

OKUL İDARECİLERİNİN YAŞAM DOYUMLARI VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞLARININ ÖZ YETERLİKLERİNİ YORDAMA DÜZEYİNİN BELİRLENMESİ

Murat ÜNER¹ Nuri ÖZBALCI² Elif BAYRAK³

İhsan CAN⁴ Yıldız ŞAHİNLER⁵ Mehmet ALPHAN⁶

Makale İlk Gönderim Tarihi / Recieved (First): 12.05.2023

Makale Kabul Tarihi / Accepted: 30.05.2023

Atf/©: Üner, M., Özbacı, N., Bayrak, E., Can, İ., Şahinler, Y., Alphan, M. (2023). Okul İdarecilerinin Yaşam Doymaları ve Psikolojik İyi Oluşlarının Öz Yeterliliklerini Yordama Düzeyinin Belirlenmesi, Journal of Management Theory and Practices Research, 4(1), 30-44

Özet

Bu araştırmada okul yöneticilerinin psikolojik iyi oluş, öz yeterlik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi ve öz yeterlik ve psikolojik iyi oluşun yaşam doyumu üzerindeki etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda yordayıcı korelasyonel model kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini İstanbul ilindeki devlet ve özel okullarda görev yapan okul idarecileri oluşturmaktadır. Çalışma grubunu ise uygun örnekleme yöntemi ile gönüllü olan 151 kadın (%62,9) ve 89 erkek (%37,1)'tir. Yine çalışmaya katılan okul idarecilerinin 116'sı (%48,3) ilkökul, 74'ü (%30,9) ortaokul ve 50'si (%20,8) lise kademesinde görev yapmaktadır. Okul idarecilerinin psikolojik iyi oluş, yaşam doyum ve öz yeterlikleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi için pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Yapılan bu analiz sonucunda Okullara görev yapan idarecilerin yaşam doymaları ile öz yeterlik arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Yine okul idarecilerinin yaşam doymaları ile psikolojik iyi oluşları arasında da orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Okul idarecilerinin öz yeterlikleri ile psikolojik iyi oluşları arasında da yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Son olarak okul idarecilerinin psikolojik iyi oluş ve öz yeterliklerinin yaşam doymalarını yordama düzeyini belirlemek için standart regresyon analizi yapılmış ve psikolojik iyi oluş ve öz yeterliğin yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde yordadığı saptanmıştır. Araştırmada elde edilen bu bulgulara uygun olarak önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Okul İdarecileri, Psikolojik İyi Oluş, Yaşam Doyum, Öz Yeterlik

1 Arnavutköy Rehberlik ve Araştırma Merkezi, İstanbul/Türkiye, munerpr@gmail.com, Orcid:0000-0001-6918-6913

2 İstanbul/Türkiye, nuri131@gmail.com, Orcid:0009-0003-6648-7077

3 İstanbul/Türkiye, elifbayrak06@hotmail.com, Orcid:0009-0009-5063-3387

4 İstanbul/Türkiye, ihsancan_1985@hotmail.com, Orcid:0009-0007-5277-8294

5 İstanbul/Türkiye, yldzguven@gmail.com, Orcid: 0009-0001-5632-0412

6 İstanbul/Türkiye, malphanster@gmail.com, Orcid: 0009-0007-4376-8481

CASH MANAGEMENT IN TOURISM ENTERPRISES AND EFFECT OF CASH FLOWS ON FIRM PERFORMANCE

Citation /©: Üner, M., Özbalcı, N., Bayrak, E., Can, İ., Şahinler, Y., Alphan, M. (2023). Okul İdarecilerinin Yaşam Doyumları ve Psikolojik İyi Oluşlarının Öz Yeterliliklerini Yordama Düzeyinin Belirlenmesi, Journal of Management Theory and Practices Research, 4(1), 30-44

Abstract

In this study, a predictive correlational model was used to examine the relationship between psychological well-being, self-efficacy and life satisfaction of school administrators and to determine the level of psychological well-being and self-efficacy predicting life satisfaction. The universe of the research consists of school administrators working in public and private schools in Istanbul. The study group consisted of 151 women (62.9%) and 89 men (37.1%) who volunteered with the appropriate sampling method. Again, 116 (48.3%) of the school administrators participating in the study work in primary school, 74 (30.9%) in secondary school and 50 (20.8%) in high school. Pearson correlation analysis was conducted to determine the relationship between school administrators' psychological well-being, life satisfaction and self-efficacy. As a result of this analysis, it was determined that there is a moderately positive and significant relationship between the life satisfaction of the administrators working in the schools and their self-efficacy. It was also found that there is a moderately positive and significant relationship between school administrators' life satisfaction and their psychological well-being. Finally, it was determined that there was a high level of positive and significant relationship between school administrators' self-efficacy and psychological well-being. Finally, standard regression analysis was performed to determine the predictive level of school administrators' psychological well-being and self-efficacy on life satisfaction, and it was found that psychological well-being and self-efficacy predicted life satisfaction in a significant way. Suggestions were made in accordance with these findings obtained in the study.

Keywords: School Administrators, Psychological Well-Being, Life Satisfaction, Self-Efficacy

1. GİRİŞ

Eğitim kurumlarında görev yapan yöneticiler buldukları kurumun yapı ve işleyişindeki yetersizliklerin aşılabilmesini sağlamakla sorumludurlar. Nitekim alan yazında yer alan çalışmalar okullardaki başarının anahtarının okul yöneticileri olduğunu göstermektedir (Açıklan, 1998, Karip ve Köksal, 1999). Okul yöneticilerinin öğrencilerin başarısında kritik bir öneme sahip olması yöneticilerin psikolojik durumlarının önemli olduğunu göstermektedir. Çünkü alan yazında yer alan çalışmalar okul yöneticilerinin iş yaşamlarında mutlu olmasının yaşama pozitif bakmasına ve bu psikolojik durumun ise tüm okula yayıldığını ortaya koymaktadır (Goleman, Boyatzis ve Mckee, 2017). Bu durum öğretmenlerin başarısında kurumun genel psikolojik yapısının önemli olduğunu ve okul yöneticilerinin kritik öneme sahip olduğunu göstermektedir. Bundan dolayı okul yöneticilerinin psikolojilerini olumlu etkileyecek durumların bilinmesinin önemini ortaya koymaktadır. Bu araştırmanın problem cümlesi “Okul yöneticilerinin psikolojik iyi oluş ve öz yeterlikleri yaşam doyumlarını anlamlı bir şekilde etkilemekte midir?” şeklinde belirlenmiştir. Bu noktada alan yazında yaşam doyumunu, psikolojik iyi oluş ve öz yeterlik ile ilgili kavramsal ve kuramsal çerçeve araştırılmış ve araştırmanın yordayıcı korelasyonel model ile yapılmasına karar verilmiştir. Araştırma sonucunda nicel yöntemle toplanan veriler istatistiksel analizlerle değerlendirilmiştir.

2. KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu çalışmada belirlenen amaca uygun olarak literatürde yer alan çalışmalar incelenmiş ve psikolojik iyi oluşun ve öz yeterliğin yaşam doyumunu etkileyen temel kavramları arasında olduğu görülmüştür. Bundan dolayı bu çalışmanın temel kuramsal çerçevesi yaşam doyumunu üzerine inşa edilmiştir. Ayrıca okullardaki yöneticilerin psikolojik iyi oluş ve öz yeterlikleri konusunda ise pozitif psikoloji ve Bandura'nın kuramının alt yapısından faydalanılmıştır.

3. LİTERATÜR TARAMASI

Bu bölümde araştırmanın kuramsal alt yapısını oluşturan yaşam doyumunu, psikolojik iyi oluş ve öz yeterlik ile ilgili alan yazında yer alan bilgilere yer verilmiştir.

3.1. Yaşam Doyumu

Neugarten tarafından ilk kez 1961 yılında ortaya atılan yaşam doyumunu kavramı (Dilmaç ve Ekşi, 2008) pozitif psikoloji alanında sıklıkla tartışılmaktadır (Çelebi ve Çelebi, 2018). Yaşam doyumunu genel olarak, beklentilerin, ihtiyaçların ve isteklerin karşılanması (Vara, 1999); bireyin hayat kalitesini kendi belirlediği ölçütlere göre olumlu olarak değerlendirmesi ve yaşamında geniş bir mutluluk yelpazesine sahip olması olarak da tanımlanmaktadır (Veenhoven, 1996). Ayrıca yaşam doyumunu, bireyin yaşamını bilişsel olarak değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır (Shin ve Johnson, 1978). Bilişsel varoluş sürecinde kişinin sosyal ilişkilerinden etkilenecek duygusal ve psikolojik durumlara girmesi ve kendi hayatını mutlu olarak değerlendirmesi bu doyumun temelinde yer alır (Balcı, Gölcü ve Arsal Gölcü, 2019).

Yaşam doyumunu çevresel ve kişisel özelliklerin baskın olduğu bir tepki olduğundan kendiliğinden oluşmaz (Johnson ve ark., 1986). Yaşam doyumunu, kişinin hayatına nasıl baktığı ve hayatını nasıl değerlendirdiği ile ilgilidir (Pavot ve ark., 1991). Başka bir deyişle, bireyin kendi yaşamı hakkındaki algısı, yaşam doyumunu belirlemektedir (Park ve Huebner, 2005). Yaşam doyumunu iki ana türe ayrılmıştır. Aşağıdan yukarıya teoriler, iş, ilişkiler, aile ve arkadaşlar, kişisel gelişim, sağlık ve zindelik gibi hayatın çeşitli alanlarındaki tatminin hepsinin bizim mutluluğumuza ve tatminimize katkıda bulunduğunu ileri

sürer. Öte yandan yukarıdan aşağıya teoriler, toplam yaşam doyumumuzun çeşitli alanlarda yaşam doyumumuzu etkilediğini ve hatta belirlediğini iddia etmektedir (Headey ve Wearing, 1991).

Teoriler kapsamında yapılan çalışmalar incelendiğinde Chapman Üniversitesi araştırmacıları tarafından yapılan yakın tarihli bir araştırmaya göre, yaşam doyumuna daha düşük ölüm riski ile ilişkilidir. Ayrıca, yaşam doyumundaki sık değişikliklerin kişinin sağlığına ve uzun ömürlülüğüne son derece zarar verdiği gösterilmiştir (akt., Boehm ve ark., 2015). Veenhoven'a (1996) göre, zihinsel ve fiziksel sağlık göstergelerine ek olarak yaşam doyumunu, insanların nasıl geliştiğini yansıtan yaşam kalitesinin en yaygın göstergelerinden biridir.

Yaşam doyumunu ya da yaşam kalitesini hissetme, yaşamımızda sıklıkla kullanılan terimlerden birisidir (Diener vd., 1985). Bu terimler, ruh sağlığının göstergelerinden biri olarak, bireylerin yaşamlarında yaşam doyumunu duygularının artmasına katkıda bulunan farklı yönleri ve yaşamdan memnun hissetmenin önemli yönleri arasında sağlıklı yaşam, maddi rahatlık yönleri olduğunu da göstermektedir. Aile üyeleri ile arkadaşlar ve toplum arasındaki yakın ilişkiler ve akademik uyum gibi konular yaşam doyumunu başlığı altında araştırılan temel alanlar olarak sayılabilmektedir. Kendini geliştirme ve anlama, uyum sağlama ve yaşamdan memnuniyet dört yönü içerir: (a) yaşamı kabul etme, (b) başarıları, (c) kendini kabul etme ve (d) başkalarını kabul etme. Sonuç olarak, yaşam doyumunu genel olarak bir kişinin yaşamından ne kadar memnun olduğunu bir değerlendirmesidir (Pavot ve Diener, 1993). Yaşam doyumunu bu noktada bir anlamda bireyin belirlediği hedeflere ulaşma derecesi olarak da tanımlanmaktadır (Aysan ve Bozkurt, 2004). Öz-yeterlilik ile yaşam doyumunu arasındaki olumlu ilişki, öz-yeterliliği yüksek kişilerin stresli durumların üstesinden gelmeye yönelik başa çıkma yeterliklerine sahip olmalarından anlaşılabilir. Onlar "Ben onu yapabilirim." tutumuna sahiptirler (Azar, Vasudeva ve Abdollahi, 2006).

3.2. Öz Yeterlilik

Yaşamda başarılı bir performans için bilgi, beceri ve uygulama yeterli değildir. Bireylerin kişisel öz yeterlilikleri ve becerileri hakkındaki düşünce ve inançları, motivasyonları ve davranışları da başarılı bir performansı etkilemektedir (Bandura, 1986). Sosyal Öğrenme Teorisi'nin en önemli kavramlarından biri olan yeterlilik inancı, başlangıçta Bandura (1997, s.247) tarafından, "bireylerin istediği sonuçları elde edebilmesi için gerekli davranışları başarılı bir biçimde gerçekleştirebileceğine ilişkin inancı" olarak tanımlanmıştır. Öz yeterlilik inançları; bireylerin kişisel tecrübelerinden ve başkalarının tecrübelerinden, diğer bireyleri sözel olarak ikna etmelerinden, kendi fiziksel ve duygusal durumlarından etkilenir (Bandura, 1986; Bandura, 1997). Öz yeterlilik kavramı ayrıca, bireyin yaşamında karşılaşılabileceği engellerle ve başarısızlıklara karşı direnç oluşturmaya yardımcı olur (Balci, 2014). Öz yeterlilik inançları, kişilerin beklentilerini ve amaçlarına bağlılıklarını olumlu etkilerken, aynı zamanda bireylere zorluklar ve engeller karşısında durabilme gücü sağlamaktadır (Zimmerman, 2000).

Yine Bandura'ya (1988) göre öz yeterlilik, bireyin kendi dışındaki insanların yaşam dünyası ile sınırlandırılmış ve sabitlenmiş davranışlar değildir. Yani öz yeterlilik, bireyin davranışsal, bilişsel ve sosyal bileşenlerinden oluşmaktadır. Bu inanç, kişilerin toplumsal çevrelerinden etkilenebildiğinden motivasyon ve davranışlarını da etkileyebilmektedir. Öz yeterlilik inancı düşük olan kişiler, yaşamış oldukları sorunlarla mücadele edebilecek strateji geliştirmede kendilerini yetersiz hissetmelerine neden olabileceği gibi, olumsuz sonuçlar karşısında hemen umutsuzluk yaşamalarına, çaba ve gayretin sonucu değiştirmeyeceğine inanmalarına neden olmaktadır (Linnenbrink ve Pintrich, 2002). Düşük öz yeterlilik inancı bireyin yeni bir davranışa girişmekten kaçınmasına, güçlük ve engellere karşı dirençlerinin zayıflamasına ek olarak hemen pes etme eğilimi taşımaya, zorluklar karşısında gerilim yaşamaya ve performansının etkilenmesine neden olabilir (Bong ve Skaalvik, 2003). Bunların yanı

sıra kişilerin hayata yönelik kötümser ve endişeli düşünceleri, hayata umutsuz bakışları ve kaygılı halleri de olumsuz öz-yeterliğin göstergesi olarak görülebilir (Bandura, 1991).

Bunun yanı sıra öz yeterlik inancı yüksek olan kişiler, beceri ve davranışlarını en iyi şekilde yapmak için içsel güdüleyiciye sahiptirler. Öz yeterliği yüksek olan kişiler hedefler geliştirir ve hedeflerini devam ettirmede dirençlidirler. Yüksek öz-yeterlik düzeyine sahip bireyin amaçlarına bağlılıkları, güdülenmeleri, amaçlarına ulaşma da gösterdikleri gayretleri, sorunla karşılaştıklarında esneklikleri ve dirençleri de daha güçlüdür (Holcomb-McCoy, Harris, Hines ve Johnston, 2008).

3.3. Psikolojik İyi Oluş

Yaşam doyumunu söz konusu olduğunda hem öznel faktörler hem de nesnel faktörler kullanılır. Öznel faktörler, bireyin hayatındaki deneyimler sonucunda ortaya çıkan duygu durumlarından oluşurken, nesnel göstergeler, insanların hayatındaki deneyim ve deneyimlerin yarattığı duygu ve duyguların temelini oluşturan, besleyen faktörleri içerir. Bu duyguları canlı tutmaktır (Gökdemir ve Veenhoven, 2014). İyi oluş, öncelikle mutluluk, olumlu ruh sağlığı ve yaşam doyumunu içeren bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bireysel iyi oluş, iyi oluşun en önemli kavramlarından biri iken bazen psikolojik iyi oluşun yerine kullanılmakta ancak kavramlar birbirinden ayrılmaktadır (Dursun, 2012).

Psikolojik iyi oluş kavramı, bireyin ruh halini etkileyen anksiyete ve depresyon gibi psikolojik rahatsızlıkları yaşamama durumu olarak tanımlanmaktadır (Çankır ve Yener, 2017). Bireyin olumlu ve olumsuz duyguları karşılaştırıldığında, olumlu duyguları daha ağır basıyorsa, bireyin yaşamıyla ilgili düşünce ve duygularının olumlu olması ve genel yaşam açısından olumlu bir psikolojik bakış açısına sahip olması, bireyin psikolojik olarak iyi durumda olduğunu göstermektedir (Yılmaz ve Büyükcebeci, 2019). Psikolojik iyi oluş kavramı, duygusal ve zihinsel olarak daha iyi olmayı içermekle birlikte, genel olarak kendini iyi hissetme veya iyi performans gösterme anlamında da kullanılabilir (Doğan, 2018; Göcen, 2013).

Dünya Sağlık Örgütü, “sağlık, yalnızca hastalık veya sakatlığın olmayışı değil, fiziksel, zihinsel ve sosyal yönden tam bir iyilik halidir” der. (WHO, 1946). WHO’ya göre ruh sağlığı, sağlığın temel faktörlerinden biridir. Eudaimonik ve hedonik iyi oluş, zihinsel iyi oluşu oluşturmaktadır (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002). Eudaimonik iyi oluş, anlamın varlığı ile ilgilidir. Kendini gerçekleştirme ve kişinin potansiyelini geliştirme, eudaimonik refahta büyük önem taşır. Eudaimonik iyi oluşun psikolojik iyi oluş ile ilişkili olduğu kabul edilmektedir (Keyes vd., 2002). Hedonik esenlik, olumlu duyguların, zihnin ve vücudun zevklerinin, hedonik esenlik için gerekli olduğunu vurgular. Ayrıca, acıdan kaçınma hedonik iyi oluşa odaklanmaktadır (Ryan ve Deci, 2001).

Ryff ve Keyes (1995), kendini kabul, çevresel hakimiyet, yaşam amacı, başkalarıyla olumlu ilişkiler, kişisel gelişim ve özerkliği içeren altı faktörlü bir psikolojik iyi olma modeli önermektedir. Ryff (1989), yaşam boyu gelişim teorilerinin bir entegrasyonu olan bir psikolojik iyi oluş ölçeği geliştirmiştir. Ryff, teorisini oluştururken farklı psikologların görüşlerinden yararlanmıştır. Roger’ın tam işlevli kavramı, Maslow’un Kendini gerçekleştirme kavramı, Erikson’ın Kişisel gelişim kavramı, Jung’un Bireycilik kavramı ve Allport’un olgunluk kavramı bunlardır.

4. ARAŞTIRMA

Bu başlık altında, araştırmanın amacı ve önemi, araştırmanın evreni ve örnekleme, araştırmanın modeli, kullanılan ölçme araçları ve verilerin analizi konusunda açıklamalara yer verilmiştir.

4.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu çalışmanın amacı, okul yöneticilerinin öz yeterlik, psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi ve özyeterlik ve psikolojik iyi oluşun yaşam doyumu üzerindeki etkisini belirlemektir. Buna dair elde edilen sonuçların alan yazına ve alanda çalışan uzmanlara katkıda bulunacağı düşünülmüştür. Ayrıca bu çalışmanın okul müdürlerinin yaşam doyumlarının artırılması amacıyla kurum müdürlerine yönelik yapılabilecek çalışma ve projelerin tasarlanması noktasına yardımcı olacağı düşünülmektedir. Bu noktada araştırmanın hipotezleri şu şekildedir;

- Okul yöneticilerinin yaşam doyumları, öz yeterlilikleri ve psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.
- Okul yöneticilerinin öz yeterlilikleri ve psikolojik iyi oluşları yaşam doyumlarını anlamlı bir şekilde yordamaktadır.

4.2. Araştırmanın Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu ise uygun örnekleme yöntemi ile gönüllü olan okul müdür ve müdür yardımcıları oluşturmaktadır. Bryman ve Cramer'in (2001) belirttiği gibi madde sayısının en az beş katına ulaşılarak belirlenmiştir. Bu sayede verilerin analizinin sağlıklı bir şekilde yapıldığı söylenebilir. Bu çalışma, araştırmanın amacına uygun olarak belirlenmiş ölçme araçları kullanılarak nicel araştırma ile yapılmıştır. Araştırmaya katılanlara ilişkin bilgiler tablo 1'de sunulmuştur.

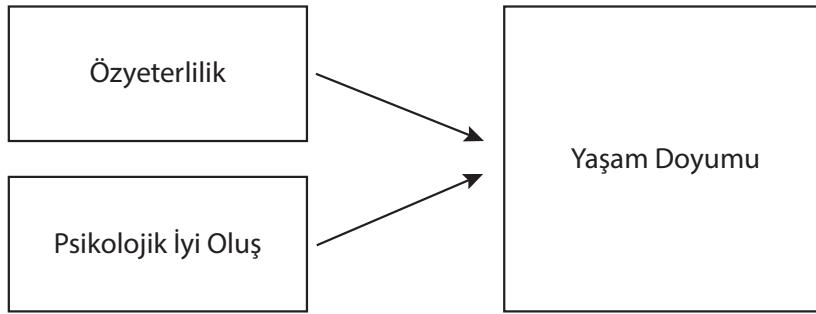
Tablo 1. Katılımcıların Demografik Bilgileri

	N	%
Cinsiyet	Kadın	151 62,9
	Erkek	59 37,1
Görev Yapılan Okul Kademesi	İlkokul	116 48,3
	Ortaokul	74 30,9
	Lise	50 20,8
Meslekteki Görev Süresi	0-5 Yıl Arası	122 50,8
	6-10 Yıl Arası	75 31,3
	11-15 Yıl Arası	25 10,4
	15 Yıl ve Üstü	18 7,5

4.3. Araştırmanın Modeli

Okul yöneticilerinin yaşam doyumları, psikolojik iyi oluşları ve öz yeterlikleri arasındaki ilişkiyi belirlemeyi ve öz yeterlik ve psikolojik iyi oluşun yaşam doyumunu yordama düzeyini belirlemeyi amaçlayan bu çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, geçmişte ya da günümüzdeki bir durumu var olduğu şekliyle betimleyen, öğrenmenin gerçekleşmesi ve bireyde istendik davranışların oluşturulması amacıyla uygulanan süreçlerin tamamıdır. Genel tarama modelinde, çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak için evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup örnek ya da örneklem üzerinde tarama yapılmaktadır. İlişkisel tarama modeli ise, iki ya da daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını belirlemeyi amaçlayan tarama yaklaşımına denir. İlişkisel tarama modelinde, değişkenlerin birlikte değişip değişmediği; değişme varsa bunun nasıl olduğu saptanmaya çalışılır (Karasar, 2021). Araştırmanın modeli şekil 1'de sunulmuştur.

Şekil 1: Araştırmanın Modeli



4.4. Veri Toplama Araçları

Bu bölümde çalışmada kullanılan kişisel bilgi formu, yaşam doyum ölçeği, psikolojik iyi oluş ölçeği ve yaşam doyum ölçeği hakkında bilgiler verilmiştir.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Bu ölçek Diener ve diğerleri (2010) tarafından bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini saptamak için geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması Telef (2011) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlanmasında toplanan verilerle yapılan açımlayıcı faktör analizi sonunda toplam açıklanan varyansın %42 olduğu görülmüştür. Bu çalışmada uyarlanan ölçeğin madde faktör yük değerlerinin .54 ile .76 arasında olduğu görülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri RMSEA= 0.08, SRMR= 0.04, GFI= 0.96, NFI= 0.94, RFI= 0.92, CFI= 0.95 ve IFI= 0.95 olarak saptanmıştır. Ölçeğin güvenilirlik çalışmasında elde edilen Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .80 olduğu görülmüştür. Bu ölçek yedili likert tipi bir ölçektir (1- kesinlikle katılıyorum, 7- Kesinlikle katılmıyorum). Ölçekte ters madde bulunmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 8, en yüksek puan ise 56'dır. Ölçekten alınan puan arttıkça psikolojik iyi oluş da artmaktadır (Diener vd., 2010).

Öz-Yeterlilik Ölçeği

Schmitz (2000) tarafından Almanya'da geliştirilen bu ölçek, öz yeterliliğin öğretmenliğe olan etkilerinin

anlaşılabilmesi için geliştirilmiştir. Ölçek iki uygulama ile geliştirilmiştir. İlk uygulama Almanya'da yaşayan 273 öğretmene uygulanmıştır. Bu uygulamada Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .81 olarak bulunmuştur. İkinci uygulama ise 276 öğretmene uygulanmış ve Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .76 olarak bulunmuştur. Türk kültürüne uyarlanması Yılmaz ve diğerleri (2004) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin orijinali 10 maddeden oluşmaktadır. Türk kültüründe uygulanmasında iki madde madde toplam korelasyonları düşük olduğundan ölçekten çıkarılmıştır. Ölçek nihai olarak sekiz maddeden oluştuğu saptanmıştır. Ölçeğin açıkladığı toplam varyansın %58'ini açıkladığı saptanmıştır. Bu araştırma için tekrar yapılan Cronbach alfa iç tutarlılık değeri .764 olarak saptanmıştır.

Yaşam Doyum Ölçeği

Bu ölçek Diener vd. (1985) tarafından yaşam doyumunu ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Bu ölçek beş maddeden oluşan tek boyutlu bir yapıya sahiptir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Dağlı ve Baysal (2016) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlamasında uyum iyiliği değerleri $\chi^2/sd = 1.17$, NFI=.99, NNFI=1.00, CFI=1.00, GFI= .99, AGFI=.97, RMSEA= .030, SRMR=.019 olarak bulunmuştur. Ayrıca uyarlama çalışmasında Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .88 ve iki kez uygulamalar arasındaki korelasyona katsayısı ise .97 olarak bulunmuştur.

4.5. Verilerin Analizi

Okul yöneticilerinden toplanan veriler öncelikle SPSS 25.0 programına aktarılmıştır. Çevrimiçi ortamda toplam 256 kişiden veriler toplanmıştır. Uç değer olan 16 veri çıkarıldıktan sonra kalan 240 veri ile analizler yapılmıştır. Araştırmanın normallik sayıltısı olarak çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerine bakılmış ve Tablo 2'de görüldüğü üzere +1 ve -1 aralığında normal dağılım sergilediği saptanmıştır (Morgan vd., 2019). Okul yöneticilerinin öz yeterlik, yaşam doyum ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin belirlenmesi için korelasyon analizi yapılmıştır. Okul yöneticilerinin öz yeterlik ve psikolojik iyi oluşlarının yaşam doyumlarını yordama düzeyini belirlemek için standart regresyon analizi yapılmıştır.

Tablo 2. Öz Yeterlik, Yaşam Doyumu ve Psikolojik İyi Oluşun Ortalama, Standart Sapma, Basıklık ve Çarpıklık Değerleri

	N	Ortalama	Standart Sapma	Çarpıklık	Basıklık
1. Öz Yeterlilik	240	24.5417	3.57091	-.103	.377
2. Yaşam Doyumu	240	18.9208	3.44927	-.371	.354
3. Psikolojik İyi Oluş	240	18.8917	3.18941	-.604	.911

5. Bulgular

Okullarda görev yapan yöneticilerinin yaşam doyum, öz yeterlik ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin belirlenmesi için pearson korelasyon analizi yapılmış ve sonuçlar tablo 3'te sunulmuştur.

	1	2	3
1.Öz yeterlik	1		
2.Yaşam Doyum	,484**	1	
3. Psikolojik İyi Oluş	,426**	,858**	1

** $p < .01$

Okullara görev yapan yöneticilerin yaşam doyumları ile öz yeterlik arasında orta düzeyde pozitif yönlü ($r = .484, p < .01$) anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu durum okul yöneticilerinin öz yeterliklerinin artması sonucu yaşam doyumlarının da arttığını göstermektedir. Yine okul idarecilerinin öz yeterlilikleri ile psikolojik iyi oluşları arasında da orta düzeyde pozitif yönlü ($r = .426, p < .01$) anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Okul yöneticilerinin yaşam doyumları arttıkça psikolojik iyi oluşlarının da arttığı söylenebilir. Son olarak okul yöneticilerinin öz yeterlikleri ile psikolojik iyi oluşları arasında da yüksek düzeyde pozitif yönlü ($r = .858, p < .01$) anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu durum okul yöneticilerinin yaşam doyumları arttığında psikolojik iyi oluşlarının da arttığı söylenebilir.

Okullarda görev yapan yöneticilerin öz yeterlik ve psikolojik iyi oluşlarının yaşam doyumlarını yordama düzeyini saptamak için standart çoklu regresyon analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 4 'te sunulmuştur.

Tablo 4. Yaşam Doyumunun Yordanmasına İlişkin Standart Regresyon Analizi Bulguları

	B	Standart Sapma	β	T	p	İkili r	Kısmi R
(Sabit)	-0,792	0,855		-0,926	0,355	-0,792	0,855
1. Öz Yeterlik	0,140	0,034	0,145	4,070	0,000	0,140	0,034
2. Psikolojik İyi Oluş	0,862	0,039	0,797	22,375	0,000	0,862	0,039
R= .868	R²= .754						
F(2,237)= 363.268	p= .000						

Okullarda görev yapan yöneticilerin yaşam doyumlarının psikolojik iyi oluş ve öz yeterlik düzeyleri tarafından yordanmasına ilişkin yapılan standart regresyon analizi bulgularına göre öz yeterlik ve psikolojik iyi oluş yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde yordadığı saptanmıştır, $R = 0.868, R^2 = 0.754, p < .05$. Bu noktada okul yöneticilerinin öz yeterlikleri ve psikolojik iyi oluşları yaşam doyumlarındaki varyansın yaklaşık %75'ini yordamaktadır.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin yaşam doyum üzerindeki görece önem sırası; psikolojik iyi oluş ve öz yeterliktir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, öz yeterlik ve psikolojik iyi oluş yaşam doyum üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

SONUÇ ve TARTIŞMA

Bu çalışmada, okullarda görev yapan yöneticilerin yaşam doyumları ile psikolojik iyi oluşları arasındaki korelasyonel ilişkinin belirlenmesi ve öz yeterliğin ve psikolojik iyi oluşun yaşam doyumunu yordama düzeyinin saptanması amaçlanmıştır. Okullarda görev yapan müdür ve müdür yardımcılardan toplanan verilerle yapılan analizlerde okul yöneticilerinin öz yeterlik ile psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumları arasında pozitif yönlü orta düzeyde, psikolojik iyi oluş ile yaşam doyumları arasında ise yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Okul yöneticilerinin psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumlarının öz yeterliliklerindeki varyansın yaklaşık %75'ini yordamaktadır. Yani okul yöneticilerinin öz yeterlik ve psikolojik iyi oluşları arttıkça yaşam doyumları da artmaktadır. Alan yazında yer alan çalışmalar incelendiğinde yaşam doyumunu, psikolojik iyi oluş ve öz yeterlik değişkenleri arasındaki ilişkilerin ikili ilişkiler olarak yer aldığı çalışmalar olsa da tüm değişkenlerin birlikte incelendiği bir araştırmaya rastlanmamıştır. İkili ilişkiler olarak yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelendiği Özbek (2016) ve Çiçek'in (2021) yapmış oldukları farklı çalışmalarda psikolojik iyi oluş ile doyum arasında pozitif yönlü ilişki tespit etmiştir. Bu bulgular araştırma sonuçlarıyla örtüşmektedir. Yine Demir ve arkadaşlarının (2021) üniversiteli öğrenciler üzerinde yapmış oldukları çalışmada

psikolojik iyi oluş ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunması araştırma sonuçlarını desteklemektedir. Kermen, Tosun ve Doğan'ın (2016) psikolojik danışmanlar üzerinde yapmış oldukları çalışmada da psikolojik danışmanların yaşam doyumları ve psikolojik iyi oluşları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunması araştırma sonuçlarını desteklemektedir. Urquijo, Extremera ve Villa'nın (2016) üniversite mezunu bireyler üzerinde yapmış oldukları çalışmada yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunması araştırma bulgularını desteklemektedir. Heo ve arkadaşlarının (2016)) yaşlı bireyler üzerinde yapmış oldukları çalışmada da yine yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunması araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir.

Okul yöneticilerinin yaşam doyumu ve öz yeterlikleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Yani okul yöneticilerinin öz yeterlikleri arttıkça yaşam doyumları da artmaktadır. Alan yazında yer alan çalışmalar incelendiğinde öz yeterlik arttıkça yaşam doyumunun da arttığı çalışmalar olduğu görülmüştür (Demirel, 2014; Sahraç, 2007; Şahin, 2019; Telef, 2011). Bu bulgular araştırma sonuçlarını desteklemektedir. Bunun yanı sıra Barlow, Powell ve Gilchrist'in (2006) ve Williams, Cullen ve Barlow'un (2005) yapmış oldukları farklı çalışmalarda, geliştirilen öz yeterlik programlarının yaşam doyumu üzerinde pozitif yönlü anlamlı bir etkisinin olduğu saptanmıştır. Bu bulgular araştırma sonuçlarını desteklemektedir. Alan yazında araştırma sonuçlarını desteklemeyen herhangi bir çalışmaya ise rastlanmamıştır. Bu noktada Sarı'ya (2017) göre kendine güvenen ve verilen görevleri eksiksiz yerine getiren kişilerin yaptıkları işleri eksiksiz yapmanın verdiği gurur yaşam doyumunu da etkileyebilmektedir. Bu durum okul yöneticilerinin kendi yaptıkları işleri beklenen yeterlikte yapması mutlu olmasına ve yaşam doyumlarının da artmasını sağladığı söylenebilir.

Son olarak okul yöneticilerinin öz yeterlikleri ve psikolojik iyi oluşları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuç okul yöneticilerinin öz yeterlikleri arttıkça psikolojik iyi oluşlarının da arttığını göstermektedir. Alan yazında yer alan çalışmalar incelendiğinde öz yeterliğin psikolojik iyi oluşu anlamlı bir şekilde yordadığına dair araştırma sonuçlarının olduğu görülmektedir (Barlow, Cullen ve Rowe, 2002; Çiçek ve Almalı, 2020; De Caroli ve Sagone, 2014; Ersöz, 2017; Siddiqui, 2015; Türkdoğan, 2021; Yüksel ve Bayrakçı, 2019). Bu araştırma bulguları sonuçları destekler niteliktedir. Sorumluluk makamında olan bireylerin sorumluluklarının bilincinde olması öz yeterliklerini arttırabilmektedir. Bu durum bu bireylerin rahat bir şekilde işlerini yerine getirmelerini ve psikolojik olarak da olumlu etkilenmelerini sağladığı söylenebilir.

Sonuç olarak bu çalışmada okul yöneticilerinin psikolojik iyi oluş ve öz yeterliklerinin yaşam doyumuna etkisi belirlenmiştir. Bu çalışma ile ilgili bazı sınırlılıklar bulunmaktadır. İlk olarak çalışma grubunun sayı itibarıyla yüksek olmaması bir sınırlılıktır. Bundan dolayı yapılacak başka çalışmalarda bu çalışma grubundan daha geniş kitleye ulaşılabilir. Demografik değişkenlerle analiz yapılmaması bir sınırlılıktır. Araştırmacılar okul yöneticilerinin yaşam doyumlarını etkileyen demografik faktörlerin neler olduğu üzerine çalışmalar yapabilir. Diğer bir sınırlılık ise bu çalışmanın İstanbul ilinde görev yapan okul yöneticileriyle sınırlandırılmış olmasıdır. Bu çalışmanın Türkiye geneline yayılıp veri toplanması sağlanabilir. Ayrıca bu çalışmanın karma yöntemlerle tekrar yapılması ve nitel verilerle desteklenmesi sağlanabilir. Okul yöneticilerinin yaşam doyumlarının arttırılması için hizmet içi eğitim modüllerinin geliştirilmesi için Milli Eğitim Bakanlığı düzeyinde bir komisyon kurulup bu komisyonun buna yönelik çalışmalar yapmaları sağlanabilir. Bu sayede bir program çerçevesinde yapılması sağlanarak öz yeterlikleri arttırılabilir. Bu sayede öz yeterlikleri artan okul yöneticilerinin yaşam doyumları da arttırılmış olacaktır.

KAYNAKÇA

- Açıklan, A. (1998). Toplumsal, kurumsal teknik yönleriyle okul yöneticiliği. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Aysan, F. ve Bozkurt, N. (2004). Okul psikolojik danışmanlarının yaşam doyumu, stresle başa çıkma stratejileri ile olumsuz otomatik düşünceleri: İzmir ili örnekleme. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, (6–9 Temmuz 2004) İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Azar, I.A.S., Vasudeva, P., & Abdollahi, A. (2006). Relationship between quality of life, hardiness, self-efficacy and self-esteem amongst employed and unemployed married women in zabol. *Iran J Psychiatry*, 1, 104–111.
- Balcı, S. (2014). Okul psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz yetkinlikleri: kültürler arası bir çalışma, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Bandura, A., (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. NY: Freeman
- Bandura, A. (1988). Self-efficacy conception of anxiety. *Anxiety Research*, 1, 77-98. doi: <https://doi.org/10.1080/10615808808248222>
- Bandura, A. (1991). Self-regulation of motivation through anticipatory and self-reactive mechanisms. In R. A. Dienstbier (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation, 1990: Perspectives on motivation* (pp. 69–164). University of Nebraska Press
- Barlow, J.H., Cullen, L.A., & Rowe, I.F. (2002). Educational preferences, psychological well-being and self-efficacy among people with rheumatoid arthritis. *Patient Education and Counseling*, 46(1), 11-19. doi: 10.1016/s0738-3991(01)00146-x.
- Barlow, J., Powell, L., & Gilchrist, M. (2006). The influence of the training and support programme on the self-efficacy and psychological well-being of parents of children with disabilities: A controlled trial. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 12(1), 55-63. doi: 10.1016/j.ctcp.2005.02.005.
- Boehm, J.K., Chen, Y., Williams, D.R., Ryff, C., & Kubzansky, L.D. (2015) Unequally distributed psychological assets: Are there social disparities in optimism, life satisfaction, and positive affect?, *Plos One*, 10(2), 1-16. doi: 10.1371/journal.pone.0118066
- Bong, M., & Skaalvik, E. M. (2003). Academic self-concept and self-efficacy: How different are they really? *Educational Psychology Review*, 15(1), 1–40. doi: <https://doi.org/10.1023/A:1021302408382>
- Bryman, A., & Cramer, D. (2001). *Quantitative data analysis with SPSS release 10 for Windows: A guide for social scientists*. London: Routledge.
- Çankır, B., ve Yener, S. (2017). İş'te pozitif davranış. Konya: Çizgi Kitapevi.
- Çiçek, İ. (2021). Mediating role of the self-esteem in the association between loneliness and psychological and subjective well-being in university students. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 8(2), 83-97. doi: <https://doi.org/10.33200/ijcer.817660>
- Çiçek, B., ve Almalı, V. (2020). COVID-19 pandemisi sürecinde kaygı öz-yeterlilik ve psikolojik

- iyi oluş arasındaki ilişki: özel sektör ve kamu çalışanları karşılaştırması. *Electronic Turkish Studies*, 15(4), 241-26 .
- Dursun, P. (2012). The Role of meaning in life, optimism, hope and coping styles in subjective well-being [Ph.D. - Doctoral Program]. Middle East Technical University.
- Dağlı, A. ve Baysal, N. (2016). Yaşam doyum ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250-1262.
- De Caroli, M. E., ve Sagone, E. (2014). Generalized self-efficacy and well-being in adolescents with high vs. low scholastic self-efficacy. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 141, 867-874. doi: 10.1016/j.sbspro.2014.05.152
- Demir, R., Tanhan, A., Çiçek, İ., Yerlikaya, İ., Çırak Kurt, S. ve Ünverdi, B. (2021). Yaşam kalitesinin yordayıcıları olarak psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumunu. *Yaşadıkça Eğitim*, 35(1), 192-206. doi: 10.33308/26674874.2021351256
- Demirel, Y. (2013). Psikolojik danışman öz yetkinlik ölçeğinin hazırlanması. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Ankara.
- Demirel, H. (2014). An investigation of the relationship between job and life satisfaction among teachers. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 116(21), 4925-4931. doi: 10.1016/j.sbspro.2014.01.1051
- Dilmaç, B. ve Ekşi, H. (2008). Meslek yüksek okullarında öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumları ve benlik saygılarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (20), 279-289.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Ersöz, G. (2017). The role of university students' general self-efficacy, depression and psychological well-being in predicting their exercise behavior. *Journal of Education and Training Studies*, 5(3), 110-117.
- Gölcü, A., Balcı, Ş. ve Arsal Gölcü, A. (2019). Sosyal medya kullanımı ile kendini gizleme ve yaşam doyumunu arasında bir bağlantı var mı?. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21, 173-190.
- Göcen, G. (2013). Pozitif psikoloji düzleminde psikolojik iyi olma ve dini yönelim ilişkisi: yetişkinler üzerinde bir araştırma. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 7(13), 97- 130.
- Goleman, D., Boyatzis, R. & Mckee, A. (2017). *Yeni liderler*. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gökdemir, Ö., & Veenhoven, R. (2014). Kalkınmaya farklı bir bakış: İyi oluş. Yayına hazırlayanlar: Ahmet Faruk Aysan & Devrim Dumluadağ "Kalkınmada Yeni Yaklaşımlar", (pp.337-363). Ankara, Turkey, 2014. Ankara: İmge Yayınevi.
- Heo J., Chun S., Lee S., Kim J. (2016). Life Satisfaction and Psychological Well-Being of Older Adults With Cancer experience: The role of optimism and volunteering. *The International Journal of Aging and Human Development*, 83(3), 274-289. doi:10.1177/0091415016652406

- Headey, B., & Wearing A. (1991) Subjective well-being: A stocks and flows framework. In Strack F., Argyle M., Schwarz N. (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective*. Oxford, Eng.: Pergamon. Pp. 49–76.
- Holcomb-McCoy, C., Harris, P., Hines, E.M., & Johnston, G. (2008). School counselors' multicultural self-efficacy: A preliminary investigation. *Professional School Counseling*, 11, 166-178. doi: 10.1177/2156759X0801100303
- Johnson, F.L., Cook, E., Foxall, M.J., Kelleher, E., Kentopp, E., & Mannlein, E.A. (1986). Life satisfaction of the elderly American Indian. *International Journal of Nursing Studies*, 23(3), 265-273.
- Karasar, N. (2021). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Karip, Emin ve Köksal K. (1999). Okul yöneticilerinin yetiştirilmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 18, 193-207.
- Keyes, C. L. M., 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. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Kermen, U., Tosun, N.İ. ve Doğan, U. (2016). Yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşun yordayıcısı olarak sosyal kaygı. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 2(2016), 20-29.
- Linnenbrink, E. A., & Pintrich, P. R. (2002). Motivation as an enabler for academic success. *School Psychology Review*, 31(3), 313–327. doi: <https://doi.org/10.1080/02796015.2002.12086158>
- Morgan, G.A., Barrett, K.C., Leech, N.L., & Gloeckner, G.W. (2019). *IBM SPSS for Introductory Statistics: Use and Interpretation: Use and Interpretation (6th ed.)*. London: Routledge.
- Özbek, M. (2016). Evli bireylerde yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşlarının çeşitli değişkenlerle incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul
- Park, N., & Huebner, E. S. (2005). A Cross-Cultural Study of the Levels and Correlates of Life Satisfaction among Adolescents. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36(4), 444–456. <https://doi.org/10.1177/0022022105275961>
- Pavot, W.G., Diener, E., Colvin, C.R., & Sandvik, E. (1991). Further validation of the satisfaction with life scale: evidence for the crossmethod convergence of well-being measures. *Journal of Personal Assessment*, 57, 149-161
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C.R., & Sandvik, E. (2010). Further validation of the satisfaction with life scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 149-161.
- Ryff, C. D. (1989). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: New directions in quest of successful ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 12(1), 35-55.
- Pavot, W., & Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137-152. <https://doi.org/10.1080/17439760701756946>
- Ryan, R. M., & Deci, E.L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on

- hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-66. DOI:10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Schmitz, G.S., (2000), Zur Sturuktur und Dynamik der Selstwirksamkeitserwartung von Lehrern. Ein protektiver Faktor gegen Belastung und Burnout?, Diggitale Dissertation, FU Berlin.
- Siddiqui, S. (2015). Impact of Self-Efficacy on Psychological Well-Being among Undergraduate Students. *The İnternational Journal of Indian Psychology*, 2(3), 5-16.
- Sahraç, Ü. (2007). Stres Kontrolü, Genel Öz-yeterlik, Durumluluk Kaygı ve Yaşam Doyumu ile İlişkili Bir Akış Modeli. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara
- Shin, D. C., & Johnson, D. M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment ofthe quality of life. *Social Indicators Research*, 5, 475-492.
- Şahin, B. (2019). Sınıf öğretmenlerinin öz yeterlik inançları, mesleğe yönelik tutumları ve yaşam doyumlarının incelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Eğitim Programları ve Öğretim Tezli Yüksek Lisans Programı, Burdur.
- Telef, B. B. (2011). Öğretmenlerin öz-yeterlikleri, iş doyumları, yaşam doyumları ve tükenmişliklerinin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 10(1), 91-108.
- Türkdoğan, E.N., (2021). Üniversite öğrencilerinin zaman perspektiflerinin psikolojik iyi oluş ve öz yeterlik ile ilişkisinin incelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Programı). Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı, Ankara.
- Urquijo, I., Extremera, N., & Villa, A. (2016). Emotional intelligence, life satisfaction, and psychological well-being in graduates: The mediating effect of perceived stress, *Applied Research in Quality of Life*, 11, 1241–1252. doi:10.1007/s11482-015-9432-9
- Vara, S. (1999). An investigation of job satisfaction and life satisfaction in intensive care unit nurses. (Unpublished master dissertation). Ege University, İzmir.
- Veenhoven, R. (1996). *The study of life-satisfaction*. Budapest: Eötyös University Press.
- Williams, H. L., Cullen, L. A., & Barlow, J. H. (2005). The psychological well-being and self-efficacy of carers of children with disabilities following attendance on a simple massage training and support programme: A 12-month comparison study of adherers and non-adherers. *Complementary Therapies in Medicine*, 13(2), 107-114. doi:10.1016/j.ctim.2005.03.007
- World Health Organization (1946). Preamble to the Constitution of the World Health Organization, New your, 19-22 June 1946, Geneva.
- Yuksel, A., ve Bayrakci, H. (2019). Self-efficacy, psychological well-being and perceived social support

levels in pregnant women. *International Journal of Caring Sciences*, 12(2), 1-10.

Yılmaz, H. ve Büyükcebeci, A. (2019). Bazı pozitif psikoloji kavramları açısından helikopter ebeveyn tutumlarının sonuçları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(54), 707-744.

Yılmaz, M., Köseoğlu, P., Gerçek, C. ve Soran, H. (2004). Yabancı dilde hazırlanan bir öğretmen öz-yeterlik ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27, 260-267.

Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy an essential motive to learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 82-91. doi: <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>