



Perceived Social Competence and Assertiveness as a Predictor of Psychological Well-Being in Pre-Service Teachers*

Bünyamin ATEŞ **, Oğuzhan ÇELİK ***

Received date: 08.03.2018

Accepted date: 06.04.2018

Abstract

In this study, it was investigated to what extent the variables of perceived social competence and assertiveness of the pre-service teachers predicted their level of psychological well-being. This research was carried out depending upon relational screening model. The study group of the research included totally 580 students studying at Erzincan University, Faculty of Education in 2015-2016 academic year 205 males (35.3%) and 375 females (64.7%) determined with simple random sampling method. Age average of the research group was 21.15. Psychological Well-Being Scale, Social Self-Efficacy Perception Scale, Voltan-Acar Assertiveness Inventory, and Personal Information Form were used as the data collection tools in the research. Obtained data were analyzed with multi-linear regression analysis (stepwise). According to the research result, perceived social competence and assertiveness were significant predictors of psychological well-being.

Keywords: Perceived social competence, assertiveness, psychological well-being, pre-service teachers.

*The data of the present study were obtained from master's thesis of the second author and it was also presented as a summary research paper at the 2nd INES International Academic Research Congress.

** Erzincan University, Faculty of Education, Department of Psychological Counselling and Guidance, PhD, Erzincan/Turkey. e-mail: bates@erkzincan.edu.tr

*** Ankara University, Faculty of Education, Department of Psychological Counselling and Guidance, PhD student,, Ankara/Turkey. e-mail: oguzzhancelik24@gmail.com

Öğretmen Adaylarında Psikolojik İyi Oluşun Yordayıcısı Olarak Algılanan Sosyal Yetkinlik ve Güvengenlik*

Bünyamin ATEŞ **, Oğuzhan ÇELİK ***

Geliş tarihi: 08.03.2018

Kabul tarihi: 06.0.2018


Öz

Bu çalışmada, algılanan sosyal yetkinlik ve güvengenlik değişkenlerinin öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluş düzeylerini ne kadar yordadığı araştırılmıştır. Araştırma ilişkisel tarama modeline dayalı olarak yürütülmüştür. Çalışmanın araştırma grubunu 2015-2016 eğitim öğretim yılında Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim görmekte olan ve basit seçkisiz örnekleme yöntemiyle belirlenen 205'i erkek (%35,3) ve 375'i kız (%64,7) olmak üzere toplam 580 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Sosyal Öz-Yeterlik Algısı Ölçeği, Voltan-Acar Kendini Belirleme (Güvengenlik) Envanteri ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler çoklu doğrusal regresyon analizi (adımsal) ile incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre; algılanan sosyal yetkinlik ve güvengenlik değişkenleri, psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Anahtar kelimeler: Algılanan sosyal yetkinlik, güvengenlik, öğretmen adayı, psikolojik iyi oluş.

* Bu çalışmanın verileri ikinci yazarın yüksek lisans tezinden alınmış ve özet bildiri olarak 2. Uluslararası INES Akademik Araştırmalar Kongresi 'nde sunulmuştur.

**  Erzincan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, PDR Anabilim Dalı, Dr., Erzincan/Türkiye. e-mail: bates@erzincan.edu.tr

***  Ankara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, PDR Anabilim Dalı, Doktora öğrencisi, Ankara/Türkiye. e-mail: oguzzhancelik24@gmail.com

1. Giriş

Yaşamı boyunca mutlu ve iyi olmanın peşinden koşan insan, tarih boyunca mutluluk ve iyi olma kavramlarını da açıklama ve tanımlama çabası içinde olmuştur. İnsanoğlunun sürekli ulaşmaya çalıştığı ve onun yaşamsal hedeflerinden biri olan mutluluk en önemli çalışma konuları arasında yer almıştır (Ryff & Singer, 2008). İnsanoğlunun yaşamdaki en önemli amaçlarından birisi olan “mutluluk”, kişinin kendisi için “iyi” olana ulaşması, “iyi olma durumu” olarak belirtilmiştir (Csikszentmihalyi, 2005). Bu bağlamda iyi olma kavramı ise mutluluk kavramını da içeren bir anlamla ifade edilmiştir. İyi oluş kavramı, en üst düzeyde psikolojik sağlık ve yaşantı ile ilişkilidir. “Nasılsınız?” sorusu, günlük hayatta sorulan bir soru olmasının yanı sıra, bilimsel bir inceleme konusu olarak da görülmelidir. Aslında “Nasılsınız?” sorusu basit bir soru gibi görünse de kavramsal dayanağı iyi oluş kavramına kadar uzanır (Ryan & Deci, 2001).

Ruh sağlığı açısından insanın mutsuzluğunun nedenlerini anlama çabası, 1940’lardan önce Dünya Sağlık Örgütü’nün sağlıklı ve iyi olma halini, bir hastalık semptomu göstermeme durumu” olarak tanımlamasına dayanmaktadır. 1947’de ise Dünya Sağlık Örgütü bu tanımlamayı kapsamlı bir şekilde değiştirilerek sağlık ve iyi olmanın ölçütü olarak “sadece hastalık ve sakatlık durumunun olmaması” durumunu yeterli görmemiş buna ek olarak, “bireyin bedensel, psikolojik ve sosyal açılardan tam olarak sağlıklı ve iyi olma hali” şeklinde tekrar düzenlemiştir (Eryılmaz, 2013). Böyle bir değişiklikte birlikte sağlıklı olmada vurgu her hangi bir hastalık belirtisinin olmamasından iyi oluşa doğru yönelmiştir. Bu değişiklikte birlikte iyi oluş kavramı üzerinde düşünülen ve çalışılan bir kavram olmuştur.

İyi oluş (well-being) hakkındaki çalışmalar genellikle iki gelenek kapsamında ele alınmıştır. Bu geleneklerden biri, hedonistik gelenektir. Hedonistik gelenek, çoğunlukla “pozitif duyguların mevcut olması, negatif duyguların mevcut olmaması” şeklinde tanımlanır ve “mutluluk” üzerine odaklanır. Mutluluk ve hazla özdeşleşen bu kavram aynı zamanda acıdan kaçınmayla da ifade bulur. Hedonistik geleneğin psikolojideki kavramsal karşılığı öznel iyi oluştur. Öznel iyi oluş yaşam doyumunu ile ilgili sadece duygusal değerlendirmeleri değil bilişsel değerlendirmeleri de içerir. Diğer gelenek ise eudaimonik gelenektir. Eudaimonik gelenek eksiksiz ve içten doyum veren yaşam sürdürme üzerine odaklanır. Eudaimonic yaklaşım, iyi oluşu bir kişinin kendini anlama ve gerçekleştirme çabası ile tam fonksiyonda bulunma durumu olarak tanımlar. Psikolojideki kavramsal karşılığı psikolojik iyi oluştur (Deci & Ryan, 2008; Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002; Ryff & Singer, 2008). Psikolojik iyi oluş, 1970’li yıllardan sonra deneysel araştırmalar ile başlamış ve yaşamdaki zorlu olaylar ile karşılaşıldığında kendini gerçekleştirme ve anlamlı bir hayat için bireyin kapasitesini önemseyen daha önce ortaya çıkan klinik ve yetişkin gelişim psikolojisi kuramlarına dayanır (Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002).

Waterman (1993) psikolojik iyi oluşu, “kişinin bireysel gelişimini sağlamak için hayata karşı çaba harcaması” olarak ifade etmiştir. Psikolojik iyi oluş bir yönüyle kişinin kendisi ile ilgili olumlu bir algıya sahip olmasını, yaşamsal anlam ve amacının olmasını, kendisine yönelik bir farkındalıkla kendisini gerçekleştirme çabası olarak ifade edilir. Diğer yönüyle ise; sosyal çevresi ile içten, güvene dayalı ilişkiler kurması, sürdürmesi, istek ve ihtiyaçlarını karşılayabilecek biçimde çevreyi biçimlendirmesi olarak ifade edilir (Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002). Bir diğer şekilde söylemek gerekirse, psikolojik iyi oluş, bireyin amaçlarının, kapasitesinin, sorumluluklarının, ilişkilerinin farkında olmasıdır (Ryff & Keyes, 1995). Bu bağlamda psikolojik iyi oluş, kişinin olumlu bir bireysel gelişime ve kişilerarası ilişkilere sahip olma durumudur (Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002).

Ryff (1989)'a göre psikolojik olarak iyi olmak için psikopatolojik bir rahatsızlığın olmaması yeterli değildir. Bireyde depresyon, stres, kaygı ya da benzer psikolojik rahatsızlıkların bulunmaması, bireyin psikolojik olarak sağlıklı olduğu anlamına gelmemektedir. Bireyin psikolojik olarak sağlıklı olması için psikolojik rahatsızlık yoksunluğundan daha fazlası gerekmektedir. Ryff & Keyes (1995) psikolojik iyi oluşu, kişinin hayatını devam ettirmesi esnasında mevcut kapasitesinin ve amaçlarının bilincinde olup olmadığı, çevresindeki diğer insanlarla ilişkilerde sağlıklı bir yaşam devam ettirip ettiremediği ile ilgili bir durum olduğunu söylerler. Bu açıdan insanın iyi oluşu, insanın kendisini iyi hissetmesinden ziyade bireyin iyi yaşaması ve iyi işler yapması olarak ifade edilebilir (Forgeard, Jayawickreme, Kern & Seligman, 2011).

Psikolojik iyi oluş konusunda Ryff (1989) altı boyuttan oluşan bir psikolojik iyi oluş modeli oluşturmuştur. Model, başkaları ile olumlu ilişkiler, kendine yönelik kabul, özerklik, çevresel hakimiyet, kişisel gelişim ve yaşamsal amaçtan oluşur. Ryff'ın bu modelinden yola çıkarak psikolojik iyi oluşun bireysel gelişimi kapsadığı gibi diğerleriyle olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet gibi sosyal açıdan da etkili olmayı kapsadığı söylenebilir. Psikolojik iyi olma kavramı ortaya çıktıktan sonra birçok araştırmacının dikkatini çekmiş ve bireylerin psikolojik iyi oluşları ile ilişkili ya da onu etkileyen değişkenler belirlenmeye çalışılmıştır. Bu değişkenlerden bazıları arasında; yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, meslek, medeni durum (Khumalo, Temane & Wissing, 2012; Kuyumcu, 2012), yerleşim yeri, sosyo-ekonomik düzey ve algılanan dindarlık düzeyi (İşgör, 2011), sosyal beceri (Segrin & Taylor, 2007), öz yeterlik, sosyal destek (Cicognani, 2011; Malkoç & Yalçın, 2015), arkadaşlık ve romantik ilişkideki bağlanma boyutları (Erdem & Kabasakal, 2015) sayılabilir. Psikolojik iyi oluşla ilgi değişkenlerin belirlenmesinin bireylerin psikolojik iyi oluşlarını koruma adına olumlu bir etkiye sahip olacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda gerek Ryff'ın modelinden gerekse araştırma sonuçlarından hareketle hem algılanan sosyal yetkinlik hem de güvengenlik değişkenlerinin psikolojik iyi oluşla ilişkili, bağlantılı değişkenler olabileceği düşünülmektedir.

Psikolojik iyi oluşla ilişkili olduğu düşünülen sosyal yetkinlik, bireyin çevresi ile olumlu sosyal ilişkileri, paylaşımları başlatabilme ve sürdürebilme yeteneği şeklinde tanımlanmaktadır (Rydell, Hagekull & Bohli, 1997). Sosyal yetkinlik, kişinin sosyal ilişkilerdeki etkili olma durumu ve düzeyi olarak ifade edilir (Ferris, Perrewé & Douglas, 2002). Bunlara ek olarak sosyal yetkinlik, kişinin bir sosyal etkileşim veya iletişim durumunda sosyal becerilerini etkili bir şekilde kullanabilmesidir (Magelinskaitė, Kepalaitė & Legkauskas, 2014). Bireyin, kendisinin bu beceriye ne kadar sahip olduğu ile ilgili bir inancı olan sosyal yetkinlik algısı ise iletişim ve sosyalleşme sürecinde bireyin uyumunu kolaylaştırıcı bir fonksiyona sahiptir (Skaalvik & Skaalvik, 2010). Kişi, kendine yönelik pozitif bir inanç ve güvenle iyi, mutlu, başarılı olmak için çaba gösterirken, başarısızlık, mutsuzluk durumunda ise kaçınmak yerine iyi, başarılı ve mutlu olabilmek için alternatif davranışları denemede ısrarcı olabilir (Bandura, 1977). Kişinin diğer insanlarla olan ilişkilerinde kendisini yeterli hissetmesine dair bu inanç; sosyal davranışları ile ilgili bilgi sahibi olmasından, bu tür davranışlarında etkili olabileceğine dair kendisine güvenmesinden ve diğer kişilerden destek görmesinden ve algılamasından oluşmaktadır. Kişinin kendisine dair oluşturduğu sosyal yetkinlik inancı, kişinin yetkin bir şekilde davranması ve başka bireyler tarafından bu davranışların yetkin davranış olduğunun kişiye bildirilmesi ile oluşur ve gelişir (Bandura, 1989).

Bandura, (1977,1989), bireylerin yetkinlik algısının dört önemli bilgi kaynağına dayandığını ifade eder. Bunlar: başarılı (tamamlanmış) performanslar, dolaylı yaşantılar (model alma) yoluyla öğrenme, sözel ikna, bireyin kazandığı olumlu sosyal etkiler ve bireyin fizyolojik durumudur. Bandura (1989, 1993) bireyin yetkinlik algısını bilişsel, motivasyonel, duyuşsal ve seçme olmak

üzere dört boyutta incelemiş ve bu dört boyutun bireyin performansını etkilediğini belirtmiştir. Sosyal yetkinlik, kişinin kendisini kişilerarası etkileşimlerde daha fazla güvende hissetmesini, verimli ve etkin olmasını sağlar (Erözkan, 2013). Bu bilgiler bağlamında bireyin sosyal yetkinlik algı düzeyi ne kadar yüksek ise bireyin kişiler arası ilişkilerinin o oranda sağlıklı ve başarılı olduğu söylenebilir. Sosyal ilişkileri başlatma ve sürdürme noktasında birey kendisine daha fazla güven duyabilir.

Bireyin sosyal yönü ile bağlantılı olan ve iyi olması üzerinde etkili olabileceği düşünülen bir diğer kavramın “güvengenlik” olduğu düşünülmektedir. Sosyal bir varlık olan insanın başka kişilerle etkileşim halinde olmasının bir zorunluluk olduğu söylenebilir. Kişiler arası ilişkilerde bireyin ilişki niteliğini belirleyen faktörlerden biri olan güvengenlik becerisi Uz-Baş (2010) tarafından “sağlıklı kişilerarası ilişkiler kurmak ve kurulan sağlıklı kişilerarası ilişkileri sürdürmek için önemli bir sosyal beceri” şeklinde ifade edilmiştir. İlgili alan yazında güvengenlik, “başkalarını aşılamadan, onların haklarını hiçe saymadan kişinin kendi haklarını koruyabilmesi olarak ifade edilen bir tür kişilerarası ilişkiler şekli” olarak betimlenir (Alberti & Emmons, 2002). Ateş (2013) güvengenliği, “bireyin kendisinin ve kendisi dışındakilerin haklarının bilincinde olabilme ve bunu eyleme geçirebilme yeteneği” olarak tanımlamıştır. Bu tanımlardan da anlaşılacağı gibi güvengen olan kişi, hem kendi haklarının hem de başkalarının haklarının farkında olan ve bunu da davranışına yansıtan kişidir.

Güvengenlik insan doğasında yoktur, evrensel değildir, sonradan öğrenilir ve kişiden kişiye, durumdan duruma değişebilir (Alberti & Emmons, 2002). Güvengen davranış göz teması, vücut duruşu, jest, yüz ifadesi, ses tonu, zamanlama ve içerik gibi bir takım unsurlardan oluşur (Voltan-Acar & Whirter, 2000). Bu unsurlar bir davranışın güvengen nitelikte olup olmadığını gösterir. Güvengenlik becerisi de tıpkı sosyal yetkinlik algısı gibi üst düzeyde olduğu sürece bireyin sosyal ilişkilerinde etkili, başarılı ve mutlu olmasına katkı sunabilir. Başka bir ifadeyle bireyin yaşamını olumlu bir yönde etkiler. Sosyal ortamda etkin olan ya da olduğunu düşünen bireylerin psikolojik iyi oluşlarının da bundan pozitif bir şekilde etkileneceği düşünülmektedir.

İnsanların refah düzeyinin ve sosyalleşme ihtiyacının artması ile eş zamanlı olarak mutluluğa ulaşma girişimlerinin de üst düzeye çıktığı göz önünde bulundurulduğunda yaşamdan doyum alma, iyilik durumu, yaşamda hissedilen kalite, psikolojik iyi olma, sosyal yetkinlik ve güvengenlik gibi konularda çalışmalara daha fazla ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir. İnsanlar gelişim süreci içerisinde birçok stres unsuruyla karşılaşmakta ve iyi, mutlu olabilmek için bu stres unsurlarıyla başa çıkma mücadelesi vermektedir. Özellikle ergenlik dönemi içerisindeki değişim ve bu dönemin sonlarına denk gelen üniversite yaşamı birçok değişikliğe uyum sağlama zorunluluğunu beraberinde getirmektedir.

Genellikle birçok üniversite öğrencisi (öğretmen adayı) üniversite sürecinde aileden uzak yeni bir yaşam alanı ile karşılaşır. Kendi sorumluklarını üstlenmek zorunda kalan üniversite öğrencilerinin gerek etkili kişilerarası ilişkiler sürdürebilmeleri gerekse psikolojik sağlıklarını koruyabilmeleri, sosyal yetkinlik algısı ve güvengenlik becerileri ile birlikte psikolojik iyi oluş düzeylerine de bağlı olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşları, algılanan sosyal yetkinlikleri ve güvengenlik becerileri hakkında bilgi sahibi olmanın koruyucu ruh sağlığı açısından ve farkındalık düzeyini artırma açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal yetkinlik, güvengenlik ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin üst düzeyde olması beklenir. Bu durumun onların hem üniversite sürecinde

hem de üniversite sonrası yaşamlarında başarı ve mutlu olmalarına katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

Üniversite öğrencileri (öğretmen adayları) açısından konu ele alınmakla birlikte genel anlamda bireyler bir yönü ile toplumun etkin bir üyesi olmak bir yönüyle de ruh sağlıklarını korumak gibi bir çabanın içinde oldukları söylenebilir. Bireylerin bu yönlerinin birer ifadesi olan psikolojik iyi olma, sosyal yetkinlik ve güvengenlik konularında yapılan çalışmalarda son zamanlarda önemli bir artış olduğu görülmektedir. Türkiye’de psikolojik iyi olma, algılanan sosyal yetkinlik ve güvengenlik değişkenlerinin ayrı ayrı incelendiği çalışmalar olmakla birlikte bu üç değişkenin birlikte incelendiği çalışmaya rastlanmamıştır. Bu bakımdan çalışmada elde edilen sonuçların alan açısından yararlı olabileceği düşünülmektedir. Bu düşünce doğrultusunda yapılan araştırmada; algılanan sosyal yetkinlik ve güvengenlik değişkenlerinin öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluş düzeylerini ne kadar yordadığını incelemek amaçlanmıştır.

2. Yöntem

2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma ilişkisel tarama modeline dayalı olarak yürütülmüştür. Karasar (2012), bu modeli iki veya daha fazla sayıdaki değişkenlerin beraber değişimini veya derecesini tespit etmeye yönelik araştırma modeli olarak açıklar.

2.2. Araştırma Grubu

Araştırma grubu 2016-2017 akademik yılında Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim görmekte olan 3682 üniversite öğrenci arasından seçkisiz örnekleme yöntemi ile belirlenen 580 öğretmen adayı oluşturmaktadır. Araştırma grubunun cinsiyete ait bilgileri tablo 1’de sunulmuştur. Grubun yaş ortalaması 21,15 olarak belirlenmiştir.

Tablo1: Öğretmen Adaylarının Cinsiyete Göre Dağılımı

Cinsiyet	N	%
Erkek	205	35.3
Kız	375	64.7
Toplam	580	100

2.3. Verilerin Toplanması

Araştırma grubunu oluşturan öğretmen adaylarının buldukları bölümlere ilişkin uygulamalar için Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dekanlığı’ndan izin alınmıştır. Verileri toplama sürecinde bölümlere gidilerek öğretmen adaylarına uygulama öncesi araştırmanın amacı hakkında kısaca bilgi verilmiş ve ölçekler uygulanmıştır. Veri toplama süresi 30-45 dakika arasında sürmüştür.

2.4. Veri Toplama Araçları

2.4.1. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİÖÖ)

Ölçeği, Diener ve ark. (2009) geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlamasını Telef (2011,2013) gerçekleştirmiştir. Ölçek toplam 8 madde ve tek boyutludur. Ölçek maddeleri 1 ile 7 arasında değişen derecelendirmelere sahip olup; olumlu maddelerden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 8-56 arasındadır. Ölçekten alınan puan yükseldikçe psikolojik iyi oluş düzeyi de yükselmektedir. Ölçeğin açılımlayıcı faktör analiz değeri %42’dir. Yapılan analizlerde ölçeğin

madde faktör yüklerinin .54-.76 arasında olduğu; ölçeği uyarlama kapsamında yapılan doğrulayıcı faktör analiz sonucunda uyum indeks değerlerinin ise RMSEA= .08, SRMR=.04, GFI= .96, NFI= .94, RFI= .92, CFI= .95 ve IFI=.95 olduğu belirlenmiştir. Güvenirlik değerlendirilmesinde Cronbach Alpha değerinin .80 ve test tekrar test sonucunun ise .86 olduğu görülmüştür (Telef, 2011,2013). Yapılan araştırma kapsamında ise ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı .84'dür.

2.4.2. Sosyal Öz-Yeterlik Algısı Ölçeği (SÖZYE)

Ölçek üniversite öğrencilerinin ve ergenlerin sosyal yetkinlik algılarını ölçmek amacı ile Smith ve Betz (2000) tarafından geliştirilmiş olup; ölçek beşli likert ve 25 maddedir. Ölçekten alınan puan arttıkça sosyal yetkinlik algısı da artmaktadır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlamasını Palancı (2004) yapmıştır. Uyarlama çalışmalarında da 25 maddenin korunduğu varyans değerinin ise 44.2 açıkladığı görülmüştür. Ölçeğin Cronbach alpha güvenirlik katsayısı .89'dur (Palancı, 2004). Yürütülen çalışma kapsamında ise ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı .91'dir.

2.4.3. Kendini Belirleme Envanteri (Güvengenlik)

Ölçek, Voltan-Acar & Öğretmen (2007) tarafından üniversite öğrencilerinin güvengenlik düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek altılı likert ve 28 maddeden oluşmakta olup; bunlardan 17 madde çekingenlik boyutunu; 11 madde ise güvengenlik boyutunu ölçmektedir. Ölçekten alınabilecek puanlar 28-168 aralığındadır. Kişilerin ölçekten aldığı puan arttıkça güvengenlik düzeyleri de yükselmektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik değeri .87 ve test-tekrar-test güvenirlik değeri ise .89'dur. Yapılan bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısının .72 olduğu görülmüştür.

2.4.4. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada öğretmen adaylarının kişisel bilgilerini öğrenmek için çalışmanın amacı doğrultusunda oluşturulmuştur.

2.5. Verilerin Analizi

Çalışmada bağlamında elde edilen verilerin normallik ve varyans eşitliklerine dayalı incelemeler sonucunda toplanan verilerin parametrik istatistiksel analiz yöntemleri için uygun olduğu belirlenmiştir. Bunun yanı sıra veriler çoklu doğrusal regresyon analiz yöntemine uygunluk bakımından da değerlendirilmiştir. 12 öğrenciye ait veriler uç değer göstermesinden dolayı analizden çıkarılmıştır. Çoklu doğrusal regresyon analizi bakımından sorun teşkil edecek yüksek bağıntı katsayısı (.80 ve üzeri) yönünden yapılan incelemede ise bir sorun olmadığı belirlenmiştir (Tablo 2). Bu incelemeler doğrultusunda verilere çoklu doğrusal regresyon analiz (adımsal) yöntemi uygulanmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler SPSS programı ile analiz edilmiş ve anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir (Akbulut, 2010; Büyüköztürk 2011; Can 2013).

3. Bulgular

Öğretmen adaylarında algılanan sosyal yetkinlik ve güvengenliğin psikolojik iyi oluşun anlamlı düzeyde birer yordayıcısı olup olmadığı incelenmiş ve bu bağlamda önce değişkenler arasındaki ilişkiye korelasyon analizi ile bakılmıştır (Tablo 2).

Tablo 2: Korelasyon Katsayıları

	Psikolojik İyi Oluş	Algılanan Sosyal Yet.	Güvengenlik
Psikolojik İyi Oluş	1		
Algılanan Sos. Yet.	.649**	1	

Güvengenlik	.539**	.414**	1
			(**P<.01)

Tablo 2'ye göre yukarıdaki üç değişken arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Başka bir ifadeyle öğretmen adaylarının algılanan sosyal yetkinlik ve güvengenlik düzeyleri arttıkça psikolojik iyi oluş düzeyleri de artmaktadır.

Çoklu doğrusal regresyon analizi doğrultusunda ANOVA tablosuna bakıldığında, regresyon modelinin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmüştür ($F_{1/578}=421.64$; $F_{2/577}=299.94$; $p<.01$). Bu bağlamda yordayan değişkenlerin yordama işleminde başarılı olduğu söylenebilir. Verilerin analizinde başvurulan çoklu doğrusal regresyon analiz (adımsal) sonuçları aşağıdaki tabloda sunulmuştur (Tablo 3).

Tablo 3: Psikolojik İyi Oluşun Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analiz (Adımsal) Sonuçları

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Std. Edilmiş Kat.Say.	t	İkili r	Kıs. r	R	R ²	F	df
	B	Std. Hata								
1.(Sabit)	19.34	1.20		16.12**			.649 ^a	.422	421.64**	1/578
ASY	.275	.013	.649	20.53**	.649	.649				
2.(Sabit)	11.69	1.33		8.74**			.714 ^b	.510	299.94**	2/577
ASY	.218	.014	.514	16.06**	.649	.556				
G	.136	.013	.326	10.17**	.539	.390				

ASY (Algılanan Sosyal Yetkinlik), G (Güvengenlik)

(**P<.01)

Yukarıdaki tabloya göre algılanan sosyal yetkinlik ve güvengenlik değişkenleri psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığından dolayı çoklu doğrusal regresyon analiz (adımsal) sürecinde işleme dahil edilmişlerdir. Gerek beta gerekse korelasyon değerlerine göre bu üç değişken arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Öğretmen adaylarında algılanan sosyal yetkinlik ve güvengenlik, psikolojik iyi oluşla ilgili varyansın yaklaşık olarak % 51'ni açıklamaktadır ($R=.714$; $R^2=.510$; $P<.01$).

Analiz sürecinin ilk basamağında öğretmen adaylarında algılanan sosyal yetkinliğin psikolojik iyi oluşu yordamaya ait Beta değeri .649 olarak belirlenmiştir. Beta değerinin anlamlılığına ait t testi sonucunun da anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($t=20.53$; $P<.01$). Öğretmen adaylarında algılanan sosyal yetkinlik değişkeninin tek başına psikolojik iyi oluşun yaklaşık % 42'sini açıkladığı görülmektedir ($R=.649$; $R^2=.422$).

Analizin son basamağında modele, algılanan sosyal yetkinlik değişkeninin yanında güvengenlik değişkeni de girmiştir. Bu iki değişken psikolojik iyi oluşun yaklaşık olarak % 51'ini açıklamaktadır ($R=.714$; $R^2=.510$). Modelde algılanan sosyal yetkinlik değişkeninin Beta değeri .514; güvengenlik değişkeninin Beta değeri .326 olarak belirlenmiştir. Beta değerinin anlamlılığına ait t testi sonuçları da anlamlıdır ($t_{ASY}=-16.06$; $P<.01$ / $t_G=10.17$; $P<.01$).

Modele dahil olan değişkenlerin beta değerleri ve t testi sonuçlarından hareketle algılanan sosyal yetkinlik ile güvengenlik değişkenlerinin öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluş durumlarını anlamlı düzeyde yordadığı söylenebilir. Beta değerlerine bakıldığında öğretmen adaylarının

psikolojik iyi oluşlarını ilk olarak algılanan sosyal yetkinlik değişkeninin daha sonra ise güvengenlik değişkeninin anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. Bir başka şekilde açıklamak gerekirse psikolojik iyi oluş üzerinde yordayıcı değişkenlerin görece önemi sırası sırasıyla algılanan sosyal yetkinlik ve güvengenliktir.

4. Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Yapılan çalışma sonucuna göre, öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluşları ile algılanan sosyal yetkinlik ve güvengenlik aralarında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki vardır. Buna ek olarak öğretmen adaylarında algılanan sosyal yetkinlik ile güvengenlik psikolojik iyi oluşun anlamlı düzeyde birer yordayıcısıdır. Öğretmen adaylarında bu iki değişken psikolojik iyi oluşun yaklaşık % 51'ni açıklamaktadır. Öğretmen adaylarında psikolojik iyi oluşu ilk olarak "algılanan sosyal yetkinlik" ikinci olarak "güvengenlik" anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Tarihsel süreç içerisinde 'ruh sağlığı' ile ilgili düşünce ve ölçütler değişmiştir. İnsanların ruhsal sağlık açısından bir sorununun olmaması psikolojik sağlık açısından yeterli bir ölçüt olarak görülmemiştir. Bunun ötesine geçilerek bireyin, kendisi ile ilgili olumlu bir algıya sahip olması, kendi sınırlılıklarının farkında olması, çevredeki diğer kişilerle güvene ve samimiyete dayalı ilişkiler geliştirmesi, kendi arzu ve gereksinimlerini karşılayabilecek biçimde çevresini şekillendirmesi, bağımlı olmadan özerk bir biçimde hareket edebilmesi, yaşamla ilgili amaç ve anlama sahip olması, kişisel gelişim yönünde çabalar göstermesi gibi ölçütler ruh sağlığında dikkate alınmaya başlanmıştır (Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002; Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995). Bu bağlamda artık bireylerin kaygı ve depresyon belirtilerini göstermemeleri psikolojik açıdan sağlıklı olmak için yeterli görülmemekte ve kişisel gelişimin yanı sıra çevreye hakimiyet gibi bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyleri de önemsenmektedir.

Psikolojik sağlık konusunda yaşanan bu değişimle birlikte psikolojik iyi oluş kavramı araştırmacıların odaklandıkları bir konu haline dönüşmüştür. Bir taraftan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini belirlemeye yönelik çalışmalar yapılırken diğer taraftan bireylerin psikolojik iyi oluşlarını etkileyen değişkenler araştırılmaya çalışılmıştır. Bu bağlamda yapılan çalışmalar incelendiğinde psikolojik iyi oluş değişkeninin kişilik özellikleri (Kokko, Tolvanen & Pulkkinen, 2013), yaş, cinsiyet akademik başarı, eğitim düzeyi ve evli olma, (Cenkseven, 2004; Khumalo, Temane & Wissing, 2012), öz güven (Sandhu, Singh, Tung & Kundra, 2012), fiziksel sağlık (Shields & Price, 2005), sosyal destek (Ateş, 2016a; Du, Li, Chi, Zhao & Zhao, 2015; Karademas, 2006), ve yalnızlık (Çeçen & Cenkseven, 2007) gibi değişkenlerle bağlantılı olduğu görülmüştür. Bu çalışmalardan da anlaşılacağı gibi bireylerin psikolojik iyi oluşları ile ilişkili veya bireylerin psikolojik iyi oluşlarını etkileyen birçok değişken vardır.

Bu çalışma bağlamında ise; öğretmen adaylarının algıladıkları sosyal yetkinlik değişkeni psikolojik iyi oluş değişkeninin ilk sırada önemli bir yordayıcısı olduğu ve aralarında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu ortaya çıkmıştır. Konu bağlamında ilk olarak sosyal yetkinlik ile ilgili çalışmalar incelendiğinde; üst düzeyde sosyal yetkinlik algısına sahip bireylerin stres (Torres & Solberg, 2001), depresyon (Jenkins, Goodness & Buhrmester, 2002), sosyal fobi (Muris, 2002), okul kaygısı (Magelinskaitė, Kepalaitė & Legkauskas, 2014), yalnızlık (Zhang, You, Fan, Gao, Cohen, Hsueh, et. al. 2014) vb. düzeylerinin düşük olduğu; akademik başarı (Malik & Shujja, 2013), çatışma çözme becerileri (Chow, Ruhl & Buhrmester, 2013), iletişim becerileri ve kişilerarası problem çözme becerileri (Erözkan, 2013) ve güvengenlik (Castedo, Juste & Alonso, 2015) vb. düzeylerinin ise yüksek olduğu görülmüştür.

Yukarıdaki bilgilerden hareketle gerek psikolojik iyi oluş gerekse sosyal yetkinlik değişkenleri ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde bu iki değişkenin farklı değişkenlerle birlikte incelendiği görülmüştür. Ancak psikolojik iyi oluşla algılanan sosyal yetkinlik değişkeninin birlikte incelendiği çalışmalar çok sınırlı sayıda kalmıştır (Holopainen, Lappalainen, Junntila & Savolainen, 2012, Ateş, 2016b). Bu araştırmalarda elde edilen sonuçlar incelendiğinde çalışma sonucunu destekler nitelikte oldukları görülmüştür.

Yapılan çalışma sonucuna bağlı olarak öğretmen adaylarının algılanan sosyal yetkinlik düzeyleri arttıkça psikolojik iyi oluş düzeylerinde de artış olacağı söylenebilir. Bu nokta öğretmen adaylarında psikolojik iyi oluş düzeyini artırmada farklı bir seçenek olarak onların algılanan sosyal yetkinlik düzeyleri artırılabilir. Üst düzeyde algılanan sosyal yetkinlik psikolojik iyi oluşu pozitif yönde etkileyebilir.

Öğrenciler için anne- babalarından sonra önemli birer model olan öğretmenlerin yüksek düzeyde sosyal yetkinlik algısına sahip olmaları ve bunu da davranışlarına yansıtarak öğrencilere bu konuda iyi birer model olmaları beklenir. Böylece öğrencilerinde üst düzeyde yetkinlik algısına sahip olmaları noktasında destekleyici birer model olarak öğrencilerin bu yönlerini geliştirmede etkili olabilir. Ayrıca bu değişkenin aynı zamanda psikolojik iyi oluş gibi bir değişkenle de pozitif yönde anlamlı düzeyde bir ilişkisi olduğuna dair araştırma sonucundan hareketle de öğretmen adaylarının üst düzeyde sosyal yetkinlik algısına sahip olmalarının önemi ortaya çıkmaktadır. Sonuç olarak hem sosyal yetkinlik algısı hem de psikolojik iyi oluş açısından öğretmenlerin öğrencilere uygun modeller olabilmelerinin ve bu konuda farkındalığa sahip olmanın önemli olduğu düşünülmektedir.

Yapılan bu çalışma sonucunda elde edilen diğer bulguya göre ise; algılanan sosyal yetkinlik değişkeninin yanı sıra güvengenlik değişkeninin de psikolojik iyi oluş değişkeninin ikinci sırada önemli bir yordayıcısı olmakla birlikte aralarında pozitif yönde anlamlı düzeyde bir ilişkinin de olduğu görülmüştür. Yapılan alan yazın taramasında gerek psikolojik iyi oluş değişkeni gerekse güvengenlik değişkeninin farklı değişkenlerle birlikte incelendiği çalışmalar olmakla birlikte (Du, Li, Chi, Zhao & Zhao, 2015; Güven, 2010; Khumalo, Temane &Wissing, 2012; Kokko, Tolvanen & Pulkkinen, 2013; Park, Song & Lee, 2014; Uzuntarla, Uğrak & Cihangiroğlu, 2016), bu iki değişkenin bir arada incelendiği çalışmalar az ve sınırlı sayıdadır (Ateş, 2016a).

Üniversite sürecinde bir öğretmen adayının istek ve ihtiyaçlarını uygun bir şekilde ifade edebilmesi, kişisel karar ve sorumluluklarını alabilmesi, karşılaştığı sorunlarla başa çıkabilmesi, kendi ve başkalarının haklarının farkında olabilmesi, bunları davranışlarına yansıtabilmesi beklenir. Başka bir ifade ile güvengenlik becerilerine sahip olması beklenir. Bu becerilere sahip bir öğretmen adayı kendisinin ve başkalarının haklarının farkında olarak saldırgan ve çekingen davranışlardan uzak bir biçimde isteklerini uygun bir şekilde karşılayabilir. Bir öğretmen adayının güvengen davranış becerilerine sahip olması onun üniversite süreci ve sonrasındaki mesleki, kişilerarası ilişkiler alanında etkili ve başarılı olmasını sağladığı gibi ruh sağlığı (psikolojik iyi oluş) yönünden de sağlıklı ve üst düzeyde olmasına katkı sunabilir.

Kişisel ve mesleki anlamda bir öğretmen adayının gerek sosyal yetkinlik algısı gerekse güvengenlik becerileri açısından başta öğrencileri olmak üzere çevresine iyi bir model olması beklenir. Bu değişkeninde diğer değişken gibi psikolojik iyi oluş değişkeni ile pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu göz önünde bulundurulduğunda öğretmen adaylarının hem kendileri hem de öğrencileri açısından bu değişkenler konusunda bir farkındalığa sahip olmalarının önemi ortaya çıkmaktadır. Bu çalışma sonucuna bağlı olarak psikolojik iyi oluş düzeyi yüksek öğretmen adayları yetiştirmek için onların sosyal yetkinlik algılarının ve güvengenlik

becerilerinin desteklenmesi gerektiği düşünülmektedir. Bu düşünceleri yapılan çalışma sonuçları da destekler niteliktedir. Yapılan araştırma sonucunda şu önerilerde bulunmaktadır:

-Bu çalışma Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencileri ile yürütülmüştür. Benzer bir çalışma farklı araştırma grupları ile de yürütülebilir (Örneğin Eğitim fakültesi mezunu olmayan öğretmen adayları gibi.)

-Psikolojik iyi oluşla ilişkili ya da bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyleri üzerinde etkili olabileceği düşünülen farklı değişkenlerle çalışmalar yapılabilir.

-Öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluş, algılanan sosyal yetkinlik ve güvengenlik becerilerini artırmaya yönelik koruyucu çalışmalar yapılabilir (Seminerler vb.)

Kaynaklar

- Akbulut, Y. (2010). Sosyal bilimlerde SPSS uygulamaları. İstanbul: İdeal Kültür Yayıncılık.
- Alberti, R. & Emmons, M. (2002). Kendinize yatırım yapın, atılganlık. (Çev. S. Katlan). Ankara: Hyb Yayıncılık.
- Ateş, B. (2013). İlköğretim beşinci sınıf öğrencilerinin atılganlık puanlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15 (1), 50-66.
- Ateş, B. (2016a). Perceived social support and assertiveness as a predictor of candidates psychological counselors psychological well-being. *International Education Studies*, 9 (5), 28-39.
- Ateş, B. (2016b). Üniversite öğrencilerinde akademik başarının yordayıcısı olarak psikolojik iyi oluş ve sosyal yetkinlik. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1203-1214.
- Bandura, A. (1977). Self-Efficacy: Toward a unifying theory of behavior change. *Psychological Review*, 84 (2), 191-215.
- Bandura, A. (1989). Regulation of cognitive processes through perceived self efficacy. *Developmental Psychology*, 25 (5), 729-735.
- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28 (2), 117-148.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı (15. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Can, A. (2013). SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Castedo, A. L., Juste, M. P. & Alonso, J. D. (2015). Social competence: Evaluation of assertiveness in Spanish adolescents. *Psychological Reports*, 116(1), 219-229.
- Cenkseven, F. (2004). Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Chow, C. M., Ruhl, H., & Buhrmester, D. (2013). The mediating role of interpersonal competence between adolescents' empathy and friendship quality: A dyadic approach. *Journal of Adolescence*, 36(1), 191-200.

- Cicognani, E. (2011). Coping strategies with minor stressors in adolescence: Relationships with social support, self-efficacy and psychological well-being. *Journal of Applied Social Psychology*, 41(3),559-578.
- Csikszentmihályi, M. (2005). *Akış: Mutluluk bilimi* (Çev. S. K. Akbaş). İstanbul: Hyb Yayıncılık.
- Çeçen, R. & Cenkseven, F. (2007). Psychological well-being in predicting loneliness among university students. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(2),109-118.
- Deci, L. E. & Ryan, M. R. (2008). Self-Determination theory: A macrotheory of human motivation, development and health, *Canadian Psychology*, 3,182-185.
- Du, H., Li, X., Chi, P., Zhao, J. & Zhao, G. (2015). Relational self-esteem, psychological well-being and social support in children affected by HIV. *Journal of Health Psychology*, 20(12),1568-1578.
- Erdem, Ş. & Kabasakal, Z. (2015). Psikolojik iyi olma ve yetişkin bağlanma boyutları. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(1),82-90.
- Erözkan, A. (2013). İletişim becerileri ve kişilerarası problem çözme becerilerinin sosyal yetkinliğe etkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*,13(2),731-745.
- Eryılmaz, A. (2013). Pozitif psikolojinin psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında gelişimsel ve önleyici hizmetler bağlamında kullanılması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 1(1),1-21.
- Ferris, G. R., Perrewé, P. L. & Douglas, C. (2002). Social effectiveness in organizations: Construct validity and research directions. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 9(1),49-63.
- Forgeard, M. J. C., Jayawickreme, E., Kern, M. L. & Seligman, M. E. P. (2011). Doing the right thing: Measuring wellbeing for public policy. *International Journal of Wellbeing*, 1(1),79-106.
- Güven, M. (2010). An analysis of the vocational education undergraduate students' levels of assertiveness and problem-solving skills. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2, 2064-2070.
- Holopainen, L., Lappalainen, K., Junttila, N. & Savolainen, H. (2012). The role of social competence in the psychological well-being of adolescents in secondary education. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 56(2),199-212.
- Jenkins S. R., Goodness, K. & Buhrmester, D. (2002). Gender differences in early adolescents' relationship qualities, self-efficacy and depression symptoms. *The Journal of Early Adolescence*, 22(3), 277-309.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi* (24. Baskı). Ankara: Nobel Yayınevi.
- 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.
- Khumalo, I. P., Temane, Q. M. & Wissing, M. P. (2012). Socio-demographic variables, general psychological well-being and the mental health continuum in an African context. *Social Indicators Research*, 105(3),419-442.

- Kokko, K., Tolvanen, A. & Pulkkinen, L. (2013). Associations between personality traits and psychological well-being across time in middle adulthood. *Journal of Research in Personality*, 47(6), 748-756.
- Kuyumcu, B. (2012). Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş duygusal farkındalık ve duygularını ifade etmelerinin ülke ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(2),1-24.
- Magelinskaitė, Š., Kepalaitė, A. & Legkauskas, V. (2014). Relationship between social competence, learning motivation and school anxiety in primary school. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 116,2936-2940.
- Malik, F. & Shujja, S. (2013). Social competence and school systems as predictor of academic achievement in high and low achieving Pakistani school children. *Journal of Behavioural Sciences*, 23(1),77-92.
- Malkoç, A. & Yalçın, İ. (2015). Üniversite öğrencilerinde psikolojik dayanıklılık, sosyal destek, başa çıkma ve iyi-oluş arasındaki ilişkiler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43),35-43.
- Muris, P. (2002). Relationships between self-efficacy and symptoms of anxiety disorders and depression in a normal adolescent sample. *Personality and Individual Differences*, 32, 337-348.
- Palancı, M. (2004). Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı problemlerini açıklama ve gidermeye yönelik gerçeklik terapisi oryantasyonlu bir yardım modelinin geliştirilmesi. *Yayınlanmamış Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.*
- Park, N., Song, H. & Lee, K. M. (2014). Social networking sites and other media use, acculturation stress and psychological well-being among East Asian college students in the United States. *Computers in Human Behavior*, 36,138-146.
- 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(1),141-166.
- Rydell, A.M., Hagekull, B. & Bohli G.(1997). Measurement of two social competence aspects in middle childhood. *Developmental Psychology*, 33(5), 824-833.
- 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.
- 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.
- Ryff, C. D. & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*,9(1),13-39.
- Sandhu, D., Singh, B., Tung, S. & Kundra, N. (2012). Adolescent identity formation, psychological well-being and parental attitudes. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 27(1),89-105.

- Segrin, C. & Taylor, M. (2007). Positive interpersonal relationships mediate the association between social skills and psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 43, 637-646.
- Shields, M. A. & Price, S. W. (2005). Exploring the economic and social determinants of psychological well-being and perceived social support in England. *Journal of the Royal Statistical Society*, 168(3),513-537.
- Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2010). Teacher self-efficacy and teacher burnout: A study of relations. *Teaching and Teacher Education*, 26,1059-1069.
- Telef, B. B. (2011). Psikolojik iyi oluş ölçeği (PİOO): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. 11. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, 3-5 Ekim, Selçuk- İzmir.
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği (PİOO): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 374-384.
- Torres, J. B. & Solberg, S. V. (2001). Role of self-efficacy, stress, social integration and family support in Latino college student persistence and health. *Journal of Vocational Behavior*, 59, 53-63.
- Uz-Baş, A. (2010). Sınıf-temelli bir sosyal beceri eğitimi programının ilköğretim dördüncü sınıf öğrencilerinin güvengenlik ve saldırganlık düzeyleri üzerindeki etkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7 (2),731-747.
- Uzuntarla, Y., Uğrak, U. & Cihangiroğlu, N. (2016). Sürekli kaygı ile atılganlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 9 (42),1704-1711.
- Voltan-Acar, N. & Öğretmen, T.(2007). Kendini belirleme (güvengenlik) ölçeği geliştirme çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 67-78.
- Voltan-Acar, N. & Whirter Mc. J. (2000). Ergen ve çocukla iletişim (öğretme, destekleme ve çocuk yetiştirme sanatı). Ankara: Us-A Yayıncılık.
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrast of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64,678-691.
- Zhang, F., You, Z., Fan, C., Gao, C., Cohen, R., Hsueh, Y., et. al. (2014). Friendship quality, social preference, proximity prestige, and self-perceived social competence: Interactive influences on children's loneliness. *Journal of School Psychology*, 52(5),511-526.

Extended Summary

1. Introduction

The studies on well-being have generally been discussed within the scope of two traditions. One of these traditions is hedonistic tradition, and the other is eudemonic tradition. Its conceptual equivalent in psychology is psychological well-being (Deci and Ryan, 2008; Keyes, Shmotkin and Ryff, 2002; Ryff and Singer, 2008). Psychological well-being is individuals' being aware of their targets, capacity, responsibilities and relationships (Ryff and Keyes, 1995). It has been noticed in the studies carried out on the concept of psychological well-being that this concept is correlated with various variables. Within the framework of this study, the concept of well-being was investigated with the variables of social competence and assertiveness.

Social competence that is considered to be correlated with psychological well-being is defined as the individuals' ability of starting and maintaining positive social relationships and sharing with their surroundings (Rydell, Hagekull and Bohli, 1997). Social competence is expressed as individuals' level and being of influential in their social relationships (Ferris, Perrewé and Douglas, 2002). Assertiveness that is considered to be efficient upon individuals' being well and that is correlated with the social side of individuals is defined as "individuals' ability of having awareness on their own rights and rights of the others except from them, and putting this into action" (Ateş, 2013).

Several university students (pre-service teachers), in general, meet with a new area of life that is away from their families during the university process. It has been considered that university students' both maintaining efficient interpersonal relationships and protecting their psychological health depend upon their perception of social competence and assertiveness together with their level of well-being. In this sense, having knowledge on psychological well-being of the university students, their perceived social competences and assertiveness skills are remarkable in terms of protective mental health and increasing the level of awareness. Therefore, in this research, it was aimed to investigate to what extent the variables of perceived social competence and assertiveness of the pre-service teachers predicted their level of psychological well-being.

2. Method

This research was carried out depending upon relational screening model. The study group of the research included totally 580 students studying at Erzincan University, Faculty of Education in 2015-2016 academic year including 205 male (35.3%) and 375 female (64.7%) determined with simple random sampling method. Age average of the research group was 21.15. Psychological Well-Being Scale, Social Self-Efficacy Perception Scale, Voltan-Acar Assertiveness Inventory, and Personal Information Form were used as the data collection tools in the research. Gathered data were analyzed with multi-linear regression analysis.

3. Findings, Discussion and Results

According to the result of the study, there was a positive significant relationship between psychological well-being and perceived social competence and assertiveness of pre-service teachers. Additionally, perceived social competence and assertiveness in pre-service teachers were significant predictors of psychological well-being. In pre-service teachers, these two

variables explained nearly 51% of the psychological well-being. In terms of the pre-service teachers, psychological well-being was firstly predicted by “perceived social competence” and secondly by “assertiveness” significantly.

Within the historical process, thoughts and criteria on “mental health” have changed. Human’s not having a problem in terms of mental health has not been considered as an adequate criterion for psychological health. Due to the change experienced in psychological health, the concept of psychological well-being has become one of the focal points for the researchers. The studies on determining the psychological well-being levels of the individuals have been carried out, on the one hand, and the variables affecting the psychological well-being of the individuals have been investigated, on the other. In this sense, it was noticed when the studies were reviewed that the variable of psychological well-being was correlated with the variables such as age, gender, academic success, level of education and marital status (Cenkseven, 2004; Khumalo et al., 2012), self-confidence (Sandhu, Singh, Tung and Kundra, 2012), physical health (Shields and Price, 2005), and social support (Ateş, 2016a; Du, Li, Chi, Zhao and Zhao, 2015; Karademas, 2006).

In this study, it was revealed that the variable of social competence perceived by the pre-service teachers was the primary predictor of psychological well-being, and there was a positive significant relationship between these two. It was noticed during the analyses performed within the framework of the research that the studies investigating psychological well-being and the variable of social competence together were limited (Holopainen, Lappalainen, Junntila and Savolainen, 2012; Ateş, 2016b). Depending upon the result of the study, it was possible to mention that as the perceived social competence levels of the pre-service teachers increased, increase at their psychological well-being levels appeared, as well. This could improve the perceived social competence levels of the pre-service teachers as a different choice for increasing the psychological well-being levels, as well.

According to another finding obtained at the end of this study, it was noticed that the variable of perceived social competence was second significant predictor of psychological well-being and the variable of assertiveness, and there was a positive significant relationship between these two. In literature review, it was determined that there were studies investigating the variable of psychological well-being and assertiveness with different variables (Du et al., 2015; Güven, 2010; Khumalo et al., 2012; Kokko et al., 2013; Park, Song and Lee, 2014; Uzuntarla, Uğrak and Cihangiroğlu, 2016); however, the number of studies investigating both of these two variables together were limited (Ateş, 2016a).

During to university process, a pre-service teacher is expected to express their requests and needs appropriately, to take their personal decisions and responsibilities, to cope with the problems they encounter, to be aware of the rights of their own and the others, and to reflect these into their behaviors. In other words, they are expected to have assertiveness skills. A pre-service teachers’ having the skills of assertive behavior skills provide them to be influential and successful during and after the university process, and make contributions upon being healthy and at a high level in terms of mental health (psychological well-being).

In personal and professional sense, a pre-service teacher is expected to be a good role model for their surrounding including the students, as the leading, in terms of their both social competence perception and assertiveness skills. When considering that this variable is positively and significantly correlated with the variable of psychological well-being, the significance of pre-service teachers’ having these two awareness for their own and students appears. Depending upon the result of this study, it was possible to mention that it was necessary to support social

competence perceptions and assertiveness skills in order to train pre-service teachers with high psychological well-being levels.

Araştırma makalesi: Ateş, B. ve Çelik, O. (2018). Öğretmen adaylarında psikolojik iyi oluşun yordayıcısı olarak algılanan sosyal yetkinlik ve güvengenlik. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20 (2), 444-460.