



EDUCATIONE


Öğretmenlerin Psikolojik İyi Oluşlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi: Yüksekova Örneği¹

Examining Teachers' Psychological Well-Being According to Some Variables: Yüksekova Example



Yazar Bilgisi/ Author Information

Aylin ARSLAN

 Sorumlu yazar, Uzm. Psikolojik Danışman, Millî Eğitim Bakanlığı, Kocaeli/ Türkiye, tunaliaylin@gmail.com

Gülşah TURA

 Dr. Öğr. Üyesi, Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli/Türkiye, gulsah.tura@kocaeli.edu.tr

Makale Bilgisi/ Article Info

Makale Türü/ Article Type : Araştırma Makalesi / Research Article
Geliş Tarihi/ Received : 18.10.2021
Kabul Tarihi /Accepted : 05.08.2022
Yayın Tarihi/Published : 19.10.2022

Atıf / Cite

Arslan, A. ve Tura, G. (2022). Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi: Yüksekova örneği. *EDUCATIONE*, 1(2), 212-234.

¹ Bu çalışma birinci yazarın ikinci yazar danışmanlığında tamamladığı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Özet

Bu araştırmada öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarını, algılanan sosyal destek, yaşamda anlam ve amaç bulma, kişisel gelişim yönelimi ve bazı demografik değişkenler açısından incelemek amaçlanmıştır. Araştırma grubu, Hakkâri ilinin Yüksekova ilçesinde görev yapan 174'ü kadın, 110'u erkek olan toplam 284 öğretmenden oluşmaktadır. Araştırma modeli, ilişkisel tarama modelidir. Araştırmanın verileri toplanırken, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği, Kişisel Gelişim Yönelimi- II Ölçeği ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Kullanılan istatistiksel teknikler; Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi, Çoklu Regresyon Analizi, Bağımsız Örneklemeler T-Testi, Tek Faktörlü Varyans Analizi, Kruskal Wallis-H testi ve Mann Whitney-U testidir. Araştırma sonucunda, öğretmenlerin psikolojik iyi oluşu ile algıladıkları sosyal destek, yaşamda anlam ve amaç bulmaları ve kişisel gelişim yönelimleri arasında olumlu yönde, orta düzeyde, anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Öğretmenlerin yaşamda anlam ve amaç bulmaları ve kişisel gelişim yönelimlerinin bir arada psikolojik iyi oluşlarındaki toplam varyansın %30'unu açıklıyor olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca idaresinin desteğini hissettiğini ifade eden öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarının, idaresinin desteğini hissedemediğini ifade eden öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarından daha yüksek olduğu sonucuna da ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: *Psikolojik iyi oluş, Algılanan sosyal destek, Yaşamda anlam ve amaç bulma, Kişisel gelişim yönelimi.*

Abstract

In this research, it is aimed to examine teachers' psychological well-being in terms of perceived social support, finding meaning and purpose in life, personal development orientation and some demographic variables. Research group; It consists of 284 teachers, 174 women and 110 men, working in Yüksekova district of Hakkari province. The research model is the relational screening model. While collecting the data of the research; Psychological Well-Being Scale, Multidimensional Perceived Social Support Scale, Meaning and Purpose of Life Scale, Personal Development Orientation-II Scale and personal information form were used. Statistical techniques used; Pearson Product-Moment Correlation Analysis, Multiple Regression Analysis, Independent Samples T-Test, Single Factor Analysis of Variance, Kruskal Wallis-H test and Mann Whitney-U test. As a result of the research, it was seen that there was a positive, moderate, significant relationship between teachers' psychological well-being and their perceived social support, finding meaning and purpose in life, and personal development orientations. It was concluded that teachers' finding meaning and purpose in life and their personal development orientations together explain 30% of the total variance in their psychological well-being. In addition, it was concluded that the psychological well-being of the teachers who stated that they felt the support of their administration was higher than the psychological well-being of the teachers who stated that they could not feel the support of their administration.

Keywords: *Psychological well-being, Perceived social support, Finding meaning and purpose in life, Personal development tendency.*

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Psychological well-being; It is defined as having an individual's insight about himself, continuing his life with full function and self-realization. The basis of the concept of psychological well-being is the ability of the individual to live in harmony with his own self. The concept of psychological well-being as used today; It is known that it was put forward by Ryff as a result of experimental research in the 1980s. Ryff; He said that the concept of subjective well-being neglected the approach related to positive functioning and based the concept of psychological well-being on the "Multidimensional Model of Psychological Well-being" (Ryan & Deci, 2008; Ryff, 1989a). Six dimensions of psychological wellbeing are mentioned in the "Multidimensional Model of Psychological Well-being". These dimensions are; It is known as finding a life purpose, establishing positive relationships with other people, selfacceptance, personal development, dominating the environment and autonomy (Ryff, 1989a; Ryff, 1989b). Focusing on personal development, sustaining life in a meaningful and purposeful way, and establishing meaningful relationships are considered as existential needs. Psychological well-being can also be achieved by meeting the existential needs of the individual (Keyes, Shmotkin, & Ryff, 2002).

The research was carried out with teachers, who are seen as the most important profession in meeting the education needs of the society. Teachers sometimes spend more time and effort for the children of the society than parents (Ayas, 2009). It is thought that determining which variables are associated with the psychological well-being of individuals who continue this profession will be effective in shaping the future of the society and the adults of tomorrow who take teachers as a model in a healthy way. The teachers who make up the research group are the teachers working in Yüksekova district. Yüksekova is known as a rural area where living standards are difficult (Gökburun, 2018). It is thought that examining the psychological well-being of teachers working in Yüksekova can contribute to teachers working in a region with difficult living conditions in terms of finding answers about how they can be better psychologically.

Method

Relational survey model was used in the study because it was aimed to detect an existing situation. Screening studies; It is known as research that aims to describe the views of large masses (Büyüköztürk and others, 2013). Working group; It consists of 284 teachers selected by simple random sampling method, continuing to work in Hakkari district of Yüksekova province.

Data collection tools used in the research; information form, Psychological Well-Being Scale, Multidimensional Perceived Social Support Scale, Meaning and Purpose of Life Scale and Personal Development Orientation Scale-II. The application of the research was carried out in the fall semester of the 2020-2021 academic year. Psychological Well-Being Scale, Multidimensional Perceived Social Support Scale, Meaning and Purpose of Life Scale, Personal Development Orientation-II Scale and information form were administered to the participants via the online form. It took an average of 10 minutes to answer the data collection tools.

Findings

In this reasarch, it was concluded that there is a moderate, positive and significant relationship between teachers' perceived social support, finding meaning and purpose in life, personal development orientations and psychological well-being. It was concluded that teachers' finding meaning and purpose

in life and their personal development orientations together explain 30% of the total variance in their psychological well-being. In addition, it was concluded that the psychological well-being of the teachers who stated that they felt the support of their administration was higher than the psychological well-being of the teachers who stated that they could not feel the support of their administration.

Results and Discussion

According to the results obtained in the research; It is thought that teachers' having a positive perception towards the social support environment, making sense of their lives and advancing towards a goal in the process of self-development enable teachers to feel better psychologically by enabling them to realize themselves and grow personally. In addition, it can be commented that teachers' feeling of support from their administration contributes to their being more peaceful and happy in their working environment and thus makes teachers feel better psychologically.

Another finding in the study; It was concluded that teachers' finding meaning and purpose in life and personal development orientations together explain 30% of the total variance in their psychological well-being. The relative importance of these variables on psychological well-being; It was also concluded that it can be listed as finding meaning and purpose in life and personal development orientation. In a study conducted by Göçen (2019) with teachers, the effect of the meaning of life on teachers' psychological well-being was examined. In the study, it was seen that the present meaning, one of the dimensions of life meaning, explained 55.7% of the total variance in teachers' psychological well-being. Based on these findings, it can be interpreted that the individual's belief that he/she lives his/her life in a meaningful and purposeful way and the individual's need for positive development have a positive effect on the psychological well-being of the individual, as they enable the individual to continue his/her life in a way that will gain full function.

The psychological well-being scores of teachers who feel the support of their administration are higher than those of the teachers who do not feel the support of their administration. According to Pepper and Thomas (2002), teachers' positive perceptions of the school climate reduce their job stress and burnout levels. In line with the studies in the literature, the higher psychological well-being of teachers who feel the support of their administration can be explained by their lower work stress and burnout (Günay & Çelik, 2019; Demir, 2018; Köylü & Gündüz, 2019).

GİRİŞ

Öğretmenliğin yeryüzündeki en eski mesleklerden biri olduğu bilinmektedir ve öğretmenlik toplumdaki eğitim ihtiyacını karşılamada en önemli meslek olarak görülmektedir. Öğretmenler zaman zaman toplumun çocukları için anne ve babalardan daha çok zaman ve çaba harcamaktadır (Ayas, 2009). Bu mesleği sürdüren fertlerin psikolojik iyi oluşlarının hangi değişkenlerle ilişkili olduğunu tespit etmenin, öğretmenleri model alan yarının yetişkinlerini ve toplumun geleceğini, sağlıklı bir şekilde şekillendirebilmek için etkili olacağı düşünülmüştür. Araştırmada psikolojik iyi oluş kavramı; algılanan sosyal destek, yaşamda anlam ve amaç bulma ve kişisel gelişim yönelimi kavramları yönünden incelenmiştir. Literatürde psikolojik iyi oluş kavramını bu kavramlar açısından inceleyen çalışmalar mevcuttur (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002; Sorias, 1988a). Bu araştırmada farklı olarak bu kavramlar öğretmenler örnekleminde incelenmiştir. Araştırma grubunu oluşturan öğretmenler Yüksekova ilçesinde çalışan öğretmenlerdir. Yüksekova yaşam standartlarının zorlu olduğu, kırsal bir bölge olarak bilinmektedir (Gökburun, 2018). Yüksekova'da çalışan öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarının incelenmesinin, zorlu yaşam şartları olan bir bölgede çalışan öğretmenlere, psikolojik olarak nasıl daha iyi olabilecekleri ile ilgili cevap bulabilmeleri açısından araştırmanın katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Psikolojik iyi oluş; bireyin kendisiyle ilgili iç görüye sahip olması, yaşamı tam fonksiyonda bulunarak sürdürmesi ve kendini gerçekleştirme olarak tanımlanmaktadır. Psikolojik iyi oluş kavramının temelinde bireyin kendi benliğiyle uyumlu yaşayabilme kabiliyeti vardır. Günümüzde kullanıldığı anlamda psikolojik iyi oluş kavramının; 1980'li yıllarda deneysel araştırmalar sonucu Ryff tarafından ortaya atıldığı bilinmektedir. Ryff, öznel iyi oluş kavramının pozitif işlevde bulunma ile ilgili yaklaşımı ihmal ettiğini söylemiş ve psikolojik iyi oluş kavramını "Çok Boyutlu Psikolojik İyi Olma Modeli"ne dayandırmıştır (Ryan ve Deci, 2008; Ryff, 1989a). "Çok Boyutlu Psikolojik İyi Olma Modeli"nde psikolojik iyi oluşun altı boyutundan bahsedilmektedir. Bu boyutlar; yaşam amacı bulma, diğer insanlarla olumlu ilişkiler kurma, kendini kabul etme, kişisel gelişim, çevreye hakim olma ve özerklik olarak bilinmektedir. Yaşam amacı bulma boyutundan, kişinin yaşamda anlamlı bir amaca sahip olduğuna ilişkin taşıdığı inanç; diğer insanlarla olumlu ilişkiler kurma boyutundan, bireyin çevresiyle kurduğu kaliteli ilişkiler; kendini kabul boyutundan, bireyin yaşantılarını olumlu bir bakış açısıyla değerlendirmesi; kişisel gelişim boyutundan, sürekli gelişme ve büyüme ihtiyacına sahip olma; çevresel hakimiyet boyutundan, bireyin çevresini etkili bir şekilde düzenleme ve yönetme

kapasitesi olarak bahsedilebilmektedir (Ryff, 1989a; Ryff, 1989b). Araştırmada da psikolojik iyi oluş; algılanan sosyal destek, yaşamda anlam ve amaç bulma ve kişisel gelişim yönelimi değişkenlerine göre incelenmiştir. Bireyin psikolojik iyi oluşunun yüksek olmasının bireye olumlu katkıları olmaktadır. Bunlardan biri psikolojik iyi oluşu yüksek olan kişilerin anlamlı ilişkiler sürdürdüğü bir sosyal destek çevresine sahip olması olarak bilinmektedir (Sorias, 1988a).

Sosyal destek çevresi, kişinin psikolojik çevresinde bulunmaktadır. Algılanan sosyal destek kavramı da, bireyin kurduğu güvenilir ilişkiler yoluyla sosyal destek çevresinden yararlanma düzeyi olarak ele alınmaktadır. Algılanan sosyal destek, kişinin etkileşim ve paylaşım içinde olduğu insanların, bazı durum ve olaylarda gösterdikleri destekleyici nitelikteki tutumların kişi tarafından içsel olarak değerlendirilmesi ve kişi tarafından bu tutumlar üzerine düşünülmesi olarak ele alınabilmektedir. Bu kavram; değer gördüğümüzü, sevdiğimizizi düşünmemizi ve diğerleriyle ilişkilerimizi iyi olarak algılamamızı içermektedir (Barrera, 1986). Diğer insanlarla, birey tarafından iyi olarak algılanan, temeli sevgiye dayalı olan bir ilişki kurmak; bireyin yaşam ödevlerinden birini gerçekleştirmesini sağladığı için bireyin yaşamdaki anlam arayışı üzerinde de olumlu bir etkiye sahip olduğu düşünülmektedir (Adler, 2017).

Yaşamın anlamını ve amacını araştırmak insanın bir özelliği olarak görülmektedir. Bu yüzden varlığının anlamsız ve amaçsız olduğuyla ilgili bir inanç, insanları eylemsizliğe götürmektedir. Bunlara bağlı olarak yaşamın insandan bağımsız bir anlamı ve amacı olamayacağı söylenebilmektedir (Corey, 2014). Yaşamda anlam arayışının, insan için temel bir güdü olduğu bilinmektedir. Anlam, kişinin yalnızca kendisi tarafından bulunabilir oluşuyla özel bir yapıya sahip olmaktadır. Her insanın yaşamında bulabileceği ve uğruna çaba harcayabileceği bir görevi vardır ve herkes bu görevi, eşsiz bir görev olarak görmektedir. Yaşamın anlamıyla ilgili görüşler, yaşayan insan sayısı kadar çeşitli olmaktadır (Frankl, 2019). Adler (2017), yaşamın anlamını üç temel yaşam ödevi üzerinden açıklamaktadır. Bu ödevler; diğer insanlarla sevgi temelli ve duyguların paylaşımını içeren bir ilişki kurmak, çalışarak insanlığın yaşamına katkı sağlamak ve kendimizi kişisel ve bedensel yönden geliştirmek olarak görülmektedir.

Başkalarının desteği olmadan kendine ve başkalarına yardım etme ve kendini geliştirme eylemine kişisel gelişim denilmektedir. Kişisel gelişim yönelimi ise; kendini geliştiren, büyüyen ve olgunlaşan bireyin bu süreçte amaçlı olarak ilerleyebilmesi olarak ele alınmaktadır. İlerleme, birey tarafından istek ve gayretle devam ederek

bilinçli bir şekilde gerçekleşmektedir. Kişisel gelişim sürecine hakimiyet başka etkenlerin etkisi olmaksızın bireyin bağımsız hareket edebilme becerisine ve değişim için sahip olduğu motivasyona bağlı olmaktadır (Yalçın ve Malkoç, 2013). Cohen ve Shama'i'ye (2010) göre kişisel gelişime odaklanan bireyler, psikolojik iyi oluşa ve pozitif hislere de sahip olmaktadır (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002).

Araştırmada; öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarını; algılanan sosyal destek, yaşamda anlam ve amaç bulma, ve kişisel gelişim yönelimi açısından incelemek istenmektedir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır;

1. Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile algılanan sosyal destek ve bu değişkenin alt ölçekleri arasında manidar bir ilişki var mıdır?
2. Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile yaşamda anlam ve amaç bulma ve bu değişkenin alt ölçekleri arasında manidar bir ilişki var mıdır?
3. Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile kişisel gelişim yönelimi ve bu değişkenin alt ölçekleri arasında manidar bir ilişki var mıdır?
4. Öğretmenlerin algıladıkları sosyal destek, yaşamda anlam ve amaç bulmaları ve kişisel gelişim yönelimleri bir arada psikolojik iyi oluşlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
5. Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları okul idaresinin desteğini hissedebilme/hissedememe durumları, cinsiyet, medeni durum ve branşa göre farklılık göstermekte midir?

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırmada mevcut bir durumu tespit edebilmek amaçlandığı için ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Geniş kitlelerin görüşlerini göstermeyi amaçlayan araştırmalar, tarama araştırmaları olarak bilinmektedir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2013). Tarama modelinin türü olan ilişkisel tarama modelinin ise; değişkenler arasında değişim olup olmadığını ve bu değişimin seviyesini belirlemeyi amaçladığı bilinmektedir (Karasar, 2005).

Çalışma Grubu

Çalışma grubu; Hakkari ilinin Yüksekova ilçesinde çalışmaya devam eden, basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilmiş 174'ü kadın, 110'u erkek 284 öğretmenden oluşmaktadır. Kişisel bilgi formu ile öğretmenlerden; cinsiyet, medeni durum, branş ve idarelerinin desteğini hissedip hissedememe durumlarıyla ilgili bilgiler

edinilmiştir. Bu bilgilere göre katılımcıların %61.3'ünün kadın, %38.7'sinin erkek; katılımcıların %32.7'si evli, %67.2'ü bekar; katılımcıların %13,7'si Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, %10.2'si Matematik, %8.1'i Fen Bilimleri, %21.5'u Sosyal Bilimler, %8.5'u Yabancı Dil, %1.8'i Görsel Sanatlar ve Müzik, %4.2'si Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi, %15.5'u Sınıf Öğretmenliği, %9.9'u Okul Öncesi ve Özel Eğitim, %1.4'ü Beden Eğitimi, %3.2'si Bilişim Teknolojileri ve %2.1'i Meslek Dersleri branşlarındandır. Ayrıca katılımcıların %72.8'i idarelerinin desteğini hissedebildiklerini, % 24.3'ü idarelerinin desteğini hissedemediklerini söylemiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları; kişisel bilgi formu, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ve Kişisel Gelişim Yönelimi Ölçeği-II'dir.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu ile katılımcılardan cinsiyet, medeni durum, branş ve okul idaresinin desteğini hissetme/hissedememe durumlarıyla ilgili bilgiler edinilmiştir.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği; olumlu ilişkiler kurma, yeterlik hisleri, anlamlı ve amaçlı bir yaşama sahip olma gibi insanla ilgili önemli öğeleri tanımlamaktadır. 8 maddeden oluşan ölçek, Diener ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilmiş ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (Psychological Well-Being Scale) olarak adlandırılmıştır. Daha sonra ölçeğin ismi daha uygun olacağı düşünülerek "Flourishing Scale" olarak değiştirilmiştir. Türkçe'ye Telef (2013) tarafından "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği" olarak uyarlanmıştır. Ölçek 1 ile 7 aralığında bir derecelendirme ölçeğidir. Ölçeğin bütün maddeleri olumludur. Toplam puan 8 ile 56 arasında değişmektedir. Alınan yüksek puan kişinin psikolojik kaynak ve güce sahip olduğunu göstermektedir (Diener ve arkadaşları, 2009). Ölçeğin iç tutarlık hesaplaması sonucunda Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .85 olarak bulunmuştur.

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (Multidimensional Scale of Perceived Social Support) Amerika Birleşik Devletleri'nde Zimet ve Dahlem (1988) tarafından geliştirilen ve ülkemizde uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarını Eker, Arkar ve Yıldız'ın (2001) yaptığı bir sosyal destek ölçeği olarak bilinmektedir. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin 3 alt boyutu vardır ve her alt boyut 4 madde içermektedir. Bu alt boyutlar; aile, arkadaş ve özel bir

insan olmaktadır. Her alt ölçekteki maddelerin toplanmasıyla alt ölçeğin puanı, testteki tüm maddelerin toplanmasıyla ölçeğin toplam puanı elde edilmektedir. Toplam puan 12 ile 84 arasında değişmektedir. Toplam puanın yüksek olması algılanan sosyal desteğin de yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçek 7 aralıklı olarak derecelendirilmiştir. “Kesinlikle hayır=1”, “Kesinlikle evet=7”dir (Eker ve Arkar, 1995). Ölçeğin iç tutarlık hesaplaması sonucunda Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Özel bir insan alt ölçeği için hesaplanan Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .71, aile alt ölçeği için hesaplanan Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .81, arkadaş alt ölçeği için hesaplanan Cronbach Alpha .76 olarak bulunmuştur.

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Skrabski ve arkadaşlarının (2005), Morgan ve Farsides’in (2009), DeWitz’in (2004), Reker, Francis ve Hills’in (2005), Steger ve Frazier’in (2006), Beck’in (1974), Lange ve arkadaşlarının (2003) ve Bahadır’ın (1999) araştırmalarından yararlanılarak Aydın, Kaya ve Peker (2015) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin amacı bireyin yaşamındaki anlam düzeyini belirlemek ve bunu ifade etme tarzını ölçmektir. Ölçek 17 maddeden oluşmaktadır ve 5’li likert tipinde olmaktadır. Ölçekte 11 olumlu, 6 olumsuz ifade bulunmaktadır. Olumsuz ifadeler tersten derecelendirilerek değerlendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 17, en yüksek puan 85 olmaktadır. Ölçek iki faktörlü bir yapıda ele alınmaktadır. Faktörlerden biri “Hayatın Anlam ve Amacı” diğeri ise “Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu olarak ayrılmaktadır. 1.2.3.5.6.7.9.11.12.15. ve 17. maddeler “Hayatın Anlam ve Amacı” boyutunu açıklarken, 4.8.10,13.14. ve 16. maddeler “Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu” boyutunu açıklamaktadır (Aydın, Kaya ve Peker, 2015). Ölçeğin iç tutarlık hesaplaması sonucunda Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .80 olarak bulunmuştur. Hayatın anlam ve amacı alt ölçeği için hesaplanan Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .88, hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu alt ölçeği için hesaplanan Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .94 bulunmuştur.

Kişisel Gelişim Yönelimi Ölçeği-II

Kişisel gelişim yönelimi; bireyin kendini gerçekleştirme sürecinde amaçlı olarak ilerlemesi olarak görülmektedir. Kişisel Gelişim Yönelimi Ölçeği, kişinin kişisel gelişim süreci ile ilgili olarak ayrıntılı değerlendirme yapmasını sağlamak için geliştirilmiştir. Robitschek ve diğerleri (1998) tarafından geliştirilen Kişisel Gelişim Yönelimi Ölçeği, 9 maddeden oluşun, 0 ile 5 arasında derecelendirilmiş, 6’lı likert tipi

bir ölçek olarak bilinmektedir. Kişisel gelişim yönelimi; bilişsel ve davranışsal faktörleri bir arada bulunduran bir kavram olmasına rağmen Robitschek'in geliştirdiği ölçeğin faktör analizinde ölçeğin tek boyutlu olduğu görülmüştür. Bu gereksinime bağlı olarak da Kişisel Gelişim Yönelimi Ölçeği'nin özgün hali genişletilerek Kişisel Gelişim Yönelimi Ölçeği-II (Personal Growth Initiative Scale-II) adıyla yeni bir ölçek geliştirilmiştir. Türkçe'ye uyarlama çalışması Yalçın ve Malkoç (2013) tarafından yapılmıştır. Ölçek 16 maddeden oluşmaktadır ve çok boyutludur. 0 ile 5 arasında derecelendirme yapılan, 6'lı likert tipi bir ölçek olmaktadır. Ölçekten alınan puanlar 0-80'dir (Robitschek ve diğerleri, 1998; Yalçın ve Malkoç, 2013). Planlı olma ve değişime hazır olma alt ölçekleri, kişisel gelişim yöneliminin bilişsel boyutları; amaçlı davranış ve kaynakları kullanma alt ölçekleri, kişisel gelişim yöneliminin davranışsal boyutları olarak ele alınmıştır. Ölçeğin alt ölçeklerinin iç tutarlılık katsayıları Cronbach Alfa 0.81-0.89, ölçeğin tümünün iç tutarlılığı Cronbach Alfa 0.89 olarak bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel çözümlenmesi SPSS (Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı) 17.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır. Araştırma verileri için kullanılması gereken istatistiksel analiz yöntemlerinin tespit edilmesi amacıyla verilerin normallik incelemesi yapılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Tabachnick ve Fidell'e (2013) göre, verilerin çarpıklık ve basıklık katsayılarının +1,5 ile -1,5 arasında olması, verilerin normal dağılım gösterdiğini göstermektedir. Bu bilgi doğrultusunda araştırmada normal dağılım gösteren verilerde parametrik testler kullanılmıştır.

Psikolojik iyi oluş ile çok boyutlu algılanan sosyal destek, yaşamda anlam ve amaç bulma, kişisel gelişim yönelimi ve bu değişkenlerin alt ölçekleri arasındaki ilişkiye Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi tekniği ile bakılmıştır. Algılanan sosyal destek, yaşamda anlam ve amaç bulma ve kişisel gelişim yönelimi değişkenlerinin bir arada, psikolojik iyi oluşu yordama düzeylerini belirlemek için Çoklu Regresyon Analizi tekniği kullanılmıştır. Kişisel bilgi formu ile katılımcılardan; okul idaresinin desteğini hissedebilme/hissedememe durumlarıyla ilgili bilgi alınmıştır. Psikolojik iyi oluşun, kişisel bilgi formu ile bilgisi alınan nitel değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığını görebilmek için; psikolojik iyi oluş ile normal dağılım gösteren iki kategorili değişkenlerde Bağımsız Örneklem T-Testi, ikiden fazla kategorili değişkenlerde Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) tekniği kullanılmıştır.

Psikolojik iyi oluş ile normal dağılım göstermeyen ikiden fazla kategorili değişkenlerde ise Kruskal Wallis-H Testi kullanılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde, araştırma sürecinde toplanan veriler ile elde edilen istatistiksel bulgulara ve bu bulguların açıklamalarına yer verilmiştir. Tablo 1’de psikolojik iyi oluş ile algılanan sosyal destek ve algılanan sosyal desteğin alt ölçekleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Tablo 1. ÇB Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Sonuçları

Ölçekler ve Alt Ölçekler	A	B	C	D
Psikolojik İyi Oluş (A)				
ÇB Algılanan Sosyal Destek (B)	.46*			
ÇB Algılanan Sosyal Destek- Özel Bir İnsan (C)	.31*	.83*		
ÇB Algılanan Sosyal Destek-Arkadaş (D)	.41*	.95*	.72*	
ÇB Algılanan Sosyal Destek-Aile (E)	.52*	.91*	.61*	.83*

Tablo 1’de, ÇB Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeğinin Pearson momentler çarpımı korelasyon sonuçları verilmiştir. Büyüköztürk’e (2004) göre, korelasyon katsayısının, mutlak değer olarak, .70-1.00 olması yüksek seviyede korelasyonu, .69-.30 olması orta seviyede korelasyonu, .29-.00 olması düşük seviyede korelasyonu göstermektedir. Tablo 1’de, psikolojik iyi oluş (A) ve algılanan sosyal destek (B) puanları arasında; orta seviyede, olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = .46$, $p < .01$. Psikolojik iyi oluş (A) ile algılanan sosyal desteğin, özel bir insan alt ölçeği (C) arasında; orta seviyede, olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = .31$, $p < .01$. Psikolojik iyi oluş (A) ile algılanan sosyal desteğin, arkadaş alt ölçeği (D) arasında; orta seviyede, olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = .41$, $p < .01$. Psikolojik iyi oluş (A) ile algılanan sosyal desteğin, aile alt ölçeği (E) arasında ise; orta seviyede, olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = .52$, $p < .01$. Tablo 2’ de öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile hayatın anlam ve amacı ve hayatın anlam ve amacının alt ölçekleri olan; hayatta anlam ve amacın varlığı ve hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu alt ölçekleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Tablo 2. *Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Sonuçları*

Ölçekler ve Alt Ölçekler	A	B	C
Psikolojik İyi Oluş (A)			
Hayatın Anlam ve Amacı (B)	.45*		
Hayatta Anlam ve Amacın Varlığı (C)	.63*	.72*	
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu (D)	-.12*	-.82*	-.20*

Tablo 2’de, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeğinin Pearson momentler çarpımı korelasyon sonuçları verilmiştir. Tablo 2’de, psikolojik iyi oluş (A) ve hayatın anlam ve amacı (B) puanları arasında; orta seviyede, olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = .45$, $p < .01$. Psikolojik iyi oluş (A) ile hayatın anlam ve amacı ölçeğinin, hayatta anlam ve amacın varlığı alt ölçeği (C) arasında; orta seviyede, olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = .63$, $p < .01$. Psikolojik iyi oluş (A) ile hayatın anlam ve amacı ölçeğinin, hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu alt ölçeği (D) arasında ise düşük seviyede, olumsuz yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = -.12$, $p < .01$. Tablo 3’te öğretmenlerin psikolojik iyi oluşu ile kişisel gelişim yönelimi ve kişisel gelişim yöneliminin alt ölçekleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Tablo 3. *Kişisel Gelişim Yönelimi Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Sonuçları*

Ölçekler ve Alt Ölçekler	A	B	C	D	E
Psikolojik İyi Oluş (A)					
Kişisel Gelişim Yönelimi (B)	.37*				
Kişisel Gelişim Yönelimi- Planlı Olma (C)	.32*	.88*			
Kişisel Gelişim Yönelimi-Kaynakları Kullanma (D)	.30*	.78*	.56*		
Kişisel Gelişim Yönelimi-Değişime Hazır Olma (E)	.22*	.89*	.81*	.54*	
Kişisel Gelişim Yönelimi-Amaçlı Davranış (F)	.42*	.86*	.69*	.56*	.70*

Tablo 3’te, Kişisel Gelişim Yönelimi-II Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeğinin Pearson momentler çarpımı korelasyon sonuçları verilmiştir. Tablo 3’te, psikolojik iyi oluş (A) ve kişisel gelişim yönelimi (B) puanları arasında; orta seviyede, olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = .37$, $p < .01$. Psikolojik iyi oluş (A) ile kişisel gelişim yöneliminin, planlı olma alt ölçeği (C) arasında; orta seviyede, olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = .32$, $p < .01$. Psikolojik iyi oluş (A) ile kişisel gelişim yöneliminin, kaynakları kullanma alt ölçeği (D) arasında; orta seviyede, olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = .30$, $p < .01$. Psikolojik iyi oluş (A) ile kişisel gelişim yöneliminin, değişime hazır olma alt ölçeği (E) arasında;

düşük seviyede, olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = .22$, $p < .01$. Psikolojik iyi oluş (A) ile kişisel gelişim yöneliminin, amaçlı davranış alt ölçeği (F) arasında ise; orta seviyede, olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = .42$, $p < .01$. Tablo 4'te algılanan sosyal destek, yaşamda anlam ve amaç bulma ve kişisel gelişim yöneliminin bir arada psikolojik iyi oluşu yordama durumu incelenmiştir.

Tablo 4. Psikolojik İyi Oluşun Yordanmasına İlişkin, ÇB Algılanan Sosyal Destek, Yaşamda Anlam ve Amaç Bulma ve Kişisel Gelişim Yönelimi Değişkenleri İle Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hataβ	β	T	p
Sabit	1.868	.340	-	5.486	.00
Algılanan Sosyal Destek	.297	.050	.327	5.922	.18
Yaşamda Anlam ve Amaç	.023	.005	.271	4.242	.00
Kişisel Gelişim Yönelimi	.120	.090	.085	1.337	.00
R = .554		R ² = .30			
F (3,280) = 41.375		p = .00			

Tablo 4'e göre algılanan sosyal destek, yaşamda anlam ve amaç bulma ve kişisel gelişim yönelimi değişkenleri birlikte, psikolojik iyi oluş değişkeni ile orta seviyede ve anlamlı bir ilişki vermektedir, $R = .554$, $R^2 = .30$, $p < .01$. Yaşamda anlam ve amaç bulma ve kişisel gelişim yönelimi değişkenleri bir arada, psikolojik iyi oluştaki toplam varyansın %30'unu açıklamaktadır. Ancak algılanan sosyal destek değişkeni, psikolojik iyi oluşu yordayan bir değişken değildir. Standardize edilmiş (β) katsayısı ve t değerleri incelendiğinde yordayıcı değişkenlerin, psikolojik iyi oluş üzerindeki görece önem düzeyinin sırasıyla; yaşamda anlam ve amaç bulma ve kişisel gelişim yönelimi şeklinde olduğu söylenebilmektedir. Tablo 5'te psikolojik iyi oluşun öğretmenlerin idarelerinin desteğini hissedip hissedememe durumlarına göre anlamlı bir fark gösterip göstermemeye durumu incelenmiştir.

Tablo 5. Psikolojik İyi Oluşun Öğretmenlerin İdarelerinin Desteğini Hissedip/Hissedememe Durumlarına Göre Bağımsız Örneklem T-Testi Sonucu

İdarenin Desteği	N	\bar{x}	S	Çarpıklık	Basıklık	sd	T	p
Hissedebiliyorum	207	5.63	.91	-1.155	1,526	282	3.11	.00
Hissedemiyorum	77	5.22	1.05	-.576	-151			

Tablo 5'e göre öğretmenlerin psikolojik iyi oluşu, idarelerinin desteğini hissedip hissedememe durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir, $t(282) = 3.11$, $p < .01$. İdaresinin desteğini hissedebildiğini ifade eden öğretmenlerin psikolojik iyi oluşunun ($\bar{x} = 5.63$), idaresinin desteğini hissedemediğini ifade eden öğretmenlerin psikolojik iyi oluşuna ($\bar{x} = 5.22$) göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulgu,

psikolojik iyi oluş ile idarenin desteğini hissedip hissedememe durumu arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu şeklinde açıklanabilmektedir.

Tablo 6. Psikolojik İyi Oluşun Öğretmenlerin Cinsiyetine Göre Bağımsız Örneklem T-Testi Sonucu

Cinsiyet	N	\bar{x}	S	Çarpıklık	Basıklık	sd	T	p
Kadın	174	5.59	.88	-.907	1,222	282	1.17	.24
Erkek	110	5.46	1.07	-1.003	1.432			

Tablo 6'ya göre öğretmenlerin psikolojik iyi oluşu, cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir, $t(282) = 1.17$, $p > .01$. Diğer bir ifadeyle, öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları, cinsiyetlerine göre değişmemektedir.

Tablo 7. Psikolojik İyi Oluşun Öğretmenlerin Medeni Durumuna Göre Bağımsız Örneklem T-Testi Sonucu

Medeni Durum	N	\bar{x}	S	Çarpıklık	Basıklık	Sd	T	p
Bekar	191	5.53	.99	-1.000	1,349	282	-.29	.76
Evli	93	5.56	.89	-.978	1.456			

Tablo 7'ye göre öğretmenlerin psikolojik iyi oluşu, medeni durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir, $t(282) = -.29$, $p > .01$. Diğer bir ifadeyle, öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları, medeni durumlarına göre değişmemektedir.

Tablo 8. Psikolojik İyi Oluşun Öğretmenlerin Branşına Göre Kruskal Wallis H Testi Sonucu

Branş	N	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	p
PDR	39	137.73			
Matematik	29	136.97			
Fen Bilimleri	23	153.74			
Sosyal Bilimler	61	142.45			
Yabancı Dil	24	169.90			
G. Sanatlar ve Müzik	5	178.70	11	6.50	.83
Din Kültürü	12	132.79			
Sınıf Öğretmenliği	44	134.90			
Okul Ö. ve Özel Eğt.	28	136.98			
Beden Eğitimi	4	165.38			
Bilişim Tek.	9	112.72			
Meslek Dersleri	6	149.42			

Tablo 8'e göre öğretmenlerin psikolojik iyi oluşu, branşlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir, $X^2 (sd = 11, n = 284) = 6.50$, $p > .01$. Diğer bir ifadeyle, öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları, branşlarına göre değişmemektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırma, Hakkâri ilinin Yüksekova ilçesinde gerçekleştirilmiştir ve araştırmaya devlet okullarında çalışan 284 öğretmen katılmıştır. Araştırmaya katılan

öğretmenlerin; algıladıkları sosyal destek, yaşamda anlam ve amaç bulmaları ve kişisel gelişim yönelimlerinin psikolojik iyi oluşları ile ilişkisi ve bu değişkenlerin öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarını yordama durumları incelenmiştir. Ayrıca öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları; okul idaresinin desteğini hissedebilme/hissedememe durumuna göre de incelenmiştir.

Öğretmenlerin algıladıkları sosyal destek ve psikolojik iyi oluşları arasında orta seviyede, anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Algılanan sosyal desteğin alt ölçekleri olan aileden algılanan sosyal destek, arkadaştan algılanan sosyal destek ve özel bir insandan algılanan sosyal destek ile psikolojik iyi oluş arasında orta seviyede, olumlu yönde, anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgulara bağlı olarak öğretmenlerin algıladıkları sosyal destek arttıkça, psikolojik iyi oluşlarının da arttığı söylenebilmektedir. Doğru'nun (2018) üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeylerini; stres, stresle başa çıkma tarzları ve sosyal destek değişkenleri yönünden incelediği araştırmasında; öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ile aileden algılanan sosyal destek ve arkadaştan algılanan sosyal destek arasında olumlu yönde, orta seviyede, anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Yasin ve Dzukifli'nin (2010) üniversite öğrencilerinde sosyal destek ve psikolojik problemleri inceledikleri araştırmalarında, sosyal destek ile psikolojik problemler arasında olumsuz yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Aydın, Kahraman ve Hiçdurmaz (2017) hemşirelik öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ve psikolojik iyi oluşlarını inceledikleri araştırmalarında da algılanan sosyal destek arttıkça psikolojik iyi oluşun arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada elde edilen bu bulgu bireyin sosyal desteğin varlığını algılamasının öz kabulünü, özerkliğini, olumlu ilişkiler kurmasını, çevresel hakimiyetini, bireysel gelişimini ve yaşam amaçlarını (Ryff ve Singer, 1996) olumlu yönde etkileyerek bireyin psikolojik yönden kendisini daha iyi hissetmesini sağladığı şeklinde yorumlanabilmektedir.

Araştırmanın alt problemlerine ilişkin bir diğer bulguda; öğretmenlerin yaşamda anlam ve amaç bulmaları ve psikolojik iyi oluşları arasında olumlu yönde, orta seviyede, anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yaşamda anlam ve amaç bulmanın alt ölçekleri olan hayatta anlam ve amacın varlığı ile psikolojik iyi oluş arasında olumlu yönde, orta seviyede, anlamlı bir ilişki olduğu; hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu ile psikolojik iyi oluş arasında ise olumsuz yönde, düşük seviyede, anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Zika ve Chamberlain'in (1992) yaşamda anlam ve psikolojik iyi oluş ile ilgili yaptığı araştırmada, yaşamda anlam ve psikolojik iyi oluş arasında olumlu yönde, güçlü bir ilişki olduğu

görülmektedir. Yaşamda anlam ve amaç bulmanın, psikolojik iyi oluş ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşan başka araştırmalar da alanyazında mevcuttur (Garcia Alandete, Nohales ve Martinez 2018; Dezutter ve diğerleri, 2013; Rathi ve Rastogi, 2007). Psikolojik iyi oluş kavramı, bireyin anlam ve kendini gerçekleştirme üzerine odaklanmasıyla, yaşamı tam fonksiyon bularak sürdürmesi olarak ele alınmaktadır (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002). Buradan yola çıkılarak yaşamda anlam ve amaç bulan bireyin yaşamına tam fonksiyon kazanacak şekilde yön vermesinin psikolojik iyi oluşunu da olumlu yönde etkilediği yorumu yapılabilmektedir.

Araştırmanın alt problemlerine ilişkin bir diğer bulguda; öğretmenlerin kişisel gelişim yönelimleri ve psikolojik iyi oluşları arasında olumlu yönde, orta seviyede, anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kişisel gelişim yöneliminin alt ölçekleri olan; planlı olma, kaynakları kullanma ve amaçlı davranış ile psikolojik iyi oluş arasında olumlu yönde, orta seviyede anlamlı bir ilişki olduğu; değişime hazır olma alt ölçeği ile psikolojik iyi oluş arasında ise olumlu yönde, düşük seviyede, anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. I.K Weigold, Porfeli, A. Weigold'un (2013) kişisel gelişim yöneliminin ilkelerini incelediği araştırmalarında, kişisel gelişim yönelimi ile psikolojik iyi oluş arasında olumlu yönde, anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Aynı araştırmada psikolojik sıkıntılar ve kişisel gelişim yönelimi arasında ise olumsuz yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Alanyazında kişisel gelişim yönelimi ve psikolojik iyi oluş arasında olumlu yönde, anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılan başka araştırmalar da mevcuttur (Ogunyemi ve Mabekoje, 2007; Ayub ve Iqbal, 2012; Robitschek ve Kashubeck, 1999). Robitschek ve Kashubeck (1999) kişisel gelişim yönelimi ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi, kişisel gelişim yöneliminin bireyi daha iyi bir psikolojik iyi oluşa teşvik etmesiyle açıklamaktadır. Çünkü birey kendi gelişimi için çaba gösterdikçe, kendi kendine yettiği duygusu artmakta ve bu da bireyin psikolojik iyi oluşunu olumlu etkilemektedir. Ayrıca kişisel gelişim yönelimi içindeki birey, dünyaya olumlu bir bakış geliştirebilmekte ve aynı zamanda bireyin topluma katkıda bulunma isteği artmaktadır. Bu şekilde yaşamdan tatmin olan birey, kendini daha mutlu hissedebilmekte ve iyimser inançlar geliştirebilmektedir.

Araştırmadaki bir diğer bulguda; öğretmenlerin yaşamda anlam ve amaç bulmaları ve kişisel gelişim yönelimlerinin bir arada psikolojik iyi oluşlarındaki toplam varyansın %30'unu açıklıyor olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu değişkenlerin psikolojik iyi oluş üzerindeki görece önem düzeyinin; yaşamda anlam ve amaç bulma ve kişisel gelişim yönelimi şeklinde sıralanabileceği sonucuna da ulaşılmıştır. Göçen'in (2019) öğretmenlerle yaptığı bir araştırmada da, öğretmenlerde yaşam anlamının, psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkisine bakılmıştır. Araştırmada, yaşam anlamının

boyutlarından mevcut anlamın, öğretmenlerin psikolojik iyi oluşundaki toplam varyansın %55.7'sini açıkladığı görülmüştür. Bu bulgulardan hareketle, bireyin yaşamını anlamlı ve amaçlı bir şekilde sürdürdüğüne dair taşıdığı inanç ve bireyin olumlu yönde gelişme ihtiyacına sahip olmasının, bireyin yaşamını tam fonksiyon kazanacak şekilde sürdürmesini sağladığı için psikolojik iyi oluşu üzerinde olumlu yönde etkili olduğu yorumu yapılabilmektedir.

Araştırmanın alt problemlerine ilişkin bir diğer bulgu, öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarının idarelerinin desteğini hissetme ve hissedememe durumlarına göre farklılaşmakta olduğudur. İdaresinin desteğini hisseden öğretmenlerin psikolojik iyi oluş puanları, idaresinin desteğini hissedemeyen öğretmenlerin psikolojik iyi oluş puanlarından daha yüksektir. Erözyürek'in (2019) okul yönetiminin demokratiklik düzeyi ve öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında, okul yönetiminin demokratiklik düzeyi ile öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları arasında düşük seviyede, olumlu yönde, anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aydoğan'ın (2019) öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ve okul iklimi algıları ile ilgili olarak yaptığı çalışmada; öğretmenlerin okul iklimi algısı puanı arttıkça psikolojik iyi oluş puanlarının da arttığı görülmüştür. Pepper ve Thomas'a (2002) göre öğretmenlerin okul iklimine ilişkin olumlu algıları, iş streslerini ve tükenmişlik düzeylerini azaltmaktadır. Alanyazındaki araştırmalar doğrultusunda, idaresinin desteğini hisseden öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarının daha yüksek olması, bu öğretmenlerin iş streslerinin ve tükenmişliklerinin daha az olmasıyla ve örgütsel bağlılıklarının daha fazla ve okul iklimi algılarının daha olumlu olmasıyla açıklanabilmektedir (Günay ve Çelik, 2019; Demir, 2018; Köylü ve Gündüz, 2019).

Araştırmada, öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarının cinsiyetlerine ve branşlarına göre farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazında öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarının cinsiyetlerine ve branşlarına göre farklılık göstermediği araştırmalar da mevcuttur (Yakut ve Yakut, 2018: s. 1357-76; Karaçam ve Pulur, 2016: s. 1-22). Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarının cinsiyete ve branşa göre farklılık göstermemesi; cinsiyetin ve branşın psikolojik iyi oluşu anlamlandırma konusunda tek başına yeterli olmadığını göstermektedir. Çünkü psikolojik iyi oluş bireyin psikolojik, duygusal, bilişsel ve sosyal dünyasının bir göstergesi olarak yaşamdan alınan doyumla ve yaşama katılan anlamla ilgili olup bireyin sadece cinsiyetiyle ve branşıyla açıklamanın mümkün olmadığı bir kavramdır. Ayrıca öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarının medeni durumlarına göre de farklılaşmadığı görülmüştür. DüNDAR ve Demirci'nin (2018) çalışanların psikolojik iyi oluşlarını ve medeni

durumlarını incelediği araştırmasında da psikolojik iyi oluşun medeni duruma göre farklılaşmadığı görülmüştür. Araştırmanın örneklemini oluşturan bireylerin hepsinin öğretmen olmasının ve buna bağlı olarak düzenli bir gelire sahip olmalarının, evliliğe bakış açılarının ve evlilik yaşının değişmesinin bu sonucun elde edilmesinde etkili olabileceği düşünülmektedir

Araştırmada elde edilen sonuçlara göre; öğretmenlerin sosyal destek çevresine yönelik olumlu bir algıya sahip olmasının, yaşantılarını anlamlandırmasının ve kendini geliştirme sürecinde bir amaç doğrultusunda ilerlemesinin, öğretmenlerin kendini gerçekleştirmesini ve kişisel olarak büyümesini sağlayarak psikolojik olarak da daha iyi hissetmelerini sağladığı düşünülmektedir. Ayrıca öğretmenlerin idarelerinin desteğini hissetmelerinin, çalışma ortamlarında daha huzurlu ve mutlu olmalarına katkı sağladığı ve bu şekilde öğretmenlerin psikolojik olarak da daha iyi hissetmelerini sağladığı yorumu yapılabilmektedir.

Araştırmada, zorlu yaşam şartları olan bir ilçede çalışan öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları incelenmiştir. Önerilerde de zorlu yaşam şartlarında çalışan öğretmenlerin ihtiyaçlarının giderilmesine yönelik önerilere yer verilmiştir.

- Zorlu yaşam şartlarının olduğu bölgelerde çalışan öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarını arttırmak için bu bölgelerde çalışan öğretmenler arasında sosyal destek ağı oluşturulacak bir proje yapılabilir.
- Zorlu yaşam şartlarının olduğu bölgelere yeni atanan öğretmenlerin anlamlı ve amaçlı olarak değerlendirecekleri yaşantılara sahip olabilmeleri için bu bölgelerde çalışan öğretmenleri; sosyal, kültürel ve sportif alanlarda destekleyecek tesisler oluşturulabilir.
- Öğretmenlerin kişisel gelişim yönelimlerine bağlı olarak doğan kişisel gelişim eğitimi ihtiyaçlarının giderilmesi için ülke genelinde öğretmenlerin tercihlerine bırakılan alanlarda kurslar ve hizmet içi eğitimler düzenlenebilir.
- Öğretmenlerin idarelerinden algıladıkları desteğin artması için öğretmenler ve idarecilere yönelik aralarındaki iletişimi güçlendirecek eğitimler ve aktiviteler düzenlenebilir.
- Zorlu yaşam şartlarının olduğu bölgelerde çalışan öğretmenlerin kişisel gelişim ihtiyaçlarını gidermek için üniversiteler ya da diğer eğitim kurumları tarafından bu öğretmenlerin akademik gelişimlerini destekleyecek uzaktan eğitim çalışmaları yürütülebilir.

- Araştırmaya Yüksekova ilçesinde çalışan öğretmenler katılmıştır. Araştırma grubunun kapsamı genişletilerek ülkemizde MEB'e bağlı resmi ve özel okullarda çalışan öğretmenlerle ilgili de bilgiler edinilebilir.
- Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşuyla ilişkilendirilen değişkenlerin ele alındığı nitel araştırmaların alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı

Bu araştırmaya araştırmacılar eşit oranda katkı sunmuştur.

Çatışma Beyanı

Araştırmacılar herhangi bir çıkar çatışması beyan etmemiştir.

KAYNAKÇA

- Adler, A. (2017). *Yaşamın anlam ve amacı*. (13.Basım) (K. Şipal, Çev.) Say Yayınları.
- Ayas, A. (2009). Öğretmenlik mesleğinin önemi ve öğretmen yetiştirmede güncel sorunlar. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(3), 1-12. <https://dergipark.org.tr/en/pub/inuefd/issue/8704/108679>
- Aydın, A., Kahraman, N. & Hiçdurmaz, D. (2017). Hemşirelik öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi olma düzeylerinin belirlenmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(1), 40-47. https://www.journalagent.com/phd/pdfs/PHD-95967-RESEARCH_ARTICLE-AYDIN.pdf
- Aydın, C., Kaya, M. & Peker, H. (2015). Hayatın anlam ve amacı ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Ondokuz Mayıs University Review of the Faculty of Divinity*, (38), 39-55. <https://doi.org/10.17120/omuifd.80248>
- Aydoğan, İ. (2019). *Öğretmenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Yordayıcısı Olarak Okul İklimi Algıları*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Eğitim Yönetimi ve Denetimi Ortak Yüksek Lisans Programı.
- Ayub, N. & Iqbal, S. (2012). The relationship of personal growth initiative, psychological well-being, and psychological distress among adolescents. *Journal of Teaching and Education*, 1(6), 101-107. <https://www.researchgate.net/publication/233990014>
- Barrera, M. (1986). Distinctions between social support concepts, measures, and models. *American Journal of Community Psychology*, 14, 413-445. <https://www.researchgate.net/publication/225831884>
- Büyüköztürk, Ş. (2004). *Veri analizi el kitabı*. Pegem Akademi Yayınları.
- Cohen, A. & Shamai, O. (2010). The relationship between individual values, psychological well-being, and organizational commitment among Israeli police officers. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*, 33(1), 30-51. <https://doi.org/10.1108/13639511011020584>
- Corey, G. (2014). *Student Manual for Coreys Theory and Practice of Group Counseling*. Cengage Learning, Incorporated.
- Deci, E.L. & Ryan, R.M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1-11. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9018-1>
- Demir, D. (2018). *Bilişim öğretmenlerinin sanal yalnızlık, mesleki tükenmişlik ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Afyon Kocatepe Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Dezutter, J., Casalin, S., Wachholtz, A., Luyckx, K., Hekking, J., & Vandewiele, W. (2013). Meaning in life: An important factor for the psychological well-being of chronically ill patients? *Rehabilitation Psychology*, 58(4), 334-341. <https://doi.org/10.1037/a0034393>
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., & Oishi, S. (2009). New measures of well-being. *In Assessing well-being*, 247-266. <https://www.researchgate.net/publication/227284878>

- Dündar, Z. & Demirci, C. (2018). Medeni Durumları Farklı Olan Bireylerin Psikolojik İyi Olma Düzeylerinin İncelenmesi. *Eğitim Yansımaları*, 2(2), 1-10. <https://dergipark.org.tr/en/pub/eduref/issue/41899/424075>
- Doğru, N. (2018). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeylerinin stres, stresle başa çıkma tarzları ve sosyal destek değişkenleri bakımından incelenmesi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Eker, D. & Arkar, H. (1995). Perceived social support: psychometric properties of the MSPSS in normal and pathological groups in a developing country. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 30(3), 121- 126. <https://doi.org/10.1007/BF00802040>
- Erözyürek, A. (2019). *Okul yönetiminin demokratiklik düzeyi ile öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Frankl, V.E. (2019). *İnsanın anlam arayışı*. (59.Basım) (S. Budak, Çev.). Okuyan Us Yayınları.
- García-Alandete, J., Martínez, E. R., Sellés Nohales, P. & Soucase Lozano, B. (2018). Meaning in Life and Psychological Well-Being in Spanish Emerging Adults. *Acta Colombiana de Psicología*, 21(1), 196-216. <https://doi.org/10.14718/ACP.2018.21.1.9>
- Göçen, A. (2019). Öğretmenlerin yaşam anlamı, psikolojik sermaye ve cinsiyetinin psikolojik iyi oluşlarına etkisi. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 8(1), 135-153. <https://doi.org/10.30703/cije.457977>
- Gökburun, I. (2018). Yüksekova'da hayvancılık faaliyetlerinin geliştirilmesine yönelik öneriler. *Marmara Coğrafya Dergisi*, (37), 204-218. <http://acikerisim.pau.edu.tr:8080/xmlui/handle/11499/26360>
- Günay, A. & Çelik, R. (2019). Kariyer stresinin psikolojik iyi oluş ve iyimserlik değişkenleriyle yordanması. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(33), 205-218. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sbe/issue/41368/558568>
- Karaçam, A. & Pulur, A. (2016). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Başarı Algısı, Akademik İyimserlik, Psikolojik İyi Oluş ve Fiziksel Saygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 1-22. <https://www.researchgate.net/publication/330464443>
- Karasar, N. (1995). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- 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. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Köylü, D. & Gündüz, Y. (2018). Öğretmenlerin karar alma sürecine katılım düzeylerinin örgütsel bağlılık ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisi. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(15), 279-299. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ufuksbedergi/issue/57470/815073>
- Ogunyemi, A. O. & Mabekoje, S. O (2007). Self-efficacy, risk-taking behaviour and mental health as predictors of personal growth initiative university undergraduates. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 5(2), 349– 362. <https://www.researchgate.net/publication/200597387>

- Pepper, K. ve Thomas, H. (2002). Making A Change: The Effects Of The Leadership Role On School Climate. *Learning Environment Research*, 5, 155-166. <https://doi.org/10.1023/A:1020326829745>
- Rathi, N., & Rastogi, R. (2007). Meaning in life and psychological well-being in pre-adolescents and adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 33(1), 31-38. <https://www.researchgate.net/publication/268299281>
- Robitschek C. (1998). Personal growth initiative: the construct and its measure. *Meas Eval Couns Dev*; 30, 183- 198. <https://doi.org/10.1080/07481756.1998.12068941>
- Robitschek, C. & Kashubeck, S. (1999). A structural model of parental alcoholism, family functioning, and psychological health: The mediating effects of hardiness and personal growth orientation. *Journal of Counseling Psychology*, 46, 159-172. <https://www.researchgate.net/publication/232452292>
- Ryff, C. D. & Singer, B. (1996). Psychological well-being: meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65, 14-23. <https://doi.org/10.1159/000289026>
- Ryff, C. D. (1989a). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (1989b). In The Eye of The Beholder: Views of Psychological Well-Being Among Middle-Aged and Older Adults. *Psychology and Aging*, 4(2), 195-210. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0882-7974.4.2.195>
- Sorias, O. (1988a). Sosyal desteklerin ruhsal sağlığı koruyucu etkisinin depresyonlu ve sağlıklı kontrollerde araştırılması. *Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 27(3), 1033-1039. <https://search.trdizin.gov.tr/yayin/detay/327017/>
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Allyn and Bacon.
- Telef, B., B. Uzman, E.& Ergün, E. (2013). Öğretmen Adaylarında Psikolojik İyi Oluş ve Değerler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Turkish Studies – International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 8(12), 1297-1307. <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.5699>
- Weigold, I. K., Porfeli, E. J., & Weigold, A. (2013). Examining tenets of personal growth initiative using the Personal Growth Initiative Scale-II. *Psychological Assessment*, 25(4), 1396-1403. <https://doi.org/10.1037/a0034104>
- Yakut, S., & Yakut, İ. (2018). Öğretmenlerde Psikolojik İyi Oluş ve İş Yerinde Dışlanma İlişkisi. *Electronic Turkish Studies*, 13(18), 1357-1376. <http://doi.org/10.7827/TurkishStudies.13883>
- Yalçın, I. & Malkoç, A. (2013). Adaptation of Personal Growth Initiative Scale-II to Turkish and investigation of psychometric properties. *Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 26 (3), 258-266. <https://dx.doi.org/10.5350/DAJPN2013260304>
- Yasin, A. S. & Dzulkipli, M. A. (2010). The relationship between social support and psychological problems among students. *International Journal of Business and Social Science*, 110-116. <https://www.researchgate.net/publication/228609959>

Zika, S. & Chamberlain, K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British journal of psychology*, 83(1), 133-145. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1992.tb02429.x>