



**T.C.**

**ORDU ÜNİVERSİTESİ**

**FEN BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**FEN BİLGİSİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ MESLEKİ  
BENLİK SAYGILARI İLE YAŞAM DOYUMLARININ  
İNCELENMESİ**

**VOLKAN AKTAÇ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**MATEMATİK VE FEN BİLİMLERİ EĞİTİMİ ANABİLİM DALI**

**FEN BİLGİSİ EĞİTİMİ BİLİM DALI**

**ORDU 2019**

**T.C.**  
**ORDU ÜNİVERSİTESİ**  
**FEN BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**MATEMATİK VE FEN BİLİMLERİ EĞİTİMİ ANABİLİM DALI**  
**FEN BİLGİSİ EĞİTİMİ BİLİM DALI**

**FEN BİLGİSİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ MESLEKİ BENLİK  
SAYGILARI İLE YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ**

**VOLKAN AKTAÇ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**ORDU 2019**

## TEZ ONAY

**Volkan AKTAÇ** tarafından hazırlanan “**FEN BİLGİSİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ MESLEKİ BENLİK SAYGILARI İLE YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ**” adlı tez çalışmasının savunma sınavı 19.08.2019 tarihinde yapılmış ve jüri tarafından oy birliği / ~~oy çokluğu~~ ile Ordu Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü MATEMATİK VE FEN BİLİMLERİ EĞİTİMİ FEN BİLGİSİ EĞİTİMİ BİLİM DALI YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman  
Dr. Öğr. Üyesi Murat ÇETİNKAYA


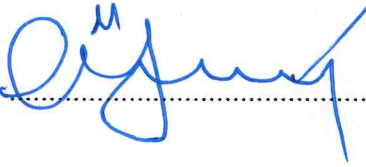
Jüri Üyeleri

İmza

Danışman  
Dr. Öğr. Üyesi Murat ÇETİNKAYA

Üye  
Prof. Dr. Cengiz ÖZYÜREK  
Matematik ve Fen Bilimleri Eğitimi Bölümü,  
Ordu Üniversitesi

Üye  
Doç. Dr. Cumhur TÜRK  
İletişim Tasarımı ve Yönetimi Bölümü,  
Samsun Üniversitesi

  
.....  
  
.....

  
.....

~~26/08/2019~~ tarihinde enstitüye teslim edilen bu tezin kabulü, Enstitü Yönetim Kurulu'nun ~~29/08/2019~~ tarih ve ~~2019/515~~ sayılı karar ile onaylanmıştır.



  
Enstitü Müdürü  
Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Sami GÜLER

## TEZ BİLDİRİMİ

Tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan ve kullanılan intihal tespit programının sonuçlarına göre; bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, tezin içerdiği yenilik ve sonuçların başka bir yerden alınmadığını, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

  
Volkan AKTAÇ

Not: Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunundaki hükümlere tabidir.

## ÖZET

### FEN BİLGİSİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ MESLEKİ BENLİK SAYGILARI İLE YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ

Volkan AKTAÇ

ORDU ÜNİVERSİTESİ FEN BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

MATEMATİK VE FEN BİLİMLERİ EĞİTİMİ ANABİLİM DALI

FEN BİLGİSİ EĞİTİMİ BİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ, 117 SAYFA

(TEZ DANIŞMANI: Dr. Öğr. Üyesi Murat ÇETİNKAYA)

Bu araştırmada, fen bilgisi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygıları ile yaşam doyumlarının çeşitli değişkenler (anne-baba eğitim durumu, ailede öğretmen olup olmaması, öğretmenlik mesleğini seçme nedeni) açısından incelenmesi ve aralarındaki ilişki düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırma verileri, 2018-2019 eğitim-öğretim yılının güz döneminde Ordu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Fen Bilgisi Öğretmenliği Bölümünde öğrenim gören 66 öğretmen adayından elde edilmiştir. İlişkisel tarama yönteminin kullanıldığı araştırmada veri toplama aracı olarak; “Mesleki Benlik Saygısı Ölçeği”, “Yaşam Doyum Ölçeği” ile araştırmacı tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Araştırma verileri SPSS 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Verilerin analizinde kullanılacak test tekniklerini belirleyebilmek amacıyla dağılımların normalliğe bakılmıştır. Araştırmada fen bilgisi öğretmen adaylarının “Mesleki Benlik Saygısı” ile “Yaşam Doyumu” değişkenleri arasındaki ilişki düzeyi, basit doğrusal regresyon analizi ve pearson korelasyon analiziyle incelenmiştir. Bu iki değişkenin demografik özelliklere göre farklılığını belirleyebilmek için bağımsız örneklem t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Araştırma sonuçları değerlendirildiğinde mesleki benlik saygısı ile yaşam doyumları arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Fen bilgisi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygılarının, yaşam doyumlarını anlamlı bir şekilde yordadığı ve yaşam doyumlarına ilişkin toplam varyansın %37’sini açıkladığı tespit edilmiştir. Fen bilgisi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygıları; öğretmenlik mesleğini seçme nedeni açısından istatistiksel olarak anlamlı ölçüde farklılık göstermekte iken anne-baba eğitim düzeyine ve ailede öğretmen olup olmamasına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Yaşam doyumlarının ise; öğretmenlik mesleğini seçme nedeni açısından anlamlı şekilde farklılaştığı fakat anne-baba eğitim durumu ve ailede öğretmen bulunup bulunmaması değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Araştırma sonuçları ışığında, uygulayıcılara ve bu konuda çalışacak araştırmacılara yönelik önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Fen bilgisi, Mesleki Benlik Saygısı, Öğretmen Adayları, Yaşam Doyumu.

## ABSTRACT

### INVESTIGATION OF SCIENCE TEACHER CANDIDATES' PROFESSIONAL SELF-ESTEEM AND LIFE SATISFACTION

Volkan AKTAÇ

ORDU UNIVERSITY INSTITUTE OF NATURAL AND APPLIED  
SCIENCES

MATHEMATICS AND SCIENCE EDUCATION

SCIENCE TEACHER EDUCATION

MASTER THESIS, 117 PAGES

(SUPERVISOR: Dr. Öğr. Üyesi Murat ÇETİNKAYA)

The aim of this research is investigated the professional self-esteem of science teacher candidates with life satisfaction in terms of various variables (parent education status, the presence of a teacher in the family, the reason for choosing the teaching profession) and to determine the relationship levels between them. The research data were obtained from 66 science teacher candidates who are studying in the Science Teaching Department of Ordu University Faculty of Education in the fall semester of 2018-2019 academic year. In the research, which uses relational scanning method, as a data collection tool; "Professional Self-Esteem Scale", "Life Satisfaction Scale" with together "Personal Information Form" created by the researcher were used. Data were analyzed using SPSS 22.0 program.

In order to determine the test techniques to be used in the analysis of the data, it was examined normality of distributions. In this study, science teacher candidates' the relationship level between variables of 'Professional Self Esteem' and 'Life Satisfaction' was investigated by simple linear regression analysis and pearson correlation analysis. Independent sample t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were used to determine the differences these two variables according to demographic characteristics. When the results of the research were evaluated, a positive direction and statistically significant relationship was found between professional self-esteem and life satisfaction. It was detected that professional self-esteem of the science teachers candidates significantly predicted their life satisfaction and explained 37% of the total variance related to life satisfaction. Professional self-esteem of the science teacher candidates; While it shows a statistically significant difference in terms of the reason for choosing the teaching profession, it does not show a significant difference according to the education level of the parents and whether the presence of teachers in the family. If life satisfaction; it is detected to be significantly differentiate in terms of the reason for choosing the teaching profession, however, it is understood that there was no significant difference in terms of parental education status and whether presence of teachers in the family. In the light of the research results, suggestions were made for the practitioners and the researchers who will work on this subject.

**Keywords:** Life Satisfaction, Professional Self-Esteem, Science, Teacher Candidates.

## TEŞEKKÜR

Tez çalışma sürecimin her aşamasında desteğini esirgemeyen, beni her daim motive eden, bilgi ve tecrübesini yanımda hissettiğim sevgili tez danışmanım Sayın Dr. Öğr. Üyesi Murat Çetinkaya'ya sonsuz teşekkür ederim. Ayrıca araştırma verilerinin toplanmasında yardımlarını esirgemeyen ve destek olan değerli hocalarıma çok teşekkür ediyorum.

Yüksek lisans eğitimimde bana her türlü desteği ve kolaylığı sağlayan, kurum müdürüm ve iş arkadaşlarıma çok teşekkür ederim.

Bugünlere gelmemde üzerimde büyük emekleri olan ve minnettarlık duyduğum annem Sabire Aktaş'a, babam Bilal Aktaş'a, ablalarım Ayşenur Karataş ve Yeşim Pamukçu'ya sevgi ve saygılarımı sunarım.

Bu yorucu maratonda desteğini ve anlayışını her zaman yanımda hissettiğim, yoğun ve uzun saatler süren çalışmalarımnda beni anlayışla karşılayan, bütün zorluk ve stresler ile baş etmeme yardımcı olan sevgili eşim Didem Aktaş'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Hayatıma girdiği andan itibaren mevcudiyetime anlam katan, yolculuğumda bana güç ve ilham veren biricik yavrum Kuzey'in varlığına sonsuz şükrediyorum.

Son olarak bu çalışmanın ortaya çıkmasında büyük katkısı bulunan, tüm varlıklara karşı beslediği merhameti derinden hissettiğim ve sahip olduğu zarif kalbinden etkilendiğim, verdiği desteği asla unutmayacağım, apansız bir şekilde kaybettiğimiz kıymetli hocam; Prof. Dr. Kenan Demirel'i sonsuz minnet ve saygıyla anıyorum.

Prof. Dr. Kenan Demirel'e ithafen.

## İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
<b>TEZ BİLDİRİMİ</b> .....	I
<b>ÖZET</b> .....	II
<b>ABSTRACT</b> .....	III
<b>TEŞEKKÜR</b> .....	IV
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	V
<b>ŞEKİL LİSTESİ</b> .....	VIII
<b>ÇİZELGE LİSTESİ</b> .....	IX
<b>SİMGELER ve KISALTMALAR LİSTESİ</b> .....	X
<b>EKLER LİSTESİ</b> .....	XI
<b>1. GİRİŞ</b> .....	1
1.1 Problem Durumu.....	1
1.1.1 Problem Cümlesi.....	5
1.1.2 Alt Problemler.....	5
1.2 Araştırmanın Amacı.....	6
1.3 Araştırmanın Önemi.....	6
1.4 Sayıtlılar.....	9
1.5 Sınırlılıklar.....	9
1.6 Tanımlar.....	9
1.6.1 Benlik.....	9
1.6.2 Benlik Saygısı.....	9
1.6.3 Mesleki Benlik.....	9
1.6.4 Mesleki Benlik Saygısı.....	10
1.6.5 Yaşam Doyumu.....	10
<b>2. GENEL BİLGİLER</b> .....	11
2.1 Kuramsal Çerçeve.....	11
2.1.1 Mesleki Benlik Saygısı.....	11
2.1.1.1 Benlik Kavramı ve Benlik Kavramının Gelişimi.....	11
2.1.1.2 Benlik Saygısı ve Benlik Saygısının Gelişimi.....	15
2.1.1.3 Mesleki Benlik Kavramı.....	17
2.1.1.4 Mesleki Benlik Saygısı.....	19
2.1.2 Meslek Seçimi ve Meslekle İlgili Kuramlar.....	21
2.1.2.1 Meslek Gelişimi Kuramları.....	21
2.1.2.1.1 Super'in Yaşam Boyu Meslek Gelişim Kuramı.....	21
2.1.2.1.2 Ginzberg'in Meslek Gelişimi Kuramı.....	23
2.1.2.1.3 Gottfredson'un Kuramı.....	25
2.1.2.1.4 Tiedeman ve O'Hara'nın Meslek Gelişimi Kuramı.....	25
2.1.2.1.5 ROE'nun Gereksinim Kuramı.....	27
2.1.2.1.6 Holland'ın Tipoloji Kuramı.....	29
2.1.2.2 Karar Kuramları.....	31
2.1.2.2.1 Gelatt'ın Karar Modeli.....	31
2.1.2.2.2 Vroom'un Beklenti Kuramı.....	31
2.1.2.2.3 Hilton'un Karar Modeli.....	32
2.1.2.2.4 Gati'nin Modeli.....	33
2.1.2.3 İşe Uyum Kuramı.....	33
2.1.2.4 Sosyal Öğrenme Kuramı.....	34



2.1.3 Yaşam Doyumu.....	35
2.1.4 Mutluluk.....	41
2.1.4.1 Felsefede Mutluluk.....	42
2.1.4.2 Psikolojide Mutluluk.....	43
2.1.5 Yaşam Kalitesi .....	46
2.1.6 Öznel İyi Olma.....	47
2.1.7 Yaşam Doyumu'nu Açıklamaya Çalışan Kuramlar.....	49
2.1.7.1 Ere (Telic) Kuramı .....	49
2.1.7.2 Haz ve Acı Kuramı .....	50
2.1.7.3 Etkinlik Kuramları .....	50
2.1.7.4 Yargı Kuramları .....	50
2.1.7.5 Bağ Kuramları.....	51
2.1.7.6 Tavandan-Tabana ve Tabandan-Tavana Kuramları.....	51
2.1.7.7 Sabit Nokta Kuramı .....	52
2.1.8 Yaşam Doyumunu Etkileyen Bazı Değişkenler.....	52
2.1.8.1 Yaş.....	52
2.1.8.2 Cinsiyet .....	53
2.1.8.3 Eğitim.....	53
2.1.8.4 Çalışma ve İş.....	54
2.1.8.5 Evlilik ve Aile .....	54
2.1.8.6 Gelir.....	55
2.2 İlgili Çalışmalar.....	56
2.2.1 Mesleki Benlik Saygısı İle İlgili Yurt İçinde ve Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar.....	56
2.2.2 Yaşam Doyumu ile İlgili Yurt İçinde ve Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar ...	60
<b>3. MATERYAL ve YÖNTEM.....</b>	<b>64</b>
3.1 Araştırmanın Modeli .....	64
3.2 Araştırmanın Evreni ve Örneklemi .....	64
3.3 Veri Toplama Araçları .....	67
3.3.1 Mesleki Benlik Saygısı Ölçeği (MBSÖ).....	67
3.3.2 Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ).....	70
3.3.3 Kişisel Bilgi Formu .....	72
3.4 Verilerin Analizi.....	72
<b>4. ARAŞTIRMA BULGULARI.....</b>	<b>73</b>
4.1 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygısı Düzeylerine İlişkin Bulgular .....	73
4.2 FBÖA'nın Kişisel Bilgilerine Göre Mesleki Benlik Saygılarının İncelenmesi ...	75
4.3 FBÖA'nın Yaşam Doyumlarına İlişkin Bulgular .....	79
4.4 FBÖA'nın Kişisel Bilgilerine Göre Yaşam Doyumlarının İncelenmesi.....	80
4.5 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygıları ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki (Pearson Korelasyon) .....	83
<b>5. TARTIŞMA ve SONUÇ .....</b>	<b>85</b>
5.1 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygıları Anne-Baba Eğitim Düzeyi Açısından Anlamlı Düzeyde Farklılaşmakta mıdır?.....	85
5.2 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygıları Ailede Öğretmen Olup Olmaması Durumu Açısından Anlamlı Düzeyde Farklılaşmakta mıdır? .....	85
5.3 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygıları Mesleği Seçme Nedeni Açısından Anlamlı Düzeyde Farklılaşmakta mıdır?.....	86

5.4 FBÖA'nın Yaşam Doyumları Anne-Baba Eğitim Düzeyi Açısından Anlamli Şekilde Farklılaşmakta mıdır? .....	87
5.5 FBÖA'nın Yaşam Doyumları Ailede Öğretmen Olup Olmaması Durumu Açısından Anlamli Düzeyde Farklılaşmakta mıdır? .....	89
5.6 FBÖA'nın Yaşam Doyumları Öğretmenlik Mesleğini Seçme Nedeni Açısından Anlamli Düzeyde Farklılaşmakta mıdır?.....	89
5.7 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygıları ile Yaşam Doyumları Arasında Anlamli Bir İlişki Var mıdır? .....	90
5.8 Öneriler.....	91
<b>6. KAYNAKLAR</b> .....	93
<b>EKLER</b> .....	110
<b>ÖZGEÇMİŞ</b> .....	117

## ŞEKİL LİSTESİ

	<b><u>Sayfa</u></b>
Şekil 3.1 Mesleki Benlik Saygısı Q-Q Plot Grafiği.....	69
Şekil 3.2 Yaşam Doyumu Q-Q Plot Grafiği.....	71

## ÇİZELGE LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Çizelge 2.1 Yaşam Doyumu Tanımları .....	38
Çizelge 3.1 FBÖA'nın Cinsiyetlerine Göre Dağılımı.....	64
Çizelge 3.2 FBÖA'nın Sınıf Düzeylerine Göre Dağılımı.....	65
Çizelge 3.3 FBÖA'nın Anne Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımı.....	65
Çizelge 3.4 FBÖA'nın Baba Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımı .....	65
Çizelge 3.5 FBÖA'nın Ailede Öğretmen Olup Olmaması Durumuna Göre Dağılımı.....	66
Çizelge 3.6 FBÖA'nın Mesleği Seçme Nedenlerine Göre Dağılımı.....	66
Çizelge 3.7 Güvenirlilik Katsayısı Cronbach Alpha Yorumu .....	68
Çizelge 3.8 Mesleki Benlik Saygısı Puanlarının Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk Testi Normallik Analizi.....	69
Çizelge 3.9 Mesleki Benlik Saygısı Puanlarının Çarpıklık ve Basıklık Değerleri ..	70
Çizelge 3.10 Yaşam Doyumu Puanlarının Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk Testi Normallik Analizi.....	71
Çizelge 3.11 Yaşam Doyumu Puanlarının Çarpıklık ve Basıklık Değerleri .....	71
Çizelge 4.1 MBSÖ'nin Örneklem Sayısı, Aritmetik Ortalaması, Standart Sapması ile Madde Sayısı .....	73
Çizelge 4.2 MBSÖ Maddelerine İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerlerine İlişkin Bulgular .....	73
Çizelge 4.3 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygılarının Anne Eğitim Durumu Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) .....	75
Çizelge 4.4 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygılarının Baba Eğitim Durumu Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) .....	75
Çizelge 4.5 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygılarının Ailede Öğretmen Bulunup Bulunmaması Açısından T- Testi Analizi .....	76
Çizelge 4.6 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygılarının Mesleği Seçme Nedeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) .....	77
Çizelge 4.7 Tukey HSD Testi Sonuçları.....	78
Çizelge 4.8 YDÖ'nün Örneklem Sayısı, Aritmetik Ortalaması, Standart Sapması İle Madde Sayısı .....	79
Çizelge 4.9 YDÖ Maddelerine İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerlerine İlişkin Bulgular .....	79
Çizelge 4.10 FBÖA'nın Yaşam Doyumlarının Anne Eğitim Durumu Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA).....	80
Çizelge 4.11 FBÖA'nın Yaşam Doyumlarının Baba Eğitim Durumu Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA).....	80
Çizelge 4.12 FBÖA'nın Yaşam Doyumlarının Ailede Öğretmen Bulunup Bulunmaması Açısından T- Testi Analizi .....	81
Çizelge 4.13 FBÖA'nın Yaşam Doyumlarının Mesleği Seçme Nedeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA).....	81
Çizelge 4.14 Tukey HSD Testi Sonuçları.....	82
Çizelge 4.15 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygısı ile Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki Korelasyon .....	83
Çizelge 4.16 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygısı ile Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Regresyon Analizi ile İncelenmesi .....	83

## SİMGELER ve KISALTMALAR LİSTESİ

---

<b>SPSS</b>	:	Statistical Package for the Social Sciences
<b>ANOVA</b>	:	Analysis of Variance
<b>%</b>	:	Yüzde
<b>FBÖA</b>	:	Fen Bilgisi Öğretmen Adayları
<b>Ark.</b>	:	Arkadaşları
<b>MBS</b>	:	Mesleki Benlik Saygısı
<b>YD</b>	:	Yaşam Doyumu
<b>vb.</b>	:	Ve benzeri
<b>MESS</b>	:	Metal İş Sanayicileri Sendikası
<b>NCATE</b>	:	Natioanl Council for Accreditation of Teacher Education
<b>MBSÖ</b>	:	Mesleki Benlik Saygısı Ölçeği
<b>YDÖ</b>	:	Yaşam Doyumu Ölçeği
<b>r</b>	:	Korelasyon Katsayısı
<b>df</b>	:	Serbestlik Derecesi
<b>sig</b>	:	Significance (önem)
<b>F</b>	:	Frekans
<b>N</b>	:	Öğrenci Sayısı
$\bar{x}$	:	Ortalama
<b>SS</b>	:	Standart Sapma
<b>t</b>	:	T Değeri
<b>p</b>	:	Anlamlılık Değeri
<b>B</b>	:	B Değeri
$\beta$	:	Regresyon Katsayısı
<b>R<sup>2</sup></b>	:	Denklemin Bağımlı Değişkeni Ölçme Gücü
<b>F</b>	:	F Değeri

---

## EKLER LİSTESİ

	<b><u>Sayfa</u></b>
<b>EK 1:</b> Mesleki Benlik Saygısı Ölçeği.....	111
<b>EK 2:</b> Mesleki Benlik Saygısı Ölçeği Kullanım İzni .....	113
<b>EK 3:</b> Yaşam Doyumu Ölçeği .....	114
<b>EK 4:</b> Yaşam Doyumu Ölçeği Kullanım İzni.....	115
<b>EK 5:</b> Kişisel Bilgi Formu .....	116

# 1. GİRİŞ

## 1.1 Problem Durumu

Benlik, bireyin kendini algılama biçimi olarak tanımlanmaktadır. Bireyin kendisi hakkındaki algıları; tecrübeleri ve çevresini yorumlama şekli tarafından biçimlenirken, bireyin davranışları ile yaşamında önemli yere sahip kişilerin kendisi hakkındaki değerlendirmeleriyle sağlamlaşmaktadır (Shavelson ve ark., 1976). Bireyin başarılarını, değerlerini, amaçlarını ve hedeflerini yansıtan benlik kavramı; gelişigüzel olmayan, yaratıcı, araştırmacı ve seçici bir süreçtir.

Super ve ark., (1963)'e göre benlik bireyin kendisine yönelik oluşturmuş olduğu bir resimdir. Bu resmin beğenilip benimsenmesi ise benlik saygısını oluşturmaktadır. Benlik saygısı, bireyin benlik kavramına yönelik değerlendirmeleridir. Sivribaşkara, (2003) benlik saygısının durağan bir yapıya sahip olmadığını şartlara göre olumlu veya olumsuz olabileceğini belirtmiştir. Benlik saygısının düşük ya da yüksek olması bireyin olaylar karşısındaki duygu, düşünce ve eylemlerini farklı yönlerde etkilemektedir.

Wells ve Marwell, (1976)'a göre benlik saygısının üç anlamı vardır. Bunlar; kendini sevme, kendini kabul ve yeterliliklerdir. Duyuşsal, bilişsel, toplumsal ve bedensel öğeleri olan benlik saygısında; bireyin kendisini değerli görmesi, yeteneklerini, bilgi ve becerilerini sergileyebilmesi, başarma, beğenilme, çevresi tarafından kabul edilme, sevilme ve bedensel özelliklerini kabullenme önemli etkenler olarak ön plana çıkmaktadır (Yörükoğlu, 1986).

Dönmez, (1985) yüksek benlik saygısına sahip olan bireylerin kendilerini saygın, değerli ve seçkin olarak tanımlama eğiliminde olduklarını belirtmiştir. Benlik saygısı düşük kişiler yeteneklerine fazla güvenmemekte, onları değersiz olarak görmektedirler. Bu kişiler başarılarını kabul etmek istemezler; hedeflerini oluşturmada ve karşılaştıkları problemlere çözüm bulmakta zorluk yaşarlar (Plummer, 2001; Oktan ve Sahin, 2010).

Benlik kavramlarının mesleki ifadelerle dönüştürülmesi bir süreçtir. Bu süreç, bireyin beğenilen mesleki bir role sahip yetişkinle kendini özdeşleştirmesi, belirli bir mesleğe ilişkin kabiliyetinin olduğunu anlaması ve bireysel özelliklerine uygun yaşantılar geçirmesiyle oluşur. Mesleki benlik kavramı, profesyonel bir eğitim almakla veya ilk

işe girişle beraber yerleşmeye başlamaktadır. Ayrıca bireyin mesleğinde kendisini geliştirerek alanında ilerlemesi mesleki benlik kavramının tamamlanma sürecinin devamı olarak anlaşılabilir (Jones, 1982). Super, (1968) mesleki benlik kavramını mesleki bir tercih halini almış olsun ya da olmasın, kişinin mesleğe dair benlik yüklemelerinin bir organizasyonu olarak tanımlar. Yani mesleki benlik, bireyin sahip olduğu benlik kavramının mesleki tercihlere dönüştürülmesiyle oluşmaktadır.

Mesleki benlik saygısı; kişinin seçtiği mesleğe dair oluşturmuş olduğu değerlilik kanısıdır. Kişi bireysel özelliklerini baz alarak seçeceği mesleğin kendisine ne derece uygun olacağını değerlendirmelidir. Bu değerlendirmelerin yapılmaması durumunda ise tercih edilen mesleklerin topluma ve kişiye zararı olabileceği düşünülmektedir (Dilmaç ve Arıca, 2003; Sayın, 2003). Işık, (2006) bireylerin kişisel benlik algılarına göre kendilerine uygun bir meslek tercihinde bulduklarını belirtmiştir. Kişisel benlik algısı ise; insanların kendilerini nasıl değerlendirdikleri, nasıl davranışlar sergiledikleri, çevreden aldıkları tepkiler ve belirli bir konuda başarılı olup olamamalarıyla alakalıdır.

Başaran, (1996) bir meslek üyesinin alanında başarılı olup doyuma ulaşabilmesi için mesleğin gereklerini bilmesi ve mesleğine inanması gerektiğini belirtmiştir. Bir toplumun geleceğinin inşasında önemli bir rol üstlenen öğretmenlerin, sahip oldukları yüksek benlik saygısı mesleki benlik saygısı üzerinde oldukça etkilidir (Demir ve ark., 2011). Mesleki benlik saygısı da benlik saygısı gibi kişinin değer verdiği kişilerin ve toplumun kendisine yönelik tutum ve davranışlarından etkilenmektedir. Ayrıca mesleki benlik saygısında mesleğin kabullenilip tamamen benimsenmesinin, mesleğe yönelik motivasyonun ve memnuniyetin, bireysel yeteneklerin, toplumsal münasebetin, çocuklarla kurulan iletişimin, öğretmeyi algılama şeklinin ve ailede aynı meslekte birinin olmasının etkili olabileceği araştırmalar sonucu belirlenmiştir (Aral ve ark., 2007). Öğretmenin kişiliği ve çevresiyle olan ilişkisinin niteliği öğrencilerin benlik saygıları üzerinde etkilidir. Yüksek benlik saygısına sahip bir öğretmen çalışma hayatında daha başarılı ve aktif olabilmektedir (Demir ve ark., 2011).

Bireyin mutlu bir hayat sürmesi ve yaşamına anlam katabilmesi için yaşam doyumu oldukça önemli bir kavram olmaktadır. Yaşam doyumu bireyin iş, boş zaman ve diğer



iş dışı zaman olarak belirtilen yaşama karşı göstermiş olduğu duyuşsal tepkisidir (Sung-Mook ve Giannakopoulos, 1994).

Bireyin sahip olduğu yaşam koşullarından duyduğu memnuniyet olarak tanımlanan yaşam doyumu, kişinin hayatındaki tüm etkinliklere, sorumluluklara, hedeflerin gerçekleşme düzeyine ilişkin tutumunun, duygularının ve düşüncelerinin bütünüdür (Sung, 2003). Yaşam doyumu, bir insanın hedeflerine ulaşma derecesi ile istediği yaşam koşullarıyla sahip olduğu yaşam koşullarının kıyaslanması sonucu ortaya çıkan bir durumdur (Altay ve Avcı, 2009). Buna göre yaşam doyumu, bireyin yaşamının tamamına dair göstermiş olduğu pozitif tutum şeklinde de tanımlanabilir (Jan ve Masood, 2008). Schmitter, (2003) yaşam doyumunu etkileyen birçok durum olduğunu belirtmiştir. Bu durumlara örnek olarak; günlük hayattan alınan mutluluğu, hayata verilen anlamı, belirlenen hedeflerle bütünleşmeyi, olumlu bir kimlik gelişimini, fiziksel iyilik halini, ekonomik güvenceyi ve etkili toplumsal ilişkileri vermiştir.

Neugarten ve ark., (1961) tarafından oluşturulan ve pozitif psikolojinin önemli bir ögesi olan yaşam doyumu tanımları bilişsel ve duyuşsal kurallara göre farklılaşmaktadır (Akgündüz, 2013). Bilişsel kurama göre yaşam doyumu; kişinin gereksinim ve isteklerinin karşılanması ile elde ettiği başarıların belirlenen standartlarla karşılaştırılmasına bağlı olarak oluşan bilişsel yargıyı nitelendirir. (Lindfors ve ark., 2007). Duyuşsal kurama göre yaşam doyumu ise, kişinin olumlu ve olumsuz duygularının dengelenmesiyle oluşan duyguları ve ruhsal durumu göstermektedir (Sardjoska, 2012).

Diener, (1984) öznel iyi olmayı bireyin kendi hayatına yönelik bilişsel ve duyuşsal değerlendirmesi olarak tanımlamıştır. Olumlu ve olumsuz duygulanım öznel iyi olmanın duygusal değerlendirmelerini, yaşam doyumu ise bilişsel değerlendirmelerini kapsamaktadır.

Bireyin çalışma ve sosyal yaşamında algıladığı mutluluk ve hoşnutluk duygusu yaşam doyumunu oluşturmaktadır. (Lee ve ark., 2004). Bu doğrultuda yaşam doyumunun sağlanması, bireyin iş yaşamı dışında aile ve sosyal yaşam gibi temel unsurların da önem taşıdığı belirtilmektedir (Bayram ve ark., 2010). Diğer bir ifadeyle yaşam doyumu; aile, çalışma hayatı, sosyal çevre, gelir düzeyi, eş ve sağlık gibi hayatın kritik bileşenlerinin kişi tarafından olumlu olarak değerlendirilmesi sonucu ortaya

çıkmaktadır (Büssing ve ark., 2009). Kişinin yaşamından aldığı haz, hissettiği mutluluk ve memnuniyetini belirtmesi yaşam doyumunu için oldukça önemlidir çünkü yaşamından tat alan bireyin bu enerjisi; iş yaşamına, özel hayatına, sosyal ilişkilerine yani kısacası hayatının her alanına yansımaktadır.

Üniversite süreci, öğrenciler açısından yetişkin rollerinin denendiği, çalışma hayatına hazırlıkların yapıldığı ve hayatına dair değer yargılarını ön plana aldıkları bir dönemdir (Çivitçi, 2012). Yüksek öğrenim, öğrencilerin alışkın oldukları mevcut ortamlarından uzaklaşarak yeni bir hayata ve mevcut hayatlarına dair esaslı değişiklikler oluşturmaya başladıkları bir süreçtir (Herken ve ark., 2000). Bu dönemde gelecekle ilgili beklentilerini biçimlendirmeye başlayan gençlerin hem hedeflerini hem de çevrenin beklentilerini gerçekleştirebilme endişesi yaşam doyum düzeylerini önemli derecede etkilemektedir (Alleyne ve ark., 2010).

Mesleğe ilk adım atıldığı yer olan üniversitelerin, öğrencilerin ihtiyaçlarını karşıladığı ölçüde yaşam doyumunu ortaya çıkarmaktadır (Borden, 1995). Bundan dolayı öğrencilerin yaşam doyumlarının yükseltilmesi, üniversitelerin önemli bir görevi haline gelmiştir (Chow, 2005). Öğrenciler için yaşam doyumunu, aldıkları eğitimle alakalı tecrübelerinin ve elde ettikleri sonuçların subjektif değerlendirmesidir. Bu değerlendirme, öğrencilerin üniversite hayatı boyunca tekrar eden deneyimleriyle biçimlenmeye devam etmektedir (Elliott ve Shin, 2002).

Aile, arkadaşlar, din, yaşam düzeni, sosyal hayat, iş yükü, güvenlik, üniversiteye karşı hissedilen bağlılık, akademik performans, bölümün iş olanakları gibi özel alanlar öğrencilerin yaşam doyumlarını oluşturmaktadır (Bean ve Bradley, 1986; Lounsbury ve ark., 2005; Yu ve Lee, 2008). Öğrencilerin hayatlarında önemli olan bu gibi unsurların etkisiyle öğrenciler olumlu ve olumsuz deneyim yaşayabilirler. Olumlu yaşantılar üniversite öğrencilerinin yakın ilişkiler geliştirmelerine, üretkenliklerini artırmalarına, sağlıklı ve mutlu bir hayat sürmelerine katkı sağlamaktadır (Stevic ve Ward, 2008). Negatif yaşantıların sıklığı ise öğrencilerin yaşam doyumlarını azaltan bir etken olmaktadır (Rode ve ark., 2005).

Öğretmen adaylarının, bireysel özelliklerini göz önünde bulundurarak öğretmenlik mesleğini tercih etmeleri ve mesleklerine karşı olumlu tutum ve görüşlere sahip olmaları yaşam doyumunu düzeyleri üzerinde oldukça etkili olmaktadır. Nitekim

Gündoğar ve ark., (2007) tarafından yapılan araştırmada açıkta kalmak istemediği için öğretmenlik mesleğine yönelen öğretmen adaylarının yaşam doyumu düşük, depresyon puanlarının ise daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Öğretmen adaylarının mesleki benlik saygısı ile yaşam doyumları birçok değişkenden etkilenmektedir. Doğal olarak bu etkiler mezuniyet sonrası meslek hayatlarına olumlu veya olumsuz şekilde yansiyabilecektir. Ayrıca öğretmen adaylarının yaşam doyumunun mesleki benlik saygısından etkilendiği düşünülmektedir. Bu nedenle fen bilgisi öğretmen adaylarının (FBÖA) mesleki benlik saygılarının (MBS) ve yaşam doyumlarının (YD) çeşitli değişkenler açısından nasıl farklılaştığının incelenmesi ve aralarındaki ilişki düzeyinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

### **1.1.1 Problem Cümlesi**

Fen bilgisi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygısı ve yaşam doyumu düzeyleri çeşitli değişkenlere göre farklılık göstermekte midir ve arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

### **1.1.2 Alt Problemler**

Çalışmanın genel amacı çerçevesinde aşağıdaki araştırma sorularına cevap aranmaktadır.

1. FBÖA'nın mesleki benlik saygıları anne-baba eğitim düzeyi açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
2. FBÖA'nın mesleki benlik saygıları ailede öğretmen olup olmaması durumu açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
3. FBÖA'nın mesleki benlik saygıları mesleği seçme nedeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
4. FBÖA'nın yaşam doyumları anne-baba eğitim düzeyi açısından anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
5. FBÖA'nın yaşam doyumları ailede öğretmen olup olmaması durumu açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
6. FBÖA'nın yaşam doyumları öğretmenlik mesleğini seçme nedeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

7. FBÖA'nın mesleki benlik saygıları ile yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

### **1.2 Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı; FBÖA'nın mesleki benlik saygıları ile yaşam doyumlarının çeşitli değişkenler (anne-baba eğitim durumu, ailede öğretmen olup/olmaması, öğretmenlik Mesleğini Seçme Nedeni) açısından incelenmesi ve aralarındaki ilişki düzeylerinin belirlenmesidir.

### **1.3 Araştırmanın Önemi**

Öğretmenlik mesleği, toplumsal gelişim ve değişim için kilit bir rol oynamaktadır. Bir toplumun geleceği olan öğrencilerin yetiştirilmesinde en büyük sorumluluk öğretmenlere düşmektedir çünkü öğretmenlerin okul içerisindeki ve okul dışarısındaki tüm davranışları öğrenciler için bir model oluşturmakta ve onların kişilik özelliklerini, yaşam amaçlarını, geleceğe yönelik hedeflerini etkileyerek ileride nasıl bir insan olacaklarını belirlemektedir. Bir öğretmenin de iyi bir model olabilmesi için mesleğine olan saygısının, genel yaşam doyumunun ve iş doyumunun yüksek olması gerekir.

Mesleki benlik saygılarıyla iş doyumları yüksek ve aynı düzeyde olan öğretmenlerin eğitim sisteminin amaçlarının gerçekleştirilmesinde en etkin role sahip öge olacaktır (Baloğlu ve ark., 2006). Bundan dolayı nitelikli öğretmen yetiştirme sorumluluğuna sahip eğitim kurumlarının, öğretmen adaylarına mesleki benlik saygıları ve yaşam doyumlarını pozitif yönde geliştirebilmeleri için yardımcı olmaları önemli olabileceği düşünülmektedir.

Toplumların şekillendirilmesinde önemli bir role sahip olan öğretmenlik mesleğini tercih eden bireylerin mutlaka mesleğini sevmesi ve mesleğin gereklerini yerine getirmesini sağlayan niteliklere sahip olması gerekmektedir (Ünal ve Şimşek, 2008). Öğretmen adaylarının mesleklerinin gerekliliklerini yerine getirmeleri ise mesleki benlik saygılarıyla ilgili olmaktadır. Öğretmen yetiştirmede; öğrencinin öğretmen olmaya dair duyduğu istek, mesleki yetkinlik ve öğretmenliğe, sosyal değerlere ve çevreye dair tutumları dikkate alınmalıdır (Efiltili ve Çıkılı, 2017). Birey, öğretmenlik mesleğini iş bulma endişesini bir kenara bırakarak; sadece sevdiği, değer verdiği ve onur duyarak icra edebileceğine inandığı için tercih etmelidir (Sayın, 2003). Öğretmenlik mesleğini seçecek olan kişilerin benlik kavramlarıyla uyumlu olarak

yapmış olduğu tercihler bireylerin mesleklerinde daha başarılı olmalarına katkıda bulunabilecektir (Yıldırım ve ark., 2011).

Öğretmen adaylarının mesleklerine yönelik benlik saygısı düzeylerinin pozitif yönde geliştirilebilmesi için öğretmen yetiştirme programlarının belirli aralıklarla kontrol edilerek adayların beklenti ve ihtiyaçlarına göre revize edilmesi gerekmektedir. Bu eğitim programları geliştirilirken özellikle öğretmen adaylarının cinsiyetleri arasındaki farklılıklar dikkate alınarak bu değişkene göre oluşan mesleki benlik saygısı düzeyleri arasındaki farklılaşma en az seviyelere indirilmelidir (Uslu, 2015).

Gündem, (2009)'a göre öğretmen; mesleki yeterliliği olan, mesleğine değer veren ve icra ettiği mesleğin önemine inanarak bu alanda kendini yetkin olarak algılayan kişidir. Bu nedenle eğitimde hedeflenen çıktılara ulaşmada öğretmenin bilgi ve becerisi yanında mesleğine karşı sahip olduğu pozitif tutumda oldukça önemli olmaktadır. Öğretmenlerin sahip olduğu yüksek mesleki benlik saygısı, işlerinde daha arzulu ve başarılı olmalarının yanında olumlu kişilik özelliklerine sahip bireyler yetiştirmelerine de katkıda bulunabilecektir. Günümüz öğretmenlerinin bazılarında gözlenen mesleklerine yönelik olumsuz algıların bertaraf edilmesi noktasında, öğretmenlere yönelik mesleki bilinç ve meslek ideali oluşturmaya yönelik çalışmaların yapılması önemli görülmektedir (Bozali, 2017).

Öğretmenin kişilik özellikleri ve diğer insanlarla ilişki kurma yeteneği, eğitim sürecinin ayrılmaz bir parçasıdır. Benlik kavramı tam olarak gelişmemiş çocuk ve gençler, öğretmenlerini model alarak genelde bu sürecin farkına varmadan öğretmenin benlik kavramının işaretlerinden olan söz, tutum ve davranışlarından olumlu ya da olumsuz yönde etkilenmektedir (Arıca ve Onur, 1997). Bu nedenle öğretmen seçimi ve eğitimi konuları son zamanlarda yurtdışında ve de ülkemizde giderek önemli hale gelmiştir. Özellikle öğretmenlerin benlik kavramı, mesleki benlik kavramı, benlik saygısı ve bu araştırmanın içeriğini oluşturan mesleki benlik saygısı kavramları özel çalışma konularını oluşturmaktadır.

Bilgi çağı olarak adlandırılan günümüz dünyasında bir toplumların gelişmişlik düzeyleri eğitim düzeyleriyle ölçülmektedir. Eğitim bireylerin becerilerini geliştirmenin yanında toplumların kalkınmasında da oldukça etkili olan bir araçtır. Bu nedenle bilgi, toplumların elindeki en büyük güç haline gelmiştir. Bu gücün

oluşturulması ve aktarılmasında en büyük rolü hiç kuşkusuz öğretmenler oynamaktadır. Öğretmenlerin başarılı olmalarında, mesleklerini severek icra etmeleri ve iş doyumlarının yüksek olması oldukça önemlidir. İş hayatından alınan fiziki ve psikolojik doyum aynı zamanda genel yaşam doyumunu ve ruh sağlığını da olumlu yönde etkilemektedir. Nitekim Lent ve ark., (2011) tarafından, öğretmenlerin iş ve yaşam doyumlarını etkileyen değişkenleri incelemek amacıyla yapılan araştırma sonucunda da; yaşam doyumunu ile öz-yeterlik, hedef gelişimi, olumlu duygulanma ve iş doyumunu arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Fen eğitiminin öneminin tüm dünya ülkeleri tarafından fark edilmesiyle birlikte Türkiye’de de fen eğitimiyle ilgili yapılan çalışmaların sayısında bir artış olduğu gözlenmiştir. Zamanla artan insan sayısına paralel olarak gereksinimlerde bir artış göstermiştir. Bu nedenle fen eğitimi; insan yaşamındaki gereksinimleri karşılamak, bireyi topluma ve geleceğe hazırlamak için oldukça önemli hale gelmiştir (Güneş, 2016).

Fen bilgisi eğitimiyle; hızla değişen ve gelişen teknolojik çağa ayak uydurabilecek, en son teknolojik buluşları yakından takip ederek bunlardan yaşamlarının her alanında istifade edebilecek bireyler yetiştirmek amaçlanmaktadır. Bu amaçların gerçekleştirilmesi ise nitelikli öğretmenlerle mümkün olacaktır. İşte bu nedenle nitelikli bir öğretmenin özel alan bilgisi yanında mesleğine yönelik olumlu tutumlara da sahip olması gerekmektedir. Mesleğe karşı olan olumlu tutumun mesleki benlik saygısı ve yaşam doyumunu da beraberinde getirmesi beklenmektedir. Bu doğrultuda öğretmen adaylarının mesleki benlik saygısı ve yaşam doyumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi ve aralarındaki ilişki düzeyinin tespiti önemli görölmektedir.

Eş ve Sarıkaya, (2010) ülkelerin güçlü bir gelecek oluşturabilmesinde tüm vatandaşlarının nitelikli bir eğitim almalarının özellikle de fen ve teknoloji okuryazarı olarak yetişmelerinin gerekliliğinin ve bu süreçte fen eğitiminin kilit bir rol üstlendiğinin bilincinde olduklarını belirtmişlerdir. Bu bilinci kazandırmakta en büyük sorumluluk nitelikli fen bilgisi öğretmenlerine düşmektedir. Nitelikli bir öğretmenin de mesleki yeterliliğe sahip olması, mesleğine değer vermesi ve yaşam doyumunun yüksek olması gerekir. Bu nedenle fen bilgisi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygıları ve yaşam doyumlarının incelenmesi önemli görölmüştür. Bu araştırmada bu

amaçla yapılmış olup, alan literatürüne katkı sağlayacağı ve sonuçlarının eğitim-öğretimin gelecekte vereceği çıktıları yorumlamamıza yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

Literatürde araştırmanın konusunu oluşturan fen bilgisi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygısı ve yaşam doyumlarının incelenmesine yönelik hiçbir çalışma bulunmaması bu araştırmayı önemli kılmaktadır. Ayrıca bu araştırmanın sonuçları fen bilgisi öğretmeni yetiştiren kurumlara ve bu konuda başka branşlarla yapılacak diğer araştırmalara ışık tutması bakımından da önemli görülmektedir.

#### **1.4 Sayıtlar**

FBÖA mesleki benlik saygısı ve yaşam doyumu ölçeklerindeki maddeleri gerçek düşüncelerini yansıtacak şekilde samimiyetle cevaplandırmışlardır.

#### **1.5 Sınırlılıklar**

1. Uygulama 2018-2019 güz dönemi ile sınırlıdır.
1. Araştırmanın çalışma grubu, 2018- 2019 eğitim öğretim yılında Ordu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Fen Bilgisi Öğretmenliği bölümünde öğrenim gören 66 öğrenciyle sınırlıdır.
2. Araştırmadan elde edilen veriler, öğretmen adaylarının Mesleki Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Ölçeklerine verdikleri yanıtlarla sınırlıdır.

#### **1.6 Tanımlar**

##### **1.6.1 Benlik**

Benlik, kişinin kendisiyle ilgili yapmış olduğu değerlendirmelerin tamamı olarak tanımlanmaktadır (Kulaksızoğlu, 2000).

##### **1.6.2 Benlik Saygısı**

Benlik saygısı, bireyin kendisine yönelik değerlendirmeleri ve kendisinden hoşnut olup olmama neticesinde ortaya çıkan öznel bir olgudur (Sivribaşkara, 2003).

##### **1.6.3 Mesleki Benlik**

Benlik algılarının mesleki terimlerde kümeleşmesi diğer bir ifadeyle ben kavramlarının mesleki ifadelerle dönüştürülmesi mesleki benlik kavramını tanımlamaktadır (Öner, 1982).

#### **1.6.4 Mesleki Benlik Saygısı**

Mesleki bir tercihe dönüştürülmüş, birey tarafından meslekle ilgili olduğuna dair kabul görmüş benlik yüklemelerine ilişkin oluşturulan değerlilik yargısıdır (Arıcak, 1999).

#### **1.6.5 Yaşam Doyumu**

Kişinin gereksinim ve isteklerinin karşılanmasına, elde ettiği başarıların belirlenen standartlarla karşılaştırılmasına bağlı olarak oluşan bilişsel yargıdır (Lindfors, ve ark., 2007).



## **2. GENEL BİLGİLER**

Bu bölüm, araştırmanın değişkenleri olan mesleki benlik saygısı ve yaşam doyumu kavramlarının açıklamalarını ve araştırmayla ilişkili alanyazında yer alan çalışmaları kapsamaktadır.

### **2.1 Kuramsal Çerçeve**

#### **2.1.1 Mesleki Benlik Saygısı**

##### **2.1.1.1 Benlik Kavramı ve Benlik Kavramının Gelişimi**

İnsanlığın ortaya çıkışından günümüze kadar yaşamış olan ve yaşayan tüm insanların sahip oldukları nitelikler birbirinden farklıdır. Bizi diğer insanlardan ayıran bu fark, insan etkinlikleri üzerine araştırma yapan bilim dalları tarafından benlik (self) olarak tanımlanmıştır (Arıcak, 1999). Tüm dünyada yaygınlaşmaya başlayan benlik kavramı, ülkemizde de farklı biçimlerde adlandırılmıştır. Bu kavramın Türkçe karşılığı olarak, Enç, (1974) “öz” sözcüğünü kullanırken, Öztürk, (1975) “kendilik”, Yörükoğlu, (1985) ise “benlik” sözcüğünü kullanmayı uygun görmüştür (Aktaş, 2011).

Benlik basit anlamda; bireyin ilgilerine, yeteneklerine, hedeflerine ve algılarına yönelik yapmış olduğu değerlendirmelerin toplamıdır. İnsan yaşamının çeşitli dönemlerinde duygusal ve bilişsel değişkenlerin kişinin benlik kavramına katkısı farklı şekillerde olmaktadır. Diğer taraftan benlik, çevreden alınan geri bildirimlere bağlı olarak toplumsal etkileşimlerle de gelişim gösterebilmektedir (Erman ve ark., 2004). Benlik kavramının temelini, bireyin kendisine ve diğer kişilerin bireye yönelik görüş ve değerlendirmeleri oluşturmaktadır. Genel olarak, kişinin kendisine yönelik algılarının bir organizasyonu olan benlik kavramı, bireyin kendisi için oluşturmuş olduğu bir resim olarak düşünülebilir.

İnsanoğlu hayatı boyunca kendisini anlamaya yönelik sorular sorar ve bu soruların yanıtlarını bulabilmek için de yoğun çaba sarf eder. Birey bu soruların yanıtlarını yaşamının ilk yıllarında ailesinden, ilerleyen yıllarında ise etkileşim içerisinde olduğu diğer insanların kendisine yönelik tepkilerinden alır. İnsanlığın temel gereksinimi olan kendini yeterli görme, ilk çocukluk döneminde anne ve babanın tutum ve davranışlarıyla gelişmeye başlar. Çocuğun aile içerisinde yaşadığı deneyimlerin olumlu olması sağlıklı bir benlik kavramı geliştirmesini sağlar. Eğer çocuk ailesinden

destek, ilgi ve koruma görmediyse olumsuz bir benlik tasarımı geliştirmektedir (Üstün ve Akman, 2002).

Toplumsal etkileşim sonucunda kişi kendisini; sevilen ya da seilmeyen, istenen ya da istenmeyen, kabul edilen ya da edilmeyen, değerli ya da değersiz, yetenekli ya da yeteneksiz olarak ayırmaktadır. Bunlar kişinin kendisini gerçekleştirme düzeyini sembolize eden algılardır. Kendilerini yeterli gören bireyler genellikle yaşamla daha kolay başa çıkabilirler. Kendilerini temelde olumlu olarak görürler ve bunun sonucunda yaşamlarında daha açık ve özgür olurlar. Kendilerini ve başkalarını daha kolay bir biçimde kabul edebilirler (Güney, 2009; Yiğiter, 2012; Yiğiter ve ark. 2016). Kendini tanıyan ve yeterli bulan birey için toplumsallaşma süreci artık hız kazanmaya başlayacaktır.

Toplumsallaşma süreci bireyin doğumuyla başlar. Aile, akrabalar, yakın arkadaşlar ve bireyin etkileşim içerisinde olduğu diğer çevresi; olumlu ve olumsuz toplumsal pekiştirme, rol model olma ve baskı gibi yöntemlerle bireyin toplumsal rollerini hangi seviyede yerine getirebileceğini belirlerler (Karaaslan, 1993).

Literatürde benlikle ilgili yapılan ilk geniş kapsamlı çalışmaların James, (1890) Cooley, (1902) ve Mead, (1934)'e ait olduğu görülmektedir. Benlik incelemeleri William James ile başlamış, önemli ilerlemeler katetmiş fakat ne terminolojide ne de işlevsel tanımlar üzerine kesin bir kavram birliği sağlanamamıştır (Korkmaz, 1996). William James'e göre benlik iki boyuttan meydana gelir. Bunlar: "bilen benlik" ve "bilinen benlik" tir. Bilen benlik, yargılayandır ve özne olarak değerlendirilir. Bilinen benlik ise gözlemlenendir ve nesne olarak değerlendirilir. Psikoloji bilimine konu edilmesi gereken boyutu ise "bilinen benlik" tir. Ayrıca James, (1890) benliğin üç boyutundan da bahsetmiştir. Birincisi, bireyin maddesel şeyler ve diğer insanlarla özdeşleşmesi olarak tanımlanan maddesel benliktir. Örneğin, dolandırılarak tüm mal varlığını kaybeden kişinin intihara kalkışması. İkincisi, kendimize yönelik yargılarımıza dayanan ruhsal benliktir. Üçüncüsü ise sosyal benliktir. İnsanların, kendisini tanıyan ve onun hakkında bir imaj algısına sahip kişiler kadar sosyal benliği vardır. Birey hakkında belli bir imaj algısına sahip insanlar çeşitli gruplara ayrılır. Birey etkileşim içerisinde olduğu birbirinden farklı özelliklere sahip gruplara değişik yönlerini göstermektedir. Örneğin ailemize gösterdiğimiz yönümüzü arkadaşlarımıza

göstermeyiz. Birkaç benliğe bölünmenin ne demek olduğu da bu örnekle pratik açıdan ortaya konulmuş olur (Bacanlı, 2004).

Cooley, (1902) ise benliğe farklı bir pencereden bakmıştır. Bireyler diğer insanlar tarafından nasıl algılandıklarına dair zihinlerinde bir imaj oluştururlar. Bu imajlar tam olarak doğru olmasa bile birey açısından öneme sahiptir. Cooley tarafından oluşturulan “Ayna Benlik Metaforu”; başkalarının bizim hakkımızdaki düşünce ve yargılarının davranışlarımızın belirleyicisi olduğu fikrine dayanır. Diğer insanların bizi nasıl gördükleri bizim kendimizi nasıl gördüğümüzü etkilemektedir. Aslında bizim kendimizde gördüğümüz diğer insanların kişiliğimize yönelik algılarının bir silüetidir (Armutlu, 2008). Benlik gelişiminde kişilerarası ilişkiler oldukça önemli olmaktadır. Yakın çevremizdeki insanların bize yönelik tepkilerinin benliğe olan etkisi oldukça fazladır. Hayatımızda önemli bir yere sahip bu kişilerin bize yönelik söylevleri, beğenileri, bizimle övünç ya da utanç duymaları benliğin alacağı şekle etki etmektedir (Baymur, 1993).

Mead, (1934) benliği sembolik etkileşimci kurama göre açıklamıştır. Kuramın odak noktası, kişiler arası iletişim ve etkileşimdir. Mead, (1934) kuramında özellikle dil kavramı üzerinde durmuştur. Sembolik etkileşimci kurama göre dil, insan dışavurumunun bir ürünü ve bir süreci olmasına rağmen insan zihninin, davranışlarının ve benlik kavramının gelişiminden sorumludur. Böylece zihin, benlik ve toplum birlikte sembolik iletişimden köklenir. Mead, (1934) tarafından geliştirilmiş ben kavramı da anahtar vazifesi görerek insan, dil, iletişim, toplum ve zihin gibi birçok kavramı birbirine bağlar. Mead, (1934) benliği doğuştan sosyal olarak tanımlamıştır. Kişinin benliğe ait bireysel düşüncesi onun diğerleriyle olan sosyal etkileşiminden doğar. Benlik kavramının gelişimi esnasında kişi, diğer insanlarla iletişime girer; semboller aracılığıyla dili kullanır ve dil sayesinde de benliğini geliştirir. İşte bu nedenle sosyal deneyim olmadan benlik gelişemez (Gül, 2010).

Rosenthal, (1969) çocuğun ilk benlik tasarımı temellerinin aile içerisinde atıldığını ifade etmektedir. Öğrenim hayatına başlamasıyla birlikte, akademik alandaki başarı ve başarısızlıklarına ilişkin etkenler arasında planlı bir ilişki kurabilme edimi geliştiren öğrenciler, okul yaşamlarına daha iyi adapte olmaktadır. Belli bir bilimsel uğraşıya

dair yeteneklerini gerektiği gibi geliştirememiş bir öğrenci, potansiyeline yönelik olumsuz bir görüş geliştirmektedir (Arseven, 1986).

Benlik sistemi bir bütündür ve bir bütün olarak işlev gösterir. Bireyin hareket ve eylemleri benliğinin göstermiş olduğu fonksiyonların bir sonucudur. Benlik sisteminin hayati öneme sahip fonksiyonlarından biri de denetleme yani kontrol mekanizmasıdır. Bu mekanizma; bireyin eylemlerini, hareketlerini kontrol etmesini, davranışlarına zaman ve mekana göre çeki düzen vermesini ve de çevreye adaptasyonunu sağlamaktadır (Arıcak, 1995). Birey, benlik kontrolünün gelişimini sosyal öğrenme kuramının ilkelerine dayanan taklit, ceza ve ödül mekanizmaları geliştirerek oluşturmaktadır (Yerebakan, 2007).

Freud'un psikanalitik kuramına göre ego, benliğin bir ögesidir. Egoyu da içine alan daha geniş bir yapı olan benlik kavramı, bireyin bilinçli ve bilinçsiz tarafını oluşturmaktadır (Korkmaz, 1996). Psikanalitik kurama göre kişilik üç birime ayrılmaktadır. Bunlar; "İd", "Ego" ve "Süperego" dur. "İd" kişiliğin en ilkel birimidir ve haz ilkesine göre çalışır. Doğuştan gelen kalıtsal bir birim olan "İd" tüm arzularının anında yerine getirilmesini bekler. "Ego" ise kişiliğin eğitimle gelişen birimidir. "İd" ile çevre arasındaki dengeyi "Ego" sağlamaktadır. "Süperego" ve "İd" arasındaki dengeden de yine "Ego" sorumludur. "Süperego" kişiliğin ahlaki yönünü oluşturur. Anne-babanın değer yargılarını özümsemeye başlayan çocuk, kendi iç kontrol sistemini meydana getirir. "Süperego", toplumsal kurallar ve yasaklarla ilişkili olmaktadır (Cesur, 2007).

Sullivan ise benliği, yaşanmış olayların ve kişinin kendine yönelik değerlendirmelerinin bir sonucu olarak tanımlar. Benlik; eğitici deneyimlerden meydana gelen, öğrenilen bir olgudur. Diğer kişilerin onayını kazanmak, kaygı ve endişe yaratan, tehdit edici durumlardan kaçınmak için bireyde toplanan yaşantılardan oluşur. Benliğin temelinde anne-babanın pekiştirmesine ya da kınamasına bağlı olarak oluşan, doyurucu ya da kaygı yaratıcı nitelikteki çocukluk yaşantıları bulunur. Bu çocukluk yaşantıları, "iyi-ben", "kötü-ben", "ben-olmayan" gibi kavramları içerir (Öner, 1985).

Rogers, (1951)'e göre benlik; bireyin kendini algılaması ve çeşitli kişilik özelliklerinin kendisinde hangi oranda bulunduğuna dair değerlendirmelerinin toplamıdır. Rogers'ın

benlik kuramı, bireyin dışarıdan değerlendirilip davranışlarında değişiklik yapılabileceği görüşüne karşıdır. Bireyin davranışlarının en önemli belirleyicisi benliktir ve kişi buna uygun davranışlar sergilemektedir. Birey, çevresini benlik kavramına göre algılar ve sembolize eder. Ayrıca benliğiyle uyumlu olan yaşantıları özümserken, olmayanları ya reddeder ya da benliğiyle uyumlu olacak şekilde tekrar düzenler (Kuzgun, 1983).

Benlik kavramı, birbiriyle alakalı dört birimden meydana gelmiştir: Algılanan benlik, ideal benlik, özdeğer ve sosyal kimlikler

1. Algılanan Benlik: Kişinin kendisine yönelik algıları ve değerlendirmeleridir. Üç ögesi vardır:

a) Kişilik özellikleri: Bireyin birbirlerine benzeyen durumlarda benzer tepkilerde bulunması sonucu bireyin kişilik özellikleri ile davranışları arasında bir bağ kurulur.

b) Yetkinlikler: Tüm bireyler sahip olduğu yetenek düzeylerine ilişkin bir algıya sahiptir.

c) Değerler: Bireyin davranışlarını değerlerin yönlendirdiğine inanmasıdır.

2. İdeal Benlik: Bireyin ne olmak istediğini yansıtmaktadır.

3. Sosyal Kimlikler: Bireyin kendini ait gördüğü ve değer verdiği gruplarla olan etkileşimleri sonucu gelişen kimliktir. Kişiler sosyal kimliklerine uygun davranışlar sergilerler.

4. Özdeğer: Bireyin mevcut benliği ile sahip olmak istediği benlik arasındaki farktır. Özdeğer dinamik bir yapıya sahiptir çünkü sahip olmak istenen benlik ile mevcut benlik arasındaki mesafe, yapılan eylemler ve alınan dönütlere göre sürekli değişmektedir (Dedeşayır, 2003).

### **2.1.1.2 Benlik Saygısı ve Benlik Saygısının Gelişimi**

Benlik saygısı; bireyin ilgilerine, yeteneklerine ve hedeflerine yönelik değerlendirmelerinden oluşan benlik kavramını onaylamasıyla meydana gelen beğeni durumudur (Yörükoğlu, 1986). Kişiliğin önemli bir ögesi olan benlik saygısı, kişinin yaşamının tamamını etkileyerek davranışlarını biçimlendirmekte ve bireyin sosyalleşme düzeyi açısından önemli bir işleve sahip olmaktadır (Hamarta, 2004; Dilmaç ve Ekşi, 2008).

Benlik saygısı, bireyin kendisine ilişkin olumlu değerlendirmeleridir. Bunun için de bireyin önceden benliğine ilişkin bilgisinin ve bilincinin olması gerekir. Değer vermek bir yargıda bulunmak anlamına gelir, bu da belli bir entelektüel olgunluk gerektirir. Bundan dolayı yedi sekiz yaşından önce gerçek bir benlik saygısından bahsedilemez çünkü çocuğun zihinsel becerileri kendisine eleştirel bir gözle bakacak ve gerçek bir iç monoloğu yürütecek kadar gelişmiş değildir. Çocuk kendine karşı eleştirel bir yargı geliştiremeyecek kadar saf, naif ve benmerkezci bir düşünüşe sahiptir (Duclos, 2016). Bu durumu çalışmalarıyla da büyük ölçüde doğrulamış olan Harter, (1983) bir çocuğun kendine ilişkin bir yargı geliştirmeden önce mantıksal bir düşünceyi gerçekleştirebilecek kapasitede olması gerektiğini ortaya koymuştur. Çocuk sekiz yaşından itibaren kendisine ve değer verdiği kişilere göre bir beceri alanına önem verip bu beceri alanında ki başarıları açısından kendisini değerlendirir. Çocuk başarıları ile önem verdiği alan arasındaki farkın az olduğunu ya da hiç fark olmadığını düşünüyorsa benlik saygısı yüksek, önem verdiği veya çevresi için önemli olan hedeflere ulaşamaması durumunda ise benlik saygısı düşük olacaktır (Harter, 1983).

Derlega ve Janda, (1982)'ye göre, benlik ve benlik saygısı birbirinden farklı kavramlardır. Benlik saygısı terimi benlik kavramından daha spesifikdir. Benlik bireyi başkalarından ayıran özelliklerken, benlik saygısı ise bireyin bu özelliklere verdiği olumlu veya olumsuz değerlendirmelerdir. Benlik saygısı, bireyin kendisine yönelik değerlendirmeleri ve kendisinden hoşnut olup olmama neticesinde ortaya çıkan öznel bir olgudur. Eğer kendimizi değerli görüyorsak ve olumlu bir duygulanım içindeyssek yüksek benlik saygısına sahip olduğumuz söylenebilir. Eğer kendimize ilişkin değerlendirmelerimiz olumsuzsa ve kendimizden hoşnut değilsek düşük benlik saygısına sahip olduğumuzu söyleyebiliriz (Kaya ve Saçkes, 2004). Olumlu ya da olumsuz olabilen benlik saygısı dinamik bir yapıya sahiptir; şartlara, konuma ve yaşanan gelişmelere göre değişiklik gösterebilmektedir. Benlik saygısının düzeyi bireyin olaylar karşısındaki duygu, düşünce ve davranışlarını farklı yönlerde etkilemektedir (Sivribaşkara, 2003).

Bireyi diğer insanlardan ayıran özelliklerin toplamı olan benlik imajının ideal benlik ile arasındaki fark benlik saygısını oluşturmaktadır. Kişinin algılanan benliği ile ideal benliği arasındaki farkın fazla olması durumunda düşük benlik saygısından, az olması

ya da hiç fark olmaması durumunda ise yüksek benlik saygısından söz edilebilir (Dinçer, 2008).

Düşük benlik saygısına sahip bireyler özgüven eksikliğini yoğun bir biçimde yaşarlar. Özgüven eksikliği yaşayan bireyler kendi ayakları üzerinde duramazlar ve dışa bağımlıdırlar. Diğer insanlarla yakın ve sıcak ilişkiler kuramazlar; kendilerini değersiz hissederler, çevrelerindeki herkesin kendilerinden üstün olduklarına inanırlar. Bu kişiler başarısız olmaktan ve yanlış yapmaktan çok korktukları için yeni deneyimlere ve fikirlere kapalıdırlar. Mükemmeliyetçi bir yapıya sahip oldukları için de yaşamdan tat alamaz ve mutlu olamazlar; olumsuz duygulanım içindedirler, intihara meyillidirler (Deniz ve ark., 2005).

Tüm insanların benlik saygısı dikey bir düzlemde değişiklik göstermektedir. 20 yaşındaki benlik saygısıyla 40 yaşındaki benlik saygısı aynı değildir. Aynı şekilde benlik saygısı yatay düzlemde de hep aynı kalmaz. Benlik saygısı bireyin kendisine aşırı değer vermesi demek olmadığı için bir insanın yaşamının her alanında yüksek bir benlik saygısına sahip olması pek düşünülemez. Ayrıca hiç kimse kalkıştığı her şeyde aynı ölçüde motive olmuş ya da yetenekli değildir. Demek oluyor ki, kişisel değer duygusu ilişkili olduğu alana (bedensel, toplumsal, sanatsal, okulla ilgili vb.) göre değişiklik göstermektedir (Duclos, 2016).

Benlik saygısının genel ve rol benlik saygısı olmak üzere iki boyutu bulunmaktadır. Oturmuş bir kişiliğe sahip bireyin algı ve hislerine dair değerlendirmelerinin toplamı olan genel benlik saygısı, bireyin benlik kavramını onaylaması ya da onaylamamasıyla ilgilidir. Rol benlik saygısı ise belli bir uğraşta kişinin kendi performansının, algılarının ve hislerinin yine kişi tarafından değerlendirilmesidir (Schumann, 1991).

### **2.1.1.3 Mesleki Benlik Kavramı**

Kuzgun, (2011)'e göre kişisel kimliğin önemli bir kaynağı olan meslek, bireyin çevreden saygı görmesini ve işe yarar olduğu duygusunu yaşamamasını sağlayan bir faaliyet alanıdır. Meslek, bireyin kendisini ve yaşamını tanımlamasında oldukça önemlidir. Bireyin kişilik özelliği ile mesleği arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Yani insanların seçtikleri meslekler onların öz kavramlarının bir yansıması olmaktadır. Benlik kavramı meslek seçimini etkilemektedir. İnsanoğlu, hayatı boyunca ilgilerini, yeteneklerini, başarılarını ve başkalarının görüşlerini dikkate alarak başarılı ve

başarısız olduğu alanlara göre bazı seçimler yapmaktadır. Birey, oluşturmuş benlik kavramı ile mesleki davranışlar arasında bir karşılaştırma yaparak benliği ile tutarlı olan meslekleri seçer (Super ve ark., 1963).

Mesleki benlik, mesleki seçimle aynı anlama gelmektedir. Benlik algılarının mesleki terimlerde kümeleşmesi diğer bir ifadeyle ben kavramlarının mesleki ifadelerle dönüştürülmesi mesleki benlik kavramını tanımlamaktadır (Öner, 1982). Benlik kavramlarının mesleki ifadelerle dönüştürülmesi bir süreçtir. Bu süreç bireyin beğenilen bir mesleki role sahip yetişkinle kendini özdeşleşmesiyle, belirli bir mesleğe ilişkin kabiliyetinin olduğunu anlamasıyla ve bireysel özelliklerine uygun yaşantılar geçirmesiyle oluşmaktadır. Mesleki benlik kavramı, profesyonel bir eğitim almakla veya ilk işe girişle yerleşmeye başlar. İlaveten bireyin mesleğinde kendisini geliştirmesi ve alanında ilerlemesi mesleki benlik kavramının tamamlanma sürecinin devamı olarak anlaşılabilir (Jones,1982). Mesleki benlik; bireyin ihtiyaçlarını, mesleklere yönelik önyargılarını, gelecek planlarını, ahlaki tutum ve değerlerini etkiler. Dolayısıyla mesleki benlik, bireyin benimsediği rol ve itibara ait düşünceleri içermektedir (Kulaksızoğlu, 2000).

Benlik kavramının mesleki terimlere dönüştürülmesi sürecinde iki farklı dil kullanılır. Bunlar; “psikolojik konuşma dili” ve “mesleki konuşma dili” dir. Psikolojik konuşma dili bireyin kendini ve başkalarını betimlemekte kullandığı psikolojik terimlerden oluşmaktadır. Mesleki konuşma dili; belli meslekler hakkındaki doğru ya da yanlış, basmakalıp fikirler ve ön yargılardan oluşmaktadır. Bir mesleği icra edenlerin benzer psikolojik özelliklere sahip oldukları düşünülmektedir. Bir doktor, inşaat işçisi, psikolog ve ya aşçıdan söz ettiğimizde her biri için farklı kişilik özellikleri zihnimizde belirlemektedir. Bu kalıplaşmış fikirler, kişilik ile meslek arasında ilişki olduğunu, belirli bir kişilik özelliğine sahip bireylerin bir meslekte ya da meslek grubunda toplandığının, bazı ilgi ve yeteneklerini geliştirerek benzerliği artırdığının bir ispatı sayılabilir (Kuzgun, 2009a).

Mesleklere çevrenin bağdaştırdığı ve kişi tarafından kabul görmüş sıfatlar onun mesleki konuşma dilini oluşturur. Örneğin “Ben mühendis olmak istiyorum” ifadesi, “benim görsel-uzamsal zekam ve analitik düşünme yeteneğim iyidir” ifadesi psikolojik dilin meslek diline tercümesinden başka bir şey değildir. Tercümenin



doğrusunu anlamak içinde kişinin sözlüğüne, meslek konuşmasının yüklemelerinde karşılığını bulan psikolojik konuşma yüklemelerinin karşılığına bakmak gerekir. Böyle bir sözlüğe herkesin sahip olduğu varsayılır. Bu sözlükte bazen ifadelerin pek uyuşmadığı görülür. Yani kişi tamamen doyum sağlayamadığı bir mesleği seçebilir. Eğer birey bu mesleği icra etmeye devam ediyorsa o meslek bir ölçüde benlik kavramının bazı birimlerini içeriyor olabilmektedir (Kuzgun, 2009a).

Kişinin psikolojik diline hangi meslek dili uygunsa o mesleğe yönelim gerçekleşir. Psikolojik ve mesleki konuşma dili arasındaki uygunluğun yüksek olması, kişinin mesleğe karar verme ve o meslekte başarılı olma olasılığını o derece yükseltecektir (Kuzgun ve ark., 2014).

#### **2.1.1.4 Mesleki Benlik Saygısı**

Çocukluk dönemiyle gelişmeye başlayan benlik saygısı, yaşamın ilerleyen yıllarında meslek tercihi ve meslekte çalışmayla örtüşerek mesleki benlik saygısı kavramını meydana getirmektedir (Karadağ ve ark., 2009). Arıca, (1999)'a göre mesleki benlik saygısı; “mesleki bir tercihe dönüştürülmüş, birey tarafından meslekle ilgili olduğuna dair kabul görmüş benlik yüklemelerine ilişkin oluşturulan değerlilik yargısıdır.” Benlik saygısının meslekle ilgili boyutu olan mesleki benlik saygısı, bireyin mesleğine verdiği önem ve değer derecesidir. O halde benlik saygısı ruh sağlığı ve bireysel uyumun ön koşuluysen, mesleki benlik saygısı da doyum ve mesleki uyumun bir ön koşulu olmaktadır (Arıca ve Dilmaç, 2003).

Super ve Bohn'a göre; bireyin toplum içerisindeki statüsünde, mevcut ve gelecekteki ekonomik durumunda ve de ileriye dönük planlarında seçilen meslek etkin rol oynamaktadır. Yapılan çalışmalar da bireylerin seçtikleri mesleklerin benlik kavramlarıyla ilişkili olduğunu göstermiştir (Işık, 2006).

Başarılı olmak ve benlik yapısını güçlendirmek isteyen birey, benlik yapısına uygun olan mesleği tercih etmelidir. Benlik yapısına uygun olmayan meslekleri tercih edenlerin yaptıkları işte başarısız olma, iş ve yaşam doyumlarının da düşük olma ihtimali hayli yüksek olmaktadır. Bireylerin; kendileriyle bütünleştirdikleri, değer verdikleri, gurur duydukları, inandıkları ve çok sevdikleri meslekleri seçmeleri gerekir. Bu özelliklerin tümü bireylerin mesleğe karşı pozitif bir tutum içerisinde olması ve mesleki benlik saygısıdır. Bireyin tercih edeceği mesleği kişisel özelliklerine

göre değerlendirmesi gerekir. Aksi taktirde seçilen meslekler hem toplum hem de birey için olumsuz sonuçlar doğurabilir (Ünal ve Şimşek, 2008).

Mesleki benlik saygısıyla mesleğe olan saygı birbirinden farklı kavramlardır. Mesleğe gösterilen saygı genel bir durumken, mesleki benlik saygısı daha öznel bir durumdur. Mesleki benlik saygısının öznel bir durum olmasından dolayı, bu olgu meslekle ilgili bir eğitim alıp o mesleği profesyonel olarak icra eden bir birey için daha belirgindir. Bu bireyin benliğinde o mesleğin yer aldığını söylenebilir çünkü birey kendini bu meslekle tanımlamaktadır. Bu anlamda mesleki benlik saygısı, bireyin mesleki benlik kavramına verdiği değerin bir derecesi olarak da yorumlanmaktadır (Arıca, 1999).

Munson, (1992)'e göre mesleki benlik saygısı özneldir ve çok özel bir tutumu ifade etmektedir. Meslekle ilgili profesyonel eğitim alan ve profesyonel olarak işe başlayan bireylerde mesleki benlik saygısı daha belirgindir. Bu birey kendisini ve çevresi de artık kendisini o mesleğin elemanı olarak tanımlamaktadır (Baloğlu ve ark., 2006).

Mesleki hayatın bütününü oluşturan mesleki benlik saygısı; bireyin iÇinde başarılı olması için gereken mesleki değerin derecesi (Tabassum ve ark., 2011) ve belirli bir mesleğe uygunluğunun yine bireyin kendisi tarafından değerlendirilmesi olarak tanımlanmaktadır. Yani bireyin; mesleğin özü, ön koşulu ve meslek yetkileri hakkında bilgi sahibi olmasıdır (Tabassum ve Ali, 2012).

Zieff, (1995)'e göre mesleki benlik saygısı, kişinin iŐiyle alakalı yeterlik duygusudur. Mesleki benlik saygısı, bireyin mesleki eğitimiyle başlayan ve mesleğini icra ettiği süre zarfında önem verdiği iŐiyle ilgili yüz yüze gelebileceği potansiyel tehlikeler karşısında gösterdiği yetkinlik duygusunu koruyabilme yeteneğidir. Mesleki benlik saygısı, performans benlik saygısı ve yetkinlik terimleriyle ilgilidir. z yeterlilik, zgven ve benlik kavramı mesleki benlik saygısını etkilemektedir.

Carmel, (1997)'e göre bir mesleğin değerli ve saygın görünmesi onun toplumsal yaşam içerisinde önemli sayılan görevleri yerine getirmesiyle alakalıdır. Toplumsal yaşamda, mesleki saygınlığı belirleyen iki ölçü vardır. Bunlar toplumun varlığını sürdürmesine ve geleceğini korumasına yardımcı olmak, diğeri ise bunları yaparken başarılı olunmasını sağlayan zekâ düzeyidir.

Gündüz, (2000)'e göre mesleki saygınlığın altı boyutu bulunmaktadır:

**1. İktidar boyutu:** Kontrol ettiği insan ve kaynak sayısı fazla olan meslekler daha itibarlıdır.

**2. Maddi-karşılık boyutu:** Mesleklerden kazancı fazla olanlar daha itibarlıdır.

**3. Hayati-önemde rol boyutu:** Toplumun veya kişinin zor dönemlerinde ön plana çıkan ve hayati bir rol oynayan meslekler daha itibarlıdır.

**4. Eğitim boyutu:** Uzun eğitim süresine sahip olan meslekler daha itibarlıdır.

**5. Zihni-bedeni boyut:** Zihinsel faaliyetlerin yoğun olduğu meslekler, kas gücüne dayalı mesleklerden daha itibarlıdır.

**6. Topluma hizmet boyutu:** Toplumu hedeflerine ulaştırmada payı büyük olan meslekler daha itibarlıdır.

O halde öğretmenlik mesleğini ifa eden bireylerin mesleklerine yönelik yararlı işler yapmalarında ve başarılı olmalarında; ayrıca mesleklerini değerli ve önemli görmelerinde mesleki benlik saygısı hayati bir role sahiptir. Bundan dolayı bu bireylerin öncelikle mesleklerine dair olumlu tutumlar içerisinde olmaları ve mesleki benlik saygılarının yüksek olması gerekmektedir (Sayın, 2005; Körükçü ve Oğuz, 2011).

### **2.1.2 Meslek Seçimi ve Meslekle İlgili Kuramlar**

Bu bölümde meslek danışmanlığı alanında ortaya atılmış belli başlı kuramlar tanıtılmaya çalışılmıştır. Meslek seçimi, meslek kararı verme ve mesleki gelişim süreçlerini içerir. Aşağıda meslek gelişimi ve karar kuramlarına yönelik açıklamalar yer almaktadır.

#### **2.1.2.1 Meslek Gelişimi Kuramları**

Bu bölümde meslek gelişimine yönelik önemli kuramlar açıklanmaya çalışılmıştır.

##### **2.1.2.1.1 Super'in Yaşam Boyu Meslek Gelişim Kuramı**

Super'in yaşam boyu mesleki gelişim kuramı günümüzde hâlâ kendisinden istifade edilen önemli kuramlardan bir tanesidir. Kuram kariyer gelişimi açısından meslek danışmanlarına yol göstermektedir. Super'e göre kariyer gelişimi sürecinde meslek seçimi, mesleki benlik kavramının oluşmasına ve tamamlanmasına bağlıdır. Benlik kavramı ile ilişkili olarak açıklanan meslek seçimi süreci, birey ve iş dünyası

arasındaki dışsal uzlaşma ile yine birey ve çevresi (kendi ihtiyaçları ile aile ve kültürel kalıntıları) arasındaki içsel uzlaşmayı da içermektedir (Jones, 1982; Kuzgun, 2014).

Meslek gelişim süreci, esas itibariyle mesleki benlik kavramlarının gelişimi ve bu kavramların farklı rollerde uygulanmasıdır. Çevreyle etkileşim sonucu gelişen benlik kavramı meslek seçimini etkilemektedir. Super, bu durumu öz kavramının mesleğe yansıması olarak ifade etmektedir. Kariyer gelişimi, yaşam boyu süren bir süreç olup meslek seçimi sentezleme ve uzlaşma işidir (Vurucu, 2010).

Yaşamı boyunca birbirinden farklı rolleri yerine getiren birey; kazanımlarını, iyi yaptığı Şeyleri ve başkalarının kendisi hakkındaki görüşlerini sürekli değerlendirmektedir. Kazandığı deneyimler, bireyin kendi hayatında iyi yaptığı Şeyleri ve başarılı olduğu alanları görmesini sağlar. Zamanla kendisine yönelik değerlendirmelerini bütünleştirerek kararlı bir öz kavramı oluşturur. Tüm davranışların kaynağı bu öz kavramıdır. Birey z kavramına uygun düşen mesleki davranışları tercih eder (Kuzgun, 1995).

Yaşam süresi bir takım basamaklara ayrılır. Bu basamaklar bireyin mesleki davranışlarını içermektedir. Her bir yaşam basamağı ve bu basamağa özel gelişim görevi üç ya da dört alt görev basamağına ayrılır (Kuzgun, 2009a).

Aşağıda bu gelişim dönemleri ve bunların her birine ilişkin gelişim görevleri açıklanmıştır:

**Büyüme (4-13 yaşlar):** Bu aşamada çocuğun gelecekle ilgilenebilme, yaşamının kontrolünü giderek daha fazla kendi eline almaya başlama, okulda ve iş hayatında başarılı olabilme inancını geliştirebilme, verimli çalışabilme alışkanlığını ve tutumunu geliştirmesi beklenir. ocuk bu dönemde yetişkinlerin rollerini izleyerek ve onlarla özdeşim kurarak birtakım mesleklere zenir ve hemen her Şeyi denemek ister. Çocukların meslek tercihlerinde haz ilkesi ön plandadır. Yine bu dönemde çocuklarda zaman kavramı gelişmeye başlar ve gelecekleriyle ilgili uzun vadeli plan yapmaya başlarlar.

**Araştırma (14-24 yaşlar):** Birey meslek hedeflerini netleştirme ve uygulama sürecine girer. z kavramının bilincine varır. Genç bu dönemde bireysel özelliklerini, diğer insanların mesleki rollerini ve iş dünyasını araştırmaya başlar. Belli yetenekleri içeren meslek gruplarından birini seçer. Bu evre kendi içinde üç basamağa ayrılır:

**Deneme Basamağı (14-18 Yaş):** İlgiler, yetenekler, ihtiyaçlar ve değerler dikkate alınarak bazı geçici seçimler yapılır.

**Geçiş Basamağı (19-21 Yaş):** Genç, bir meslek alanına hazırlık için eğitim sürecine başlar. Gerçekçi değerlendirmeler yapılmaya başlanır.

**Sınama ve İzleme Basamağı (22-24 Yaş):** Uygun çalışma alanı bulunmuş ve bir işe girilmiştir. İşin kendisine uygun olup olmadığı sınımaya başlar.

**Yerleşme (25-44 yaşlar):** Bireyin sahip olduğu mesleğin toplumdaki statüsünün farkında olması, işin gereklerini özümsemesi, iş arkadaşları ile olumlu ilişkiler geliştirmesi, ekip çalışmasına uyum sağlayarak durumunu sağlamlaştırması bu aşamaya girer.

**Koruma (45-64 yaşlar):** 45-65 yaş arasındadır. Birey artık iş dünyasında bir yer edinmiştir. İşte devamlılık, işe yenilikler katma gibi gelişimsel özellikleri içerir (Kuzgun, 2014). Bireyden elde ettiği konumu koruması ve geliştirmesi istenir.

**Çöküş (65 ve sonrası):** 65 yaş ve sonrasıdır. Bireyin azalmaya başlayan fiziki ve akli süreçleriyle oluşan yeni benliğine uyum sürecidir. Tam zamanlı işlerin yerine hafif yarı zamanlı işlerin tercih edildiği basamaktır. Bu evrede meslekten ayrılma gereği hissedilir. Meslekten ayrılmanın sonuçları olumlu veya olumsuz olabilmektedir. Olumsuz sonuç bireylerde hayal kırıklıkları ve pişmanlıklar yaratabilir (Kuzgun, 2009a).

#### **2.1.2.1.2 Ginzberg'in Meslek Gelişimi Kuramı**

Ginzberg ve arkadaşları, meslek tercihinin yaşamın belirli bir anında gerçekleşen bir durum olarak değil, hayatın ilk yirmi yılında gelişen bir süreç olarak tanımlamışlardır (Kuzgun, 2009a).

Meslek gelişimi Hayal Dönemi, Deneme Dönemi ve Gerçeklik Dönemi olmak üzere üç döneme ayrılmaktadır.

**Hayal Dönemi (7-11 yaş):** Çocukluk çağına denk gelen bu dönemde çocuk oyunları kademeli bir şekilde bırakıp işe yönelmeye başlamaktadır. Bireyler haz ilkesine göre, meslek tercihlerini oldukça küçük yaşta açık bir şekilde ifade etmektedirler. Çocuk bir etkinliği, sadece ondan hoşlandığı için yapar. Yetişkinlerin takdirini kazanmak veya ödül düşüncesi çocuk için bir anlam ifade etmez. Fakat bu döneminin sonuna doğru

anne-babanın onayı veya bununla eşdeğer diğer gereksinimlerin karşılanması önemsenmeye başlar (Kuzgun, 2009a).

Bu dönemde meslek seçimini belirleyen bir diğer etmen de özdeşimdir. Büyüklerle kurdukları özdeşime göre çocuklar tercihlerini belirlerler. Çocuk özdeşimi yetişkinlerin meslek faaliyetlerine oyunlarında yer vererek kurar. Hayal döneminde yapılan tercihlerin gerçeklikle pek bir ilgisi yoktur. İlgi ve yeteneklerini dikkate almadan, mesleğin mali olanaklarını düşünmeden mesleki tercihlerini ortaya koyarlar. Deneme dönemi yaklaştıkça meslek tercihinde farkındalık artar (Kuzgun, 2014).

**Deneme Dönemi (11-18 yaş):** Bu dönem dört alt basamağa ayrılır:

**İlgi Basamağı:** 11-12 yaşlarında ilgilerin önemini anlamaya başlamaya ve meslek tercihlerinde ilgilerini dikkate almaya başlarlar.

**Yetenek Basamağı:** 12-14 yaşlarında iken yetenekleri üzerinde düşünmeye başlar, yakın çevresindeki güçlü yetişkin figürleri ile özdeşim azalmaya başlar. Uzak çevreler tercihi etkilemeye başlar.

**Değer Basamağı:** 15-16 yaşlarında ergende topluma hizmet fikri belirmeye başlar. Mesleğin sağlayacağı diğer doyum fırsatlarının da farkına varmaya ve her mesleğin farklı hayat biçimleri sunduğunu anlamaya başlar. Zaman algısı oluşmaya başlar. Bu dönemde çocuk, iş dışında geçireceği zaman açısından da geleceğini düşünmeye başlar.

**Geçiş Basamağı:** 17-18 yaşlarına denk gelen bu dönemde genç artık gerçekçi seçimler yapması gerektiğinin farkındadır. Bağımsızlığını kazanmasıyla yeteneklerini sergileyeceği yeni çevre arayışına girer. Meslekler ve çalışma hayatı hakkında bilgi toplamaya devam eder.

**Gerçeklik Dönemi (18-22 yaş):** Bu dönem diğerlerine göre daha nettir. Meslekler, mesleklerin nitelikleri ve mesleğe sahip olmak için gerekli eğitim düzeyi hakkında bilgi sahibidir. Gerçeklik dönemi üç basamaktan oluşmaktadır.

**Araştırma Basamağı:** Zaman daralmıştır ve birey seçeneklerinin sayısını azaltmıştır; fakat meslek seçimine yönelik kesin karar verilememiştir. Mesleklerin sağlayacağı kazançlar hakkında tam bilgi sahibi değildir. Araştırmaya devam eder.

**Billurlaşma Basamağı:** Gencin kararını kesinleştirdiği basamaktır.

**Belirleme Basamağı:** Genç artık bir işte çalışarak meslek seçimini daha da pekiştirir (Kuzgun, 2009a).

#### **2.1.2.1.3 Gottfredson'un Kuramı**

Gottfredson meslek seçimini, bireyin kendisine sosyal düzen içerisinde bir yer elde etme çabası olarak tanımlamıştır. Bireyin kararlarını benliğine yönelik algıları kontrol etmektedir. Bu algılar her zaman gerçeği yansıtmayabilir veya birey kendini her konuda açık bir şekilde ifade edememektedir (Kuzgun, 2009a).

Gottfredson'a göre bireyler; cinsiyete, mesleğin saygınlık düzeyine ve toplum tarafından yaygın olarak benimsenen bir takım kalıp yargılara göre meslek seçimlerini daraltırlar. Daha sonra birey kabul edilebilir tercihleriyle meslekler arasında bir uzlaşma sağlar.

Daraltma sürecinde zamanla bireyler kendilerine ve çevrelerine yönelik soyut bilgileri daha iyi anlamaya başlarlar. Benlik kavramı ile meslek seçimi birbirlerini etkileyerek gelişir. Benlik kavramlarındaki değişiklik meslek tercihlerinde de değişikliğe yol açar. Bireyler kendilerine ve mesleklere yönelik bilgileri karmaşıklık düzeyine göre anlamlandırır. Cinsiyetine ve sosyal sınıfına ait öğeleri içselleştiren bireyin benlik kavramının gelişimiyle uygun olmayan, yanlış seçenekler elenir (Kuzgun, 2009a).

Uzlaşma, bireyin en çok istediği seçeneklerle gerçeklerin uygunluğunu sağlamaktadır. Uzlaşma sürecinde beklenenlerle gerçekler karşılaştırılıp, beklenenlerde değişiklikler yapılır (Kuzgun, 2009a).

Gottfredson'un kuramı kadın ve erkeklere ait özelliklerin kesin olarak belirlendiği ve cinsiyete yönelik davranışları ayrıntılı bir şekilde birbirinden ayıran toplumlar için geçerlidir (Kuzgun, 2009a).

#### **2.1.2.1.4 Tiedeman ve O'Hara'nın Meslek Gelişimi Kuramı**

Bireyin meslek gelişimi benlikle ilgili krizlerin çözülmesine bağlı olarak meydana gelen bilişsel gelişime paralel olarak gerçekleşir. Durağan bir yapıya sahip olmayan benlik, her kriz durumunda yeni tecrübelerle gelişime uğrar. Benliğin kararlılık ve tutarlılığı geliştikçe meslekle ilgili karar verme imkanları da gelişir. Bireylerin meslek seçiminde ayrıştırma ve bütünleştirme adı verilen iki işlem etkili olmaktadır (Kuzgun, 2009a).

Ayrıştırma, benliğin özdeşim ve mesleklerin farklı yönlerinin incelenmesi yoluyla değerlendirilmesidir. Her bireyin benlik kavramı ve meslek tercihleri farklı olduğu için meslek gelişimi karmaşık ve özgül bir süreçtir. Bütünleştirme ise her sosyal çevreden alınan uyarıcılara göre benlik kavramının yeniden oluşturulması sürecidir (Kuzgun, 2009a).

Tiedeman meslek seçimini iki dönemde incelemiştir fakat bunların yaş aralıklarını belirtmemiştir. Bunlar: Bekleme ve hazırlık dönemi ile uygulama ve uyum dönemleridir.

**Bekleme ve Hazırlık Dönemi:** Dört alt basamağa ayrılır. Bunlar: Araştırma, billurlaşma, seçme ve açıklığa kavuşturmadır (Kuzgun, 2009a).

**Araştırma Dönemi:** Mesleki seçenekler üzerinde kafa yormaya başlayan birey, farklı faaliyetlerde kendini sınar. Yetenekleri, ilgileri ve meslek seçiminin toplumsal anlamı ve sonuçları üzerinde düşünür.

**Billurlaşma Dönemi:** Geriye dönüşün olmayacağı bir evredir ve bu evrede hedef belirgin hale getirilir. Birey tarafından ulaşılabilir ve gerçekleştirilebilir gözüyle bakılan seçenekler bu dönemde özümsemeye başlar.

**Seçme Dönemi:** Meslek seçimini yapan birey, hedefine ulaşmasını sağlayacak davranışlara odaklanır.

**Uygulama ve Uyum Dönemi:** Üç alt basamağa ayrılmaktadır. Bunlar: Mesleğe kabul edilme, yeniden biçimlenme ve bütünleşmedir (Kuzgun, 2009a).

Mesleğe kabul döneminde; mesleki eğitimine başlayan bireyin meslek dünyasında kabul görmesi için bazı savlarından vazgeçmesi ve içinde bulunduğu sosyal çevrenin amaç ve değerleriyle uzlaşması gerekir. Birey mesleğine has davranışlar geliştirerek, mesleği ile bağını güçlendirir.

Yeniden biçimlenme döneminde; birey mesleğinde daha fazla ön plana çıkmaya çalışır. Mesleğine yönelik yeni fikirlerini etrafındakiler tarafından onaylanması için çalışır.

Bütünleşme döneminde; birey kişisel hedefleriyle meslek hedefleri arasında bağ kurar.



### 2.1.2.1.5 ROE'nun Gereksinim Kuramı

Roe, sanatkarların kişilik özelliklerine ilişkin çalışırken tercih edilen mesleklerle kişilik özellikleri arasında farklılıklar saptamıştır. Bu farklılık, onun meslek seçimini etkileyen içsel ve dışsal faktörler üzerinde yoğunlaşmasını sağlamıştır (Kuzgun, 2009a).

Roe'nun Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisine dayandırdığı kuramına göre meslek seçiminde psikolojik gereksinimlerin doyumu etkili olmaktadır. Bireyin çocukluk döneminde ihtiyaçlarının karşılanma derecesi, meslek seçiminde belirleyici bir rol oynamaktadır.

Roe, bireyin hayatının ilk yıllarında geçirdiği yaşantıların yetenekler, ilgiler ve tutumların meslek seçimi kararına nasıl yansıdığına dair bazı hipotezler öne sürmüştür. Bu hipotezleri aşağıdaki gibi kısaca özetleyebiliriz (Kuzgun, 2009a).

- Zeka, özel yetenekler, ilgiler ve tutumlar üzerinde kalıtımın etkisi yeterince belirgin değildir. Kalıtımın bireyin kendini ifade tarzından çok gelişimin derecesini belirlemektedir.
- Psişik enerjinin yöneldiği alana ait yetenekler gelişerek özel yetenekleri oluştururlar. Bu süreç ilgiler, tutumlar ve kişilik özellikleri içinde yine aynı biçimde geçerli olmaktadır.
- Bir kişinin ilgisinin yöneldiği şeyler bize bireyin tüm davranışlarını anlamamızı sağlayacak ipuçları vermektedir.
- Herhangi bir alana yönelişte hayatın ilk yıllarındaki yaşantılar belirleyici olmaktadır.
- Dikkatin yönelişi anlamına gelen psişik enerjinin yönelimi onun kendini vereceği bütün faaliyet alanlarını belirlemektedir. Psişik enerji ne tarafa yöneldiyse o alandaki özel yetenekler ve ilgiler gelişerek bireyin davranışlarına egemen olmaktadır.
- Bilinç dışı olan gereksinimlerin şiddeti, güdülerin şiddetini belirler. Bireyin bütün davranışları bilinçli ve bilinçsiz ihtiyaçlara dayanmaktadır.
- Düzenli olarak karşılanan ihtiyaçlar eylemlerin bilinçdışı güdüleyicileri olmazlar. En az seviyede karşılanan üst düzey ihtiyaçlar zamanla kaybolacaktır. Bir ihtiyaç şiddetli bir şekilde engellenmez ama geciktirilirse, bireyin doyum ya da doyumsuzluğunun derecesine bağlı olarak, bilinçdışı güdüleyici haline gelmektedir.

Roe'a göre bireylerin meslek seçimi, çocukluk yaşantılarından kaynaklanan ihtiyaçların tam anlamıyla doyurulup doyurulmamasına bağlıdır. Meslekler, insanla uğraşmayı gerektiren ve insan olmayanla uğraşmayı gerektiren olmak üzere iki gruba ayrılmaktadır. Bu iki gruptan birine yönelme ise bireyin çocukluk yaşantısındaki aile yaklaşımının niteliğine göre değişmektedir. Aile yaklaşımı ise ebeveynlerin çocuk üzerindeki sevgi ve kontrol tutumları ile biçimlenmektedir. (Kuzgun, 2014).

Çocuk üzerine çok düşen, aşırı derecede koruyucu ebeveynler; çocuğun korunma, sevgi ve saygı görme gereksinimlerini karşılarlar fakat bunu düzenli bir şekilde yapmazlar. Bu ihtiyaçlar, çocuk ana babaya bağlı olduğu sürece giderilir, bağımsız bir birey olarak kendini gerçekleştirmesine imkan tanımazlar. İstekleri aşırı düzeyde olan ebeveynler, prestije önem verirler ve çocuktan üstün bir başarı beklerler. Çocuğun başarılı ve kendilerine bağlı olduğu müddetçe ona sevgi ve saygı gösterirler.

Reddedici ebeveynler iki gruptur. İhmal edici ve kasıtlı reddeden anne-babalar. İhmalkâr anne-babalar çocuğu sevgi ve saygıdan farkında olmadan mahrum ederler. Psikolojik yönden reddedici ana-babalar ise çocuğun fiziksel ihtiyaçlarını karşılarlar fakat çocuğu sevgi ve saygıdan bilinçli olarak yoksun bırakırlar. Bunlardan reddedici ebeveynler, ihmalkâr olan ebeveynlere göre daha zararlıdır.

Çocuğu kabul eden ebeveynler daha ölçülüdürler. Sevgi ve saygı gösterme açısından iki gruba ayrılırlar. Çocuklarına kasıtlı olmadan yeterince vakit ayıramadıkları için onu serbest bırakan ebeveynler ile çocuğun doğal gelişimine müdahale etmeden potansiyelini kullanmaya ve özgür davranmaya teşvik eden ana-babalar. Anne-babanın yaklaşımına göre çocuğun kişilik özellikleri tutum ve davranışları şekillenmektedir.

Aşırı derecede koruyucu ebeveynlerin çocukları, bağımlı bir kişilik geliştirirken, bu bireyler başka insanlarla bir arada olmaya imkan veren veya insanlarla ilgilenmeyi gerektiren mesleklere yöneleceklerdir. Reddedici ebeveynlerin çocukları ise sevgi ve saygı ihtiyaçları karşılanmadığı için savunmacı ya da saldırgan bir kişilik geliştireceklerdir. Kişilik özelliklerine uygun olarak insan olmayan şeylerle uğraşmayı gerektiren meslekleri seçeceklerdir. Kabul edici ana babaların çocuklarının sevgi ve saygı gereksinimleri doyurulduğu için, bu ihtiyaçlar biliçdışı güdü haline

dönüşmeyecekler ve meslek seçerken insanla veya nesneyle uğraştırmayı gerektiren mesleklere yönelebileceklerdir (Kuzgun, 2009a).

Sonuç olarak Roe meslek seçimini bireyin çocukluk yaşantısındaki doyurulmamış gereksinimlerine dayandırmaktadır. Onun bu görüşlerinin doğruluğu bazı araştırmacılar tarafından incelenmiş ancak ulaşılan bulgular, Roe'nin görüşünü tamamen desteklememiştir (Kuzgun, 2009a).

#### **2.1.2.1.6 Holland'ın Tipoloji Kuramı**

Holland insanları karakter özelliklerine göre altı grupta toplar. Gerçekçi, araştırmacı, sosyal, geleneksel, girişimci, sanatçı olarak adlandırılan bu gruplar özelliklerine uygun çevrelerde başarı ve mutluluğu yakalar (Kuzgun, 2009a).

Holland'ın kuramı aşağıdaki varsayımlara dayanmaktadır (Kuzgun, 2009a):

- İnsanlar 6 tipten biri ile tanımlanabilir.
- Her tip belirlenirken belli meslek gruplarını meydana getiren insanlar üzerindeki gözlem ve araştırmalar baz alınır.
- Altı tipe karşılık gelen altı çeşit çevre vardır.
- İnsanlar kendi ihtiyaç, yetenek ve ilgilerine uygun problemler arayacak ve kişilik özelliklerine uygun insanların bulunduğu ortamda olmak isteyecektir.
- İnsanlar kendilerini rahatlıkla ifade edebilecekleri, yeteneklerini sergileyebilecekleri bir çevre arayışı içerisinde olmaktadır. Aynı karakter özelliklerine sahip kişiler birbirleriyle aynı ortamda bulunmayı tercih etmektedirler.
- Bir kişinin davranışında çevre ve kişilik özelliklerinin etkileşimi belirleyici olur. Bireyin çevresinin örüntüsüne ve kişilik özelliklerine dair bilgi edinebilirsek onun nasıl davranacağını ve kariyer tercihini kestirebiliriz.

Bir çevrenin özellikleri hakkında bilgi edinmek istiyorsak o çevrede yaşayan insanların dağılımına bakabiliriz. Bireyin davranışları hakkında yorum yapmak istiyorsak kişilik özelliklerine ve yaşadığı çevreye bakmamız gerekir çünkü bireyin davranışlarında kişilik özelliklerinin ve çevre özelliklerinin etkileşimi rol oynamaktadır (Kuzgun, 2009a).

Holland yaptığı araştırmalar sonucu insanları aşağıdaki tiplere ayırmış ve bu tiplerin kişilik özelliklerini açıklamıştır (Kuzgun, 2009a).

**Gerçekçi (realistic) Tip:** Araçları, makineleri, nesnelere, hayvanları ve bitkileri sistemli bir şekilde kullanmaya önem verirler. Sosyal ilişkilerden, zihinsel faaliyetlerden hoşlanmazlar, sorunların çözümünde pratik ve kolay yöntemler kullanırlar. Utangaç, geleneksel ve doğıaldırlar.

**Araştırmacı (investigative) Tip:** Zihnini kullanmayı seven, akademik yeteneklere sahip kişilerdir. Sistematik olarak gözlem yapmaktan ve soyut kavramlarla uğraşmaktan hoşlanırlar. Hep aynı şekilde yapılan işleri sevmezler, sosyal ilişkilere girmekten kaçınlırlar. Sorunlarını araştırma yeteneklerini kullanarak çözmeye çalışırlar. İç görüşü gelişmiş, pasif, çekingen, alçakgönüllü ve meraklıdırlar.

**Sosyal (Social) Tip:** Diğer insanları bilgilendirmeye, eğitmeye, geliştirmeye yönelik eylemleri tercih ederler. Sorunlarını sosyal yeteneklerini kullanarak çözmeye çalışırlar. İdealist, dost canlısı ve ince düşünceli insanlardır.

**Geleneksel (Conventional) Tip:** Verilerle ilgilenmekten ve bunları sistemli bir şekilde işlemekten, bilgisayar kullanmaktan ve dosyalama yapmaktan hoşlanırlar. Kayıt tutmaktan, dosyalama yapmaktan ve bilgisayarla yapılan işlemlerden hoşlanırlar. Sorunlarını geleneksel yöntemlerle çözmeye çalışırlar. Kurallara bağılı, dürüst, pratik ve sebatkardırlar.

**Girişimci (Enterprising) Tip:** Ekonomik çıkar elde etmek ve hedeflerine ulaşmak için diğer kişileri kullanmak maksatlı eylemleri seçerler. Sistematik etkinlikleri sevmezler. İletişim ve ikna kabiliyetlerini geliştirmek bu tipler için oldukça önemlidir. Hırslı, kendini göstermeye meraklı, atak ve konuşkandırlar.

**Sanatçı (Artistic) Tip:** Zengin bir hayal gücüne sahip bu insanlar sistematik olmayan serbest etkinliklere yönelirler. Planlı ve düzenli etkinliklerden uzak dururlar. Bu eylem şekli onları; müzik, resim, heykel, tiyatro ve yazarlık gibi bölümlerde yeteneklerini geliştirmeye yönlendirir. Sürekli aynı şekilde yapılan işleri sevmezler. Sorunlarını artistik yeteneklerini kullanarak çözmeye çalışırlar. İdealist, hayal gücü zengin, yaratıcı ve aykırıdırlar.

### **2.1.2.2 Karar Kuramları**

İnsanoğlu çevresine içgüdüsel olarak uyum sağlayan bir varlık olmadığı için yaşamının hemen hemen her döneminde karar verme yaşantısı geçirmektedir. Eğitim, siyaset, ekonomi alanlarından ortaya çıkan problemlerde bireyin vermiş olduğu kararlar sosyal bilimlerin önemli bir araştırma konusudur. Aşağıda karar verme sürecine yönelik önemli kuramlar açıklanmaya çalışılmıştır (Kuzgun, 2009a).

#### **2.1.2.2.1 Gelatt'ın Karar Modeli**

Karar verme durumunda olan bireyin öncelikle yordama ve değer sistemlerine gereksinimleri vardır. Bu sistemlerle karar verme süreci aşağıdaki şekilde modelleştirir (Kuzgun, 2009a):

Yordayıcı sistem: Seçenekler, eylemlerin sonuçları ve bu sonuçlara ulaşma ihtimali

Değer sistemi: Erişilme olasılığı olan sonuçların göreceli tercihi

Karar sistemi: Önceliklerin değerlendirilmesi

Birey ne kadar iyi ve doğru bilgiye sahip olursa, farklı eylemleri uygulamaya koyduğunda, alacağı risk hakkında o derece açık bir fikre sahip olur. Her kararda risk faktörü vardır ve bundan kurtulmaya çalışmak gereksiz ve olanaksız bir uğraşdır. Mühim olan bireyin alacağı riskin bilincine varmasıdır. Bireyin vereceği kararlara yön veren en önemli faktör mevcut seçeneklerin istenilirlik derecesidir. Steers ve Pater, (1975)'e göre bir seçeneğin birey tarafından istenilirlik derecesi kişinin tercihinde önemli rol oynamaktadır (Kuzgun, 2009a).

#### **2.1.2.2.2 Vroom'un Beklenti Kuramı**

Kişinin bir seçeneğe yönelmesi onun belirlemiş olduğu hedefe erişilebileceğine dair beklentisinin derecesidir (Kuzgun, 2009a). Birey vermiş olduğu kararın amaca yönelik olduğuna inanır. Vroom'a göre birey kararını verirken olumlu yönlerinin fazla, olumsuz yönlerinin az olduğu ve ulaşılabilme ihtimali en yüksek seçeneğe yönelir. Karar aşamasındaki kişi bireysel özellikleriyle seçeneklerin gerektirdiği nitelikleri değerlendirerek bir tercih yapmaktadır. Bu tercih bireyin istekleri ve yetenekleri ile seçeneklerin her birinin kişinin isteklerini karşılama derecesi yönünden yapılan değerlendirmelerin bir ifadesidir denilebilir. Vroom'un modeli seçeneklerden yalnızca birini seçmesi gereken bireylerin eylemlerine yönelik bir açıklama getirmektedir (Kuzgun, 2009a).

Beklenti kuramında bir şeyi istemek kadar istenen şeyin elde edilebilir olması yani sonuçta oldukça önemlidir. İşte bundan dolayı insanlar karar verirken en çok istedikleri seçenekler ile gerçekleşme olasılığı en yüksek olan seçeneğe yönelirler.

Beklenti kuramına göre bireyin kaybetme riski çok fazlaysa, ulaşmayı en çok istediği ve ulaşma şansının en yüksek olduğu hedefe yönelmektedir. Riskin az olduğu durumlarda ise birey seçeneğe erişme olasılığının düşük olmasını göz ardı eder. Örnek verecek olursak üniversite adaylarının ilk sıraya, girmeyi çok istedikleri fakat girme ihtimallerinin zayıf olduğu bir bölümü yazması (Kuzgun, 2009a).

### **2.1.2.2.3 Hilton'un Karar Modeli**

Hilton'a göre birey, yaşadığı bilişsel tutarsızlığı azaltmak ve bilişsel yapısının dengesini tekrardan sağlayabilmek için bir karar verir. Hilton'un kuramına göre karar verme davranışı için çevreden gelen bazı girdilerin olması gerekmektedir. Bu girdiler bireyin dengeli olan bilişsel yapısını bozan uyarıcılar olabilmektedir. Ortaya çıkan tutarsızlığın artık dayanılmaz bir hale gelmesiyle kişi tutarsızlığı azaltıp tekrar dengeye gelebilmek için o zamana kadar çevresine ve kendisine yönelik inanç, beklenti ve öncüllerini araştırmaya başlar. Birey kendisine ve çevresine yönelik öncülleri girdiye uyacak şekilde değiştirerek bu değişikliğin tutarsızlığı azaltıp azaltmadığına bakar. Azaltmamışsa yeni davranış seçenekleri arar (Kuzgun, 2009a).

Karar zamanının yakın olması, kötü bir çevrede yaşama, kariyer değiştirme ihtimalinin yüksek olması, seçilebilecek mesleklerin sayısının fazla olması, yetenek eksikliği, düşük özgüven, heterojen seçenekler, seçenekler hakkında yeteri kadar bilgi sahibi olunmaması, planda geri dönüşün olmaması, sosyal baskı yüzünden kararın ertelenememesi, uzun süreli bir kariyer planı benimseme, karar değiştirmede kişinin yetersiz olması gibi faktörler bilişsel tutarsızlığı artırmaktadır. Bireyin kendini belirli bir davranış tarzına bağlamadığı genel bir meslek planını benimsemesi, kararın ertelenebilmesi, kısa süreli bir kariyer planı benimsenmesi gibi stratejiler ise bilişsel tutarsızlığı azaltmaktadır (Kuzgun, 2009a).

Tutarsızlık yaratan faktörlerden bazıları geçiciyken bazıları ise uzun sürelidir. Geçici faktörlerde karar verilip bir seçeneğin benimsenmesi durumunda bilişsel denge tekrar sağlanır. Uzun süreli tutarsızlıkta bireyin ilgi alanıyla mesleki rolünün ihtiyaçlarının uyumamasından kaynaklanır (Kuzgun, 2009a).

#### **2.1.2.2.4 Gati'nin Modeli**

Gati, (1990)'a göre tercih işlemleri alınan kararın isabetini etkiler. Çok önemli bir karar alınacağı zaman belirsizliklerden kaynaklanan bir sıkıntı yaşanır. İnsanların, dünyanın belirsizliklerle dolu olduğunu kabul edip, belirsizliği karar problemlerinin önemli bir parçası olarak görmesi gerekir. Belirsizlikten kaçmaya çalışmak olanaksız ve boş bir uğraştır. Bireyin belirsizliğe dayanma gücü zayıfsa bu onun hatalı seçeneğe yönelmesine yol açar (Kuzgun, 2009a).

Seçenekler arasında çok büyük bir fark yoksa birey için kararını hemen kesinleştirmek mümkün olabilir. Diğer seçeneklerden bariz üstünlüğü olan daha yararlı bir seçeneğe yönelmek karar verme sürecini basite indirgemektir çünkü faydalı olduğu için tercih edilen bir seçeneğin ulaşılma ihtimali düşük olabilir. Akılcı bir seçim için erişilebilme ihtimali en yüksek olan ve de en çok fayda sağlayan seçenek tercih edilmelidir. Gati belirsizliğin karmaşık durumlarda nasıl işlediğini incelemiştir. Birey kariyer kararı verirken istenilirlik derecesine göre seçenekleri sıraya koyar, herhangi bir seçim yapmaz. Kişi bir tercihi gerçekleştirmediği takdirde diğer tercihine geçecektir (Kuzgun, 2009a).

#### **2.1.2.3 İşe Uyum Kuramı**

İşe uyum kuramı bireysel özellikler ile işlerin gerektirdiği niteliklerin eşleştirilmesine bağlı olarak oluşturulan bir meslek seçimi kuramıdır. İşe uyum kuramı hayatta kalma mücadelesi veren insanın temel eğilimlerini inceler. İnsan, hayatını devam ettirebilmek biyolojik ve psikolojik olmak üzere iki kategoride incelenen temel ihtiyaçlarını karşılamak zorundadır. Bireyin ihtiyaçlarının karşılanmasını sağlayan, bireye huzur ve mutluluk getiren pekiştireçler gereksinimin başlamasıyla oluşan davranışın devam etme ve meydana gelme olasılığını artırmaktadır. Birey her ihtiyaç hissettiğinde bunu karşılayacak nesneyi arar. Deneyimlerin artması nesneye ulaşma başarısını da artırır (Kuzgun, 2009a).

Temel ihtiyaçlarını karşılamaya çalışan birey gizil güçlerini kullanarak ihtiyaç duyduğu pekiştireçleri çevreden bulup çıkartır. Ancak bunu yaparken başarılı olabilmesi için kişinin beklentilerinin çevre tarafından karşılanması gerekir. Çevreninde aynı şekilde birey gibi karşılanması gereken ihtiyaçları vardır. Yani insan ve çevre birbirlerinden gerekli pekiştireçleri alabilmek için etkileşimde bulunurlar. Her iki tarafında bu etkileşimden hoşnut olması gerekir. (Kuzgun, 2009a).

İnsan, işe uyum kuramı açısından bir çalışandır. Çalışan kişinin ve iş ortamının karşılanması gereken ihtiyaçları vardır. Çalışan kişinin gereklilikleri; ücret, prestij, iyi çalışma ortamı ve kişisel ilişkiler gibi çalışma pekiştiricileridir. Bu ihtiyaçlar iş çevresi ve iş ortamı tarafından karşılanabilir. Bir işyerinde çalışan kişinin ne derece başarılı olacağı o kişinin o iş yerinden duyduğu memnuniyet derecesine bağlıdır. Aynı şekilde iş ortamının da ihtiyaçları vardır. Bunlar çalışma ortamının varlığını devam ettirebilmesini sağlayan ihtiyaçlardır (Kuzgun, 2009a).

Çevrenin ve bireyin ihtiyaçlarında değişiklikler meydana gelebilir. İşinden doyum sağlayamayan birey hemen işten ayrılmaz, doyum düzeyini artırmak için bazı etkinliklerde bulunur. Verimi düşen işçide hemen işten çıkarılmaz, verim düzeyini artırmak için yardımda bulunulur. İş çevresi ve iş ortamıyla bireyin karşılıklı uygunluğu aktif ve reaktif olmak üzere iki türde gerçekleşmektedir. Aktif uygunluk; daha iyi bir etkileşim için çalışanın iş ortamında değişikliğe gitme çabasıdır. Reaktif uygunluk ise çalışanın kendisinde değişikliğe giderek daha iyi bir tepki alışverişi gerçekleştirmeye başlamasıdır (Kuzgun, 2009a).

#### **2.1.2.4 Sosyal Öğrenme Kuramı**

Halihazırdaki mesleki eğitim kuramlarının bir organizasyonu olan sosyal öğrenme kuramı, bu kuramların uygulamaya olan etkisini artırmaya yönelik yapılan çalışmaların bir sonucu olarak ortaya çıkmıştır. Sosyal öğrenme kuramı iki bölümden meydana gelmektedir. Birinci bölüm meslek seçiminin kaynağını, ikinci bölüm ise meslek danışmanlarının meslek seçimi ile ilgili problemler karşısında neler yapabileceklerini açıklamaktadır. Sosyal öğrenme kuramı temelde iki öğrenme yöntemine dayanır. Birinci yöntem dolaylı öğrenme veya koşullanma, ikinci yöntem ise çağrışıma dayalı öğrenme yaşantılarıdır. Mitchell ve Krumboltz çalışmalarında bir kimsenin meslek planının aşağıdaki faktörlerin etkisi altında olduğu görüşündedirler (Kuzgun, 2009a):

**Genetik donanım ve özel yetenekler:** İnsanlar bazı şeyler öğrenebilme ve bazı beceriler geliştirme gibi doğuştan gelen gizilgüçlere sahiptirler. Bu kalıtsal özelliklerle dünyaya gelen bireylerin bu özellikleri çevre ile etkileşime girerek gelişir. İçinde yaşanılan kültür, bireylerin bazı özelliklerini geliştirebilirken bazı özelliklerinin de ön plana çıkmamasına sebep olabilir.



**Çevre koşulları ve olaylar:** Bireyin kontrolü dışında gerçekleşen doğal kaynaklar ve doğal afetler gibi olaylar ile mevcut sosyal ve kültürel politikalar mesleki kararlar üzerlerinde etkili olmaktadır.

**Öğrenme yaşantıları:** Her bireyin kendine has bir öğrenme yaşantısı vardır. Doyumla sonuçlanan ve diğer insanlar tarafından ödüllendirilen insan davranışları pekişir, aksi durumda söner. Böylece birey kalıtım ve çevre etkileşimiyle kendisine ilişkin bazı genel yargılara varır.

**Göreve (yapılacak işe) yaklaşım becerileri:** Öğrenme yaşantılarının, genetik özelliklerin, özel yeteneklerin ve çevrenin aralarında olan etkileşim göreve (işe) yaklaşım becerilerini meydana getirir. Bu faktör tiplerinin birbirleriyle etkileşimi sonucu birey birtakım genellemelere vararak bazı inançlar geliştirir.

Bandura'nın etkilerinin görüldüğü Krumboltz'un sosyal öğrenme kuramında, bilginin aranmasında ve keşfedilmesinde özellikle pekiştirme ve model olma gibi mesleki karar verme süreçleri üzerinde durulmuştur. Krumboltz ve meslektaşları meslek seçimi süreciyle alakalı birçok çalışma yaparak; bireyin eğitim tercihlerini, kazandığı becerileri, meslek ve kurs seçimlerini sosyal öğrenme kuramına göre açıklamaya çalışmışlardır (Yıldız, 2004). Sonuç olarak; Bireyin çoğu davranışının kendi deneyimlerinden kaynaklanmadığı, çevresindeki diğer insanların eylemlerinden etkilenecek öğrenildiği söylenebilir.

### **2.1.3 Yaşam Doyumu**

Geçmişten günümüze kadar mutluluk ve yaşam doyumu üzerine yapılmış çalışmaların sayısının oldukça az olduğu gözlemlenmektedir. Bu durumu ele alan Prieto ve ark., (2005) tarafından yapılan araştırmaya göre literatürde “yaşam doyumu” ve “mutluluk” kavramlarının her biri için toplamda 4000 çalışmanın olduğu, buna karşılık “depresyon” için 30.000 ve “stres” için 40.000 araştırma olduğunu gözlemlemişlerdir. Psikolojinin bütüncül bir bilim haline gelebilmesi için içerisinde acıyla beraber hazzı da barındırması gerekmektedir (Seligman ve ark., 2005; Snyder ve Lopez, 2007).

İnsanlar yaşamlarını sürdürürken çevresel faktörleri kendileri için taşıdıkları önem açısından değerlendirmektedirler. Bireysel algılar ise benimsenen amaçlar tarafından belirlenmektedir. Bu algısal yapı içerisinde her insanın kendisine has bireysel bir “yaşam amacı” olup; tüm davranışlarının, tutumlarının, eylemlerinin, tepkilerinin,

açgözlü isteklerinin, alışkanlıklarının ve karakter özelliklerinin bu amaçla uyum içinde olduğunu görürüz (Adler, 2017).

Yaşamın amacının ne olduğu, mutluluğun bu amaçlar içerisindeki yeri ve mutluluğun nasıl elde edilebileceği geçmişten günümüze tartışılmalı konulardır. Yaşamın içerisinde mutluluk, sevinç gibi olumlu duygular olduğu kadar üzüntü ve tasa gibi olumsuz duygularda bulunmaktadır. Maddi ya da manevi olabilen bu olumsuz duygular bireyin psikolojik durumunda değişikliklere yol açabilmektedir (Yetim, 2001).

Yaşam doyumu, bireylerin arzuladıkları ile elde ettiklerini kıyaslaması sonucu ortaya çıkan sübjektif bir yargıdır. Kıyaslama sonucu, arzu edilenler ile elde edilenler arasındaki farkın ölçüsünde bireyler yaşamlarından doyum alabilirler (Onyishi ve Okongwu, 2013). Yaşam doyumunun asıl amacını, bireyin zayıf yönleri yerine güçlü yönlerine odaklanarak onları geliştirmek oluşturmaktadır (Veenhoven, 1988; Proctor ve ark., 2009).

Yaşam doyumu kavramını daha iyi anlayabilmek için yaşam ve doyum kavramlarının ayrı ayrı tanımlanması yararlı olacaktır. Yaşam kavramı bireyin işte ve iş dışında harcadığı zamandır. Çalışan açısından iş; çeşitli faaliyetlerle sahip olunan mesleğin görevlerinin yerine getirilmesidir. Bireyin hobileri için ayırdığı boş zaman ile iş dışında geçirdiği diğer zamanlar iş dışı zaman olarak adlandırılır. İş dışı zamanının tümü boş zaman olarak ayrılamaz çünkü birey yaşadığı çevre içerisinde bazı faaliyetleri yerine getirmekle yükümlüdür. İnsanların büyük çoğunluğu sevmeseler dahi temizlik ve tamirat işleri yapar; ailesi ve arkadaşlarıyla vakit geçirir, toplumsal sorumluluklarını yerine getirir. Bu boş zaman olarak ayıramadığımız zamana diğer iş dışı zaman adı verilmektedir. Bu durumda da aileye ve toplumsal uyuma ayrılan zamana diğer iş dışı zaman demek yanlış olmayacaktır. Son olarak doyum kavramı ise bireyin gereksinimlerinin, hedeflerinin ve yaşama dair arzularının gerçekleşmesidir (Dikmen, 1995).

Neugarten ve ark., (1961) tarafından temelleri atılan ve pozitif psikolojinin önemli bir ögesi olan yaşam doyumu, bireyin kendi yaşamı ile ilgili belirlemiş olduğu standartların, sahip olduğu yaşamın nitelikleriyle karşılaştırmasıyla ortaya çıkan bir durumdur. Yaşam doyumu, bireyin yaşamının tamamına veya çeşitli boyutlarına

yönelik yaptığı değerlendirmelerdir. Moral, mutluluk ve benzeri açılardan iyi olma halini ifade eden bu kavram sadece belirli bir alana yönelik doyumunu değil, genel olarak tüm yaşantılardaki doyumunu ifade etmektedir (Karataş, 1988). Karataş, (1988) yaşam doyumunu yüksek olan bireylerin olumlu bir benlik algısına sahip olduklarını, hayata karşı hep pozitif bir tutum sergilediklerini, yaşamlarına dair hedeflerinin olduğunu ve geçmişteki hatalarının sorumluluklarını üstlendiklerini belirtmiştir.

Hayatını bir bütün olarak ele alan birey, yaşam şartlarına ve beklentilerine bağlı olarak olumlu değerlendirmeler yapmaktadır. Yaşam doyumunu kavramı sadece hayattan doyum almayı ifade etmez bununla birlikte olumsuz düşüncelerin yerini olumlu düşüncelere bırakmasını da ifade eder. Bir kişi yaşam koşullarından ve statüsünden ne kadar hoşnutsa bireyin iş hayatı, aile hayatı ve hayatının diğer alanlarını da kapsayan yaşam doyumunu o kadar yüksek olmaktadır ( Leung ve Leung, 1992).

İnsanların yaşamının tamamına yön veren yaşam doyumunu, bireyin iş hayatında ve sosyal hayatında hoş giden veya gitmeyen davranışlar sergilemesine neden olmaktadır. Örneğin, yaşam doyumunu düzeyi yüksek olan bireylerin fiziksel ve zihinsel olarak kendileri daha iyi hissettikleri, kişilerarası ilişkilerinde ve mesleki yaşamlarında daha başarılı oldukları belirtilmektedir (Merkaş ve ark., 2011).

Neugarten, (1961) yaşamdan alınan doyumun yüksek olmasını belirli kriterlere bağlamıştır. Bunlar:

1. Bireyin günlük yaşam faaliyetlerinden zevk alması,
2. Bireyin yaşamına yönelik hedeflerinin bulunması ve de geçmiş yaşantılarının sorumluluğunu üstlenmesi,
3. Belirlemiş olduğu hedefleri gerçekleştireceğine dair inanca sahip olması,
4. Sahip olduğu fiziksel kusurlara rağmen olumlu bir beden imajına sahip olması
5. Yaşama karşı pozitif bir düşünce içerisinde olmasıdır (Kaya, 2006).

İnsanların yaşam kalitesi algıları birbirinden farklı olduğundan dolayı yaşam doyumunu kavramıyla ilgili tek bir tanım bulunmamaktadır (Keser, 2005). Literatürde yaşam doyumunu hakkında pek çok tanım bulunmaktadır. Bu tanımlamalar Çizelge 2.1’de gösterilmiştir.

**Çizelge 2.1 Yaşam Doyumu Tanımları**

<b>YAZAR-YIL</b>	<b>YAŞAM DOYUMU TANIMI</b>
Diener ve ark.,1985	Bireyin kendi standartlarına uygun bir şekilde bütün hayatını olumlu değerlendirmesidir.
Köker, 1991	Kişinin iş ve iş dışındaki hayatına yönelik duygusal tepki veya tutumlarıdır.
Clark ve ark., 2002	İnsanların yaşamına dair belirlemiş olduğu planları gerçekleştirme ve tatminsizliğinin olmaması veya bireyin hayatına yönelik olumlu ya da olumsuz tutumudur.
Massam, 2002	Sosyal çevrenin kişinin yaşam kalitesini büyük ölçüde etkilemesi ve karşılaştırma yapmasıdır.
Schimmack ve ark., 2002	Yaşam doyumu, kişinin genel olarak yaşamı hakkındaki değerlendirmesini veya yaşamının ideal olana ne kadar yakın olduğunu belirtmektedir.
Sung, 2003	Bireyin hayatındaki tüm aktivitelere, sorumluluklara, amaçları başarma düzeylerine ilişkin tutumunun, duygularının ve hissettiklerinin bütünlüğüdür.
Bradley ve Crownly, 2004	Bireyin belirlemiş olduğu hedeflere ulaşma derecesi olarak tanımlanmaktadır.
Lindfors, ve ark., 2007	Kişinin gereksinim ve isteklerinin karşılanmasına, elde ettiği başarıların belirlenen standartlarla karşılaştırılmasına bağlı olarak oluşan bilişsel yargıyı nitelemektedir.
Acar,2009	Bireyin istekleriyle sahip olduklarının kıyaslanması neticesinde elde edilen sonuçtur.
Diener ve Ryan, 2009	Genel olarak hayattan alınan keyiftir.
Marcel, 2014	Bireyin yeteneklerini kullanarak yaşam planlarını gerçekleştirme ve gereksinimlerini karşılamasıdır.

Yaşam doyumu kavramı ile ilgili bu farklılığın oluşmasında bilişsel ve duyuşsal olarak yapılan tanımlamalar etkili olmaktadır. Bilişsel kurama göre yaşam doyumu “bireyin kendi standartlarına uygun bir şekilde tüm hayatını olumlu değerlendirmesidir” (Diener ve ark., 1985). Diener ve ark., (2003)’e göre bireyin istekleri ile elde ettikleri arasındaki uyumsuzluk ne kadar az olursa, yaşam doyumu o kadar yüksek olacaktır. Ayrıca yaşam doyumu yüksek olan birey üretkendir, üreten bireylerden oluşan bir toplumda gelişen toplumdur. Duyuşsal kurama göre yaşam doyumu ise, bireyin deneyimlenen pozitif duygularının negatif duygularından daha fazla olmasıdır. Başka bir deyişle yaşam doyumu, bireyin tecrübe ettiği olumlu duyguların derecesidir (Frish, 2006). Alan yazında bilişsel kuram daha çok kabul görür çünkü bilişsel kuramın geçerlik ve güvenilirlik ölçümleri duyuşsal kurama göre daha tutarlı olmaktadır.

Yaşam doyumu üzerine yapılan araştırmalardaki önemli noktalardan biri de değerlendirmelerin profesyoneller tarafından yapılan objektif ölçümlerden ziyade, bireyin subjektif değerlendirmelerine dayanmasıdır. Kişiler çoğu durumda mevcut

değerlendirmeleri kullanmaktansa, kriterleri kendileri tarafından belirlenen yaşam doyumunu değerlendirmelerini dikkate almayı tercih ederler (Pavot ve ark., 1991; Suh ve ark., 1998).

Kriterleri birey tarafından belirlenen yaşam doyumunda kişilik özellikleri, en etkili faktördür ve oldukça önemli bir yere sahiptir. Bireylerin karşılaştıkları olaylara ilişkin yargılarını ve değerlendirmelerini doğrudan etkilemektedir (DeNeve ve Cooper, 1998; Diener ve ark., 1999; Vitterso, 2001; Uziel, 2006). Yaşam doyumunu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi açıklayabilmek için dinamik eşitlik modelinden faydalanılmaktadır. Bu modele göre günlük hayat içerisinde karşılaşılan olaylar yaşam doyumunu etkilemektedir. Bireylerin yaşam doyumunu düzeyleri geçici olarak değişebilir fakat belli bir süre sonra genel düzeylerine geri dönmektedir. Yine dinamik eşitlik modeline göre bazı bireyler yüksek yaşam doyumuna, bazıları ise düşük yaşam doyumuna sahiptirler. Aynı durumla karşılaşan bireyler farklı kişilik özelliklerine sahip oldukları için olaylara değişik tepkiler vermektedirler. Bu durum da bireylerin yaşam doyumlarının birbirinden farklı olmasına yol açmaktadır (Headey ve Wearing, 1989; Suh ve ark., 1996; Onyishi ve Okongwu, 2013).

Kişilik özelliklerinden nevroz ve dışadönüklük duygusal deneyimler üzerinde oldukça güçlü bir etkiye sahiptir ve kişiler yaşam doyumlarına ilişkin yargıda bulunurken bu duygusal tepkilerini dikkate almaktadırlar (Schimmack ve ark., 2004). Yine Schimmack ve ark., (2002a)'ya göre kişilik özelliklerinden dışadönüklük, nevroz ve bunlara ek olarak öz disiplin yaşam doyumunu varyansının %65'ini açıklamaktadır. Literatürdeki birçok araştırmaya bakıldığında da dışadönük ve öz disipline sahip bireylerin yaşam doyumlarının daha yüksek, nevroz bireylerinin ise daha düşük olduğu gözlenmektedir (Diener ve ark., 1985; Hotard ve ark., 1989; Suh ve ark., 1996; DeNeve ve Cooper, 1998; Hayes ve Joseph, 2003; Lounsbury ve ark., 2005; Joshanloo ve Afshari, 2011).

Literatürde iletişim kalitesinin yaşam doyumuna olan etkisinin kişilik özelliklerinden daha fazla olduğuna dair çalışmalar da bulunmaktadır. Buna yönelik çalışmalardan birini yapan Şimşek, (2011)'e göre yaşam doyumunda iletişim yeterliliği kişiliğin iki katı kadar varyans açıklamaktadır. Gerçekte kişilik, bireyin iletişim becerilerini tamamlayan ve gerekli düzenlemeler yapan bir mekanizma olarak yaşam doyumuna

katkı yapmaktadır fakat kişilerin mutluluk düzeylerinde asıl dikkate alınması gereken konu bireyin pozitif iletişim becerilerini geliştirmesi ve pozitif iletişim yaşantılarının gerçekleşmesi gerekliliğidir (Şimşek, 2011). Kaliteli sosyal ilişkilere sahip olunmasının iletişim yeteneklerini geliştirerek yalnızlığı azaltacağı, yaşam doyumunu ise artıracığı düşünülmektedir. Birçok araştırma yaşam standartları çok düşük olan bireylerin bile etkili sosyal ilişkileriyle ortalama düzeyde mutlu olabileceğini göstermektedir (Diener ve Biswas-Diener, 2001; Diener ve Seligman, 2002). Uyumlu, dışadönük ve duygusal yönden dengeli kişilik özelliklerine sahip bireylerin yaşam doyumlarının yüksek olmasında (Vitterso ve Nilsen, 2002) bu kişilerin diğer insanlarla daha rahat iletişim kurmaları ve bunu başarılı bir şekilde devam ettirmeleri etkili olmaktadır.

Yaşam doyumunu bireyin kişisel değerlendirmelerine göre değişen bir durum olsa da son zamanlarda yapılan çalışmalar işsizlik olgusunun da yaşam doyumunu üzerinde oldukça etkili olduğunu ortaya koymuştur. İş hayatından alınan fiziki ve psikolojik doyum, bireyin genel yaşam doyumunu ve ruh sağlığını olumlu yönde etkilemektedir. Araştırmaya konu olan öğretmen adaylarında, sınav ve atama ile ilgili belirsizlikler akademik başarının atanmak için yeterli olmayacağı düşüncesinin doğmasına neden olmaktadır. Bu durum da öğretmen adaylarını umutsuzluk ve öğrenilmiş çaresizliğe sürüklemekte, yaşam doyumlarına dair önemli bir problem olarak karşımıza çıkmaktadır (Şar ve ark., 2012).

Yaşam doyumunun ölçülmesinde genellikle iki boyut kullanılır. Bunlar: Genel yaşam doyumunu ve yaşam alanlarındaki doyumdur. Lance ve ark., (1995) üç model kullanarak bu iki boyut arasındaki ilişkiyi test etmiştir. İlk model, yaşam alanlarından alınan doyumun genel yaşam doyumuna katkısı olduğunu savunur. İkinci model, yaşam alanlarından alınan doyumun genel yaşam doyumundan kaynaklandığını savunur. Üçüncü ve son model ise bu iki boyutun güçlü bir ilişkisi olduğunu savunmaktadır. Genel ve yaşam alanlarından alınan doyum arasındaki ilişkiyi en iyi açıklayan modelin üçüncü model olduğu kabul edilmektedir. Literatür taraması sonucu genel yaşam doyumunun ölçülmesine yönelik çalışmalara ağırlık verildiği görülse de yaşam doyumunun ölçülmesinde her iki yöntemin birlikte kullanılması daha yerinde bir tercih olacaktır.

Yaşam doyumu ile anlam açısından birbirine çok yakın olan bazı kavramlar bulunmaktadır. Bunlar; “mutluluk”, “yaşam kalitesi” ve “öznel iyi oluş” tur. Aşağıda bu kavramların açıklamalarına yer verilmiştir.

#### **2.1.4 Mutluluk**

İnsanoğlu varoluşundan bu yana temel ihtiyaçlarını karşılamak ve daha iyi bir yaşam sürmek için mücadele etmiştir. İnsanı anlamaya çalışmak için gösterilen gayretlerin tamamı olarak tanımlanan psikoloji, son iki yüz yıldır gelişerek biçim değiştirmiştir. Psikoloji, İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra ruhsal bozukluklara dayalı rahatsızlıkları tamir etmeye odaklanan bir bilim haline gelmiştir (Seligman ve Czikzentmihalyi, 2000). Bu dönemde psikolojinin ağırlıklı olarak bireylerin olumsuz özelliklerine ve ruhsal bozukluklarına eğilmesi, bireylerin olumlu özelliklerini ihmal etmesi yeni bir psikoloji hareketinin doğmasına zemin hazırlamıştır. Bu hareket bireylerin olumlu özelliklerine önem veren pozitif psikoloji hareketidir (Malkoç, 2011).

Snyder ve Lopez, (2007) 'e göre pozitif psikoloji, insanın güçlü ve erdemli yanlarını tanımalarını sağlamak, daha mutlu ve daha üretken bir hayat yaşamasına yardımcı olmak için tesadüfen ortaya çıkmıştır. Pozitif psikolojinin amacı, bireyin olumlu özelliklerinin farkına varması ve eksik yanlarının üzerinde durmak yerine kapasitesini geliştirmesine yardımcı olmaktır (Seligman ve Czikzentmihalyi, 2000). Ryff, (2003)'e göre ise, pozitif psikolojinin temel amacı bireyin kendisini en iyi hissetmesidir

Pozitif psikolojinin önem verdiği kavramların başında neredeyse insanlığın tamamının ulaşmak için çaba sarfettiği mutluluk gelmektedir. Lama ve ark., (2000) insanoğlunun en önemli amacının mutluluğa ulaşmak olduğunu belirtmişlerdir. Mutluluk; bireyin yaşadığı hayattan keyif alması, yaşadığı hayatı sevmesi, yaşam amacına uygun olarak belirlediği hedeflere ulaşması, başkaları tarafından sevilmesi ve tam bir ruhsal dinginlik içerisinde yaşamasıdır. Bireyin mutlu bir hayat sürmesinde vereceği kararlar etkili olmaktadır. İnsanoğlu mutluluğu dışarıda değil kendi içinde aramalı yani içsel süreçlere odaklanmalıdır çünkü mutluluğa ulaşmak için dünyayı değiştirmeye çalışmak yerine bireyin kendisini değiştirmesi yeterli olacaktır (Tarhan, 2005).

Çetinkaya, (2006) mutluluğu; beklenen veya beklenmeyen iyi bir şey olmasına, güç bir durumun üstesinden gelinmesine, yaşamdaki birçok olayın kişinin lehine sonuçlanmasına, bütün arzuların gerçekleşmesine ve toplumda önemli bir statüye

ulaşılmasına bağılı olarak ortaya çıkan pozitif bir duygu olarak tanımlamıştır. Asıl mutluluğun kaynağı, kişinin hem kendi hem de diğler insanların mutluluğı için çalışmasıdır. Kimse mutsuz olmayı tercih etmemektedir; herkes mutlu olmak ister ancak kimse de mutluluğun kıymetini mutsuzluğu yaşamadan anlayamamaktadır (Gülenç, 2013).

Bireyin sosyal odaklı ve kendisine yönelik davranışlarının mutluluğa etkisi incelendiğinde, sosyal odaklı davranışların bireyi daha mutlu ettiğı sonucuna varılmıştır. Kendi isteklerini gerçekleştirmeye yönelik davranışlar bireyi mutlu etmektedir fakat başkalarının ihtiyaçlarına yönelik davranışların gerçekleştirilmesi birçok duyguyu beraberinde getirdiğı için daha mutluluk verici olmaktadır (Nelson ve ark., 2016). Nelson ve ark., (2016) yaptıkları araştırmada deney gruplarını altı hafta izlemiş diğler insanlara karşı nazik tavırlar sergileyen, ihtiyaçlarının karşılanması için onlara yardım ederek mutlu olmalarını sağılayan bireyin bir anlamda kendi mutluluğunu da sağıladığı sonucuna varmışlardır. Yaşam doyumunu etkileyen önemli bir unsur olarak görülen mutluluk kavramı felsefi ve psikolojik açıdan ele alınabilir.

#### **2.1.4.1 Felsefede Mutluluk**

İlk çağ filozofları mutluluk üzerine düşüncelerini ortaya koymuş, insanın nasıl mutlu olacağıyla ilgili görüşlerini paylaşmışlardır. Ünlü Yunan Filozof Sokrates, mutluluğun kaynağının erdemli olmak olduğunu söylemiştir. Sokrates, gerçek bilginin insanı iyi faaliyetlere sevk ettiğini ve erdemli bir yaşam sürmesini sağıladığını, erdemli yaşamında bireyi mutluluğa ulaştırdığını belirtmiştir. Platonda Sokrates ile aynı düşünceleri dile getirerek mutluluğa erişmek için erdemli olmak gerektiğini söylemiştir (Özgen, 1997). Aristoteles'e göre mutluluk, erdemli, iyi ve ölçülü olmaktan geçer. Buradan yola çıkarak felsefi açıdan mutlu olmak, iyi-kötü insan ayırımıyla bağdaştırılır. (Babaoğlu, 2008; Duran, 2016). Demokritos'a göre mutluluk ise; ruhun sakinliği ve mutluluğa erişebilmek için iyinin ne olduğunun bilinmesidir (Özgen, 1997).

İbn Miskeveyh, insanla ilgili olanları, iyilik ve kötülük olmak üzere ikiye ayırır. Bireyin iyi ve mutlu insan olması onun var oluş amacına yönelmesiyle gerçekleşir. Karşısına zorlukların çıkması ve bu amacına yönelmesinin engellenmesi durumunda insan kötü ve mutsuz olmaktadır (Özgen, 1997).



Ünlü İslam düşünürü Farabi'ye göre mutlu olmak için mücadele etmek ve çaba harcamak gerekir (Özgen, 2013). Bircan, (2001) İbni Sina'nın mutluluk hakkındaki görüşlerini şu şekilde dile getirmiştir. İnsanoğlu çok istediği mutluluğu yaşamının en önemli gayesi yapar ve bu hedefe ulaşmak için çalışır. Diğer bir deyişle mutluluk, bireyin kendisini mutluluğa ulaştırabilecek en iyi faaliyetlerin peşinden koşmasıdır. Descartes'a göre insan, iradesini duygulardan ziyade aklından geçen açık düşüncelere göre yönetirse ve inandığı doğrularının peşinden giderse mutlu olabilir (Tuğcu, 2000).

#### **2.1.4.2 Psikolojide Mutluluk**

Olumlu psikolojideki gelişmelere paralel olarak mutluluk üzerine yapılan çalışmaların sayısı da gün geçtikçe artmaktadır. Diener, mutluluğun üç bileşeni olduğunu belirtmiştir. Birincisi, öznel mutluluğun bilişsel bileşeni olan yaşam doyumdur. Bireyin belirlemiş olduğu kriterlere göre yaşamına ilişkin pozitif değerlendirmeleridir. İkincisi, olumlu duygulanım; sevinç, ilgi, heyecan, coşku, memnuniyet gibi duyguları yansıtmaktadır. Üçüncüsü olumsuz duygulanım; korku, sinir, üzüntü, suçluluk, stres gibi duyguları içerir (Eryılmaz, 2010).

Hedefi en yüksek olan değerlere mutluluk denir (Akarsu, 1997). Mutluluğu değerlerle ilişkilendiren bir diğer araştırmacı Sakman, (1998) değerlerine ulaşan bireyin hissettiği olumlu duyguyu mutluluk olarak ifade etmiş ve içerisinde bir suçluluk duygusu barındırmayan mutluluk kavramını, bireyin hedefine ulaşmaktan aldığı haz olarak tanımlamıştır.

Fromm, (1994)'de olumlu ve olumsuz duygulanıma benzer olarak mutluluk ve mutsuzluk arasındaki ilişkiye bakmıştır. Fromm'a göre duygu ve düşüncelerin belirginleşmesi bireyin mutlu olduğunu gösterir. İşlevlerin ve yeteneklerin zayıflaması ise bireyin mutsuzluğuna işarettir. Mutluluk ya da mutsuzluk çoğu zaman bedenin vermiş olduğu tepkilerle kendini belli etmektedir. İnsanın mutlu hissettiği anlarda canlılık ve yaratıcılığı artar. Gülümsemek, aktif, sağlıklı ve neşeli olmak vücudun mutluluk durumunda verdiği tepkilerdir. Vücut mutsuzluk durumunda ise yılgınlık, asık, üzgün ve sinirli bir yüz ifadesi; gergin ve sağlıksız olma gibi tepkiler verir.

Tkach ve Lyubomirsky, (2006) yaptıkları çalışma sonucunda, mutluluğu arttırmak için bazı taktikler önermişlerdir. Mutlulukla ilgili olduğu bilinen gülmek, sevinmek, eğlenmek gibi davranışlarda bulunmak, yaşama ilişkin hedefler oluşturmak ve bu

hedeflere ulaşmak için çaba harcamak, dini etkinlikler yapmak ve toplum ile olumlu ilişkiler kurmak mutluluk seviyesini arttırmaya dair önemli taktiklerdir. Benzer şekilde Tarhan, (2011)'de toplum ile kurulan olumlu etkileşimin mutluluğu kolaylaştıracağını ifade etmiştir.

Buss, (2000) mutluluk seviyesini arttırmaya ilişkin bazı stratejiler ortaya koymuştur. Stratejilerden birincisi modern ve ilkel çağ arasındaki yaşam şartlarına bağlı olarak oluşan farkı kapatmaktır. İkincisi dost ve akrabalarla samimiyetin artırılmasıdır. Üçüncüsü, sıkı dostluklar geliştirmektir. Dördüncü strateji de bireysel stresin azaltılmasıdır. Rekabetçi yapının yerini işbirlikçi yapıya bırakması beşinci stratejidir. Son strateji de fiziksel ve psikolojik ihtiyaçların doyurulmasıdır.

Yaşamını pozitif olarak değerlendiren insanların daha mutlu bir hayat sürdürdüklerini ifade eden Çankaya, (2008) eğitim, sosyoekonomik düzey, sosyal çevre ile olan ilişkiler, din ve psikolojik ihtiyaçların mutluluğu etkilediğini ifade etmiştir. Toplumun kültürel yapısı içerisinde yaşayan insanların kişilik yapısı üzerinde etkili olmaktadır. Kültürler arası mutluluk düzeylerinin farklarını ölçen araçlar her ne kadar yetersiz olsa da yapılan araştırmaların sonucuna göre toplumların mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Örneğin yakın bir zamanda yapılan araştırmada kişi başına düşen milli gelir açısından Amerikan vatandaşlarının mutluluk düzeyi ile kişi başı gelir düzeyi Amerika'ya göre beş kat daha düşük olan Küba ve on kat daha düşük olan Mısır'la kıyaslandığında mutluluk düzeylerinin aynı düzeyde olduğunu tespit edilmiştir. Önemli olan toplumsal kuralların bireyin ihtiyaç ve yeteneklerine uygun oluşturulmasıdır çünkü belirlenen bu kurallar kişilerin mutluluk düzeyleri üzerinde aktif rol oynamaktadır (Csikszentmihalyi, 2017).

Mutlulukla ilgili güncel yaklaşımlardan biri olan Hayes, (2014) mutluluk yaklaşımı bireyin haz ilkesine göre belirlediği tercihlerinin genel mutluluk seviyesini etkilemediğinden bahsetmektedir. Bireyin mutluluğu yakalamak için kişisel zevklerinin peşinden gitmesi onu kirli ve basit girişimlere sürükler. Birey başlarda kendisini iyi hissetsede kalıcı mutluluğu elde edemez. Madde bağımlıları, alkolikler, günü birlik aşklar, ruhsuz cinsel ilişkiler ve aşırılara kaçan teknoloji kullanımı bunlara örnek olarak gösterilebilir (Çolak, 2018).

Mutluluk üzerine yapılan çalışmalarda üç ana faktör ön plana çıkmıştır. Bunlar: a) genetik faktörler b) demografik koşullar c) amaca yönelik davranışlar (aktiviteler) şeklindedir. Bu faktörlerden ise genetik faktörlerin %50, demografik özelliklerin %10, amaca yönelik davranışlar (aktiviteler) ise %40 oranında kişilerin mutluluğunu etkilediği görülmüştür (Lyubomirsky, 2007).

Lyubomirsky, (2007)'ye göre %40 'lık kısmı oluşturan bilinçli faaliyetler uzun süreli mutlulukta önemli bir yer tutmaktadır. Bireyin kurmuş olduğu olumlu toplumsal ilişkileri, yargıları, tutumları, değerleri, dini inançları gibi bireyle ilgili olan tüm değişkenlerin oluşturduğu yaşam amacına uygun eylemler bilinçli faaliyetleri meydana getirmektedir. Bireyin amaca yönelik davranışlar sergilemesi ve bu davranışların sürekliliğini sağlayabilmesi için çaba sarfetmesi gerekmektedir. Bilinçli aktivite kazanılmasında; bireyin eğilimlerine uygun faaliyetler belirlemesi, karar verdiği faaliyetleri hayata geçirme alışkanlığı kazanması, etkinliklere odaklanması ve zamanını doğru kullanması oldukça önemlidir.

Csikszentmihalyi, (2017) yirmi beş yıllık çalışmalarından yola çıkarak mutluluğun şans sonucu elde edilemeyeceği, kişinin olayları yordayış biçimiyle alakalı olduğu sonucuna varmıştır. İnsanların potansiyellerinin farkına varıp, iç denetim mekanizmasını kontrol etmeyi öğrenmeleri yaşam standartlarını belirleme fırsatı sağlar ve bu durum insanları mutlu olmaya daha fazla yaklaştırır.

Rath ve Harter, (2010)' a göre kariyer, sosyal, finansal, fiziksel ve toplumsal yönden iyi olmak mutlu olmak için önemli beş faktördür. Günün çoğunun nerede ve ne şekilde harcandığı kariyer, karşı cinsle olan etkileşim ve aşk hayatı sosyal, ekonomik durumun iyi idare edilme derecesi finansal, sağlıklı ve enerjik olmak fiziksel ve son olarak toplumsal katılım düzeyi ve roller toplumsal iyilik halini temsil eder.

Carlson, (2001) mutluluğun kaynağının içsel süreçler olduğunu dışsal süreçlerin çok önemli olmadığını belirtmiştir. Tarhan, (2014)'te içsel süreçlere vurgu yaparak dışsal nedenlerin mutluluk üzerindeki etkisini yok saymıştır. Koşullar ne kadar ağır olursa olsun bireyin içsel süreçleri onu mutluluğa erdirecektir. Carlson, (2001) bireyin geçmiş ya da gelecek kaygısıyla yaşamaması şimdiye odaklanması gerektiğini belirtmiştir. Mutluluğun özünün anı yaşamaktan geçtiğini söylemiştir. Tarhan, (2014) ise, Carlson'a karşı olarak şimdiye odaklanmanın bireyin gelecekte karşılaşılabileceği

problemlere hazırlıksız yakalanmasına neden olacağını ve kişiyi mutsuzluğa iteceğini belirtmiştir (Can, 2018).

Harris, (2007) ise mutluluğun kaynağının daha çok dışsal süreçlere bağlı olduğunu belirtmiştir. Mutluluğun içsel süreçlerde aranması bireyin gerçeklikten uzaklaşmasına neden olur. İnsanların her durumda mutlu olmak için çabalaması çok gerçekçi ve sürdürülebilir değildir. Bu düşünce tarzı bireyin anı da yaşamasını engellemektedir.

Mutluluk kavramı daha çok yaşamın soyut tarafına dayanır. Mutluluk ile yaşam doyumu kavramları arasındaki en önemli fark, yaşam doyumu yakın geçmiş zamanda doğrudan gerçekleşen olaylara dayanırken, mutluluğun geleceğe yönelik olaylara dayanmasıdır.

### **2.1.5 Yaşam Kalitesi**

Yaşam kalitesi; yaşamdan alınan doyum, mutluluk ya da kültürel yapı ve değerler sistemi içerisinde bireylerin kendi durumlarına yönelik görüşleri şeklinde tanımlanmaktadır. Fiziksel işlevler, aileyle ve çevreyle olan sosyal etkileşim ve yargılar yaşam kalitesinin kapsamını oluşturmaktadır (Anonim, 1998). Ayrıca MESS (Metal İş Sanayicileri Sendikası)'e göre yaşam kalitesi; eğitim, sağlık, hukuk ve toplumsal yaşama katılım gibi unsurları içermektedir. Yaşam kalitesinin yüksek oluşu ülkenin kalkınma düzeyinin göstergesi olmaktadır (Kayan, 2008).

Yaşam kalitesi, bireyin yaşamdan aldığı doyum ya da doyumsuzluğun düzeyidir. Yaşam kalitesi bireylerin planlamış olduğu hedeflere erişmesi, hayata karşı pozitif bir tutum geliştirmesi, hayatına renk katarak yaşamını zenginleştirmesi ve kendini gerçekleştirme ile ilgilidir. Psikoloji alanındaki araştırmalarda doyum ve mutluluk gibi kavramlar ön plandadır; iktisat alanındaki çalışmalarda ise bireylerin iyilik hallerini sürdürmeleri önemlidir (Rahman ve ark., 2005). Bizim burada ele aldığımız yaşam kalitesinin psikolojik yönüdür. Birey yaşamdaki amaç ve beklentilerini gerçekleştirdiği veya gerçekleştirmeye yaklaştığı ölçüde yaşam kalitesi yükselecektir.

Bıçakçı, (2001)' e göre yaşam kalitesi, hayatı anlamlandırmak için bireyin kendi tarzını geliştirmesi ve bu tarza göre oluşturmuş olduğu amaç, ilke, inanç ve değerle uyum içerisinde yaşamasıdır. Yaşamı, ona baktığımız gözlüklerden içeri aldıklarımızla yorumlar ve algılarız. Yaşam kalitemiz bu yorum ve algılamaların

sonucudur. Yaşam tarzımızın bilincinde olup onu yönlendirebilirsek yaşamı daha gerçekçi bir şekilde algılayıp yaşam kalitemizi olumlu yönde etkileyebiliriz.

Yaşam kalitesinin anlamlandırılmasında bireysel özelliklerden kaynaklanan farklar vardır. Örnek verecek olursak; bir insanın kaza geçirerek ayağını kırması sonucu yaşadığı bu duruma fiziki bir olay olarak bakmayarak, kendisi için çok mühim bir toplantının kaçırılma nedeni olarak görmesi sonucu yaşadığı negatif duygu, yaşam kalitesi ile ilgilidir. Ayağı kırılan aynı kişi bu olayı tezini bitirmek için bir imkân olarak görüyor ise ve de bu durum ona mutluluk getiriyorsa yaşam kalitesine etkisi pozitif olabilecektir (Korkmazer, 2018).

Korkmazer, (2018)'e göre yaşam kalitesi, toplumların çağdaş yaşam koşullarına erişmesiyle önem kazanmış bir kavramdır. Araştırma sonuçlarına göre tek başına maddiyat yaşam kalitesinde etkili olmamakta; sosyal, politik ve fiziksel faktörler de yaşam kalitesini etkilemektedir. Yani yaşam kalitesi bireyin maddi zenginliklerine odaklı değildir. Kişinin yaşam stillerini ve gereksinimlerini ön plana alır.

### **2.1.6 Öznel İyi Olma**

Diener, (2000)' e göre iyi bir hayatın tanımı ve bireylerin daha iyi bir yaşam sürdürme istekleri öznel iyi olmaya ilişkin araştırmaları hızlandırmıştır. Bu araştırmalar, bireylerin iyi bir hayat yaşama düşüncesinin giderek daha fazla istenilen bir durum olduğuna odaklanmıştır. Günlük yaşamda mutlulukla eş anlamlı olarak kullanılan iyi yaşam, literatürde öznel iyi olmanın yerine kullanılmaktadır.

Yetim, (2001) 1970'li yıllardan itibaren mutlu olmanın tersi mutsuzluk; acının tersi hazdır anlayışı giderek önemini yitirdiğini belirtmiştir. 1970'li yılların başından itibaren öznel iyi olma kavramına olan ilgi artmış ve pozitif psikoloji alanında birçok araştırmaya konu olmuştur. Psikolojik iyi olmaya yönelik iki görüş vardır. Birincisi haz ve mutluluk üzerine kurulu hedonik iyi olmadır. İkincisi ise kişinin kendini gerçekleştirme, algılaması ve değerlendirmesi üzerine kurulu eudaimonic iyi olmadır. Araştırmaların birçoğunda hedonik iyi olma kavramı yerine öznel iyi olma kavramı kullanılmıştır (Ryan ve Deci, 2001).

Diener, (1984) öznel iyi olmayı bireyin kendi hayatına yönelik bilişsel ve duygusal değerlendirme olarak tanımlamıştır. Öznel iyi olmanın; olumlu duygular, olumsuz duygular ve yaşam doyumu olmak üzere üç ögesi bulunmaktadır. Pozitif ve negatif

duygular duygusal bileşenleri, yaşam doyumunu ise bilişsel bileşenleri meydana getirmektedir. Öznel iyi oluş kavramı profesyonel görüşüne dayalı dışsal ölçütler yerine bireyin kişisel yargılarına dayanır. Bireyin kişisel yargıları da duygusal ve bilişsel olmak üzere iki temel bileşen çerçevesinde ele alınmaktadır. Öznel iyi oluşun bilişsel boyutu yaşam doyumuna, duyuşsal boyutu ise pozitif duyguların negatif duygulardan daha fazla olmasına dayanır (Pavot ve ark., 1991; Diener ve Larsen, 1993; Diener, 1994; Diener ve Suh, 1997; Schimmack ve ark., 2002).

Duygusal boyutu meydana getiren olumlu duygular; fiziksel ve ruhsal olarak kendini iyi hissetme, enerjik olma, cesur olma ve kararlılık olarak tanımlanabilir. Olumsuz duygular ise korku, fiziksel ve ruhsal olarak kötü hissetme, halsizlik ve üşengeçlik olarak belirtilebilir. Bradburn, (1969)'a göre mutluluk, olumlu ve olumsuz duygu arasındaki dengedir. Olumlu ve olumsuz duygular iki farklı değerlendirme alanıdır ve farklı kişilik özelliklerini ifade etmektedir.

Öznel iyi olma kavramı tanımlanırken negatif duygulara yer verilmemiş, pozitif duyguların varlığına da ayrıca yer verilmiştir yani bu iki duygu tamamen birbirinin tersi değildir. Olumlu duyguların varlığını olumsuz duyguların yokluğu şeklinde basite indirgememek gerekir (Diener, 1995). Yani olumsuz duyguların yokluğu olumlu duyguların varlığının işareti değildir.

Baker ve ark., (1992) öznel iyi olmanın duyuşsal boyutu olan olumlu duygular sosyal çevreden daha fazla etkilendiğini belirtmişlerdir. Sosyal çevre olumlu ve tatmin edici davranışları pekiştirerek bireyin zaman içerisinde hoş duygu miktarının artmasını sağlamaktadır (Malatesta ve ark., 1986). Öznel iyi olmanın kalıtımsal yanı daha çok olumsuz davranışlar ve duygular için geçerlidir. Bu durum da nahoş duyguların zamana karşı daha kararlı bir yapıya sahip olmasını sağlar (Watson ve Walker, 1996). Öznel iyi olmanın bilişsel boyutu olan yaşam doyumunu, bireyin hayatının farklı alanlarına yönelik değerlendirmesi olarak tanımlayabiliriz (Diener ve Diener, 1995). Bireyin istekleri ve elde ettiklerinin karşılaştırılmasıdır (Köker, 1991).

Bireyin duygularının yoğunluğundan ziyade sıklığının öznel iyi olma düzeyi ile olan ilişkisi daha fazladır. Olumlu duyguları yoğun olarak yaşayan bireyler, olumsuz duyguları da yoğun olarak yaşamaya eğilimlidirler. Yine Zautra, (1991) olumlu olayları çok fazla yaşayan bireylerin, diğer kişilerden daha fazla olumsuz olay

yaşadığını saptamıştır. Bu sonuç Magnus ve ark., (1993) tarafından da desteklenmiştir. Olumlu duyguların sıklığı duygusal yönden uzun süreli iyi olma ile daha güçlü ilişkiye sahip olması ve duygu yoğunluğuna göre daha ölçülebilir olması nedeniyle öznel iyi olmayı daha iyi belirtmektedir (Diener ve ark., 1985; Diener ve Larsen, 1993).

Huebner, (1991)'e göre yaşam doyumu çok boyutlu bir kavramdır ve aileden, arkadaşlardan, okuldan, çevreden ve benlikten algılanan doyumu içerir. Yaşam doyumu yüksek, olumlu duygularının sayısı olumsuz duygularının sayısından hayli fazla olan bireylerin öznel iyi olma düzeyleri de yüksek olacaktır. İnsanlar mevcut yaşamının; hedeflediği, istediği ve hayalini kurduğu yaşam olduğunu düşünüyorsa öznel iyi oluş düzeyi yüksek olacaktır.

## **2.1.7 Yaşam Doyumu'nu Açıklamaya Çalışan Kuramlar**

### **2.1.7.1 Erek (Telic) Kuramı**

Kuramın iki önemli boyutunu amaçlar ve ihtiyaçlar oluşturmaktadır. Erek kuramına göre ihtiyaçlar karşılandığı ve amaçlara erişildiği takdirde mutluluğa ulaşılmaktadır. Freud'un haz ilkesi ve Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi bu kuramı temsil etmektedir (Diener ve ark., 2002). İnsanların amaç ve gereksinimlerinin karşılanması yaşamdan doyum almalarını sağlarken, karşılanmaması durumunda ise yaşam doyumunun düşük olmasına yol açmaktadır (Çevik ve Korkmaz, 2014).

Bireyin farkında olduğu ya da olmadığı doğuştan getirilmiş veya öğrenilmiş ihtiyaçları vardır. Bu ihtiyaçların karşılanması bireyi mutlu etmektedir. Amaç kuramlarının ihtiyaç kuramlarından ayrılan yönü ise isteklerin bilinçli olmasıdır. Hayata dair planlarını başarıyla gerçekleştiren birey mutlu olmakta ve yaşam doyumu artmaktadır. Bireyin amaçlarının birbiriyle uyum içerisinde olması ve aralarında herhangi bir çatışma olmaması mutluluk üzerinde etkili olmaktadır (Diener, 1984).

İnsanlar kendilerini kısa süre içerisinde doyuma ulaştıracak amaçları benimsememelidir çünkü kısa süreli mutluluk sağlayan bu hedefler bireye uzun vadede mutluluk getirecek diğer amaçların gerçekleşmesine izin vermeyebilir. Bu durum da bireyi anlık zevklerin peşinden koşmaya iter ve çeşitli bağımlılıkların ortaya çıkmasına neden olur. Alkol ve uyuşturucu bağımlılıklarını bunlara örnek olarak verilebilir.

### **2.1.7.2 Haz ve Acı Kuramı**

İnsan hayatında eksik olan şeylere yönelik ihtiyaç ve amaçlara sahiptir. Bu yaklaşımın temel düşüncesi, yoksunluk ve eksikliğin amaçlara ulaşıldıktan sonra daha fazla haz elde etmeyi sağlayacağıdır. Kişinin bütün ihtiyaç ve amaçlarının karşılanması, onu daha büyük bir mutluluğa ya da doyuma ulaştırmayacaktır. Biyolojik ihtiyaçlar ise bireyin bir amacına erişmesi durumunda yeni amaçlar meydana getirerek kendisini yineleyebilmektedir. Acı ve haz kavramları birbirleriyle bağlantılıdır ve haz acıyı takip etmektedir (Diener, 1984). Nitekim Diener ve ark., (1999)' e göre yoğun haz yaşayan bireyler olumsuz duyguları daha çok deneyimlemektedir. Acı veya hazzın uzun süre devam etmesi durumunda ise bireyin doyum ve mutluluk seviyesinde bir değişiklik meydana gelmemektedir.

### **2.1.7.3 Etkinlik Kuramları**

Bu kurama göre mutluluk ve yaşam doyumu bireyin etkinliklerinin bir sonucudur. Örneğin bir yüzme faaliyeti, yüzerek bir hedefe ulaşmaktan daha fazla doyum sağlar. Birey etkinlik ve amaçlara odaklandığı takdirde doyum ve mutluluk kendiliğinden gelecektir (Diener, 1984) yani aktif bir sosyal yaşama sahip, hobileri için boş zaman yaratabilen, zamanının yeterli bir kısmını kendisine ayıran kişilerin yaşam doyumları daha yüksek olacaktır (Doğan ve Moralı, 1999; Tümkaya ve ark., 2008).

Csikszentmihalyi' nin Akış Kuramı' na göre, bireyin yeteneği ve yaşamdan aldığı doyum birbiriyle doğru orantılıdır. Etkinliklerin bireyin beceri düzeyine göre hafif kalması bireyi sıkabilir, kişinin beceri düzeyinin üzerinde bir etkinlikte ise birey kaygı ve stres yaşayabilir. Eğer yetenek ve etkinlik birbirine denk ise kişi doyum ve mutluluk hisseder. Bireyler beceri ve ihtiyaçlarına uygun hedefler belirleyerek bu yönde başarılı adımlar atmaya başlarsa yaşam doyumları artacak ve kendilerini daha mutlu hissedeceklerdir (Diener, 1984; Biswas- Diener, 2000).

### **2.1.7.4 Yargı Kuramları**

Yargı kuramlarına göre yaşam doyumunun düzeyi, bireyin kendisine yönelik belirlemiş olduğu kriterler ile mevcut durumunu karşılaştırılması sonucu belirlenmektedir. Mevcut durum belirlenen standartların üzerindeyse birey doyuma ulaşacaktır. İnceledikleri standartlara göre farklı yargı kuramlarından bahsedilebilir. Bunlardan biri olan sosyal karşılaştırma kurama göre birey diğer kişileri standart olarak kullanarak kıyaslama yapar bu karşılaştırmanın sonucunda mutlu ya da mutsuz



olduğuna kanaat getirir. (Diener ve ark., 1999). Lyubomisky ve Ross, (1997)'ye göre mutlu bireyler kendilerini kötü durumda olan insanlarla, mutsuz bireyler ise durumu kendisinden kötü olanların yanı sıra iyi durumda olanlarla da kıyaslamaktadır.

Diğer bir kuram ise geçmiş yaşantıların kriter olarak kullanıldığı Uyum Kuramı'dır. Olaylar zamanla duyguları etkileme gücünü kaybederler. İyi şartlara veya kötü şartlara uyum sağlanması uzun süreli mutluluk veya mutsuzluk getirmemektedir çünkü birey zamanla iyi veya kötü durumlara uyum sağlama eğilimi göstermektedir (Diener, 1984). Michalos, (1985)'in oklu Uyuşmazlık Kuramı'na göre ise insanlar kendilerini hedefler, diğer kişiler, geçmiş yaşantılar, gereksinimler gibi birçok kritere göre kıyaslarlar. Bireyin hissedeceği yaşam doyumunu kendi standartları ile elinde olanlar arasındaki farkla ilişkilidir.

#### **2.1.7.5 Bağ Kuramları**

Bilişsel yaklaşımının varsayımına göre mutluluk bellekte bir ağa sahiptir. Bower, (1981)'e göre kişiler içinde buldukları durumlarına göre geçmiş yaşantılarına ait duygu ve düşünceleri hatırlar ve yorumlarlar. Eğer kişi mutluyrsa pozitif zengin ilişkiler ağına sahiptir tam tersi durumda ise olumsuz ve yalıtılmış bir ağa sahiptirler (şahin, 2008). Bireyin çok sayıda olumlu ilişkiler ağı geliştirmesinde birçok olaya olumlu yaklaşması ve diğer insanlarla pozitif ilişkiler kurması etkili olmaktadır (Diener, 1984).

Konuyla alakalı klasik koşullanmanın önemini vurgulayan başka bir kurama göre ise duygu yüklü şartlanmalar snmeye karşı daha dirençli olmaktadırlar. Birey bu yaşantılara sahip olabilir ve bu yaşantılarla günlük yaşamda karşılaşılan çok sayıda uyarıcı arasında bağ kurabilir (Yetim, 2001).

#### **2.1.7.6 Tavandan-Tabana ve Tabandan-Tavana Kuramları**

“Tabandan-Tavana“ kuramına göre mutluluk küçük hazların toplamıyla meydana gelir. Anlık haz ve acıların değerlendirilmesi sonucu birey mutlu veya mutsuz olduğu sonucuna varır. Mutlu bir hayat mutlu dakikaların toplamından oluşmaktadır (Kozma ve Stones, 1980; Diener, 1984; DeNeve ve Cooper, 1998).

“Tavandan-Tabana” görüşüne göre ise insanlar kişilik özelliklerini temel alarak yaşadığı olayları olumlu veya olumsuz olarak değerlendirir. Bu yaklaşımda öznel iyi olmanın %80'inini genetik faktörler meydana getirmektedir. Buna bağlı olarak

bireylerin yaşam doyumları arasındaki fark, büyük ölçüde biyolojik farklılıklardan kaynaklanır (Onyishi ve Okongwu, 2013). Yaşam doyumunu veya öznel iyi olma kavramları bireyin global özelliğidir ve bireyin olaylar karşısında nasıl tepki vereceğini belirler (DeNeve ve Cooper, 1998). Tabandan tavana kuramında objektif koşullar ağırlıktayken tavandan tabana kuramında kişilik özellikleri ve tutumlar daha belirleyici olmaktadır (Feist ve ark., 1995; Diener ve ark., 1999).

“Tavandan- Tabana” yaklaşımı, yaşamının bütününden hoşnut olan bireyin yaşamının diğer alanlarından da hoşnut olacağını öngörmektedir. “Tabandan- Tavana” yaklaşımı; bireyin meslek, aile, ekonomik durum, sağlık ve iş gibi yaşamının birçok alanından duyduğu memnuniyetin sonucu olarak yaşam doyumunu elde edeceğini belirtir (Voicu ve Pop, 2011; Sardjoska, 2012). Bu iki kuram tamamen birbirinin tersi değildir, yaşam doyumunu ya da öznel iyi olma kavramlarının aynı çatı altında birleştirilmesi bu iki kavramı daha iyi anlamamızı sağlayabilir (Brief ve ark., 1993; Feist ve ark., 1995).

#### **2.1.7.7 Sabit Nokta Kuramı**

İnsanların mutluluk düzeyleri sabittir ve kalımsaldır. Normal yaşam olaylarının mutluluk düzeyine bir etkisi yoktur. Yaşam içerisindeki normalden sapsmış olaylar bu düzeyi etkilemektedir fakat bireyin belli bir süre sonra mutluluk seviyesi sabit düzeyine tekrar gelmektedir (Headey ve Wearing, 1989, 1992; Emons ve McCullough, 2003).

#### **2.1.8 Yaşam Doyumunu Etkileyen Bazı Değişkenler**

##### **2.1.8.1 Yaş**

Yaş değişkeni ile yaşam doyumunu arasındaki ilişki ilk olarak Wilson, (1967) tarafından araştırılmıştır. Wilson, (1967) yaşın yaşam doyumunu ve mutluluk için önemli bir kriter olduğunu belirtmiş ve gençlerin yaşlılardan daha mutlu oldukları sonucuna varmıştır. Daha sonra Diener, (1984) ve Lucas ve Gohm, (2000) yaşam doyumunu açısından, yaş grupları arasında küçük farklılıklar bulunduğunu belirtmişlerdir. Lucas ve Gohm, (2000) yaşın yaşam doyumuna bir etkisinin olmadığını fakat hoş duyguların zamanla azaldığını, olumsuz duyguların ise önce azaldığı sonra yaşlılıkla birlikte arttığını belirlemişlerdir.

Diener ve Suh, (1997) olumlu duyguların yaşa bağlı olarak azalma eğilimi gösterdiklerini buna karşın yaşam doyumunda herhangi bir değişiklik ve olumsuz

duygularda bir artış olmadığını gözlemlemişlerdir. Mroczek ve Kolarz, (1998)'in yapmış oldukları çalışmaya göre ise cinsiyet, medeni durum, eğitim, stres, kişilik ve fiziksel sağlık değişkenleri kontrol edildiğinde, yaşla birlikte olumlu duygularda artış olduğunu belirlemişlerdir.

### **2.1.8.2 Cinsiyet**

Yapılan araştırmalara göre cinsiyetin yaşam doyumu üzerindeki etkisi az olmaktadır. Wilson, (1967) yılındaki çalışmasında cinsiyetin mutluluk için önemli bir kriter olmadığını, her iki cinsiyetinde eşit derecede mutlu olabileceğini belirtmiştir fakat bazı çalışmaların sonucu kadınların erkeklerden daha fazla olumsuz duygu yaşadığını ortaya koymuştur (Broady ve Hall, 1993; Lucas ve Gohm, 2000). Fujita ve ark., (1991), duygusal yaşantıların sıklığında cinsiyetler açısından bir fark olmamasına karşın kızların olumsuz duyguları daha yoğun yaşadıklarını belirtmişlerdir (Önder, 2015).

### **2.1.8.3 Eğitim**

Araştırmalar, eğitim ve yaşam doyumu arasında çok güçlü olmayan bir ilişki saptamıştır (Campbell, 1981; Witter ve ark., 1984). Eğitim, gelir ve statü ile birlikte ele alındığında yaşam doyumu üzerinde etkili olmaktadır çünkü sadece eğitimin yaşam doyumuna etkisi dolaylı olmaktadır (Bradburn ve Caplovitz, 1965; Diener, 1984; Argyle, 1999).

Yetim, (1996) ülkemizde uyguladığı bir araştırmada yüksek öğrenimli kişilerin toplumsal değerlerden farklı değerlere yönelmesi durumunda düşük yaşam doyumuna sahip olduklarını saptamıştır. Yüksek öğretime sahip bireyler, eğitim ve kültür düzeylerine uygun olarak modern ve farklı değerlere yönelirler fakat toplum tarafından bu değerlerin kabul görmemesi onları mutsuz yapacak ve düşük yaşam doyumuna sahip olmalarına neden olacaktır (Yetim, 2001).

Eğitim seviyesindeki artış ihtiyaç ve amaçlarda değişikliğe yol açabilir, farklı yaşam tarzlarının oluşmasına neden olabilir. Bu da bireylerin farklı ve daha üst isteklerde bulunmasında etkili olabilir. Eğitimle beraber değişen yaşam tarzına örnek olarak günümüz genç yöneticilerinin hafta sonlarını değerlendirmelerine dair yaptıkları spor etkinlikleri verilebilir. Bu yaşam tarzı yeni ve farklı gereksinimleri gündeme getirecektir. Örnek verecek olursak bir dağ evi, arazi aracı doyum için ön plana çıkan

maddi ögeler olabilecektir. Buradan da anlaşılacağı üzere eğitim tek başına değil; gelir, statü, yaşam tarzı ve kültürel eğilimlerle anlam kazanarak yaşam doyumu üzerinde etkili olacaktır (Yetim, 2001).

#### **2.1.8.4 Çalışma ve İş**

Campbell ve ark., (1976) yaptıkları araştırmaya göre mutsuzlukta başlı işsiz bireylerin çektiğini ve bunun da en büyük nedeninin ekonomik ve yaşantısal yoksunluk olduğunu belirlemişlerdir. Bireylerin yaptıkları iş ve çalıştıkları iş yerleri hayatlarında önemli bir yer tutmaktadır. Yapılan işin kariyer gelişimini etkilediği, kariyer gelişiminin de yaşam doyumu üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde bazen kariyer tatmininin yaşam doyumunu olumlu etkilediği bazense hiçbir etkisinin olmadığı gözlenmektedir (Doruk, 2008).

İş hayatının bireyin yaşamının büyük bir bölümünü kapsamı ve kişilerin yaşamlarını etkilemesi iş çevresi şartlarının önemini ortaya çıkarmıştır. İş ve yaşam doyumu, bireylerin örgütsel çevreye ve hayatın tümüne yönelik olumlu tutum ve davranışlar sergilemeleri üzerinde önem taşıyan unsurlar olarak kabul edilmektedir. Bireylerin iş ve yaşam doyumları düzeylerinin yüksek olması iş ve örgütsel çevrede iş dışında kalan aile, akraba, arkadaş çevresinde de olumlu davranışlar sergilemelerine yol açması beklenmektedir. İş görenlerin iş yaşamının kalitesine ilişkin algıları, iş doyumu ve yaşam doyumu tutumlarına olumlu olarak yansımaktadır. Buna ek olarak iş doyumu düzeyleri de yaşam doyumu düzeylerini etkilemektedir (Kanten ve Kanten, 2015).

#### **2.1.8.5 Evlilik ve Aile**

Yaşam doyumu ve mutluluk üzerine yapılan çalışmaların sonuçlarına göre her iki cinsiyetten evli insanların hiç evlilik yapmamış, dul veya ayrılmış insanlardan daha mutlu olduğu belirlenmiştir (Gove ve ark., 1983; Lee ve ark., 1991; Diener ve ark., 1999).

Glenn, (1975)'e göre evli kadınlar evli olmayan kadınlara göre hayatlarında daha fazla stres olmasına rağmen yaşamdan daha fazla doyum alırlar. Glenn ve Weaver, (1979) araştırma sonucunda; ekonomik durum, eğitim seviyesi, mesleki statü gibi değişkenler sabit tutulsa dahi evli olmanın yaşam doyumunu güçlü bir şekilde yordadığını belirlemişlerdir.

Gohm ve ark., (1997) iyi giden bir evliliğin çocukların yaşam kalitesi ve yaşam doyumuna katkısı olduğunu bulmuşlardır. Çatışmalı ve güvenilmez bir aile ortamında büyüyen çocukların yaşam doyumlarının düşük olduğu ortaya konulmuştur. Bunun aksine anne baba arasındaki ilişkinin düzgün olduğu bir evde yetişen çocuklar zihinsel, sosyal ve duygusal açıdan iyi gelişecek ve yaşam doyumları yüksek olacaktır.

Anne babanın olumlu evlilik ilişkisi çocuğun gelecek yaşantılarına etki etmektedir çünkü insanların diğer kişilerle, karşı cinsle ilgili bilişsel şemaları çocukluk çağında gelişmektedir. Bundan dolayı bireyler kendi evliliklerinde anne babalarının evlilik ilişkilerinin izlerini taşımaktadır (Yetim, 2001)

Mastekaasa, (1994) dul ve boşanmış olmanın yaşam doyumuna etkisini çok boyutlu olarak incelemiştir. Mastekaasa, (1994)'e göre dul olmak kısa süreli, boşanmış olmak ise uzun süreli ve daimi bir negatif etkiye sahiptir. Boşanmış olmanın olumsuz etkileri bireyin yeniden evlenmesiyle giderilebilir. Aynı araştırmaya göre, ayrıldıktan bir yıl sonra ilişkiye girme ve girmeme durumuna göre bireylerin yaşam doyumları düzeyleri değişmektedir. Tekrar bir ilişkiye başlayan bireylerde bu durum olumluyken, yalnız yaşayan bireylerde olumsuz olmaktadır.

Diener ve ark., (2000) yaptığı kültürlerarası karşılaştırmalı çalışmanın sonucunda, evli bireylerin boşanmış ya da ayrı yaşayanlara göre daha fazla olumlu duygu yaşadığı ve öznel iyi olma düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak evlilik ve olumlu aile hayatı yaşam doyumunu düzeyini pozitif yönde etkilemekte ve iyi olmanın en önemli yordayıcılarından biri olmaktadır (Campbell ve ark., 1976; Glenn ve Weaver, 1979, 1981; Yetim, 1985; Mastekaasa, 1992).

#### **2.1.8.6 Gelir**

Bazı uluslararası verilere göre gelir düzeyi ile yaşam doyumunu arasında pozitif bir ilişki vardır (Larson, 1978). Zengin ülkeler ile yoksul ülkeler arasındaki yaşam düzeyi farkı ilk etapta dikkat çekmektedir. Yoksul kategorisinde yer alan ülkelerin yaşam doyumları düzeyleri zengin ülkelere göre bir hayli düşüktür fakat Diener, (1995) bazı araştırma sonuçlarına göre ABD, Fransa ve Japonya gibi gelir düzeyi son yirmi yıldır sürekli artış gösteren ülkelerde yaşam doyumunu ortalamasının hiç değişmediğini belirtmiştir. Yine Diener ve ark., (1993) yaptıkları araştırmada ABD vatandaşlarının gelir

seviyesinin sürekli artmasına rağmen yaşam doyumlarının değişmediğini tespit etmişlerdir (Yetim, 2001).

Diener, (1984) gelirin olumlu duygular ile biraz ilişkili olduğunu fakat yaşam doyumuna doğrudan etkisinin bulunmadığını belirtmiştir. Oishi ve ark., (1999)'a göre yaşam doyumunu yoksul kategorisinde yer alan uluslarda finansal doyumla bağlantılıyken, zengin kategorisinde yer alan uluslarda ise bireylerin ev yaşamından elde ettikleri doyumla ilişkilidir. Bazı araştırmalar; refah düzeyi yüksek, ekonomik yönden güçlü toplumların daha mutlu olduklarını göstermektedir ancak; bireysel olarak bakarsak gelir artışı yaşam doyumunu daha az etkilemektedir.

Glatzer, (1984) bireylerin gelir durumlarının iyi olmasının yaşam doyumlarının yüksek olması için gerekli olduğunu fakat tek başına yeterli olmadığını belirtmiştir (Önder, 2015). Gelir ve statü belli bir düzeye kadar birlikte değişir. Gelirde artış olması gücün de artacağı anlamına gelmez. Bu kaniya toplum içerisinde yeteri kadar statü elde edememiş, toplum tarafından önemsenmeyen ve sosyal çevresi tarafından yeterince saygı görmeyen zengin kişilerin olmasından varabiliriz. Maddi yönden epey iyi bir durumda olan bu kişi, statünün gerektirdiği kültürel biçimlenime ve ilişki tarzına sahip değildir. Bundan dolayı kişi mevcut konumundan rahatsızlık duyar ve algıladığı eksikliği giderebilmek için kendisini meşrulaştırıcı çeşitli etkinliklere girer. Doğal olarak bu kişinin, çevresinde kendisiyle aynı konumda bulunan insanlara göre daha az mutlu ve yaşam doyumunun onlardan daha düşük olduğu söylenebilir. Bireyin durumunu kendisiyle aynı statüde olanlarla kıyaslaması sosyal karşılaştırma olgusundan kaynaklanmaktadır (Yetim, 2001).

## **2.2 İlgili Çalışmalar**

### **2.2.1 Mesleki Benlik Saygısı İle İlgili Yurt İçinde ve Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar**

Harmankaya, (2018) tarafından Konya İli'ne bağlı okullarda, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan 228 öğretmen üzerinde bir araştırma yürütülmüştür. Çalışmada özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin mesleki benlik saygıları ile umut düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Veriler mesleki benlik saygısı ve umut düzeyi ölçekleri ile kişisel bilgi formuyla toplanmıştır. Çalışma sonucunda kadın öğretmenlerin mesleki benlik saygıları erkeklerinkinden anlamlı ölçüde daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca kıdem yılı 0-5 arasında olan

öğretmenlerin mesleki benlik saygılarının en yüksek, kıdemi 10-20 yıl arasında olanların mesleki benlik saygılarının ise düşük olduğu ve öğretmenlerin yaş, medeni durum ve çalıştığı kurum türüne göre ise mesleki benlik saygılarının anlamlı ölçüde farklılaşmadığı gözlenmiştir. Umut düzeylerinde de yine demografik değişkenler açısından anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Ayrıca mesleki benlik saygısıyla umut düzeyi arasındaki ilişkinin pozitif ve orta düzeyli olduğu saptanmıştır.

Efiliti ve Çıkkılı, (2017) tarafından “özel eğitim bölümü öğrencilerinin benlik saygısı ile mesleki benlik saygısının incelenmesi” başlıklı çalışma Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Özel Eğitim Bölümünde okuyan 182 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Verilerin toplanmasında benlik saygısı ve mesleki benlik saygısı ölçekleri kullanılmıştır. Araştırma sonucunda öğrencilerin mesleki benlik saygılarının yaşa, cinsiyete ve sınıf düzeyine göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

Biroğul, (2015) tarafından “farklı branş öğretmenlerinin akademik iyimserlikleri ile mesleki benlik saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine bir araştırma” başlıklı çalışma Kocaeli Merkez ve ilçelerinde bulunan toplam 16 ortaokul ve ortaöğretim kurumlarında görev yapan 303 öğretmen üzerinde yürütülmüştür. Veriler akademik iyimserlik, mesleki benlik saygısı ölçekleri ve de araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılarak toplanmıştır. Araştırma sonucunda, cinsiyet, mesleki kıdem değişkeni ve mezuniyet durumu bakımından; öğretmenlerin mesleki benlik saygısı düzeylerinde anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Görev yapılan okul türü ve okul ortamından memnuniyet duyma değişkeni bakımından; mesleki benlik saygılarında ortaokul öğretmenlerinin lehine istatistiksel olarak anlamlı ölçüde farklılaştığı belirlenmiştir. Üstlerinden takdir gördüğünü ifade eden öğretmenlerin mesleki benlik saygı düzeyleri, takdir görmediğini ifade eden öğretmenlerden daha yüksek bulunmuştur. Mesleki benlik saygısı ile akademik iyimserlik ölçeği alt boyutlarından kolektif yeterlik, güven ve akademik vurgu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Dursun ve ark., (2014) tarafından dört farklı devlet üniversitesinin bilgisayar ve öğretim teknolojileri eğitimi bölümünde okuyan 208 birinci sınıf öğrencisi üzerinde bir çalışma yürütülmüştür. Araştırmada bilişim teknolojileri öğretmen adaylarının mesleki benlik saygılarının ölçülmesi amaçlanmıştır. Veriler mesleki benlik saygısı

ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Araştırma sonucunda, öğrencilerin mesleki benlik saygıları öğrenim görülen üniversite açısından anlamlı ölçüde farklılaştığı gözlenirken, bölümü tercih sırası ve cinsiyet değişkenlerine göre ise anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmamıştır.

Körükçü ve Oğuz, (2011) tarafından “okul öncesi eğitimi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygıları” başlıklı çalışma Gazi Üniversitesi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara Üniversitesi ve Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültelerinin Okul Öncesi Öğretmenliği bölümlerinin 3. ve 4. sınıflarında öğrenim gören 212 kız öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Veriler, araştırmacının hazırladığı Kişisel Bilgi Formu ve Mesleki Benlik Saygısı ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Araştırma sonucuna göre mezun olunan lise türünün, tercih sırasının, sınıf düzeyinin ve ailede öğretmen bulunup bulunmamasının, öğrencilerin mesleki benlik saygısı düzeyleri üzerinde anlamlı bir farklılığa yol açmadığı gözlenmiştir.

Baloğlu ve ark., (2006) tarafından “İlköğretim öğretmenlerinin mesleki benlik saygısı ve iş doyumları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi” başlıklı çalışma İstanbul İli Kadıköy ilçesinden seçilen 17 ilköğretim okulu öğretmeni üzerinde yapılmıştır. Veriler Mesleki Benlik Saygısı Ölçeği, İş Doyumu Ölçeği ve Öğretmen Görüşme Formu kullanılarak toplanmıştır. Araştırma sonucunda öğretmenlerin mesleki benlik saygılarıyla iş doyumları arasında ters yönlü bir ilişki olduğu gözlenmiştir.

Tabassum ve Ali, (2012) ortaokul öğretmenlerinin mesleki benlik saygısını çeşitli değişkenler açısından incelemek amacıyla yapmış oldukları çalışmada Pakistan’ın Sahiwal bölgesinde bulunan 203 öğretmene mesleki benlik saygısı ölçeği uygulanmıştır. Ortaokul öğretmenlerinin mesleki benlik saygısı düzeyleri; resim ve fen bilgisi öğretmeni olmaları, kentte ve kırsal bölgede görev yapmaları ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmiştir. Araştırma sonucunda, resim öğretmenleri ile fen bilgisi öğretmenleri arasında mesleki benlik saygısı düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yine kırsal bölgede çalışan öğretmenlerin mesleki benlik saygısı düzeyleriyle kentsel bölgede çalışanların ki arasında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlenmiştir. Ayrıca kadın resim öğretmenlerinin mesleki benlik saygısı düzeylerinin erkek resim öğretmenlerinkine göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu



görülmüştür. Fen bilgisi öğretmenlerinin mesleki benlik saygılarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı ölçüde farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

Fouzia ve Ali, (2012) ortaokul öğretmenlerinin mesleki benlik saygısı düzeylerini çeşitli değişkenler açısından incelemişlerdir. Bu çalışmanın örneklem grubunu Sahiwal Bölgesi'nin fen bilgisi ve güzel sanatlar öğretmenleri oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, kırsal bölgede görev yapan ortaokul öğretmenlerinin mesleki benlik saygısıyla kentsel bölgede görev yapanları arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığını gözlenmiştir. Ancak ortaokul öğretmenlerinin mesleki benlik saygısı puanlarının cinsiyet değişkenine göre kadınların lehine anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği bulunmuştur.

Tinsley ve Hardy, (2003) Teksas Öğretmen Eğitiminde fakülte baskısı ve mesleki benlik saygısının incelendiği çalışmada Texas'da bulunan 68 yüksekokul ve üniversitede öğretmen yetiştirme programlarında görev yapan 239 öğretim görevlisine "Reynolds, (1992) Araştırma Ölçeği" 'ni uygulanmıştır. Araştırmada öğretmen yetiştiren eğitimcilerin mesleki benlik saygısı düzeyleri ile diğer bölümlerdeki akademik meslektaşlarının mesleki benlik saygısı düzeyleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığı araştırılmıştır. Ayrıca öğretim görevlilerinin mesleki benlik saygısı düzeyleri National Council for Accreditation of Teacher Education (NCATE) üyesi fakültelerden olup olmama durumlarına göre incelenmiştir. Öğretmen yetiştiren eğitimcilerin mesleki benlik saygı düzeylerinin diğer bölümlerdeki akademik meslektaşlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, öğretim görevlilerinin mesleki benlik saygısı düzeylerinin NCATE üyesi fakültelerden olup olmama durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır.

Carmel, (1997) doktorlar için mesleki benlik saygısı ölçeği geliştirmek amacıyla yaptığı çalışmada doktorların psikometrik özellikleri ve refah değerleri, mesleki benlik saygısı ölçeğinin teorik temelini oluşturmuştur. Ölçeğin yapı ve geçerliliğini kontrol etmek amacıyla İsrail hekimlerine iki bağımsız çalışma uygulanmış, ölçeğin yapı geçerliliğinin ve iç tutarlılığının olduğu görülmüştür. Araştırma sonucunda, mesleki benlik saygısı ölçeğinin iş performansını, işle alakalı refah düzeyini ve genel refah düzeyini açıklayan faydalı bir ölçek olduğu belirlenmiştir.

Roe ve Gray, (1991) tarafından mesleki stres faktörlerinin etkisi altında öğretmenlerin mesleki benlik saygılarını incelemek amacıyla yapılan çalışmanın sonucunda, öğretmenlerin mesleki benlik saygıları ve meslekleriyle ilgili stres faktörleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Araştırmaya katılan öğretmenlerin %63'ünün mesleki stres faktörlerine bağlı endişelere sahip oldukları saptanmıştır. Ayrıca araştırmaya katılan öğretmenlerin, yetkinlik ve kendilerine olan güven konularında olumsuz bir duyguya sahip oldukları bulunmuştur.

Healy ve ark., (1987) farklı branşlarda ki üniversite öğrencileri üzerinde yapmış oldukları bir çalışma sonucu, üst sınıftaki öğrencilerin mesleki benlik saygılarının alt sınıftaki öğrencilerinkine göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Cinsiyetler açısından ise öğrencilerin mesleki benlik saygısı puanları arasında anlamlı bir farklılaşma gözlenmemiştir.

### **2.2.2 Yaşam Doyumu ile İlgili Yurt İçinde ve Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar**

İncekara, (2018) tarafından Üsküdar Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi Psikoloji bölümünde öğrenim gören 291 lisans öğrencisi üzerinde bir araştırma yürütülmüştür. Çalışmada üniversite öğrencilerinin vücut algıları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin bazı sosyodemografik değişkenler açısından yorumlanması amaçlanmıştır. Veriler vücut algısı ve yaşam doyumu ölçekleri ile demografik bilgi formu kullanılarak toplanmıştır. Araştırma sonucunda, yaşam doyumu puanları ile anne eğitim düzeyi, kardeş sayısı, ailenin kaçınıcı çocuğu olduğu, (romantik) ilişki durumu ve egzersiz/ spor yapma durumu puanları arasında da anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Yaşam doyumu düzeyinde kız öğrencilerin lehine anlamlı bir farklılık gözlenmiştir. Öğrencilerin baba eğitim düzeyleriyle yaşam doyumları arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Babasının eğitim düzeyi üniversite olan öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri diğerlerine göre daha yüksektir. Öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri ile ailelerinin ekonomik durumları arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Bu farklılığın ise ekonomik durumu iyi olan öğrencilerin lehine olduğu bulunmuştur

Özkaya, (2017) tarafından “Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile umutsuzluk ve yaşam doyumu arasındaki ilişki” başlıklı çalışma Haliç Üniversitesi öğrencisi olan 195'i kız 180'i erkek olmak üzere 375 kişi üzerinde yapılmıştır. Verilerin toplanmasında “Ucla Yalnızlık Ölçeği”, “Beck Umutsuzluk Ölçeği”,

“Yaşam Doyumu Ölçeği” ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, öğrencilerin yalnızlık ile yaşam doyumu düzeyleri arasında orta dereceli ve negatif bir ilişki olduğu yani yalnızlık düzeyi arttıkça yaşam doyumunun azaldığı saptanmıştır.

Tel ve Sarı, (2016) üniversite öğrencilerinin öz-duyarlık ve yaşam doyumunu incelemişlerdir. Araştırma grubunu 1082 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma verileri “Öz-Duyarlık Ölçeği”, “Yaşam Doyumu Ölçeği” ve “Kişisel Bilgi Formu” kullanılarak elde edilmiştir. Araştırma sonucunda yaşam doyumunun; öz-duyarlığın olumlu alt boyutları olan öz sevecenlik, bilinçlilik ve paylaşımların farkında olma ile pozitif, öz-duyarlığın olumsuz alt boyutları olan öz yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme ile negatif ilişkili olduğu gözlenmiştir. Öz-duyarlık ölçeğinin bilinçlilik boyutunda erkeklerin puan ortalamaları kadınlarınkinden daha yüksek bulunmuştur. Aşırı özdeşleşme boyutunda ise kadın öğrencilerin puan ortalamalarının erkek öğrencilerinkinden yüksek olduğu saptanmıştır.

Yılmaz ve Aslan, (2013) tarafından 35 ilköğretim okulunda çalışan 402 ilköğretim okulu öğretmeni üzerinde bir araştırma yürütülmüştür. Bu araştırmada öğretmenlerin yaşam doyumlarının ve iş yerindeki yalnızlıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Veriler İş Yerinde Yalnızlık Ölçeği ve Yaşam Doyum Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Araştırma sonucunda öğretmenlerin yaşam doyumu puanlarının cinsiyet değişkenine göre kadın öğretmenlerin lehine anlamlı bir şekilde farklılaştığı gözlenirken, iş yerinde yalnızlık düzeylerinde ise istatistiksel olarak anlamlı bir değişiklik bulunamamıştır. Medeni durum değişkenine göre yapılan incelemede ise evli öğretmenlerin yaşam doyumlarının bekar öğretmenlerinkinden anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur. Öğretmenlerin yaşam doyumları ile iş yerinde yalnızlıklarının duygusal yoksunluk boyutu ve sosyal arkadaşlık boyutları arasında ters yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Şar ve ark., (2012) tarafından farklı branşlardan 710 atama bekleyen öğretmen adayı üzerinde bir araştırma yürütülmüştür. Atama bekleyen öğretmen adaylarının yaşam doyumları; umutsuzluk, öğrenilmiş çaresizlik ve belirsizliğe tahammülsüzlük gibi yordayıcı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Veriler Yaşam Doyumu Ölçeği, Beck Umutsuzluk Ölçeği, Öğrenilmiş Çaresizlik Ölçeği ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği uygulanarak toplanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre,

öğretmen adaylarının umutsuzluk, öğrenilmiş çaresizlik ve belirsizliğe tahammülsüzlük duyguları arttıkça yaşam doyumlarının düştüğü belirlenmiştir. Ayrıca, atama bekleyen öğretmen adaylarının umutsuzluk ve belirsizliğe tahammülsüzlük duygularının yaşam doyumunu yordama gücünün yüksek, öğrenilmiş çaresizlik duygusunun ise düşük olduğu gözlenmiştir.

Yiğit, (2010) tarafından “Ergenlerin benlik saygılarının yaşam doymu ve bazı özlük nitelikleri açısından incelenmesi” başlıklı çalışma Sivas İl Merkezi’ndeki üç ilköğretim okulunun 7. ve 8.sınıflarında öğrenim gören 411 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Veriler Rosenberg Benlik Saygısı ve Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doymu Ölçeği ile kişisel bilgi formu kullanılarak toplanmıştır. Araştırma sonucu ergenlerin benlik saygılarının; cinsiyet, doğum sırası, anne ve baba çalışma durumu, baba eğitim durumu açısından farklılaşmadığı ancak kardeş sayısı, anne eğitim durumu, ailenin aylık gelir durumu açısından manidar bir farklılık gösterdiği, yaşam doymu düzeylerinin benlik saygılarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu saptanmıştır.

Abbott ve ark., (2016) Çin’de toplumsal kaliteyi ve yaşam doymunu inceledikleri araştırmada, 2012-2013 yılları arasında Dünya Değerler Araştırması’nın yaşam memnuniyetini etkileyen faktörlere bakılmıştır. Çin’in giderek artan ekonomik büyümesi ile hızlı modernleşmesinin bireylerin yaşam doymu düzeylerini artıracığı düşünülmüştür. Sosyo-ekonomik güvenlik, sosyal uyum, sosyal içerme ve toplumsal güçlendirme üzerine odaklanarak sosyal kalite modelinden türetilen analiz için bütüncül bir çerçevede ele alınan çalışmada toplumsal yaklaşım, Çin’deki öznel iyi oluş varyansının% 33’ü açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Fabio ve Bucci, (2015) lise öğrencileri ile yaptıkları çalışmanın ilk kısmında duygusal profil, yaşam anlamı ile yaşam doymu ve psikolojik iyi oluş farklılıklarına bakmışlardır. Çalışmanın ikinci kısmında ise olumlu ve olumsuz duygular, özsaygı ve iyimserlik yaşam yönelimi ölçeği aracılığıyla incelenmiştir. Birinci çalışmanın sonucuna göre, olumlu duyguları olumsuz duygularından daha fazla olan bireylerin yüksek yaşam doymuna sahip oldukları ve duygusal profillerinin yaşam anlamı yönünden psikolojik iyi oluşlarının farklılık gösterdiği görülmüştür. İkinci çalışmada ise duygusal profillerin, özsaygı ve iyimserlik değişkenlerini anlamlı bir şekilde etkilediği tespit edilmiştir.

Khatib, (2013) tarafından yapılan çalışmada; depresif semptomlar, benlik saygısı ve yaşam doyumu, cinsiyet ve medeni durum değişkenleri yönünden incelenmiştir. Çalışma grubunu 117 evli, 439 bekar toplamda 547 kişi oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda, benlik saygısı ve yaşam doyumunun cinsiyet değişkenine göre erkeklerin lehine anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunurken, depresif semptomların ise bayanların lehine anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Ayrıca evli bireylerin benlik saygısı ve yaşam doyumları bekar bireylerden anlamlı düzeyde yüksek bulunurken, depresif semptomlarının ise anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır.

Lent ve ark., (2011) öğretmenlerin iş ve yaşam doyumlarını etkileyen değişkenleri incelemek amacıyla İtalya'da bulunan 235 ortaokul ve lise öğretmeniyle bir çalışma yapmışlardır. Araştırma sonucunda, yaşam doyumu ile öz-yeterlik, hedef gelişimi, olumlu duygulanma ve iş doyumu arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki, örgütsel destek ve yeterliğe ilişkin destek arasında zayıf düzeyde anlamlı ilişki olduğu gözlenmiştir. Araştırmanın iş doyumu ile ilgili sonuçlarında ise, iş doyumu ile öz-yeterlik, hedef gelişimi, olumlu duygulanma, örgütsel ve yeterliğe ilişkin destek arasındaki ilişkinin pozitif ve orta düzeyde olduğu bulunmuştur.

Huebner ve ark., (2006) yaşam doyumu düzeyinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemişlerdir. Araştırmanın çalışma grubu 9.sınıf ve 12. sınıf öğrencilerinden rastgele seçim yapılarak oluşturulmuştur. Araştırma sonucunda, öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerinde cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farkın oluşmadığı gözlenmiştir.

Leung ve Zhang, (2000) öğrencilerin benlik algılarının ve kurmuş oldukları ilişkilerin yaşam doyumlarına olan etkisini araştırmak amacıyla Hong Kong'da ikamet eden 12-14 yaşları arası 1099 Çinli öğrenci üzerinde yürüttükleri araştırma sonucunda, öğrencilerin benlik algıları ve kurdukları ilişkilerin yaşam doyumları üzerine ortak etkide buldukları saptanmıştır. Ayrıca; bireylerin ailesinde kurmuş olduğu ilişkilerin yaşam doyumlarına olan etkisinin okulda kurmuş oldukları ilişkilerden daha fazla olduğu da gözlenmiştir.

### 3. MATERYAL ve YÖNTEM

Bu bölüm; araştırmanın modelinden, evreninden ve örnekleminde, verilerin elde edilmesinde kullanılan ölçme araçlarından ve toplanan verilerin istatistiksel analizinde kullanılan tekniklerden oluşmaktadır.

#### 3.1 Araştırmanın Modeli

Fen bilgisi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygıları ile yaşam doyumları arasındaki ilişki düzeyinin saptanmaya çalışıldığı bu çalışmada; geçmişte ya da günümüzde halen var olan bir durumu ya da gerçekliği mevcut koşulları içerisinde araştırıp açıklamaya çalışan tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modellerinden iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi belirlemek için ilişkisel tarama modelinin kullanılması uygun olacaktır (Karasar, 2015). Bu sebeple çalışmamızda ilişkisel tarama modelinin kullanılmasına karar verilmiştir.

#### 3.2 Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Ordu Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören fen bilgisi öğretmenliği bölümü öğrencileri oluşturmaktadır. Amaçlı örnekleme yöntemi ile belirlenen araştırma grubunu fen bilgisi öğretmenliği 1., 2., 3. ve 4. sınıflarında öğrenim gören toplam 66 gönüllü öğretmen adayı oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan FBÖA'nın cinsiyetlerine göre dağılımı Çizelge 3.1'de sunulmuştur.

**Çizelge 3.1** FBÖA'nın Cinsiyetlerine Göre Dağılımı

Cinsiyet	F	%
Kadın	57	86.4
Erkek	9	13.6
<b>Toplam</b>	<b>66</b>	<b>100.0</b>

Katılımcıların %86.4'ü (57 kişi) kız öğrencilerden ve %13.6'sı (9 kişi) erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan FBÖA'nın sınıf düzeylerine göre dağılımı Çizelge 3.2'de sunulmuştur.

**Çizelge 3.2** FBÖA'nın Sınıf Düzeylerine Göre Dağılımı

<b>Sınıf Düzeyi</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>1.Sınıf</b>	5	7.6
<b>2.Sınıf</b>	12	18.2
<b>3.Sınıf</b>	24	36.4
<b>4.Sınıf</b>	25	37.9
<b>Toplam</b>	66	100.0

FBÖA'nın sınıf düzeylerinin dağılımları incelendiğinde %37.9 (25 kişi) 4.sınıf, %36.4 (24 kişi) 3.sınıf, %18.2 (12 kişi) 2.sınıf ve %7.6 (5 kişi) 1.sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan FBÖA'nın anne eğitim düzeylerine göre dağılımı Çizelge 3.3'de sunulmuştur.

**Çizelge 3.3** FBÖA'nın Anne Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımı

<b>Anne Eğitim Düzeyi</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Okur yazar değil</b>	1	1.5
<b>İlköğretim</b>	46	69.7
<b>Lise</b>	15	22.7
<b>Üniversite/Yüksekokul</b>	4	6.1
<b>Toplam</b>	66	100

FBÖA'nın anne eğitim düzeylerine göre dağılımları incelendiğinde %69.7 (46 kişi) ilköğretim, %22.7 (15 kişi) lise, %6.1 (4 kişi) üniversite/yüksekokul mezunlarından ve %1.5 (1 kişi) okur yazar olmayanlardan oluşmaktadır. Araştırmaya katılan FBÖA'nın baba eğitim düzeylerine göre dağılımı Çizelge 3.4'de sunulmuştur.

**Çizelge 3.4** FBÖA'nın Baba Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımı

<b>Baba Eğitim Düzeyi</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>İlköğretim</b>	34	51.5
<b>Lise</b>	25	37.9
<b>Üniversite/Yüksekokul</b>	7	10.6
<b>Toplam</b>	66	100

FBÖA'nın baba eğitim düzeylerine göre dağılımlarına bakıldığında %51.5 (34 kişi) ilköğretim, %37.9 (25 kişi) lise ve %10.6 (7 kişi) üniversite/yüksekokul mezunlarından oluşmaktadır. Araştırmaya katılan FBÖA'nın ailede öğretmen olup olmaması durumuna göre dağılımı Çizelge 3.5'de sunulmuştur.

**Çizelge 3.5** FBÖA'nın Ailede Öğretmen Olup Olmaması Durumuna Göre Dağılımı

<b>Ailede Öğretmen Var/Yok</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Evet</b>	30	44.5
<b>Hayır</b>	36	54.5
<b>Toplam</b>	66	100

FBÖA'nın ailelerinde öğretmen olup olmaması durumlarına göre dağılımlarına bakıldığında öğrencilerin %44.5'in (30 kişi) ailesinde öğretmen bulunmakta, %54.5'in (36 kişi) ise ailesinde öğretmen bulunmamaktadır. Araştırmaya katılan FBÖA'nın mesleği seçme nedenlerine göre dağılımı Çizelge 3.6'de sunulmuştur.

**Çizelge 3.6** FBÖA'nın Mesleği Seçme Nedenlerine Göre Dağılımı

<b>Mesleği Seçme Nedeni</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Fen Bilgisi öğretmenini / öğretmenlerini model alma</b>	4	6.1
<b>Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme</b>	24	36.4
<b>Diğer tercihlere yerleşememe –yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi</b>	30	45.5
<b>Çevresel-ailevi etmenler</b>	8	12.1
<b>Toplam</b>	66	100

Çizelge 3.6 incelendiğinde araştırmaya katılan FBÖA'nın mesleği seçme nedenlerine göre dağılımlarında ilk sırada %45.5 (30 kişi) ile “Diğer tercihlere yerleşememe-yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi” seçeneğinin geldiği görülmektedir. Bu tercih nedenini %36.4 (24 kişi) ile “Öğretmenliğin/fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme” seçeneği izlemektedir. Üçüncü sırada %12.1 (8 kişi) “Çevresel-ailevi etmenler” dördüncü ve son sırada %6.1 (4 kişi) ile “Fen bilgisi öğretmenini / öğretmenlerini model alma” seçeneğinin geldiği görülmektedir.



### 3.3 Veri Toplama Araçları

Araştırmada gerekli izinler alınarak Arıçak, (1999) tarafından geliştirilen “Mesleki Benlik Saygısı Ölçeği”nin yanı sıra Diener ve ark., (1985) tarafından geliştirilen, Köker, (1991) ve Yetim, (1993) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Yaşam Doyum Ölçeği” ile araştırmacı tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

#### 3.3.1 Mesleki Benlik Saygısı Ölçeği (MBSÖ)

MBSÖ (EK 1) bir mesleği tercih etmiş, belirli bir alanda mesleki eğitim alan ya da bir meslekte çalışan 17 yaş ve üstü bireylerin ilgili mesleğe olan saygı tutumlarını ölçmek amacıyla uygulanabilmektedir. Arıçak tarafından 1999 yılında geliştirilen MBSÖ toplam 30 maddeden oluşmaktadır. Bu maddelerin 14 tanesi olumlu, 16 tanesi olumsuzdur. 2, 5, 7, 9, 11, 13, 14, 16, 18, 20, 24, 26, 28 ve 30.maddeler olumluyken; 1, 3, 4, 6, 8, 10, 12, 15, 17, 19, 21, 22, 23, 25, 27 ve 29. maddeler olumsuzdur. Olumsuz maddeler SPSS paket programında ters kodlama yapılarak değerlendirmeye alınmıştır. Olumlu maddelerde “Tamamen Katılıyorum” 5, “Katılıyorum” 4, “Kararsızım” 3, “Katılmıyorum” 2, “Kesinlikle Katılmıyorum” 1 puan alırken; olumsuz maddelerde “Tamamen Katılıyorum” 1, “Katılıyorum” 2, “Kararsızım” 3, “Katılmıyorum” 4, “Kesinlikle Katılmıyorum” 5 puan almaktadır. Herbir maddeye verilen puanlar toplanarak ölçeğin toplam puanı elde edilir. Ölçek puanları 30 ile 150 arasında bir değer almaktadır (Arıçak, 1999).

MBSÖ’nün güvenilirliği Cronbach Alpha ve Test-Tekrar Test yöntemiyle ulaşılan güvenilirlik katsayılarından faydalanılarak hesaplanmıştır. 152 öğrenci üzerinde uygulanan ve madde analizi sonucu 30 maddeye indirilen ölçeğin SPSS programıyla hesaplanan Cronbach Alpha Güvenirlik Katsayısı 0.93 olarak bulunmuştur. Özdamar, (2013)’e göre literatürde Cronbach Alfa Katsayısı aşağıdaki sınıflamaya göre yorumlanabilmektedir (Çizelge 3.7).

**Çizelge 3.7** Güvenirlilik Katsayısı Cronbach Alpha Yorumu

<b>Güvenirlilik katsayısı (Cronbach alfa)</b>	<b>Yorum</b>
$\alpha \geq 0.9$	Mükemmel
$0.7 \leq \alpha < 0.9$	İyi
$0.6 \leq \alpha < 0.5$	Kabul edilebilir
$0.5 \leq \alpha < 0.6$	Zayıf
$\alpha < 0.5$	Kabul edilemez

Çizelge 3.7'ye göre Arıcağ, (1999)' un bulduğı sonuç ölçeğın kendi içinde tutarlı ve yüksek düzeyde güvenilir sonuçlar verdiğine işaret eder. Bu araştırmada ise MBSÖ'nün Cronbach Alfa güvenirlilik katsayısının 0.93 olduğı belirlenmiştir. Bu sonuç Arıcağ, (1999)'un bulgularıyla tutarlıdır ve ölçeğın yüksek düzeyde güvenilir olduğunu göstermektedir.

Madde analizi sonucu yenilenen MBSÖ'nün sınıf öğretmenliğı bölümünde öğrenim gören 92 dördüncü sınıf öğrencisine 1997 yılı Kasım ayı içerisinde iki hafta arayla uygulanmış ve ölçeğın SPSS programıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu hesaplanarak Test–Tekrar Test güvenirlilik katsayısı 0.90 ( $p < 0.01$ ) olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç, ölçeğın geçen zaman içerisinde tutarlı sonuçlar verdiğine ve güvenilir olduğuna işaretir (Arıcağ, 1999).

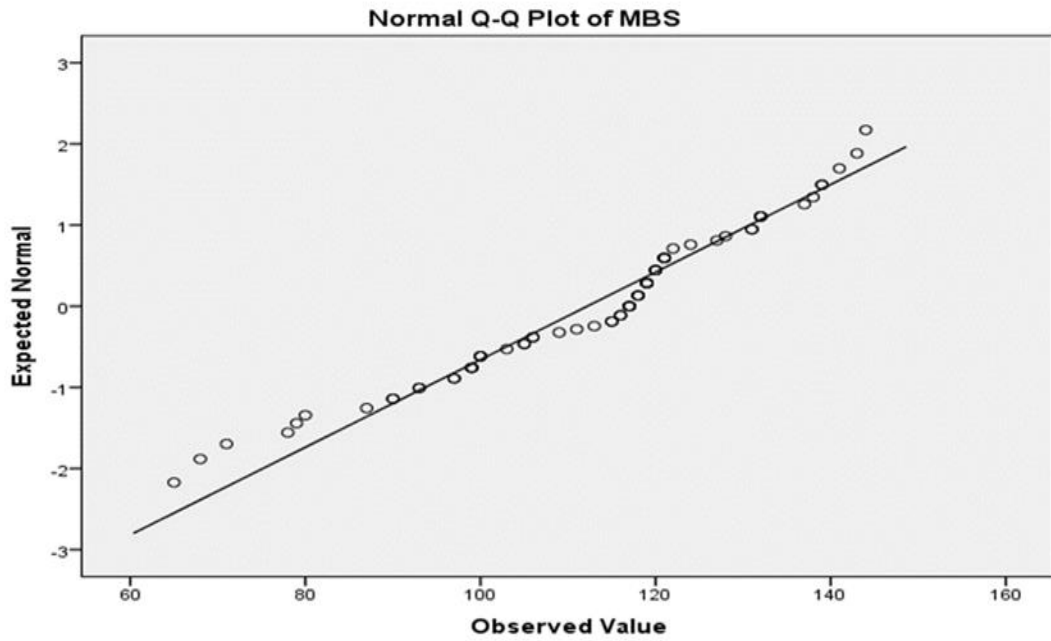
Ölçeğın geçerliliğı ise iki yöntem kullanılarak test edilmiştir. İlk olarak uzman görüşüne başvurularak sağlanmış rasyonel bir yöntem olan kapsam geçerliliğine bakılmıştır. Konuya hakim oldukları düşünölen uzman grubun %75'i tarafından kabul edilen maddeler ölçeğe dahil edilmiş diğere maddeler ise MBSÖ'den çıkarılmıştır. Yapı geçerliliğini test etmek amacıyla yararlanılan faktör analizi de ikinci yöntem olarak kullanılmıştır. Tüm bu sonuçlar ışığında geçerliliğı ve güvenirliliğı test edilmiş MBSÖ'den faydalanılabileceğı kararlaştırılmıştır (Arıcağ, 1999). MBSÖ'nün kullanım izni ölçeğı geliştiren Prof. Dr. Osman Tolga ARICAĞ'tan e-posta yoluyla alınmıştır (EK-2).

Verilerin analizinden önce mesleki benlik saygısı puanlarının normal dağılım gösterip göstermediklerine bakılmıştır. Bunun için Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk Testi normallik analizleri, Q-Q plot grafikleri ile çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Mesleki benlik saygısı puanları için Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk Testi normallik analizi Çizelge 3.8'de sunulmuştur.

**Çizelge 3.8** Mesleki Benlik Saygısı Puanlarının Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk Testi Normallik Analizi

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
MBS	0.151	66	0.001	0.957	66	0.023

Çizelge 3.8’de gösterilen normallik testinin sonucuna göre mesleki benlik saygısı puanlarının normal dağılım göstermedikleri gözlenmektedir. Mesleki benlik saygısı puanlarına ilişkin Q-Q plot grafiği sonucu Şekil 3.1’de sunulmuştur.



**Şekil 3.1** Mesleki Benlik Saygısı Q-Q Plot Grafiği

Şekil 3.1’de görüldüğü üzere; Q-Q plot grafiğindeki doğrusal çizginin altındaki ve üstündeki noktalar, değişkenin birim değerinden aşırı bir sapma göstermedikleri için mesleki benlik saygısı puanlarının normal dağılım sergiledikleri söylenebilir.

Elde edilen verilerin normal dağılıma sahip olup olmadıkları kontrol edilirken çarpıklık ve basıklık değerlerinden de faydalanılmaktadır. Verilerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1.5 - +1.5 arasında yer alması durumunda bu verilerin normal dağılım gösterdikleri kabul edilebilir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Mesleki benlik saygısı puanlarının çarpıklık ve basıklık değerleri Çizelge 3.9’da gösterilmiştir.

**Çizelge 3.9** Mesleki Benlik Saygısı Puanlarının Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

	<b>Çarpıklık</b>	<b>Basıklık</b>
<b>MBS</b>	- 0.589	0.027

Yapılan analiz sonucunda, verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri -1.5 - +1.5 arasında yer almaktadır. Sonuç olarak mesleki benlik saygısı puanlarının normal dağılım gösterdikleri kabul edilerek araştırmanın veri analizlerinde parametrik testlerin kullanılması uygun bulunmuştur.

### **3.3.2 Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)**

1985 yılında Diener, Emmons, Laresen ve Griffin tarafından geliştirilen YDÖ (EK-3), bireylerin yaşamlarından aldıkları doyumun derecesini ölçmeyi amaçlamaktadır ve ergenlerden yetişkinlere kadar tüm yaş gruplarına uygulanabileceği belirtilmektedir. Diener ve arkadaşlarının yaptığı güvenilirlik çalışmasında ölçeğin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0.87, ölçüt bağımlı geçerliği ise 0.82 olarak belirlenmiştir.

YDÖ'nün Türkçe'ye çevrilmesi Yetim, (1993) ve Köker, (1991) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe'ye çevirisini yapan Yetim (1993) ölçeğin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısını 0.86 bulmuştur. Test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise 0.73 belirlenmiştir. Bu sonuçlar ölçeğin kendi içinde tutarlı ve güvenilir olduğunun işaretidir (Yetim, 2003). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0.85 olarak bulunmuştur.

YDÖ toplam 5 maddeden ve tek boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte olumsuz madde bulunmamaktadır. Katılımcıların ifadelerine yönelik cevapları için “1=Kesinlikle Katılmıyorum”, “2=Katılmıyorum”, “3=Kısmen Katılmıyorum”, “4=Kararsızım”, “5=Kısmen Katılıyorum”, “6=Katılıyorum”, “7=Kesinlikle Katılıyorum” şeklinde 7’li likert tipi ölçek temel alınmıştır. Ölçekten alınabilecek minimum puan 5, maksimum puan 35'tir. YDÖ’nden alınan toplam puanın yüksek olması, bireyin yaşamdan duyduğu memnuniyetin yüksek olmasına işaret eder. YDÖ’nün kullanım izni Prof. Dr. Ünsal YETİM’den e-posta yoluyla alınmıştır (EK-4).

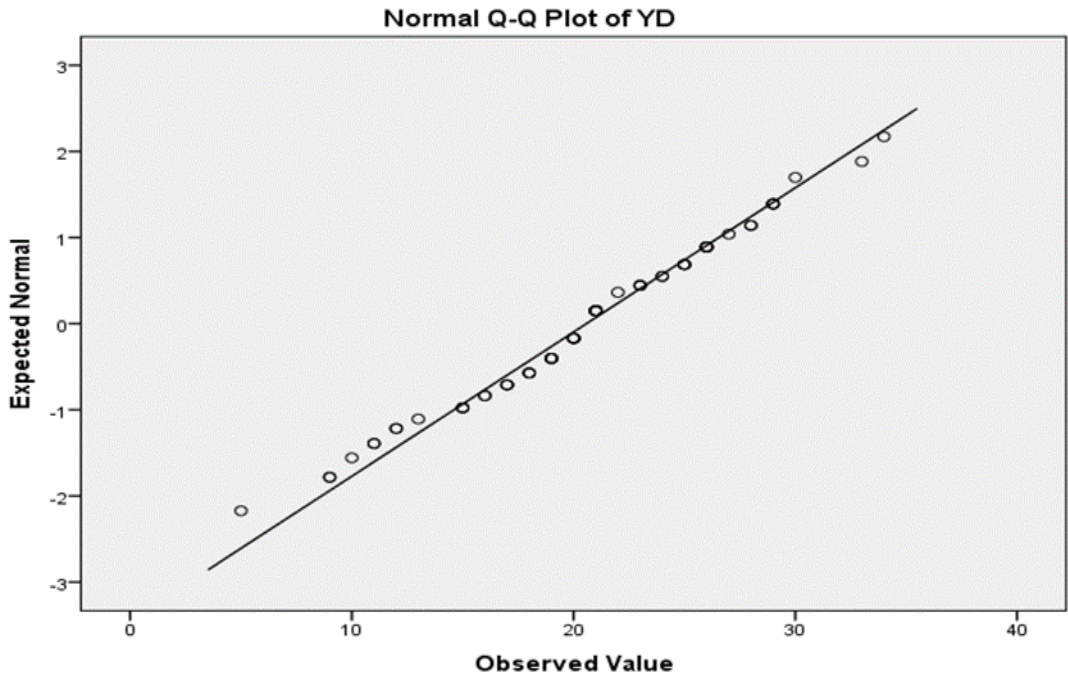
Verilerin analizinden önce yaşam doyumu puanlarının normal dağılım gösterip göstermediklerine bakılmıştır. Bunun için Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk Testi normallik analizleri, Q-Q Plot grafikleri ile çarpıklık ve basıklık değerleri

incelenmiştir. Yaşam doyumu puanları için Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk Testi normallik analizi Çizelge 3.10'da sunulmuştur.

**Çizelge 3.10** Yaşam Doymu Puanlarının Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk Testi Normallik Analizi

YD	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig	Statistic	df	Sig
YD	0.108	66	0.054	0.984	66	0.543

Çizelge 3.10'da gösterilen normallik testinin sonucuna göre yaşam doyumu puanlarının normal dağılım gösterdikleri gözlenmektedir. Yaşam doyumu puanlarına ilişkin Q-Q plot grafiği sonucu Şekil 3.2'de sunulmuştur.



**Şekil 3.2** Yaşam Doymu Q-Q Plot Grafiği

Şekil 3.2'de görüldüğü üzere; Q-Q plot grafiğindeki doğrusal çizginin altındaki ve üstündeki noktalar, değişkenin birim değerinden aşırı bir sapma göstermedikleri için yaşam doyumu puanlarının normal dağılım sergiledikleri söylenebilir. Yaşam doyumu puanlarına ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri çizelge 3.11'de gösterilmiştir.

**Çizelge 3.11** Yaşam Doymu Puanlarının Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

YD	Çarpıklık	Basıklık
YD	- 0.199	0.042

Yapılan analiz sonucunda, verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri -1.5 - +1.5 arasında yer almaktadır. Sonuç olarak yaşam doyumu puanlarının normal dağılım gösterdikleri kabul edilerek araştırmanın veri analizlerinde parametrik testlerin kullanılması uygun bulunmuştur.

### **3.3.3 Kişisel Bilgi Formu**

Kişisel Bilgi Formu araştırmaya konu olan fen bilgisi öğretmen adaylarının cinsiyet, sınıf düzeyi, anne-baba eğitim durumu, ailede öğretmen olup olmaması ve öğretmenlik mesleğini seçme nedeni değişkenleri açısından sahip oldukları özelliklere dair bilgi edinmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır (EK-5).

### **3.4 Verilerin Analizi**

Çalışmada ölçekler aracılığıyla toplanan bilgiler SPSS 22 kullanılarak veri setine dönüştürülmüştür. Analize başlamadan önce ankette yer alan olumsuz maddeler ters kodlama kullanılarak yeniden puanlanmıştır. Verilerde meydana gelebilecek yanlış kodlamalar ve boş değerler frekans tabloları aracılığıyla incelenmiş ve ham veri setiyle karşılaştırılarak kontrolleri yapılmıştır.

Araştırmada mesleki benlik saygısı ve yaşam doyumunun öğretmen adaylarının kişisel bilgilerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı iki gruplu değişkenler için bağımsız örneklem t-testi, ikiden fazla gruba sahip olan değişkenler için ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılarak hesaplanmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonucu ortaya çıkan farklılıkların hangi gruplar arasında olduğu post hoc testlerinden Tukey çoklu karşılaştırma testi ile tespit edilmiştir. Mesleki benlik saygısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi anlayıp araştırmak için Pearson korelasyon (r) ve basit doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Elde edilen veriler %95 güven aralığında ve %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

#### 4. ARAŞTIRMA BULGULARI

##### 4.1 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygısı Düzeylerine İlişkin Bulgular

FBÖA'nın mesleki benlik saygısı düzeylerini belirlemek amacıyla yapılan analizlerden elde edilen sonuçlar Çizelge 4.1 ve 4.2' de gösterilmiştir.

**Çizelge 4.1** MBSÖ'nün Örneklem Sayısı, Aritmetik Ortalaması, Standart Sapması ile Madde Sayısı

	N	$\bar{x}$	SS	Madde Sayısı
<b>MBSÖ</b>	66	112.21	18.52	30

Çizelge 4.1 incelendiğinde FBÖA'nın mesleki benlik saygılarının aritmetik ortalamasının 150 tam puan üzerinden  $\bar{x}=112.21$  olduğu görülmektedir.

**Çizelge 4.2** MBSÖ Maddelerine İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerlerine İlişkin Bulgular

No	Madde	$\bar{x}$	ss
1	Kendimi sahip olduğum mesleğimden daha iyi mesleklere layık görüyorum.	83.7	37.41
2	Mesleğim benim için çok önemlidir.	125.4	27.81
3	Mesleğimi kişiliğime uygun bulmuyorum.	105.9	36.15
4	Mesleğim sorulduğunda gurur duyarak bir cevap veremiyorum.	102.6	41.79
5	Mesleğimde üretken ve verimli olabileceğimi düşünüyorum.	119.4	23.82
6	Mesleğimi istemeyerek seçtim.	98.1	38.52
7	Mesleğim benim benliğimin bir parçasıdır.	107.4	29.34
8	Mesleğimin gerektirdiği zihinsel etkinliklere kendimi veremiyorum.	111.3	25.11
9	Mesleğime çok saygı duyuyorum.	131.7	23.46
10	Tercih hatası yüzünden şu anda istemediğim bir meslek alanındayım.	118.2	36.78
11	Mesleğimin aranan ve istenilen bir meslek olduğunu düşünüyorum.	98.7	34.41
12	Mesleğimin değerlerini hala benimseyebilmiş değilim.	116.7	32.07
13	Mesleğimden memnunum.	112.8	31.59
14	Mesleğim insanlar üzerinde etki bırakabilecek niteliklere sahiptir.	126.0	25.35
15	Mesleğimi küçümsüyorum.	133.5	24.78

**Çizelge 4.2** MBSÖ Maddelerine İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerlerine İlişkin Bulgular (devamı)

No	Madde	$\bar{x}$	ss
16	Mesleğime duygusal olarak kendimi verebiliyorum.	111.9	27.63
17	Bu mesleği seçtiğim için kendi içimde çatışma yaşadığım olur.	99.9	34.23
18	Mesleğim vasıtasıyla insanlık için önemli ve faydalı işler başarabilirim.	125.4	24.06
19	Yeteneklerimin mesleğime uygun olmadığını düşünüyorum.	111.3	30.57
20	Mesleğimin parlak bir geleceği olduğunu düşünüyorum.	100.5	27.6
21	Mesleğimi değiştirmeyi düşünüyorum.	107.7	31.56
22	Mesleğimin benim ihtiyaçlarımı karşılayamayacağını düşünüyorum.	101.7	32.82
23	Onur duyarak söyleyebileceğim bir mesleğim olmasını isterdim.	104.4	40.83
24	Mesleğimi kendim istediğim için yapacağım.	115.5	32.55
25	Mesleğime ilişkin olumsuz bir eleştiri aldığımda onu değersiz görme eğilimine giriyorum.	116.7	28.89
26	Yeri geldiğinde mesleğimi rahatlıkla savunabilirim.	120.9	27.84
27	İlgilerimin mesleğime uygun olmadığını düşünüyorum.	107.7	35.28
28	Mesleğimin itibarlı olduğunu düşünüyorum.	121.5	29.04
29	Gerçekte zevk almadığım halde, mesleğimden zevk alıyormuş gibi görünürüm.	117.3	30.57
30	Mesleğim, bir meslekte bulunmasını istediğim özelliklere sahip.	111.9	29.07

Çizelge 4.2’de gösterilen MBSÖ’nün her maddesinin ortalama puan değerleri incelendiğinde, en yüksek ortalama puan değerine sahip maddenin  $\bar{x}=133.5$  puan ile olumsuz bir madde olan 15.madde “Mesleğimi küçümsüyorum” olduğu görülmüştür. En düşük ortalama puan değerine sahip maddenin ise yine olumsuz bir madde olan  $\bar{x}=83.7$  puan ile 1.madde “Kendimi sahip olduğum mesleğimden daha iyi mesleklere layık görüyorum” olduğu gözlenmiştir.



#### 4.2 FBÖA'nın Kişisel Bilgilerine Göre Mesleki Benlik Saygılarının İncelenmesi

Bu kısımda FBÖA'nın mesleki benlik saygıları; anne-baba eğitim durumu, ailede öğretmen olup olmaması ve mesleği seçme nedenlerine göre incelenmiştir. FBÖA'nın mesleki benlik saygılarının anne eğitim durumu açısından anlamlı ölçüde farklılaşıp farklılaşmadığını belirleyebilmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanarak ulaşılan veriler Çizelge 4.3'te gösterilmiştir.

**Çizelge 4.3** FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygılarının Anne Eğitim Durumu Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Bağımlı Değişken	Anne Eğitim Durumu	N	$\bar{x}$	SS	F	P
MBS	Okuryazar değil	1	116.00			
	İlköğretim	46	111.87	18.66		
	Lise	15	111.60	19.76	0.126	0.944
	Yüksekokul/Üniversite	4	117.25	18.55		
	Toplam	66	112.21	18.52		

\*p>0.05

Anne eğitim durumu okuryazar olmayan tek bir öğrenci bulunmaktadır ve puanının da  $\bar{x}=116.00$  olduğu görülmektedir. FBÖA'dan anne eğitim durumu ilköğretim olan N=46 öğrencinin mesleki benlik saygısı puanlarının aritmetik ortalaması  $\bar{x}=111.87$ , lise olan N=15 öğrencinin  $\bar{x}=111.60$ , üniversite veya yüksekokul mezunu N=4 öğrencinin  $\bar{x}=117.25$  olduğu bulunmuştur. Yapılan analiz sonucuna göre; FBÖA'nın mesleki benlik saygısı puanlarının anne eğitim durumu açısından anlamlı ölçüde farklılaşmadığı saptanmıştır [ $F_{(3;62)}= 0.126$ ;  $p> 0.05$ ].

FBÖA'nın mesleki benlik saygılarının baba eğitim durumları açısından anlamlı biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirleyebilmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanarak ulaşılan veriler Çizelge 4.4'te gösterilmiştir.

**Çizelge 4.4** FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygılarının Baba Eğitim Durumu Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Bağımlı Değişken	Baba Eğitim Durumu	N	$\bar{x}$	SS	F	P
MBS	İlköğretim	34	114.61	14.45		
	Lise	25	107.96	22.52	1.073	0.348
	Yüksekokul/Üniversite	7	115.71	20.43		
	Toplam	66	112.21	18.52		

\*p>0.05

Baba eğitim durumu ilköğretim olan N=34 öğrencinin mesleki benlik saygısı puanlarının aritmetik ortalaması  $\bar{x}=114.61$ , lise olan N=25 öğrencinin  $\bar{x}=107.96$ , üniversite veya yüksekokul mezunu olan N=7 öğrencinin  $\bar{x}=115.71$  olarak bulunmuştur. Yapılan analiz sonucuna göre; FBÖA'nın mesleki benlik saygılarının baba eğitim durumu açısından anlamlı ölçüde farklılaşmadığı saptanmıştır [ $F_{(2;63)}=1.073$ ;  $p>0.05$ ].

FBÖA'nın mesleki benlik saygılarının ailesinde öğretmen bulunup bulunmaması açısından anlamlı ölçüde farklılaşp farklılaşmadığını belirleyebilmek için bağımsız örneklem t-testi uygulanarak ulaşılan veriler Çizelge 4.5'te gösterilmiştir.

**Çizelge 4.5** FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygılarının Ailede Öğretmen Bulunup Bulunmaması Açısından T- Testi Analizi

Bağımlı Değişken	Ailede Öğretmen Var/Yok	N	$\bar{x}$	SS	t	p
MBS	Evet	30	112.83	22.05	0.247	0.060
	Hayır	36	111.69	15.30		

\* $p>0.05$

Analiz sonucunda; ailesinde öğretmen bulunan N=30 öğrencinin mesleki benlik saygısı puanlarının aritmetik ortalaması  $\bar{x}=112.83$ , ailesinde öğretmen bulunmayan N=36 öğrencinin ise  $\bar{x}=111.69$  olarak saptanmış ve FBÖA'nın mesleki benlik saygılarının ailede öğretmen bulunup bulunmaması açısından anlamlı ölçüde farklılaşmadığı saptanmıştır [ $t_{(64)}=0.247$ ;  $p>0.05$ ].

FBÖA'nın mesleki benlik saygısı puanlarının mesleğin seçilme nedeni açısından anlamlı ölçüde farklılaşp farklılaşmadığını belirleyebilmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanarak ulaşılan veriler Çizelge 4.6'da gösterilmiştir.

**Çizelge 4.6** FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygılarının Mesleği Seçme Nedeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Bağımlı Değişken	Öğretmenlik Mesleğini Seçme Nedeni	N	$\bar{x}$	SS	F	p
MBS	1.Fen bilgisi öğretmenini/ öğretmenlerini model alma	4	124.50	17.60	5.723	0.002
	2.Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme	24	121.46	14.88		
	3.Diğer tercihlere yerleşememe-yerleştirme puanlarınınfen bilgisi öğretmenliğine yetmesi	30	106.40	17.66		
	4.Çevresel-ailevi etmenler	8	100.12	18.51		
	<b>Toplam</b>	<b>66</b>	<b>112.21</b>	<b>18.52</b>		

\*p<0.05

FBÖA'nın mesleği seçme nedenlerinden “Fen bilgisi öğretmenini / öğretmenlerini model alma” seçeneğini işaretleyen N=4 öğrenci vardır. Bu kişilerin mesleki benlik saygılarının puan ortalaması  $\bar{x}$ =124.50 bulunmuştur. “Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme” seçeneğini işaretleyen N=24 öğrencinin mesleki benlik saygısı puanlarının ortalaması  $\bar{x}$ =121.46 bulunmuştur. “Diğer tercihlere yerleşememe-yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi” seçeneğini işaretleyen N=30 öğrenci vardır. Bu öğrencilerin mesleki benlik saygısı puan ortalaması  $\bar{x}$ =106.12 bulunmuştur. “Çevresel-ailevi etmenler” nedeniyle fen bilgisi öğretmenliğini işaretleyen N=8 öğrenci vardır ve mesleki benlik saygısı puan ortalaması  $\bar{x}$ = 112.21 olarak saptanmıştır. Yapılan analiz sonucuna göre; katılımcıların mesleki benlik saygısı puanlarının öğretmenlik mesleğinin seçilme nedeni açısından anlamlı ölçüde farklılaştığı gözlenmektedir [F(3;62)=5.723; p<0.05]. Bu anlamlı farklılaşmanın hangi nedenler arasında oluştuğunu belirleyebilmek için uygulanan Tukey testi Çizelge 4.7’de gösterilmiştir.

**Çizelge 4.7** Tukey HSD Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	(I)Öğretmenlik Mesleğini Seçme Nedeni	(J)Öğretmenlik Mesleğini Seçme Nedeni	Ortalamalar Farkı (I-J)	Std. Hata	p
MBS	1.Fen bilgisi öğretmenini / öğretmenlerini model alma	2.Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme	3.04	9.06	0.987
		3.Diğer tercihlere yerleşeme-yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi	18.10	8.93	0.190
		4.Çevresel-ailevi etmenler	24.37	10.28	0.093
		2.Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme	-3.04	9.06	0.987
	2.Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme	3.Diğer tercihlere yerleşeme-yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi	15.06*	4.60	0.009
		4.Çevresel-ailevi etmenler	21.33*	6.85	0.015
		1.Fen bilgisi öğretmenini / öğretmenlerini model alma	-18.10	8.93	0.190
		2.Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme	-15.06*	4.60	0.009
	3.Diğer tercihlere yerleşeme-yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi	4.Çevresel-ailevi etmenler	6.27	6.68	0.784
		1.Fen bilgisi öğretmenini / öğretmenlerini model alma	-24.37	10.28	0.093
		2.Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme	-21.33*	6.85	0.015
		3.Diğer tercihlere yerleşeme-yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi	-6.27	6.68	0.784
4.Çevresel-ailevi etmenler	1.Fen bilgisi öğretmenini / öğretmenlerini model alma	-24.37	10.28	0.093	
	2.Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme	-21.33*	6.85	0.015	

\*p<0.05

Çizelge 4.7'ye bakılacak olursa, "Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme" nedenini işaretleyen katılımcıların mesleki benlik saygısı puanlarının ortalaması "Diğer tercihlere yerleşememe- yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi "nedenini işaretleyen öğrencilerin mesleki benlik saygısı puanlarının ortalamasından anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu görülür. Yine "Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme" nedenini işaretleyen katılımcıların mesleki benlik saygısı puanlarının ortalaması, "Çevresel-ailevi etmenler" nedeniyle bu mesleği seçen öğretmen adaylarından da anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu görülür.

### 4.3 FBÖA'nın Yaşam Doyumlarına İlişkin Bulgular

FBÖA'nın yaşam doyumu puanlarını belirlemek için yapılan analiz sonuçları Çizelge 4.8 ve 4.9'da gösterilmiştir.

**Çizelge 4.8** YDÖ'nün Örneklem Sayısı, Aritmetik Ortalaması, Standart Sapması İle Madde Sayısı

	N	$\bar{x}$	SS	Madde Sayısı
<b>YDÖ</b>	66	20.57	5.97	5

Çizelge 4.8'de de görüldüğü üzere, FBÖA'nın yaşam doyumu puanlarının aritmetik ortalaması  $\bar{x}$ = 20.57 olarak bulunmuştur.

**Çizelge 4.9** YDÖ Maddelerine İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerlerine İlişkin Bulgular

No	Madde	$\bar{x}$	SS
1	Hayatım birçok yönden idealimdekine yakın	21.90	1.45
2	Hayat şartlarım mükemmel	21.80	1.47
3	Hayatımdan memnunum	23.40	1.48
4	Hayattan şimdiye kadar istediğim önemli şeyleri elde ettim	21.00	1.42
5	Eğer hayata yeniden başlasaydım hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim	14.75	1.68
	<b>TOPLAM</b>	<b>20.57</b>	<b>5.97</b>

Çizelge 4.9'da YDÖ'nün her maddesinin ortalama puan değerlerine bakıldığında, en yüksek puana sahip maddenin  $\bar{x}$ =23.40 puan ile 3.madde "Hayatımdan memnunum" olduğu görülür. En düşük ortalama puan değerine sahip maddenin ise  $\bar{x}$ = 14.75 puan

ile 5.madde “Eğer hayata yeniden başlasaydım hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim” olduğu görülmektedir.

#### 4.4 FBÖA’nın Kişisel Bilgilerine Göre Yaşam Doyumlarının İncelenmesi

Bu kısımda FBÖA’nın yaşam doyumunu; anne-baba eğitim durumu, ailede öğretmen olup olmaması ve mesleği seçme nedenlerine göre incelenmiştir. FBÖA’nın yaşam doyumlarının anne eğitim durumu açısından manidar ölçüde farklılaşıp farklılaşmadığını belirleyebilmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanarak ulaşılan veriler Çizelge 4.10’da gösterilmiştir.

**Çizelge 4.10** FBÖA’nın Yaşam Doyumlarının Anne Eğitim Durumu Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Bağımlı Değişken	Anne Eğitim Durumu	N	$\bar{x}$	SS	F	p
YD	Okuryazar değil	1	18.00			
	İlköğretim	46	21.04	6.24		
	Lise	15	19.40	3.72	0.343	0.794
	Yüksekokul/Üniversite	4	20.25	10.56		
	Toplam	66	20.57	5.97		

\*p>0.05

Yapılan analiz sonucunda; FBÖA’nın yaşam doyumlarının anne eğitim durumu açısından anlamlı ölçüde farklılaşmadığı görülmüştür [ $F_{(3;62)}= 0.343$ ; p>0.05]. FBÖA’nın yaşam doyumunu puanlarında baba eğitim durumu açısından farklılık olup olmadığını belirleyebilmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanarak ulaşılan veriler Çizelge 4.11’de gösterilmiştir.

**Çizelge 4.11** FBÖA’nın Yaşam Doyumlarının Baba Eğitim Durumu Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Bağımlı Değişken	Baba Eğitim Durumu	N	$\bar{x}$	SS	F	P
YD	İlköğretim	34	21.53	6.28		
	Lise	25	19.84	5.40	1.018	0.367
	Yüksekokul/Üniversite	7	18.57	6.34		
	Toplam	66	20.57	5.97		

\*p>0.05

Yapılan analiz sonucunda; FBÖA’nın yaşam doyumunu puanlarının baba eğitim durumu açısından anlamlı ölçüde farklılaşmadığı görülmüştür [ $F_{(3;62)}=1.018$ ; p>0.05]. FBÖA’nın yaşam doyumunu puanlarında ailede öğretmen olup olmaması açısından anlamlı ölçüde farklılık olup olmadığını belirleyebilmek için bağımsız örneklem t-testi uygulanarak ulaşılan veriler Çizelge 4.12’de gösterilmiştir.

**Çizelge 4.12** FBÖA'nın Yaşam Doyumlarının Ailede Öğretmen Bulunup Bulunmaması Açısından T- Testi Analizi

Bağımlı Değişken	Ailede Öğretmen Var/Yok	N	$\bar{x}$	SS	t	p
YD	Evet	30	20.56	6.88	-0.011	0.991
	Hayır	36	20.58	5.19		

\*p>0.05

Yapılan analiz sonucuna göre; FBÖA'nın yaşam doyumu puanlarında ailede öğretmen bulunup bulunmaması açısından anlamlı ölçüde bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir [ $t_{(64)} = -0.011$ ;  $p > 0.05$ ]. FBÖA'nın yaşam doyumu puanlarının mesleğin seçilme nedeni açısından anlamlı ölçüde farklılaşıp farklılaşmadığını belirleyebilmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanarak analiz sonucu ulaşılan veriler çizelge 4.13'de gösterilmiştir.

**Çizelge 4.13** FBÖA'nın Yaşam Doyumlarının Mesleği Seçme Nedeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Bağımlı Değişken	Öğretmenlik Mesleğini Seçme Nedeni	N	$\bar{x}$	SS	F	P
YD	1.Fen bilgisi öğretmenini / öğretmenlerini model alma	4	24.00	8.28654	6.512	0.001
	2.Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme	24	23.79	4.94297		
	3.Diğer tercihlere yerleşememe- yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi	30	18.73	5.45156		
	4.Çevresel-ailevi etmenler	8	16.12	4.35685		
	<b>Toplam</b>	66	20.57	8.28654		

\*p<0.05

FBÖA'nın mesleği seçme nedenlerinden “Fen bilgisi öğretmenini / öğretmenlerini model alma” seçeneğini işaretleyen N=4 öğrencinin yaşam doyumu puanlarının ortalaması  $\bar{x}=24.00$ , “Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme” seçeneğini işaretleyen N=24 öğrencinin  $\bar{x}=23.79$ , “Diğer

tercihlere yerleşeme-yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi” seçeneğini işaretleyen N=30 öğrencinin  $\bar{x}$ =18.73, “Çevresel-ailevi etmenler” nedeniyle fen bilgisi öğretmenliğini işaretleyen N=8 öğrencinin ise  $\bar{x}$ =16.12 bulunmuştur. Yapılan analiz sonucuna göre; FBÖA’nın yaşam doyumu puanlarının mesleğin seçilme nedeni açısından anlamlı ölçüde farklılık gösterdiği saptanmıştır [F(3;62)=6.512; p<0.05]. Bu anlamlı farklılaşmanın hangi nedenler arasında oluştuğunu belirleyebilmek için uygulanan Tukey testi Çizelge 4.14’de verilmiştir.

**Çizelge 4.14** Tukey HSD Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	(I)Öğretmenlik Mesleğini Seçme Nedeni	(J)Öğretmenlik Mesleğini Seçme Nedeni	Ortalamalar Farkı (I-J)	Std. Hata	p
YD	1.Fen bilgisi öğretmenini / öğretmenlerini model alma	2.Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme	0.21	2.88	1.000
		3.Diğer tercihlere yerleşeme-yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi	5.27	2.84	0.258
		4.Çevresel-ailevi etmenler	7.87	3.26	0.085
		1.Fen bilgisi öğretmenini / öğretmenlerini model alma	-0.21	2.88	1.000
	2.Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme	3.Diğer tercihlere yerleşeme-yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi	5.06*	1.46	0.005
		4.Çevresel-ailevi etmenler	7.66*	2.18	0.004
		1.Fen bilgisi öğretmenini / öğretmenlerini model alma	-5.27	2.84	0.258
		2.Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme	-5.06*	1.46	0.005
	3.Diğer tercihlere yerleşeme-yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi	4.Çevresel-ailevi etmenler	2.60	2.12	0.611
		1.Fen bilgisi öğretmenini / öğretmenlerini model alma	-7.87	3.26	0.085
		2.Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme	-7.66*	2.18	0.004
		3.Diğer tercihlere yerleşeme-yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi	-2.60	2.12	0.611
4.Çevresel-ailevi etmenler					

\*p<0.05



Çizelge 4.14’de görüldüğü üzere; "Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme" nedenini işaretleyen katılımcıların yaşam doyumu puanlarının ortalamasının “Diğer tercihlere yerleşememe-yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi" nedenini işaretleyen öğrencilerinkinden anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca “Öğretmenliğin/Fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme” nedenini işaretleyen katılımcıların yaşam doyumu puanlarının ortalaması, "Çevresel-ailevi etmenler" nedeniyle bu mesleği seçen öğretmen adaylarından istatistiksel olarak daha anlamlı olduğu görülmüştür.

#### 4.5 FBÖA’nın Mesleki Benlik Saygıları ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki (Pearson Korelasyon)

FBÖA’nın mesleki benlik saygıları ile yaşam doyumları arasındaki ilişki düzeyini belirleyebilmek için Pearson Korelasyon Analizinden faydalanılmıştır. Analiz sonucu ulaşılan veriler Çizelge 4.15’ te verilmiştir.

**Çizelge 4.15** FBÖA’nın Mesleki Benlik Saygısı ile Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki Korelasyon

	YD	
MBS	r	p
	0.608**	0.000

\*\*p<0.01

Büyüköztürk, (2002)’ ye göre korelasyon katsayısının mutlak değeri 0.30-0.70 arasında yer alıyorsa değişkenler arasında orta düzeyde bir ilişki söz konusudur. Bu bilgiden yola çıkarak Çizelge 4.15 incelendiğinde, FBÖA’nın mesleki benlik saygılarıyla yaşam doyumları arasındaki ilişkinin pozitif ve orta düzeyli olduğu görülmektedir (r=0.608, p<0.01). FBÖA’nın mesleki benlik saygısı ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği regresyon analizi Çizelge 4.16’da sunulmuştur.

**Çizelge 4.16** FBÖA’nın Mesleki Benlik Saygısı ile Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Regresyon Analizi ile İncelenmesi

Değişken	B	Std Hata	$\beta$	t	p	R <sup>2</sup>	F
Sabit	-1.430	3.64		-0.39	0.695	0.370	37.605
MBS	0.196	0.03	0.61	6.13	0.000		

R=0.61, R<sup>2</sup>=0.37, F<sub>(1;64)</sub>=37.605, p<0.01

Mesleki benlik saygısının bağımsız değişken, yaşam doyumunun da bağımlı değişken olarak kullanıldığı Çizelge 4.16'da gösterilen regresyon analizi sonucuna göre; FBÖA'nın mesleki benlik saygısının yaşam doyumunu düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu ( $R=0.61$ ,  $R^2=0.37$ ,  $F_{(1;64)}=37.605$ ,  $p<0.01$ ) görülmektedir.  $R^2$  değerinin 0.370 olması, FBÖA'nın yaşam doyumuna ilişkin toplam varyansın %37'sinin, öğretmen adaylarının mesleki benlik saygısı puanıyla açıklandığını göstermektedir.

## 5. TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmanın bu bölümünde FBÖA'nın mesleki benlik saygıları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin düzeyi ve bu iki değişkenin; anne-baba eğitim durumuna, ailede öğretmen bulunup bulunmama durumuna ve mesleği seçme nedenlerine göre incelenmesi sonucunda elde edilen bulgular ilgili literatür eşliğinde tartışılmıştır.

### 5.1 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygıları Anne-Baba Eğitim Düzeyi Açısından Anlamlı Düzeyde Farklılaşmakta mıdır?

FBÖA'nın mesleki benlik saygılarının anne-baba eğitim durumuna göre farklılaşmadığı bulunmuştur ( $p>0.05$ ). Araştırma sonucuna göre FBÖA'nın MBS düzeyleri üzerinde anne ve baba eğitim durumu etkili olmamaktadır. Bu sonuç Uslu, (2015)'in yaptığı çalışma sonuçları ile benzeşmektedir. Uslu, (2015) tarafından sosyal bilgiler öğretmen adaylarına yönelik yapılan çalışmada, öğrencilerin ortalama mesleki benlik saygısı puanlarının anne-baba eğitim durumuna göre değişmediği sonucuna ulaşmıştır. Elde edilen bu sonuç araştırma bulgularıyla tutarlılık göstererek araştırmanın bu yöndeki bulgularını desteklemektedir. Bu yönde bir sonuca ulaşılmasında, öğretmenlik mesleğinin öğrenim durumu farketmeksizin herkes tarafından önemli bir değer olarak benimsenmesi ve tercih edilebilir bir meslek olarak görülmesi etkili olmuş olabilir.

### 5.2 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygıları Ailede Öğretmen Olup Olmaması Durumu Açısından Anlamlı Düzeyde Farklılaşmakta mıdır?

FBÖA'nın mesleki benlik saygısı puanlarının ailede öğretmen bulunup bulunmaması durumu açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığı saptanmıştır ( $p>0.05$ ). Yani FBÖA'nın ailesinde öğretmen olsun ya da olmasın mesleki benlik saygısı düzeyleri değişmemektedir. Bu sonuç Bartan ve ark., (2013) Güleç ve Ayaz, (2017) Körükçü ve Oğuz, (2011) ile Uslu, (2015) tarafından yapılan çalışmalarla tutarlılık göstermektedir. Yazarlar araştırma sonuçlarında, öğretmen adaylarının ailesinde öğretmen bulunma durumunun mesleki benlik saygısı puanlarında anlamlı bir farklılık yaratmadığını tespit etmişlerdir. Bu çalışmaların sonuçları araştırma bulgularıyla tutarlılık göstererek araştırmanın bu yöndeki bulgusunu desteklemektedir.

Gottfredson'a göre bireyler; mesleğin saygınlık düzeyi, cinsiyet ve toplum tarafından belirlenen bir takım kalıplaşmış yargılara göre meslek seçimlerini daraltarak kabul edilebilir tercihleriyle meslekler arasında bir uzlaşma sağlamaktadırlar (Kuzgun, 2009a).

Vroom'un beklenti kuramına göre; birey karar verirken olumlu yönlerinin fazla, olumsuz yönlerinin az olduğu ve ulaşılabilme ihtimali en yüksek seçeneğe yönelmektedirler. Karar aşamasındaki kişi bireysel özellikleriyle seçeneklerin gerektirdiği nitelikleri değerlendirerek bir tercih yapmaktadır. Bu tercih bireyin istekleri, yetenekleri ve seçeneklerin her birinin kişinin isteklerini karşılama derecesi yönünden yapmış olduğu değerlendirmelerin bir ifadesidir denilebilir (Kuzgun, 2009a). Bu nedenle araştırma sonucuna göre aile mesleğinin devam ettirilmesi düşüncesine verilen değerin günümüzde azaldığı, bireylerin artık hedeflerine, yeteneklerine ve ilgilerine uygun mesleklere yöneldikleri söyleyebilir. Öğrencilerin öğretmenlik mesleğini ailede öğretmen bulunup bulunmamasına bakmadan insanlara hizmet etme arzusundan, topluma faydalı olma isteğinden ve öğretmenlik mesleğinin toplum nezdindeki saygılığının yüksek olmasından dolayı seçtikleri düşünülebilir.

Alanyazında, araştırma sonucunu desteklemeyen bulgulara rastlamakta mümkündür. Nitekim Aslan ve Akyol, (2006) tarafından yapılan çalışmada, öğretmen adaylarının mesleki benlik saygılarının ailelerinde öğretmen bulunanların lehine istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuç araştırmanın bu yöndeki bulgusunu desteklememektedir.

### **5.3 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygıları Mesleği Seçme Nedeni Açısından Anlamlı Düzeyde Farklılaşmakta mıdır?**

Araştırma bulgularına göre, FBÖA'nın puanlarının mesleği seçme nedenlerine göre anlamlı bir farklılık oluşup oluşmadığını belirlemek amacıyla yapılan araştırma sonucunda, FBÖA'nın mesleki benlik saygılarının öğretmenlik mesleğini seçme nedenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. "Öğretmenliğin/Fen Bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme" nedeniyle öğretmenliği tercih edenlerin, "Diğer tercihlere yerleşememe-yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi" ve "Çevresel-ailevi etmenler" nedenleri ile öğretmenliği tercih edenlere göre mesleki benlik saygıları anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Literatür taraması sonucu mesleki benlik saygısını öğretmenlik mesleğinin seçilme nedenlerine göre inceleyen araştırmalara rastlanmıştır. Sayın, (2005) ve Işık, (2006) tarafından öğretmen adaylarına yönelik yapılan çalışmalarda, öğretmen adaylarının mesleki benlik saygısı puanlarının öğretmenliği seçme nedenleri açısından anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Yine Ünal ve Şimşek,

(2008) ilköğretim bölümü anabilim dallarında öğrenim gören öğretmen adaylarının mesleki benlik saygısı düzeylerini çeşitli değişkenler açısından inceledikleri çalışmada, öğrencilerin mesleki benlik saygılarının öğretmenliği seçme nedenleri açısından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu çalışmaların sonuçları araştırma bulgularıyla tutarlılık göstererek araştırmanın bu yöndeki bulgusunu desteklemektedir.

Fen bilgisi öğretmen adaylarının içinde buldukları dönem, mesleğe hazırlık için eğitim sürecine başlandığı ve gerçekçi değerlendirmelerin yapıldığı Super'in yaşam boyu meslek gelişimi kuramının araştırma dönemine denk gelmektedir. Bu dönemde bireysel özelliklerini ve iş dünyasını araştırmaya başlayan genç belli yetenekler içeren meslek gruplarından birine yönelmektedir (Kuzgun, 2009a).

Tiedeman ve O' Hara'nın mesleki gelişim kuramına göre kararlılık ve tutarlılığı gelişen benliğin mesleğiyle ilgili karar verme imkanları da gelişmektedir. Meslek seçimi, özdeşim ve mesleklerin farklı yönlerinin incelenmesi yoluyla değerlendirilip ayrıştırılarak her sosyal çevreden alınan uyarıcılara bağlı olarak yeniden oluşturulan bir süreçtir. Gati'nin karar verme modeline göre akılcı bir seçim için erişilebilir ihtimali en yüksek olan ve de en çok fayda sağlayan seçenekler seçilmelidir (Kuzgun, 2009a).

Mesleki benlik saygısıyla öğretmenlik mesleğini seçme nedeni arasında doğrudan bir ilişki olduğu kabul edilirse, öğretmenlik mesleğinin kendisine uygun bir meslek olduğunu düşünerek seçmiş olan FBÖA'nın mesleki benlik saygısı düzeyinin, puanı öğretmenliğe yetenler ile çevresel ve ailevi etmenlerle bu mesleği seçenlerden daha yüksek olmasının beklenen bir durum olduğu söylenebilir.

#### **5.4 FBÖA'nın Yaşam Doyumları Anne-Baba Eğitim Düzeyi Açısından Anlamlı Şekilde Farklılaşmakta mıdır?**

FBÖA'nın yaşam doyumlarının ana-baba eğitim durumlarına göre farklılaşmadığı bulunmuştur ( $p>0.05$ ). Bu bulgulara göre, FBÖA'nın yaşam doyumları üzerinde ana - baba eğitim durumunun etkili olmadığı söylenebilir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar, Akyol, (2013)'ün Güler, (2015) 'in ve Kirişoğlu, (2016)'nın çalışmalarıyla paralellik göstermektedir. Akyol, (2013) tarafından boşanmış ve boşanmamış aileye sahip ergenler üzerinde yapılan çalışma sonucunda, ergenlerin yalnızlık, yaşam doyumu ve sosyal destek düzeyleri üzerinde ana - baba eğitim düzeyi açısından

anlamli bir fark bulunmamıştır. Güler, (2015) üniversite öğrencilerinde beden imajının yaşam doyumu ve umutsuzluk üzerine etkisini incelemek amacıyla yaptığı çalışmanın sonucunda, öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerinin anne ve baba eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Kirişoğlu, (2016) genç yetişkinlerin aile yapıları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelediği çalışma sonucunda, gençlerin yaşam doyumu düzeylerine anne baba eğitim düzeyinin etkisinin olmadığı görülmüştür.

İlgili alanyazın incelendiğinde, yaşam doyumunun anne - baba eğitim durumuna göre farklılaştığına dair bulgulara da denk gelmek mümkündür. İncekara, (2018) üniversitelilerin vücut algıları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışma sonucunda, öğrencilerin yaşam doyumlarının babanın eğitim durumuna göre farklılaştığı, anne eğitim durumundan ise etkilenmediği belirlenmiştir. Kalfa, (2017) tarafından spor bilimleri ve eğitim fakültesi öğrencilerinin yaşam ve serbest zaman doyumunu incelemek amacıyla yapılan çalışma sonucunda, öğrencilerin yaşam doyumlarının annenin eğitim durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı gözlenirken babanın eğitim durumuna göre ise öğrencilerin yaşam doyumlarında manidar bir fark oluşmadığı bulunmuştur. Gülcan, (2014) genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisini incelediği çalışma sonucunda, babaların eğitim durumunun gençlerin yaşam doyumuna etkisinin olduğu fakat annelerin eğitim durumunun gençlerin yaşam doyumuna bir etkisinin olmadığı bulunmuştur. Bu sonuçlar araştırmanın bu yöndeki bulgularını desteklememektedir.

“Tavandan – Tabana” kuramına göre öznel iyi olmanın % 80’inini genetik faktörler oluşturmaktadır. Buna bağlı olarak bireylerin yaşam doyumları arasındaki fark, büyük ölçüde biyolojik farklılıklardan kaynaklanmaktadır (Onyishi ve Okongwu, 2013).Tavandan - tabana kuramında kişilik özellikleri ve tutumlar daha belirleyici olmaktadır (Feist ve ark., 1995; Diener ve ark., 1999). Bu bilgiler ışığında bireyin yaşamına yönelik değerlendirmelerinin anne ve babanın eğitim durumundan bağımsız olduğu yorumunu yapabiliriz.

### **5.5 FBÖA'nın Yaşam Doyumları Ailede Öğretmen Olup Olmaması Durumu Açısından Anlamlı Düzeyde Farklılaşmakta mıdır?**

Araştırma sonucunda, FBÖA'nın yaşam doyumu puanlarının ailesinde öğretmen bulunup bulunmamasına göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur ( $p>0,05$ ). Recepoğlu, (2013) öğretmen adaylarının yaşam doyumları ile öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları arasındaki ilişkiyi incelendiği çalışma sonucunda, araştırma bulgularıyla paralel olarak ailede öğretmen olup olmamasının yaşam doyumlarına bir etkisinin olmadığı görülmüştür.

Sabit nokta kuramına göre bireylerin mutluluk ve yaşam doyumu düzeyleri sabit ve kalımsaldır. Normal yaşam olaylarının ve çevresel faktörlerin mutluluk ve doyum düzeylerine bir etkisi bulunmamaktadır (Emons ve McCullough, 2003). Bu bilgiler doğrultusunda bireyin tüm hayatına yön veren yaşam doyumunun, çevresel faktörlerden ziyade kişisel özelliklerinden daha fazla etkilenen bir olgu olduğu yorumu yapılabilir.

### **5.6 FBÖA'nın Yaşam Doyumları Öğretmenlik Mesleğini Seçme Nedeni Açısından Anlamlı Düzeyde Farklılaşmakta mıdır?**

Araştırma sonucunda, FBÖA'nın yaşam doyumu puanlarının öğretmenlik mesleğini seçme nedenlerine göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür ( $p<0,05$ ). Sonuçlara göre, "Öğretmenliğin/Fen Bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme" nedenini işaretleyen öğrencilerin yaşam doyumu düzeyleri "Diğer tercihlere yerleşememe-yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi" ve "Çevresel-ailevi etmenler" nedenleriyle bu mesleği seçen öğrencilerinkinden istatistiksel olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Alanyazında araştırma bulgularına paralellik gösteren çalışmalara rastlamak mümkündür. Pınar ve ark., (2015) tarafından yapılan "Sağlık Alanlarında Okuyan Üniversite Öğrencilerinin Tükenmişlik Ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki" başlıklı çalışmada mesleğinin kendisine uygun olduğunu belirterek başka meslek seçmek istemeyen, üniversiteye başladıktan sonra mesleğe karşı olumlu bir bakış açısı geliştiren öğrencilerin yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Şahin, (2008) tarafından beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik ve yaşam doyumu düzeylerini incelemek amacıyla 300 beden eğitimi öğretmeni üzerinde yapılan çalışma sonucunda; mesleğini kendi isteğiyle seçen öğretmenlerin duygusal tükenme

seviyelerinin daha düşük, yaşam doyumlarının ise daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar bir yönüyle bizim bulgularımızı destekler niteliktedirler.

Gençler yükseköğretime başlarken ilgi alanlarını göz ardı ederek, hayatlarını güvence altına alabilmek seçimler yapabilmektedir. Bu sebeple birçok genç sadece üniversite mezunu olabilmek için hedef ve ideallerinin dışında, ilgi duymadığı bölümlere kayıt yaptırmaktadır (Gündoğar ve ark., 2007).

Bireylerin kişilik özelliklerine uygun meslekler edinmeleri ve bu mesleklerine karşı olumlu tutum ve görüşlere sahip olmaları mutlu bir hayat yaşamalarına da katkı sağlamaktadır (Dursun ve ark., 2014). Etkinlik kuramına göre; beceri ve ihtiyaçlarına uygun hedefler belirleyerek bu yönde başarılı adımlar atmaya başlayan bireylerin yaşam doyumları artacak ve kendilerini daha mutlu hissedeceklerdir (Diener, 1984; Biswas – Diener, 2000).

### **5.7 FBÖA'nın Mesleki Benlik Saygıları ile Yaşam Doyumları Arasında Anamlı Bir İlişki Var mıdır?**

Korelasyon analizi sonucunda, araştırmaya katılan FBÖA'nın mesleki benlik saygılarıyla yaşam doyumlarının pozitif ve orta düzeyde ilişkili olduğu gözlenmiştir. Er, (2017) tarafından yapılan "Rehber Öğretmenlerde Mesleki Benlik Saygısı, Duyusal Zeka ve Yaşam Doyumlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi" isimli çalışma sonucunda, rehber öğretmenlerin mesleki benlik saygılarıyla yaşam doyumlarının pozitif anlamlı düzeyde ilişkili olduğu gözlenmiştir. Bu çalışmaların sonuçları araştırma bulgularıyla tutarlılık göstererek araştırmanın bu yöndeki bulgusunu desteklemektedir.

Alanyazında benlik saygısı ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalara daha çok rastlanmaktadır. Çeçen, (2008) tarafından üniversite öğrencilerinin benlik saygıları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada, öğrencilerin benlik saygılarıyla yaşam doyumlarının pozitif anlamlı düzeyde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Dilmaç ve Ekşi, (2008) tarafından meslek yüksek okullarında öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumlarının ve benlik saygılarının incelendiği çalışma sonucunda, öğrencilerin yaşam doyumlarıyla benlik saygılarının pozitif anlamlı düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Benlik saygısının, mesleki benlik saygısının bir ön koşulu olduğunu varsayarsak bu sonuçlar bir yönüyle bizim bulgularımızı destekler niteliktedirler. Araştırma sonucuna göre, FBÖA'nın



mesleki benlik saygısı düzeylerinin yüksek olmasının yaşam doyumu düzeyini olumlu yönde etkilediği yorumu yapılabilir.

### 5.8 Öneriler

- Mesleki benlik kavramına verilen değerin derecesi olan mesleki benlik saygısı, bireyin mesleğe uyumunu kolaylaştırarak, çalıştığı işten ve yaşamdan doyum almasını sağlar. Bu nedenle yaşam doyumunu ve mesleki benlik saygısını etkileyen değişkenlerin detaylı bir şekilde incelenmesi oldukça önemlidir. Bu incelemelerin ışığında eğitim programlarında öğrencilerin beklenti ve ihtiyaçları temel alınarak gerekli güncellemeler yapılabilir.
- Bilgi çağının gerektirdiği nitelikli fen bilgisi öğretmeni yetiştirme sorumluluğuna sahip eğitim fakültelerinde, fen bilgisi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygılarını geliştirebilmek için konferanslar, çalıştaylar ve seminerler düzenlenebilir.
- Fen bilgisi öğretmenliğine dair mesleki benlik saygısı gelişiminde öğretmenlik mesleğinin sosyal ve ekonomik koşullarının iyileştirilmesinin faydalı olacağı ayrıca bu iyileştirmenin fen bilgisi öğretmen adaylarının yaşam doyumlarına yansımalarının olumlu olacağı düşünülmektedir.
- Fen bilgisi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygıları ve yaşam doyumlarını arttırmaya ve buna ek olarak öğretmenlik mesleğiyle alakalı her türlü problemin çözümüne yardımcı olabilecek danışma merkezlerinin sayısı artırılabilir.
- Araştırma bulguları bize gösteriyorki fen bilgisi öğretmenliğini kendisine uygun olduğunu düşünerek tercih edenlerin mesleki benlik saygısı ve yaşam doyumu, diğer tercihlerine yerleşemediği için ve çevresel–ailevi etkenlerle seçenlerinkinden daha yüksektir. Bu nedenle meslek seçimi aşamasında olan lise öğrencilerine meslekleri tanıtıcı rehberlik faaliyetlerinin yoğun şekilde verilmesi önemli görülmektedir.
- Öğretmenlerin sahip oldukları nitelikler yetiştirecekleri öğrenciler açısından oldukça önemlidir. Bundan dolayı öğretmenlik mesleğinin zorlukları hakkında bilgi sahibi olan ve tüm yönleriyle kendisini öğretmenliğe uygun gören kişilerin bu mesleği tercih etmesi gerekir.
- Ortaöğretim kurumlarının İŞKUR'un iş ve meslek danışmanlığı hizmetlerinden aktif olarak faydalanmasının etkili sonuçlar doğurabileceği

düşünülmektedir. İŞKUR İş ve meslek danışmanları tarafından öğrencilere meslek seçimiyle alakalı düzenlenebilecek seminerler ile öğrencilerin ilgilerini, isteklerini ve mesleklere yönelik eğilimlerini belirlemek amacıyla uygulanabilecek mesleki yönelim bataryaları aracılığıyla öğrencilerin kendilerine uygun olmayan mesleklere yönelmeleri engellenebilir. Doğru mesleki tercihte bulunan bireyin gelecekte yüksek düzeyde iş ve yaşam doyumu ile mesleki benlik saygısına sahip olacağı beklenmektedir.

- Fen bilgisi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygıları ve yaşam doyumu düzeyleri ile bu değişkenlerin mesleğe atıldıktan sonraki düzeylerinin karşılaştırılabileceği çalışmalar yapılabilir.
- Fen bilgisi öğretmen adayları ile halihazırda bu mesleği icra eden öğretmenlerin mesleki benlik saygısı ve yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılarak bu çalışma sonucu alınabilecek önlemler belirlenebilir.
- Çalışmanın örneklemini Ordu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Fen Bilgisi Öğretmenliği Bölümü öğrencilerinden oluşmaktadır. Örneklem büyüklüğünden kaynaklanabilecek sorunlar hesaba katılarak bu çalışma başka üniversitelerin eğitim fakültelerinde geniş bir örnekleme yapılarak araştırmanın kapsamı genişletilebilir.
- Fen bilgisi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişki düzeyini anlamak için yapılan bu çalışma farklı branştaki öğretmen adaylarına uygulanarak da karşılaştırmalar yapılabilir.
- Ülkemizde mesleki benlik saygısı ve yaşam doyumuna ilişkin yapılan bilimsel çalışmaların sayısı oldukça azdır. Bu alanlardaki çalışmalar derinleştirilerek konuya ilişkin daha kapsamlı verilere ulaşılabilir.

## 6. KAYNAKLAR

- Abbott, P., Wallace, C., Lin, K., & Haerpfer, C. (2016). The quality of society and life satisfaction in China. social indicators research: An international and interdisciplinary. *Journal for Quality-of-Life Measurement*, 127 (2), 653-670.
- Acar, M. (2009). Zihinsel ve fiziksel özürlü çocuğa sahip anne ve babaların yaşam doyumu ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Konya.
- Adler, A. (2017). Yaşamın anlam ve amacı. Kâmuran Şipal (Çev.). Say Yayınları, İstanbul, 328s.
- Akarsu, B. (1997). Mutluluk ahlakı. İnkılap Yayınevi, İstanbul, 176s.
- Akgündüz, Y. (2013). Konaklama işletmelerinde iş doyumu, yaşam doyumu ve öz yeterlilik arasındaki ilişkinin analizi. *CBÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 180-204.
- Aktaş, S. (2011). 9. Sınıfta anne baba tutumları ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya.
- Akyol, U. S. (2013). Boşanmış ve boşanmamış aileye sahip ergenlerin yalnızlık, yaşam doyumu, sosyal destek ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Denizli.
- Alleyne, M., Alleyne, P., & Greenidge, D. (2010). Life satisfaction and perceived stress among university students in barbados. *Journal of Psychology in Africa*, 291-298.
- Altay, B., & Avcı, İ. A. (2009). Huzurevinde yaşayan yaşlılarda özbakım gücü ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Dicle Tıp Dergisi*, 275-282.
- Anonim, 1998. The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL) Development and General Psychometric Properties. *Soc Sci Med*, (46) 1569-85.
- Aral, N., Gürsoy, F., & Bıçakcı M. Y. (2007). Okul öncesi eğitim kurumlarında çalışan öğretmen adaylarının mesleki menlik saygılarının incelenmesi. Uluslar arası Öğretmen Yetiştirme Politikaları ve Sorunları Sempozyumu, 12-14 Mayıs, Azerbaycan, Bakü.
- Argyle, M. (1999). Causes and correlates of happiness. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 353-372). New York: Russell Sage Foundation.
- Arıcak, T. O. (1995). Üniversite öğrencilerinde saldırganlık, benlik saygısı ve denetim odağı ilişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul.

- Arıcak, O. T. (1999). Grupla psikolojik danışma yoluyla benlik ve mesleki benlik saygısının geliştirilmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul.
- Arıcak, O. T., & Dilmaç, B. (2003). Psikolojik danışma ve rehberlik öğrencilerinin bir takım değişkenler açısından benlik saygısı ile mesleki benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(1), 1-7.
- Arıcak, O. T., & Onur, V. (1997). Sınıf öğretmeni adayları üniversite öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine ilişkin görüşleri ve çeşitli değişkenler açısından benlik saygısı düzeyleri arasındaki farkın incelenmesi. IV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi, 10-12 Eylül, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Armutlu, C. (2008). Sembolik tüketim: Benlik imajı uyumu üzerine bir araştırma. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı, Ankara.
- Arseven, A. D. (1986). Benlik tasarımı. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 1, 18.
- Aslan, D., & Akyol, A.K. (2006). Okul öncesi öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ve mesleki benlik saygılarının incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(2), 51-60.
- Aydın, D. (2007). Sosyal öğrenme kuramı: Eğitim psikolojisi, Editör: Deniz, M. E., Maya Akademi, Ankara.
- Bacanlı, H. (2004). Sosyal İlişkilerde Benlik (Kendini Ayarlama Psikolojisi). İstanbul MEB Yayınları, İstanbul, 68s.
- Baloğlu, N., Karadağ, E., Çalışkan, N., & Korkmaz, T. (2006). İlköğretim öğretmenlerinin mesleki benlik saygısı ve iş doyumları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 345-358.
- Bartan, M., Oksal, A., & Sevi, L. (2013). Analysis of attitudes of preschool prospective teachers towards teaching profession and their professional self-esteem (Kütahya sample). *Ozean Journal of Social Sciences*, 6(2), 35-42.
- Baymur, F. (1993). Genel psikoloji. İnkılap Kitabevi, İstanbul, 344s.
- Bayram, N., Sam, N., Aytaç, S., & Aytaç, M. (2010). Yaşam tatmini ve sosyal dışlanma. *İş Güç Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, 12(4), 82-92.
- Başaran, İ. E. (1996). Türkiye eğitim sistemi. Yargıcı Matbaası, Ankara, 192s.
- Bean, J. P., & Bradley, R. K. (1986). Untangling the satisfaction- performance relationship for college students. *Journal of Higher Education*, 57(4), 393-412.
- Bıçakçı, U. (2001). Paradigma ve yaşam kalitesi. Sistem Yayıncılık, İstanbul, 239s.
- Bircan, H. H. (2001). İslam felsefesinde mutluluk. İz Yayıncılık, İstanbul, 512s.
- Biroğul, H. K. (2015). Farklı branş öğretmenlerinin akademik iyimserlikleri ile mesleki benlik saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine bir araştırma.

Yüksek Lisans Tezi, Düzce Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Düzce.

- Biswas – Diener, R., Diener, E., & Tamir, M. (2004). The psychology of subjective well-being. *Deadalus*, 133, 18-25
- Borden, V. M. H. (1995). Segmenting student markets with a student satisfaction and priorities survey. *Research in Higher Education*, 36(1), 73-88.
- Bozali, S. (2017). Okul öncesi öğretmenlerinin mesleki haz düzeylerinin açıklanmasında mesleki benlik saygısı ve rol fazlası davranışların rolü. Yüksek Lisans Tezi, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Temel Eğitim Anabilim Dalı, Rize.
- Bradburn, N. (1969). The structure of psychological well-being. Chicago: Aldine.
- Bradley, R. H., & Corwyn, R. F. (2004). Life satisfaction among European American, African American, Chinese American, Mexican American, and Dominican American adolescents. *International Journal Of Behavioral Development*. 28(5), 385-400.
- Brief, A. P., Butcher, A. H., George, J. M., & Link, K. E. (1993). Integrating bottom-up and top-down theories of subjective well-being: The case of health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 646-653
- Brody, L. R., & Hall, J. A. (1993). Gender and emotion. In M. Lewis ve J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of Emotions* (447-460). New York: Guilford Press.
- Buss, D. M. (2000). The evolution of happiness. *American Psychologist*, 55(1), 15.
- Büssing, A., Fischer, J., Haller, A., Heusser, P., Ostermann, T., & Matthiessen, P. F. (2009). Validation of the brief multidimensional life satisfaction scale in patients with chronic diseases. *European Journal Of Medical Research*, 14, 171-177.
- Campbell, A. (1981). The sense of well-being in America: Recent patterns and trends. New York: McGraw-Hill.
- Campbell, A., Converse, P. E., & Rodgers, W.L. (1976). *The quality of American life*. New York: Russell- Sage
- Can, M. (2018). Üniversite öğrencilerinin mutluluk, psikolojik sağlık ve öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Carlson, R. (2001). Ne olursa olsun mutlu olabilirsiniz. Burcu Tümer (Çev.). HYB, Ankara, 134s.
- Carmel, S. (1997). The professional self-esteem of physicians scale, structure, properties, and the relationship to work outcomes and life satisfaction. *Psychological Reports*, 80, 591-602.
- Cesur, D. (2007). Sınıf öğretmenlerinin benimsedikleri sorumluluğa dayalı sınıf yönetimi yaklaşımları ile mesleki benlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Silivri İlçesi Örneği). Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı, İstanbul.

- Chow, H. P. H. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 70, 139-150.
- Clark, A.E., Diener, E., Georgellis, Y., & Lucas, R.E. (2002). Lags and Leads in Life Satisfaction: A Test of the Baseline Hypothesis Paper CNRS & DELTA, 2003, Paris, France.
- Csikszentmihalyi, M. (2017). Akış: Mutluluk bilimi. Akış, Buzdağı Yayınevi, Ankara, 416s.
- Çankaya, Z. C. (2008). Bazı insanlar neden daha mutludur? Öznel iyi olma sürecinde psikolojik ihtiyaçların rolü. *Aile ve Toplum Eğitim- Kültür ve Araştırma Dergisi*, 13(1), 2: 29-36.
- Çeçen, A. R. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. Eğitimde Kuram ve Uygulama, *Journal of Theory and Practice in Education*, 4(1), 19-30.
- Çeçen-Erogul, A. R., & Dingiltepe, T. (2012). Parçalanmış ve tam aileye sahip ergenlerin yaşam doyumu düzeyleri ile yaşam kalite düzeylerinin karşılaştırılması. *İlköğretim Online*, 11(4), 1077-1086.
- Çevik, N. K., & Korkmaz, O. (2014). Türkiye’de yaşam doyumu ve iş doyumu arasındaki ilişkinin iki değişkenli sıralı probit model analizi. *Niğde Üniversitesi İİBF Dergisi*, 7(1), 126-145.
- Çetinkaya, B. (2006). Türkiye Türkçesinde mutluluk ve üzüntü göstergeleri. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Dili ve Edebiyatı Anabilim Dalı, Ankara.
- Çivitçi, A. (2012). Üniversite öğrencilerinde genel yaşam doyumu ve psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2, 321-336.
- Çolak, E. (2018). Sosyal fayda projelerinde gönüllü çalışan üniversite öğrencilerinde mutluluk ve psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin değerlendirilmesi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Dedehayır, H. (2003). İletişim ve benlik kavramı. *Kaynak Dergisi*, 14, 7.
- Demir, V., Gürsoy, F., & Ada, Ş. (2011). Okulöncesi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygılarının incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 597-614.
- DeNeve, K., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta analysis of 137 personality traits and subjective well being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229.
- Deniz. M. E., & Yılmaz, E. (2004). Üniversite öğrencilerinin duygusal zeka yetenekleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişki. *İnönü Üniversitesi XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı Bildiri Özetleri*, Malatya.
- Deniz M.E., Akuysal S., & Çelik C. (2005). Kırsal alanlarda ve kent merkezinde yaşayan ilköğretim öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi.

XIV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi, 28-30 Eylül, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Denizli.

- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157.
- Diener, E. (1995). Subjective well-being in cross-cultural perspective. H. Grad, A. Blanco and J. Georgas (Eds), *Proceedings of the 12th International Congress of Cross-Cultural Psychology*, in. Sweets and Zeitlinger.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, (55), 34-43.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2000). New directions in subjective well-being research: The cutting edge. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 27, 21-33.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2001). Making the best of a bad situation: Satisfaction in the slums of Calcutta. *Social Indicators Research*, 55, 329-352.
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653-663.
- Diener, E., & Larsen, R. J. (1993). The experience of emotional well-being. In I. M. Lewis, & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of Emotions* (pp 405-415). New York: Guilford.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Larsen, R., Levine, S., & Emmons, R. A. (1985). Intensity and frequency: Dimensions underlying positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 1253-1265.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C.R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annu. Rev. Psychol*, 54, 403-25.
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective Wellbeing: A General Overview. *South African Journal of Psychology*. 39(4): 391-406.
- Diener, E., Sandvik, E., Seidlitz, L., & Diener, M. (1993). The relationship between income and subjective well-being: Relative or absolute? *Social Indicators Research*, 28, 195-223.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13(1), 81-84.
- Diener, E., & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40(1-2), 189-216.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R.E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.

- Dikmen, A. A. (1995). İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 50 (3-4), 115-140.
- Dilmaç B., & Ekşi H., (2008). Meslek yüksek okullarında öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumları ve benlik saygılarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (20), 279-289.
- Dinçer, F. (2008). Hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyleri. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı, Adana.
- Doğan, B., & Moralı, S. (1999). Üniversite öğretim elemanlarının sporla ilgili tutumları ile yaşam ve iş doyum düzeylerinin spor yapma alışkanlıkları ile incelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1). 16-27.
- Doruk, N. Ç. (2008). Organizasyonlarda iş-aile ve aile-iş çatışmalarının bireylerin performansları üzerine etkisinde iş ve yaşam tatmininin rolü. Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı, Kayseri.
- Dönmez, A. (1985). Denetim odağı, kendine saygı ve üç değişken: Çevre büyüklüğü, yaş, aile ortamı. *Eğitim ve Bilim*, 10, 4-15.
- Duclos, G. (2016). Benlik saygısı, yaşam için bir pasaport. Olcay Kunal (Çev.). Yapı Kredi Yayınları, İstanbul, 246s.
- Duran A. (2016). Okul yöneticilerinin mutluluk düzeylerinin öz-yeterlikleriyle ilişkisi (Amasya İli örneği). Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Tokat.
- Dursun, Ö. Ö., Çuhadar, C., & Tanyeri, T. (2014). Bilişim teknolojileri öğretmen adaylarının mesleki benlik saygıları. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35, 131-142.
- Efiliti, E., & Çıkkılı, Y. (2017). Özel eğitim bölümü öğrencilerinin benlik saygısı ile mesleki benlik saygısının incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (1), 99-114.
- Elliott, K. M., & Shin, D. (2002). Student satisfaction: An alternative approach to assessing this important concept. *Journal of Higher Education Policy and Management*, 24(2), 197-209.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: Experimental studies of gratitude and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 377-389
- Er, A. Ç. (2017). Rehber öğretmenlerde mesleki benlik saygısı, duygusal zeka ve yaşam doyumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya.
- Erman, K.A., Can, S., & Şahan, A. (2004). Sporcu bayan ve erkeklerin benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması. 8. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 17-20 Kasım, Akdeniz Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Antalya.



- Eryılmaz, A. (2010). Ergenler için öznel iyi oluşu artırma stratejileri ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (33), 81-88.
- Eş, H., & Sarıkaya, M. (2010). İlköğretim 6.sınıf fen ve teknoloji dersi “yaşamımızdaki elektrik” ünitesi kazanımları ile ilgili öğretmen görüşlerinin değerlendirilmesi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7 (1), 107-127.
- Fabio, D.A., & Bucci, O. (2015). Affective profiles in Italian high school students: life satisfaction, psychological well-being, self-esteem, and optimism. *Frontiers in psychology*, 6, 1310.
- Feist, G. J., Bodner, T. E., Jacobs, J. F., Miles, M., & Tan, V. (1995). Integrating top-down and bottom-up structural models of subjective well-being: A longitudinal investigation. *The Journal of Personality*, 68(1), 138-150
- Fouzia, T., & Ali, M. A. (2012). Professional self-esteem of secondary school teachers. *Asian Social Science*, 8(2), 206.
- Frish, M. B. (2006). Quality of life therapy: Applying a life satisfaction approach to positive psychology and cognitive therapy. New Jersey: John Wiley & Sons
- Fromm, E. (1994). Erdem ve mutluluk. Ayda Yörükkan (Çev.). Kültür Yayınları, İstanbul, 284s.
- Glenn, N. D. (1975). The contribution of marriage to the psychological well-being of males and females. *Journal of Marriage and the Family*, 37, 594-600.
- Glenn, N. D., & Weaver, C. N. (1979). A note on family situation and global happiness. *Social Forces*, 57, 960-967.
- Glenn, N. D., & Weaver, C. N. (1981). Education's effects on psychological well-being. *Public Opinion Quarterly*, 45, 22-39.
- Gohm, C.L., Hillier-Darlington, J., Diener, E., & Oishi, S. (1997). The effects of marital conflict, marital status and culture on subjective well-being of young adults. Manuscript submitted for publication. University of Illinois.
- Gove, W. R., Hughes, M., & Style, C. B. (1983). Does marriage have positive effects on the psychological well-being of the individual? *Journal of Health & Social Behavior*, 24, 122-131.
- Gül, A. (2010). Benlik düzenleme odakları, otantik ve ilişkisel / özerk benlik ketlenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Mersin.
- Gülcan, A. (2014). Genç Yetişkinlerde İyimserliğin Mutluluk Ve Yaşam Doyumunu Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Fatih Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul.
- Güleç, H., & Ayaz, C. Ö. (2017). Öğretmen adaylarının benlik saygıları ve mesleki benlik saygılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6 (2), 556-579.
- Gülenç, K. (2013). Mutluluk nedir. Mandolin Yayınlar, İstanbul, 31s.

- Güler, K. (2015). Beden imajının üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ve umutsuzluk üzerine etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Gündoğar D., Gül S.,S., Uskun E., Demirci S., & Keçeci D. (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10, 14-27.
- Gündüz, M. (2000). Toplumsal tabakalaşma ölçütü olarak meslek ve meslek olarak öğretmenliğin saygınlığı. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 44-50.
- Güneş, M. H. (2016). Geçmişten günümüze fen eğitiminin önemi ve fen eğitiminde son yıllarda yapılan çalışmalar. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5 (3), 2146-9199.
- Güney, S. (2009). Sosyal psikoloji. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 444s.
- Hamarta, E. (2004). Üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerindeki bazı değişkenlerin (benlik saygısı, depresyon ve saplantılı düşünme) bağlanma stilleri açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya.
- Harmankaya, S. H. (2018). Özel Eğitim Alanında Çalışan Öğretmenlerin Mesleki Benlik Saygısı ve Umut Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Özel Eğitim Anabilim Dalı, Konya.
- Harris, R. (2007). The happiness trap. Exisle: Australia
- Harter, S. (1983). Developmental perspectives on the self system. E. M. Hetherington, *Handbook of Child Psychology*, 4, 275-385.
- Hayes, N., & Joseph, S. (2003). Big 5 correlates of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 34, 723-727.
- Headey, B., & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well-being: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(4), 731-729.
- Healy, C. C., & Others (1987). Age and grade differences in career development among community college students. *Review of Higher Education*, 10(3), 247-58.
- Herken, H., Bodur, S., & Kara, F. (2000). Üniversite öğrencisi kızlarda madde kullanımını ile kişilik ve ruhsal belirti ilişkisi. *Klinik psikiyatri*, 40-45.
- Hotard, S. R., McFatter, R. M., McWhirter, R. M., & Stegall, M. E. (1989). Interactive effects of extraversion, neuroticism and social relationships on subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(2), 321-331.
- Huebner, E. S. (1991). Correlates of life satisfaction in children. *School Psychology Quarterly*, 6, 103-111
- Huebner, E. S., Funk, B. A., & Valois, R. F. (2006). Reliability and validity of a brief life satisfaction scale with a high school sample, *Journal of Happiness Studies*, 7, 41-54.

- Işık, E. N. (2006). Öğretmen adaylarının benlik kavramları ile mesleki benlik kavramları arasındaki bağdaşımın bazı değişkenlere göre incelenmesi: selçuk üniversitesi örneği. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya.
- İncekara, T. (2018). Üniversite öğrencilerinde vücut algısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Jan, M., & Masood, T. (2008). An assessment of life satisfaction among women. *Stud Home Comm. Sci.*, 2, 33-42.
- Jones, R. N. (1982). Danışma psikolojisi kuramları, (Çev: Füsün Akkoyun), Casell Educational Limited, 20,21, 146-150,153,158,168,179.
- Joshanloo, M., & Afshari, S. (2011). Big five personality traits and self-esteem as predictor of life satisfaction in Iranian Muslim University Students. *Journal of Happiness Studies*, (12), 105-113.
- Kalfa, S. (2017). Spor bilimleri ve eğitim fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumu ve serbest zaman doyumunun incelenmesi (uşak üniversitesi örneği). Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalı, Muğla.
- Kanten, P., & Kanten, S. (2015). İş yaşam kalitesinin yaşam doyumu üzerindeki etkisinde iş doyumunun aracılık rolü: Yaşam Doyumu, Editör: Doğan, S., Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, 60-61.
- Karaaslan, A. (1993). Öğrenci hemşirelerin benlik saygısı düzeyleri ve bunu etkileyen etmenlerin incelenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 9(22).
- Karadağ, E., Baloğlu, N., & Cesur, D. (2009). Sorumluluğa dayalı sınıf yönetimi yaklaşımı ile mesleki benlik saygısı arasındaki ilişki: Sınıf öğretmenleri örneğinde bir araştırma. *Milli Eğitim Dergisi*, 182/38, 22-35.
- Karasar. N. (2015). Bilimsel araştırma yöntemi. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 368s.
- Karataş, S. Ç. (1988). Yaşlılarda yaşam doyumunu etkileyen etkenler. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.(tübess)
- Kaya, A. G. (2006). İzmir’de yaşam kalitesi ve yoksulluk. İzmir İktisat Kongresi Araştırma Merkezi Öğrenci Çalışma Raporları Serisi, İzmir.
- Kaya, A., & Saçkes, M. (2004). Benlik saygısı geliştirme programının ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerine etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(21), 49-56.
- Kayan M. (2008). Yaşam kalitesi ve örgütsel vatandaşlık. Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İlköğretim Anabilim Dalı, Afyon.
- Keser, A. (2005), İş doyum ve yaşam doyum ilişkisi: otomotiv sektöründe bir uygulama, *Kocaeli Üniversitesi Çalışma ve Toplum Dergisi*, 4(2), 77-96.

- Khatib, S. A. (2013). Satisfaction with life, Self-esteem, gender and marital status as predictors of depressive symptoms among United Arab Emirates college students, *International Journal of Psychology and Counselling*, 5(3), 53-61.
- Kirişoğlu, Ş. (2016). Genç yetişkinlerin aile yapıları ile benlik saygısı ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Korkmaz, M. (1996). Yetişkin örneklem için bir benlik saygısı ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlik çalışması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İzmir.
- Korkmazer, F. (2018). İş yükü fazlalığı algısının yaşam kalitesi üzerindeki etkisi: iş-aile çatışmasının aracı rolü. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Yönetim ve Organizasyon Bilim Dalı, Malatya.
- Kozma, A., & Stones, M. J. (1980). The measurement of happiness: Development of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH). *Journal of Gerontology*, 35, 906-912.
- Köker, S. (1991). Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumunu düzeyinin karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, Ankara.
- Körükçü, Ö., & Oğuz, V. (2011). Okul öncesi eğitimi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygıları. *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 4(2), 77-85.
- Kulaksızoğlu, A. (2000). Ergenlik psikolojisi. Remzi Kitabevi, Ankara, 269s.
- Kuzgun, Y. (1983). Benlik ve ideal benlik kavramlarının, tercih edilen meslek kavramları ile ilişkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 16, 1-9.
- Kuzgun, Y. (1995). Rehberlik ve psikolojik danışma, ÖSYM Yayınları, Ankara, 220s.
- Kuzgun, Y. (2009a). Meslek gelişimi ve danışmanlığı. Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, 416s.
- Kuzgun, Y. (2011). Meslek rehberliği ve danışmanlığına giriş. Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, 204s.
- Kuzgun, Y. (2014). Meslek gelişimi ve danışmanlığı. Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, 453s.
- Kuzgun, Y., Erkan, S., Kılıçcı, Y., Selçuk, Z., Acar, N. V., Bacanlı, H., Öner, U., Bacanlı, F., Akkök, F., & Pişkin, M. (2014). İlköğretimde rehberlik, Editör: Kuzgun, Y., Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, 270s.
- Lama, D., Howard C., & Cutler, M. D. (2000). Mutluluk sanatı. Güneş Tokcan(Çev.). Klan Yayınları, İstanbul, 352s.
- Lance, C. E., Mallard, A. G., & Michalos, A. C. (1995). Tests of the causal directions og global - life facet satisfaction relationships. *Social Indicators Research*, 34(1), 69-92.
- Larson, R. (1978). Thirty years or research on the subjective well-being of older Americans. *Journal of Gerontology*, 33, 109-125.

- Lee, G. R., Secombe, K., & Shehan, C. L. (1991). Marital status and personal happiness: An analysis of trend data. *Journal of Marriage and Family*, 53, 839-844.
- Lee, H., Hwang, S., Kim, J., & Daly, B. (2004). Predictors of life satisfaction of Korean nurses. *Journal Of Advanced Nursing*, 48(6), 632-641.
- Lent, R. W., Nota, L., Soresi, S., Ginevra, M. C., Duffy, R. D., & Brown, S. D. (2011). Predicting the job and life satisfaction of Italian teachers: Test of a social cognitive model, *Journal of Vocational Behavior*, 79(1), 91-97.
- Leung, Y., Zhang, J. S., & Xu, Z. B. (2000). Clustering by scale-space filtering. *IEEE Transactions on pattern analysis and machine intelligence*, 22 (12), 1396-1410.
- Leung, J. P., & Leung, K. (1992). Life Satisfaction, Self-Concept, And Relationship With Parents In Adolescence. *Journal Of Youth And Adolescence*, 21, 653–65.
- Lindsfors, P.M., Meretoja, O.A., Töyry, S.M., Luukkonen, R.A., Elovainio, M. J., & Leino, T. J. (2007). Job satisfaction, work ability and life satisfaction among finnish anaesthesiologists. *Acta Anaesthesiologica Scandinavica*, 51, 815 – 822.
- Lounsbury, J. W., Saudargas, R. A., Gibson, L. W., & Leong, F. T. (2005). An investigation of broad and narrow personality traits in relation to general and domain-specific life satisfaction of college students. *Research in Higher Education*, 46(6), 707-729.
- Lucas, R. E., & Gohm, C. L. (2000). Age and sex differences in subjective well-being across cultures. In E. Diener & E. M. Suh (Eds.), *Culture and Subjective Well-Being*. USA: MIT Press.
- Lyubomirsky, S. (2007). Nasıl mutlu olunur. Gülfer Göze (Çev.). *Mediacat Kitapları*, İstanbul, 328s.
- Lyubomirsky, S., & Ross, L. (1997). Changes in attractiveness of elected, rejected, and precluded alternatives: A comparison of “happy” and “unhappy” individuals. Manuscript submitted for publication, Stanford University
- Magnus, K., Diener, E., Fujita, F., & Pavot, W. (1993). Extraversion and neuroticism as predictors of objective life events: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1046-1053
- Malatesta, C.Z, Grigoryef, P., Lamb, C., Albin, M., & Culver, C. (1986). Emotion socialization and expressive development in preterm and full-term infants. *Child Development*, 57, 316-330
- Malkoç, A. (2011). Öznel iyi oluş müdahale programının üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerine etkisi. Doktora tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Bilim Dalı, İstanbul.
- Marcel, W. M. (2014). Definitions of quality of life: What has happened and how to move on. *Thomas Land Publisher*. 20(3), 167-180.
- Massam, B. H. (2002). Quality of life: Public planning and private living. *Progress in Planning*. 58, 141-227.

- Mastekaasa, A. (1992). Marriage and psychological well-being: Some evidence on selection into marriage. *Journal of Marriage and the Family*, 54, 901-914.
- Mastekaasa, A. (1994). The subjective well-being of previously married: The importance of unmarried cohabitation and time since widowhood or divorce. *Social Forces*, 73, 665-652.
- Merkas, M., Raboteg-Saric, Z., & Miljkovic, D. (2011). The relation of intrinsic and extrinsic aspirations to adolescent life satisfaction. In I. Brdar (Ed.), *The Human Pursuit of Well-Being, A Cultural Approach* (pp 107-120). New York: Springer Science.
- Michalos, A. C. (1985). Multiple discrepancies theory (MDT). *Social Indicators Research*, 16, 347-413.
- Mroczek, D. K., & Kolarz, C. M. (1998). The effect of age on positive and negative affect: A developmental perspective on happiness. *Journal of personality and Social Psychology*, 75, 1333-1349.
- Nelson, S. K., et al., (2016). Do unto others or treat yourself ? The effects of prosocial and self-focused behavior on psychological flourishing. American Psychological Association. <http://dx.doi.org/10.1037/emo0000178.supp>
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., & Tobin, S.S. (1961). The Measurement of the life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, p.134-143.
- Oktan, V., & Şahin, M. (2010). Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* 7(2), 553-556.
- Oishi, S., Diener, E., Lucas, R. E., & Suh, E. M. (1999). Cross-cultural variations in predictors of life satisfaction: Perspectives from needs and values. *Personality and Social Bulletin*, 25(8), 980-990.
- Onyishi, I. E., & Okongwu, O. E. (2013). Personality and social support as predictors of life satisfaction of Nigerian prisons officers. *The Social Sciences*, 8(1), 5-12.
- Önder, F. C. (2015). Öznel iyi olma: Yaşam Doyumu, Editör: Doğan, S., Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, 1-14.
- Öner, U. (1982). Benlik kavramı ile mesleki benlik kavramı arasındaki farkın akademik başarı ile ilişkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özdamar, K. (2013). Paket programlar ile istatistiksel veri analizi. Nisan Kitabevi Yayınları, Eskişehir, 250s.
- Özgen, M. K. (1997). Farabi'de mutluluk ve ahlak ilişkisi. İnsan yayınları, İstanbul, 104s.
- Özgen, M. K. (2013). Farabi felsefesinde bilgi ve terapi/bilginin iyileştirici gücü. *Bilimname: Düşünce Platformu*, 2013(2), 133-155.
- Özkaya, G. (2017). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile umutsuzluk ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.

- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C. R., & Sandvik, E. (1991). Further validation of the satisfaction with life scale; Evidence for the cross- method convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 149-161.
- Pınar, Ş.E., Bilgiç D., Demirel, G., Akyüz, M. B., Karatepe, C., & Sevim, D. (2015). Sağlık alanlarında okuyan üniversite öğrencilerinin tükenmişlik ve yaşam doyumları arasındaki ilişki. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 14(4), 284-292.
- Plummer, D. (2001). *Helping Children to Build Self-Esteem: A Photocopiable Activities Book*, London.
- Prieto, C. K., Diener, E., Tamir, M., Scollon, C., & Diener, M. (2005). Integrating the diverse definitions of happiness: A time-sequential framework of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 6, 261-300.
- Rahman, T., Mittelhammer, R. C., & Wandscheider, P. (2005). Measuring the quality of life across countries: A sensitivity analysis of well-being indices. Research Paper, UNU-WIDER, United Nations University (UNU).
- Rath, T., & Harter, J.K. (2010). *Wellbeing: The five essential elements*. Gallup Press, New York, 240pp.
- Recepoğlu, E. (2013). Öğretmen adaylarının yaşam doyumları ile öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1, 311-326.
- Rode, J. C., Arthaud-Day, M. L., Mooney, C. H., Near, J. P., Baldwin, T. T., Bommer, W. H., & Rubin, R. S. (2005). Life satisfaction and student performance. *Academy of Management Learning and Education*, 4(4), 421-433.
- Roe, J., & Gray, A. (1991). Teachers' professional self-esteem in the light of occupational stress factors. Australian Association for Research in Education Annual Conference, 26–30 November, Australia, Gold Coast, Surfers Paradise.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Ryff, C. D. (2003). Corners of myopia in the positive psychology parade. *Psychological Inquiry*, 14(2), 153-159.
- Sakman, S. (1998). Rasyonel insanın felsefesi. Akla çağrı Yayınları, İstanbul, 255s.
- Sardjoska, E. (2012). Life satisfaction in Macedonian work organizations. In M. Vassar (Ed.), *Psychology of life Satisfaction*, New York: Nova Science Publisher.
- Sayın, S. (2003). Farklı programlarda okuyan öğretmen adayı üniversite öğrencilerinin empatik eğilimi, öğretmenlik mesleğine karşı tutum ve mesleki benlik saygısı. *Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34(6), 74-84.
- Sayın, S. (2005). Öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine karşı tutumları ve mesleki benlik saygılarının incelenmesi. *Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(19), 272-281.

- Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., Dzokoto, V., & Ahadi, S. (2002). Culture, personality, and subjective well-being: Integrating process models of life satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(4), 582-593.
- Schimmack, U., Diener, E., & Oishi, S. (2002a). Life-satisfaction is a momentary judgment and a stable personality characteristic: The use of chronically accessible and stable sources. *Journal of Personality*, 70(3), 345-384.
- Schimmack, U., Oishi, S., Furr, R. M., & Funder, D.C.(2004). Personality and life satisfaction: A facet-level analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 82(4), 582-593.
- Schmitter, P. C. (2003). Making sense of the EU: Democracy in Europe and Europe's democratization. *Journal of Democracy*, 14(4), 71-85.
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Seligman, M., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5), 410-421.
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J., & Stanton, G. C. (1976). Self – Concept: Validation of Construct Interpretation. *Review of Educational Research*, 46, 407-441.
- Sivribaşkara, S. (2003). Özsaygının farklı değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2007). Positive psychology: The scientific and practical explorations of human strengths. London: Sage Publications.
- Stevic, C. R., & Ward, R. M. (2008). Initiating personal growth: The role of recognition and life satisfaction on the development of college students. *Social Indicators Research*, 89, 523-534.
- Suh, E., Diener, E., & Fujita, F. (1996). Events and subjective well-being: Only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(5), 1091-1102.
- Suh, E., Diener, E., Oishi, S., & Triandis, H.C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 482-493.
- Sung-Mook, H., & Giannakopoulos, E. (1994). The Relationship of satisfaction with life to personality characteristics. *Journal of Psychology Interdisciplinary and Applied*, 128(5), 547-558.
- Sung, K. (2003). Influencing variables on life satisfaction of Korean elders in institutions. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 33(8), 1093-1100.
- Super, D. E., Starishevsky, R., Matlin, N., & Jordaan, J. P. (1963). Career development: self-concept theory. College Entrance Examination Board, New York.
- Super, D.E., (1968). Self Concepts in Vocational Development, New York.



- Şahin, Ş. (2008). Beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik ve yaşam doyumu düzeyleri. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Mersin.
- Şar, A. H., Işıklar, A., & Aydoğan, İ. (2012). Atama bekleyen öğretmen adaylarının yaşam doyumunu yordayıcı değişkenlerin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 257-271.
- Şimşek, E. (2011). Örgütsel iletişim ve kişilik özelliklerinin yaşam doyumuna etkileri. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İletişim Anabilim Dalı, Eskişehir.
- Tabachnick, B.G., & Fidell, L.S. (2013). Using multivariate statistics. **Pearson Education Limited**, Harlow, United Kingdom, 1072pp.
- Tabassum, F., & Ali, M. (2012). Professional self-esteem of secondary school teacher's. *Asian Social Science*, 8(2), 206-210.
- Tabassum, F., Ali, M., & Bibi, F. (2011). Comparison of professional self-esteem of public and private teachers. *International Journal of Humanities and Social Science*, 1(18), 301-304.
- Tarhan, N. (2005). Mutluluk psikolojisi. Timaş Yayınları, İstanbul, 184s.
- Tarhan, N. (2011). Güzel insan modeli. Timaş Yayınları, İstanbul, 256s.
- Tel, F. D., & Sarı, T. (2016). Üniversite öğrencilerinde öz-duyarlık ve yaşam doyumu. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16 (1), 292-304.
- Telman, N., & Ünsal, P. (2004). Çalışan memnuniyeti. Epsilon Yayınevi, İstanbul, 262s.
- Tinsley, R., & Hardy. J. (2003). Faculty pressures and professional self-esteem: Life in Texas teacher education. *Essays in Education*, 6.
- Tkach, C. ve Lyubomirsky, S. (2006). How do people pursue happiness?: Relating personality, happiness-increasing strategies, and well-being. *Journal of Happiness Studies*.
- Tuçcu, T. (2000). Batı felsefesi tarihi. Alesta Yayınları, Ankara, 775s.
- Tümkiye, S., Hamarta, E., Deniz, M.E., & Çelik, M. (2008). Duygusal zeka mizah tarzı ve yaşam doyumu: üniversite öğretim elemanları üzerine bir araştırma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30). 1-18.
- Uslu, S. (2015). Sosyal bilgiler öğretmen adaylarının mesleki benlik saygılarının demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1), 141-160.
- Uziel, L. (2006). The extraverted and the neurotic glasses are of different colors. *Personality and Individual Differences*, 41, 745-754.
- Ünal, E., & Şimşek, S. (2008). İlköğretim bölümü anabilim dallarında öğrenim gören öğretmen adaylarının mesleki benlik saygılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *İlkoğretim Online*, 7(1), 41-52.
- Üstün E., & Akman B. (2002). Korunmaya Muhtaç Çocukların Benlik Algısının İncelenmesi, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 229-233.

- Watson, D., & Walker, L. M. (1996). The long-term stability and predictive validity of trait measures of affect, *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 567-577.
- Wells, E., & Marwell, G. (1976). Self –Esteem: Its conceptualization and Measurement, Sage Publications, Inc. Beverly Hills.
- Veenhoven. R. (1988). The utility of happiness. *Social Indicators Research*, 74, 327-348.
- Vitterso, J. (2001). Personality traits and subjective well-being: Emotional stability, not extraversion, is probably the important predictor. *Personality and Individual Differences*, 31, 903-914.
- Vitterso, J., & Nilsen, F. (2002). The conceptual and relational structure of subjective well-being, neuroticism, and extraversion: Once again, neuroticism is the important predictor of happiness, *Social Indicators Research*, 57(1), 89-118.
- Voicu, B., & Pop, C. (2011). Measurement models of life satisfaction: A structural equation modeling approach. *CALITATEA VIETII*, XXII, 2, 137-154.
- Vurucu, F. (2010). Meslek lisesi öğrencilerinin meslek seçimi yeterliliği ve meslek seçimini etkileyen faktörler. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı, İstanbul.
- Watson, D., & Walker, L. M. (1996). The long-term stability and predictive validity of trait measures of affect, *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 567-577.
- Wells, E., & Marwell, G. (1976). Self –Esteem: Its conceptualization and Measurement, Sage Publications, Inc. Beverly Hills
- Wilson, W. (1967).Corelates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67,294-306.
- Witter, R. A., Okun, M., Stock, W. A., & Haring, M. J. (1984). Education and subjective well-being: A meta- analysis. *Education Evaluation and Policy Analysis*, 6, 165-173.
- Yerebakan, H. B. (2007). Resmi ilköğretim okullarında görev yapan eğitim yöneticilerinin benlik saygısı ve denetim odağı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı, İstanbul.
- Yetim, Ü. (1985). Değişik sosyo-kültürel kesimlerden kişilerde yaşam kalitesi algısı: Yaşam olayları açısından bir inceleme. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyal Psikoloji Anabilim Dalı, İzmir.
- Yetim, Ü. (1991). Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumunu yaşam doyumunu.Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İzmir.
- Yetim, Ü. (1993). Life satisfaction: A study based on the organization of personal projects. *Social Indicators Research*, 29, 277-289.

- Yetim, Ü. (1996). Yönetim değerleri ve yaşam doyumu üzerinde karşılaştırılmalı bir çalışma. *Seminer*, 11, 59-89
- Yetim, Ü. (2001). Toplumdan bireye mutluluk resimleri. Bağlam Yayınları, İstanbul, 348s.
- Yetim, Ü. (2003). The impacts of individualism/collectivism, self-esteem and feeling of mastery on life satisfaction among the Turkish university students and academicians. *Social Indicators Research*, 61, 297-317.
- Yıldız, Y. (2004). Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Spor Yöneticiliği Bölümü'nde öğrenim gören spor yöneticisi adaylarının benlik ve mesleki benlik kavramları arasındaki bağdaşım düzeyinin bazı faktörler açısından incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Isparta.
- Yılmaz, E., & Aslan, H. (2013). Öğretmenlerin iş yerindeki yalnızlıkları ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 3(3), 59-69.
- Yiğit, H. (2010). Ergenlerin benlik saygılarının yaşam doyumu ve bazı özlük nitelikleri açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya.
- Yigiter, K. (2012). Rekreatif etkinliklerin üniversite öğrencilerinde algılanan problem çözme becerisi ve benlik saygısı düzeylerine etkisi. Doktora Tezi, Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kocaeli.
- Yiğiter, K., Tiryaki, K., & Pehlivan, M. (2016). Yüzme eğitiminin üniversite öğrencilerinde benlik saygısı düzeylerine etkisi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5 (26), 2146-9199.
- Yörükoğlu, A. (1986). Gençlik çağı: ruh sağlığı, eğitimi, ruhsal sorunları. Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, Sosyal ve Felsefi Eserler Dizisi, Ankara, 379s.
- Yu, G. B., & Lee, D. J. (2008). A model of quality of college life (QCL) of students in Korea. *Social Indicators Research*, 87, 269-285.
- Zautra, A. (1991). Small events are not always hassles: Sometimes they are worse. Paper presented at the 99th Annual Convention of the American Psychological Association, San Francisco, August.
- Zieff, H. E. (1995). The effect of experiences in clinical training on the Professional self-esteem of clinical psychology students. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Massachusetts, Massachusetts, ABD. <http://www.sagepub.com/zieff/pmn-> (pdf 26 Nisan 2012'de alınmıştır).

# **EKLER**

## EK 1: Mesleki Benlik Saygısı Ölçeği

**Açıklama:** Lütfen her ifadeyi dikkatlice okuyun ve size uygunluk derecesine göre cevap kağıdında bulunan *Kesinlikle Katılmıyorum*, *Katılmıyorum*, *Kararsızım*, *Katılıyorum*, *Tamamen Katılıyorum* cevaplarından size uygun olanının altındaki parantezin içine bir çarpı işareti (X) koyun. Bir ifadeyi okuduktan sonra aklınıza ilk geleni işaretleyiniz, işaretsiz ifade bırakmayınız. Olmak istediğiniz durumu değil, gerçekte var olan tutumunuzu belirtiniz. İfadelerin doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Önemli olan sizin nasıl hissettiğinizdir. İlgi ve yardımınız için teşekkür ederim.

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Kendimi sahip olduğum mesleğimden daha iyi mesleklere layık görüyorum.	1	2	3	4	5
2. Mesleğim benim için çok önemlidir.	1	2	3	4	5
3. Mesleğimi kişiliğime uygun bulmuyorum.	1	2	3	4	5
4. Mesleğim sorulduğunda gurur duyarak bir cevap veremiyorum.	1	2	3	4	5
5. Mesleğimde üretken ve verimli olabileceğimi düşünüyorum.	1	2	3	4	5
6. Mesleğimi istemeyerek seçtim.	1	2	3	4	5
7. Mesleğim benim benliğimin bir parçasıdır.	1	2	3	4	5
8. Mesleğimin gerektirdiği zihinsel etkinliklere kendimi veremiyorum.	1	2	3	4	5
9. Mesleğime çok saygı duyuyorum.	1	2	3	4	5
10. Tercih hatası yüzünden şu anda istemediğim bir meslek alanındayım.	1	2	3	4	5
11. Mesleğimin aranan ve istenilen bir meslek olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5
12. Mesleğimin değerlerini hala benimseyebilmiş değilim.	1	2	3	4	5
13. Mesleğimden memnunum.	1	2	3	4	5

	Kesinlikle Katılmıyor	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
14. Mesleğim insanlar üzerinde etki bırakabilecek niteliklere sahiptir.	1	2	3	4	5
15. Mesleğimi küçümsüyorum.	1	2	3	4	5
16. Mesleğime duygusal olarak kendimi verebiliyorum.	1	2	3	4	5
17. Bu mesleği seçtiğim için kendi içimde çatışma yaşadığım olur.	1	2	3	4	5
18. Mesleğim vasıtasıyla insanlık için önemli ve faydalı işler başarabilirim.	1	2	3	4	5
19. Yeteneklerimin mesleğime uygun olmadığı düşünüyorum.	1	2	3	4	5
20. Mesleğimin parlak bir geleceği olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5
21. Mesleğimi değiştirmeyi düşünüyorum.	1	2	3	4	5
22. Mesleğimin benim ihtiyaçlarımı karşılayamayacağını düşünüyorum.	1	2	3	4	5
23. Onur duyarak söyleyebileceğim bir mesleğim olmasını isterdim.	1	2	3	4	5
24. Mesleğimi kendim istediğim için yapacağım.	1	2	3	4	5
25. Mesleğime ilişkin olumsuz bir eleştiri aldığımda onu değersiz görme eğilimine giriyorum.	1	2	3	4	5
26. Yeri geldiğinde mesleğimi rahatlıkla savunabilirim.	1	2	3	4	5
27. İlgilerimin mesleğime uygun olmadığını düşünüyorum.	1	2	3	4	5
28. Mesleğimin itibarlı olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5
29. Gerçekte zevk almadığım halde, mesleğimden zevk alıyormuş gibi görünürüm.	1	2	3	4	5
30. Mesleğim, bir meslekte bulunmasını istediğim özelliklere sahip.	1	2	3	4	5

## EK 2: Mesleki Benlik Saygısı Ölçeği Kullanım İzni



13.10.2017 Cum 13:15

Tolga Arıcak <tolga.aricak@hku.edu.tr>

Re: Mesleki Benlik Saygısı Ölçeği

Kime Volkan AKTAÇ

Kırmızı Kategori

Bu iletiyi 26.10.2018 14:32 tarihinde ilettiniz.

mesleki benlik saygısı bilgi.pdf 65 KB	mesleki benlik saygısı ölçeği.pdf 71 KB
---	--

Volkan Bey,

Ölçek ve bilgileri ektedir. Çalışmanızda kullanabilirsiniz. Saygılarımla...

Prof.Dr.Tolga ARICAK  
Department of Psychology  
Hasan Kalyoncu University

13 Ekim 2017 11:11 tarihinde Volkan AKTAÇ <[volkan.aktac@iskur.gov.tr](mailto:volkan.aktac@iskur.gov.tr)> yazdı:

Sayın Osman Tolga Arıcak Hocam merhaba,

geliştirmiş olduğunuz “Mesleki Benlik Saygısı Ölçeğini” kullanım izni konusunda bu mesajı size yazıyorum. Ordu üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Fen Bilgisi Eğitimi Bölümü yüksek lisans öğrencisiyim.” FEN BİLGİSİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ MESLEKİ BENLİK SAYGILARI VE YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ” başlıklı tez konumdaki değişkenlerden biri olan Mesleki Benlik Saygısını sizin geliştirmiş olduğunuz “Mesleki Benlik Saygısı Ölçeğini” kullanarak belirlemek istiyorum.

Ölçeğinizi çalışmamda kullanma izni talep ediyorum.

Saygılarımla

**Volkan AKTAÇ**

**İş ve Meslek Danışmanı**



**Türkiye İş Kurumu**

**Ordu Çalışma ve İş Kurumu İl Müdürlüğü**

**Fatsa Hizmet Merkezi**

**Hükümet Konağı Binası Fatsa / ORDU**

**Tel: 90 452 423 23 60/70 Fax: 90 452 423 23 80**

**[www.iskur.gov.tr](http://www.iskur.gov.tr)**

### EK 3: Yaşam Doyumu Ölçeği

Aşağıda genel olarak yaşamınızla ilgili çeşitli ifadeler vardır. Burada yer alan hiçbir ifadenin doğru veya yanlış cevabı yoktur. Bizim için önemli olan sizin duygu ve düşüncelerinizi dürüst ve içtenlikle dile getirmenizdir. Size uygun olan cevabı daire içine alınız.

Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kararsızım	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	2	3	4	5	6	7

1.	Hayatım birçok yönden idealimdekine yakın	1	2	3	4	5	6	7
2.	Hayat şartlarım mükemmel	1	2	3	4	5	6	7
3.	Hayatımdan memnunum	1	2	3	4	5	6	7
4.	Hayattan şimdiye kadar istediğim önemli şeyleri elde ettim	1	2	3	4	5	6	7
5.	Eğer hayata yeniden başlasaydım hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.	1	2	3	4	5	6	7



## EK 4: Yaşam Doyumu Ölçeği Kullanım İzni



13.10.2017 Cum 12:59

Ünsal YETİM <unsalyetim@mersin.edu.tr>

Re: Yaşam Doyumu Ölçeği

Kime Volkan AKTAÇ

Kırmızı Kategori

Bu iletiyi 26.10.2018 14:32 tarihinde ilettiniz.



Sayın Aktaç,

Ekte istediğiniz ölçek ve bilgileri verilmiştir. Çalışmanızda bu ölçeği kullanabilirsiniz. İyi çalışmalar.

13 Ekim 2017 11:31 tarihinde Volkan AKTAÇ <volkan.aktac@iskur.gov.tr> yazdı:

Sayın Ünsal YETİM Hocam merhaba,

Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiş ve tarafımızdan

Türkçeye uyarlanmış olan “Yaşam Doyumu Ölçeği” kullanım izni konusunda bu mesajı size yazıyorum. **Ordu üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Fen Bilgisi Eğitimi Bölümü** yüksek lisans öğrencisiyim.” **FEN BİLGİSİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ MESLEKİ BENLİK SAYGILARI VE YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ**” başlıklı tez konumdaki değişkenlerden biri olan Yaşam Doyumunu tarafınızdan Türkçeye uyarlanan “Yaşam Doyumu Ölçeği” kullanarak belirlemek istiyorum.

Ölçeğinizi çalışmamda kullanma izni talep ediyorum.

Saygılarımla

**Volkan AKTAÇ**

**İş ve Meslek Danışmanı**



**Türkiye İş Kurumu**

**Ordu Çalışma ve İş Kurumu İl Müdürlüğü**

**Fatsa Hizmet Merkezi**

**Hükümet Konağı Binası Fatsa / ORDU**

**Tel: 90 452 423 23 60/70 Fax: 90 452 423 23 80**

**[www.iskur.gov.tr](http://www.iskur.gov.tr)**

## EK 5: Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz? 1. ( ) Kadın 2. ( ) Erkek
2. Kaçınıcı sınıftasınız? .....
3. Annenizin eğitim durumu? 1. ( ) Okur yazar değil 2. ( ) İlköğretim 3. ( ) Lise  
4. ( ) Üniversite/Yüksekokul 5. ( ) Diğer.....
4. Babanızın eğitim durumu? 1. ( ) Okur yazar değil 2. ( ) İlköğretim 3. ( ) Lise  
4. ( ) Üniversite/Yüksekokul 5. ( ) Diğer.....
5. Ailenizde öğretmen var mı? 1. ( ) Evet 2. ( ) Hayır
6. Öğretmenlik mesleğini seçme nedeniniz?
1. ( ) Fen bilgisi öğretmenini /öğretmenlerini model alma.
2. ( ) Öğretmenliğin/fen bilgisi öğretmenliğinin kendine uygun bir meslek olduğunu düşünme
3. ( ) Diğer tercihlere yerleşememe - yerleştirme puanlarının fen bilgisi öğretmenliğine yetmesi
4. ( ) Çevresel-ailevi etmenler

## ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler	
Adı Soyadı	Volkan AKTAÇ
Doğum Yeri	Stuttgart/ALMANYA
Doğum Tarihi	07.04.1986
Uyruğu	<input checked="" type="checkbox"/> T.C. <input type="checkbox"/> Diğer:
Telefon	0543 327 84 06
E-Posta Adresi	volkan.aktac@gmail.com
	
Eğitim Bilgileri	
Lisans	
Üniversite	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Fakülte	Eğitim Fakültesi
Bölümü	Ortaöğretim Fizik Öğretmenliği
Mezuniyet Yılı	21.06.2010
Yüksek Lisans	
Üniversite	Ordu Üniversitesi
Enstitü Adı	Fen Bilimleri Enstitüsü
Anabilim Dalı	Matematik ve Fen Bilimleri Eğitimi Anabilim Dalı
Programı	Fen Bilgisi Eğitimi Bilim Dalı
Mezuniyet Tarihi	26.08.2019