



Yaşam Doyumunun Özyeterliliğe Etkisinde Yaşam Yöneliminin Aracı Rolü

Nükhet Bayer, Ayhan Bayram*

Lokman Hekim Üniversitesi, Giresun Üniversitesi

ÖZ

Amaç: Hemşirelerde yaşam doyumunun özyeterlilik üzerindeki etkisinde yaşam yöneliminin aracılık etkisini belirlemektir.

Yöntem: Kolayda örnekleme yöntemine göre Ankara ilindeki üç özel hastanede çalışan 256 hemşireye anket yapılmış ve hatalı ya da eksik 6 anket elendikten sonra 250 anket analiz edilmiştir. Elde edilen veriler SPSS 24 programı, Amos 24 programı ve Process makrosu kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Regresyon analizi sonucunda yaşam doyumunun, özyeterlilik ve yaşam yönelimi üzerinde; yaşam yöneliminin de özyeterlilik üzerinde pozitif anlamlı bir etkisinin olduğu belirlenmiştir.

Özgün Değer: Yaşam doyumunun özyeterlilik üzerindeki etkisinde yaşam yöneliminin kısmi aracılık etkisinin olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Hemşireler, Özyeterlilik, Yaşam Doyumu, Yaşam Yönelimi.

JEL Classification: M10, M12, M14

The Mediating Role Of Life Orientation In The Effect Of Life Satisfaction On Self-Efficacy

Nükhet Bayer, Ayhan Bayram

University of Lokman Hekim, University of Giresun

ABSTRACT

Objectives: It was to determine the mediating effect of life orientation on the effect of life satisfaction on self-efficacy in nurses.

Methods: According to the easy sampling method were the questionnaires from 256 nurses workers in 3 private hospitals in the Ankara and 6 questionnaires were eliminated which are incorrect or missing, after 250 questionnaires were analyzed. The data were analyzed by using SPSS 24 program, Amos 24 program and Process macro.

Results: As a result of regression analysis, life satisfaction, self-efficacy and life orientation; life orientation has a positive effect on self-efficacy.

Originality: It was observed that life orientation has a partial mediating effect on the effect of life satisfaction on self-efficacy.

Keywords: Nurses, Self-Efficacy, Life Satisfaction, Life Orientation

JEL Classification: M10, M12, M14

* Corresponding Author: E-mail: ayhan_bayram1987@hotmail.com, ORCID: 0000-0003-0640-8106; nukhetbayer@yahoo.com, ORCID: 0000-0003-3177-0596, Araştırma Makalesi/Research Article,
How to Cite: Bayer, N. and Bayram, A. (2019). Yaşam Doyumunun Özyeterliliğe Etkisinde Yaşam Yöneliminin Aracı Rolü. İş'te Davranış Dergisi, 4(2), 78-87, DOI: <https://doi.org/10.25203/idd.634417>.

1. GİRİŞ

Yaşam doyumu, yaşam kalitesinin ve genel iyilik duygusunun önemli belirleyicileri arasında yer almakta ve bireyin yaşam kalitesi ve iyilik hali yargısını içermektedir. Bireyin yaşamını çeşitli kısıtlara göre değerlendirmesine ilişkin bilişsel bir değerlendirmedir. Yaşam doyumu, bireyin yaşamını ve bu yaşamın çeşitli unsurlarını içermekte; cinsiyet, sağlık, yaş, eğitim durumu, gelir durumu, din, çevresel koşullar, iş yaşamı, evlilik ve sosyal destek gibi çeşitli unsurlardan da etkilenmektedir (Özgür, Gümüş ve Durdu, 2010).

Yüksek öz-yeterlilik ağır iş yükü, vardiyalı çalışma acil ve beklenmedik durumlarla karşılaşan sağlık çalışanları gibi zor görevler karşısında kalıcılığı ve esnekliği teşvik eder. Kişisel ya da diğer insanların ulaştığı hedeflere ulaşma, teşvik alma, yaptığı işle ilgili olumlu geri bildirim alma ve diğer çalışanlarla işbirlikçi hedef belirleme konusundaki başarısı çalışanların kendi kendine yeterliliğini arttıracak deneyimlerdir (Omu ve Reynolds, 2014).

Bireyin yaşamı boyunca kazandığı deneyim, olayları değerlendirme ve yorumlama biçiminin sürekli olarak değişmesi, yeni başetme tutumları geliştirmesine neden olur. Bu başetme süreci içerisinde birey kendini, geçmişini, gelecekte yapmak istediklerini tanımlama gayreti içerisinde girer. İlişkilerinde, çevresini algılamada, ideallerine ulaşmada ve sorunları çözmede belirli tutum ve yaklaşımlar geliştirir. İnsanlar gelecekte karşılaşacakları olayları değerlendirirken, geleceğe umutla bakabilmek için olayların kendi lehine olacağı düşüncesine kapılırlar ve var olan bilgiyi olumlu yönde algılamak isterler. Bu olumlu yöndeki algılama, bireylerin yaşama daha sıkı tutunmasını sağlar (Özdemir, 2011).

Sağlık hizmet sunumunun önemli bir kısmını oluşturan hemşireler, kaliteli ve güvenli bakım sağlamada önemli bir rol oynamaktadırlar. Mesailerinin % 90'ını hasta bakımı yaparak geçiren hemşireler, iş baskısı, risklere maruz kalma ve hastaların sağlık durumlarının iyi olması için çeşitli talepler ile karşı karşıya kalmaktadırlar. Ayrıca hemşirelerin sıkça yaşadığı önemli bir sağlık ikilemi olan stres, işten ayrılmalara ve tükenmişliğe neden olmaktadır (Cruz, Cabrera, Hufana, Alquwez ve Almazan, 2018).

Araştırmada, hemşirelerin yaşam doyumu, yaşam yönelimi ve özyeterlilik düzeyleri belirlenerek; yaşam doyumunun, yaşam yönelimi ve özyeterlilik; yaşam yöneliminin de özyeterlilik üzerindeki etkisinin belirlenmesi amaçlanmaktadır. Yaşam doyumu, yaşam yönelimi ve özyeterlilik kavramları teorik çerçevede ele alınacak ve değişkenlerin etkilerinin belirlenebilmesi için çeşitli istatistiksel testler yapılacaktır.

2. ARAŞTIRMANIN KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ

Bu bölümde yaşam doyumu, özyeterlilik ve yaşam yönelimi kavramsal çerçeve de açıklanmıştır.

2.1. Yaşam Doyumu

Yaşam doyumu kavramı ilk kez Neugarten (1961) tarafından kullanılmıştır. Yaşam doyumu kavramını açıklamadan önce doyum kavramının açıklanması daha uygun olacaktır. Doyum beklentilerin ve ihtiyaçların karşılanması olarak tanımlanırken; yaşam doyumu, bireyin beklentileri ve sahip olduklarının karşılaştırılması ile elde edilen durumdur. Yani beklentilerin gerçek durumla kıyaslanması sonucunda ortaya çıkan durumun tanımlanmasıdır. Dolayısıyla yaşam doyumu, bireylerin belirli bir duruma ilişkin doyumunu değil genel olarak tüm yaşantılarındaki doyumunu içermektedir (Aktaran Özer ve Karabulut 2003). Bazı araştırmacılar fiziksel sağlık ve sosyoekonomik statünün yaşam doyumunun olası belirleyicisi olduğu sonucuna ulaşırken (Iwatsubo, Derriennic, Cassou ve Poitrenaud, 1996), bazı araştırmacılar da fiziksel sağlık durumu, ev konforu, ulaşım olanakları, medeni durum, mesleki durum, iş doyumuzluğu ve iş yükünün yaşam memnuniyeti ile ilgili yakın bir ilişki içerisinde olduğu sonucuna ulaşmıştır (Larson, 1978). İş ve yaşam doyumu arasındaki ilişki üzerine yapılan çok sayıda araştırma mevcuttur. İş ve yaşam doyumunun birbirleriyle ilişkili olması gerektiği varsayılmaktadır, çünkü birçok insan için iş, yaşamlarının hem zaman hem de duygusal katılım açısından önemli ve merkezi bir yönüdür (Tait, 1989).

Sağlık sektörü, hizmet sunumundaki karmaşık yapı, iş bölümü ve uzmanlaşmanın çok olması, çalışma saatlerinin uzun ve düzensizliği, çoğu zaman çalışanların kişisel yaşamlarını ve ailelerinin sorumluluklarından feda etmek zorunda oldukları bir sektör olarak kabul edilmektedir. Sağlık profesyonelleri doğrudan şiddetli hastalık ve ölümlerle karşı karşıya kalabilirler. Ağır iş yükü, gece vardiyaları, düzensiz ve esnek olmayan iş programları, hasta

davranışları strese yol açmaktadır (Kudielka, Hanebuth, Kanel, Gender, Granda ve Fisher, 2005; Wu, Chi, Chen, Wang ve Jin, 2009). Böylece stres kişinin yaşamını olumsuz etkilemekte ve yaşam doyum düzeyini düşürmektedir. Ayrıca hemşirelerin iş doyumunu inceleyen araştırmalarda yönetici olan hemşirelerin iş pozisyonlarında sağlıklı ve olumlu bir deneyime sahip oldukları belirlenmiştir. İdari hemşirelik pozisyonları en fazla memnun kalınan ve iş doyumunu sağlanan alan olarak belirlenmiştir (Mcmanus, 1989).

2.2. Özyeterlilik

Özyeterlilik kavramı sosyal bilişsel kurama dayanır ve bireylerin olası bir durumu yönetmek için gerekli olan belirli davranışları organize edip uygulayabilmeleridir. Yani kişinin belirli bir görevde başarılı olma yeteneğine olan inancını ifade etmektedir (Lau, Willetts, Hood, ve Cross, 2015). Özyeterlilik, bireyin belirli eylemleri gerçekleştirme kabiliyetine ilişkin algılarını ifade etmektedir (Bandura, 1978). Özyeterliliğin dört temel özelliği vardır. Bunlar; a) Özyeterlilik, psikolojik ya da kişilik özellikleri yerine bir işi gerçekleştirme ve yeteneklerine odaklanan bir karardır ve bu işi ne kadar iyi yapılabileceği konusunu ele almaktadır, b) Özyeterlilik ölçüt referanslı bir algıdır, c) Özyeterlilik, çok boyutlu bir yapı olması nedeniyle kişinin etkililik inancı işlevi farklı alanlara göre değişebilecektir, d) Özyeterlilik öngörü gerektiren bir süreçtir (Su, 2014).

Özyeterlilik, kişinin istenilen davranışsal sonuca ulaşma konusundaki güven ve inancından etkilenir. Özyeterlilik inançlarının motivasyon düzeyi ve performans başarısına olumlu etkisi vardır (Bandura ve Lock, 2003). Özyeterliliği yüksek bireyler, kişisel hedefler belirleyerek bu hedeflere ulaşmak için zor durumların üstesinden gelmede başarılı olacağına inanırlar. Bundan dolayı özyeterlilik öğrenmeyi ve performansı olumlu etkilemektedir (Lau, Willetts, Hood ve Cross, 2015). Yüksek öz-yeterliliğe sahip olan çalışanlar görevlerini başarılı bir şekilde yerine getirecektir. Özyeterlilik düzeyi yüksek olan hemşireler vermiş oldukları hasta bakım hizmetiyle, hastaları daha kısa sürede iyileştirebilmektedirler (Aiken, Sean, Clarke ve Sloane, 2015).

Bir bireyin özyeterlilik yargıları hakkında bilgi toplanmasının dört kaynağı vardır. Bu kaynakların ilki ustalık deneyimi olarak da adlandırılan performans başarısıdır. Bunu dolaylı deneyim, sözel ve sosyal ikna, psikolojik ve sosyal duygusal durumlar takip etmektedir (Su 2014). Uсталık deneyimi bireyin bir önceki aktivite gerçekleştirilirken kendi katkısına ilişkin yorumunu ifade eder ve özyeterlilik için etkili bir bilgi kaynağıdır. Çok sayıda başarılı deneyimine sahip bireylerin farklı durumlarda olumlu özyeterlilik beklentisine sahip olması beklenmektedir. Özyeterlilik, kişisel olarak tanımlanmış başarı ile artırılabilirken, tanımlanmış başarısızlık ile azalabilmektedir (Sherer, Maddux ve Mercandante, 1982). Dolaylı deneyim ise bireyin başkasının bir görevi başarıyla tamamladığında, kendisinin de aynı görevi başarıyla yerine getirebileceği düşüncesidir. Sözel ve sosyal ikna öğretmenlerin, akranları değerlendirici geri bildirim ve yorumlarını ifade etmektedir. Olumlu geri bildirimler ve yorumlar özyeterliliğin artmasına yardımcı olurken, olumsuz geri bildirim ve yorumlar özyeterliliğin azalmasına neden olmaktadır. Fizyolojik ve duygusal durumlar ise, bir kişinin verilen görevi yerine getirirken fiziksel ve duygusal olarak deneyimledikleri durumları ifade etmektedir. Kaygı durumu, terleyen avuç içleri bireylerin özyeterlilik düzeyinin zayıf olduğunun bir göstergesi olarak algılanabilir (Bandura 1986). Ayık ve arkadaşları (2015) ile Köybaşı (2016) yaptıkları çalışmalarda özyeterlilik ile örgütsel bağlılık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit etmişlerdir.

2.3. Yaşam Yönelimi

Hemşirelerin hemen her gün karşılaştıkları çeşitli zorluklara karşı cevap vermede iyimser ve proaktif olması gerekmektedir. İyimserlik, zor ve elverişsiz durumlarda bile olumlu sonuçlar tahmin etme eğilimindedir. Yapılan son çalışmalarda, iyimserlik ve depresif belirtiler arasında ve iyimserlik ile intihar düşüncesi arasında ters bir ilişki bulunmuştur. Bu nedenle iyimserliğin duygular arasındaki ilişkide ılımlı ve önemli bir rolü vardır (Conversano, Rotondo, Lensi, Della, Arpone ve Reda, 2010).

Proaktif başa çıkma, arzulanan kişisel sonuçlara ve büyümeye ulaşmak için insanları zorlukların üstesinden gelmeye motive eden, kendisine hedef belirleme davranışı olarak kabul edilmektedir (Cruz, Cabrera, Hufana, Alquwez ve Almazan, 2018). Proaktif başa çıkma, mevcut stres kaynakları ile baş etmekten daha farklı becerileri gerektirir, çünkü baş etme faaliyetleri belirli bir stresöre yönelik olmadığından, ortaya çıkmadan önce potansiyel stres kaynaklarını belirlemede, proaktif başa çıkma faaliyetleri önem kazanmaktadır (Asping ve Taylor, 1997).

Ayrıca iyimserlik ile yaşam memnuniyeti ve fiziksel semptomlar olumlu ve anlamlı bir ilişki içerisinde (Sohl ve Moyer, 2009). İyimserlik ve proaktif başa çıkma hem fiziksel hem de psikolojik iyilik halinin artmasıyla da ilişkilidir (Conversano, Rotondo, Lensi, Della, Arpone ve Reda, 2010). Hemşirelerin hayata karşı olumlu bir bakış açısı geliştirmeleri bakım verdikleri hastalar kadar kendi sağlıklarını da kapsayan uzun ömür, düşük stres seviyesi ve etkili başa çıkma becerilerini kazanmak için gereklidir (Cruz, Cabrera, Hufana, Alquwez ve Almazan, 2018).

Hemşirelerin sağlığı ve iyilik hali önemli bir husustur, aynı zamanda sosyal refahın önemli bir boyutudur. Sağlıklı hemşireler, sağlık sisteminin etkili ve etkinliğini artırmaya büyük katkıda bulunabilir çünkü sağlıklı olmak görevlerin yerine getirilmesinde hayati önem taşımaktadır (Fronteira ve Ferrinho, 2011).

3. YÖNTEM

Araştırmada Ankara ilindeki 3 özel hastanede görev yapan hemşirelerin yaşam doyumunun özyeterliliğe etkisinde yaşam yöneliminin aracı rolünün belirlenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmaya başlamadan önce Lokman Hekim Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmaları Etik Kurulu'ndan (2019/03-02) gerekli yazılı izinler alınmıştır. Araştırmanın evrenini, Ankara ilindeki hastanelerde çalışan hemşireler oluşturmaktadır. Araştırmada olasılığa dayanmayan kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak 256 hemşire ile yüz yüze anket yapıldıktan sonra hatalı ya da eksik doldurulmuş olan 6 anket analize dahil edilmeyerek 250 anket analize tabii tutulmuştur. Yaşam doyumunu belirlemek için Diener ve ark. tarafından (1985) geliştirilen ve Yetim'in (1993) Türkçe çeviri, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını yaptığı yaşam doyum ölççeği kullanılmıştır. Yaşam yönelimini belirlemek için Scheier ve Carver (1985) tarafından geliştirilen, Aydın ve Tezer (1991) tarafından Türkçe çeviri, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan yaşam yönelimi ölççeği kullanılmıştır. Özyeterliliği belirlemek için Sherer ve arkadaşları (1982) tarafından geliştirilen, Yıldırım ve İlhan (2010) tarafından Türkçe çeviri, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan yaşam yönelimi ölççeği kullanılmıştır. Araştırmada 4 tane hipotez oluşturulmuştur. Bu hipotezler:

H₁: Yaşam doyumunu özyeterliliği anlamlı bir şekilde etkilemektedir.

H₂: Yaşam yönelimi özyeterliliği anlamlı bir şekilde etkilemektedir.

H₃: Yaşam doyumunu değişkeni, yaşam yönelimini anlamlı bir şekilde etkilemektedir.

H₄: Yaşam yöneliminin, yaşam doyumunun özyeterliliğe etkisinde aracılık rolü vardır.

4. BULGULAR

Verilerin analizinde, frekans, yüzde, standart sapma, korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır. Araştırmada, örneklem grubundaki hemşirelerin sosyo-demografik özelliklerine ilişkin çeşitli sorular sorulmuştur. Sosyo-demografik sorulara ilişkin verilen cevaplar Tablo 1'de görülmektedir.

Tablo 1. Örneklem Grubuna İlişkin Sosyo-Demografik Bilgiler

Değişkenler	Fre.	%	Değişkenler	Fre.	%
Cinsiyet			Eğitim Durumu		
Kadın	197	78.8	Lise	159	63.6
Erkek	53	21.2	Ön Lisans	38	15.2
Medeni Durum			Lisans ve Lisansüstü	53	21.2
Evli	62	24.8	Gelir Durumu		
Bekâr	188	75.2	1.000-2.000 TL	71	28.4
Yaş			2.001-3.000 TL	160	64.0
20 Yaş ve Altı	67	26.8	3.001 TL ve Üzeri	19	7.6
21-25	110	44.0			
26-30	40	16.0			
31 Yaş ve Üzeri	33	13.2			

Araştırmaya katılanların çoğunlukla kadın (% 78.8), medeni durumlarının bekar (% 75.2), 21-25 yaş aralığında (% 44), öğrenim durumunun lise (% 63.6) ve gelir durumunun 2.001-3.000 TL arasında (% 64) olduğu görülmektedir.

Yaşam doyumu ölçeğinin yapı geçerliliği için verilere açımlayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Açımlayıcı faktör analizi sonuçları (KMO=0.791; $X^2= 290.051$; $df=10$; $p=0.000$) verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir. Varyansın, % 51.760'ını açıklayan ve öz değeri birin üzerinde olan bir faktör belirlenmiştir. En düşük faktör yükü 0.30 alınmış ve ölçekteki bir ifadenin faktördeki yükü bu değerin üzerindeyse ve bu ifadenin diğer faktörlerdeki yükünden 0.10 veya daha yüksek ise ifade o faktörde sayılmıştır (Özdemir, 2009). Faktör, yükleri 0.791 ve 0.593 arasında olan beş maddeden oluşmaktadır. Faktörün varyansı açıklama oranı % 51.760 ve özdeğerinin 2.588 olduğu belirlenmiştir. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda ortaya çıkan boyutlarla yaşam doyumu ölçeğinin uyum indekslerinin belirlenmesi için AMOS 24 Programı kullanılarak doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. X^2/sd ($11.178/5=2.236$), AGFI (0.948), CFI (0.978), GFI (0.983), RMR (0.043) iyi uyum ve RMSEA (0.070) kabul edilebilir uyum olduğunu göstermektedir. ECVI (0.125<1.217), CAIC (76.393<325.600) ve AIC'e (31.178<302.993) göre en uygun modelin seçildiği görülmektedir.

Yaşam yönelimi ölçeğinin yapı geçerliliği için verilere açımlayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Açımlayıcı faktör analizi sonuçları (KMO=0.717; $X^2= 483.112$; $df=66$; $p=0.000$) verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir. Varyansın, % 44.476'sını açıklayan ve öz değeri birin üzerinde olan bir faktör belirlenmiştir. Üç ve on ikinci maddelerin faktör yükleri 0.30'un altında olduğu için ölçekten çıkarılmıştır. Faktör, yükleri 0.349 ve 0.681 arasında olan on maddeden oluşmaktadır. Faktörün varyansı açıklama oranı % 44.476 ve özdeğerinin 2.937 olduğu belirlenmiştir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda; X^2/sd ($110.492/35=3.157$), AGFI (0.876), GFI (0.921), REMSEA (0.073) RMR (0.076) kabul edilebilir uyum ve CFI (0.784) zayıf uyum olduğunu göstermektedir. ECVI (0.604<1.667), CAIC (240.921<460.299) ve AIC'e (150.492<415.085) göre en uygun modelin seçildiği görülmektedir.

Özyeterlilik ölçeğinin yapı geçerliliği için verilere açımlayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Açımlayıcı faktör analizi sonuçları (KMO=0.882; $X^2= 850.436$; $df=78$; $p=0.000$) verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir. Varimax faktör analizine göre varyansın, % 45.837'sini açıklayan ve öz değeri birin üzerinde olan iki faktör belirlenmiştir. Üç, beş, dokuz ve onuncu maddelerin faktör yükleri ile diğer faktördeki yükleri arasındaki fark 0.10'un altında olduğu için ölçekten çıkarılmıştır. Birinci faktör, yükleri 0.483 ve 0.725 arasında olan dokuz maddeden oluşmaktadır. Faktörün toplam varyansı açıklama oranı % 28.926 ve özdeğeri 3.760'dır. İkinci faktör, yükleri 0.558 ve 0.756 arasında olan dört maddeden oluşmaktadır. Faktörün toplam varyansı açıklama oranı % 16.911 ve özdeğeri 2.198'dir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda; X^2/sd ($98.894/64=1.545$), AGFI (0.919), CFI (0.956), REMSEA (0.047) iyi uyum ve GFI (0.943), RMR (0.070) kabul edilebilir uyum olduğunu göstermektedir. ECVI (0.614<3.592), CAIC (274.974<953.235) ve AIC'e (152.894<894.456) göre en uygun modelin seçildiği görülmektedir.

Araştırma da kullanılan ölçeklere uygulanan açıklayıcı faktör analizi sonucunda ortaya çıkan boyutlardan oluşan araştırma modelinin geçerliliğini değerlendirmek amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda; X^2/sd ($688.323/344=2.001$) iyi uyum, AGFI (0.860), CFI (0.912), REMSEA (0.063) kabul edilebilir uyum ve GFI (0.839), RMR (0.099) zayıf uyum olduğunu göstermektedir. ECVI (3.262<9.089), CAIC (1092.658<2389.716) ve AIC'e (812.328<2263.115) göre en uygun modelin seçildiği görülmektedir. Araştırma modelinin genel olarak uyum indekslerinin yeterli olduğu görülmektedir. Araştırmanın güvenilirliği Cronbach Alpha katsayısı ile ölçümlenmiştir. Faktör analizi sonrasında yaşam doyumu için Cronbach's Alpha değeri 0.760, özyeterlilik için Cronbach's Alpha değeri 0.838 ve yaşam yönelimi için 0.655 olarak bulunmuştur. Bu değerler ölçeğin güvenilir olduğunu göstermektedir.

Yaşam doyumu, özyeterlilik ve yaşam yönelimi değişkenleri ile ilgili katılımcıların görüşlerini yansıtan ortalama puanlar, standart sapmalar ve korelasyon analizi sonuçları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Değişkenlere İlişkin Ortalama, Standart Sapma ve Aralarındaki Korelasyon Değerleri

n=250	\bar{X}	S.s.	(1)	(2)
-------	-----------	------	-----	-----

(1) Yaşam Doymu	3.037	0.815		
(2) Özyeterlilik	3.761	0.703	0.295*	
(3) Yaşam Yönelimi	3.237	0.503	0.187*	0.420*

p<0.05

Korelasyon analizi sonuçlarına göre yaşam doymu ile özyeterlilik değişkeni arasında pozitif yönlü zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki; yaşam doymu ile yaşam yönelimi değişkeni arasında ise pozitif yönlü çok zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Özyeterlilik ile yaşam yönelimi değişkeni arasında ise pozitif yönlü zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Ayrıca katılımcıların yaşam doymu ve yaşam yönelim düzeylerinin orta, özyeterlilik düzeyinin ise iyi düzeyde olduğu belirlenmiştir. Baron ve Kenny (1986) aracılık etkisinin oluşabilmesi için üç koşulun sağlanması gerektiğinden bahsetmektedir. Bunlar;

1. Bağımsız değişkenin (yaşam doymu) bağımlı değişken (özyeterlilik) üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmalıdır.
2. Bağımsız değişkenin (yaşam doymu) aracı değişken (yaşam yönelimi) üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmalıdır.
3. İkinci aşamada aracı değişken modele eklendiğinde, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisi azalırken veya anlamsızlaşırken, aracı değişkenin bağımsız değişken üzerinde anlamlı bir etkisi olmalıdır.

Üçüncü koşul çerçevesinde, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisi anlamsızlaşır ise tam aracılık etkisinden, etkinin düşmesi durumunda ise kısmi aracılık etkisinden bahsedilmektedir. Değişkenler arasında neden-sonuç ilişkilerini belirlemek için yapılan regresyon analizi, bağımsız değişken ya da değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkilerinin incelenmesi amacıyla kullanılmaktadır (Aktaran Büyükbeşe ve Dağ, 2018). Yapılan regresyon analizine ilişkin sonuçlar Tablo 3’de verilmiştir.

Tablo 3. Değişkenlere İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

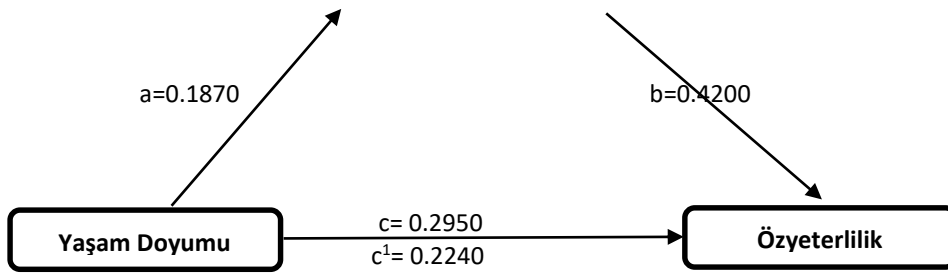
	Bağımsız	Bağımlı	Model Değişken.	St. Hata	Standart Coefficients (β)	t	p
H ₁	Yaşam Doymu	Özyeterlilik	0.115	0.039	0.1870	2.993	0.003
H ₂	Yaşam Yönelimi	Özyeterlilik	0.588	0.081	0.4200	7.294	0.000
H ₃	Yaşam Doymu	Yaşam Yönelimi	0.254	0.052	0.2950	4.860	0.000

p<0.05

İlk iki koşulun, birinci ve üçüncü hipotezler ile sağlandığı görülmektedir. Aracılık etkisinin varlığından bahsedebilmek için gerekli olan üçüncü koşulun sağlanabilmesi için, regresyon analizlerinin üçüncü aşamasında aracı değişken olan yaşam yönelimi modele eklenmiştir. Yaşam doymu ile özyeterlilik değişkeni arasında yaşam yöneliminin aracı etkisine ilişkin a, b, c ve c' yollarının sonuçları şekil 1’de belirtilmiştir.

$$a*b = 0.4750$$

Aracı Değişken
Yaşam Yönelimi



Şekil 1. Araştırmanın Modeli

Şekil 1 incelendiğinde, a yolu için standardize edilmiş olan regresyon katsayısının 0.1870; b yolu için standardize edilmiş olan regresyon katsayısının 0.4200 ve c yolu için standardize edilmiş olan regresyon katsayısının 0.2950 şeklinde olduğu görülmektedir. Aracı etkinin belirlenebilmesi için, bağımsız ve aracı değişkenler modele birlikte dâhil edildiğinde c¹ yolunun anlamlılık durumuna veya etki düzeyinin azalıp azalmadığına bakılmalıdır (c yolundaki azalmayı tespit etmek için). c¹ yolu ($\beta=0.2240$) incelendiğinde, c yolunun regresyon katsayısına göre azalmanın olduğu görülmektedir.

Araştırmada aracı değişken üzerinden dolaylı etkilerin belirlenebilmesi için Hayes tarafından geliştirilen PROCESS makro kullanılmıştır. Bu makro ile SPSS üzerinden bir dizi regresyon analizi ile birden fazla aracı değişkenin olduğu durumlarda, bütün aracı değişkenler üzerinden gerçekleşen dolaylı etkinin miktarı ve anlamlılığı aynı model içinde hesaplanabilmektedir (Kavgacı ve Çalık, 2017:233). Bu doğrultuda PROCESS makro kullanılarak yaşam doymumu bağımsız değişken, yaşam yönelimi ise aracı değişken, özyeterlilik ise bağımlı değişkeni olarak tanımlanmıştır. Yapılan analizle %95 güven düzeyinde bootstrap güven aralıkları hesaplanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 4’de verilmiştir.

Tablo 4. Aracılık Etkisine İlişkin Katsayılar

	B	SE (B)	LLCI - ULCI	β	R ²
c: Özyeterlilik F = 23.6228, p= 0.000					
Yaşam Doymumu	0.2545	0.0524	0.1514 - 0.3576	0.2950	0.0870
a: Yaşam Yönelimi F = 8.9554, p= 0.003					
Yaşam Doymumu	0.1152	0.0385	0.0394 - 0.1911	0.1870	0.0349
b ve c ¹ F = 38.8935, p= 0.000					
Yaşam Doymumu (c ¹)	0.1935	0.0492	0.0966 - 0.2904	0.2240	0.2252
Yaşam Yönelimi (b)	0.5290	0.0797	0.3720 - 0.6860	0.3780	
Toplam (a) * (b)				0.4750	

p<0,05

Tabloda değişkenler arasındaki standardize edilmiş regresyon katsayıları ve aracılık etkisine ilişkin katsayılar yer verilmiştir. Aracılık etkisi regresyon katsayılarının, standardize edilmiş regresyon katsayılarına göre azaldığı görülmektedir. Etki düzeylerine ilişkin değerler Tablo 5’de verilmiştir.

Tablo 5. Etki Değerleri

Doğrudan Etki	Dolaylı Etki	Toplam Etki	Bootstrap Güven Aralığı BoLLCI-BoULCI	Aracı Etki Türü
---------------	--------------	-------------	---------------------------------------	-----------------

YD-YY-ÖY	0.1935	0.0610	0.2545	0.0180 - 0.1095	Kısmi
----------	--------	--------	--------	-----------------	-------

Doğrudan etkinin (c) anlamsız olmadığı fakat standardize edilmiş regresyon katsayısının azaldığı görülmektedir. Toplam etki ile doğrudan etki arasındaki farktan dolayı etkinin büyüklüğü belirlenmiştir. Dolaylı etki % 6.10 düzeyindedir. Dolaylı etki belirlendikten sonra, bu etkinin anlamlılık durumunun da belirlenmesi gerekmektedir (Aktaran Büyükbeşe ve Dağ, 2018). Bu etkinin anlamlılığı Bootstrap güven aralığı kullanılarak tespit edilmiştir. Bootstrap güven aralığı alt sınır ve üst sınırının (her ikisinin) sıfırın altında veya üstünde olması gerekmektedir. Tablo 9'daki değerlerin her ikisinin de sıfırın üstünde olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre, yaşam doyumu ile özyeterlilik arasındaki ilişkide yaşam yöneliminin kısmi aracı etkisinin olduğu belirlenmiştir.

5. SONUÇ

Bu çalışmanın amacı yaşam doyumunun özyeterliliğe etkisini belirlemek ve bu etkide yaşam yöneliminin aracılık rolünü ortaya koymaktır. Bu kapsamda Ankara ilinin çeşitli hastanelerinde çalışan hemşireler üzerinde yapılan bu araştırma sonuçlarına göre yaşam doyumu, özyeterlilik ve yaşam yönelimi değişkenleri arasında anlamlı ilişkiler belirlenmiştir. Açıklayıcı faktör analizi sonuçlarına göre araştırmada kullanılan ölçeklerin faktör analizi için uygun oldukları ve yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ise ölçeklerin ve araştırmanın modelinin uyum indekslerinin yeterli olduğu belirlenmiştir. Korelasyon analizine ilişkin sonuçlara göre yaşam doyumu ile özyeterlilik arasında zayıf düzeyde, yaşam yönelimi arasında ise çok zayıf düzeyde ilişkiler saptanmıştır. Özyeterlilik ile yaşam yönelimi arasında ise zayıf düzeyde ilişki saptanmıştır. Duran (2016) yapmış olduğu çalışmada yöneticilerin öz yeterlikleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş, yöneticilerin öz yeterlikleri ile mutlu olma durumları arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki tespit etmiştir. Bu sonuca benzer şekilde, Duran ve Yıldırım (2017) yaptıkları çalışmada yöneticilerin öz yeterlikleri ile mutluluk düzeyleri arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki belirlemiştir.

Yapılan analizler sonunda, ilk aşamada, yaşam doyumunun özyeterlilik üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu saptanmıştır. Luszczyńska ve diğ. (2005) ise birçok ülke yöneticileri üzerinde yaptıkları araştırmada yöneticilerin öz yeterlik düzeyleri ile psikolojik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemiş ve öz yeterlik ile iyimserlik, kendini düzenleme ve geleceğe eğilim değişkenleri arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki tespit etmiştir. Özyeterliliğin yaşam yönelimi üzerinde etkisi araştırılmış ve pozitif yönlü ve anlamlı bir etkisinin olduğu saptanmıştır.

Yaşam doyumunun yaşam yönelimi üzerinde etkisinin pozitif yönlü ve anlamlı bir etkisinin bulunduğu saptanmıştır. Yaşam doyumunun artırılması çalışanların yaşam yönelimi düzeylerine katkı sağlayacaktır. Çalışanların yaşam doyum düzeylerini artırıcı faaliyetler, etkinlikler ve uygulamaların yapılması çalışanların yaşam yönelimlerini geliştirerek daha etkin kullanmalarını konusunda olumlu etki sağlayacağı söylenebilir. Yaşam doyumunun özyeterlilik üzerindeki etkisinde yaşam yöneliminin aracılık etkisinin bulunup bulunmadığı araştırılmıştır. Analizler sonucunda, yaşam doyumunun özyeterlilik üzerindeki etkisinde yaşam yöneliminin kısmi aracı etkisinin olduğu belirlenmiştir. Akgündüz (2013) yapmış olduğu çalışmada iş doyumu, yaşam doyumu ve öz yeterlilik arasındaki ilişkiyi incelemiş iş doyumu, yaşam doyumu ve öz yeterlilik arasında pozitif bir ilişki tespit etmiştir.

Araştırmanın yalnızca Ankara ilinde gerçekleştirilmiş olması önemli bir kısıt oluşturmaktadır. Bu kapsamda farklı illerde yapılacak benzer araştırmalar ile araştırma sonucumuz karşılaştırılarak farklılıklar tespit edilebilir. Araştırmanın diğer bir kısıtı ise, hemşirelerde yaşam doyumunun yalnızca özyeterlilik üzerindeki etkisinin incelenmesi ve iki kavram arasındaki ilişkide yalnızca yaşam yöneliminin aracılığının araştırılmasıdır. Araştırmanın farklı modellerle farklı örgütsel çıktılara odaklanarak yapılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

Aiken, H.L., Sean, P., Clarke, D. ve Sloane, M. (2001). Hospital restructuring: Does it adversely affect care and outcomes?. Journal Of Health And Human Services Administration, 23(4), 416-442.

- Akgündüz, Y. (2013). Konaklama işletmelerinde iş doyumunu, yaşam doyumunu ve öz yeterlilik arasındaki ilişkinin analizi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 180-204.
- Aspinwall, L.G. ve Taylor, S.E. (1997). A Stitch in Time: Self-Regulation and Proactive Coping. *Psychological Bulletin*, 121(3), 417-436.
- Aydın, G. ve Tezer, E. (1991). İyimserlik, sağlık sorunları ve akademik başarı ilişkisi. *Psikoloji Dergisi*, 7(26), 2-9.
- Ayık, A., Savaş, M. ve Yücel, E. (2015). İlkokullarda görev yapan okul müdürlerinin genel öz yeterlilik ile örgütsel bağlılık algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(2), 193-218.
- Bandura A. (1978). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Advances In Behaviour Research And Therapy*, 1(4), 139-161.
- Bandura, A. (1986). The explanatory and predictive scope of self-efficacy theory. *Journal Of Social And Clinical Psychology*, 4(3), 359-373.
- Bandura, A. ve Locke, E.A. (2003). Negative self-efficacy and goal effects revisited. *Journal Of Applied Psychology*, 88(1), 87-99.
- Baron, R.M. ve Kenny, D.A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Büyükebeşe, T. ve Dağ, K. (2018). Etik liderliğin örgütsel adalet algısına etkisinde örgütsel güvenin aracı rolü. *Social Sciences Studies Journal*, 4(15), 979-994.
- Conversano, C., Rotondo, A., Lensi, E., Della, O.V., Arpone, F. ve Reda, M.A. (2010). Optimism and its impact on mental and physical well-being. *Clinical Practice & Epidemiology In Mental Health*, 6(1), 25-29.
- Cruz, J.P., Cabrera, D.N.C., Hufana, O.D., Alquwez, N. ve Almazan, J. (2018). Optimism proactive coping and quality of life among nurses: A cross-sectional study. *Journal Of Clinical Nursing*, 27(9-10), 2098-2108.
- Duran, A. (2016). Okul yöneticilerinin mutluluk düzeylerinin öz yeterlilikleriyle ilişkisi: Amasya ili örneği (Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Duran, A. ve Yıldırım, N. (2017). The relationship between school administrators happiness levels and their self-efficacy levels. *International Journal Of Higher Education*, 6(4), 210-228.
- Fronteira, I. ve Ferrinho, P. (2011). Do nurses have a different physical health profile? A systematic review of experimental and observational studies on nurses' physical health. *Journal Of Clinical Nursing*, 20(17-18), 2404-2424.
- Iwatsubo, Y., Derriennic, F., Cassou, B. ve Poitrenaud, J. (1996). Predictors of life satisfaction amongst retired people in paris. *International Journal Of Epidemiology*, 25(1), 160-170.
- Kavgacı, H. ve Çalık, T. (2017). Öğretmenlerin işle bütünleşme düzeylerinin örgütsel ve bireysel değişkenlerle ilişkisi: Bir çoklu aracılık modeli. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 23(2), 223-248.
- Köybaşı, F. ve Dönmez, B. (2017). Okul yöneticilerinin girişimcilik, öz yeterlilik ve örgütsel bağlılık algılarının analizi. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Dergisi*, 23(2), 249-280.
- Kudielke, B.M., Hanebuth, D., Kanel, R., Gender, M.L., Granda, G. ve Fisher, J.E. (2005). Healthy-related quality of life measured by the st12 in working population: Associations with psychosocial work characteristics. *International Journal Of Nursing Studies*, 10(4), 429-440.
- Larson, R. (1978). Thirty years of research on the subjective well-being of older americans. *Journal Of Gerontology*, 33(1), 109-125.
- Lau, R., Willetts, G., Hood, K. ve Cross, W. (2015). Development of self-efficacy of newly graduated registered nurses in an aged care program. *Australian Journal On Ageing*, 34(4), 224-228.
- Luszczynska, A., Gutie, A.B.R.D. ve Schwarzer, R. (2005). General self-efficacy in various domains of human functioning: evidence from five countries. *International Journal Of Psychology*, 40(2), 80-89.
- Mcmanus, M. (1989). Nurse administration experience job satisfaction. *Nurse Management*, 20(9), 83-86.
- Omu, O. ve Reynolds, F. (2014). Religious faith and self-efficacy among stroke patients in Kuwait: Health professionals' views. *Disability And Rehabilitation*, 36(18), 1529-1535.
- Özdemir, Y. (2009). Ergenlik döneminde benlik kurgusu gelişiminin anababanın çocuk yetiştirme stilleri açısından incelenmesi (Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Özdemir, G. (2011). Ebelik ve hemşirelik öğrencilerinin iletişim becerileri ve yaşam yönelimlerinin stresle başetme tutumları üzerin etkisi, (Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Özer, M. ve Karabulut, Ö.Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumunu. *Turkish Journal of Geriatrics*, 6(2), 72-74.
- Özgür, G., Gümüş, A.B. ve Durdu, B. (2010). Evde ve yurttan kalan üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 1(1), 25-32.
- Sherer, M., Maddux, J.E. ve Mercandante, B. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51(2), 663-671.

Sohl, S.J. ve Moyer, A. (2009). Refining the conceptualization of a future oriented self-regulatory behavior: Proactive coping. *Personality And Individual Differences*, 47(2), 139-144.

Su, X. (2014). At-risk boys' self-efficacy in a summer sports camp. (Doctoral Thesis, Texas A&M University). Retrieved from <https://oaktrust.library.tamu.edu/bitstream/handle/1969.1/154115/SU-DISSERTATION-2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Tait, M., Padgett, M.Y. ve Baldwin, T.T. (1989). Job and life satisfaction: A reevaluation of the strength of the relationship and gender effects as a function of the date of the study. *Journal Of Applied Psychology*, 74(3), 502-507.

Wu, H., Chi, T.S., Chen, L., Wang, L. ve Jin, Y.P. (2010). Occupational stress among hospital nurses:cross-sectional survey. *Journal Of Advanced Nursing*, 66(3), 627-634.

Yetim, Ü. (1991). Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumu (Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.

Yıldırım, F. ve İlhan, İ.Ö. (2010). Genel öz yeterlilik ölçeği türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(4), 301-308.