

Öğretmenlerin Yaşam Anlamı, Psikolojik Sermaye ve Cinsiyetinin Psikolojik İyi Oluşlarına Etkisi

Ahmet Göçen¹

Type/Tür:

Research/Araştırma

Received/Geliş Tarihi:

September 7/ 7 Eylül 2018

Accepted/Kabul Tarihi:

February 9/ 9 Şubat 2019

Page numbers/Sayfa No: 135-153

Corresponding

Author/İletişimden Sorumlu

Yazar: ahmet135@gmail.com



This paper was checked for plagiarism using iThenticate during the preview process and before publication. / Bu çalışma ön inceleme sürecinde ve yayımlanmadan önce iThenticate yazılımı ile taranmıştır.

Copyright © 2019 by

Cumhuriyet University, Faculty of Education. All rights reserved.

Öz

Öğretmenler yükselen beklentiler ve hesap verebilirlik sonucunda stres, tükenmişlik gibi negatif durumları daha fazla yaşayabilmektedir. Fakat, taşıdığı anlam ve misyon açısından bakıldığında öğretmenliğin yüksek motivasyon gücüne sahip mesleklerin başında gelmesi beklenmektedir. Bu nedenle öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarının, yaşam anlamı seviyelerinin ve psikolojik sermayelerinin irdelenmesi önem arz etmektedir. Bu açıdan, çalışmanın amacı öğretmenlerin “yaşam anlamı, psikolojik sermaye algıları ve cinsiyet değişkeninin psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkisini” incelemektir. Bu kapsamda ilgili değişkenler arasındaki korelasyon incelenmiş ve öğretmenlerin yaşam anlamı, psikolojik sermaye ve cinsiyet değişkenlerinin psikolojik iyi oluşlarını yordama gücü hiyerarşik regresyon ile analiz edilmiştir. Verilerin toplanmasında yaş, cinsiyet vb. olmak üzere katılımcıların demografik bilgilerini belirlemeye yönelik Kişisel Form, çalışma amacına ilişkin Yaşam Anlamı Ölçeği, Psikolojik Sermaye Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmadaki veri toplama sürecine uygun örneklem ile seçilen 241 öğretmen katılmıştır. Korelasyon analizi sonuçlarına göre öğretmenlerin cinsiyet, bazı psikolojik sermaye ve yaşam anlam boyutları, psikolojik iyi oluşları arasında değişen oranlarda anlamlı bir ilişkinin var olduğu bulunmuştur. Hiyerarşik regresyon sonuçlarına bakıldığında yaşam anlamı boyutlarından *mevcut anlamın*, psikolojik sermaye boyutlarından *öz yeterlilik*, *iyimserliğin* ve *cinsiyet* değişkeninin öğretmenlerin *psikolojik iyi oluşlarını* anlamlı şekilde orta düzeyde yordadığı bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik sermaye, psikolojik iyi oluş, yaşam anlamı, öğretmenler, cinsiyet

Suggested APA Citation/Önerilen APA Atıf Biçimi:

Göçen, A., (2019). Öğretmenlerin yaşam anlamı, psikolojik sermaye ve cinsiyetinin psikolojik iyi oluşlarına etkisi. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 8(1), 135-153.
<http://dx.doi.org/10.30703/cije.457977>

¹ Dr, Milli Eğitim Bakanlığı, YEGİTEK, Ankara/Türkiye

Dr, The Ministry of National Education, YEGİTEK, Ankara/Turkey

e-mail: ahmet135@gmail.com ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9376-2084>

Teachers' Life Meaning, Psychological Capital and Gender's Effect on Their Psychological Well-Being

Abstract

Teachers can experience the negative situations like stress, exhaustion more due to rising expectations and accountability. However, when considered in regard to meaning and mission it carries, teaching is expected to be at the forefront among other professions with its high motivation power. For this reason, it is important to analyze the psychological capital, meaning and psychological well-being of the teachers. From this point of view, the goal of this study is to examine the effect of teachers' life meaning, psychological capital and gender on their psychological well-being. In this context, the correlation between teachers' life meaning, psychological capital, gender and psychological well-being was examined and a hierarchical regression was done to predict teachers' psychological well-being through their life meaning, psychological capital perceptions and gender. In the collection of the data, Personal Form which included age, gender, etc. for determining the demographic information of the participants and Life Meaning Scale, Psychological Capital Scale and Psychological Well-Being Scale were used. 241 teachers selected with convenience sampling participated in data collection process. According to the results of correlation analysis, there is found to be a significant relationship between different dimensions of study at varying degrees in terms of teachers' gender, psychological capital, life meaning, psychological well-being perceptions. When the results of hierarchical regression are examined, it is found that *presence of meaning*, a sub dimension of life meaning, *self-efficacy and optimism*, sub dimensions of psychological capital, and the *gender* variable in the study predict psychological well-being of teachers significantly in moderate way.

Keywords: Psychological capital, psychological well-being, meaning of life, teachers, gender

Giriş

Psikoloji çalışmaları son yıllarda artan şekilde insanların pozitif yönlerinin gelişimine odaklanmış, alanyazında yaşamın anlamını temel alan çalışmalar dikkat çekmeye başlamıştır. Bu eğilim sonucunda psikolojik iyi oluş, psikolojik sermaye ve yaşamın anlamı gibi kişisel kavramlar örgütsel açıdan da derinlemesine incelenmeye başlanmıştır. Nitekim negatif duygu veya yıkıcı duygu durumlarına karşın kurum ortamında kişilerin pozitif duygularını güçlendirmek, anlam ve iyi oluş düzeylerine katkı sağlamak iyileştirici etkiler sağlayabilir.

Psikolojik iyi oluş kişinin beceri ve kişisel gelişimine odaklanan bir olgu olup kökeni farklı araştırmalarda "kendini gerçekleştirme, tam işlevsellik veya olgunluk" gibi kavramlara dayandırılmaktadır (Manzano-García and Ayala, 2017). Psikolojik sermaye ise insanın öz yeterlilik, umut, dayanıklılık, iyimserlik gibi geliştirilebilir pozitif psikolojik özelliklerine dikkat çeker ve insanın hayatındaki pozitif duygulara veya özelliklere yönelmenin negatif duygular ile baş etmeden daha fazla etki sağladığını vurgular (akt., Singh and Mansi, 2009, s.233). Yaşam anlamı ise kişilerin hayatlarında bir arayışı ve nihai amaca hizmet etme isteğini içerir. Bu çalışmada psikolojik iyi oluş, psikolojik sermaye ve yaşam anlamı arasındaki ilişkinin öğretmen algıları açısından incelenmesi hedeflenmiş ve ilgili kavramlar aşağıda başlıklar halinde detaylı açıklanmıştır.

Psikolojik İyi Oluş

İyi oluş kavramına ilişkin çalışmalar iki alanda yoğunlaşmaktadır, yaşam kalitesine, hatta yönelik öznel iyi oluş, zorluklar durumunda kendini gerçekleştirmeye ve anlama dönük psikolojik iyi oluş (Telef, 2013). Keyes, Shmotkin ve Ryff'a (2002) göre psikolojik iyi oluş kişinin kendisini sınırlılıklarıyla kabul etmesini, kendi kapasitesinin farkında olup kendini olumlu algılamasını, bağımsız hareket edebilmesini, iyi çevre ilişkileri kurmasını ve yaşam amacına sahip olmasını ifade etmektedir. Huppert'a (2009) göre psikolojik iyi oluş kişinin kendisini iyi hissetmesi ve etkili bir işleyiş göstermesinden ibarettir. Bu süreçte her zaman bir iyilik ve mutluluk durumu yoktur, acı veren deneyimler de bu sürecin doğal bir parçası olup zaman içerisinde bu durumların etkili yönetilmesi gerekmektedir. Huppert (2009) psikolojik iyi oluşa zarar veren durumu olumsuz duyguların aşırı ya da çok uzun sürmesi ve bu duyguların kişinin günlük yaşamında işlev görme becerisine müdahale etmesi şeklinde açıklamaktadır.

Psikolojik iyi oluş kişilerin çalışma hayatında yönlendirici roller üstlenmektedir. Yapılan çalışmalara göre psikolojik iyi oluşun öz saygı, sosyal destek, öz-duyarlık, sosyal beceriler, iyimserlik, maneviyat/ruhsallık, mutluluk ve yaşam doyumu ile pozitif ilişkili olduğu bulunurken, depresyon ile negatif ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur (Demirci ve Şar, 2017). Holman, Johnson ve O'Connor (2018) psikolojik iyi oluşta meydana gelen gelişmelerin sağlık, iş memnuniyeti ve iş devam konularında da olumlu etkisi olabileceğini vurgulamaktadır. Bu açıdan yüksek psikolojik iyi oluş düzeyine sahip bireylerin düşük psikolojik iyi oluş düzeyine sahip bireylere göre daha işlevsel bir hayat yaşadıkları söylemek mümkündür (Demirci ve Şar, 2017). Okullar açısından bakıldığında psikolojik iyi oluş seviyesi yüksek öğretmenlerin öğrenci sonuçları üzerinde de etkisi olduğu görülmektedir. Jeon, Buettner ve Grant (2018) tarafından yapılan 1129 katılımcılı nicel araştırmada erken yaş gruplarına eğitim veren öğretmenlerin çalışma ortamlarının ve genel öğretim yeterliliklerinin psikolojik iyi oluşlarını etkilediği ve bu öğretmenlerin psikolojik iyi oluş durumlarının öğrencilerin beslenme ve öğrenmeleri üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

Ryff (1989) psikolojik iyi oluşu önceki klinik, zihinsel sağlık ve yaşam boyu gelişim yaklaşımı çalışmaları dâhilinde sentezlemiş ve 6 boyutta değerlendirmiştir:

Kendini kabul. Kendini kabul zihinsel sağlığın yanı sıra kendini gerçekleştirme, ideal işleyiş ve olgunluğun temel bir özelliği olarak tanımlanmaktadır. Benliği ve geçmiş yaşamı kabul etme bu sürecin parçalarıdır. Kişinin kendine karşı olumlu tutumlara sahip olması pozitif psikolojik işleyişin önemli bir özelliğidir.

Diğerleriyle olumlu ilişkiler. Başka kişiler ile geliştirilen samimi ve sağlam ilişkiler psikolojik iyi oluşta önemli rol oynar. Zihinsel sağlıkta sevme duygusu, kendini gerçekleştirmede tüm insanlık için empati, merhamet ve derin sevgi, olgunlukta diğer insanlar ile samimiyet aslında psikolojik iyi olma sürecindeki insanlar arası ilişkileri vurgulamaktadır. Bu ilişkilerde pozitiflik psikolojik işleyişte iyi oluşu simgelemektedir.

Özerklik. Kendi başına karar alma ve bağımsızlık kişilerin özerklik duygularının temelini oluşturur. Kendini gerçekleştirmiş olan insanlar özerktir, başkalarından onay beklemez. Kişilerin korku ve kısıtlayıcı normların tersine iç dünyasına dönmesi kişilere aslında özgürlük duygusu tanımaktadır.

Çevresel hâkimiyet. Bireyin seçebilme yeteneği veya kendine uygun koşullarda ortam oluşturması zihinsel sağlığın bir özelliğidir. Kişiler çevresel fırsatları kullanabildikçe uygun bir hayat sürebilecektir. Çevreye aktif katılım ve çevreyi kullanabilme psikolojik işleyişte bütüncül bir işleve sahiptir.

Yaşam amacı. Zihinsel sağlık kişiye anlam veren amaçlara ilişkin inançları ifade eder. Olgunluk da kişinin hayat amacını ve yönünü tamimiyle anlamasını içerir. Pozitif şekilde çalışan bir kişi amaçlara sahiptir, hangi yöne gittiğinin farkındadır ve tüm bunlar kişinin anlam duygusuna katkı sağlamaktadır. Nitekim kişisel anlamın kişinin iyi oluşunda ve yaşam kalitesindeki önemli rolünü gösteren kanıtlar da birikmektedir (Wong, 2013)

Bireysel gelişim. İdeal bir psikolojik işleyiş kişinin sadece önceki hedeflere değil, gelecekteki hedeflere, potansiyelini ortaya çıkarmaya göre çalışmasıdır. Deneyime ve gelişime açık olmak psikolojik işleyiş açısından anahtar bir özelliktir.

Psikolojik iyi oluş sahip olduğu bu altı boyut dâhilinde kişilere kendini kabul, özerklik, çevresel farkındalık, hâkimiyet, yaşam amacı ve gelişim fırsatları sunar. Huppert (2009, ss.154-155) yaptığı alan taraması sonucunda psikolojik iyi oluş ile ilgili şu sonuçlara ulaşmıştır:

1. Psikolojik iyi oluş, esnek ve yaratıcı düşünme, pro-sosyal davranış ve iyi fiziksel sağlık ile ilişkilidir.
2. Bireyin zihinsel sermayesi ve psikolojik iyi oluş seviyesi, özellikle anne bakımı başta olmak üzere, kendi erken yetişme ortamından güçlü bir şekilde etkilenir.
3. Olumsuz bir çevre davranışlarda ve nörobiyolojide ömür boyu bozulmalara yol açarken bu durumun telafisi yaşamın ilerleyen aşamalarında mümkündür.
4. Dış durumlar iyi oluşumuzu etkiler, ancak eylemlerimiz ve tutumlarımız daha büyük bir etkiye sahip olabilir. Olumlu eylemleri ve tutumları teşvik eden müdahaleler iyi oluşu arttırmada önemli bir role sahiptir.
5. Bir hastalığı olan veya yüksek risk grubunda olanlara yönelik müdahaleler kısa vadede zorlukları hafifletebilir, ancak evrensel bir yaklaşım, sadece patolojisi olanları değil, sıradan insanların hayatlarının kalitesini artırabilir. Evrensel bir yaklaşım, uzun vadede genel ruhsal hastalıklara sahip toplam insan sayısını azaltabilir.
6. İnsanların eksikliklerine değil de varlıklarına, onları neyin geliştirdiğine odaklanan iyi oluş bilimi umut verici yeni bir araştırma alanıdır. İyi oluşa yönelik davranışsal, biyolojik ve sosyal yolların anlaşılmasındaki gelişmeler birey, örgüt ve toplum yararına olacaktır.

Psikolojik Sermaye

Kişilerde psikolojik durum negatif olaylar kadar pozitif düşüncelerin de bir ürünüdür. II. Dünya savaşından önce psikoloji biliminin 3 temel amacı var olduğu kabul edilmektedir, bunlar akıl sağlığı sorunlarına çözüm bulmak, insan hayatını daha üretken ve anlamlı kılmak ve üstün yetenekleri tanımak ve geliştirmektir (Seligman and Csikszentmihalyi, 2000). Fakat II. Dünya Savaşı'ndan sonra psikolojinin yalnızca insan hayatının başarısızlık, tükenmişlik, çaresizlik, patoloji gibi olumsuz yönlerine odaklanması endişe verici bir durum olarak gündeme gelmiştir (Çimen ve Özgan,

2018). Pozitif psikoloji çalışmalarıyla kısmen unutulmuş veya daha az önem verilen kişilerdeki anlam, üretken hayat isteği yeniden su yüzüne çıkmıştır. Nitekim negatif odaklı örgüt kuramları ve uygulamaları tembel insan düşüncesine, etkisiz ve etik dışı lider tipine, stres, çatışma ve tükenmişlik yaşayan örgüt yapısı ve kültürüne odaklanmışken (Kalman ve Summak, 2016) Seligman (1998) tarafından başlatılan pozitif psikoloji akımı insanların iyi hayatı sorgulamalarına, güçlü ve olumlu yönlerini anlayıp gelişmelerine vurgu yapmıştır. Psikolojik sermaye bireylerin sahip olduğu güçlü özellikleri ve bunların nasıl geliştirilebildiğini konu alan bir alandır ve genel olarak insanın kim olduğunu, ne tür güçlü ve olumlu geliştirilebilir özelliklere sahip olduğunu araştırır (Samancı ve Basım, 2018). Pozitif psikolojik sermaye çalışmaları yönetimde çalışanların olumsuzluklara odaklanması yerine pozitif davranışlarına odaklanmasını ve bunu verimliliğe dönüştürebilmeleri amacını taşımaktadır (Tösten ve Özgan, 2014). Bu açıdan psikoloji pozitif bir bakış açısıyla ne tip ailelerin üretken bir çocuk yetiştireceğine, ne çeşit ortamın çalışanlar arası memnuniyet sağlayacağına, ne tür politikaların en iyi katılımı tetikleyeceğine ve insanların hayatını daha anlamlı kılacağına dair bir yol haritası sunmalıdır (Seligman and Csikszentmihalyi, 2000).

Araştırmalar incelendiğinde psikolojik sermayenin temelde “özyeterlilik, umut, iyimserlik ve psikolojik dayanıklılık” olmak üzere dört boyuttan oluştuğu görülse de memnuniyet, öz bildirim, vicdan, hoşluk, nörotisizm, dışadönüklük, güven, açıklık, özsaygı, öz farkındalık, kararlılık, disiplin ve aidiyet/üyelik boyutları da pozitif psikolojik sermaye kapsamında değerlendirilebilir (Tösten ve Özgan, 2014). Bugünün liderleri ve çalışanları negatif olaylar ve işlevsiz yapılar üzerine odaklanmak yerine iş ortamında “güven, umut, iyimserlik ve dayanıklılık” geliştirebilir, böylece hem bireysel hem de kurumsal performansı artırabilir (Luthans, Luthans, and Luthans, 2004). Seligman’a (1998) göre pozitif psikolojinin amacı insanın güçlü yönlerini ve erdemsel değerlerini anlamak, analiz etmek ve onları inşa etmektir. Bu açıdan psikoloji hangi davranış ve düşüncelerin iyi işleyen toplum yapısına, pozitif bireylere ve kişilerde iyilik durumuna yol açtığını inceleyerek para, lüks vb. suni hayallere dayanmayan iyi bir hayat vizyonunun oluşumuna destek çıkmalıdır (Seligman and Csikszentmihalyi, 2000).

Luthans vd’leri (2004) psikolojik sermaye kavramı doğrultusunda günümüz çalışma ilişkilerinde önemli rol oynayan rekabet unsuru sermayeleri şu şekilde tabloşturmıştır.

Tablo 1
Sermaye Türleri

Geleneksel Ekonomik Sermaye	İnsan Sermayesi	Sosyal Sermaye	Pozitif Psikolojik Sermaye
Neye sahiptin?	Ne biliyorsun?	Kimi biliyorsun?	Kimsin Sen?
Finanslar	Deneyim	İlişkiler	Güven
Somut ürünler	Eğitim	Kişi ağı	Umut
	Beceriler	Arkadaşlar	İyimserlik
	Bilgi		Dayanıklılık
	Fikirler		

* Luthans vd.,’den (2004, s. 47) alınmıştır.

Luthans vd.'ne (2004) göre pozitif psikolojik sermaye işyerine uyarlandığında kişisel, kurumsal amaç ve iş uyumuna dayalı bir birlikteliğe işaret etmekte ve güven, umut, iyimserlik, dayanaklıktan oluşan bu mekanizmanın ölçülebilir, geliştirilebilir ve daha etkili bir performans için yönetilebilir olduğuna vurgu yapmaktadır. Nitekim bu kapsamda birçok psikoloji sermaye programı geliştirilmiş ve test edilmiştir. Kalman ve Summak (2016) tarafından öğretmenlere yönelik geliştirilen öz-yeterlik, umut, iyimserlik ve dayanaklılık odaklı deneysel program öğretmenlerin psikolojik sermayeleri üzerinde anlamlı bir farklılığa yol açmıştır. Öğretmenlerin yeni eğitim politikaları ile artan sorumluluk, iş yükleri ve öğretmenlerin öğrenci öğrenmesindeki rolü göz önüne alındığında öğretmenlere yönelik psikolojik sermaye çalışmalarının artması öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarına katkı sağlayabilir. Öğrenciler açısından bakıldığında da De Caroli ve Sagone (2014) eğitimlerin öz yeterlilik ve iyi oluşa etkisi üzerine kurgulanması durumunda ergenlik döneminde gençlerin kişisel kaynaklarının gelişimine destek çıkabileceğini belirtmektedir.

Yaşamın Anlamı

Frankl'a (1985) göre insanın temel motivasyon gücü anlamdır. Felsefe ve psikoloji "Yaşamımın anlamı ne? Onu anlamlı kılan ne?" gibi soruların yoğun ilgilenildiği alanlardır. İnsanların genellikle "Neden yaşıyorum?", "Hayatımın amacı ne?" gibi sorularına cevap araması yaşamlarını daha anlamlı, anlaşılır ve değerli kılmaya dönük arayışlarını ifade etmektedir (Terzi, Tekinalp, and Leuwerke, 2011). Steger (2009, s. 682) yaşam anlamını, "insanların yaşamlarında bir hedef, misyon veya kapsayıcı bir amaca sahip olma düzeyleri ile birlikte, insanların kavramaya ve anlamaya çalıştıkları veya hayatlarında önem gösterdikleri kapsam" olarak tanımlanmıştır. Kişilerin işlerinde ve hayatında yaşadığı tatminin en önemli belirleyicilerinden biri olan anlamlılık kavramı, kişinin yapmış olduğu iş ve davranışın topluma veya kişinin kendisine maddiyat ile ölçülmeyecek bir çerçeve dâhilinde ne kadar katkı sağladığı ile ilgilidir. Maddi kazançtan çok, yapılan işin sonunda insanların fayda görmesi veya kişinin içsel huzuruna katkı sağlaması yönüyle anlamlılık olgusu insanların bir şeyi elde etmekten çok, bir şey vermeleriyle ilgilidir. Gerçek anlam arayışı her zaman bilinen mutluluğu sunmadığı gibi kişinin kendisinden "bir şeyler vermesiyle" bazen daha endişe verici, stresli bir duygu durumu ile devam edebilmektedir. Aslında, işler yolundayken, insanlar hoş, ilgi çekici etkinliklerden keyif aldıklarında, olumlu duygular muhtemelen yüksek düzeyde öznel iyi oluşu sürdürmek için yeterlidir, fakat insanlar çok zor zamanlardan geçtikleri zaman olumlu duygulardan ziyade sahip oldukları anlam duygusu fark oluşturmaktadır (Wong, 2013).

Yaşam anlamı üzerine yapılan çalışmalarda çokça karşılaşılan iki boyut da "anlam arayışı" ve "mevcut anlamdır" (Örn, Steger, Frazier, Oishi, and Kaler, 2006). Mevcut anlam varılacak yer ile ilgili bir olguyken anlam arayışı gidilecek yolcuğu ifade etmektedir (Steger and Kashdan, 2013). Yaşam anlamı üzerine yapılan çalışmalarda kişilerin "anlamı anlamlandırmasına" göre birbiriyle zıt sonuçlar karşılaşılmıştır, örneğin hayatında yüksek derece anlam bulduğunu ifade eden insanlar (mevcut anlam) yüksek derece mutluluk, hayat tatmini, genel iyi oluş, fiziksel sağlık, sosyal yakınlık gösterirken hayatlarında "sürekli anlam arayışına" devam eden kişilerin çoğu yüksek derece endişe, stres, sosyal izolasyon, uyumsuz kişilik özellikleri gösterdiği ifade edilmiştir (Steger and Kashdan, 2013, s.104). DeZutter vd. (2013) mevcut anlamın iyimserlik, kabul ve hayat tatmini ile pozitif bir ilişkiye sahip

olduğunu bulmuşken anlam arayışı boyutu bu üç özellik ile tam tersine negatif bir ilişki göstermiştir.

Rosso, Dekas ve Wrzesniewski (2010) çalışmalarında işte anlam oluşturan dört boyuttan bahsetmiştir: Kişi, diğer kişiler, iş ortamı ve ruhsal hayat. İnsan hayatında temel amaç, mutlu sonlardan çok uğruna çalışabilecek bir amaç veya yön bulmaktır. Anamlı iş çalışanların görev amaçları uğruna öz-benliklerini her yönüyle süreçte ifade edebilmesidir (Cline, 2015, s.21). Öğretmenler açısından da kendi benliklerini işte bulabilmeleri iş motivasyonu açısından önemli yer tutmaktadır. Öğretmenlerin mesleklerine devam etme ya da bırakmalarıyla ilgili yapılan araştırmalarda öğretmenlerin bu meslekte kalma veya seçme sebeplerinden bazıları duygusal açıdan tatmin olmaları, okul içi destek sisteminin var olması ve öğrenci hayatlarında bir farklılık oluşturmalarına inanmalarıdır (Johnson and Birkeland, 2003). Nitekim Marshall'ın (2009) öğretmen adaylarının mesleği seçme nedenlerini araştırdığı çalışmada öğretmen adayları, öğretmenliğin onlar için bir amaç ve anlam ifade ettiğini ve bu çağrıyı hissettiklerini belirtmişlerdir. Öğrencilerin hayatını daha iyi hale getirmek ve öğrencilere en iyi ilgiyi göstermek şeklinde devam eden katılımcı fikirleri öğretmen adaylarının "anlam, amaç, ilgi ve bağlılık" gibi ruhsal olguların öğretmenlik mesleği algılarında etkili olduğunu göstermektedir.

Çalışmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı "öğretmenlerin yaşam anlamı, psikolojik sermaye algıları ve cinsiyet değişkeninin psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkisini" incelemektir. Bu kapsamda araştırmaya katılan öğretmenlerin algılarına göre iki soruya cevap aranmıştır:

- a) Psikolojik iyi oluş, psikolojik sermaye, yaşam anlamı ve cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- b) Yaşam anlamı, psikolojik sermaye ve cinsiyet değişkenleri öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarını ne düzeyde açıklamaktadır?

Yöntem

Araştırmanın Modeli

İlişkisel bir araştırma modeli ile tasarlanan bu nicel çalışma, öğretmenlerin anlam, psikolojik sermaye algıları, cinsiyet ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlamaktadır. Bu kapsamda öğretmenlerin psikolojik sermaye algıları, cinsiyet ve psikolojik iyi oluşları arasındaki korelasyon incelenmiş ve öğretmenlerin yaşam anlamı, psikolojik sermaye algıları ve cinsiyet değişkeninin psikolojik iyi oluşlarını yordama gücü hiyerarşik regresyon ile analiz edilmiştir. Hiyerarşik regresyon ölçülmesi planlanan değişkenlerin modele hangi sırayla eklenmesi gerektiğine belli bir alan bilgisi doğrultusunda araştırmacının karar verebildiği analiz tipidir. Hiyerarşik regresyon, ilgili değişkenlerin diğer tüm değişkenleri hesaba kattıktan sonra bağımlı değişkenlerinizde istatistiksel olarak anlamlı oranda bir varyans açıklayıp açıklamadığını ortaya koymaktadır. Bu çalışmada veri analizinde hiyerarşik regresyonun yöntem olarak seçilmesinin sebebi de öğretmenlerin sahip olduğu yaşam anlamı, psikolojik sermaye algıları ve cinsiyet değişkeninin onların psikolojik iyi oluşlarını anlamlı şekilde açıklayıp açıklamadığını görmek ve yaşam anlamı vb. değişkenleri sırayla modele ekleyerek bağımlı değişken psikolojik iyi oluş açısından bu değişkenlerin açıkladıkları varyans miktarını bulmaktır. Araştırmacı bu

doğrultuda cinsiyet değişkenini ilk adımda, psikolojik sermaye boyutlarını ve yaşam anlamı boyutlarını sırayla modele ekleyerek, her bir adımda modele girilen değişkenin bağımlı değişken üzerinde açıkladığı varyans oranını incelemiştir. Kısaca, araştırmacı her adımda modele yeni değişkenler ekleyerek birkaç regresyon modeli oluşturmuş ve ilgili değişkenlerin modele katkısını tespit etmeye çalışmıştır.

Çalışma Grubu

Çalışmaya 241 öğretmen katılmış ve bu öğretmenler Şanlıurfa ve İzmir ilindeki okullardan uygun örnekleme göre seçilmiştir. Araştırmacı iki ilde görev yapan öğretmenlere kargo yoluyla anketleri ulaştırmış ve anketleri yine kargo yoluyla doldurulmuş şekilde geri almıştır. Katılımcı özelliklerine bakıldığında 121 kadın, 118 erkek olduğu, 241 kişinin %38,1'nin 20-32 yaş grupları arasında olduğu, geri kalanın 33 yaşından büyük olduğu görülmüştür. İzmir'den çalışmaya katılan öğretmen sayısı 129 olup toplam katılımcının %53,5'ni oluşturmaktadır. Öğretmenlere kişisel bilgi formunda yöneltilen toplumun geleceğine ilişkin ümidiniz nedir sorusuna karşın 63 öğretmen "her şey güzel olacak, 108 öğretmen "olumsuz", 68 öğretmen "ne iyi ne kötü" şeklinde seçenekleri işaretlemiştir.

Çalışmanın Sınırlılığı

Çalışmanın sınırlılığı olarak verilerin farklı iki farklı bölgeden İzmir'den ve Şanlıurfa'dan toplanması olarak verilebilir. Araştırmacı veri analizinde bölgeler arası algısal benzerliği ve farklılığı da görmek istediği için bu şekilde veri toplamayı tercih etmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veri toplama aracı üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde yaş, cinsiyet, okul bilgisi vb. ile ilgili bilgilerden oluşmakta ve katılımcıların demografik bilgilerine yönelik hazırlanmıştır. İkinci, üçüncü ve dördüncü bölümde ise Yaşam Anlamı Ölçeği, Psikolojik Sermaye Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği kullanılmıştır.

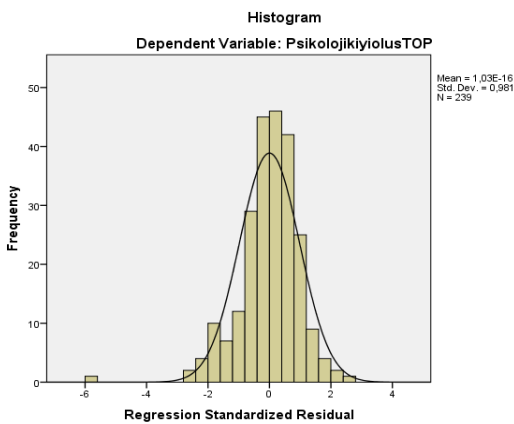
Yaşam anlamı ölçeği. Bu ölçek Steger, Frazier, Oishi ve Kaler (2006) tarafından geliştirilmiş; Türkçeye Akın ve Taş (2015) tarafından adapte edilmiştir. 7'li Likert (1 kesinlikle geçerli değil-7 kesinlikle geçerli) şeklindeki 10 maddeden oluşan ölçek mevcut anlam (1., 4., 5., 6. ve 9. maddeler, örneğin; Yaşamımın anlamını biliyorum) ve aranan anlam (2., 3., 7., 8. ve 10. maddeler, örneğin; Yaşamımı anlamlı hissetmemi sağlayacak bir şeyler arıyorum.) şeklinde iki boyuttan oluşmaktadır. Dilsel eşdeğerlik çalışmasında, YAÖ'nün Türkçe ve orijinal formlarında bulunan maddeler arasındaki korelasyon katsayıları .65 ile .91 arasında bulunmuştur. AFA'da 10 maddenin toplam varyansın %57'sini açıkladığı görülmüştür. Ölçeğin faktör yükleri .54 ile .77, madde toplam korelasyonu puanları ise .42 ile .68 arasında değişmektedir. DFA'da iki boyutlu modelin iyi uyum verdiği görülmüştür ($x^2= 77.77$, $sd= 31$, $RMSEA= .065$, $NFI= .95$, $CFI= .97$, $GFI= .96$, $AGFI= .93$, $RFI= .93$, $SRMR= .065$). YAÖ'nün iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları mevcut anlam alt ölçeği için .77, aranan anlam alt ölçeği için .83 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada hesaplanan güvenilirlik katsayısı ise 0.68 bulunmuştur. Ölçeğin düşük düzeyde iç güvenilirlik göstermesinin bir sebebi hayatın anlamı ölçek içindeki anlam arayışı ve mevcut anlam boyutlarının yüksek derece bağımsızlığa sahip olmasıdır (Steger and Kashdan, 2013, s. 104).

Pozitif psikolojik sermaye ölçeği. Bu ölçek Tösten ve Özgan (2014) tarafından geliştirilmiş "Umut, Dayanıklılık, Dışadönüklük, Güven, İyimserlik ve Özyeterlik" olmak üzere 26 maddeden ve 6 boyuttan oluşmaktadır. Ölçek için yapılan DFA'da elde edilen modelin uyum indeksleri incelenmiş ve Ki-kare değerinin ($\chi^2=728.83$, $N=308$, $sd=285$, $p=0.00$) anlamlı olduğu görülmüştür. Uyum indeksi değerleri ise RMSEA; 0.071, SRMR; 0.13, GFI; 0.85, AGFI; 0.81, CFI; 0.96, IFI; 0.96, NFI; 0.093; $\chi^2/df = 2.56$ olarak bulunana modelin iyi uyum gösterdiği belirtilmiştir. İç tutarlık güvenilirlik katsayısı olan Cronbach Alpha değeri toplamda .92 olarak bulunmuş, boyut bazında bakıldığında ise tüm boyutların değerleri .70'in üzerinde çıkmıştır. Bu çalışmada hesaplanan güvenilirlik katsayısı ise 0.93 bulunmuştur. Çalışmada ölçek boyutları PSözyeter, PSiyimser, PSgüven, PSdışadön, PSdayanık ve PSumut şeklinde kısaca yazılmıştır.

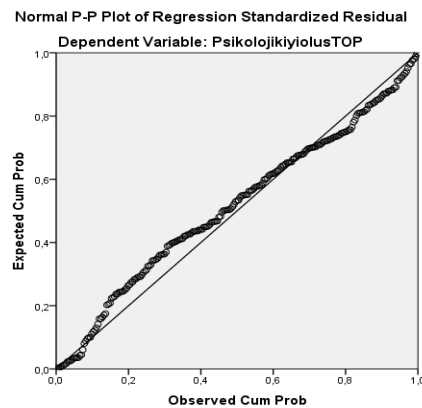
Psikolojik iyi oluş ölçeği. Bu ölçek Diener ve arkadaşları (2010) tarafından mevcut iyi oluş ölçümlerini tamamlayıcı, sosyo-psikolojik iyi oluşu ölçmek için geliştirilmiş, Türkçeye uyarlama çalışması Telef (2013) tarafından yapılmıştır. AFA sonucunda toplam açıklanan varyansın %42 olduğu saptanmıştır. Ölçek maddelerinin faktör yükleri .54 ile .76 arasında hesaplanırken DFA sonuçlarına göre modelin uyum indeksi değerleri RMSEA= 0.08, SRMR=0.04, GFI= 0.96, NFI= 0.94, RFI= 0.92, CFI= 0.95 ve IFI=0.95 olarak sıralanmıştır. 7'li Likert şeklindeki 8 maddeden oluşan ölçeğin iç güvenilirlik katsayısı .80 olarak belirtilmiştir. Bu çalışmadaki ölçeğin güvenilirlik katsayısı ise 0.85 olarak bulunmuştur.

Verilerin Analizi

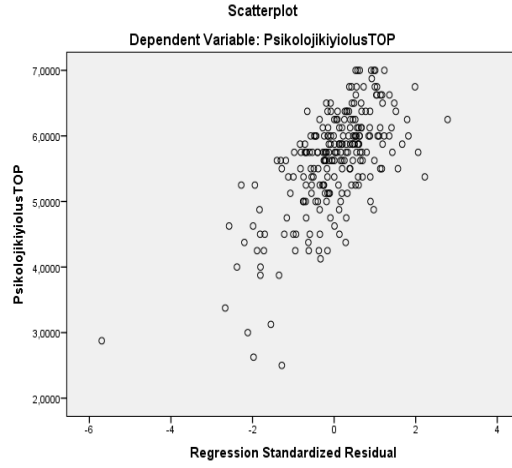
Hiyerarşik çoklu regresyon yapmadan önce ilgili varsayımlar test edilmiştir. Tablo 2 korelasyon tablosuna bakıldığında hiçbir değişkenin bir diğeriyle yüksek derecede ilişki göstermediği görülmektedir. 241 kişilik bir örneklem 9 değişkenli bir çalışma için yeterlidir (Tabachnick and Fidell, 2001). Öğretmenlerin ölçek sorularına verdikleri cevaplara göre çoklu bağlantı ve teklik için yordayıcılar arası ilişkiler için tolerans ve VIF değerlerine bakılmış, tolerans değerlerinin .10'dan küçük olmadığı ve VIF değerlerinin de 10'dan büyük olmadığı tespit edilmiştir. Normallik, doğrusallık ve eşvaryanslılık için artıkların saçılım grafiğine bakılmıştır (Şekil 1-2-3). Hataların bağımsızlığını incelemek için Durbin-Watson istatistiğine bakılmış ve 2,232 değeri elde edilmiştir. Bu değer 2 civarında olması, hataların birbirleriyle ilişkisiz olduğunun bir göstergesidir (Şeker, 2018).



Şekil 1. Histogram



Şekil 2. Normal P-P Plot tablosu



Şekil 3. Saçılım grafiği

Bulgular

Çalışma kapsamında araştırma amacıyla ilişkili olarak bazı sonuçlara ulaşılmış ve bunlar Tablo 2 ve Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 2

Psikolojik İyi Oluş, Psikolojik Sermaye ve Yaşam Anlam Boyutları, Cinsiyet Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi Sonucu

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1-MevcutAnlam	1	-.115	.350**	.364**	.348**	.269**	.328**	.369**	.548**	-.017
2-ArananAnlam		1	-.009	.056	-.058	.023	.040	.019	.042	-.031
3-PSözyeter			1	.570**	.535**	.478**	.580**	.496**	.539**	-.089
4-PSiyimser				1	.445**	.460**	.542**	.450**	.591**	-.095
5-PSgüven					1	.660**	.594**	.509**	.475**	-.128**
6-PSdışadön						1	.675**	.530**	.438**	-.086
7-PSdayanık							1	.703**	.454**	-.034
8-PSumut								1	.440**	-.019
9-Psikolojikiyolus									1	-.212**
10-Cinsiyet										1

**p < .001

Tablo 2'deki korelasyon analizi sonuçlarına göre, çalışanların psikolojik sermaye, yaşam anlam boyutları, psikolojik iyi oluş ve cinsiyet değişkenleri arasında değişen oranlarda anlamlı bir ilişkinin var olduğunu görülmektedir. Örneğin en yüksek ilişki PSdayanık ve PSumut arasında bulunmuştur ($r = 0,70$, $p < ,05$). En düşük ilişkilerden biri ise PSgüven ve Cinsiyet arasında bulunmuştur ($r = -0,128$, $p < ,05$). PSdışadön ile Cinsiyet arasında anlamlı ilişki yokken ($r = -,086$, $p > ,05$) Psikolojik iyi oluş ve Cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki vardır ($r = -,212$, $p < ,05$).

Tablo 3 hiyerarşik çoklu regresyon sonuçlarına göre birinci adımda, *cinsiyetin* regresyon modeline anlamlı bir şekilde katkıda bulunduğu $F(1,237) = 11,159$, $p < .001$ ve psikolojik iyi oluşa ilişkin varyansın %4,5'ini açıkladığı görülmektedir. Cinsiyet değişkeni analizde kadınlar için 0 erkekler için 1 şeklinde kodlanmıştır. B değeri eksi olduğu için erkek olma ile psikolojik iyi oluş arasında negatif yönlü ilişki vardır.

Tablo 3

Yaşam Anlamı, Psikolojik Sermaye Boyutları ve Cinsiyetin Psikolojik İyi Oluşu Yordamasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Sonuçları

Değişken	β	t	F	R	R ²	p
Adım 1						
Cinsiyet	-.212	-3.341	11.159	.212	.045	.001
Adım 2						
Cinsiyet	-.139	-2.830	28.204	.679	.461	.005
PSözyeter	.205	3.095				.002
PSiyimser	.363	5.801				.000
PSgüven	.125	1.800				.073
PSdışadön	.056	.768				.443
PSdayanık	-.068	-.818				.414
PSumut	.123	1.772				.078
Adım 3						
Cinsiyet.	-.146	-3.276	32.016	.746	.557	.001
PSözyeter	.172	2.846				.005
PSiyimser	.293	5.066				.000
PSgüven	.075	1.178				.240
PSdışadön	.072	1.078				.282
PSdayanık	-.060	-.798				.426
PSumut	.048	.747				.456
MevcutAnlam	.353	7.038				.000
ArananAnlam	.066	1.475				.142

p< .005

İkinci adımda psikolojik sermaye boyutlarının modele eklenmesiyle psikolojik iyi oluşun % 41.6'sı açıklanmıştır $F(7,231) = 28,204$, $p<.001$. Psikolojik sermaye boyutlarından PSözyeter, PSiyimser R^2 değerini %4.5'tan %46.1'e yükseltmiştir. Başka bir ifadeyle cinsiyet değişkeni modeldeki varyansın %4.5'ini açıklarken psikolojik sermaye boyutlarının modele dâhil edilmesi ile açıklanan varyans değeri %46.1 olmuştur.

Üçüncü adımda regresyon modeline yaşam anlamı boyutlarının eklenmesi ile psikolojik iyi oluşa ilişkin varyansın % 9.6'sı açıklanmıştır $F(9,229) = 32.016$, $p<.001$. Bu şekilde yaşam anlamı boyutlarından MevcutAnlam R^2 değerini %46.1'den %55.7'ye yükseltmiştir. Yani ilgili psikolojik sermaye boyutları ve cinsiyet değişkeni modeldeki varyansın %46.1'ini açıklarken yaşam anlamı boyutlarından MevcutAnlam boyutunun anlamlı olarak modele katkı sağlaması ile açıklanan varyans değeri toplamda %55.7 olmuştur. Cinsiyet ile %4.5 olan varyans oranı diğer değişkenlerin modele eklenmesi ile artarak %46.1 ve %55.7 olmuştur. Kısaca, cinsiyet değişkeninden sonra ilgili değişkenlerin modele girmesi ile % 41.6'luk ve % 9.6'luk oranda açıklanan varyans artmıştır.

Tablo 3'te görüldüğü gibi modele girilen toplam 9 bağımsız değişkenin hepsi anlamlı bir farka yol açmamış, sadece 4 değişken anlamlı bir farka işaret etmektedir. Bu açıdan Cinsiyet, PSözyeter, PSiyimser, MevcutAnlam değişkenleri psikolojik iyi oluşa ilişkin toplam varyansın %55.7'sini açıklamaktadır. Tablo 3 incelendiğinde öğretmenlerin yaşamın anlamı boyutlarından mevcut anlam, psikolojik sermaye boyutlarından öz yeterlilik, iyimserlik ve cinsiyet değişkenlerinin psikolojik iyi oluşlarını yordaması model olarak orta düzeyde anlamlı bir ilişkiye işaret etmektedir ($R = .746$, $R^2 = .557$, $F = 320016$, $p < .001$). Çalışmaya göre cinsiyet faktörü psikolojik iyi

oluşta negatif yönlü bir ilişkiye işaret ederken mevcut anlam, öz yeterlilik, iyimserlik boyutları pozitif yönlü bir ilişkiye işaret etmektedir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Çalışma sonucunda öğretmen algılarına göre cinsiyet faktörünün, psikolojik sermaye boyutlarından öz yeterlilik, iyimserliğin ve anlam boyutlarından mevcut anlamın katılımcıların psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu anlaşılmıştır. Çalışma değişkenleri açısından bakıldığında psikolojik iyi oluş üzerinde en yüksek etkiye psikolojik sermaye boyutlarının sahip olduğu ifade edilebilir. Ayrıca, cinsiyet açısından erkek olma değişkeni psikolojik iyi oluş ile negatif bir ilişkiye sahiptir. Çalışmada kısaca öğretmen algılarına göre cinsiyet, öz yeterlilik, iyimserlik, mevcut anlam boyutlarının psikolojik iyi oluşu orta düzeyde anlamlı şekilde yordadığı ortaya konmuştur.

Alanyazın incelendiğinde psikolojik iyi oluş ve psikolojik sermaye, yaşam anlamı olgularını ve cinsiyet değişkenini birlikte ele alan çalışmaların olmadığı görülmektedir, bu nedenle alanyazında bu çalışmadaki konular bağlamında destekleyici çalışmalar bulunamazken psikolojik iyi oluş ve psikolojik sermaye, yaşam anlamı konularından ikisini veya farklı boyutlar ile karşılaştırmasını içeren birçok çalışmaya rastlanmıştır. Örneğin, kişilik özellikleri, psikolojik sermaye, psikolojik iyi oluş, akış deneyimi, iş tatmini ve performans arasındaki ilişkileri inceleyen Yaşın (2016) psikolojik sermaye boyutlarından iyimserliğin, psikolojik dayanıklılığın, umudun psikolojik iyi oluşu etkilediğini, bu çalışmanın aksine öz yeterliliğin psikolojik iyi oluşta bir etkisinin olmadığını bulmuştur. Malekitabar, Riahi ve Malekitabar (2017) öğretmenler ve idareciler üzerine yaptıkları çalışmada psikolojik iyi oluş ve psikolojik sermaye arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Yine başka bir çalışmada psikolojik sermaye ve psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki ifade edilmiştir (Avey, Luthans, Smith, and Palmer, 2010). Keleş (2017) çalışmasında anlamlı iş ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı ilişkinin var olduğunu ama düşük düzeyde olduğunu ifade etmiştir. Bundan farklı olarak Zika ve Chamberlain (1992) anlam ve psikolojik iyi oluş arasındaki güçlü bir ilişki olduğunu vurgulamaktadır. García-Alandete (2015) ise yapmış olduğu çalışmada yaşamın anlamı/amacının psikolojik iyi oluş üzerinde pozitif yönde güçlü bir yordayıcı etkiye sahip olduğunu bulmuştur. Cinsiyet açısından bakıldığında ise psikolojik iyi olmanın yordanmasında cinsiyet anlamlı bir etkiye sahip olduğu regresyon çalışmalarında görülmektedir (Cenkseven ve Akbaş, 2016; Soysa and Wilcomb, 2015). Alanyazında yapılan çalışmalarda bu çalışma sonuçlarıyla tutarlı şekilde genel anlamda veya bazen de ilgili ölçek boyutları temelinde psikolojik iyi oluş ve psikolojik sermaye, yaşam anlamı, cinsiyet arasındaki anlamlı ilişkinin varlığı vurgulanmıştır. Boyutlar bazında çalışma sonuçları yorumlandığında bu çalışmayla ilgili olarak tutarlı sonuçlar göze çarpmaktadır.

Çalışmada yaşam anlamı boyutlarından “mevcut anlam” boyutu çalışmada psikolojik iyi oluşa etki eden değişkenlerden birisi olarak bulunmuştur. García-Alandete vd. (2018) çalışmalarında insanların anlam seviyeleri ile psikolojik iyi oluşları arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulmuştur. Birçok yazar yaşam anlamını pozitif duygu ve yaşam doyumuyla ilişkilendirirken bazı çalışmalar da yaşam anlamının iyi oluş ve akıl sağlığı ile ilişkili olduğunu vurgulamaktadır; aslında anlam, hayat kalitesine ve iyi oluşa yönelik tüm çalışmaların bir alt boyutu olmalıdır

(Wong, 2013). Bu nedenle kişinin yaşamını temel alan anlam çalışmaları hem pozitif psikoloji için hem de iyi oluş çalışmaları için iyi bir yol gösterici olabilir.

Çalışma sonuçlarına göre psikolojik sermaye boyutlarından öz yeterlilik ve iyimserlik değişkenlerinin psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı etkiye sahip olduğu görülmektedir. Scheier ve Carver (1992) incelemiş olduğu çalışmalar sonucunda iyimserliğin öznel, psikolojik ve fiziksel iyi oluş üzerinde etkiye sahip olduğunu bildirmektedir. Öz yeterlilik ve psikolojik iyi oluşu inceleyen çalışmalara bakıldığında, Siddiqui (2015) üniversite öğrencilerine yönelik çalışmasında öğrencilerin öz yeterlilik ve psikolojik iyi oluş algıları arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Nielsen, Yarker, Randall ve Munir (2009) öz yeterliliğin dönüşümcü liderlik ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiye tam olarak aracılık ettiğini ifade etmektedir. De Caroli ve Sagone (2014) gençler üzerine yaptığı çalışmada genel öz yeterlilik ve psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Öğretmenler üzerine yapılan bir çalışmada mesleki öz-yeterlik ve psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Salimirad and Srimathi, 2016). Öğretmenler üzerine yapılan başka bir çalışmada da Ryff'ın (1989) psikolojik iyi oluş "özerklik, çevresel hâkimiyet, kişisel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amacı ve kendini kabullenme" boyutlarında puanları düşük olanların öğretmenlik mesleğinde algılanan öz-yeterlik düzeylerinin de düşük olduğu bildirilmiştir (Bentea, 2017). Öğretmenler açısından konu irdelendiğinde okul içi ve dışı sebepler sonucu yaşanan yıpratıcı, tükendirici örgütsel sorunlara karşı öğretmenlerin geliştirilebilecekleri psikolojik sermaye (öz yeterlilik, iyimserlik vb.) ve hayatlarında bir anlam ve amaç bütünlüğü hissetmeleri psikolojik sağlıklarının ve iyi oluşlarının en büyük destekçisi olabilir.

Yaşam doyumu, performans vb. gibi konular eşliğinde psikolojik iyi oluş ve psikolojik sermaye, yaşam anlamı üzerinde yapılan çalışmaların sonuçları karşılaştırıldığında bu çalışmanın sonuçlarıyla benzerlikler görülmektedir. Bu çalışmalarda psikolojik iyi oluş, psikolojik sermaye ve yaşam anlamı boyutları arasında farklı düzeylerde anlamlı ilişkilere rastlanılmıştır. Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarına okuldaki görevlerini sağlıklı yerine getirilmesi açısından bakılırsa öğretmenlerin yaşam anlamı ve psikolojik sermayelerinin okul ortamında güçlendirilmesi önem arz etmektedir. Bu şekilde öğretmenler daha iyimser ve öz yeterli bir psikolojik yapıyla iyi oluş açısından güçlü bir temele sahip olabilecektir. Öğretmenlerde yaşam anlamı ve psikolojik sermaye durumlarının güçlendirilmesi için de okul yönetiminin okul içi sağlıklı bir iletişim ortamı kurması, herkese eşit bir kural sistemini hayat geçirmesi, okulda öğrenciler için yapılan emeklerin takdir edilmesi, öğretmenlerin deneyim, bilgi vb. alanlarında yetersiz kalabildiği durumlarda güçlü bir destek mekanizmasının veya mentörlüğün kurulması ve okul temelli sosyal etkinlikler yapılması sıralanabilir. Bu nedenle okullardan ve yönetimlerden beklenen öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarını destekleyecek uygulama ve planları hayata geçirmeleridir. Araştırmacılar bu açıdan okullarda psikolojik iyi oluşu güçlendirecek yaşam anlamı, psikolojik sermaye konularında deneysel çalışmalar yürüterek okul temelli etkinliklerin etkilerini test edebilir.

Kaynakça

Akın, A., ve Taş, İ. (2015). Yaşam Anlamı Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması.

Turkish Studies-International Periodical for The Languages, Literature and History

- of Turkish or Turkic*, 10(3), 27-36.
<https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.7860>
- Avey, J. B., Luthans, F., Smith, R. M., and Palmer, N. F. (2010). Impact of positive psychological capital on employee well-being over time. *Journal of occupational health psychology*, 15(1), 17. <https://doi.org/10.1037/a0016998>
- Bentea, C. (2017). *Teacher Self-Efficacy, Teacher Burnout and Psychological Well-Being*. Paper presented at Edu World 2016 7th International Conference, <http://dx.doi.org/10.15405/epsbs.2017.05.02.139>
- Cenkseven, F., and Akbaş, T. (2016). Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27).
- Cline, P. W. (2015). *Organizational commitment in the K-12 public school work environment: A workplace spirituality perspective*. (PhD Thesis). North Central University.
- Çimen, İ., and Ozgan, H. (2018). Contributing and damaging factors related to the psychological capital of teachers: A qualitative analysis. *Issues in Educational Research*, 28(2), 308-328.
- De Caroli, M. E., and Sagone, E. (2014). Generalized self-efficacy and well-being in adolescents with high vs. low scholastic self-efficacy. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 141, 867-874.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.05.152>
- Demirci, İ., ve Şar, A. H. (2017). Kendini bilme ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi-Journal of the Human and Social Science Researches*, 6(5), 2710-2728.
- Dezutter, J., Casalin, S., Wachholtz, A., Luyckx, K., Hekking, J., and Vandewiele, W. (2013). Meaning in life: An important factor for the psychological well-being of chronically ill patients?. *Rehabilitation psychology*, 58(4), 334.
<https://doi.org/10.1037/a0034393>
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S., and Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143-156.
<https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>
- Frankl, V. E. (1985). *Man's search for meaning*. Simon and Schuster.
- García-Alandete, J. (2015). Does meaning in life predict psychological well-being?. *The European Journal of Counselling Psychology*, 3(2).
<https://doi.org/10.5964/ejcop.v3i2.27>
- García-Alandete, J., Martínez, E. R., Sellés Nohales, P., and 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>
- Holman, D., Johnson, S., and O'Connor, E. (2018). Stress management interventions: Improving subjective psychological well-being in the workplace. *Handbook of well-being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers. DOI: nobascholar. com.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137-164.
<https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>

- Jeon, L., Buettner, C. K., and Grant, A. A. (2018). Early childhood teachers' psychological well-being: Exploring potential predictors of depression, stress, and emotional exhaustion. *Early education and development, 29*(1), 53-69. <https://doi.org/10.1080/10409289.2017.1341806>
- Johnson, S. M., and Birkeland, S. E. (2003). Pursuing a "sense of success": New teachers explain their career decisions. *American Educational Research Journal, 40*(3), 581-617. <https://doi.org/10.3102/00028312040003581>
- Kalman, M., ve Summak, M. S. (2016). Öğretmenlerin psikolojik sermayelerinin geliştirilmesine yönelik bir karma yöntem araştırması. *Gaziantep University Journal of Social Sciences, 15*(1), 27-58. <https://doi.org/10.21547/jss.256733>
- Keleş, H. N. (2017). Anlamlı iş ile psikolojik iyi oluş ilişkisi, *The Journal of Happiness and Well-Being, 5*(1), 154-167
- Keyes, C. L., Shmotkin, D., and Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of personality and social psychology, 82*(6), 1007. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Luthans, F., Luthans, K. W., and Luthans, B. C. (2004). Positive psychological capital: Beyond human and social capital. *Management Department Faculty Publications, https://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1151&context=managementfacpub*
<https://doi.org/10.1016/j.bushor.2003.11.007>
- Manzano-García, G., and Ayala, J. C. (2017). Relationship between psychological capital and psychological well-being of direct support staff of specialist autism services. The mediator role of burnout. *Frontiers in Psychology, 8*, 2277. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02277>
- Marshall, J. M. (2009). Describing the elephant: Preservice teachers talk about spiritual reasons for becoming a teacher. *Teacher Education Quarterly, 36*(2), 25-44.
- Malekitabar, M., Riahi, M., and Malekitabar, A. R. (2017). The role of psychological capital in psychological well-being and job burnout of high schools principals in Saveh, Iran. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences, 11*(1). <https://doi.org/10.5812/ijpbs.4507>
- Nielsen, K., Yarker, J., Randall, R., and Munir, F. (2009). The mediating effects of team and self-efficacy on the relationship between transformational leadership, and job satisfaction and psychological well-being in healthcare professionals: A cross-sectional questionnaire survey. *International journal of nursing studies, 46*(9), 1236-1244. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2009.03.001>
- Rosso, B. D., Dekas, K. H., and Wrzesniewski, A. (2010). On the meaning of work: A theoretical integration and review. *Research in organizational behavior, 30*, 91-127. <https://doi.org/10.1016/j.riob.2010.09.001>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology, 57*(6), 1069. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Salimirad, F., and Srimathi, N. L. (2016). The relationship between, psychological well-being and occupational self-efficacy among teachers in the city of Mysore, India. *The International Journal of Indian Psychology, 3*(2), 14-21.

- Samancı, S., ve Basım, H. N. (2018). Akademisyenlerin örgütsel adalet algıları ve örgütsel vatandaşlık davranışları: Psikolojik sermayenin aracılık rolü. *Business and Economics Research Journal*, 9(2).
<https://doi.org/10.20409/berj.2018.110>
- Scheier, M. F., and Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive therapy and research*, 16(2), 201-228. <https://doi.org/10.1007/BF01173489>
- Singh, S., and Mansi, J. (2009). Psychological capital as predictor of psychological wellbeing. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35(2), 233-238.
- Şeker, G. (2018, Nisan). *Kariyer Kararsızlığının Yordayıcısı Olarak İyi Oluş ve Kariyer Kaygısı*, 27. Uluslararası Eğitim Bilimleri Kongresi'nde sunulmuş bildiri.
https://www.researchgate.net/profile/Guercan_Seker3/publication/325036838_Kariyer_Kararsizliginin_Yordayicisi_Olarak_Iyi_Olus_ve_Kariyer_Kaygisi/links/5af2b5a7a6fdcc24364f357b/Kariyer-Kararsizliginin-Yordayicisi-Olarak-Iyi-Olus-ve-Kariyer-Kaygisi.pdf
- Seligman, M. E., and Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive psychology: An introduction* (Vol. 55, No. 1, p. 5). American Psychological Association.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Seligman, M. E. (1998). What is the good life. *APA monitor*, 29(10), 2.
- Siddiqui, S. (2015). Impact of self-efficacy on psychological well-being among undergraduate students. *The International Journal of Indian Psychology*, 2(3), 5-16.
- Soysa, C. K., and Wilcomb, C. J. (2015). Mindfulness, self-compassion, self-efficacy, and gender as predictors of depression, anxiety, stress, and well-being. *Mindfulness*, 6(2), 217-226. <https://doi.org/10.1007/s12671-013-0247-1>
- Steger, M. F. (2009). Meaning in life. In S. J. Lopez and C. R. Snyder (Eds.) *The Oxford Handbook of Positive Psychology*(2nd ed.) (pp. 679-687). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Steger, M. F., and Kashdan, T. B. (2013). The unbearable lightness of meaning: Well-being and unstable meaning in life. *The Journal of Positive Psychology*, 8(2), 103-115. <https://doi.org/10.1080/17439760.2013.771208>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., and Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of counseling psychology*, 53(1), 80. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Tabachnick, B. G., and Fidell, L. S. (2001) *Using multivariate statistics*. Boston, M.A: Allynand Bacon
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(28-3).
- Terzi, Ş., Tekinalp, E. B., ve Leuwerke, W. (2011). Yaşamdaki Anlam Ölçeği'nin çeşitli yaş gruplarına göre psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. *XI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, 3-5. Erişim adresi:
https://www.pegem.net/Akademi/kongrebildiri_detay.aspx?id=134328
- Tösten, R., ve Özğan, H. (2014). Pozitif psikolojik sermaye ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Ekev Akademi Dergisi*, 59(59), 429-442.

- Wong, P. (2013). The positive psychology of meaning in life and well-being. *Encyclopaedia of quality of life research*. New York, NY: Springer.
- Yaşın, T. (2016). *Kişilik özellikleri ve psikolojik sermayenin psikolojik iyi oluş, akış deneyimi, iş tatmini ve çalışan performansına etkisi* (Doktora Tezi). Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
- Zika, S., and 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>

Summary

Introduction

Psychology studies have focused more on the development of positive aspects of employees in recent years, and studies based on the meaning of life in the literature have started to attract attention as well. As a result of this interest, personal concepts such as psychological well-being, psychological capital and life meaning have begun to be examined in depth from the organizational point of view. It is thought that strengthening the positive emotions of individuals in the institution can contribute to the well-being of persons by providing curative effects.

Psychological well-being is a phenomenon that focuses on a person's skills and development and its origins are based on concepts such as "self-realization, full functionality or maturity" (Manzano-García and Ayala, 2017). Psychological capital draws attention to positive psychological characteristics of a person which can be developed. The related constructs include self-efficacy, hope, resilience, optimism, trust, extraversion (Tösten ve Özğan, 2014). The meaning of life involves a quest in the lives of people and a desire to serve the ultimate purpose.

The aim of this study is to examine the effect of life meaning, psychological capital and gender variable on psychological well-being of teachers. In this context, two questions were tried to be answered:

- a) Is there a significant relationship between psychological well-being, psychological capital, life meaning and gender?
- b) To what extent can the psychological well-being of teachers be explained by the meaning of life, psychological capital, and the gender variable?

Method

This quantitative study, designed with a correlational research model, aims to determine the relationship between teachers' life meaning, psychological capital, gender and their psychological well-being. In this context, the correlation between teachers' life meaning, psychological capital, gender and psychological well-being was examined and the predictive power of the related variables on psychological well-being of teachers was analyzed in a hierarchical regression. The data collection tools used in the research consisted of the demographic information of the participants, Meaning in Life Questionnaire by Steger, Frazier, Oishi, and Kaler (2006), Psychological Capital Scale by Tösten and Özğan (2014) and Psychological Well-being Scale by Diener et al.(2010)

241 teachers participated in the study, who were selected according to the convenience sampling from the schools in Şanlıurfa and İzmir. When the participant characteristics are examined, it is observed that there are 121 women and 118 men in the study group, 38.1% of the participants are between 20-32 age groups and the rest is over 33 years old.

Results

According to the results concerning the first problem in the study, it is seen that there is a meaningful relationship between teachers' psychological capital and life meaning dimensions, psychological well-being and gender. For example, the highest relationship was found between resilience and hope constructs ($r = 0.70$, $p < .05$) while one of the lowest relationship was found between trust and gender ($r = -0.128$, $p < .05$). There was no significant relationship between extraversion and gender ($r = -.086$, $p > .05$) while there was a significant relationship between psychological well-being and gender ($r = -.212$, $p < .05$).

According to the results concerning the second problem in the study, the total of 9 independent variables entered into the model did not reveal a significant result; only 4 variables displayed a significant difference. In this respect, the variable of gender, self-efficacy, optimism (sub-dimensions of psychological capital) and the presence of meaning (a sub-dimension of meaning in life) explain 55.7% of the total variance related to psychological well-being. The resultant model shows that the presence of meaning and self-efficacy, optimism and gender altogether predict psychological well-being of teachers significantly in a moderate way. ($R = .746$, $R^2 = .557$, $F = 32,016$, $p < .001$). Gender variable in the study exhibited a negative relationship while others showed a positive relationship with psychological well-being.

Discussion

As a result of the study, it is understood that the gender variable, self-efficacy, optimism, the presence of meaning have a significant effect on the psychological well-being of the participants. From the findings, it can be stated that two psychological capital dimensions have the highest effect on psychological well-being of the teachers. In addition, being a male in terms of gender variable has a negative relationship with psychological well-being. It is revealed that gender, the dimensions of self-efficacy, optimism and the presence of meaning predict psychological well-being significantly in moderate way.

In the study, the presence of meaning, a sub-dimension of life meaning, was found to be one of the variables affecting psychological well-being. García-Alandete et al. (2018) found a moderately significant relationship between the meaning level of people and their psychological well-being. While many authors relate the meaning of life to positive emotion and life satisfaction, some studies emphasize that life meaning is related to well-being and mental health; in fact, meaning should be a sub-dimension of all works regarding quality of life and well-being (Wong, 2013). Therefore, meaning studies based on one's life can be a good guide for both positive psychology and well-being.

According to the results of the study, it is seen that self-efficacy and optimism variables, sub-dimensions of psychological capital, have a significant effect on psychological well-being of the participants. Scheier and Carver (1992) reported that

optimism had an impact on subjective, psychological and physical well-being. Siddiqui (2015) found a significant relationship between the self-efficacy and psychological well-being perceptions of university students. Nielsen, Yarker, Randall, and Munir (2009) stated that self-efficacy fully mediated the relationship between transformational leadership and psychological well-being. De Caroli and Sagone (2014) found a significant relationship between general self-efficacy and psychological well-being of the participants in their study on young people. In terms of gender and psychological well-being, gender was found to have a significant effect on predicting psychological well-being (Cenkseven ve Akbaş, 2016; Soysa and Wilcomb, 2015).

Pedagogical Implications

It is important to reinforce teachers' life meaning and psychological capital perceptions in the school environment to help them have a healthy fulfillment of their duties in the school. In this way, teachers will have a more self-sufficient psychological structure and wellbeing. In order to strengthen the meaning of life and psychological capital perceptions of the teachers, the school administration should establish a healthy communication environment within the school, bring in a system of equal rules for everyone, appreciate the works done for the students, the experience of teachers, knowledge etc. The establishment of a strong support mechanism, mentoring and school-based social activities could be helpful for strong psychological wellbeing. Administrators are expected to implement practices and plans to empower school members' psychological well-being. In this respect, researchers can test the effects of school-based activities by conducting experimental studies on psychological capital and life meaning that will strengthen psychological well-being in schools

Authors' Biodata / Yazar Bilgileri

Ahmet GÖÇEN Gaziantep Üniversitesi Eğitim Yönetimi Teftişi Planlaması ve Ekonomisi Doktora programını tamamlamış olup Milli Eğitim Bakanlığı Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünde görev yapmaktadır.

Ahmet Göçen completed his doctoral degree at the University of Gaziantep-Educational Administration Supervision Planning and Economics. He is working at the Ministry of National Education, Directorate General for Innovation and Education Technologies.