenbaum et al., 2015).

Ayrıca OSB, sıklıkla diğer nörogelişimsel ve psikiyatrik durumlarla birlikte görülmektedir. Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB), anksiyete bozuklukları, uyku problemleri

ve gastrointestinal sorunlar OSB'ye eşlik eden yaygın komorbid durumlar arasında yer almaktadır (Mazurek et al., 2013). Bu durum, OSB'nin yalnızca tek bir klinik tablo olarak değil, çok boyutlu bir gelişimsel ihtiyaç profili olarak ele alınmasını gerekli kılmaktadır.

Sonuç olarak OSB epidemiyolojisi, artan prevalans oranları, cinsiyet farklılıkları, tanı yaşındaki gecikmeler ve eşlik eden durumların yüksekliği ile karakterize edilmektedir. Bu özellikler, hem sağlık politikalarının planlanmasında hem de erken müdahale programlarının geliştirilmesinde çok disiplinli bir yaklaşımın gerekliliğini ortaya koymaktadır.

1.3. **Otizm Spektrum Bozukluğunun Kuramsal Temelleri**

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), tek bir açıklayıcı modele indirgenemeyen, çok boyutlu bir nörogelişimsel farklılık olarak ele alınmaktadır. Bu nedenle literatürde OSB'nin anlaşılmasına yönelik kuramsal yaklaşımlar, hem bilişsel süreçleri hem de öğrenme ve çevresel etkileşim mekanizmalarını içeren çoklu çerçeveler üzerinden geliştirilmiştir. Bu kuramsal çeşitlilik, aynı zamanda müdahale yaklaşımlarının da farklı bilişsel ve davranışsal temellere dayanmasına olanak sağlamaktadır.

Bilişsel kuramlar içerisinde en yaygın tartışılan modellerden biri "Zihin Kuramı" (Theory of Mind) yaklaşımıdır. Bu modele göre OSB tanılı bireylerde, başkalarının zihinsel durumlarını (inanç, niyet, duygu) anlama ve bu bilgiyi sosyal etkileşimlerde kullanma becerisinde sınırlılıklar bulunmaktadır. Bu durum, sosyal karşılıklılığın kurulmasını zorlaştırmakta ve bireyin sosyal ipuçlarını yorumlama kapasitesini etkilemektedir (Baron-Cohen et al., 2000; Lord et al., 2020). Bu kuramsal çerçeve, özellikle sosyal beceri öğretimine yönelik davranışçı müdahalelerin geliştirilmesinde temel bir referans noktası oluşturmuştur.

Bir diğer önemli yaklaşım "Zayıf Merkezi Bütünleşme" (Weak Central Coherence) kuramıdır. Bu kuram, OSB'li bireylerin bilgiyi bütüncül bir şekilde işlemek yerine detaylara odaklanma eğiliminde olduklarını ileri sürmektedir. Bu bilişsel stil, bazı alanlarda üstün ayrıntı işleme becerileri sağlasa da, bağlamsal anlamlandırma ve genel resmin kavranmasında güçlük yaratabilmektedir (Happé & Frith, 2006). Davranışçı öğretim yaklaşımlarında kullanılan yapılandırılmış öğretim teknikleri, bu bilişsel özelliği dikkate alarak öğrenmeyi küçük ve sistematik basamaklara bölmektedir.

Yürütücü işlevler kuramı ise OSB'de planlama, bilişsel esneklik, çalışma belleği ve dürtü kontrolü gibi üst düzey bilişsel süreçlerde farklılıklar olabileceğini öne sürmektedir. Bu farklılıklar, bireyin rutinlere bağlılık geliştirmesine ve değişen çevresel koşullara uyum sağlamada zorlanmasına yol açabilmektedir. Bu çerçevede, davranışçı müdahalelerde kullanılan görsel destekler, rutin yapılandırmaları ve aşamalı öğretim teknikleri yürütücü işlevlerin desteklenmesine yönelik uygulamalar olarak değerlendirilmektedir (Hill, 2004).

Davranışçı kuramsal yaklaşım ise OSB'yi, öğrenme ilkeleri çerçevesinde şekillenen davranış örüntüleri olarak ele almaktadır. Bu perspektife göre davranışlar, çevresel uyaranlar ve bu uyaranlara verilen sonuçlarla sistematik olarak değiştirilebilir. Uygulamalı Davranış Analizi (ABA), bu kuramsal temel üzerine inşa edilmiş olup, pekiştirme, sönme ve modelleme gibi ilkeler aracılığıyla hedef davranışların artırılmasını amaçlamaktadır (Cooper, Heron, & Heward, 2020). Bu yaklaşım, OSB'de özellikle işlevsel iletişim ve adaptif davranışların geliştirilmesinde güçlü bir kanıta dayalı çerçeve sunmaktadır.

Sonuç olarak OSB'nin kuramsal temelleri, bilişsel ve davranışsal açıklamaların bir arada değerlendirildiği bütüncül bir yapı sunmaktadır. Bu çoklu kuramsal yaklaşım, hem bireysel farklılıkların anlaşılmasını kolaylaştırmakta hem de müdahale programlarının daha hedefe yönelik ve etkili şekilde tasarlanmasına olanak sağlamaktadır.

1.4. **Otizm Spektrum Bozukluğunun Tarihçesi ve DSM-5 Sınıflandırması**

Otizm kavramının tarihsel gelişimi, psikiyatri ve gelişim psikolojisi literatüründe önemli bir dönüşüm sürecini yansıtmaktadır. "Otizm" terimi ilk olarak Bleuler tarafından şizofreni bağlamında bireyin içe çekilme eğilimini tanımlamak amacıyla kullanılmış olsa da, modern klinik anlamına yakın ilk sistematik tanımlamalar 20. yüzyılın ortalarında ortaya çıkmıştır. Kanner'ın 1943 yılında erken çocukluk otizmine ilişkin çalışmaları, sosyal etkileşim ve iletişim alanındaki belirgin farklılıkları tanımlaması açısından temel bir dönüm noktası olmuştur. Benzer dönemde Asperger'in gözlemleri ise daha yüksek bilişsel işlevlere sahip ancak sosyal etkileşimde güçlük yaşayan bireylerin klinik profilini ortaya koymuştur (Kanner, 1943; Asperger, 1944).

Zaman içerisinde otizm, tanısal sınıflandırma sistemlerinde farklı kategoriler altında ele alınmıştır. DSM-III döneminde otizm ilk kez ayrı bir tanı kategorisi olarak "infantil otizm"

başlığı altında yer almıştır. DSM-IV sürecinde ise "Yaygın Gelişimsel Bozukluklar" (Pervasive Developmental Disorders) çerçevesi altında otistik bozukluk, Asperger bozukluğu ve başka türlü adlandırılamayan yaygın gelişimsel bozukluk gibi alt kategoriler tanımlanmıştır (American Psychiatric Association, 1994). Ancak bu alt türlerin klinik uygulamada kesin sınırlarla ayrıştırılmasındaki güçlükler, tanı sisteminde daha bütüncül bir yaklaşım ihtiyacını doğurmuştur.

2013 yılında yayımlanan DSM-5 ile birlikte otizm tanı sistemi önemli bir yapısal değişikliğe uğramıştır. Bu düzenleme ile daha önce ayrı kategoriler olarak değerlendirilen tüm alt tanılar "Otizm Spektrum Bozukluğu" (OSB) başlığı altında birleştirilmiştir. DSM-5'e göre OSB tanısı iki temel belirti alanı üzerinden konulmaktadır: (1) sosyal iletişim ve sosyal etkileşimde kalıcı güçlükler ve (2) sınırlı, tekrarlayıcı davranış örüntüleri, ilgi alanları veya aktiviteler (American Psychiatric Association, 2013).

DSM-5 yaklaşımının en önemli katkılarından biri, tanıyı yalnızca varlık-yokluk düzeyinde değerlendirmek yerine, bireyin işlevsellik düzeyine göre "destek gereksinim düzeyi" ile birlikte ele almasıdır. Bu spektrum yaklaşımı, bireyler arasındaki klinik farklılıkları daha doğru yansıtmakta ve müdahale planlarının bireyselleştirilmesini kolaylaştırmaktadır (Lord et al., 2020).

Bu sınıflandırma değişikliği, yalnızca tanı süreçlerini değil, aynı zamanda müdahale yaklaşımlarını da etkilemiştir. Özellikle davranışçı müdahalelerde hedeflerin daha işlevsel, ölçülebilir ve birey odaklı şekilde belirlenmesi mümkün hale gelmiştir. Böylece OSB, sabit alt kategorilerden ziyade değişken destek ihtiyaçlarıyla tanımlanan dinamik bir gelişimsel profil olarak ele alınmaya başlanmıştır (Zwaigenbaum et al., 2015).

Sonuç olarak DSM-5 ile birlikte otizm kavramı, daha kapsayıcı ve spektrum temelli bir yapıya dönüşmüş; bu değişim hem klinik değerlendirme süreçlerini hem de bilimsel araştırma ve müdahale yaklaşımlarını doğrudan şekillendirmiştir.

1.5. **Davranışçı Psikoterapinin Tanımı ve Kapsamı**

Davranışçı psikoterapi, gözlemlenebilir davranışları merkeze alan ve öğrenme ilkeleri doğrultusunda davranış değişimini hedefleyen kanıta dayalı bir müdahale yaklaşımıdır. Bu

yaklaşım, davranışların bireyin çevresiyle etkileşimi sonucunda şekillendiği varsayımına dayanır ve bu nedenle müdahale süreçlerinde çevresel düzenlemeler, pekiştirme teknikleri ve sistematik öğretim stratejileri temel araçlar olarak kullanılır.

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) bağlamında davranışçı psikoterapinin en yaygın formu Uygulamalı Davranış Analizi (Applied Behavior Analysis; ABA) olarak bilinmektedir. ABA, davranış ile çevresel değişkenler arasındaki işlevsel ilişkiyi analiz ederek hedef davranışların artırılmasını ve problem davranışların azaltılmasını amaçlayan bilimsel bir disiplindir (Cooper, Heron, & Heward, 2020). Bu yaklaşım, yalnızca davranış değişimine odaklanmakla kalmayıp aynı zamanda bireyin iletişim, sosyal etkileşim ve günlük yaşam becerilerinde işlevsel kazanımlar elde etmesini hedefler.

Davranışçı müdahalelerin temel bileşenleri arasında davranışın öncüllerinin (antecedent), davranışın kendisinin ve davranışın ardından gelen sonuçların (consequence) sistematik olarak analiz edilmesi yer almaktadır. Bu üçlü yapı, davranışın işlevini belirlemeye ve uygun müdahale stratejilerini geliştirmeye olanak sağlamaktadır. Özellikle pekiştirme temelli uygulamalar, yeni becerilerin kazandırılmasında ve mevcut becerilerin sürdürülmesinde kritik bir rol oynamaktadır.

Güncel literatürde ABA temelli müdahalelerin yalnızca yapılandırılmış öğretim ortamlarında değil, doğal yaşam bağlamlarında da etkili olduğu vurgulanmaktadır. Bu doğrultuda ayrık denemelerle öğretim (Discrete Trial Teaching; DTT) gibi yapılandırılmış teknikler ile doğal öğretim yaklaşımlarının birlikte kullanılması önerilmektedir. Bu bütüncül yaklaşım, öğrenilen becerilerin farklı ortamlara genellenmesini kolaylaştırmaktadır (Gitimoghaddam et al., 2022).

Son yıllarda davranışçı psikoterapilerin kapsamı, aile katılımı ve teknoloji entegrasyonu ile daha geniş bir yapıya dönüşmüştür. Özellikle ebeveynlerin müdahale sürecine aktif olarak dahil edilmesi, öğrenilen davranışların günlük yaşama aktarılmasını güçlendirmekte ve terapötik kazanımların sürekliliğini desteklemektedir (Garikipati et al., 2024). Buna ek olarak dijital uygulamalar, oyunlaştırılmış sistemler ve tablet tabanlı eğitim araçları, çocukların motivasyonunu artırarak müdahale süreçlerini daha erişilebilir ve etkili hale getirmektedir.

Sonuç olarak davranışçı psikoterapi, OSB'de yalnızca problem davranışların azaltılmasına odaklanan bir yaklaşım değil; aynı zamanda bireyin yaşam kalitesini artırmayı, bağımsızlık

düzeyini geliştirmeyi ve işlevsel becerileri kazandırmayı amaçlayan bütüncül ve sistematik bir müdahale çerçevesi sunmaktadır.

2. **Otizm Spektrum Bozukluğunda Davranışçı Terapi**

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) tanılı bireylerde davranışçı terapi yaklaşımları, öğrenme ilkelerine dayalı sistematik müdahaleler aracılığıyla bireyin işlevsel becerilerini geliştirmeyi ve uyumsuz davranış örüntülerini azaltmayı hedeflemektedir. Bu çerçevede en yaygın kullanılan yaklaşım Uygulamalı Davranış Analizi (ABA) olup, davranışın çevresel değişkenlerle ilişkisini merkeze alan yapılandırılmış bir müdahale modelidir.

ABA temelli uygulamalarda temel amaç, hedef davranışların artırılması ve sosyal açıdan işlevsel olmayan davranışların azaltılmasıdır. Bu süreç, davranışın öncülleri ve sonuçları arasındaki ilişkilerin sistematik olarak analiz edilmesiyle yürütülmektedir. Böylece davranışın hangi koşullarda ortaya çıktığı ve hangi sonuçlarla sürdürüldüğü belirlenerek müdahale planları oluşturulmaktadır.

Davranışçı terapi uygulamalarında sıklıkla kullanılan tekniklerden biri Ayrık Denemelerle Öğretim (Discrete Trial Teaching; DTT) yöntemidir. Bu yöntem, becerilerin küçük ve yapılandırılmış adımlara bölünerek öğretilmesini ve her adımın pekiştirme yoluyla güçlendirilmesini esas alır. Buna ek olarak Doğal Ortam Öğretimi (Natural Environment Teaching; NET), öğrenilen becerilerin günlük yaşam bağlamında kullanılmasını destekleyen tamamlayıcı bir yaklaşım olarak değerlendirilmektedir. Bu iki yöntemin birlikte kullanılması, hem öğretim hızını hem de genelleme becerisini artırmaktadır (Cooper, Heron, & Heward, 2020).

Güncel araştırmalar, ABA temelli müdahalelerin özellikle dil gelişimi ve sözel davranışlar üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. VB-MAPP ve ABLLS gibi değerlendirme araçlarıyla yapılan ölçümler, yoğun ve sistematik müdahalelerin iletişim becerilerinde anlamlı ilerlemeler sağladığını ortaya koymaktadır (Peterson et al., 2024b). Bu bulgular, davranışçı terapilerin yalnızca davranış azaltımı değil, aynı zamanda beceri kazandırma açısından da etkili olduğunu desteklemektedir.

Son yıllarda davranışçı müdahalelerin kapsamı genişleyerek teknoloji destekli uygulamaları da içermeye başlamıştır. Dijital öğrenme platformları, oyunlaştırılmış terapi sistemleri ve tablet tabanlı uygulamalar, özellikle çocukların dikkat sürelerini artırmakta ve öğrenme motivasyonunu desteklemektedir. Bu teknolojik entegrasyon, müdahale süreçlerini daha etkileşimli ve sürdürülebilir hale getirmektedir (Cordioli et al., 2023; Silva et al., 2023).

Bununla birlikte müdahale yoğunluğu, davranışçı terapilerin etkinliğinde belirleyici bir değişken olarak öne çıkmaktadır. Haftalık uygulama süresinin artması, özellikle dil ve adaptif davranış gelişiminde daha güçlü sonuçlarla ilişkilendirilmektedir. Yoğun müdahale programlarının erken yaşta başlatılması, gelişimsel kazanımların daha kalıcı olmasını sağlamaktadır (Peterson et al., 2025).

Ayrıca ebeveyn katılımı, davranışçı terapi süreçlerinin önemli bir bileşeni haline gelmiştir. Ailelerin müdahale sürecine aktif olarak dahil edilmesi, öğrenilen becerilerin yalnızca terapi ortamında değil, günlük yaşamda da kullanılmasını kolaylaştırmaktadır. Bu durum, davranışların genellenmesi ve kalıcılığı açısından kritik bir rol oynamaktadır (Garikipati et al., 2024).

Sonuç olarak davranışçı terapi, OSB'de çok boyutlu bir müdahale çerçevesi sunmakta; yapılandırılmış öğretim teknikleri, doğal öğrenme ortamları, teknoloji kullanımı ve aile katılımını bir araya getirerek bireyin gelişimsel potansiyelini desteklemeyi amaçlamaktadır.

2.1. **İlgili Araştırmalar**

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) alanında davranışçı müdahalelerin etkililiğini inceleyen çalışmalar, son yıllarda hem sayısal hem de metodolojik açıdan önemli bir artış göstermiştir. Özellikle Uygulamalı Davranış Analizi (ABA) temelli yaklaşımlar, erken müdahale programları, ebeveyn aracılı uygulamalar ve teknoloji destekli müdahaleler, literatürde en çok incelenen başlıca alanlar arasında yer almaktadır.

Genel olarak araştırma bulguları, ABA temelli müdahalelerin OSB tanılı bireylerde sosyal iletişim becerileri, dil gelişimi, uyum becerileri ve problem davranışların azaltılması üzerinde olumlu etkiler oluşturduğunu göstermektedir. Bununla birlikte çalışmalar, müdahale

yoğunluğu, uygulama süresi ve bireyselleştirme düzeyinin sonuçlar üzerinde belirleyici olduğunu vurgulamaktadır.

Gitimoghaddam ve diğerleri (2022) tarafından yapılan kapsamlı derlemede, ABA temelli müdahalelerin çocuklar ve ergenler üzerindeki etkileri incelenmiş ve bu uygulamaların özellikle sosyal etkileşim ve adaptif davranış alanlarında gelişim sağladığı belirtilmiştir. Araştırma ayrıca, erken yaşta başlanan sistematik müdahalelerin daha güçlü klinik çıktılarla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

Silva ve diğerleri (2023), davranış analizi temelli uygulamaların çocukların günlük yaşam ve akademik performansları üzerindeki etkilerini değerlendirmiştir. Çalışma sonuçları, bireyselleştirilmiş müdahale planlarının beceri kazanım hızını artırdığını ve öğrenme süreçlerini daha verimli hale getirdiğini göstermektedir.

Du ve diğerleri (2024) ise ABA programlarının sosyal-duygusal gelişim üzerindeki etkilerini incelemiş ve müdahale sonrası çocukların sosyal katılım, akran etkileşimi ve duygusal düzenleme becerilerinde anlamlı iyileşmeler olduğunu bildirmiştir. Bu bulgular, davranışçı müdahalelerin yalnızca davranış düzeyinde değil, daha geniş gelişimsel alanlarda da etkili olabileceğini göstermektedir.

Peterson ve diğerleri (2024a, 2024b), ABA müdahalelerinin özellikle hedef davranışların kazanılması ve sözel davranışların geliştirilmesi üzerindeki etkilerini değerlendirmiştir. Bulgular, istek bildirme, adlandırma ve karşılıklı iletişim gibi becerilerde belirgin ilerlemeler olduğunu göstermektedir. Aynı zamanda VB-MAPP ve ABLLS gibi ölçüm araçlarının, gelişimsel ilerlemeyi objektif biçimde izlemeye katkı sağladığı ifade edilmiştir.

Müdahale yoğunluğu ile ilgili çalışmalar da literatürde önemli bir yer tutmaktadır. Peterson ve diğerleri (2025), haftalık müdahale süresinin artmasının gelişimsel kazanımları olumlu yönde etkilediğini belirtmiş ve özellikle haftada 25 saat ve üzeri uygulamaların daha yüksek performans artışıyla ilişkili olduğunu rapor etmiştir. Bu bulgu, erken ve yoğun müdahale modellerinin önemini desteklemektedir.

Davranışçı müdahalelerin farklı bağlamlarda uygulanmasına yönelik çalışmalar, yapılandırılmış öğretim ile doğal öğretim yaklaşımlarının birlikte kullanımının daha etkili sonuçlar doğurduğunu göstermektedir. Bu bağlamda Naturalistic Developmental Behavioral

Interventions (NDBI) modelleri, hem gelişimsel hem de davranışçı ilkeleri birleştirerek özellikle sosyal iletişim ve oyun becerilerinde gelişim sağlamaktadır (Frost et al., 2020).

Rogers ve diğerleri (2021) tarafından yürütülen kontrollü bir çalışmada Erken Başlangıç Denver Modeli (ESDM) uygulanan çocukların kontrol grubuna kıyasla daha yüksek dil ve sosyal iletişim gelişimi gösterdiği rapor edilmiştir. Ayrıca ebeveyn katılımının müdahale başarısını artıran önemli bir faktör olduğu vurgulanmıştır.

Vivanti ve diğerleri (2022), erken müdahale programlarının nörogelişimsel süreçler üzerindeki etkilerini incelemiş ve yaşamın ilk yıllarında uygulanan davranışçı müdahalelerin uzun vadeli gelişimsel sonuçları olumlu yönde etkileyebileceğini belirtmiştir.

Ebeveyn aracılı müdahalelere ilişkin çalışmalar da giderek artmaktadır. Ingersoll ve diğerleri (2020), tele-sağlık temelli ebeveyn eğitim programlarının çocukların sosyal etkileşim becerilerini artırdığını göstermiştir. Benzer şekilde Stahmer ve diğerleri (2020), ebeveyn katılımının becerilerin günlük yaşama genellenmesini kolaylaştırdığını ifade etmiştir. Wetherby ve diğerleri (2022) ise erken çocukluk döneminde ebeveyn destekli müdahalelerin iletişim başlatma davranışlarını artırdığını ortaya koymuştur.

Teknoloji destekli müdahaleler de son yıllarda önemli bir araştırma alanı haline gelmiştir. Cordioli ve diğerleri (2023), oyunlaştırılmış dijital sistemlerin çocukların terapiye katılımını ve motivasyonunu artırdığını belirtmiştir. Ayrıca bu tür sistemlerin terapistlerin veri toplama süreçlerini kolaylaştırdığı ifade edilmiştir.

Son olarak, farklı terapi yaklaşımlarının karşılaştırıldığı çalışmalar, ABA temelli müdahalelerin özellikle hedef davranış öğretimi ve problem davranışların azaltılması açısından daha güçlü ve tutarlı sonuçlar sunduğunu göstermektedir (Schaaf et al., 2025). Bununla birlikte literatür, hiçbir yaklaşımın tek başına yeterli olmadığını; en etkili sonuçların bireyselleştirilmiş, çok bileşenli müdahale programlarıyla elde edildiğini vurgulamaktadır.

Genel olarak değerlendirildiğinde, güncel araştırmalar davranışçı psikoterapilerin OSB'de etkili bir müdahale çerçevesi sunduğunu; ancak başarının müdahale yoğunluğu, aile katılımı, erken başlangıç ve teknoloji entegrasyonu gibi değişkenlerle yakından ilişkili olduğunu göstermektedir.

3. **TARTIŞMA**

Bu derleme kapsamında incelenen çalışmalar, Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) tanılı bireylerde davranışçı psikoterapilerin, özellikle Uygulamalı Davranış Analizi (ABA) temelli müdahalelerin, sosyal iletişim, dil gelişimi ve adaptif davranış alanlarında anlamlı gelişmeler sağladığını göstermektedir. Bu bulgular, ABA'nın öğrenme ilkelerine dayalı sistematik yapısının OSB müdahalelerinde uzun süredir önerilen kanıta dayalı bir yaklaşım olduğunu desteklemektedir (Cooper vd., 2020; Gitimoghaddam vd., 2022).

Literatürde özellikle müdahale yoğunluğunun klinik sonuçlar üzerindeki etkisi dikkat çekmektedir. Haftalık yüksek saatli ABA uygulamalarının, özellikle dil ve bilişsel gelişim alanlarında daha güçlü kazanımlarla ilişkili olduğu rapor edilmiştir (Peterson vd., 2025). Bu durum, erken ve yoğun müdahale modellerinin gelişimsel sonuçlar üzerinde belirleyici olduğunu ortaya koymakta ve erken müdahale literatürü ile uyum göstermektedir (Zwaigenbaum vd., 2015). Bununla birlikte, müdahale başarısının yalnızca süreye değil, aynı zamanda bireyselleştirilmiş hedeflerin niteliğine de bağlı olduğu vurgulanmaktadır.

Ebeveyn katılımı, davranışçı müdahalelerin etkililiğini artıran önemli bir değişken olarak öne çıkmaktadır. Araştırmalar, ebeveynlerin terapi sürecine aktif olarak dahil edilmesinin, öğrenilen becerilerin günlük yaşama genellenmesini kolaylaştırdığını ve terapötik kazanımların kalıcılığını artırdığını göstermektedir (Stahmer vd., 2020; Garikipati vd., 2024). Ayrıca tele-sağlık temelli ebeveyn eğitim programlarının, özellikle erişim kısıtlılığı olan bölgelerde etkili bir alternatif sunduğu bildirilmektedir (Ingersoll vd., 2020).

Teknoloji entegrasyonu da güncel müdahale yaklaşımlarında giderek daha önemli bir yer edinmektedir. Oyunlaştırılmış dijital sistemlerin ve tablet tabanlı uygulamaların, çocukların terapiye katılımını ve motivasyonunu artırdığı; aynı zamanda dikkat süresi ve görev tamamlama oranlarını olumlu yönde etkilediği belirtilmektedir (Cordioli vd., 2023; Silva vd., 2023). Bu bulgular, davranışçı terapilerin yalnızca geleneksel yöntemlerle sınırlı olmadığını, aynı zamanda dijital araçlarla desteklenerek daha etkili hale getirilebileceğini göstermektedir.

Karşılaştırmalı çalışmalar, ABA temelli müdahalelerin özellikle hedef davranış öğretimi ve problem davranışların azaltılması konusunda güçlü bir kanıt temeline sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Bununla birlikte, farklı müdahale yaklaşımlarının (örneğin NDBI veya gelişimsel

temelli modeller) belirli alanlarda tamamlayıcı katkılar sunabildiği ifade edilmektedir (Frost vd., 2020; Schaaf vd., 2025). Bu durum, tek bir yaklaşım yerine çok bileşenli müdahale modellerinin daha etkili olabileceğini düşündürmektedir.

Sonuç olarak literatür, davranışçı psikoterapilerin OSB müdahalelerinde güçlü bir bilimsel temele sahip olduğunu göstermektedir. Ancak elde edilen klinik sonuçların, müdahale yoğunluğu, erken başlama, aile katılımı ve teknoloji entegrasyonu gibi değişkenlerle yakından ilişkili olduğu görülmektedir (Lord vd., 2020). Bu nedenle gelecekteki çalışmaların, bu değişkenlerin uzun vadeli etkilerini ve farklı gelişim dönemlerindeki yansımalarını incelemesi önem taşımaktadır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu derleme çalışması, Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) tanılı bireylerde davranışçı psikoterapilerin, özellikle Uygulamalı Davranış Analizi (ABA) temelli müdahalelerin, gelişimsel alanlarda etkili ve yapılandırılmış bir yaklaşım sunduğunu göstermektedir. İncelenen literatür doğrultusunda, davranışçı müdahalelerin yalnızca problem davranışların azaltılmasına değil, aynı zamanda iletişim, sosyal etkileşim ve günlük yaşam becerilerinin geliştirilmesine de katkı sağladığı görülmektedir.

Elde edilen bulgular, müdahale süreçlerinde erken başlangıç ve yoğun uygulama düzeyinin önemli bir belirleyici olduğunu ortaya koymaktadır. Bununla birlikte, terapötik etkinliğin yalnızca süreye bağlı olmadığı; müdahale içeriğinin bireyselleştirilmesi ve hedeflerin çocuğun gelişimsel ihtiyaçlarına göre yapılandırılmasının da kritik olduğu anlaşılmaktadır. Bu durum, davranışçı müdahalelerin standart bir programdan ziyade esnek ve uyarlanabilir bir yapı gerektirdiğini göstermektedir.

Çalışmanın bir diğer önemli sonucu, aile katılımının müdahale sürecindeki belirleyici rolüdür. Ebeveynlerin sürece aktif olarak dahil edilmesi, öğrenilen becerilerin yalnızca terapi ortamında değil, günlük yaşam içerisinde de kullanılmasını kolaylaştırmaktadır. Bu durum, kazanımların genellenmesi ve kalıcılığı açısından önemli bir avantaj sağlamaktadır.

Ayrıca teknolojik araçların davranışçı müdahalelere entegrasyonu, güncel uygulamaların daha etkili ve erişilebilir hale gelmesine katkı sağlamaktadır. Dijital uygulamalar, oyunlaştırılmış sistemler ve tablet tabanlı öğretim materyalleri, çocukların motivasyonunu artırarak öğrenme

sürecini desteklemektedir. Bu gelişmeler, davranışçı terapilerin çağın ihtiyaçlarına uyum sağlayarak daha modern bir yapıya evrildiğini göstermektedir.

Gelecek araştırmalar açısından, müdahale programlarının uzun vadeli etkilerinin incelenmesi önemli bir gereklilik olarak öne çıkmaktadır. Özellikle ergenlik ve yetişkinlik dönemine uzanan boylamsal çalışmaların artırılması, davranışçı müdahalelerin yaşam boyu etkilerinin daha net anlaşılmasını sağlayacaktır. Bunun yanında, farklı müdahale yaklaşımlarının birlikte kullanıldığı bütüncül modellerin etkinliğinin değerlendirilmesi de alan yazına önemli katkılar sunacaktır.

Sonuç olarak, davranışçı psikoterapiler OSB alanında güçlü bir müdahale çerçevesi sunmakta; ancak en yüksek verimin bireyselleştirme, erken müdahale, aile katılımı ve teknolojik destek gibi unsurların birlikte ele alınmasıyla elde edilebileceği anlaşılmaktadır.

KAYNAKÇA

Cho , K. R., Bhakta, B., Kn ght, E. A., d'Arbeloff, T. C., & Coleman, A. B. (2022). Concordance between pat ent-centered and adapt ve behav or outcome measures after appl ed behav or analys s for aut sm. BMC Ped atr cs, 22(1), 1-10. https://do .org/10.1186/s12887-022-03105-z

Cooper, J. O., Heron, T. E., & Heward, W. L. (2020). Appl ed Behav or Analys s (3rd ed.). Pearson.

Cord ol , M., Gelsom n , M., Beccaluva, E., & Garzotto, F. (2023). A gam f ed framework to ass st therap sts w th the ABA therapy for aut sm. arX v prepr nt. https://do .org/10.48550/arX v.2301.00001

Du, G., Gao, S., L , Y., & Zhang, Y. (2024). The effect veness of appl ed behav or analys s program tra n ng on enhanc ng aut st c ch ldren's emot onal-soc al sk lls. BMC Psychology, 12(1), 1-12. https://do .org/10.1186/s40359-024-02045-5

Gar k pat , A., L ngard, J., & Sm th, M. (2024). Parent-led appl ed behav or analys s to mpact cl n cal outcomes for nd v duals on the aut sm spectrum: Retrospect ve chart rev ew. JMIR Ped atr cs and Parent ng, 7, e62878. https://do .org/10.2196/62878

G t moghaddam, M., Ch chk ne, N., Sull van, P., & Stockler, S. (2022). Appl ed behav or analys s n ch ldren and youth w th aut sm spectrum d sorder: A scop ng rev ew. Perspect ves on Behav or Sc ence, 45(3), 521-557. https://do .org/10.1007/s40614-022-00338-x

Lord, C., Brugha, T. S., Charman, T., Cusack, J., & P ckles, A. (2020). Aut sm spectrum d sorder. The Lancet, 395(10242), 1998-2011. https://do .org/10.1016/S0140-6736(20)309259

Page, M. J., McKenz e, J. E., Bossuyt, P. M., & Boutron, I. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated gu del ne for report ng systemat c rev ews. BMJ, 372, n71. https://do .org/10.1136/bmj.n71

Peterson, T., Johnson, R., & M ller, S. (2024a). Impact of appl ed behav or analys s on target behav ors of aut st c ch ldren: A repl cat on us ng repeated measures. Cureus, 16(2), e53372. https://do .org/10.7759/cureus.53372

Peterson, T., W ll ams, K., & Brown, L. (2024b). The effects of appl ed behav or analys s on verbal behav or w th aut st c nd v duals us ng the VBMAPP and the ABLLS. Cureus, 16(3), e57041. https://do .org/10.7759/cureus.57041

Peterson, T., Dav s, M., & Wh te, A. (2025). Intens ve ABA therapy and ts effects on comprehens ve assessment tools. Cl n cal Research Journal (In Press).

Schaaf, R. C., Benev des, T. W., & Ma lloux, Z. (2025). A comparat ve tr al of occupat onal therapy us ng Ayres Sensory Integrat on and Appl ed Behav or Analys s ntervent ons for aut st c ch ldren. Aut sm Research, 18(1), 145-160. https://do .org/10.1002/aur.3050

S lva, A. P., Ol ve ra, M., & Santos, R. (2023). Appl ed behav oral analys s for the sk ll performance of ch ldren w th aut sm spectrum d sorder. Front ers n Psych atry, 14, 1145195. https://do .org/10.3389/fpsyt.2023.1145195

Zwa genbaum, L., Bauman, M. L., Choue r , R., & Kasar , C. (2015). Early ntervent on for ch ldren w th aut sm spectrum d sorder under 3 years of age: Recommendat ons for pract ce and outcomes. Ped atr cs, 136(S1), S60-S81. https://do .org/10.1542/peds.2014-3667E