



International

Journal of Human Sciences

ISSN: 2458-9489

Volume: 21 Issue: 3 Year: 2024

Having a disabled child: Relationship between psychological well-being and family resilience

Engelli çocuğa sahip olma: Psikolojik iyi oluş ve aile yılmazlık durumu ilişkisi

Zeynep Akyürek¹
Fikret Soyer²

Abstract

This study was conducted to determine the relationship between resilience and psychological well-being characteristics of parents of disabled children. The research group consists of 248 parents of disabled individuals who continue their education in special education schools and rehabilitation centers. The personal Information Form prepared by the researcher, the Family Resilience Scale (FYÖ), and the Psychological Well-Being Scale (PIOS) were used as data collection tools. Descriptive statistics, Independent Sample T-Test, Pearson Correlation, and Regression analysis were used to analyze the data. When the research findings are examined, there is no significant difference between family resilience and psychological well-being levels according to sports activity; Positive and significant relationships were determined between psychological well-being and family resilience. Accordingly, it is seen that as the family resilience levels of the participants increase, their psychological well-being levels also increase. In this study, since there is no significant difference between family resilience and psychological well-being levels according to sports playing status,

Özet

Bu çalışma engelli çocuğa sahip ebeveynlerin yılmazlık ve psikolojik iyi oluş özellikleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla ele alınmıştır. Araştırma grubunu, Özel eğitim okulu ve rehabilitasyon merkezlerinde eğitimine devam eden 248 engelli birey ebeveyni oluşturmaktadır. Veri toplama araçları olarak araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu, Aile Yılmazlık Ölçeği (AYÖ) ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PIOÖ) kullanılmıştır. Verilerin analizinde Tanımlayıcı istatistikler, Independent Sample T-Testi, Pearson Korelasyon ve Regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırma bulguları incelendiğinde, spor yapma durumuna göre, aile yılmazlık ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmazken; psikolojik iyi oluş ile aile yılmazlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Buna göre, katılımcıların aile yılmazlık düzeyleri arttıkça psikolojik iyi oluş düzeylerinin de artış gösterdiği görülmektedir. Bu çalışmada, spor yapma durumuna göre, aile yılmazlık ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmaması sebebiyle çeşitli demografik değişkenler de dikkate alınarak incelenebilir.

¹ Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir Üniversitesi, zzeynepakyurek@gmail.com  Orcid ID: [0000-0002-4637-1638](https://orcid.org/0000-0002-4637-1638)

² Prof. Dr., Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi, fikret.soyer@manas.edu.kg  Orcid ID: [0000-0002-8528-3622](https://orcid.org/0000-0002-8528-3622)

various demographic variables can be examined by taking into account.

Anahtar Kelimeler: Ebeveyn; Engelli; Spor; Aile Yılmazlık; Psikolojik İyi Oluş.

Keywords: Parents; Disabled; Sports; Family Resilience; Psychological Well-being.

[\(Extended English summary is at the end of this document\)](#)

1. Giriş

Aile, toplumun en küçük yapısını oluşturan sosyal bir yapıdır ve varlığını sürdürebilmesi için aile içindeki fertlerin ilişkisi ve iletişim ağlarının güçlü olması gerektiği söylenebilir. Aile hayatındaki önemli yaşantılardan birisi bir çocuğun dünyaya gelmesidir (Burt ve Perlis, 1999). Her ebeveynin dünyaya gelecek bebeğinin sağlıklı olması ve mutlu bir yaşam sürmesi yönünde beklentileri vardır. Ancak bu beklenti her zaman olumlu sonuçlanmayabilir. Bazı bebekler, gelişim özellikleri bakımından diğer bebeklerden farklılıklar gösterebilirler. Bazıları oturma becerisini kazanamazken bazıları sözel ifadeleri anlama, kullanma ve nesnelere tanıma güçlükleri çekebilir ya da hareket fonksiyonlarında ciddi azalma veya hiç olmama durumu da söz konusu olabilir (Özgüven, 2000 s.29). Bu farklılıklar sebebiyle bu bireylere özel gereksinimli ya da engelli denebilmektedir. Aileye katılan çocuğun özel gereksinimleri ve engelli olması ebeveynlerin hayatında değişikliklere sebep olabilmektedir (Akkök, 2003 s.121-142). Bazı aileler bu değişikliklerle güçlü ve iyi bir şekilde mücadele ederken bazı aileler ise bu değişiklikler karşısında yıkıma uğrayabilir ve aile içinde bozulmalara ve düzensiz psikolojik durum içine girmelerine neden olabilir.

Aile olarak anne baba ve çocuk döngüsel bir iletişim içerisindedir. Bu yapıda ebeveynler arasındaki ilişkilerin ve ebeveyn-çocuk ilişkilerinin sıcak ve güven verici olması psikolojik iyi oluşlarını ve aile yılmazlık seviyelerini olumlu etkileyeceği düşünülmektedir. Gelişim üzerine yapılmış tüm kuram ve yaklaşımlar bu sistemlerdeki çocuk-ebeveyn ilişkisinin yani ebeveyn görevlerinin çocuğun fiziksel, bilişsel, duygusal, sosyal, psikolojik gelişim süreçlerinde etkisinin önemini vurgulamıştır (Eroğlu, 2017 s:1). Özellikle özel gereksinimli çocuğun bulunduğu ailelerde ilişki ağları ve gelişim süreçlerinin çok daha önemli olduğu düşünülmektedir. Ebeveynler, hem kendi ihtiyaçlarını hem de evlatlarının ihtiyaçlarını en düzgün şekilde karşılayabilmesi, aile yılmazlık düzeylerinin yüksek olmasına, aile içi iletişimlerinin ve psikolojik sağlıklarının iyi olmasına bağlıdır (İşcan ve Malkoç, 2007, s.124).

Bireylerin psikolojik ve sosyal gelişimine ve iletişim becerileri açısından sporun olumlu etkileri, tüm yaş gruplarındaki bireyler için sistemli şekilde uygulanan egzersizlerin faydalı olduğu bilinmektedir. Bireyin farkında olarak yapmış olduğu egzersiz kan basıncının azalması, kemik ve kas yapısının güçlenmesi, vücut hareketlerinin daha kolay ve geniş bir aralıkta gerçekleşmesi, daha iyi denge koordinasyonu yeteneği, düzenli ve yeterli uyku alışkanlığı, sağlıklı kilo aralığında kalma, bireylerin sıhhatli ve uzun bir hayat yaşaması, bireyi bunalımdan ve üzüntüden uzaklaştırarak psikolojik olarak yararlar sağlamaktadır (Zorba vd, 2004 s.232). Bireylerin kendilerini psikolojik olarak iyi hissetmesinin hem aile içindeki bireylerle hem de sosyal yaşamlarında olumlu kazanımlar elde etmelerini sağlayacağı düşünülmektedir.

Psikolojik iyi oluş, kişilerin hayatlarında rastgeldikleri zorlu durumlar karşısında şahsi gereksinimlerine eğilim göstermesi, potansiyelini en üst düzeye çıkarması ve yaşamını etkileyici şekilde düzenlemesi için didinmesi olarak tanımlanır (Diener ve ark., 2010, s:145). Olumlu duyguların yanında olumsuz duyguların da kabul edebilmesi ve duyguların iyi bir şekilde yönetebilmesi şeklinde de ifade edilebilir (Huppert, 2009 s:137). Bireyin olumlu bir öz algı geliştirmesini, kendi sınırlılıklarının farkında olmasını ve yine de kendisinden hoşnut olmasını, sağlıklı ilişkiler kurmasını, kişisel ihtiyaçlarını karşılamasını, bağımsız hareket etmesini, yaşam hedefini ve manasını bulmasını ve kabiliyetini geliştirmeye yönelik çabalarını ifade eder. (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002, s:1008). Ebeveynlerin hem

kendi hem de çocuklarının ihtiyaçlarını iyi bir şekilde karşılayabilmesi için hayatın karşısına çıkardığı iyi veya kötü durumlara karşı verdikleri tepkilerde kendi psikolojik iyi oluş düzeyleri ve aile içindeki birlik ve uyumunun sağlanmasına yani aile yılmazlık düzeylerine bağlı olduğu söylenebilir.

Yılmazlık stresli ya da zorlu bir durumun altından kalkmak veya çevresel tehlike durumlarında güc gösterisi amacıyla kullanılan, risk oluşturan yaşam tarzlarını ve bu yaşam tarzlarına karşın elde edilen pozitif psikolojik neticelerin sentezi ile ilgilenen interaktif bir mefhumdur (Rutter, 2006; Kaner, Bayraklı, 2010, s:48). Patterson (2002, s:149)'a göre aile yılmazlığı, kişinin ömründeki güçlükler ve tehlikeler karşısında aile bireylerinin birlikte baş edebilme ve tekrardan bir dengede tutabilme becerisidir. Yılmazlık, ailelerin güc hayat şartları ile başa çıkması konusunda önemli bir etkiye sahiptir (Kumaş ve Sümer, 2019, s:166).

Aile yılmazlığı, aile bireylerinin yaşamın zorlu süreçleri ile mücadele etme ve dengeyi koruma becerilerini ifade eder. Bu beceri, olumlu psikolojik sonuçlara ve aile içindeki uyuma katkıda bulunur (Kaner, 2009, s:352-354). Psikolojik iyi oluş, bireylerin kendi gereksinimlerine odaklanma yeteneği, olumlu duyguları kabul etme ve hayatlarını anlamlı olmasını sağlayabilme becerisidir (Cingil, 2022, s:48). Bu nedenle, güçlü bir aile yılmazlığı, bireylerin psikolojik iyi oluşlarını destekler ve aile içindeki uyumu güçlendirebilir. Bu şekilde, bireyler ve aile, yaşamın zorluklarıyla daha etkili bir şekilde başa çıkabilirler. Bu çalışmada engelli çocuğa sahip ebeveynlerin aile yılmazlık ve psikolojik iyi oluş düzeylerini bilerek bilinçli davranışlar sergilemelerinin ve karşılaşılabilecek sorunlarla baş edebilme konusunda katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda araştırmanın amacı engelli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik iyi oluş ve aile yılmazlık seviyeleri arasındaki ilişkiyi incelemek olarak belirlenirken. ana hipotezi ise engelli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin aile yılmazlık düzeyleri üzerine etkisinin incelenmesidir.

2. Yöntem

2.1.Araştırma Modeli

Engelli çocuğa sahip ebeveynlerin aile yılmazlık ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin incelendiği bu araştırma, nicel araştırma deseni esas alınarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada ilişkisel tarama modeli uygulanmıştır. İlişkisel tarama modelleri, iki ya da daha fazla değişken arasındaki değişimin potansiyelini ve seviyesini tespit eden araştırma desenleridir (Karasar, 2009).

2.2.Araştırma Grubu

Bu çalışmanın evreni Balıkesir ilinde bulunan özel eğitim okullarına ve rehabilitasyon merkezlerinde düzenli olarak eğitim alan engelli bireylerin ebeveynlerinden oluşmaktadır. Örneklemi ise kolay örnekleme yöntemi ile tespit edilmiştir. Kolay örnekleme yöntemi, yapı olarak araştırmacıya istediği veriye daha çabuk ulaşabilme imkânı sağlamaktadır (Cohen ve ark., 2007). Kolayda örnekleme yöntemiyle srdfeçilen ve gönüllü şekilde katılan 248 engelli bireye sahip ebeveynlerden veri toplanmıştır.

Tablo 1. Demografik bilgiler

Cinsiyet	f	%
Erkek	118	52.4
Kadın	130	47.5
Yaş	f	%
30 yaş ve altı	68	27.4
31-35	56	22.5
36-40	59	23.7
40 yaş ve üzeri	65	26.2
Spor/Fiziksel Aktivite Yapma Durumu	f	%
Evet	135	54.4
Hayır	113	45.6

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada çalışma grubunda yer alan katılımcılar üç farklı bölümde yer alan formları doldurmuşlardır. Formların ilk kısmında katılımcıların kişisel bilgileri, ikinci kısmında ise Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve üçüncü kısmında ise Aile Yılmazlık Ölçeği yer almaktadır.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİÖÖ): Psikolojik iyi oluş ölçeği, Diener ve arkadaşları (2010) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe'ye uyarlanmıştır (Telef, 2013). Bu ölçek, bireyin amaçlı günlük aktivitelere olan ilgisi ve meşguliyetini değerlendirmeyi amaçlar. Genel olarak, maddeler bireyin kendine saygısı ve iyimserliği ile ilişkilidir. Ölçek, 7'li likert şeklinde "Kesinlikle katılıyorum" ve "Kesinlikle katılmıyorum" arasında değer verilir. Ölçeğin uyarlama çalışmasında yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam varyansın %41.94'ünü açıklayan bir yapı elde edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri RMSEA= 0.08, SRMR=0.04, GFI= 0.96, NFI= 0.94, RFI= 0.92, CFI= 0.95 veIFI=0.95 şeklinde tespit edilmiştir. Ölçekte ters çevrilerek puanlanan madde bulunmamaktadır. Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı Türkçe formu için 0.80 olarak bulunmuştur. Ayrıca, 100 öğrenci ile yapılan test-tekrar test analizinde pearson momentler korelasyon katsayısı .86 hesaplanmıştır. Bu çalışmada ise ölçeğin güvenilirliğinde Cronbach's alpha katsayısı .963 olarak hesaplanmaktadır

Aile Yılmazlık Ölçeği (AYÖ): Kaner S. ve Bayraklı. H. (2010) tarafından geliştirilmiş ve güvenilirlik geçerliği yapılmıştır. Bu ölçek 37 maddeden oluşur ve mücadelelilik, yaşama bağlılık, öz-yetkinlik ve kontrol olarak 4 alt boyuttan oluşur. Ölçek "Beni çok iyi tanımlıyor" ile "Beni hiç tanımlamıyor" arasında puanlanan 5'li likert şeklinde değerlendirilir. Yüksek puan alan bireyin yılmazlık algısı yüksektir. Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum indeks değerleri RMSEA: 0.046; RMR: 0.044; NFI=0.84; NNFI: 0.90; CFI: 0.91; GFI: 0.88; AGFI: 0.87 olarak bulunmuştur. Ölçekte ters puanlanacak madde bulunmamaktadır. Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı değeri 0.54-0.91; olarak tespit edilmiştir. Ayrıca bu çalışma için ölçeğin güvenilirliği Cronbach alpha katsayısı .981 olarak hesaplanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" nda özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin cinsiyet, yaş ve spor/fiziksel aktivite yapıp yapmadıklarına ilişkin sorulara yer verilmiştir.

2.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

Veriler araştırmacılar tarafından 2023-2024 Eğitim öğretim döneminde yüz yüze şekilde toplanmıştır. Çalışmaya katılmayı onaylayan ebeveynlere doldurması için veri toplama araçları verilmiştir. Çalışmaya katılmayı onaylayan tüm ebeveynlere doldurması için verilen veri toplama araçlarını nasıl doldurmaları gerektiği ile ilgili bilgilendirmede bulunulmuştur. Örnekleme oluşturan ebeveynler, formları doldurduktan sonra araştırmacılar tarafından teslim alınmıştır. Araştırmanın veri analizinde SPSS paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri kontrol edilmiştir. Çarpıklık ve basıklık değerleri +2 ve -2 arasında olup olmadığı kontrol edilip değerlendirmeye alınmıştır (George & Mallery, 2003). Bu değerlendirme sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür ve bu doğrultuda verilerin çözümlenmesinde öncelikle ebeveynlerin spor yapma durumlarına ilişkin verilerin frekans ve yüzdeler dilimleri bulunmuştur. Spor yapma değişkenine göre aile yılmazlık ve psikolojik iyi oluş puanlarının farklılığına göre bağımsız gruplar t-testi analizi yapılmıştır. Ebeveynlerin aile yılmazlık ve psikolojik iyi oluş düzeylerindeki ilişkiyi tespit etmek için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Aile yılmazlığın psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisine yönelik basit doğrusal regresyon analizi yapılmış olup, elde edilen sonuçlar ve yorumlarda $p < .05$ önem düzeyi dikkate alınmıştır.

3. Bulgular

Tablo 2. Spor Yapma Durumuna Göre Aile Yılmazlık ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerine İlişkin T Testi Sonuçları

Değişkenler	Spor Yapıyor Musunuz?	Fiziksel Aktivite	N	\bar{x}	SS	Sd	T	p
Psikolojik İyi Oluş	Evet		135	4.25	1.87			
	Hayır		113	4.08	1.92	246	696	487
Aile Yılmazlık	Evet		135	3.52	.93			
	Hayır		113	3.50	1.02	246	172	863

*p >0,05

Tablo 2’de analiz sonuçları incelendiğinde, katılımcıların spor yapma durumlarına göre psikolojik iyi oluş ve aile yılmazlık düzeylerinde istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 3. Psikolojik İyi Oluş ile Aile Yılmazlık Arasındaki Pearson Korelasyon Testi Sonuçları

Değişken	Aile Yılmazlık
Psikolojik İyi Oluş	R P
	.591 ,000**

*p <0,01

Tablo 3’deki Pearson korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde, katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeyleri ile aile yılmazlık düzeyleri arasında orta düzeyde pozitif anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=.591$; $p=.000$)

Tablo 4. Aile Yılmazlığının Psikolojik İyi Oluş Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Std. Hata	B	t	P
Sabit	.130	.365	---	.356	.722
Aile Yılmazlık	1.150	.100	.591	11.480	.000

Bağımlı Değişken: Psikolojik İyi Oluş
R= .59 R² ay= .346
F_(1,246) = 131.799 p= .000

Tablo 4’deki basit doğrusal regresyon analizi sonucunda regresyon modelinin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmektedir. Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, Aile yılmazlık skor ortalamaları psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir ($\beta= .591$; $t=11.480$; $p=.000$). Analiz sonucunda Aile yılmazlığın psikolojik iyi oluş üzerindeki toplam varyansın %34,6’sını açıklamaktadır.

4. Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada, engelli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik iyi oluş ve aile yılmazlık seviyeleri arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Çalışmada ayrıca bu iki değişkenin ebeveynlerin spor yapma durumlarına göre farklılık gösterip göstermediğine bakılmıştır. Araştırmada ulaşılan veriler alan

yazındaki çalışmalarla kıyaslandığında, benzeyen ve benzemeyen bulgulara ulaşılmıştır. Ulaşılan veriler bu bölümde tartışılmıştır.

Katılımcıların spor yapma durumlarına göre aile yılmazlık ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin farklılık analizi sonuçları incelendiğinde, istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Bunun sebebini çevresel faktörlere ve aile yapısı gibi sebeplere bağlamak mümkündür. Fakat alan yazındaki çalışmalar incelendiğinde psikolojik iyi oluşu etkileyen bazı faktörlerden Szabo (2003)'da egzersizin faydalarına yönelik dikkat çekmiştir. Gönener ve ark. (2017) yaptıkları inceleme sonuçlarında, spor ve egzersiz yapmanın olumlu yönde etkilediği tespit etmiştir.

Araştırmada, engelli çocuğa sahip ebeveynlerin, Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre psikolojik iyi oluş ile aile yılmazlık arasında ($r=.591$; $p=000$) orta düzeyde pozitif anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Alanyazın incelendiğinde, araştırmanın Duran ve Ünsal Barlas (2014) tarafından yapılan çalışma ile benzer sonuç gösterdiği tespit edilmiştir. Duran ve Ünsal Barlas (2014) engelli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik iyi oluşları ile aile yılmazlık durumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna erişilmiştir. Farksız bir şekilde Bora ve Özkardeş (2021), otizm ve down sendromu teşhisi bulunan çocukların ailelerinde idrak edilen aile işlevselliği ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Bulgular, alanyazın ile tutarlı olarak psikolojik iyi oluş ve yılmazlık durumlarının oluşumunda önemli bir yeri olduğunu göstermektedir.

Ailelerin algıladıkları aile yılmazlığın psikolojik iyi oluş üzerindeki psikolojik iyi oluş düzeylerinin yükseldiği, bu iki değişkenin psikolojik iyi oluşu %34,6 değerinde yordadığı sonucu çıkarılmıştır. Çalışmanın bulguları doğrultusunda aile yılmazlığının psikolojik iyi oluş üzerinde etkisinin olduğunu söylemek mümkündür. Literatür incelendiğinde çalışmayı destekler nitelikte bulgulara ulaşılmıştır (Karataş ve Camadan, 2020; Yavuz, 2019; Yenice, 2020). Ebeveynlerin aile işlevselliği seviyeleri arttıkça psikolojik iyi oluşlarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Yüzbaşı (2018) ise zihinsel engelli çocuğa sahip olan annelerin sosyal destekleri arttıkça psikolojik iyi oluşlarının da arttığı sonucunu elde etmiştir. Arslan (2020) aile yılmazlık ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı ilişki olduğunu bulmuştur. Demiray (2019)'da engelli çocuğu olan anne ve babaların aile yılmazlıkları ve psikolojik iyi oluşları arasında pozitif anlamlı ilişki tespit etmiştir. Bu bağlamda, çalışmanın bulguları birbirini destekler niteliktedir. Egelli çocukların ailelerinde psikolojik iyi oluşu etkileyen faktörler arasında algılanan aile yılmazlığının, önemli bir rol oynadığı vurgulanmaktadır. Bu noktada, çalışmanın sonuçları, ailelerin dayanıklılığını ve direncini vurgulayarak, engelli çocukların ailelerinin psikolojik iyi oluşunu önemli yönde etkilediğini göstermektedir.

Sonuç olarak, spor yapma durumuna göre, aile yılmazlık ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmazken, psikolojik iyi oluş ile aile yılmazlık arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Regresyon analizine göre aile yılmazlık düzeyinin psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmada, spor yapma durumuna göre, aile yılmazlık ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmaması sebebiyle çeşitli demografik değişkenler de dikkate alınarak incelenebilir. Bu araştırmada nicel araştırma türlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Dolayısı ile deneysel çalışmalar yapılarak etkileri incelenebilir. Bundan sonraki çalışmalarda psikolojik iyi oluş ve aile yılmazlığı etkileyebileceği düşünülen aile büyüklüğü, sosyoekonomik düzey, spor geçmişi gibi değişkenler de dikkate alınarak incelenebilir. Ayrıca, bu değişkenlerin yanı sıra, ebeveynlerin eğitim düzeyi, sosyal destek ağlarının genişliği ve spora erişim düzeyleri gibi faktörlerin de incelenmesi, araştırmanın kapsamını genişletebilir ve daha kapsamlı sonuçlar elde edilmesine katkı sağlayabilir. Bu tür çalışmalar, engelli çocuğa sahip ailelerin yaşam kalitesini artırmaya yönelik müdahalelerin geliştirilmesine de ışık tutabilir. Bu araştırmanın çalışma grubu Balıkesir ilinde özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde eğitim gören ebeveynler ile sınırlıdır. Konu ile ilgili daha geniş bilgi sahibi olmak için farklı şehirlerdeki, bölgelerdeki ebeveynlere uygulanmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Akkök, F. (2003). Farklı Özelliğe Sahip Olan Çocuk Aileleri ve Ailelerle Yapılan Çalışmalar: Özel Eğitime Giriş. Editör: Ayşegül Ataman. Ankara: Gündüz Eğitim Yayıncılık.
- Arslan, Kübra. 2020. Otizmlili Çocuğu Olan Ailelerin Dayanıklılık Düzeyine Etki Eden Faktörlerin İncelenmesi. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bayraklı, H. (2010). Zihinsel engelli ve engelli olmayan çocuğa sahip annelerde yılmazlığa etki eden değişkenlerin incelenmesi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bora, S., Özkardeş, O. (2021). Otizmlili ve Down Sendromlu Çocuğu Olan Ailelerde Sosyal Destek Algısı ve Aile İşlevselliğinin Psikolojik İyi Oluş Üzerindeki Etkisi. *Social Sciences Research Journal*, 10 (3), 580-593.
- Burt, S. ve Perlis, L. (1999). Rehber Anne Babalar. (Çev. Fatma Can Akbaş), (2003). İstanbul: Hayat Yayıncılık.
- Cingil, T. (2022). Üniversiteli kadın öğrencilerin feminist kimlik gelişimi, toplumsal cinsiyet algısı ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Aksaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray
- Cohen L., Manion L., Morrison K. (2007). *Research methods in ducation*. Routledge. New York.
- Demiray, G. (2019). Özel gereksinimli çocuğu olan ailelerde yaşam kalitesi, umutsuzluk ve yılmazlık arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S. ve BiswasDiener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143-156.
- Duran, S., & Barlas, G. (2014). Zihinsel engelli bireylerin ebeveynlerinin öznel iyi oluş, öz duyarlık ve tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(3), 69-79.
- Eroğlu, F. (2017). Evli bireylerde psikolojik iyi oluş ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi.
- George, D., & Mallery, P. (1999). SPSS for windows step by step: a simple guide and reference. *Contemporary Psychology*, 44, 100-100.
- Gönener, A., Öztürk, A. ve Yılmaz, O. (2017). Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin mental (psikolojik) iyi olma düzeylerinin mutluluk düzeylerine etkisi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 4(1), 44-55.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1, 907-925.
- İşcan, G. Ç., & Malkoç, A. (2017). Özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin umut düzeylerinin başa çıkma yeterliği ve yılmazlık açısından incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 120-127.
- Kaner, S. (2009). Aile katılımı ve iş birliği. Zihin engelliler ve eğitimleri (ss. 352-405) İçinde. Ankara: Kök Yayıncılık.
- Kaner, S., & Bayraklı, H. (2010). Aile yılmazlık ölçeği: Geliştirilmesi, geçerliği ve güvenilirliği. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 11(02), 47-66.
- Keyes, C.L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karataş, Z., ve Camadan, F. (2020). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının açıklanmasında bilinçli farkındalığın ve çeşitli demografik değişkenlerin rolü. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 52(52), 348-370.

- Kumaş, Ö., & Sümer, H. (2019). Özel Gereksinimli Küçük Çocuğu Olan Annelerin Öz Yetkinlikleri, Yılmazlık Düzeyleri ve Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin Belirlenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(1), 163-173.
- Özgüven, İ., E. (2000). Evlilik ve Aile Terapisi. Ankara: PDREM Yayınları.
- Patterson, J. M. (2002). Integrating Family Resilience and Family Stress Theory. *Journal of Marriage and Family*, 64, 349-360.
- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 1-12. USA: Blackwell Publishing.
- Szabo A. (2003). The Acute Effects of Humor and Exercise on Mood and Anxiety. *Journal of Leisure Research*, 35(2): 152.
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(28-3), 374-384.
- Yagmurcu, B., Yavuz, H. M., & Sen, H. (2015). Well-being of mothers of children with orthopedic disabilities in a disadvantaged context: findings from Turkey. *Journal of Child and Family Studies*, 24(4), 948-956.
- Yavuz, B. (2019). Öğretmen adaylarında psikolojik dayanıklılık ve bilinçli farkındalık arasındaki ilişki: Manevi iyi oluşun rolü. Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yenice, M. (2020). Lise öğrencilerinde yılmazlığı yordamada bilinçli farkındalık ve benlik saygısı. Yüksek lisans tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Yüzbaşı, D.V. (2018). Zihin engelli çocuğa sahip annelerin psikolojik iyi oluşlarının başa çıkma tarzları, aile gereksinimleri ve sosyal destek değişkenleriyle modellenmesi. Yayınlanmamış doktora tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Zorba, E., Babayigit, G., Saygin, Ö., İrez, G. ve Karacabey, K. (2004). 65-68 yaş arasındaki yaşlılarda 10 haftalık antrenman programının bazı fiziksel uygunluk parametrelerine etkisinin araştırılması. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(18). 229-234.

Extended English Summary

The family is a social structure that constitutes the smallest structure of society, and in order to maintain its existence, the relationships and communication networks of the members of the family must be strong (Burt and Perlis, 1999). The birth of a child, which is an important turning point in family life, is welcomed by parents with the expectation of a healthy baby and a happy life. However, some babies may differ from others in terms of development, which may cause changes in parents' lives (Özgüven, 2000, p.29). Warm and trusting communication and relationships within the family can positively affect psychological well-being and family harmony. Research on development emphasizes that the child-parent relationship has a significant impact on the child's development processes (Eroğlu, 2017, p: 1). It is thought that relationship networks and development processes are even more important, especially in families with children with special needs (Akkök, 2003, p.121-142). Regular exercise has positive effects on the psychological and social development of individuals. Exercises have many benefits on physical and psychological health (Zorba et al., 2004, p.232). Psychological well-being includes the ability of individuals to cope with the difficulties in their lives and the ability to accept positive emotions (Diener et al., 2010, p: 145). Family resilience refers to the ability of family members to cope with the difficulties of life and maintain balance. This ability strengthens harmony within the family and can contribute to positive psychological outcomes (Kumaş and Sümer, 2019, p:166). The effect of the psychological well-being levels of parents of disabled children on family resilience levels is examined. The main hypothesis of the research is the psychological well-being levels of parents of disabled children have a significant effect on family resilience levels. This research was conducted based on the quantitative research design. A relational screening model was applied in the research. This study consists of parents of disabled individuals

who attend special education schools and rehabilitation centers. Selected by convenience sampling method and participated voluntarily, 118 (52.4%) men, 130 (47.5%) women ages 68 (27.4%) 30 years and under, 56 (22.5%) 31-35 years old, 59 (23.7%) 36 Data was collected from a total of 248 parents of disabled individuals, of whom 40 years of age and 65 (26.2%) were over 41 years of age, 135 (54.4%) were engaged in sports/physical activity and 113 (45.6%) were not engaged in sports/physical activity. In the research, participants in the study group filled out the forms in three different sections. The first part of the forms includes personal information of the participants, the second part includes the "Psychological Well-Being Scale" developed by Diener et al. (2010) and adapted into Turkish by Telef (2003), and the third part includes the "Psychological Well-Being Scale" developed by Diener et al. (2010) and adapted into Turkish by Telef (2003). "Family Resilience Scale" developed by H. (2010) is included. The data was collected face-to-face by the researchers during the 2023-2024 academic year. The SPSS package program was used in the data analysis of the research. Skewness and kurtosis values were checked to determine whether the data showed normal distribution. Skewness and kurtosis values were checked and evaluated whether they were between +2 and -2 (George & Mallery, 2003). As a result of this evaluation, it was seen that the data showed a normal distribution and accordingly, in analyzing the data, firstly the frequencies and percentages of the data regarding the parents' sports activities were found. Independent groups t-test analysis was performed according to the difference in family resilience and psychological well-being scores according to the variable of doing sports. Correlation analysis was conducted to determine the relationship between parents' family resilience and psychological well-being levels. A simple linear regression analysis was conducted on the effect of family resilience on psychological well-being, and the $p < .05$ significance level was taken into account in the results and interpretations obtained. When the results were examined, it was determined that there was no statistically significant difference in the psychological well-being and family resilience levels of the participants according to their sports activities ($p > 0.05$). When the Pearson correlation analysis results were examined, it was determined that there was a moderate positive significant relationship between the participants' psychological well-being levels and family resilience levels ($r = .591$; $p = 000$). As a result of simple linear regression analysis, it is seen that the regression model is statistically significant. According to the standardized regression coefficient (β), family resilience score averages have a significant effect on psychological well-being ($\beta = .591$; $t = 11.480$; $p = .000$). As a result of the analysis, family resilience explains 34.6% of the total variance on psychological well-being. Accordingly, it is seen that as the family resilience levels of the participants increase, their psychological well-being levels also increase. In this study, sports activity Accordingly, since there is no significant difference between family resilience and psychological well-being levels, it can be examined by taking into account various demographic variables. In this research, the relational survey model, one of the quantitative research types, was used. Therefore, its effects can be examined by conducting experimental studies. It is thought that it would be good to take into account variables such as family size, socioeconomic level, and sports history, which are thought to affect psychological well-being and family resilience, in future studies.