

## Öğretmenlerin Psikolojik İyi Oluşları İle Özyeterlik Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

### Investigating the Relationship Between Teachers' Psychological Well-Being and Self-Efficacy Levels

Yusuf ACEM<sup>1</sup>, Cahit KUŞCU<sup>2</sup>, Uğur ACEM<sup>3</sup>, Mustafa BAŞAR<sup>4</sup>

**Atıf:** Acem, Y., Kuşcu, C., Acem U., ve Başar, M. (2024). Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile özyeterlik düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi . *International Journal of New Trends in Education and Social Sciences*, 1(2), 1-11.

#### Özet

Özyeterlilik, bireyin belirli bir görev veya alanda kendi yeteneklerine, bilgisine ve becerilerine olan güven düzeyini ifade eder. Psikolojik iyi oluş, bireyin genel olarak duygusal, zihinsel ve sosyal iyilik halini ifade eder. Bu kavram, pozitif psikoloji alanında önemli bir yer tutar ve sadece hastalık veya bozukluk olmaması değil, aynı zamanda yaşamın zenginliği, anlamı ve tatmini gibi olumlu unsurların varlığını da içerir. Öğretmenlerde psikolojik iyi oluş, eğitim ortamlarında başarıyı ve memnuniyeti artıran önemli bir faktördür. Bir öğretmenin psikolojik iyi oluşu, hem kendi sağlığı hem de öğrencilerin eğitimine olan etkisi açısından büyük önem taşır. Öğretmenlerde psikolojik iyi oluşun özyeterlik ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bu bakımdan araştırmada öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile özyeterlik düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada nicel araştırma yöntemleri kullanılmıştır. Bu kapsamda araştırmanın amacı doğrultusunda bütünsel araştırma modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini 2023-2024 eğitim öğretim yılı bahar yarıyılında Kayseri ilinde görev yapmakta olan öğretmenler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklerini ise bu evren içerisinde ulaşılabılır örnekleme yöntemi ile belirlenen 160 öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak öğretmenlerin demokratik özelliklerini belirlemeye yönelik demografik bilgi formu, psikolojik iyi oluş ölçeği ve özyeterlik ölçeği kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde nicel veri analiz yöntemleri kullanılmıştır. Araştırma verileri SPSS 24 programı ile analiz edilmiştir. Araştırmada öğretmenlerde cinsiyet bakımından kadın öğretmenlerin erkeklere göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ve özyeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca 21 ve üzeri yıl mesleki kıdeme sahip olan öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ve özyeterlik düzeylerinin diğer öğretmenlere göre daha düşük olduğu sonucuna

<sup>1</sup> Milli Eğitim Bakanlığı, yusufacem553@hotmail.com, <https://orcid.org/0009-0002-9385-1842>

<sup>2</sup> Milli Eğitim Bakanlığı, cotmail2@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0004-1673-0515>

<sup>3</sup> Milli Eğitim Bakanlığı, ugur\_acem@hotmail.com, <https://orcid.org/0009-0008-5590-7431>

<sup>4</sup> Milli Eğitim Bakanlığı, mustafabasar38@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0003-9520-2157>

ulaşmıştır. Araştırmada yapılan karşılaştırmalar doğrultusunda öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin özyeterlik düzeylerini artırıcı etkiye sahip olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Öğretmen, Psikolojik İyi Oluş, Özyeterlik

### **Abstract**

Self-efficacy refers to an individual's level of confidence in their own abilities, knowledge and skills in a particular task or field. Psychological well-being refers to an individual's overall emotional, mental and social well-being. This concept occupies an important place in the field of positive psychology and includes not only the absence of disease or disorder, but also the presence of positive elements such as richness, meaning and satisfaction in life. Psychological well-being in teachers is an important factor that increases success and satisfaction in educational environments. A teacher's psychological well-being is of great importance both in terms of his/her own health and its impact on students' education. Psychological well-being in teachers is thought to be related to self-efficacy. In this respect, this study aims to examine the relationship between teachers' psychological well-being and self-efficacy levels. Quantitative research methods were used in the study. In this context, relational screening model, one of the holistic research models, was used in line with the purpose of the research. The population of the study consists of teachers working in Kayseri province in the spring semester of the 2023-2024 academic year. The samples of the study consisted of 160 teachers determined by the convenience sampling method from this universe. The demographic information form, psychological well-being scale and self-efficacy scale were used as data collection tools to determine the demographic characteristics of teachers. Quantitative data analysis methods were used to analyze the research data. Research data were analyzed with SPSS 24 program. In the study, it was seen that female teachers had higher levels of psychological well-being and self-efficacy levels than male teachers in terms of gender. In addition, it was concluded that the psychological well-being levels and self-efficacy levels of teachers with 21 or more years of professional seniority were lower than other teachers. In line with the comparisons made in the study, it was concluded that teachers' psychological well-being levels have an increasing effect on their self-efficacy levels.

**Keywords:** Teacher, Psychological Well-being, Self-efficacy

### **Giriş**

Öz yeterlilik, bireyin belirli bir görev veya alanda kendi yeteneklerine, bilgisine ve becerilerine olan güven düzeyini ifade eder. Bu kavram, Albert Bandura tarafından geliştirilmiş ve psikoloji literatüründe önemli bir yer edinmiştir (Gökkyer ve Bakcak, 2018). Öz yeterlilik, bireyin bir görevi başarma veya bir problemi çözme konusundaki inancını yansıtır. Öz yeterliliği yüksek olan bireyler, zorluklarla karşılaştıklarında daha az kaygı duyarlar ve daha fazla motivasyona sahiptirler. Ayrıca, hedeflerine ulaşmak için daha fazla çaba gösterme eğilimindedirler ve başarı için daha fazla direnç gösterebilirler. Öz yeterlilik, bireyin davranışlarını, düşüncelerini ve duygularını etkileyebilir (Friedman ve Kass, 2002).

Öz yeterlilik, dört temel kaynaktan oluşur. Bunlar deneyimler, sosyal ilişkiler, duygusal ve fiziksel durum şeklindedir. Bireyin geçmişteki başarıları veya başarısızlıkları, gelecekteki öz yeterlilik algısını etkiler (Skaalvik ve Skaalvik, 2010). Diğer insanlardan alınan olumlu geri bildirimler veya teşvikler, bireyin öz yeterlilik algısını artırabilir.

Bireyin duygusal durumu, öz yeterlilik algısını etkileyebilir. Örneğin, stres altındayken öz yeterlilik düzeyi düşebilir (Lazarides ve Warner, 2020). Bireyin fiziksel ve duygusal durumu, öz yeterlilik algısını etkileyebilir. Örneğin, yorgunluk veya hastalık, öz yeterlilik düzeyini azaltabilir. Öz yeterlilik, bireylerin kendi yeteneklerine olan inançlarını güçlendirerek onların motivasyonunu artırabilir ve başarılarına olumlu yönde etki edebilir. Bu nedenle, öz yeterliliği geliştirmek, kişisel ve profesyonel başarı için önemli bir unsurdur (Zee ve Koomen, 2016).

Öğretmenlerin öz yeterlilik düzeyleri, genellikle eğitim, deneyim, kişisel özellikler ve çevresel faktörler gibi birçok etkene bağlıdır. Öğretmenlerin öz yeterliliklerinin yüksek olması, genellikle öğrencilerin akademik başarısını olumlu yönde etkileyebilir. Bununla birlikte, öz yeterliliğin düzeyi öğretmenler arasında farklılık gösterebilir ve zaman içinde değişebilir (Gordon vd., 2023). Öz yeterlilik düzeyleri, bir öğretmenin kendi yeteneklerine, bilgisine ve becerilerine olan güven düzeyini yansıtır. Öz yeterlilikleri yüksek olan öğretmenler genellikle daha motive, etkili ve etkili sınıf yönetimi becerisine sahip olabilirler (Williams vd., 2023). Ayrıca, öğrencilerle daha iyi ilişkiler kurabilir ve onların öğrenme süreçlerini daha etkili bir şekilde destekleyebilirler.

Psikolojik iyi oluş, bireyin genel olarak duygusal, zihinsel ve sosyal iyilik halini ifade eder. Bu kavram, pozitif psikoloji alanında önemli bir yer tutar ve sadece hastalık veya bozukluk olmaması değil, aynı zamanda yaşamın zenginliği, anlamı ve tatmini gibi olumlu unsurların varlığını da içerir (Maricuțoiu vd., 2023). Psikolojik iyi oluş, bireyin yaşamının farklı alanlarında tatmin edici deneyimler yaşamasını ve stresle başa çıkma yeteneğini artırmasını sağlar. Bu durum, ruh sağlığını korumak ve yaşamdan daha fazla keyif almak için önemlidir (Pozo-Rico vd., 2023). Pozitif psikoloji, insanların psikolojik iyi oluşlarını artırmak için çeşitli stratejiler geliştirir ve bu stratejilerin uygulanması, bireylerin daha mutlu, sağlıklı ve tatmin edici bir yaşam sürmelerine katkı sağlar (Lee vd., 2023).

Öğretmenlerde psikolojik iyi oluş, eğitim ortamlarında başarıyı ve memnuniyeti artıran önemli bir faktördür. Bir öğretmenin psikolojik iyi oluşu, hem kendi sağlığı hem de öğrencilerin eğitimine olan etkisi açısından büyük önem taşır. Öğretmenlerin işlerinden duydukları tatmin düzeyi, genel psikolojik iyi oluşlarını etkiler (Padmanabhanunni vd., 2023). Memnuniyetle dolu bir iş deneyimi yaşamak, öğretmenlerin motivasyonlarını artırır ve işlerine karşı daha olumlu bir tutum geliştirmelerine yardımcı olur. Öğretmenlerin, yöneticileri, meslektaşları ve diğer paydaşlar tarafından desteklendiği bir çalışma ortamı, psikolojik iyi oluşlarını artırabilir. İyi bir iletişim, işbirliği ve dayanışma ortamı, öğretmenlerin stresle başa çıkmalarına ve duygusal iyilik hallerini korumalarına yardımcı olur. Öğretmenlerin öğrencileriyle, velileriyle ve diğer paydaşlarla sağlıklı ve destekleyici ilişkiler kurması, psikolojik iyi oluşlarını artırır (Kouhsari vd., 2023). Pozitif etkileşimler, öğretmenlerin işlerinden daha fazla keyif almasını sağlar ve öğrenci başarısını olumlu yönde etkiler. Bu faktörler, öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarını etkileyebilir ve bu da onların öğrencilerine daha iyi bir eğitim sunmalarına katkıda bulunabilir (Gündüz ve Çağırğa, 2023). Bu nedenle, eğitim kurumlarında öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarını desteklemek ve korumak önemlidir.

Öğretmenlerde psikolojik iyi oluş ile öz yeterlilik arasında yakın bir ilişki vardır. Öz yeterlilik, bir öğretmenin belirli bir görev veya rolü başarıyla yerine getireceğine dair olan inancını ifade ederken, psikolojik iyi oluş, bireyin genel duygusal, zihinsel ve sosyal refahını yansıtır (Jerrim vd., 2023). Öz yeterlilik duygusu güçlü olan öğretmenler, işlerini

etkili bir şekilde yapacaklarına olan inançlarına sahiptirler. Bu da işlerinden daha fazla tatmin olmalarına, iş doyumlarının artmasına ve genel olarak daha iyi bir psikolojik iyi oluşa yol açabilir. Güçlü bir öz yeterlilik duygusuna sahip öğretmenler, daha fazla başarı elde etme eğilimindedirler (Yin vd., 2023). Başarılarını artırmak, öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarını artırır ve işlerinden daha fazla memnuniyet duymalarını sağlar. Öğretmenlerin çalıştıkları ortamda destekleyici bir atmosfer bulmaları, öz yeterlilik duygularını artırabilir ve psikolojik iyi oluşlarını destekleyebilir. İyi bir çalışma ortamı, öğretmenlerin stresi azaltabilir ve işlerinden daha fazla keyif almalarını sağlayabilir. Sonuç olarak, öğretmenlerde psikolojik iyi oluş ile öz yeterlilik arasında güçlü bir ilişki vardır (Yurdaşık vd., 2023). Güçlü bir öz yeterlilik duygusu, öğretmenlerin işlerinden daha fazla keyif almalarına, daha fazla başarı elde etmelerine ve genel olarak daha iyi bir psikolojik iyi oluşa sahip olmalarına katkıda bulunabilir.

Bu bakımdan araştırmada öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile özyeterlik düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın bu amacı doğrultusunda aşağıdaki alt problemlere yanıt aranmıştır;

1. Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile özyeterlik düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
2. Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile özyeterlik düzeyleri mesleki kıdem değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
3. Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile özyeterlik düzeyleri görev değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
4. Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile özyeterlik düzeyleri eğitim durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
5. Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarının özyeterlik düzeyleri üzerinde anlamlı etkisi var mıdır?

## **Yöntem**

### **Araştırmanın Modeli**

Araştırmada nicel araştırma yöntemleri kullanılmıştır. Bu kapsamda araştırmanın amacı doğrultusunda bütünsel araştırma modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılarak, öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile özyeterlik düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

### **Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evrenini 2023-2024 eğitim öğretim yılı bahar yarıyılında Kayseri ilinde görev yapmakta olan öğretmenler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklerini ise bu evren içerisinde ulaşılabilir örnekleme yöntemi ile belirlenen 160 öğretmen oluşturmaktadır. Öğretmenler arasında okul yöneticileri de bulunmakta olup, araştırmaya gönüllü olarak dahil edilmişlerdir.

## **Veri Toplama Açıları**

Araştırmada veri toplama aracı olarak öğretmenlerin demokratik özelliklerini belirlemeye yönelik demografik bilgi formu, psikolojik iyi oluş ölçeği ve özyeterlik ölçeği kullanılmıştır.

Öğretmenlerin demokratik bilgileri arasında cinsiyet, mesleki kıdem, yapılan görev ve eğitim durumu değişkenlerine yer verilmiştir. Bu değişkenlere araştırmaya katılan öğretmenlerin genel özelliklerinin belirlenmesi ve ölçeklerden elde edilen verilerin karşılaştırılması amacıyla yer verilmiştir.

Araştırmada öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin belirlenmesi amacıyla Diener ve arkadaşları (2010) tarafından geliştirilen ve Telef (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Psikolojik İyi Oluş Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçek 8 maddeden meydana gelmekte olup 1-7 arasında derecelendirilmektedir. Ölçekten alınan puanlar 8-56 arasında değişmekte olup, puanların yüksek olması bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin de yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçek tek faktörden meydana gelmekte olup, ölçeğin geneline ilişkin güvenilirlik katsayısı ,80 olarak bulunmuş ve açıklanan toplam varyans %42 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen verilere göre, uyum index değerlerinin kabul edilebilir aralıklı olduğu, dolayısıyla da ölçeğin geçerli ve güvenilir özelliklere sahip olduğu belirlenmiştir.

Araştırmada öğretmenlerin özyeterlik düzeylerinin belirlenmesi amacıyla Sherer ve arkadaşları (1982) tarafından geliştirilen ve Yıldırım ve İlhan (2010) tarafından Türkçeye uyarlanması yapılan Genel Özyeterlilik Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 17 maddeden meydana gelmekte olup, 1-5 aralığında puan almaktadır. Gerçekten alınabilecek en düşük puan 17 iken, en yüksek puan 85 olarak belirlenmiştir. Bireylerin ölçekten aldıkları puanın yüksek olması özyeterlik düzeylerine de yüksek olduğunu göstermektedir. Yapılan araştırmada ölçeğin tek faktörden meydana geldiği, ölçeği açıkladığı toplam varyansın %41,5 olduğu ve ölçeğin geneline ilişkin güvenlik katsayısının ,80 olarak belirlendiği görülmüştür. Dolayısıyla ölçek bireylere genel özyeterlilik düzeylerinin belirlenmesi amacıyla kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir araç olarak değerlendirilebilir.

## **Verilerin Analizi**

Araştırma verilerinin analizinde nicel veri analiz yöntemleri kullanılmıştır. Araştırmanın amacına bağlı olarak değişkenlerin tanımlanmasında betimsel istatistikler kullanılmış, ölçeklerden elde edilen verilerin analizinde ise karşılaştırmalı analizler yapılmıştır. Bu bağlamda öncelikle verilerin dağılımı incelenmiş, öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile özyeterlik düzeylerine ilişkini ölçeklerden aldıkları puanların çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1 ve +1 aralığında olduğu görülmüştür. Dolayısıyla verilerin analizi SPSS 24 programı ile ve parametrik istatistiksel teknikler kullanılarak yapılmıştır. Ayrıca veriler %95 analiz edilmiş olup, elde edilen bulgular tablolar halinde sunularak yorumlanmıştır.

## Bulgular

Araştırmada öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile özyeterlik düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu kapsamda araştırmadan elde edilen verilerin analizi sonucunda ulaşılan bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 1. Öğretmenlerin Demografik Özellikleri

Demografik Özellikler		N	%
Cinsiyet	Erkek	72	45,0
	Kadın	88	55,0
Mesleki Kıdem	0-10 yıl	52	32,5
	11-20 yıl	66	41,3
	21 ve üzeri yıl	42	26,3
Görev	Öğretmen	146	91,2
	Yönetici	14	8,8
Eğitim Durumu	Lisans	125	78,0
	Lisansüstü	35	22,0
	Toplam	160	100

Araştırmaya katılan öğretmenlerin demografik özelliklere göre dağılımı incelendiğinde cinsiyet bakımından öğretmenlerin %55'inin kadın olduğu, mesleki kıdeme göre %32,5'inin 1-10 yıl mesleki kıdeme sahip olduğu, %26,3'ünün ise 21 ve üzeri yıl mesleki ödeme sahip olduğu belirlenmiştir. Öğretmenlerin %91,2'sinin öğretmen, %8,8'ini ise yönetici olarak görev yaptığı, eğitim düzeyi bakımından %78'inin lisans mezunu, %22'sinin ise lisansüstü eğitim mezunu olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Öğretmenlerin Psikolojik İyi Oluş ve Özyeterlik Düzeylerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırması

	Cinsiyet	N	Aritmetik Ortalama	Standart Sapma	t	sd	p
Psikolojik İyi Oluş	Erkek	72	41,9643	9,75735	-3,226	158	,002
	Kadın	88	46,8750	6,07270			
Özyeterlik	Erkek	72	68,7232	11,23797	-2,586	158	,011
	Kadın	88	73,2500	6,92667			

Araştırmaya katılan öğretmenlerin psikolojik iyi oluş ve özyeterlik düzeyleri cinsiyet değişkenine göre bağımsız örneklem t testi ile analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda puanlar arasında anlamlı farklılık meydana geldiği saptanmıştır ( $p \leq 0,05$ ).

Aritmetik ortalama puanları incelendiğinde kadın öğretmenlerin erkeklere göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ve özyeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Öğretmenlerin Psikolojik İyi Oluş ve Özyeterlik Düzeylerinin Mesleki Kıdeme Göre Karşılaştırması

	Mesleki Kıdem	N	Aritmetik Ortalama	Standart Sapma	sd	F	p
Psikolojik İyi Oluş	0-10 yıl	52	47,3846	5,83819	2	14,929	,000
	11-20 yıl	66	43,8333	6,86481			
	21 ve üzeri yıl	42	37,9286	12,31179			
Özyeterlik	0-10 yıl	52	73,6538	5,31695	2	11,002	,000
	11-20 yıl	66	70,9091	8,38447			
	21 ve üzeri yıl	42	64,3571	14,70494			

Araştırmaya katılan öğretmenlerin psikolojik iyi oluş ve özyeterlik düzeyleri mesleki kıdem değişkenine göre ANOVA testi ile analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda puanlar arasında anlamlı farklılık meydana geldiği saptanmıştır ( $p \leq 0,05$ ). Meydana gelen farklılığa ilişkin grup içi karşılaştırmalar LSD testi ile yapılmıştır. Yapılan karşılaştırmalar sonucunda mesleki kıdemi 1-10 yıl olan öğretmenlerin diğer öğretmenlere göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ve özyeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte 21 ve üzeri yıl mesleki kıdeme sahip olan öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ve özyeterlik düzeylerinin diğer öğretmenlere göre daha düşük olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Öğretmenlerin Psikolojik İyi Oluş ve Özyeterlik Düzeylerinin Göreve Göre Karşılaştırması

	Görev	N	Aritmetik Ortalama	Standart Sapma	t	sd	p
Psikolojik İyi Oluş	Öğretmen	146	43,9315	8,67709	2,250	158	,026
	Yönetici	14	38,2857	11,72393			
Özyeterlik	Öğretmen	146	70,8562	9,87926	3,149	158	,002
	Yönetici	14	62,0000	11,79309			

Araştırmaya katılan öğretmenlerin psikolojik iyi oluş ve özyeterlik düzeyleri görev değişkenine göre bağımsız örneklem t testi ile analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda puanlar arasında anlamlı farklılık meydana geldiği saptanmıştır ( $p \leq 0,05$ ). Aritmetik ortalama puanları incelendiğinde öğretmen olarak görev yapan katılımcıların yönetici

olarak görev yapanlara göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ve özyeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 5. Öğretmenlerin Psikolojik İyi Oluş ve Özyeterlik Düzeylerinin Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırması

	<b>Eğitim Durumu</b>	<b>N</b>	<b>Aritmetik Ortalama</b>	<b>Standart Sapma</b>	<b>t</b>	<b>sd</b>	<b>p</b>
Psikolojik İyi Oluş	Lisans	125	42,1889	10,41055	-1,990	158	,048
	Lisansüstü	35	45,0429	6,75114			
Özyeterlik	Lisans	125	67,9667	12,12060	-2,055	158	,035
	Lisansüstü	35	71,5143	7,25467			

Araştırmaya katılan öğretmenlerin psikolojik iyi oluş ve özyeterlik düzeyleri eğitim durumu değişkenine göre bağımsız örneklem t testi ile analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda puanlar arasında anlamlı farklılık meydana geldiği saptanmıştır ( $p \leq 0,05$ ). Aritmetik ortalama puanları incelendiğinde lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan öğretmenlerin lisans mezuniyetine sahip olanlara göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ve özyeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 6. Öğretmenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Özyeterlik Düzeylerine Etkisi

<b>Eğitim Durumu</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>Standart Hata</b>	<b>Standart <math>\beta</math></b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>Model Değerleri</b>
Sabit	32,346	2,592		12,481	,000	F= 221,237 P= ,000
Psikolojik İyi Oluş	,869	,058	,764	14,874	,000	R= ,764 R <sup>2</sup> = ,583

Araştırmaya katılan öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin özyeterlik düzeylerini etkisi regresyon analizi ile test edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda Bağımsız değişken olan psikolojik iyi oluşun öğretmenlerde özyeterlik düzeyleri üzerinde anlamlı etkiye sahip olduğu belirlenmiştir (F= 221,237; R<sup>2</sup>= ,583; P= ,000). Modeli ilişkin değerleri incelendiğinde psikolojik iyi oluşun öğretmenlerin özyeterlik düzeyleri üzerindeki değişimin %58'ini açıkladığı ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin özyeterlik düzeylerini artırıcı etkiye sahip olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

## Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırmada öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ve özyeterlik düzeyleri incelenmiş olup bu kapsamda Kayseri ilinde görev yapmakta olan ilkökul ve ortaokul düzeyindeki öğretmenler ve okul yöneticilerinden elde edilen veriler değerlendirilmiştir.



Yapılan araştırmada öğretmenlerde cinsiyet bakımından kadın öğretmenlerin erkeklere göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ve özyeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca 21 ve üzeri yıl mesleki kıdeme sahip olan öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ve özyeterlik düzeylerinin diğer öğretmenlere göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öğretmenlerin yapılan görev bakımından durumları incelendiğinde öğretmen olarak görev yapan katılımcıların yönetici olarak görev yapanlara göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ve özyeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca araştırma kapsamında lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan öğretmenlerin lisans mezuniyetine sahip olanlara göre psikolojik iyi oluş düzeyleri ve özyeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmada yapılan karşılaştırmalar doğrultusunda öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin özyeterlik düzeylerini artırıcı etkiye sahip olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

Araştırmada ulaşılan bu sonuçlar doğrultusunda bazı öneriler geliştirilmiştir. Bu kapsamda öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin özyeterlik düzeylerini artırıcı etkiye sahip olduğu görülmüştür. Dolayısıyla öğretmenlerin özyeterliliği ve psikolojik iyi oluşunun, akademik başarı ve verimlilik açısından önemli olduğu dikkate alındığında bu durumun eğitim öğretim süreci ve öğrencilerin başarısı için de faydalı olabileceği düşünülebilir. Ayrıca öğretmenlerde eğitim durumunun artması ile psikolojik iyi oluş ve özyeterlik düzeylerinin de artış gösterdiği görülmüştür. Bu bakımdan öğretmenlerin eğitim düzeyini artırıcı çalışmaların yapılması önemli görülmektedir. Araştırmada ulaşılan bu bulgulara benzer şekilde Ağaçbacak (2019) tarafından yapılan araştırmada Sınıf öğretmenlerinin psikolojik iyi oluş düzeyleri ve öz yeterlilik inançları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Kapsamında öğretmenlerin cinsiyet ve eğitim düzeyi değişkenlerine göre özyeterlik düzeylerinin farklılık gösterdiği, kadın öğretmenlerde özyeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu ayrıca lisansüstü eğitime sahip olan öğretmenlerde özyeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte elde edilen veriler doğrultusunda öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ile özyeterlik düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler meydana geldiği görülmüştür. Buna göre öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeyinin özyeterlik düzeylerini olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir. Araştırma bulguları ile ilgili olarak Sarıtaş (2019) tarafından yapılan araştırmada sınıf öğretmeni adaylarının psikolojik iyi olmuş durumları ile özyeterlik inançları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Yapılan araştırmalar sonucunda sınıf öğretmenliği adaylarının psikolojik iyi oluş düzeyleri ile özyeterlik düzeyleri arasında pozitif yönlü zayıf düzeyde anlamlı ilişkiler meydana geldiği belirlenmiştir. Ayrıca araştırmada değişkenler bakımından karşılaştırmalar yapılmış olup cinsiyete göre anlamlı farklılık meydana gelmediği tespit edilmiştir. Karaçam ve Pulur (2019) tarafından yapılan araştırmada beden eğitimi öğretmenlerinin başarı algılarında psikolojik iyi oluşunun etkisi incelenmiş, araştırma sonucunda öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin başarı algısı üzerinde etkili olduğu, öğretmenlerde özsaygıyı artırıcı etkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Bu kapsamda değerlendirildiğinde psikolojik iyi oluşun özyeterlik üzerinde de etkili olduğu anlaşılmaktadır. Benzer bir araştırma Yıldız ve Aslan (2023) tarafından yapılmış ve öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ile erteleme davranışları arasındaki ilişkileri incelenmiştir. Araştırma sonucunda öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin yüksek düzeyde olduğu ve psikolojik iyi oluşun erteleme davranışlarını azaltıcı etkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Dolayısıyla öğretmenlerde psikolojik iyi oluşun önemli olduğu, akademik başarı ve motivasyon ile ilişkili olduğu söylenebilir.

## Kaynakça

- Ağaçbacak, P. M. (2019). *Pozitif psikoloji bağlamında sınıf öğretmenlerinin psikolojik iyi oluş düzeyleri ile özyeterlik inançları ve örgütsel bağlılık davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Friedman, I. A., & Kass, E. (2002). Teacher self-efficacy: A classroom-organization conceptualization. *Teaching and teacher education, 18*(6), 675-686.
- Gordon, D., Blundell, C., Mills, R., & Bourke, T. (2023). Teacher self-efficacy and reform: A systematic literature review. *The Australian Educational Researcher, 50*(3), 801-821.
- Gökyer, N., & Bakcak, S. (2018). Ortaokul öğretmenlerinin özyeterlik düzeyleri: Elazığ ili örneği. *Turkish Journal of Educational Studies, 5*(3), 82-98.
- Gündüz, Y., & Çağırğa, T. (2023). Öğretmenlerin tolerans düzeyi ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. *Sinop Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 7*(2), 997-1028.
- Jerrim, J., Sims, S., & Oliver, M. (2023). Teacher self-efficacy and pupil achievement: much ado about nothing? International evidence from TIMSS. *Teachers and Teaching, 29*(2), 220-240.
- Karaçam, A., & Pulur, A. (2019). Beden eğitimi öğretmenlerinin başarı algılarında yordayıcı olarak akademik iyimserlik, psikolojik iyi oluş ve fiziksel öz saygı. *Kastamonu Eğitim Dergisi, 27*(1), 209-218.
- Kouhsari, M., Chen, J., & Baniasad, S. (2023). Multilevel analysis of teacher professional well-being and its influential factors based on TALIS data. *Research in Comparative and International Education, 18*(3), 395-418.
- Lazarides, R., & Warner, L. M. (2020). Teacher self-efficacy. In *Oxford research encyclopedia of education*.
- Lee, S. J., York, P. M., Williams III, J. A., Richardson, S. C., Davis, A. W., Williams, B. K., & Lewis, C. W. (2023). Teachers' psychological distress in North Carolina: An analysis of urban versus non-urban school districts. *Urban Education, 58*(9), 2146-2176.
- Maricuțoiu, L. P., Pap, Z., Ștefancu, E., Mladenovici, V., Valache, D. G., Popescu, B. D., ... & Vîrgă, D. (2023). Is teachers' well-being associated with students' school experience? A meta-analysis of cross-sectional evidence. *Educational Psychology Review, 35*(1), 1.
- Padmanabhanunni, A., Pretorius, T. B., & Khamisa, N. (2023). The role of resilience in the relationship between role stress and psychological well-being during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *BMC psychology, 11*(1), 45.
- Pozo-Rico, T., Poveda, R., Gutiérrez-Fresneda, R., Castejón, J. L., & Gilar-Corbi, R. (2023). Revamping teacher training for challenging times: Teachers' well-being,

resilience, emotional intelligence, and innovative methodologies as key teaching competencies. *Psychology Research And Behavior Management*, 1-18.

Sarıtaş, S. (2019). *Sınıf öğretmeni adaylarının psikolojik iyi oluş halleri, mesleki kaygı düzeyleri ve özyeterlik inançlarının incelenmesi*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2010). Teacher self-efficacy and teacher burnout: A study of relations. *Teaching and teacher education*, 26(4), 1059-1069.

Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 374-384.

Williams, M. K., Christensen, R., McElroy, D., & Rutledge, D. (2023). Teacher self-efficacy in technology integration as a critical component in designing technology-infused teacher preparation programs. *Contemporary Issues in Technology and Teacher Education*, 23(1), 228-259.

Yıldırım F. ve İlhan, İ. Ö. (2010). Genel özyeterlilik ölçeği Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(4):301-8.

Yıldız, B., & Aslan, H. Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ile erteleme davranışları arasındaki ilişki. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 6(2), 246-278.

Yin, H., Tam, W. W. Y., & Lau, E. (2023). Happy teachers are efficacious and committed, but not vice versa: Unraveling the longitudinal relationships between Hong Kong kindergarten teachers' psychological well-being, self-efficacy, and commitment. *Teaching and Teacher Education*, 123, 103997.

Yurdaişık, Ö. E., Karaman, M. A., Atasayar, Ö., İriz, F., & Bakırtaş, E. (2023). Psikolojik İyi Oluşun Eğitim Öğretim Süreçlerindeki Konumu. *International Journal of Social Humanities Sciences Research*, 10(95), 1090-1098.

Zee, M., & Koomen, H. M. (2016). Teacher self-efficacy and its effects on classroom processes, student academic adjustment, and teacher well-being: A synthesis of 40 years of research. *Review of Educational research*, 86(4), 981-1015.