



**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMEN
ADAYLARININ PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK
DÜZEYLERİNİN İŞ BULMA KAYGILARI
ÜZERİNE ETKİSİ**

**2024
YÜKSEK LİSANS TEZİ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR**

Mustafa Jamal Mahmood AKMAKJI

**Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Musa ŞAHİN**

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMEN ADAYLARININ PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİNİN İŞ BULMA KAYGILARI ÜZERİNE ETKİSİ

Mustafa Jamal Mahmood AKMAKJI

**Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Musa ŞAHİN**

**T.C.
Karabük Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında
Yüksek Lisans Tezi
Olarak Hazırlanmıştır**

**KARABÜK
Ocak 2024**

Mustafa Jamal Mahmood AKMAKJI tarafından hazırlanan “BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMEN ADAYLARININ PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİNİN İŞ BULMA KAYGILARI ÜZERİNE ETKİSİ” başlıklı bu tezin Yüksek Lisans Tezi olarak uygun olduğunu onaylarım.

Dr. Öğr. Üyesi Musa ŞAHİN

.....

Tez Danışmanı, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Bu çalışma, jürimiz tarafından Oy Birliği ile Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir. 16/01/2024

Ünvanı, Adı SOYADI (Kurumu)

İmzası

Başkan : Dr. Öğr. Üyesi Cemal ÖZMAN (BARÜ)

.....

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Musa ŞAHİN (KBÜ)

.....

Üye : Doç. Dr. İsa DOĞAN (KBÜ)

.....

KBÜ Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu, bu tez ile, Yüksek Lisans Tezi derecesini onamıştır.

Doç. Dr. Zeynep ÖZCAN

.....

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

“Bu tezdeki tüm bilgilerin akademik kurallara ve etik ilkelere uygun olarak elde edildiğini ve sunulduğunu; ayrıca bu kuralların ve ilkelerin gerektirdiği şekilde, bu çalışmadan kaynaklanmayan bütün atıfları yaptığımı beyan ederim.”

Mustafa Jamal Mahmood AKMAKJI

ÖZET

Yüksek Lisans Tezi

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMEN ADAYLARININ PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİNİN İŞ BULMA KAYGILARI ÜZERİNE ETKİSİ

Mustafa Jamal Mahmood AKMAKJI

Karabük Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Tez Danışmanı:

Dr. Öğr. Üyesi Musa ŞAHİN

Ocak 2024, 71 sayfa

Bu araştırmanın amacı beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeylerinin iş bulma kaygıları üzerine etkisinin incelenmesidir. Araştırmada tarama modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören 620 lisans öğrencisi örneklemini ise 250 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme belirlenen 250 lisans öğrencisine ulaşmak için kolaylıkla bulunabilen örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Belirlenen araştırma evren sayısını temsil edebilecek örneklem sayısı için yeterli olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu", Geçerlik ve güvenilirliğini Aslan ve Uğraş (2021)' in yaptığı ve tek boyut, 8 maddeden oluşan "Spor Bilimleri Öğrencilerinin İş Bulma Kaygısı Ölçeği (SÖİBKÖ)", Smith ve diğerleri (2008) tarafından geliştirilmiş ve Doğan tarafından (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan 5'li likert ve 6 maddeden oluşan "Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)" kullanılmıştır. Elde edilen verilerin

incelenmesinde SPSS-24 paketi kullanılmıştır. Araştırma sonuçları, öğrencilerin mezuniyet sonrası çalışmayı planladıkları sektöre göre psikolojik sağlamlık leği puanlarının farklılık gösterdiğini ve aile gelir düzeyi değişkenine bağlı olarak kısa psikolojik sağlamlık leği puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu ortaya koymaktadır.

Anahtar kelimeler: Beden eğitimi, Spor, Psikolojik sağlamlık, İş bulma kaygısı

Bilim Kodu: 130102

ABSTRACT

M. Sc. Thesis

THE EFFECT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHER'S PSYCHOLOGICAL STRENGTH LEVEL ON JOB FINDING CONCERNS

Mustafa Jamal Mahmood AKMAKJI

Karabük University

Institute of Graduate Programs

Department of Physical Education and Sports

Thesis Advisor:

Asist. Prof. Musa ŞAHİN

January 2024, 71 pages

The aim of this research is to examine the effect of psychological resilience levels of physical education and sports teacher candidates on their job finding concerns. The relational scanning model, one of the scanning models, was used in the research. The population of the research consists of 620 undergraduate students studying at Karabük University Hasan Doğan School of Physical Education and Sports, and the sample consists of 250 undergraduate students. Easily available sampling method was used to reach 250 undergraduate students who were determined as the sample of the research. It has been determined that the number of samples that can represent the determined research population is sufficient. "Personal Information Form" was used as a data collection tool in the research, "Sports Science Students' Employment Anxiety Scale (SÖİBKÖ)", whose validity and reliability was established by Aslan and Uğraş (2021) and consists of a single dimension and 8 items, and Smith et al. (2008) and adapted into Turkish by Doğan (2013), the "Brief Psychological

Resilience Scale (KPSS)", consisting of 5-point Likert and 6 items, was used. SPSS-24 package was used to examine the data obtained. The results of the research reveal that students' psychological resilience scale scores vary depending on the sector in which they plan to work after graduation, and that there is a significant difference between the short psychological resilience scale scores depending on the family income level variable.

Keywords : Physical education, Multiculturalism, Social integration

Science Code : 130102

TEŞEKKÜR

Yapmış olduğum bu alıőmanın her aőamasında öneri ve yönlendirmeleriyle yardımlarını esirgemeyen danıőman hocam Dr. Öğr. Üyesi Musa ŞAHİN'e, engin bilgi ve tecrübelerinden yararlandığım, çalıőmamı bilimsel temeller ışığında őekillendiren sayın hocam Doç. Dr. İsa DOĞAN'a sonsuz teőekkürlerimi sunarım.

Mustafa Jamal Mahmood AKMAKJI

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
KABUL.....	ii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	vii
TEŞEKKÜR.....	ix
İÇİNDEKİLER	x
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xiv
ÇİZELGELER DİZİNİ	xv
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	xvi
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ	1
1.1. ARAŞTIRMANIN KONUSU	2
1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI	3
1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	3
1.4. ARAŞTIRMA HİPOTEZLERİ	3
BÖLÜM II.....	5
KAVRAMSAL ÇERÇEVE	5
2.1. Psikoloji Kavramı ve Tanımı	5
2.2. Psikolojik Sağlık.....	5
2.2.1. Psikolojik Sağlamlığın Özellikleri.....	8
2.3. Psikolojik Sağlamlığı Etkileyen Faktörler	9
2.3.1. Risk Faktörü	9
2.3.2. Koruyucu Faktörler.....	10
2.3.3. Olumlu Sonuçlar	11
2.4. Psikolojik Sağlık ile İlgili Yaklaşımlar	12
2.4.1. Birey Odaklı Yaklaşımlar	12
2.4.2. Değişken Odaklı Yaklaşımlar	12

2.5. Psikolojik Sağlamlık ile İlgili Modeller	13
2.5.1. Richardson, Neiger, Jensen ve Kumpfer'in Psikolojik Sağlamlık Modeli	13
2.5.2. Henderson ve Milstein'in Psikolojik Sağlamlık Modeli	13
2.5.3. Wolin ve Wolin'in Psikolojik Sağlamlık Modeli	15
2.5.4. Benson'un Psikolojik Sağlamlık ve Özellikler Kazandırma Kuramına Bakış	16
2.6. Süreklilik Kuramı	16
2.7. Krovetz'in "Sağlamlık" Kuramı	17
2.8. Benlik Saygısı	17
2.9. Öz Yeterlilik	18
2.10. Karar Verme Stilleri	20
2.11. Kaygı Kavramı ve Tanımı	21
2.11.1. Kaygıya Neden Olan Faktörler	22
2.12. Kaygı Düzeyleri	23
2.12.1. Hafif Düzeyde Kaygı	23
2.12.2. Orta Düzeyde Kaygı	24
2.13. Kaygı Belirtileri	24
2.14. Kaygı Türleri	25
2.14.1. Durumluk Kaygı	25
2.14.2. Sürekli Kaygı	25
2.14.3. Ben Merkezli Kaygı	26
2.14.4. Görev Merkezli Kaygı	26
2.14.5. Öğrenci Merkezli Kaygı	26
2.14.6. Ekonomik/Sosyal Merkezli Kaygı	27
2.14.7. Meslektaş ve Veli Merkezli Kaygı	27
2.14.8. Kişisel Gelişim Merkezli Kaygı	27
2.14.9. Atanma Merkezli Kaygı	27
2.14.10. Uyum Merkezli Kaygı	28
2.14.11. Okul Yönetimi Merkezli Kaygı	28
2.15. Mesleki Kaygı Kavramı	28
2.16. Öğretmen Adaylarının Mesleki Kaygıları	29

	<u>Sayfa</u>
2.17. İş Bulma Kaygısı	29
2.17.1. İş Bulma Kaygısına Neden Olan Faktörler	30
2.18. İşsizlik Kavramı ve Tanımı	30
2.18.1. İşsizliğe Neden Olan Faktörler	31
2.19. İşsizlik Türleri	32
2.19.1. Konjonktürel (Dönemsel) İşsizlik	32
2.19.2. Friksiyonel (Geçici) İşsizlik	33
2.19.3. Mevsimsel İşsizlik	33
2.19.4. Yapısal İşsizlik	33
2.19.5. Sürekli Durgunluk İşsizliği	34
2.20. İşsizliğin Sonuçları	34
2.21. İşsizlik Sorununa İlişkin Teorik Yaklaşımlar	35
2.21.1. Neoklasik Yaklaşım	35
2.21.2. Keynesyen Yaklaşım	35
2.21.3. Yeni Keynesyen Yaklaşım	36
2.22. Spor Bilimleri ile İlgili Sektörler ve İstihdam Sorunları	37
BÖLÜM III	38
YÖNTEM	38
3.1. Araştırma Modeli	38
3.2. Evren ve Örneklem	38
3.3. Veri Toplama Araçları	41
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	41
3.3.2. Spor Bilimleri Öğrencilerinin İş Bulma Kaygısı Ölçeği (SÖİBKÖ)	41
3.3.3. Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ)	41
3.4. Verilerin Analizi	42
BÖLÜM IV	42
BULGULAR VE YORUM	42
BÖLÜM V	48
TARTIŞMA VE SONUÇ	48

	<u>Sayfa</u>
KAYNAKLAR	53
EK AÇIKLAMALAR.....	69
Ek 1: Etik Kurul Raporu.....	69
Ek 2: Ölçek Kullanım İzinleri	69
Ek 3: Anket Formu	70
ÖZGEÇMİŞ	71

ŞEKİLLER DİZİNİ

	<u>Sayfa</u>
Şekil 1. Maddi'nin psikolojik sağlamlık modeli.....	8
Şekil 2. Henderson ve Milstein'in psikolojik sağlamlık modeli.....	13

ÇİZELGELER DİZİNİ

Sayfa

Çizelge 3. 1. Öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları	40
Çizelge 3. 2. Öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanların normalliğine ilişkin çarpıklık ve basıklık testi ve cronbach alpha değerleri sonuçları	42
Çizelge 4. 1. Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile iş bulma kaygıları arasındaki ilişkiye ait pearson korelasyon analizi sonuçları	42
Çizelge 4. 2. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre KPSÖ ile SÖİNKÖ arasındaki farklılığa ilişkin independent-samples t-testi sonuçları.....	42
Çizelge 4. 3. Öğrencilerin çalışmak istedikleri sektöre göre KPSÖ ile SÖİNKÖ arasındaki farklılığa ilişkin independent-samples t-testi sonuçları	43
Çizelge 4. 4. Öğrencilerin yaşlarına göre KPSÖ ile SÖİBKÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way anova (tek yönlü varyans analizi) sonuçları	43
Çizelge 4. 5. Öğrencilerin yaşlarına göre KPSÖ ile SÖİBKÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way ANOVA (tek yönlü varyans analizi) sonuçları	44
Çizelge 4. 6. Öğrencilerin sınıflarına göre KPSÖ ile SÖİBKÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way ANOVA (tek yönlü varyans analizi) sonuçları	45
Çizelge 4. 7. Öğrencilerin sporculuk düzeyine göre KPSÖ ile SÖİBKÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way ANOVA (tek yönlü varyans analizi) sonuçları	46
Çizelge 4. 8. Öğrencilerin aile gelir düzeylerine göre KPSÖ ile SÖİBKÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way ANOVA (tek yönlü varyans analizi) sonuçları	46

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

TDK : Türk Dil Kurumu

KPSS : Kamu Personeli Seçme Sınavı

BM : Birleşmiş Milletler

ILO : Uluslararası Çalışma Örgütü

OECD : Ekonomik Kalkınma İş Birliği Örgütü

BÖLÜM I

GİRİŞ

Günümüzde ergenler ve çocukların arasında hareketsiz yaşam tarzının arttığı görülmektedir. Bunun temel nedenlerinin başında spora katılım düzeyinin düşük olması, dijital bağımlılıkların artması ve ailelerin çocuklarını spora yönlendirmemesi şeklinde etkenler yer almaktadır (Vasques ve ark., 2012; Mushtaq ve ark., 2011; Aziz ve ark., 2009; de Oliveira ve ark., 2010; Vazquez-Nava ve ark., 2013). Bir eğitim sisteminin başarılı olması, eğitime emek veren, sistemi yöneten öğretmenler sayesinde olmaktadır. Öğretmenlerin, öğretmenlik mesleğinin, istenildiği ölçüde yeterliliklerini yerine getirmesi, iyi eğitim almasından ve aldığı sorumlulukları yerine getirebilecek inançta olmasından kaynaklıdır (Yılmaz ve ark., 2004). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin’de bireyin fiziksel yönden gelişimi haricinde psikolojik olarak geliştirme ve yönlendirme amacı, geçmişten günümüze süregelen bir algı olarak dünyada yerini almıştır.

Bu sebeple, psikolojik sağlamlıkla ilgili faktörlerin belirlenmesi ve böylece öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeylerinin artırılması için uygun müdahalelerin uygulanması, hem öğretmenlerin kendi ruhsal sağlıkları açısından hem de öğrencileriyle etkili ve açık kişilerarası ilişkiler geliştirmeleri ve bu sayede sağlıklı bir okul iklimi oluşturulması bakımından önemlidir (Hoşoğlu ve ark., 2018). “resiliens” kökünden türetilmiş olan psikolojik sağlamlık kavramı (Greene, 2002), farklı bilim adamları tarafından spor psikolojisinin önemli bir alanı olarak tanımlamaya çalışılmıştır (Bull ve ark., 2005; Ekmekçi, 2017). Bunlar; “genel olarak, yarışma, antrenman ve diğer bazı koşullarda, sporcuların zihinsel gereksinim gerektiren durumlarla rakiplerinden daha iyi başa çıkma yeteneğidir; özellikle rakiplerinden daha fazla görev odaklı, özgüvenli ve baskı altında kontrollü olmalarını ve onları korumalarını sağlayan doğal veya gelişmiş bir psikolojik güç olarak tanımlanabilir” (Jones ve ark., 2007), veya Clough ve arkadaşları (2002)’na göre

bunu "kişinin kaderini kontrol etme konusunda sarsılmaz bir inanca sahip olma duygusu" olarak tanımlamaktadır. Aynı zamanda psikolojik sağlamlık, problem çözme ve stresle baş etme gibi sportif performansı etkileyen psikolojik özellikleri içeren genel bir çerçeve olarak düşünülebilir (Butt ve ark., 2010; Mahoney ve ark., 2014).

Öğrencilerin bir üniversite programına başlarken hissettikleri kaygı, sadece başlangıçta değil, mezun olana kadar devam ediyor. Ayrıca, lisans öğrenimi süresince de bu kaygılar varlığını sürdürüyor. Okul sürecinde öğrencilerin yaşadığı kaygılar, birçok farklı faktör tarafından etkilenmektedir. Üniversite öğrencileri, gelecekleriyle ilgili endişelerle başa çıkmak zorunda kaldıklarında, genellikle "işsizlik kaygısı" olarak adlandırılan işsizlik durumuyla karşılaşma korkusuyla karşılaşır. Bu endişe, özellikle gençler ve üniversite mezunları arasında işsizlikle ilgili baskıyı artırabilir (Dursun ve Aytaç, 2009). Son zamanlarda, kariyer planlamasıyla ilgili hem ölçme araçları hem de araştırmalar önemli ölçüde artış göstermektedir (Yavuz Eroğlu ve Eroğlu, 2020; Turhan ve ark., 2022). Geçmişten günümüze süregelen spor eğitimi veren kurumlarda spora artan ilgi, becerilerin geliştirilmesi, yönlendirme gibi etmenler, beden eğitimi bölümü mezun sayısının artmasına neden olmakla beraber iş bulma kaygısının daha da belirgin hale gelmesine olanak tanımıştır.

Işık (1996), bireyin tehdit edici bir durumla karşılaştığında hissettiği rahatsızlık ve endişeyi, kaygı olarak tanımlamaktadır. Yüksek kaygı düzeyi, bireyin daha katı ve basit davranışlara yönelmesine, endişeli olmasına ve aşırı bir şekilde başkalarını memnun etmeye odaklanmasına neden olmaktadır (Akgün ve ark., 2007).

1.1 ARAŞTIRMANIN KONUSU

Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeylerinin iş bulma kaygıları üzerine etkisinin incelenmesidir.

1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI

Araştırmanın amacı, şuna kadar yapılan çalışmalardan elde edilen bulgular ışığında beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeylerinin iş bulma kaygıları üzerine etkisinin farklı değişkenler (cinsiyet, yaş, okudukları bölüm, sınıf düzeyleri, mezun olduktan sonra çalışmak istediği sektör, sporculuk düzeyi, ailenin gelir düzeyi) bakımından değişiklik gösterip göstermediğini ortaya koymaktır.

1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Çalışma, Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören bir çok öğretmen adayının dahil olduğu evren ve örneklem sayısı bakımından diğer üniversitelerden ayrılmaktadır.

Bu çalışmanın, konuyla ilgili mevcut araştırmaların eksikliklerini göz önüne alarak, gelecekteki çalışmalara önemli katkılar sunacağı öngörülmektedir.

1.4 ARAŞTIRMA HİPOTEZLERİ

1. Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile iş bulma kaygıları arasında ilişki var mıdır?
2. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre psikolojik sağlamlık düzeyleri ve iş bulma kaygıları arasında anlamlı farklılık var mıdır?
3. Öğrencilerin çalışmak istedikleri sektöre göre psikolojik sağlamlık düzeyleri ve iş bulma kaygıları arasında anlamlı farklılık var mıdır?
4. Öğrencilerin yaşlarına göre psikolojik sağlamlık düzeyleri ve iş bulma kaygıları arasında anlamlı farklılık var mıdır?
5. Öğrencilerin yaşlarına göre psikolojik sağlamlık düzeyleri ve iş bulma kaygıları arasında anlamlı farklılık var mıdır?
6. Öğrencilerin sınıflarına göre psikolojik sağlamlık düzeyleri ve iş bulma kaygıları arasında anlamlı farklılık var mıdır?
7. Öğrencilerin sporculuk düzeyine göre psikolojik sağlamlık düzeyleri ve iş bulma kaygıları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

8. Öğrencilerin aile gelir düzeylerine göre psikolojik sağlamlık düzeyleri ve iş bulma kaygıları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

BÖLÜM II

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Psikoloji Kavramı ve Tanımı

Psikoloji bilimi, insan ve hayvan davranışlarını anlama amacıyla yapılan çabaların bütünü olarak tanımlanabilir. Ancak, geçen yıllar içinde bu alan önemli değişimlere uğramış, özellikle insan odaklı yaklaşımlarda evrim geçirmiştir (Ekşi ve ark., 2019). Bu evrim, psikoloji biliminde çeşitli değişikliklere yol açmış ve yaşamın anlamı, verimliliği ve bireyin potansiyelinin ortaya çıkarılması gibi iki temel hedef, psikolojinin ilgi alanı haline gelmiştir (Aydın ve ark., 2013).

2.2. Psikolojik Sağlamlık

Psikolojik sağlamlık, bireyin riskli durumlarla başa çıkabilme yeteneği ve bu durumların olumsuz etkileriyle başa çıkarak olumlu sonuçlara ulaşabilme kapasitesidir. Travmatik olaylarla karşılaştığında, bireyin koruyucu etmenleri devreye sokmasıyla bu sağlamlık ortaya çıkar. Bu koruyucu etmenler, risk faktörlerinin neden olduğu olumsuz etkileri en aza indirgeyerek aynı zamanda gelişimsel ihtiyaçları karşılamada katkı sağlayan faktörlerdir (Topbay, 2016). Kavramın kökenine bakıldığında, Latince “resilire” ve İngilizce “resilience” fiili görülmektedir. Bu kavram fizik ve kimya gibi bilimlerde kullanılan esnekliğe, maddenin esnek yapısı sayesinde eski haline geri dönebilme özelliğine karşılık gelmektedir (Greene, 2002). Resilience kavramı Türkçe’ye çevirilirken terim üzerinde herhangi bir ortak nokta sağlanamamakla beraber ortak bir terim ile ifade edilememiştir. Çeşitli araştırmalar incelendiğinde resilience kavramının “psikolojik sağlamlık” (Gizir, 2004; Kararımak, 2007; Önder ve Gülay, 2008), “psikolojik sağlamlık” (Eminagaoglu, 2006),

“yılmazlık” (Gürgan, 2006; Ögülmüs, 2001), ve “kendini toparlama gücü” (Terzi, 2008) olarak işlev gördüğü gözlenmektedir. Psikolojik sağlık terimi, literatürde farklı araştırmacılar tarafından çeşitli şekillerde açıklanmıştır. Kahvecioğlu (2016), psikolojik sağlamlığı, bireyin çevresel zorluklar, problemler, riskli durumlar veya bu tür durumlarla karşılaşma olasılığının yüksek olduğu durumlarda dahi bu zorluklardan sağlıklı bir şekilde çıkabilme kapasitesi olarak tanımlamaktadır.

Tarih boyunca insanlar doğal afet, göç, harp vb. çeşitli yıkıcı olaylarla karşılaşmıştır. Yaşanan tüm zorlu deneyimlere karşın hayatta kalmanın bir yolunu bulmuş, yaşamı için savaşmıştır. (Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009). Yaşanan zorlu olaylar karşısında her insanın tepkisi farklılaşmaktadır. Kimileri olayların etkisinden hızla kurtulup yaşamına devam edebiliyorken kimileri için yaşama devam etmek zaman almaktadır (Kararımak, 2006).

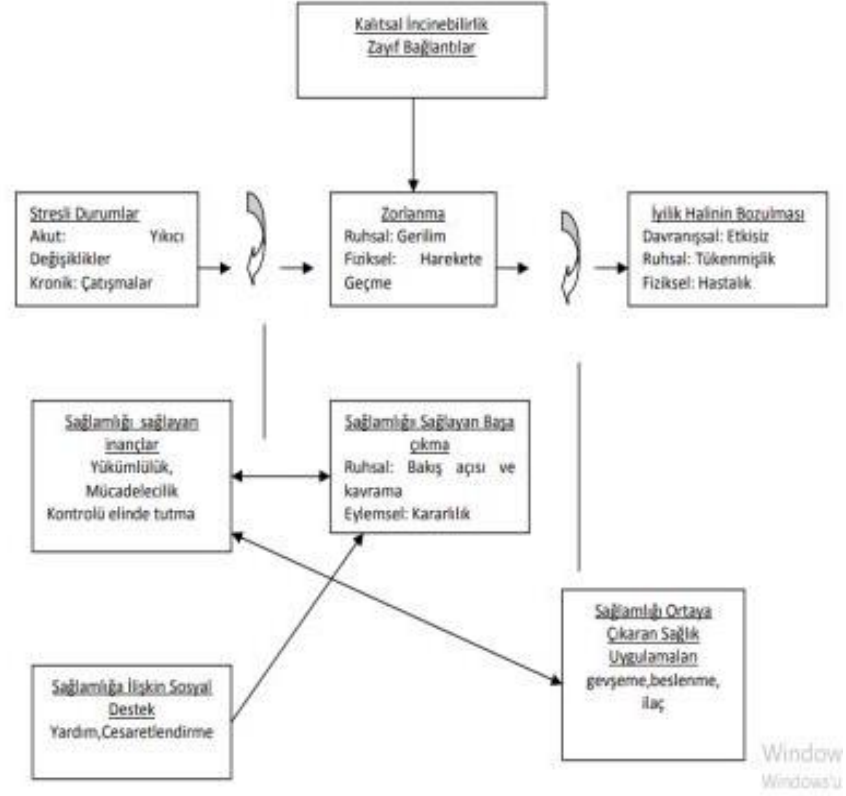
Psikolojik dayanıklılık, meslek gruplarına göre değişik gelişim süreçleri gösterebilir (Luthar ve ark., 2000). Bobek (2002), öğretmenlik mesleğinde dayanıklılık seviyesinin yüksek olmasının önemli olduğunu vurgulamaktadır. Bir öğretmen, dayanıklılığını koruyabildiğinde, olumsuz durumlarla daha rahat başa çıkabilir ve sorunlarla başa çıkma stratejileri geliştirebilir. Ancak bu noktada, öğretmenin güç alabileceği kaynakların belirlenmesi önemlidir. Bobek (2002), bu güç kaynaklarını şu şekilde sıralamıştır: kişisel ilişkiler, mesleki yeterlilik, mesleği sahiplenme, başarı hissi ve mizah duygusudur.

1. Kişisel İlişkiler: Bu bağlamında, mesleklerine yeni başlamış öğretmenler, eğitim sürecinde karşılaştıkları zorlukların farkında olan, onlara anlayış gösteren ve sorunlarına çözüm bulmalarına yardımcı olan bireylerle etkili ilişkiler kurabilirler. Bu ilişkiler, öğretmenlerin mesleki dirençlerini güçlendirebilir. Destek unsurları arasında deneyimli meslektaşlar, okul yöneticileri veya ebeveynler bulunabilir. Bu bağlamda, "Mentör" kavramı önem kazanmaktadır. Mentör öğretmenler, mesleklerinde yeni olan öğretmenlere sağladıkları desteklerle onların güçlenmelerine önemli katkılar sunabilirler.
2. Mesleki Yeterlilik: Öğretmenlerin mesleki yetkinliği, sağlık düzeylerini etki eden mühim bir etmendir. Öğretmenin mesleki yeterliliği düşük

olduğunda, bu durum eğitim sürecini ve öğretmenin kişisel özelliklerini olumsuz yönde etkileyebilir. Örneğin, bir öğretmen kendisini yetersiz hissettiğinde, bu pozisyon özgüvenine negatif yönde etki edebilir ve dayanıklılık düzeyinde düşüşe neden olabilir.

3. Mesleğini Sahiplenebilme: Öğretmenin mesleğine duyduğu bağlılık, dayanıklılık düzeyini yükselten önemli bir faktördür. Maaş, kıdem, terfi fırsatları gibi unsurlar, öğretmenin mesleğini benimsemesine katkıda bulunabilir ve bu da dayanıklılığını artırabilir.
4. Başarı Hissi: Öğretmenin başarı hissiyatını yaşaması ve takdir görmesi son derece önemlidir. İdareciler, meslektaşlar ve ebeveynler, öğretmenin gösterdiği çabaları fark etmeli ve takdir etmelidir. Bu sayede öğretmenin dayanıklılığı olumlu bir gelişim gösterebilir.
5. Mizah Duygusu: Mizah, öğretmenin karşı karşıya geldiği zorlukların üstesinden gelmede önemli bir etmendir. Mizahı verimli biçimde kullanabilen öğretmen, sorunları sıkıntı kaynağı olarak değil, çözüm arayışıyla daha rahat bir şekilde ele alabilir.

Kişilerin, her menfi şart ve olaya rağmen pozitif bir gelişim sergileme yetenekleri, psikolojik sağlık konusundaki araştırma çalışmalarının artmasına neden olmaktadır (Öz ve Yılmaz, 2009). Ayrıca, Maddi (1999) bireylerin dünyaya karşı gösterdikleri olumlu yanıtları açıklamak için bir Psikolojik Sağlık Modeli sunmuştur (Maddi, 1999; Akt: Özer, 2013).



Şekil 1. Maddi'nin psikolojik sağlık modeli

2.2.1. Psikolojik Sağlamlığın Özellikleri

Psikolojik sağlık ile ilgili yapılmış olan çalışmalar incelendiğinde, Gürkan (2006)'ın çalışmasındaki belirtilen özellikler aşağıdaki gibi sıralanmaktadır:

1. Psikolojik sağlık doğuştan gelen bir nitelik değildir, kazanılmış ve gelişime uygun bir niteliktir.
2. Psikolojik direnç durağan değil aktif bir süreçtir.
3. Bir insanın psikolojik sağlık düzeyini ortaya koyabilmek için hayatındaki sorunlarla ve zorluklarla yüzleşmesi, sonra bu sorunlara uyum sağlaması ve tüm olumsuz yaşantılara rağmen hayatının farklı bölümlerinde başarılı olması gerekir.
4. Koruyucu faktörler psikolojik sağlamlıkta önemli bir faktördür.

5. Kavramın başlangıçta hastalık temelli olduğu düşünöldü ancak daha sonra bireyler üzerinde yapılan araştırmalarda hasta olmasalar bile geliştirilebileceği gösterildi.
6. Psikolojik sağlamlık, yaşamda karşılaşılan zorluklarla baş etmeyi ve yeni koşullara uyum sağlamayı destekler.
7. Psikolojik sağlamlığı yüksek olan kişilerin, empati kurmayı bilen, özdenetim sunan, gerçekçei, kendine ve başkalarına saygı duyan, güvenilir ve strese dayanıklı kişilerdir.

2.3. Psikolojik Sağlamlığı Etkileyen Faktörler

2.3.1. Risk Faktörü

Psikolojik sağlamlıktan bahsedebilmek için, öncelikle psikolojik sağlamlık sürecini etkileyen risk faktörlerini anlamak gereklidir. Risk faktörleri, bireylerin psikolojik sağlamlık kazanma sürecini tetikleyen zorlayıcı koşulları ifade eder. Kauai adasında yürütölen boylamsal çalışma, Werner (1993) tarafından gerçekteşirilmiş olup, psikolojik sayanıklılık ile ilgili yapılmış olan ilk kapsamlı araştırma olarak kabul edilmektedir. Masten ve arkadaşları (2002)'na göre bireyin psikolojik sağlamlık kavramından söz edebilmesi için zorlayıcı durumlar, tehditler veya riskli yaşam deneyimleri ile karşılaşması gerekmektedir. Eğer belirgin bir risk unsuru yoksa, bireyler "yeterli", "uyum sağlayan", "normal" olarak nitelendirilebilirler ancak burada psikolojik sağlamlık kavramı geçerli değildir (Gizir, 2007). Risk, bireyin çevresel koşullarına uyum sağlama konusunda bir tehdit olarak ortaya çıkar. Yeni risklere ve zorluklara rağmen, zihinsel dayanıklılık, uyum sürecinin başlamasına yardımcı olur. Psikolojik ve fizyolojik zorluklar ile yoksunluklar stresi temsil eder. Stres, bireyin kaynakları ile ihtiyaçları arasındaki dengesizlikten kaynaklanır ve işleyişi olumsuz etkiler (Masten, 1994).

Bununla ilgili farklı araştırmacılar tarafından pek çok sınıflandırma yapılmış olsa da en yaygın olanı Gizir'in (2007) çalışmasında ele alınan sınıflandırma, bireysel, ailesel ve toplumsal risk faktörleri şeklindeyir:

- 1- Bireysel risk faktörleri arasında; zekâ düzeyinin, öz kontrolün ve özgüvenin düşük olması (Friborg ve ark., 2005), kaygılı ve agresif bir mizaca sahip olma ile kendini ifade becerilerinin düşük olması (Willis ve Burnett, 2016) yer almaktadır.
- 2- Ailesel risk faktörleri; psikolojik sağlamlıkla ilgili en eski çalışmalarda bile en çok üzerinde durulan faktörlerdendir. Risk faktörleri arasında ebeveyn psikopatolojisi, tek ebeveynli ailede büyüme, ebeveynlerin eğitim düzeyinin düşük olması (Crosnoe ve Elder, 2004), boşanma ve ölüm, aile içi kaba kuvvet, savsaklama ve sömürme ile ebeveyn tutumlarının katı ve tutarsız olması kabul edilebilir (Gizir, 2007; Tümlü, 2012).
- 3- Çevresel risk faktörleri arasında; doğal afet, düşük sosyoekonomik düzey, olumsuz sosyal çevre, uygun rol model eksikliği, toplumsal şiddet olayları ve ekonomik sıkıntılar yer almaktadır (Engle ve ark., 1996; Tümlü, 2012).

2.3.2. Koruyucu Faktörler

Koruyucu faktörler, insanların günlük hayatlarında karşılaşılabilecekleri olumsuz durumların etkisini ve tehlikeli durumların kişi üzerindeki etkisini azaltmakta ve sonuç olarak kişinin mevcut duruma uyum sağlama yeteneğini geliştirmektedir. Koruyucu faktörler bireylerin psikolojik yılmazlığı üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Masten ve ark., 1990) ve birtakım özelliklerin kişide bulunması, onun sağlamlık kapasitesini gösterebilmesini sağlayabilmektedir (Chavkin ve Gonzalez, 2000). Araştırmacılar bu etkinin nedenleri üzerine çalışmalar yaparken bireyleri zorlukla başa çıkmada başarılı kılan ve psikolojik olarak daha dayanıklı kılan koruyucu faktörlerin önemi dikkat çeker (Troy ve Mauss, 2011). En genel kabul görmüş sınıflandırmalar, Garmezy'nin (1987) belirttiği üzere, bireysel, ailesel ve çevresel koruyucu faktörler olarak yapılmaktadır. Bunlar:

1. Bireysel koruyucu faktörler; içsel koruyucu faktörler olarak da tanımlanmakta ve zekâ, özsaygı, olumlu mizaç özellikleri (Friborg ve ark., 2005), iyimser kişilik yapısı, merak, gelişmiş mizah anlayışı, problem çözme becerisine sahip olma, eğitim düzeyinin yüksek olması (Garmezy, 1987; Rutter, 2006), kişiler arası ilişkilerde empati ve sorumluluk bilincine sahip

olma bireysel koruyucu etmenler içerisinde bulunmaktadır (Gizir ve Aydın, 2006; Tümlü, 2012).

2. Ailesel koruyucu faktörler; ebeveyn tutumları başta olmak üzere aile ortamına ait olumlu özellikleri içermektedir. Güven veren, destekleyici, sıcak, kabullenici ve saygılı ebeveyn tutumları (Herrman ve ark., 2011) ile birlikte olumlu aile ortamına sahip olma, ihmal ve istismar yaşamama, ebeveynlerin eğitim düzeyinin yüksek olması (Crosnoe ve Elder, 2004), ailede psikopatolojinin olmaması, düzenli ev ortamı ve olumlu aile ilişkileri psikolojik sağlamlık için ailesel koruyucu faktörler arasındadır.
3. Çevresel koruyucu faktörler; bireyin ailesi dışında içinde bulunduğu sosyal yapı içerisinde sahip olduğu imkânlar ile ilişkilidir. Bu imkânlar arasında kişinin bir yetişkin ile kurduğu olumlu ve destekleyici ilişki, olumlu akraba ve arkadaş ilişkisi, huzurlu bir toplumsal yapının içinde yer almak, destekleyici kamu kurumlarının varlığı, nitelikli eğitim ve sağlık hizmetleri yer almaktadır (Garmezy, 1987; Gizir ve Aydın, 2006; Kararımak, 2006; Luthar ve Cicchetti, 2000; Rutter, 2006).

2.3.3. Olumlu Sonuçlar

Psikolojik dayanıklılık araştırmalarında, risk faktörleri ile koruyucu faktörlerin etkileşimi sonucunda açığa çıkan olumlu sonuçlar (positive outcomes) kavramından bahsedilmektedir. Olumlu sonuçlar, zorlayıcı çevresel koşullara karşı bireyin göstermiş olduğu uyum ve yeterlik/yetkinlik kavramları ile ilişkilidir (Gizir, 2007; Masten, 2001). Her insanın psikolojik dayanıklılık potansiyeli bulunur. Bu potansiyel, kişinin yaşam deneyimleri, kişisel özellikleri maruz kaldığı risk faktörleri ile sahip olduğu koruyucu faktörler arasındaki denge, onun durumunu belirleyici bir rol oynar (Tugade ve Fredrickson, 2004).

Günümüzde ise kişilerin yaşam doyumun yüksek olması; duygu, düşünce ve davranışlarının olumlu olması; suça yönelik davranışlarının ve herhangi bir

uyumsuzluk ve psikopatolojinin mevcut olmaması olumlu sonuçlar bağlamında ölçüt kabul edilmektedir (Masten ve Reed, 2002).

2.4. Psikolojik Sağlık ile İlgili Yaklaşımlar

Psikolojik sağlık üzerine yapılmış olan araştırmalar, birey odaklı yaklaşımlar ve değişken odaklı yaklaşımlar olmak üzere iki yaklaşıma göre temellendirilmiştir (Masten, 2007).

2.4.1. Birey Odaklı Yaklaşımlar

Bireyin travmatik yaşantıların olumsuz atfedilen etkisini kırması ve güçlüklerle baş edebilme becerisine sahip olması psikolojik sağlık ile ilişkili olmakla beraber (Rutter, 1985) birey odaklı yaklaşımların, psikolojik sağlamlığı yüksek olan kişilerin özelliklerini kapsamlı şekilde incelemesi ve değerlendirmesi psikolojik sağlık literatürüne pozitif yönde katkı sağlamaktadır. Lakin bu yaklaşım, psikolojik sağlamlığı yüksek kişilere dair çevresel faktörleri göz ardı etmektedir (Masten ve Obrodovı'c, 2006).

2.4.2. Değişken Odaklı Yaklaşımlar

Masten (2001) psikolojik sağlamlığı kişisel olarak geliştirilebilir bir özellik olarak kabul etmiş, makalesine de ismini verdiği "ordinary magic" gibi her bireyde var olması mümkün ve sıradan bir özellik olarak tanımlamıştır. Bu yaklaşım türü istatistiksel yöntemlere başvurarak bireylerin sahip oldukları risk ve koruyucu faktörleri önemsemektedir (Masten, 2007). Bu durum psikolojik sağlamlığın öğrenme yoluyla kazanılabilecek bir beceri olduğu düşüncesini güçlendirmektedir (Gürgan, 2006).

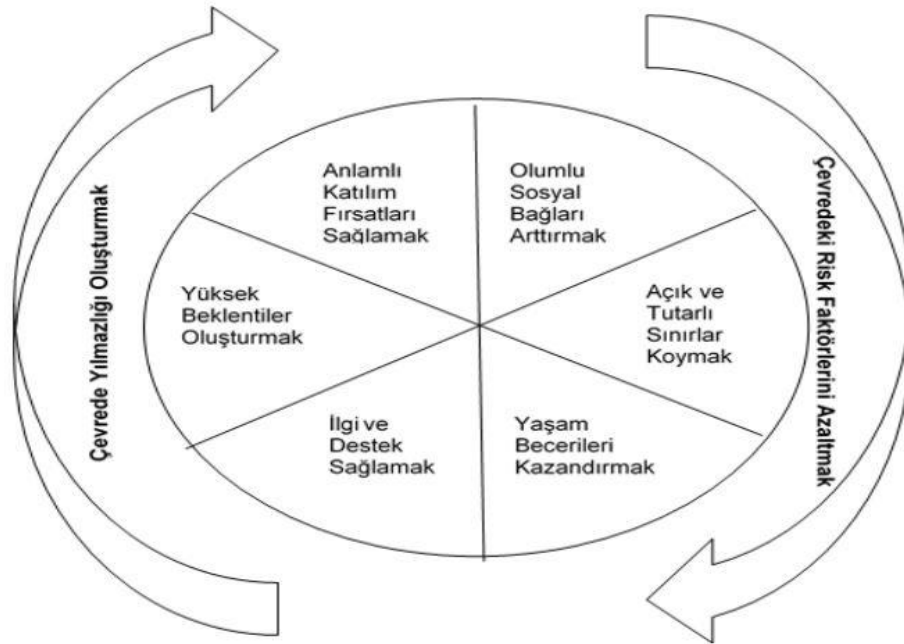
Bu bağlama psikolojik sağlamlığın dinamik, sıra dışı özellikler gerekmesizin her insanın sahip olabileceği ve yaşamına uygulayabileceği bir özellik olarak kabul edilmesi, bireylerin psikolojik sağlık özelliklerini geliştirme çalışmalarına hız kazandırmıştır (Masten ve Coatsworth, 1998).

2.5. Psikolojik Sağlık ile İlgili Modeller

2.5.1. Richardson, Neiger, Jensen ve Kumpfer'in Psikolojik Sağlık Modeli

Psikolojik dayanıklılık kavramını açıklamak için, bireyin karmaşık olaylar, stresli durumlar veya risklerle karşılaşması gereklidir. Bu nedenle, düzenin bozulması ve ardından kendini toparlayarak eski durumuna dönmesi önemlidir. Ayrıca, yaşanan durumlardan ders çıkarmak da gereklidir. Psikolojik sağlık özellikleri sergileyen bir birey, biyolojik, psikolojik ve manevi dengeyi sağlamalı ve zihinsel, fiziksel ve duygusal bakımdan olaylara odaklanmalıdır (Neiger ve ark., 1990). Bireylerin yaşamları, belirli bir denge içinde seyretmektedir. Hayatları, denge durumlarını etkileyen çeşitli olaylarla doludur. Ancak, bazı durumlarda bireyi koruyan ve uyum sağlamayı kolaylaştıran faktörler etkili olmazsa, kişinin denge durumu bozulabilir. Bireyler, denge bozulduğunda işlevsizlik, uyumsuzluk, iç denge ve psikolojik dayanıklılık olmak üzere dört türden bir yeniden bütünleşme ve dengeye dönme deneyimleyebilirler (Richardson, 2002).

2.5.2. Henderson ve Milstein'in Psikolojik Sağlık Modeli



Şekil 2. Henderson ve Milstein'in psikolojik sağlık modeli

Psikolojik sağlamlık, kişiden kişiye değişen ve artabilen ya da azalabilen bir özelliktir (Henderson ve Milsten, 1996). Henderson ve Milsten (2003) tarafından geliştirilen ve psikolojik sağlamlığı okullarda artırmayı amaçlayan altı aşamalı bir strateji modeli sunan model, "psikolojik sağlamlık çemberi" adını taşımaktadır.

Aşağıdaki psikolojik sağlamlık çemberi incelendiğinde, psikolojik sağlamlığın arttırıldığı iki kademe belirlenebilir. Temel amaç, çevredeki risk faktörlerini azaltarak psikolojik sağlamlığı oluşturmaktır.

Yukarıdaki psikolojik sağlamlık çemberine bakıldığında, çevredeki psikolojik sağlamlığı oluşturmak için üç temel faktör bulunduğu gözlemlenmektedir (Bernand, 1991).

Bu faktörler;

1. İlgi ve Destek Sağlamak: Bireyle ilgilenmek, onu cesaretlendirmek ve koşulsuz sevgi ile saygı göstermek, bireye yalnız olmadığını hissettirmek;
2. Yüksek Beklentiler Oluşturmak: Bireye kendi başarisına olan inancı pekiştirmek ve başarıya ulaşmalarını sağlayacak bir ortam ve kaynaklar oluşturmak;
3. Anlamlı Katılım Fırsatları Sağlamak: Bireye uygun seçenekler sunarak becerilerini kullanma fırsatı tanımak olarak ifade edilmiştir.

Diğer üç temel faktör, çevredeki risk faktörlerini azaltmaktır, ki bu şekilde çevresel riskleri ve risk durumlarını en aza indirmek mümkündür, şekilde görüldüğu gibi (Hawkins ve Catalono, 1992).

Bu üç faktör Hawkins ve Catalono (1992) tarafından;

1. Olumlu Sosyal Bağları Artırmak: Bireyin çevresindeki kişilerle iletişimini güçlendirmek ve kurduğu pozitif ilişkileri desteklemek;
2. Açık ve Tutarlı Sınırlar Belirlemek: Kişiye net sınırlar koymak, açık beklentiler oluşturmak ve bu sınırlar ile beklentiler kişinin onayı alınarak düzenli bir şekilde uygulanmak;
3. Yaşam Becerileri Kazanmak: Bireyin stresten uzak durabilmesi ve sağlıklı bir yaşam sürmesi için belirli yaşam becerilerini kazanması gerekmektedir. Bu

beceriler arasında sağlıklı iletişim kurabilme, öfke yönetimi ve yaşamını olumlu yönde etkileyecek diğer beceriler bulunmaktadır.

2.5.3. Wolin ve Wolin'in Psikolojik Sağlık Modeli

Steven Wolin ve Sybil Wolin, geliştirdikleri psikolojik sağlık modelinde kendi deneyimlerinden ilham almışlardır. Psikiyatrist olan Steven Wolin, başlangıçta hastalarını güçsüz olarak değerlendirip, onları ilaç veya terapi yöntemleriyle iyileştirmeye çalışmıştır. Ancak daha sonra, uzun süre kullandığı bu yaklaşımdan rahatsız olup, hastalarının her türlü zorluğa rağmen nasıl iyileştiklerini anlamaya yönelik pozitif faktörleri belirlemeye başlamıştır. Sybil Wolin, çocuk gelişimi alanında doktora yapmış ve eşine bu konuda yardımcı olarak faktörleri gruplandırmıştır. Daha sonra bu faktörleri "yedi dayanıklılık" olarak adlandırmışlardır (Thomsen, 2002). Yedi dayanıklılık modeli, Wolin ve Wolin (1993) tarafından geliştirilirken çocukluk dönemlerinde şiddet görmüş, ırkçılığa maruz kalmış, ihmal ve istismar edilmiş, anne babaları bir arada olmayan ve yoksul ailelerden gelen çocukları incelemiştir. Bu çocuklardan bazılarının, bu zorlu koşullara rağmen hayata olumlu bir şekilde yaklaşmaları dikkatlerini çekmiş ve bu çocuklar üzerinde yaptıkları çalışmalar sonucunda modelini geliştirmişlerdir.

Wolinlerin Yedi Yılmazlık Modeli (Wolin ve Wolin, 1993);

1. İçgörü (Insight): Sorunların anlaşılması için aile yapısının incelenmesi;
2. Bağımsızlık (Independence): Sorunlu bir aile yapısından zarar görmemek için duygusal ve fiziksel olarak aileden uzaklaşmak, aile ile mesafe koymak;
3. Dışarıdan Daha Fazla Olumlu Tepki Alma: Bazı insanların genellikle liderlik rolünü üstlendiği, güçlü sosyal iletişimleri nedeniyle çevrelerinden daha fazla olumlu tepki aldığı;
4. Sakinlik: Kimi insanların olaylara daha sakin bir perspektiften bakabildiği, diğer insanlara göre daha az öfkelenildiği söylenebilir (Benard, 1991).

Sonradan kazanılan özellikleri incelediğimizde;

1. Empatik Olma: Kişinin kendisini başkasının yerine koyarak onu anlama yeteneği (TDK, 2019).

2. Etkili İletişim Becerilerine Sahip Olma: Sözlü ve sözsüz ifade biçimlerini tutarlı bir şekilde kullanarak kendini ifade etme yeteneği (Gürgan, 2006). Öğretmenlik mesleği, iletişimle yakından ilişkilidir. Öğretmenler, öğrenciler, veliler ve eğitim sistemiyle etkileşimde bulunan birçok kişiyle iletişim kurarlar. Bu nedenle, öğretmenlerin doğru iletişim becerilerini kullanmaları önemlidir.
3. Kendiyle İlgili Espri Anlayışına Sahip Olma: Psikolojik sağlamlığı yüksek olan birey, kendi mizahi yanlarını görebilmeli ve kendisiyle alay edebilme yeteneğine sahip olmalıdır.
4. Kimlik Duygusu: Birey, kendisini ve köklerini tanımalı ve bunları fırsat olarak değerlendirebilmelidir (Benard, 1991).

Bunlar, çocukların ihtiyaç duyduğu ilgi ve destek sağlama, mantıklı katılım fırsatları sunma ve onlar için yüksek beklentiler belirleme olarak sıralanabilir. Bu bakış açısından, Benard modelinde yetişkinlerin çocuklara ortam ve fırsat yaratma gibi bir sorumlulukları olduğu söylenebilir (Thomsen, 2002).

2.5.4. Benson'un Psikolojik Sağlamlık ve Özellikler Kazandırma Kuramına Bakış

1989'da Benson tarafından geliştirilen teoriye göre, psikolojik sağlamlık ile özellik kazandırma teorisi arasında birçok benzerlik bulunmaktadır. Çocuklara daha fazla ve olumlu özellik kazandırdığımızda, çocukların riskli davranışlarda bulunma olasılıkları azalır (Thomsen, 2002). Risk faktörlerinin miktarı, bireyin psikolojik sağlamlık düzeyini etkilediği için risk faktörleri azaldıkça, psikolojik sağlamlık düzeyinin artma olasılığı artacaktır. Ayrıca, Benson tarafından yönetilen Araştırma Enstitüsü, toplumun yarattığı ortamların gençlerin olumlu özellikler kazanmalarına yardımcı olduğu bir rol oynamaktadır (Gürgan, 2006).

2.6. Süreklilik Kuramı

Süreklilik kuramına göre, psikolojik sağlamlık; bireyin dışa dönük özellikleri, ilişkilerinde bulunan şefkat, yüksek beklenti ve anlamlı katılım fırsatlarının devam

etmesindeki düzen olarak görülmektedir (Constantine ve ark., 1999). Bireyin yüksek beklenti faktörü geliştirildiğinde, kişide bağımsızlık niteliğini artırma, kendi kimliğini bulma ve kendini tanımak amacıyla yapılacak gerekli araştırma çalışmalarını artırma eğilimindedir ve bu konuda öncülük eder. Mantıklı veya anlamlı katılım fırsatları, öğrencilerin sorumluluklarıyla uyumlu ve katkı sağlayabilecek etkinliklere uygun, öğrencinin ilgisini çekecek şekilde düzenlenmiş etkinliklere katılmalarını sağlamaktır (Wested, 2000). Süreklilik kuramına göre, bireylerin yaşamları boyunca ilişkilerinde şefkat unsurunu deneyimlemiş, mantıklı katılım fırsatlarına maruz kalmış ve kendilerinden yüksek beklenti faktörü geliştirmişlerse, psikolojik sağlık geliştirme ve okulda başarılarını artırma olasılıkları daha yüksek olacaktır (Wasonga, 2002).

2.7. Krovetz'in "Sağlamlık" Kuramı

Krovetz tarafından geliştirilen sağlamlık kuramı, psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek ve başarılı bireylerde bulunan ancak sorun yaşayan kişilerin yaşamlarında kullanamadıkları koruyucu faktörleri açıklamaktadır (Krovetz, 1999). Koruyucu faktörlerin bir kısmı kişide var olduğunda, birey sağlamlık yeteneğini ortaya koyabilir. Krovetz'in psikolojik sağlamlık kuramına göre, koruyucu faktörler her bireyde bulunsa da, derecesi her bireyde eşit olmayabilir ve bu nedenle bireyin risk faktörleri ile başa çıkabilmesi için yeterli düzeyde bulunması önemlidir (Chavkin ve Gonzalez, 2000).

2.8. Benlik Saygısı

Benlik, kişinin kendisine yönelik bakış açısı olarak tanımlanmaktadır ve davranışlar üzerinde etkin bir role sahiptir (Kuzgun, 1972). Bireyin kendisini değerlendikten sonra kendisini olduğu gibi görüp ve kendisinden hoşnut olma, kendini olumlu görme ve kendine güvenmeyi içeren olumlu bir ruh hali olarak tanımlanan (Yörükoğlu, 1998) benlik saygısı, öz-duyarlık kavramı ile de karıştırılmaktadır. Literatür benlik saygısı ve öz-duyarlığı benzer olarak ele alsa da Neff (2011) öz-duyarlık ile benlik saygısının farklılıklarını ortaya koymuştur. Benlik saygısının öznel iyi oluşla olumlu ilişkisi olmasına rağmen yüksek seviyedeki benlik saygısının

sorunlu durumlara yol açacağını belirtmiştir. Benlik saygısı narsizmle ilişkili bulunurken öz-duyarlılıkla bir ilişkisi bulunmamıştır (Neff, 2003). Kişinin benlik saygısı yükseldikçe, psikolojik dayanıklılığının da artış gösterdiği ifade edilebilir. Çelikle'nin (2021) benlik saygısının sağladığı faydaların yanı sıra benliğin diğerleriyle performans değerlendirmelerine ve karşılaştırmalara dayanmamaktadır. Bireyin kendisini kusurlu taraflarıyla görmeyi kolaylaştırdığı için benlik şişirmelerini ve karşılaştırmalarını içermemektedir (Neff ve ark., 2007).

Kağıtçıbaşı (2012)'na göre, benlik kavramı, bir kişinin kendisini algılama biçimidir. Benlik saygısı (self-esteem) kavramı, literatürde öz değer, kendilik arayışı, benlik tasarımı, öz kavram ve kendine güven duygusu gibi ifadelerle de açıklanmaktadır (Cebe, 2005).

Benlik saygısı yüksek olan kişilerde belli özellikler görülmektedir. Bunlar;

1. Bireylerle ilişkilerinde daha hoşgörülü olurlar,
2. Bağımsız davranmaktan hoşlanırlar,
3. Fiziki anlamda daha sağlıklı olurlar,
4. İnsanlarla daha iyi iletişim kurarlar,
5. Yaşamın anlamını daha iyi fark ederler,
6. Daha az kaygılı olurlar ve daha az içe kapanma yaşarlar,
7. Başarılı olmayı isterler (Yavuzer, 2000).

Özetle, benlik saygısı bireyin yaşama daha başarılı bir şekilde uyum sağlamasını kolaylaştırmaktadır gibi görünmektedir. Benlik saygısı, bireyin kendisinden memnun olma, olumlu bir özgörüşe sahip olma ve kendine güvenme durumunu içeren pozitif bir ruh halini ifade eder (Yörükoğlu, 1998).

2.9. Öz Yeterlilik

1983 yılında Albert Bandura tarafından ortaya atılan "öz yeterlilik" kavramı, sosyal öğrenme kuramı araştırmalarında bulunmuştur. Bu terim, insanların gelecekte karşılaşacakları durumları yönetebilmek için gerekli adımları düzenleme ve uygulama sürecinde kendi benliklerine duydukları inancı ifade eder. Bandura, "işin başarmanın ilk ve temel yolunun inanç olduğunu" belirtir ve bu inancın, bir işi

başarmak için gereken bireysel faaliyetleri etkileyen unsurlardan biri olduğunu vurgular (Keskin ve Orgun, 2006). Sosyal bilişsel kuramda bireylerin yapmış oldukları eylemlerin, başarılı ve istikrarlı bir eğitimci olmak için sahip olunması gereken unsurların (Alpaslan ve Işık, 2016) ardında yatan en temel güdüsel yapı öz yeterlik inançlarıdır. Artan öz yeterlik, azmi ve kararlı hali de artırır. Üst seviyede başarımlar oluşturur (Keskin ve Orgun, 2006). Öğretmenlerin eğitim ve öğretimde başarılı ve işlevsel olabilmeleri, öz yeterlilikleriyle doğrudan bağlantılıdır. Yüksek öz yeterliliğe sahip öğretmenler, aktif ve sağlam bir temele dayanan, olumlu geri bildirimler alacakları çeşitli akademik performanslar sergileyebilirler. Bu performanslar, aslında öz yeterliliklerinin somut sonuçlarıdır (Alpaslan ve Işık, 2016).

Literatür incelendiğinde psikolojik sağlamlık ilişkisini inceleyen yabancı ve yerli birçok çalışma bulunmuştur. Psikolojik sağlamlık kavramının öz yeterlik ve kaygı (Green, 2020) gibi kavramlarla ilişkisinin araştırıldığı çalışmalar da mevcuttur. Öz yeterlik inançlarının kaynakları incelenecek olursa Bandura, dört temel kaynaktan elde edildiğini belirtmiştir. Bunlar tamamlanmış başarılı performanslar, sosyal modeller tarafından öğrenilen dolaylı yaşantılar, sözel ikna ve bireyin fiziksel ve duygusal durumudur (Snyder ve Lopez, 2002). Ayrıca bu dört kaynağın birbirlerinden etkilendiği belirtilmiştir (Yılmaz ve Köseoğlu, 2004).

İnsanlar yeni bir öğrenme sürecinde kaygı ya da engellemelerle karşı karşıya kalırlar. Çünkü bireyin bu yaşantıyı gerçekleştirebileceğine dair olan ve bu öğrenmenin adaptasyonunu sağlama bileğiyle ilgili inancı net değildir. Bu netlik bireyin kendisine olan inancı ile sağlanabilir (Öztürk, 2017). Pozitif bir okul ortamında çalışan, psikolojik olarak dayanıklı öğretmenlerin etkili iletişim becerileri, güçlü öz yeterlilik algıları, yüksek özgüvenleri ve stresli ya da travmatik durumlar karşısında mantıklı düşünebilme yetenekleri bulunmaktadır. Öğretmenlerin bu tür davranışları, okulların belirlediği hedeflere ulaşmada büyük bir önem taşımaktadır (Block ve Kremen, 1996).

Sonuç olarak, öz yeterlilik ile psikolojik dayanıklılık arasında orta seviyede, pozitif bir bağlantı tespit edilmiştir. Bu bulgulara dayanarak, bir bireyin öz yeterlilik seviyesi yükseldikçe, onun psikolojik dayanıklılığının da arttığı ifade edilebilir (Olsson ve ark., 2003).

2.10. Karar Verme Stilleri

Psikolojinin temel ilgi alanı, insan davranışını anlama ve açıklamaktır. Farklı teorik yaklaşımların açıklamaları incelendiğinde, insan davranışının karmaşık bir yapıda olduğu anlaşılabilir. Karar verme süreci, sosyal bilgi işleme sürecinin en son aşamasını oluşturur. Davranışın eyleme geçmeden önceki adımlarının anlaşılması ve kararın nasıl verildiği, son zamanlarda özel bir ilgi alanı haline gelmiştir (Taşdelen, 2001). Karar verme sürecinde bireyin, seçenekler arasından kendisine en uygun olanını seçmesi, bireyin mutlu olması ve mutlu bir hayat sürmesi için gereklidir (Pekdoğan, 2015).

Kuzgun (2014)'un ifadesine göre, bir gereksinimi gidermek için birden çok yol bulunması ya da bu gereksinimi giderecek hedefin belirsiz olması durumunda, birey yaşadığı sıkıntıyı gidermek amacıyla seçeneklerden birine yönelme eğilimindedir. Bu durum, karar verme olarak adlandırılmaktadır. Karar verme davranışının ortaya çıkabilmesi için belirli koşulların oluşması gerekmektedir.

Bu koşullar aşağıdaki gibi sıralanabilir (Tarakçı, 2011):

1. Karar verme ihtiyacını ortaya çıkaran bir güçlüğün oluşması ve bu güçlüğü bireyin hissetmesi.
2. Güçlüğü ortadan kaldıracak birden çok alternatifin varlığı.
3. Bireyin bu seçeneklerden birini seçme özgürlüğünün olması.

Diğer yandan, karar verme stilleri incelenecek olursa beş kategoriye ayrılmıştır (Spicer ve Sadler-Smith, 2005; Thunholm, 2003). Bunlar:

1. Rasyonel karar verme stili: Karar verilecek durumla ilgili yapılan araştırmalar sonucunda seçeneklerin mantık sürecinden geçirilerek en uygun olanın seçilmesini içerir.
2. Sezgisel karar verme stili: Bireyin sistemli düşünme yerine önsezi ve duygularını kullanarak karar vermesini ifade eder.
3. Bağımlı karar verme stili: Bireyin karar verme sürecinde başkalarının düşüncelerini dikkate alarak karar vermesini içerir.

4. Kaçınma karar verme stili: Bireyin mümkün olduğunca karar verme davranışından kaçınmasını ifade eder.
5. Spontan karar verme stili: Kişinin karar anındaki koşullara bağlı olarak aceleci ve hızlı bir şekilde karar vermesini içerir.

Karar verme süreci üzerinde araştırmacıların fikirleri farklı olsa da Zeleny (1982), karar verme sürecini üç aşamada açıklamıştır.

1. Karar Öncesi Dönem: Bu aşamada birey, karar vermesi gereken bir durumla karşı karşıyadır ve hedefe ulaşmak için birden fazla alternatif yol bulunmaktadır. Bu nedenle birey kararsızlık ve çatışma yaşar. Seçenekleri değerlendirir, bilgi toplar ve bu bilgileri önem sırasına göre düzenler.
2. Karar Dönemi: Birey, seçenekleri karşılaştırır ve sayılarını azaltmaya başlar. En uygun seçeneğe yönelir.
3. Karar Sonrası Dönem: Birey, aldığı kararı uygular ve değerlendirme yapar. Kişinin karar vermesinde temel rol oynayan faktörler, karar verme stilleri ve stratejileridir. Karar verme stilleri, kişisel özelliklerden ve yaklaşımlardan etkilenir ve Scott ve Bruce (1995) tarafından kişinin bir durumla karşılaştığında verdiği tipik tepki olarak tanımlanır (Avşaroğlu, 2007).

Genel olarak, rasyonel karar verme stilini benimseyen bir birey, seçenekleri mantık sürecinden geçirerek kendisine en uygun olanı seçecektir. Bu durumda benlik saygısı artan birey, yaşamın çeşitli alanlarında karşılaştığı durumlarla başa çıkabilmek için etkili stratejiler geliştirecektir. Bu sayede olumsuz yaşam koşullarına karşı kendini koruma yeteneğini artıracaktır.

2.11. Kaygı Kavramı ve Tanımı

Psikolojide, insanın ruhsal durumunu ifade eden kaygı kavramı ilk kez Freud tarafından egonun bir işlevi olarak tanımlandı. Bu kavram önceleri biyolojik bir terim olarak kabul edilirken, Freud'un katkılarıyla psikoloji literatürüne giriş yaptı. Psikanaliz alanında Freud'un öncülük ettiği kaygı kavramı, onun ardılları tarafından da işlenerek önemli bir kavram haline geldi. Bu süreçte kaygı kavramı, insanın ruhsal durumunu ifade etmekten öte, geniş bir anlam yelpazesine sahip olarak daha da genişletildi (Budak, 2000).

Freud ‘dan sonra kaygı kavramı hakkında çalışmalara imza atan bir diğere isim ise Jacques Lacan’dır. Lacan, seminerlerinde kaygıyı ele almış olmakla birlikte 10. seminerini kaygı üzerine temellendirmiş ve bu seminerine “L’angoisse” yani “Anguaz” adını vermiştir. Lacan, Anguaz seminerinin temelini Sigmund Freud’un “Ketlemeler, Semptom ve Kaygı” adlı çalışmasının oluşturduğunu belirterek, anguazı anlamak için Freud’un ifadelerine geri dönmemiz gerektiğini vurgulamıştır (Lacan, 2014). Lacan’ın "anguaz" kelimesini seçerken, Freud’un Almanca "tipik olarak belirli bir kişi ya da duruma odaklanmadan, genel olarak hissedilen derin bir kaygı ve korku hali" anlamına gelen "Angst" kelimesini kullanmasının etkili olduğu bilinmektedir (Castrillón ve Benvenuto, 2004).

Freud (1962)’un kaygı hakkındaki görüşlerini incelendiğinde iki farklı kaygı teorisi ortaya attığını görmekteyiz. Freud’un ilk teorisine göre, bastırma ile bütün duyguların kaygıya dönüşebileceğini ifade ederken (Freud, 2018), ikinci teorisinde kaygının başlangıçta tehlikeli bir duruma verilen bir tepki olduğunu belirterek, bu tür durumların tekrarlandığı her noktada kaygının ortaya çıkabileceğini belirtmiştir (Freud, 2019).

Kaygı, tehlikeyle baş etmek için uyum sağlayıcı bir mekanizma, temel bir insan duygusu ve çok yönlü bir duygu durumu olarak kabul edilir. Bilimsel öğeleri, öznel duyguları, fizyolojik belirtileri ve davranışları içermekle birlikte (Özusta, 1995), hafiften orta şiddete kadar yaşanabilir ve orta şiddetteki kaygının isteklendirme (motivasyon) açısından yararlı olduğu belirtilmiştir (Beşer ve Öz, 2003). Çünkü kaygı yaşayan birey, kendini çaresiz hissedebilir (Horney, 1999). Stresin yoğun olduğu dönemlerde durumsal kaygı seviyesinde artış yaşanırken, stres ortadan kalktığında düşüş gözlemlenebilir (Öner ve Compte, 1983). Özellikle güç kazanma, yükselme ve çevreye egemen olma kavramlarına büyük önem veren bireylerde bu duygu daha belirgin bir şekilde ortaya çıkabilir (Horney, 1999).

2.11.1. Kaygıya Neden Olan Faktörler

Kaygının kökeni birçok faktöre dayanmaktadır, bu faktörler arasında bireyin eğitimi, cinsiyeti, yaşı, yetiştirme tarzı, maddi olanakları, kişilik özellikleri ve sosyal yaşantısı gibi etkenler bulunmaktadır. Cüceloğlu’na (2006) göre, kaygının nedenleri arasında

destek eksikliği, olumsuz bir sonuç beklentisi, içsel çatışma ve belirsizlik yer almaktadır.

Kaygı hem psikoloji hem de felsefe disiplinlerinde tanımlanan, çeşitli bilim insanları ve filozoflar tarafından ele alınan bir kavramdır (Manav, 2011). Kaygının temelinde, kişisel anlamlar yatar. Her ne kadar korkulan şey herkese aynı tehdidi oluştursa da, kaygı bireylerin kişisel düşünceleriyle ortaya çıkar. Bu bağlamda, korku nesnel bir durumken kaygı daha çok öznedir (Özer, 2008). Korkunun kökeninde, yaşama isteği ile yüksek bir yerden düşme ve ölüm isteği arasındaki çatışma yer alır ve bu çatışma kaygıya yol açar (Geçtan, 2005).

Aynı zamanda kaygının ortaya çıkışının sebepleri şunlardır;

1. Alışkanlıklar dışına çıkmak,
2. Olumsuz durumlarla karşı karşıya kalınmasında sonuçlarının olumsuz olması düşüncesi
3. Gelecek hakkında bireyin nelerle karşılaşacağını veya yaşanacağını bilinmemesi durumlarında ortaya çıkmaktadır (Manav, 2011).

2.12. Kaygı Düzeyleri

Kaygı düzeyleri literatürde çeşitli kavramlarla ifade edilir; bunlar arasında hafif düzeyde kaygı (Bilgin, 2017), orta düzeyde kaygı (Karaman, 2008), yüksek düzeyde kaygı (Binici, 2015) ve panik düzeyde kaygı (Dönder, 2005) bulunmaktadır.

2.12.1. Hafif Düzeyde Kaygı

Sosyal ortamlarda bulunan birçok insan, yaşamlarının çeşitli dönemlerinde utanma, çekinme, ürkeklik veya güvensizlik duygularıyla karşılaşmaktadır. Bu duygular, özellikle ergenlik döneminde ortaya çıkar ve yetişkinlerde de sıkça gözlenir; bu durum hafif kaygı olarak adlandırılır. Hafif düzeyde yaşanan kaygı, bireyin kendi ayakları üzerinde durmasına, çevresine karşı duyarlı olmasına ve davranışlarını kontrol etmesine katkıda bulunabilir (Sungur ve Dilsiz, 1995).

2.12.2. Orta Düzeyde Kaygı

Orta düzeyli kaygı, kişinin günlük yaşamında karşılaştığı stres, endişe ve belirsizliklerle başa çıkma yeteneğini etkileyen bir psikolojik durumu ifade eder. Bu tür kaygı, çok yoğun olmayan ve kişinin işlevselliğini ciddi şekilde etkilemeyen bir düzeyde meydana gelir. Orta düzeyli kaygı, insanların zaman zaman yaşadığı normal bir duygu durumudur ve çoğu insanın hayatının bir parçasıdır.

2.13. Kaygı Belirtileri

Kaygı, süresine ve şiddetine bağlı olarak kişide fizyolojik ve psikolojik değişikliklere neden olabilir. Bu dönemde, sürekli başarısızlıkla karşılaşma düşüncesi yaygınlaşır. Kaygı düşüncesi nedeniyle birçok iş yapılamamış veya gecikmeyle gerçekleştirilmiştir. Kaygı, bazen başarıyı teşvik edebilirken, diğer zamanlarda başarısızlığa yol açan önemli bir faktör olabilir. Kaygının zararlı etkilerini en aza indirmek ve ondan kurtulabilmek için, öncelikle kaygının belirtilerini anlamak ve üzerinde durmak önemlidir (Bozdam, 2011).

Üredi ve Başduvar (2017) tarafından yapılan çalışmaya göre, kaygı belirtileri, bireyin gelecekte kötü bir şey olacakmış gibi hissettiği şekilde tanımlanmaktadır. Ayrıca, bu şiddetin çok hafif tedirginlikten panik derecesine kadar değişen düzeylerde olabileceği vurgulanmıştır. Kaygının belirtileri ise şu şekilde sıralanmıştır:

1. Hoşa gitmeyen, sıkıntı veren duygulanım,
2. Kötü bir şey olacakmış düşüncesiyle endişe atakları,
3. Bu duyguları tek başına algılaması ve yaşaması,
4. Bedensel gerginlik,
5. Ruhsal endişe ve panik.

Cüceloğlu (1996) 'ya göre ise kaygının belirtilerini şöyle sıralayabiliriz.

Anksiyete bozukluğunun yaygın belirtileri arasında nefes darlığı, mide rahatsızlıkları, aşırı terleme, ishal veya kabızlık, düzensiz solunum, aşırı reaksiyonlar, kesik kesik nefes alış, titreme, gerginlik, ellerde ve ayaklarda soğukluk,

kalp atışlarında hızlanma, sürekli yorgunluk hissi, ani sinirlilik, devamlı baş ve bel ağrıları ile boyun kaslarında gerginlik yer alır.

2.14. Kaygı Türleri

Kaygı, kişi için yeni bir olgudur ve tamamen günümüze özgü bir durum değildir. Geçmiş zamanlarda kaygı kavramı genellikle doğanın zorluklarından kaynaklanırken, bugün insanlar tarafından yaratılan etmenlerle başa çıkmaktayız. Kaygı'nın kökenini genellikle fiziksel, kişisel ve organizasyonel olarak üç ana kategoride toplarız. Çevremiz, yaşadığımız koşullar, olaylar, bireyler ve çevremiz sürekli olarak bir stres kaynağı olarak varlığını sürdürmektedir (Çamlıyer, 1984).

2.14.1. Durumluk Kaygı

Birçok tehlikeli durumda, her bireyin belirli bir düzeyde kaygı hissetmesi doğaldır. Tehlikeli koşullar sırasında yaşanan korku, endişe ve geçici kaygı, genellikle durumsal kaygı olarak adlandırılır (Kara ve Acet, 2012). Benzer şekilde, gerginlik, sinirlilik veya endişe gibi geçici duygusal durumlar, bireyin tehdit veya tehlike anlarında deneyimlediği karmaşık duygusal tepkiler olarak ifade edilmiştir (Polat, 2017).

2.14.2. Sürekli Kaygı

Devamlı (sürekli) kaygı, durumsal kaygının aksine bir kişilik özelliğidir. Devamlı kaygı, çevresel şartlardan bağımsız olarak, bireyin rahatsızlığı, endişesi, olumsuz düşünce eğilimi, aşırı hassasiyet göstermesi ve yoğun duygusal tepkiler vermesidir (Öner ve Le Compte, 1983). Tedavi gerektiren bir kişilik özelliği olarak kabul edilen, ancak bazı insanların çevresel tehlikelerden bağımsız olarak sürekli kaygı deneyimlediği gözlemlenmiştir. Bu durum, bireyin düşünce yapısı, ruhsal durumu ve davranışları üzerinde etkili olabilir. Kişinin kişilik yapısıyla ilişkilendirilen tekrarlayan ve sürekli kaygı türü olarak adlandırılmıştır (Baydağ ve Başoğlu, 2018). Devamlı kaygı, geçici endişeyi aşan bir istikrar ve devamlılık gösterir. Bu tür endişenin şiddeti ve süresi, bireyin kişilik özelliklerine göre farklılık göstermektedir.

Bireyin kişiliği, devamlı endişe seviyesini etkileyen önemli bir faktördür. Bireyin genellikle durumları stresli olarak algılaması veya yorumlaması eğilimi, içinde bulunduğu durumlarla ilgili devamlı endişenin temelini oluşturmaktadır (Erkan ve Kaya, 2005).

2.14.3. Ben Merkezli Kaygı

Bu tür kaygı, bireyin kendi yeteneklerini sorgulamasıyla ilgilidir. Bir öğretmen adayı sürekli olarak öğretmenlik mesleğinin kendisine uygunluğunu, bu mesleği yaşamı boyunca icra edip edemeyeceğini ve sınıfındaki problemlerle başa çıkarken yöneticilerinin ve diğer meslektaşlarının ne tür bir tepki verebileceğini düşünür (Fuller, 1996).

2.14.4. Görev Merkezli Kaygı

Görev odaklı kaygı, öğretmenlik mesleğinin öğretme yönüne odaklanmaktadır. Bir öğretmen adayı, etkili bir eğitimci olma kaygısıyla öğretim yöntemleri, materyaller ve araç-gereçler üzerinde araştırmalar yapar. Öğretmen adayı “Acaba değişik sınıf atmosferlerinde eğitim öğretim nasıl yürütülmektedir?”, “Alanımdaki en güncel modelleri, materyalleri ve yeterlilikleri ne şekilde kazanabilirim?”, “başarılı bir öğretmen olmak için kimden destek isteyebilirim?” gibi sorular sorar (Fuller, 1996).

2.14.5. Öğrenci Merkezli Kaygı

Bu endişenin odak noktasında öğrenciler bulunmaktadır. Öğretmen adayı, "Öğrencilerin öğrenme süreçlerini en etkili ve verimli şekilde nasıl destekleyebilirim?", "Her öğrencinin bireysel özelliklerine uygun bir öğretim yaklaşımı nasıl belirleyebilirim?", "Öğrencilerin ömür boyu öğrenme motivasyonunu nasıl artırabilirim?" gibi sorularla bu alandaki endişelerini ifade etmektedir (Cabı ve Yalçınalp 2013; Tetik, 2021).

Cabı ve Yalçınalp (2013) tarafından yapılan çalışmada Ekonomik/Sosyal odaklı kaygı, Veli ve meslektaş odaklı kaygı, okul yönetimi odaklı kaygı, atanma odaklı kaygı, kişisel gelişim odaklı kaygı, uyum odaklı kaygı olmak üzere farklı türlerde kaygılar ele alınmıştır.

2.14.6. Ekonomik/Sosyal Merkezli Kaygı

Cemiyetteki işine yönelik değer azalma endişesidir. Bu kaygı, unvan, rütbe, gelir, toplumda mesleğe verilen önem gibi konulara odaklanır. Geçmişte büyük saygı gören öğretmenlik mesleğinin günümüzde aynı düzeyde değer görmediği düşüncesi yaygındır. Bu durum, öğretmen adayında endişeye yol açar (Cabı ve Yalçınalp 2013; Tetik, 2021).

2.14.7. Meslektaş ve Veli Merkezli Kaygı

Çalışma arkadaşları ve çevresindeki insanların öğretmenin mesleki yetkinliğini düşük görmesiyle ilgili bir endişe söz konusudur (Cabı ve Yalçınalp, 2013). Öğretmen adayları, gidecekleri kurumda okul yönetimi ve meslektaşlarıyla olumlu ilişkiler kurabilme, okul kültürüne uyum sağlayabilme, kendilerini kanıtlayabilme gibi konularda kaygı yaşarlar. Ayrıca, veli ile iletişim kurma ve sağlıklı bir iş birliği geliştirememeye ile ilgili endişeler de bulunmaktadır. Velinin öğretmeni yetersiz bulması, gereksiz müdahalede bulunması ve öğretmenin çalışmalarını destekleme yerine engel olması gibi durumlar, öğretmenler için oldukça zorlayıcı olabilmektedir (Tetik, 2021).

2.14.8. Kişisel Gelişim Merkezli Kaygı

Monoton olma ve yerinde sayma endişesidir (Cabı ve Yalçınalp, 2013). Öğretmenlik, toplumu inşa etmeyi üstlenmiş bir meslek grubudur. Bu sebeple bir öğretmenin çağın gerektirdiği şartlara uymaya elzemdir. Yalnızca bu şekilde donanımlı öğrenciler yetiştirmek mümkündür. Öğretmen adayları, durmaksızın olarak kendilerini geliştirdikleri takdirde bu endişelerini azaltabilmeleri olasıdır (Tetik, 2021).

2.14.9. Atanma Merkezli Kaygı

Atanma amacıyla KPSS sınavına girdikten sonra oluşan atanamama korkusu, mezuniyet sonrası ortaya çıkan bir endişedir (Cabı ve Yalçınalp, 2013). Öğretmen adayları, bölümlerini başarıyla tamamladıktan sonra bir yerde görev alabilmek için

KPSS sınavına hazırlanıp yeterli puan almak konusunda endişe duymaya başlarlar. Bu süreçte, sınavdan başarısız olma korkusu ve istedikleri yerlere atanamama kaygılarıyla başa çıkmak zorunda kalırlar (Tetik, 2021).

2.14.10. Uyum Merkezli Kaygı

Mezuniyet sonrasında istemediği bir şehirde işe başlama endişesidir (Cabı ve Yalçınalp, 2013). Öğretmen adayları, atanma sonrasında gidecekleri bölgenin sosyo-ekonomik şartlarına ve kültürlerine koşullarına uyum sağlamak konusunda endişeler yaşarlar. Bu kaygılar, doğru bir şekilde yönetilmediği takdirde çevreyle olumlu ilişkiler kurmak zorlaşabilir (Tetik, 2021).

2.14.11. Okul Yönetimi Merkezli Kaygı

İş yerindeki müdür ve diğer üstlerinin öğretmene karşı nasıl muamele edeceği konusunda oluşan kaygıdır (Cabı ve Yalçınalp, 2013). Okulda yöneticilerin öğretmene karşı takındıkları tavır öğretmenin başarısını ve duygusal durumunu etkileyen önemli bir etkidir. Öğretmeni destekleyen ve yapıcı davranan yönetim öğretmenin kaygısını azaltmaya yardımcı olacaktır.

Öğretmen adayları genellikle ilk zamanlarda öğretmenliğin öğretim boyutuyla karşılaşmadıkları için çok fazla endişe duymazlar. Zamanla bireysel ve öğretim ile ilgili kaygılar duymaya başlarlar (Fuller ve Parson, 1974; Akt. Türkdoğan, 2014). Öğretmen adaylarının kaygılarının gelişerek en son aşama olan öğrenciye yönelmesi için öğretmenlerin ön deneyimlerinin oluşmasına dikkat çekmiştir. Bu ön deneyimler stajlar yoluyla sağlanmaktadır. Öğretmen adaylarının mesleki kaygılarının da yeteneklerine ket vuracak düzeyde şiddetli olması mesleğindeki başarısını olumsuz etkilerken, orta seviyede yönetilebilir bir mesleki kaygı öğretmen adaylarını daha iyiye ulaşmak için motive edecektir.

2.15. Mesleki Kaygı Kavramı

Mesleki kaygı kavramı, bireylerin, özellikle de öğrencilerin mesleki geleceklerine yönelik bilinmezliğe dayalı, işsizlik, uygun iş bulamama, işten çıkartılma, maaş ögeleri kapsamında duydukları korku, endişe ve merak duygusudur. Kişisel

yatırımlarını doğru yapan ve mesleğin ereklerini sağlayan bireylerin mesleki kaygı düzeylerinin daha düşük olduğu bilinmektedir. Bu özelliklerin yanında, kontrollü gelişen mesleki kaygının da kişinin mesleki ve bireysel gelişimini desteklediği yadsınamaz bir gerçektir. Mesleki kaygı incelenirken dikkat edilmesi gereken hususlardan birisi de kaygı kavramıdır. Kaygı kavramı, bireylerin bilmedikleri ve/veya tehlikeli olarak yorumladıkları an ve durumlarda görülen merak, korku ve endişedir (Kutlu ve ark., 2019).

Meslek kişiye olumlu katkı sağladığı gibi kişiden topluma faydalı olmasını da ister. Toplumun beklentisini yerine getirmeyi vazife kılar. Her mesleğin özellikleri, o mesleğin memurları için belirli bir kaygı düzeyine neden olabilir (Yılmaz, 2006).

2.16. Öğretmen Adaylarının Mesleki Kaygıları

Fuller (1996)'e göre öğretmen adaylarının mesleki kaygılarını 3 grupta incelemek mümkündür. Bunlar; ben merkezli kaygı, Görev merkezli kaygı ve Öğrenci merkezli kaygıdır.

2.17. İş Bulma Kaygısı

İş bulma kaygısı, bireylerde geleceğe yönelik endişe ve dikkat dağınıklığına yol açarak kas gerginliği, uyku problemleri ve aşırı heyecanlanma gibi fiziksel ve duygusal reaksiyonlara neden olabilir. Psikoloji literatürüne göre, sürekli geçmişini düşünüp geçmişte takılı kalan bireylerde depresyon, gelecek kaygısı taşıyanlarda ise kaygı bozukluğu sıkça görülür (Alaosman, 2019).

Üniversite eğitimi, çeşitli sektörlerde çalışacak profesyonelleri temel eğitimle donatarak iş dünyasına hazırlamayı amaçlar. Ancak üniversite sayılarının hızla artması ve mezun sayılarının artması, işe giriş rekabetinin yükselmesi gerekliliğini daha da vurgulamıştır. Ülkede artan işsizlik sorunu, gençler arasındaki işsizlik kaygılarını daha da artırmıştır (Dursun ve Aytac, 2009).

Genç işsizliği; Birleşmiş Milletler (BM), Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO) ve Ekonomik Kalkınma İş birliği Örgütü (OECD)'nin tanımlamasında 15-24 yaş aralığında olan genç nüfusun çalışmak istesinde olması ve iş bulamaması durumundaki gençleri işaret etmektedir (Erikli, 2021).

Scovel (1978) kişinin karakteri ile ilişkilendirilen, yani kişiliğe dayalı kaygı ile çevresel olaylarla ortaya çıkan durumsal kaygı arasında farklılıklar olduğunu vurgulamaktadır.

2.17.1. İş Bulma Kaygısına Neden Olan Faktörler

Birçok faktör kaygıya yol açabilir. Bu faktörler, bireyin eğitim düzeyi, cinsiyeti, yaş aralığı, yetiştirme tarzı, maddi durumu, kişisel özellikleri ve sosyal yaşantısı gibi birçok değişkeni içermektedir. Cüceloğlu (2006) tarafından ifade edildiğine göre, kaygının nedenleri arasında destek eksikliği, olumsuz sonuçların beklentisi, içsel çatışmalar ve belirsizlik bulunmaktadır.

Üniversite mezunu gençlerin iş bulamama endişesinin temel sebeplerinden biri, ekonomideki istihdam daralmalarının onların iş bulmalarını zorlaştırmasıdır. Ayrıca, gençlerin aldıkları eğitim ve geliştirdikleri becerilerle uyumlu iş alanlarının eksikliği de bu kaygıyı artıran bir diğer faktördür (Tekin, 2015).

2.18. İşsizlik Kavramı ve Tanımı

İşsiz kişi; "iş arama isteği olan, uygun ücret ve belirlenmiş yasal ya da geleneksel saatler içinde çalışmaya hazır olmasına rağmen, hiçbir iş bulamayan bireylere denir" (Ülgener, 1991). Bir literatür tanımına göre işsizlik; belirli bir yaş üzerindeki ve iş yapma kapasitesine sahip olan bireylerin belirli bir süre boyunca iş arama çabaları sonucunda oluşan bir grup olarak tanımlanır (Unay, 2000). Bir diğer tanıma göre işsiz; çalışma kapasitesine sahip ve bu yönde isteği olan fakat uygun bir iş bulamayan kişidir (Güney, 2009).

İş, yaratıcı düşünceye teşvik etme, benlik saygısını artırma ve başarı ile kendini gerçekleştirme gibi olumlu duyguların gelişimine katkıda bulunan önemli bir etkidir. Öte yandan, işsizlik; ekonomik, toplumsal ve siyasal konularda tüm ülkeler için başlıca sorunlardan biridir. İşsizlikle yüzleşildiğinde ve uzun süre iş bulunamadığında, bireyde anksiyete oluşumu, depresyonun artması ve öz-saygının azalması gibi olumsuz etkiler ortaya çıkmaktadır (Linn ve ark., 1985).

İşsizliğin ekonomik ve bireysel anlamdaki olumsuz etkinliklerini aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür (Bulut, 2011);

1. Motivasyon kaybı,
2. Irk ve cinsiyet eşitsizliği,
3. Yeteneklerin kaybı,
4. Psikolojik zararlar,
5. Ölüm ve sağlık kaygı,
6. Finansal yük ve toplam ürün arzı kaybı,
7. Aile içi ve İnsan ilişkilerinin zayıflaması,
8. Sosyal dışlanma ve özgünlük kaybı,
9. Sorumluluk bilinci ve sosyal değerlerinin kaybı.

Dünya çapında işsizlik, milyonlarca insan üzerinde etkili bir sorundur. Bu sorun, çeşitli kaynaklardan kaynaklanmakta olup, özellikle gelişmekte olan ülkelerde ciddi bir mesele olarak ortaya çıkmaktadır (Dereli ve Kabataş, 2009). Genç işsizlik, özellikle dikkat çekicidir, çünkü toplam işsizlik oranının neredeyse iki katına çıkmış durumdadır ve gençler, iş gücüne sahip olmalarına rağmen uygun iş fırsatlarına erişemeyen bir genç nüfusu temsil etmektedir (Yumurtacı, 2018).

İşsizlik, ülkeler için ekonomik ve sosyolojik açıdan önemli sonuçlara yol açabilen bir sorundur. İşsizlik sorununa yönelik etkili çözüm politikalarının geliştirilebilmesi için öncelikle işsizlik türlerinin detaylı bir şekilde anlaşılması ve her bir türün özgün özelliklerine odaklanarak uygun politikaların tasarlanması gerekmektedir.

2.18.1. İşsizliğe Neden Olan Faktörler

Küresel anlamda işsizlik nedenleri şu şekilde açıklanmıştır;

1. İşsizlik temelde ekonomik sebeplere dayanır ve toplumsal veya bireysel birçok faktör bu durumu etkileyebilir.
2. Sanayileşmiş ülkelerde işsizliğin nedeni genellikle ekonomik faaliyetlerin daralmasıdır.

3. Gelişmekte olan ülkelerde işsizliğin kökeni, tarım ağırlıklı ekonomiden sanayi ve hizmet sektörüne geçişin bir sonucu olarak ortaya çıkar.
4. Az gelişmiş veya gelişmekte olan ülkelerde işsizlik, sermaye eksikliği nedeniyle olabilir.
5. Kadınların işgücüne katılım oranlarının erkeklere göre daha düşük olması, işsizliğe yol açabilir.
6. Az gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde yüksek doğurganlık seviyeleri işsizlik riskini artırabilir.
7. Göç ve kentleşme olgusu, işsizliğin bir nedeni olabilir. İstihdam sorunları, işsizliği artırabilir.
8. Özürlülük durumu, işsizliğe yol açabilir.
9. Ekonomik krizler, işsizliği artıracak faktörlerden biridir (Boylu, 2010).

2.19. İşsizlik Türleri

İşsizlik, içerdiği faktörler nedeniyle çeşitli türlere ayrılan bir kavramdır. Fakat, işsizlik çeşitlerinin sınıflandırılmasına yönelik yapılan tanımlamaların hiçbiri tam anlamıyla kabul görmemektedir (Hughes ve Perlman, 1984).

2.19.1. Konjonktürel (Dönemsel) İşsizlik

Ülkelerin ekonomik yapıdaki dalgalanmaların bir sonucu olarak ortaya çıkan işsizlik türü, konjonktürel işsizlik olarak adlandırılmaktadır. Belirli bir dönemde ekonomideki talep yetersizliği nedeniyle üretimde ve yatırımlarda azalma yaşanmaktadır. Bu durum, çalıştırmanın azalmasına ve işsizlik seviyesinin artmasına neden olmaktadır (Danacı ve Ceyhan, 2010).

Konjonktürel işsizliğe sebep olabilecek etmenleri aşağıdaki gibi sıralamak mümkündür (Aydın, 2012);

1. Ekonomik durgunluk dönemlerinde üretimde azalma ve mal envanterlerinde artış yaşanması, yeni üretime duyulan ihtiyacın azalmasına neden olur, bu da işsizliğin tetiklenmesine yol açması,
2. Ekonomide bulunan ürünlerin büyük bir kısmının genellikle dış pazarlara yönelik olması,

3. Az gelişmiş ülkelerin gerçekleştirdiği hammadde ihracatı sırasında, konjonktürün de ihracata etkisi,
4. Ekonomik refah dönemlerinde elde edilen kazançların yatırıma dönüştürülmemesi ve bunun yerine kazançların yastık altı tasarruflara yönlendirilmesi, yeni iş kollarının oluşturulmamasına neden olması.

2.19.2. Friksiyonel (Geçici) İşsizlik

Geçici işsizlik (friksiyonel-arızı işsizlik), işgücü piyasasındaki aksaklıklardan kaynaklanan veya diğer bir deyişle, işgücü piyasasının etkin bir şekilde işlememesinden kaynaklanan bir tür işsizliktir. Gelişmiş ve gelişmekte olan veya az gelişmiş ülkelerde görülen geçici işsizlik, genellikle bir ülkede işgücü arzı ve talebi arasındaki dengeye rağmen, işçilerin kısa süreli yer değiştirmeleri sonucu ortaya çıkan bir işsizlik çeşididir (Zaim, 1997).

2.19.3. Mevsimsel İşsizlik

Mevsimsel işsizlik, temel olarak belirli mevsimlerde doğal koşullar veya toplumsal durumlar nedeniyle ekonomik faaliyetlerin yavaşlaması, üretimin azalması ve bunun sonucunda işsizliğin ortaya çıkması olarak tanımlanır (Unay, 2000). Mevsimsel işsizlik, her sektörde yaygın olarak görülen bir işsizlik türü değildir. Belirli zamanlarda, üretim seviyelerinde doğal şartlar veya sosyal etkinlikler nedeniyle düşüşler yaşanabilir. Bu nedenle mevsimsel işsizlik, belirli bir zaman diliminde bazı malların ve hizmetlerin talebinin düşmesi sonucu ortaya çıkan bir tür işsizliktir (Sarpkaya, 2009).

2.19.4. Yapısal İşsizlik

Yapısal işsizlik kavramının arkasında, bir ülkenin ekonomik yapısındaki değişim süreçlerinin yattığı söylenebilir (Karakayalı, 1995). Yapısal işsizlik, diğer bir adlandırmaya göre bünyevi işsizlik olarak da bilinir ve "kişinin emeğinin yapısıyla

coğrafi konum, mesleki beceri, endüstri gibi durumlar arasındaki uyumsuzluktan kaynaklanan işsizlik" olarak tanımlanır (Hughes ve Perlman, 1984).

İşsizlik, farklı ülkeleri ve bireyleri derinlemesine etkileyen ve hükümetlerin büyük önem verdiği, çözüm yolları aradığı bir sorundur, bununla birlikte sosyal, ekonomik ve toplumsal sonuçları farklılık göstermektedir. Yani, bazı sektörlerdeki daralmalar, diğer sektörlerin gelişmesine olanak sağlarken bazı sektörlerde işsizlik sorununa yol açabilir. Bu durum, bazı sektörlerde işgücü talebinin azalmasına ve diğerlerinde artmasına yol açar. İşte yapısal işsizlik, temelde bu tür dengesizlik durumunu ifade eder. Yapısal işsizliğin nedenleri aşağıda sıralanmıştır (Karakayalı, 1995).

2.19.5. Sürekli Durgunluk İşsizliği

1929 ekonomik buhranının ardından iktisatçılar tarafından geliştirilen sürekli durgunluk kavramı ve bu kavramın bir sonucu olarak ortaya çıkan işsizlik türüne ilişkin çalışmalar, geçmişe dayanan bir geçmişe sahiptir (Alkın ve ark., 2005). Bu terim, bir ekonominin belirli bir büyüme dönemini takiben karşılaşılabileceği ekonomik durgunluk durumunu ve bu nedenle ortaya çıkabilecek işsizlik durumunu ifade etmektedir. II. Dünya Savaşı sonrasında ortaya çıkan yeni iş fırsatları, teknolojinin hızlı ilerlemesi ve bu ilerlemenin sanayi ile bilgi toplumuna entegrasyonu gibi faktörler nedeniyle, sürekli ekonomik durgunluğun etkisi azalmıştır (Zaim, 1997).

2.20. İşsizliğin Sonuçları

Sürdürülebilir kalkınma ve ekonomik büyüme için vazgeçilmez bir koşul, ülkedeki işsizlik oranının azaltılması ve güvenli bir yaşam ortamının sağlanmasıdır (Aksu, 2018). İşsizlik, toplumun her kesimi için büyük bir sorundur. Gençlerin işsizlikle karşı karşıya olması, toplumun kendini yeniden üretme süreci olarak kabul edilen bir durumdur ve bu, ekonomik, toplumsal ve psikolojik bir dizi sonuçla birlikte toplumu derinden etkileyebilir (Boztepe, 2007).

2.21. İşsizlik Sorununa İlişkin Teorik Yaklaşımlar

2.21.1. Neoklasik Yaklaşım

Klasik ekonomi yaklaşımının başlangıcı olarak genellikle Adam Smith'in "Ulusların Zenginliği" adlı kitabının 1776 yılında yayımlandığı kabul edilmektedir (Ataman, 1998). Bu yaklaşıma göre, ekonomide bazı aksaklıklar ve sıkıntılar görülebilir, ancak bu sorunların temel nedeni serbest rekabetin etkili bir şekilde işlememesidir; bu durumdan kurtuluşun yolu ise serbest rekabettir (Turanlı, 2008). Klasik ekonomi anlayışının gelişimine katkıda bulunan isimler arasında Thomas Malthus, David Ricardo, John Stuart Mill ve Jean Baptiste Say bulunmaktadır. Klasikler, mal, hizmet, emek ve para fiyatlarının esnek olduğunu belirterek varsayımlarını serbest piyasa ekonomisine dayandırmaktadırlar (Ataman, 1998).

Başka bir deyişle, fiyatların yukarı veya aşağı yönde dalgalanması, tam istihdamın gerçekleşmesine ve sürdürülmesine katkı sağlayacaktır. Herhangi bir sapma durumunda, görünmez el tekrar dengeyi sağlayacaktır (Turanlı, 2008). Bu çerçevede, üretimdeki artış aynı dönemde talebi canlandıracak ve bu durum "tam istihdam dengesi" olarak ifade edilecektir (Ardıç ve Aydın, 2011).

2.21.2. Keynesyen Yaklaşım

1929'da meydana gelen Büyük Bunalım, klasik yaklaşımın yetersiz kaldığı bir durumu açıklamada zorluklar ortaya çıkardı. Bu durum, yeni teorilerin ve açıklamaların ortaya çıkmasına neden oldu (Yıldırım ve ark., 2011). Keynes'in ekonomik analizi, "işsizlik, durgunluk ve enflasyona sebep olan toplam yurtiçindeki üretimin satın alma gücündeki değişimlere" odaklanmaktadır (Yılmaz, 2005). Keynes, bu konudaki ünlü eseri olan "Para, Faiz ve İstihdam'ın Genel Teorisi"ni 1936'da yayımladı. Bu eser, iktisatta bir devrim olarak kabul edilmekte olup, Keynes kendisinden önceki iktisatçıları "Klasik" olarak adlandırarak, Say yasasının geçerliliğine olan inançlarından dolayı klasik iktisat teorisine önemli eleştiriler getirmektedir (Yıldırım ve ark., 2011).

Öte yandan, Keynesyen ekonomistler, enflasyona yeterince önem atfetmemiş ve onu büyük ölçüde göz ardı etmişlerdir. Onların inancına göre, ekonomi vergi ve harcama politikaları aracılığıyla düzenlenebilir ve işsizlik oranını düşük tutmak adına belirli bir düzeyde enflasyonun tolere edilebilir olduğu düşünülmüştür (Bilgili, 2011).

Özetle, Keynes, işsizliğin nedenini toplam talep eksikliğiyle açıklar. Toplam talep eksikliği, ekonominin tam istihdam düzeyinin altında faaliyet göstermesine yol açar, diye belirtir (Turanlı, 2008).

2.21.3. Yeni Keynesyen Yaklaşım

1980'li yıllarda ortaya çıkan yeni Keynesyen akımın önde gelen ismi Michael Parkin'dir ve bu akımın başlıca temsilcileri arasında Gregory Mankiw, A. Okun, Joseph Stiglitz, A. Blinder, John Taylor ve J. Yellen bulunmaktadır (Tosun ve Büyükakın, 1998). Yeni Keynesyen iktisatçılar, finansal krizlere karşı önerdikleri çözümlerden ilkinin para arzının artırılması olduğuna inanmaktadır. Para arzının artmasıyla asimetrik bilgi problemlerinin engellenebileceği düşüncesi hakimdir. Eski ve yeni Keynesyen iktisatçıların ortak paydada bulunduğu temel görüşler belirlenmiştir. Bu belirlenen görüşler (Tosun ve Büyükakın, 1998);

1. Belirli dönemlerde, mevcut ücret düzeyinde emek arzında fazlalık meydana gelebilir. Bu durum, gayri iradi işsizliğin varlığına işaret eder.
2. Toplam ekonomik faaliyetlerin seviyesinde belirgin değişimler olur,
3. Para genellikle önemli bir faktördür; ancak belirli zamanlarda (örneğin, Büyük Bunalım gibi dönemlerde) para politikası etkili bir araç olmayabilir.

Yeni Keynesyen yaklaşıma göre, piyasaların temiz olmadığı bir model söz konusudur. Yeni Keynesyenler, bu temiz olmama durumunun en önemli sebebinin ücret ve fiyat yapışkanlığı olarak görmekte-dirler (Aslan, 2008).

Yeni Keynesyen yaklaşımın vurguladığı bir diğer konu ise histerisiz etki ve işsizliktir. Histerisiz etki, alışılmadık bir işsizlik seviyesinin artmasını ve bu etkinin ortadan kalkmasına rağmen işsizliğin eski seviyeye tam olarak geri dönmemesi durumunu ifade eder. Yani, bir resesyon ekonominin tekrar canlanmasında tam olarak iyileşmeyen bir işsizliğe neden olduysa, histerisi sorunu meydana gelmiş

demektir (Turanlı, 2008). Yeni Keynesyen görüşe göre, piyasaların etkin çalışmamasının ana sebebi asimetrik bilgidir. Bu perspektife dayanarak, krizlerle mücadele için çözüm yöntemleri önermişlerdir. Ayrıca, bilgilerin yanlış olması halinde cezai önlemler alınması gerektiği vurgulanmıştır (Alpar, 2011).

2.22. Spor Bilimleri ile İlgili Sektörler ve İstihdam Sorunları

Son dönemde, ülkemizde beden eğitimi ve spor bölümlerine kayıt yapan öğrenci sayısında bir artış gözlemlenmektedir (Araç Ilgar ve Cihan, 2019). Üniversiteler, örgün eğitim programları aracılığıyla, ülkenin ihtiyaçlarına uygun şekilde spor alanlarında eğitim almış ve deneyime sahip bireyler yetiştirmek için çaba göstermektedir. Bu bağlamda, spor eğitimi veren öğretim üyeleri, fakülteler, lisansüstü enstitüler ve yüksekokullar (Devecioğlu ve Karakaya, 2011) üniversiteler içinde önemli bir role sahiptir.

Spor bilimleri fakülteleri ile beden eğitimi ve spor yüksekokullarının ilgili bölümlerinden mezun olan bireyler, genellikle mesleklerinden memnun olmalarına rağmen işsizlikle karşılaşmamak için eksik istihdamı kabul etme eğilimindedirler (Bozyiğit ve Gökbaraz, 2020). Beden eğitimi ve spor alanı her geçen gün büyümekte ve yeni meslek fırsatları sunmaktadır. Ancak, ilgili bölümlerden mezun olan kişiler, fiziksel yeteneklerine dayalı olarak farklı meslek alanlarına yönelme eğilimindedirler. Bu nedenle, mezunlar sıklıkla askerlik, polislik, itfaiyecilik gibi mesleklerde çalışma fırsatlarına yönelebilirler (Devecioğlu ve Karakaya, 2011).

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, geçmişte veya şu anki bir durumu olduğu gibi tanımlayan, öğrenmenin gerçekleşmesi ve istenen davranışların gelişmesi için uygulanan süreçlerin tamamını içerir. Genel tarama modelinde, bir evrende çok sayıda elemanın olduğu durumlarda, evrenin tümü veya bir grup örnek ya da örneklem üzerinde genel bir sonuca ulaşmak için tarama yapılır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasındaki birlikte değişimi belirlemeyi amaçlayan bir tarama yaklaşımı olarak kabul edilir. İlişkisel tarama modeli, değişkenlerin birlikte değişip değişmediğini ve eğer bir değişiklik varsa bunun nasıl gerçekleştiğini saptamaya çalışır (Karasar, 2012).

3.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören 620 lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, Karabük Üniversitesinde Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören 250 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Bu çalışmada, belirlenen 250 lisans öğrencisine erişmek için kolay erişilebilir örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Seçilen örneklem büyüklüğünün, araştırmanın kapsadığı evreni yeterince temsil ettiği belirlenmiştir. Kolay erişilebilir örnekleme, araştırmaya katılanların gönüllü olması ve mevcut katılımcılara kolayca ulaşılması esasına dayalı

yönteme denir (Erkuş, 2013). Tablo 1'de, araştırma örneklemindeki öğrencilerin kişisel bilgilerine dair frekans ve yüzde dağılımları gösterilmektedir.

Çizelge 3. 1. Öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları

N=250	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Kadın	115	46,0
	Erkek	135	54,0
Yaş	18-21 yaş	100	40,0
	22-25 yaş	82	32,8
	26 ve üzeri yaş	68	27,2
Bölüm	Antrenörlük Eğitimi	64	25,6
	Spor Yöneticiliği	95	38,0
	Beden Eğitimi ve Spor Öğr.	91	36,4
Mezun olduğunda çalışmak istediği sektör	Kamu	151	60,4
	Özel	99	39,6
Sınıf	1. Sınıf	70	28,0
	2. Sınıf	56	22,4
	3. Sınıf	67	26,8
	4. Sınıf	57	22,8
Sporculuk Düzeyi	Yapmıyorum	75	30,0
	Amatör	101	40,4
	Profesyonel	74	29,6
Aile Gelir Düzeyi	5.000-7.500 TL	62	24,8
	7.501-10.000 TL	60	24,0
	10.001-12.500 TL	60	24,0
	12.501 TL ve üzeri	68	27,2
Toplam		250	100,0

Çizelge 3.1. incelendiğinde katılımcıların %46,0'sı kadın, %54,0'ünün ise erkek olduğu; %40'ının 18-25 yaş aralığında, %32,8'inin 22-25 yaş aralığında, %27,2'sinin 26 yaş ve üzerinde olduğu; %25,6'sının antrenörlük eğitimi, %38,0'ünün spor yöneticiliği, %36,4'ünün beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde okuduğu; %60,4'ünün kamu sektörü, %39,6'sının mezun olduğunda özel sektörde çalışmak istediği; %28,0'ının 1. Sınıf, %22,4'ünün 2. Sınıf, %26,8'inin 3. Sınıf, %22,8'inin 4. Sınıfta okuduğu; %30,0'ünün spor yapmadığı, %40,4'ünün amatör olarak spor yaptığı, %29,6'sının profesyonel olarak spor yaptığı; %24,8'inin 5.000-7.500 TL, %24,0'ının 7.501-10.000 TL, %24,0'ının 10.001-12.500 TL, %27,2'sinin 12,501 TL ve üzeri aile gelirine sahip olduğuna ilişkin cevap vermiş oldukları görülebilmektedir.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Bu araştırmada, öğrencilerin demografik özelliklerini belirlemek amacıyla sorular oluşturulmuştur. Öğrencilerin cinsiyet, yaş, bölüm, mezun olduğunda çalışmak istediği sektör, sınıf, sporculuk düzeyi, aile gelir düzeyi olmak üzere 7 maddelik kişisel bilgi formu hazırlanarak demografik özelliklerini gösteren bilgiler elde edilmiştir.

3.3.2. Spor Bilimleri Öğrencilerinin İş Bulma Kaygısı Ölçeği (SÖİBKÖ)

Geçerlik ve güvenilirliği, Aslan ve Uğraş (2021)' in yaptığı ölçek, tek boyut, 8 maddeden oluşmaktadır. Ölçek "1-Asla doğru Değil, 2-Nadiren Doğru, 3-Ara Sıra Doğru, 4-Genellikle Doğru, 5-Daima Doğru" şeklinde puanlanmaktadır. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekteki puanın yükselmesiyle öğrencilerin kaygı seviyesinin de artış gösterdiği ifade edilebilir. Aslan ve Uğraş'ın yaptığı güvenilirlik analizlerinde, alfa güvenilirlik katsayısının 0,958 olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek amacıyla yapılan Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0.945 olarak hesaplanmıştır.

3.3.3. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)

Kısa psikolojik sağlamlık ölçeği bireyin kendini iyileştirme potansiyelini ve psikolojik sağlamlık durumunu ortaya çıkarmak için Smith ve diğerleri (2008) tarafından geliştirilmiş ve Doğan tarafından (2013) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 5'li likert ve 6 maddeden oluşmaktadır. "1-Hiç uygun değil, 2-uygun değil, 3-biraz uygun, 4-uygun, 5-tamamen uygun şeklinde puanlanır ve 6 maddenin 2, 4 ve 6. maddeleri ters çevrilip kodlanmaktadır. Araştırmada ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek amacıyla yapılan Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0.730 olarak hesaplanmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Bu araştırmada, belirlenen hedefe ulaşmak için toplanan veriler, SPSS-24 yazılımında analiz edilmiştir. Veri dağılımları incelendiğinde, herhangi bir uę değer probleminin olmadığı görülmüştür. Tablo 2’de, normallik varsayımını test etmek için ele alınan çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1 ile +1 arasında değiştiği görülmektedir. Çarpıklık ve basıklık katsayılarının bu aralıkta olması, normallik varsayımı için kabul edilebilir olarak değerlendirilmektedir (Morgan ve ark., 2004). Ayrıca, bu çalışmanın ölçek iç tutarlılık katsayısı,79'dur.

Çizelge 3. 2. Öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanların normalliğine ilişkin çarpıklık ve basıklık testi ve cronbach alpha değerleri sonuçları

	N	\bar{X}	S	Min.	Max.	Skewness	Kurtosis	C.Alpha
SÖİBKÖ	250	31,10	7,94	8,00	40,00	-1,007	,233	,94
KPSÖ	250	19,88	4,17	6,00	30,00	,477	,719	,73

Öğrencilerden elde edilen verilerin puan dağılımlarının incelenmesi sonucunda, normallik ve homojenlik varsayımlarının karşılandığı, eşit aralıklı ölçek düzeyinde ölçüldüğü ve sürekli bir dağılım gösterdiği görülmektedir (Köklü ve ark., 2007).

Öğrencilerin iki kategorili olan demografik özelliklerine (cinsiyet, mezun olduğunda çalışmak istediği sektör) göre ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki farklılığı test etmede Independent-Samples (Bağımsız Örneklemeler) t-testi analizi kullanılmıştır. Öğrencilerin ikiden fazla kategorili olan demografik özelliklerine (yaş, bölüm, sınıf, sporculuk düzeyi, aile gelir düzeyi) göre ölçekten aldıkları puanlar arasındaki farklılığı test etmede One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) kullanılmıştır. Öğrencilerin demografik özelliklerine göre almış oldukları puan dağılımları arasında farklılık olması durumunda, bu farklılığın hangi demografik özellikler arasında olduğunu tespit etmek için çoklu karşılaştırma testlerinden biri olan Tukey testi kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUM

Çizelge 4. 1. Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile iş bulma kaygıları arasındaki ilişkiye ait pearson korelasyon analizi sonuçları

Spor Bilimleri Öğrencilerinin İş Bulma Kaygısı Ölçeği		
Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği	r	-0,27*
	p	,000

* $p < 0,05$ Kategoriler: 0-0,30=Düşük ilişki; 0,40-0,60= Orta düzeyde ilişki; 0,70-1,00= Yüksek düzeyde İlişki

Çizelge 4.1. incelendiğinde öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile iş bulma kaygıları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile iş bulma kaygıları arasında $r = -0,27$, $p = ,000 < 0,05$ göre negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Çizelge 4. 2. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre KPSÖ ile SÖİBKÖ arasındaki farklılığa ilişkin independent-samples t-testi sonuçları

	Cinsiyet	N	\bar{X}	S	t	Sd	P
KPSÖ	Kadın	115	20,11	4,25	0,80	248	,424
	Erkek	135	19,68	4,10			
SÖİBKÖ	Kadın	115	31,36	7,92	0,47	248	,637
	Erkek	135	30,88	7,97			

Çizelge 4.2. incelendiğinde öğrencilerin cinsiyetlerine göre psikolojik sağlamlık ölçeği ($t = 0,80$, $p = ,424 > ,05$) puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Öğrencilerin iş bulma kaygı ölçeği ($t = 0,47$, $p = ,637 > ,05$) puanları arasında farklılık tespit edilmemiştir. Öğrencilerin cevaplarının benzerliğinden dolayı farklılık tespit edilmediği, sorulara benzer cevaplar verdiği söylenilebilir.

Çizelge 4. 3. Öğrencilerin çalışmak istedikleri sektöre göre KPSÖ ile SÖİBKÖ arasındaki farklılığa ilişkin independent-samples t-testi sonuçları

	Sektör	N	\bar{X}	S	t	Sd	P
KPSÖ	Kamu	151	19,39	4,10	2,29	248	,022*
	Özel	99	20,62	4,18			
SÖİBKÖ	Kamu	151	31,51	7,38	1,00	248	,316
	Özel	99	30,48	8,37			

* $p < ,05$

Çizelge 4.3. incelendiğinde öğrencilerin mezun olduklarında çalışmak istedikleri sektöre göre psikolojik sağlamlık ölçeği ($t=2,29$, $p=,022 < ,05$) puanları arasında mezun olduklarında özel sektörde çalışmak isteyenlerin lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Öğrencilerin mezun olduklarında çalışmak istedikleri sektöre göre iş bulma kaygı ölçeği ($t=1,00$, $p=,316 > ,05$) puanları arasında farklılık tespit edilmemiştir. Öğrencilerin sorulara benzer cevaplar vermesinden kaynaklandığı söylenebilir.

Çizelge 4. 4. Öğrencilerin yaşlarına göre KPSÖ ile SÖİBKÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way anova (tek yönlü varyans analizi) sonuçları

	Yaş	N	\bar{X}	S	F(2-248)	p	Post Hoc (Tukey)
KPSÖ	18-21 Yaş	100	19,50	4,17	1,63	,196	---
	22-25 Yaş	82	19,63	3,47			
	26 Yaş ve üzeri	68	20,66	4,84			
SÖİBKÖ	18-21 Yaş	100	31,43	7,81	0,41	,661	---
	22-25 Yaş	82	30,45	7,87			
	26 Yaş ve üzeri	68	31,42	8,27			

Çizelge 4.4. incelendiğinde öğrencilerin yaş değişkenine göre kısa psikolojik sağlamlık ölçeği puanları arasında $F_{(2-248)}=1,63$, $p=0,196 > 0,05$ 'e göre farklılık olmadığı görülmektedir. Bütün yaş grubundaki öğrencilerin sorulara verdikleri cevapların birbirine benzer nitelikte olduğu söylenilebilir. Çalışmaya katılan her yaş

grubundaki öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin birbirine benzer olduğu düşünülebilir.

Öğrencilerin yaş değişkenine göre iş bulma kaygısı ölçeği puanları arasında $F_{(2-248)}=,41$, $p=0,661>0,05$ 'e göre farklılık olmadığı görülmektedir. Bütün yaş grubundaki öğrencilerin sorulara verdikleri cevapların birbirine benzer nitelikte olduğu söylenilebilir. Çalışmaya katılan her yaş grubundaki öğrencilerin iş bulma kaygı düzeylerinin birbirine benzer olduğu düşünülebilir.

Çizelge 4. 5. Öğrencilerin yaşlarına göre KPSÖ ile SÖİBKÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way ANOVA (tek yönlü varyans analizi) sonuçları

	Bölüm	N	\bar{X}	S	F(2-248)	P	Post Hoc (Tukey)
KPSÖ	Antrenörlük Eği.	64	20,10	4,49	0,31	,733	---
	Spor Yön.	95	19,98	4,00			
	Beden Eğt. ve Spor Öğr.	91	19,61	4,13			
SÖİBKÖ	Antrenörlük Eği.	64	30,40	8,19	0,33	,716	---
	Spor Yön.	95	31,33	7,42			
	Beden Eğt. ve Spor Öğr.	91	31,36	8,33			

Çizelge 4.5. incelendiğinde öğrencilerin bölüm değişkenine göre kısa psikolojik sağlık ölçeği puanları arasında $F_{(2-248)}=,31$, $p=0,733>0,05$ 'e göre farklılık olmadığı görülmektedir. Antrenörlük eğitimi, spor yöneticiliği ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde okuyan öğrencilerin sorulara verdikleri cevapların birbirine benzer nitelikte olduğu söylenilebilir. Çalışmaya katılan bütün bölümlerdeki öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin birbirine benzer olduğu düşünülebilir.

Öğrencilerin bölüm değişkenine göre iş bulma kaygısı ölçeği puanları arasında $F_{(2-248)}=,33$, $p=0,716>0,05$ 'e göre farklılık olmadığı görülmektedir. Antrenörlük eğitimi, spor yöneticiliği ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde okuyan öğrencilerin sorulara verdikleri cevapların birbirine benzer nitelikte olduğu

söylenilebilir. Çalışmaya katılan bütün bölümlerdeki öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin birbirine benzer olduğu düşünülebilir.

Çizelge 4. 6. Öğrencilerin sınıflarına göre KPSÖ ile SÖİBKÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way ANOVA (tek yönlü varyans analizi) sonuçları

	Sınıf	N	\bar{X}	S	F(2-248)	P	Post Hoc (Tukey)
KPSÖ	1. sınıf	70	20,4 2	4,32	0,56	,642	---
	2. sınıf	56	19,7 5	4,71			
	3. sınıf	67	19,6 1	3,97			
	4. sınıf	57	19,6 6	3,66			
SÖİBKÖ	1. sınıf	70	30,3 1	8,64	1,55	,202	---
	2. sınıf	56	32,0 1	7,30			
	3. sınıf	67	29,9 7	7,70			
	4. sınıf	57	32,5 2	7,80			

Çizelge 4.6. incelendiğinde öğrencilerin sınıf değişkenine göre kısa psikolojik sağlamlık ölçeği puanları arasında $F_{(2-248)}=,56$, $p=0,642>0,05$ 'e göre farklılık olmadığı görülmektedir. 1.sınıf, 2.sınıf, 3.sınıf ve 4.sınıfta okuyan öğrencilerin sorulara verdikleri cevapların birbirine benzer nitelikte olduğu söylenilebilir. Çalışmaya katılan bütün sınıf düzeyindeki öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin birbirine benzer olduğu düşünülebilir.

Öğrencilerin bölüm değişkenine göre iş bulma kaygısı ölçeği puanları arasında $F_{(2-248)}=,33$, $p=0,716>0,05$ 'e göre farklılık olmadığı görülmektedir. 1.sınıf, 2.sınıf, 3.sınıf

ve 4.sınıfta okuyan öğrencilerin sorulara verdikleri cevapların birbirine benzer nitelikte olduğu söylenilebilir. Çalışmaya katılan bütün sınıf düzeyindeki öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin birbirine benzer olduğu düşünülebilir.

Çizelge 4. 7. Öğrencilerin sporculuk düzeyine göre KPSÖ ile SÖİBKÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way ANOVA (tek yönlü varyans analizi) sonuçları

	Sporculuk Düzeyi	N	\bar{X}	S	F(2-248)	P	Post Hoc (Tukey)
KPSÖ	Yapmıyor	75	19,50	4,32	2,39	,093	---
	Amatör	101	19,51	3,36			
	Profesyonel	74	20,77	4,87			
SÖİBKÖ	Yapmıyor	75	31,76	8,25	0,49	,612	---
	Amatör	101	30,56	8,42			
	Profesyonel	74	31,18	6,92			

Çizelge 4.7. incelendiğinde öğrencilerin sporculuk düzeyi değişkenine göre kısa psikolojik sağlık ölçeği puanları arasında $F_{(2-248)}=2,39$, $p=0,093>0,05$ 'e göre farklılık olmadığı görülmektedir. Spor yapmayan, sporu amatör ya da profesyonel olarak yapan öğrencilerin sorulara verdikleri cevapların birbirine benzer nitelikte olduğu söylenilebilir. Çalışmaya katılan bütün sporculuk düzeyindeki öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin birbirine benzer olduğu düşünülebilir.

Öğrencilerin bölüm değişkenine göre iş bulma kaygısı ölçeği puanları arasında $F_{(2-248)}=,49$, $p=0,612>0,05$ 'e göre farklılık olmadığı görülmektedir. Spor yapmayan, sporu amatör ya da profesyonel olarak yapan öğrencilerin sorulara verdikleri cevapların birbirine benzer nitelikte olduğu söylenilebilir. Çalışmaya katılan bütün sporculuk düzeyindeki öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin birbirine benzer olduğu düşünülebilir.

Çizelge 4. 8. Öğrencilerin aile gelir düzeylerine göre KPSÖ ile SÖİBKÖ arasındaki farklılığa ilişkin one-way ANOVA (tek yönlü varyans analizi) sonuçları

	Aile Gelir Düzeyi	N	\bar{X}	S	F(2-	P	Post Hoc
--	-------------------	---	-----------	---	------	---	----------

					248)	(Tukey)	
KPSÖ	5.000-7.500 TL	62	18,98	3,58			
	7.501-10.000 TL	60	18,80	3,91			
	10.001-12.500 TL	60	20,51	4,42	4,93	,002*	1,2-4
	12.501 TL ve üzeri	68	21,10	4,30			
SÖİBKÖ	5.000-7.500 TL	62	32,50	7,87			
	7.501-10.000 TL	60	30,68	7,34			
	10.001-12.500 TL	60	29,83	7,90	1,23	,299	---
	12.501 TL ve üzeri	68	31,33	8,48			

* $p < ,05$ Kategoriler: 5.000-7.500 TL=1; 7.501-10.000 TL=2; 10.001-12.500 TL=3; 12.501 TL ve üzeri =4.

Çizelge 4.8. incelendiğinde öğrencilerin aile gelir düzeyi değişkenine göre kısa psikolojik sağlık ölçeği puanları arasında $F_{(2-248)} 4,93$, $p=0,002 < 0,05$ 'e göre farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılığın aile gelir düzeyi 12.501 TL ve üzerinde olan öğrencilerden olan 5.000-7.500 TL ve 7.501-10.000 TL olan öğrencilere göre psikolojik sağlık düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Aile gelir düzeyi yüksek olan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin düşük olan öğrencilere göre daha yüksek olduğu söylenilebilir.

Öğrencilerin aile gelir düzeyi değişkenine göre iş bulma kaygısı ölçeği puanları arasında $F_{(2-248)}=1,23$, $p=0,299 > 0,05$ 'e göre farklılık olmadığı görülmektedir. Aile gelir düzeyi 5.000-7.500 TL, 7.501-10.000 TL, 10.001-12.500 TL ve 12.501 TL ve üzerinde olan öğrencilerin sorulara verdikleri cevapların birbirine benzer nitelikte olduğu söylenilebilir. Çalışmaya katılan aile gelir düzeyinde bulunan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin birbirine benzer olduğu düşünülebilir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde, bulgular kısmında toplanan veriler değerlendirilmiş ve benzer çalışmalardan elde edilen sonuçlarla karşılaştırmalı bir şekilde analiz edilmiştir. Bu bağlamda yapılan araştırmada spor eğitimi alan üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile iş bulma kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ele alınıp incelenmiştir.

Öncelikle öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile iş bulma kaygıları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile iş bulma kaygıları arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Değişkenlerden ilki olan cinsiyet değişkeni dikkate alınarak yapılan istatistiksel analizler sonucunda; kadın öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında psikolojik sağlamlık ölçeğinden elde edilen puanların birbirine yakın olmasından dolayı istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Literatür incelendiğinde araştırma sonucumuza benzer nitelikte çalışmaların bulunduğu tespit edilmiştir (Bolat, 2013; Aydoğdu, 2013; Kayacı ve Özbay, 2016; Aydın ve Egemberdiyeva, 2018; Yelkenci, 2019; Abbas, 2020; Toçoğlu, 2020; Öcal, 2021; İnsan, 2022; Akyol Kol, 2023; Us, 2023). Aynı zamanda çalışmamızın sonuçlarının aksine sonuçların da bulunduğu görülmüştür (Cooper ve ark., 1995; Cenkseven ve Akbaş, 2007; Oktan ve ark., 2014; Açıkgöz, 2016; Sezgin, 2016; Düzen, 2021).

Cinsiyet değişkeni dikkate alınarak yapılan istatistiksel analizler sonucunda; kadın öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında iş bulma kaygısı ölçeğinden elde edilen puanların birbirine yakın olmasından dolayı istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Literatür incelendiğinde araştırma sonucumuza benzer nitelikte çalışmaların bulunduğu tespit edilmiştir (Demirci, 2020; Yumuşaker, 2020;

Yumuşaker ve Kılılı, 2021). Aynı zamanda çalışmamızın sonuçlarının aksine sonuçların da bulunduğu görülmüştür (Akdemir, 2021; Yılmaz, 2022).

Diğer değişken olan mezun olduklarında çalışmak istedikleri sektör değişkeni dikkate alınarak yapılan analizler sonucunda; özel sektörde çalışmak isteyen öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin kamu sektöründe çalışmak isteyen öğrencilerin lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Araştırma öncesinde öğrencilerin mezun olduklarında kamu sektöründe çalışmak isteyeceği düşünülmekteydi fakat araştırma sonuçlarının tam tersi olduğu görülmektedir. Bunun sebebinin ise kamu sektöründe çalışmak için yapılması gereken ön şartların zorluğu (sınav, istenen belgeler, vb.) olduğu ve spor eğitimi alan herhangi bölüm mezunu öğrencilerin özel sektörde kolaylıkla iş bulabileceği, kendini geliştirdiklerinde maddi açıdan kamu sektöründen daha fazla getirisi olduğunun düşünüldüğü söylenilebilir.

Mezun olduklarında çalışmak istedikleri sektör değişkeni dikkate alınarak yapılan analizler sonucunda; kamu sektöründe çalışmak isteyen öğrenciler ile özel sektörde çalışmak isteyen öğrenciler arasında iş bulma kaygısı ölçeğinden elde edilen puanların birbirine yakın olmasından dolayı istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Bunun sebebi olarak spor eğitimi veren kurumların bölümlerinden mezun olan öğrencilerin iş bulma kaygılarının olmadığı kamu sektörü ya da özel sektörde iş bulabilecekleri algısı oluşturduğu, işsiz kalma konusunda olumsuz düşünmedikleri sonucuna varılabilir.

Öğrencilerin yaş ile psikolojik sağlamlık algıları arasında istatistiksel anlamda herhangi bir değişikliğin olmadığı görülmektedir. Bütün yaş grubundaki öğrencilerin sorulara benzer cevaplar verdiği söylenilebilir. Alanyazın incelendiğinde araştırma sonucumuza eşdeğer nitelikte çalışmaların bulunduğu saptanmıştır. (Kahraman, 2016; Duygun, 2017; Koçak ve ark., 2017; Eker ve ark., 2020; İnsan, 2022; Güler, 2021; Subaşı, 2022; Akyol Kol, 2023; Us, 2023). Aynı zamanda çalışmamızın sonuçlarının aksine sonuçların da bulunduğu görülmüştür (Kılıç, 2014; Aydın ve Egemberdiyeva, 2018; Aydın ve ark., 2019; Çekceoğlu, 2019; Kimter, 2020).

Öğrencilerin yaş ile iş bulma kaygıları arasında istatistiksel manada herhangi bir değişikliğin olmadığı görülmektedir. Bütün yaş grubundaki öğrencilerin sorulara benzer cevaplar verdiği söylenilebilir. Aynı zamanda her yaş grubundaki öğrencilerin aynı kaygılara sahip olduğu sonucuna varılabilir. Alanyazın incelendiğinde araştırma

sonucumuza eşdeğer nitelikte çalışmaların bulunduğu tespit edilmiştir (Yumuşaker, 2020; Yumuşaker ve Kılı, 2021; Uzunbacak ve ark., 2021; Yılmaz, 2022).

Öğrencilerin okudukları bölüm ile psikolojik sağlık algıları arasında istatistiksel açıdan herhangi bir farklılığın olmadığı görülmektedir. Antrenörlük eğitimi, spor yöneticiliği ve beden eğitimi ve spor öğretmenliğinde okuyan öğrencilerin sorulara benzer cevaplar verdiği söylenilebilir. Literatür incelendiğinde araştırma sonucumuza benzer nitelikte çalışmaların bulunduğu tespit edilmiştir (Eryılmaz, 2012; Sezgin, 2016; Can, 2018).

Öğrencilerin okudukları bölüm ile iş bulma kaygıları arasında istatistiksel açıdan herhangi bir değişikliğin olmadığı görülmektedir. Antrenörlük eğitimi, spor yöneticiliği ve beden eğitimi ve spor öğretmenliğinde okuyan öğrencilerin sorulara benzer cevaplar verdiği söylenilebilir. Aynı zamanda bütün sınıf düzeylerinde okuyan öğrencilerin aynı kaygılara sahip olduğu sonucuna varılabilir. Literatür incelendiğinde araştırma sonucumuza benzer nitelikte çalışmaların bulunduğu tespit edilmiştir (Ulucan ve ark., 2011; Abacıoğlu, 2019; Akdemir, 2021; Şenel ve Karakuş, 2022). Aynı zamanda çalışmamızın sonuçlarının aksine sonuçların da bulunduğu görülmüştür (Dursun ve Aytaç, 2009; Sarıkol ve Ustaoglu Hoşver, 2023).

Öğrencilerin okudukları sınıf düzeyine ile psikolojik sağlık algıları arasında istatistiksel açıdan herhangi bir farklılığın olmadığı görülmektedir. 1.sınıf, 2.sınıf, 3.sınıf ve 4.sınıfta okuyan öğrencilerin sorulara benzer cevaplar verdiği söylenilebilir. Aynı zamanda bütün sınıf düzeylerinde okuyan öğrencilerin aynı kaygılara sahip olduğu sonucuna varılabilir. Literatür incelendiğinde araştırma sonucumuza benzer nitelikte çalışmaların bulunduğu tespit edilmiştir (Özer, 2013; Güngörmüş ve ark., 2015; Sezgin, 2016; Kırandı, 2020; Us, 2023; Aydın ve ark., 2019). Aynı zamanda çalışmamızın sonuçlarının aksine sonuçların da bulunduğu görülmüştür (Avcı Taşkiran, 2021).

Öğrencilerin okudukları sınıf düzeyi ile iş bulma kaygıları arasında istatistiksel açıdan herhangi bir farklılığın olmadığı görülmektedir. 1.sınıf, 2.sınıf, 3.sınıf ve 4.sınıfta okuyan öğrencilerin sorulara benzer cevaplar verdiği söylenilebilir. Aynı zamanda bütün sınıf düzeylerinde okuyan öğrencilerin aynı psikolojik sağlık algısına sahip olduğu sonucuna varılabilir. Literatür incelendiğinde araştırma

sonucumuza benzer nitelikte çalışmaların bulunduğu tespit edilmiştir (Taşkent ve Şahin, 2004).

Öğrencilerin sporculuk düzeyi ile psikolojik sağlık algıları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Spor yapmayan öğrenciler ile amatör ve profesyonel olarak spor yapan öğrencilerin sorulara benzer cevaplar verdiği söylenilebilir. Aynı zamanda spor yapmayan ve amatör ya da profesyonel olarak spor yapan öğrencilerin aynı kaygılara sahip olduğu sonucuna varılabilir. Çalışmamızın sonuçlarının aksine sonuçların da bulunduğu görülmüştür (Nas, 2019; Gevişen, 2020; Düzen, 2021; İnsan 2022).

Öğrencilerin sporculuk düzeyi ile iş bulma kaygıları arasında istatistiksel açıdan herhangi bir farklılığın olmadığı görülmektedir. Spor yapmayan öğrenciler ile amatör ve profesyonel olarak spor yapan öğrencilerin sorulara benzer cevaplar verdiği söylenilebilir. Aynı zamanda spor yapmayan ve amatör ya da profesyonel olarak spor yapan öğrencilerin aynı kaygılara sahip olduğu sonucuna varılabilir.

Öğrencilerin aile gelir düzeyleri ile psikolojik sağlık algıları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılığın aile gelir düzeyi 12.501 TL ve üzerinde olan öğrencilerden olan 5.000-7.500 TL ve 7.501-10.000 TL olan öğrencilere göre psikolojik sağlık düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Aile gelir düzeyi yüksek olan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin düşük olan öğrencilere göre daha yüksek olduğu söylenilebilir. Literatür incelendiğinde araştırma sonucumuza benzer nitelikte çalışmaların bulunduğu tespit edilmiştir (Aboalshamat ve ark., 2018; Yelkenci, 2019; İnsan, 2022; Us, 2023). Aynı zamanda çalışmamızın sonuçlarının aksine sonuçların da bulunduğu görülmüştür (Sezgin, 2016; Şar, 2016; Özdemir, 2017).

Öğrencilerin aile gelir düzeyleri ile iş bulma kaygıları arasında istatistiksel açıdan herhangi bir farklılığın olmadığı görülmektedir. Aile gelir düzeyi 5.000-7.500 TL, 7.501-10.000 TL, 10.001-12.500 TL ve 12.501 TL ve üzerinde olan öğrencilerin sorulara verdikleri cevapların birbirine benzer nitelikte olduğu söylenilebilir. Çalışmaya katılan aile gelir düzeyinde bulunan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin birbirine benzer olduğu düşünülebilir. Literatür incelendiğinde araştırma sonucumuza benzer nitelikte çalışmaların bulunduğu tespit edilmiştir (Yumuşaker ve Kılıç, 2021; Turhan ve Arslanboğa, 2022). Aynı zamanda

çalışmamızın sonuçlarının aksine sonuçların da bulunduğu görülmüştür (Kaya, 2022; Tekin ve ark., 2016).

Bu çalışmanın sonuçlarına göre beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeylerini artırmak için planlanmış psikolojik destek programları ve rehberlik hizmetlerinin artırılmasının önemini vurgulamaktadır. Aynı zamanda, bu öğretmen adaylarının iş bulma kaygılarıyla başa çıkmalarına yardımcı olacak stratejiler geliştirmenin önemli olduğunu göstermektedir.

5.2. Öneriler

Araştırmanın hedefleri doğrultusunda elde edilen bulgulara dayanarak, çıkarılan sonuçlar çerçevesinde, araştırmanın yöntemi ve bulguları göz önünde bulundurularak, konu hakkında üniversiteye ve ilgili araştırmacılara yönelik öneriler aşağıda sıralanmıştır:

1. Araştırma Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri üzerinde yürütülmüş olup bu anlamda sınırlılık içermektedir. Alan yazına katkı sağlaması açısından farklı illerdeki üniversitelere ve farklı bölüm öğrencilerine uygulanması tavsiye edilebilir.
2. Bu araştırmada kullanılan ölçek yanı sıra, ek ölçekler de dahil edilerek bu ölçekler arasındaki ilişkiler araştırılabilir. Ayrıca, demografik bilgileri de içerecek şekilde ölçeklere eklemeler yapılabilir.
3. Yapılacak olan çalışmalara yönelik olarak, bu araştırmanın sonuçlarına dayanarak en önemli tavsiye, araştırmacıların ilk olarak nitel araştırma yöntemlerini kullanmaları, ardından karma yöntemli araştırmaları tasarlamalarıdır.

KAYNAKLAR

Abacıoğlu, N., ‘‘Sağlık alanı öğrencilerinin iş bulma kaygısının ve kariyer geleceği algı düzeylerinin incelenmesi’’, Yüksek Lisans Tezi, *Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Isparta, 30-33 (2019).

Abbas, H. A. A., ‘‘Futsal oyuncularının psikolojik dayanıklılık ve stres algılarının araştırılması’’, Yüksek Lisans Tezi, *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Van, 40 (2020).

Aboalshamat, K. T., Alsiyud, A. O., Al-Sayed, R. A., Alreddadi, R. S., Faqiehi, S. S. andAlmehmadi, S. A., ‘‘The relationship between resilience, happiness, and life satisfaction in dental and medical students in Jeddah, Saudi Arabia’’, *Nigerian Journal Of Clinical Practice*, 21 (8): 1038-1043 (2018).

Açıkgöz, M., ‘‘Çukurova üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ile mizah tarzları ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi’’, Yüksek Lisans Tezi, *Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Mersin, 39 (2016).

Akdemir, H., ‘‘Belirsizliğe tahammülsüzlük algısı ve kariyer uyum yetenekleri kıskacında iş bulma kaygısı’’, Yüksek Lisans Tezi, *Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Burdur, 54 (2021).

Aksu, L., ‘‘İşsizlik, suç, boşanma, intihar oranları ile iktisadi büyüme ilişkisinin; Nedensellik testleri ile analizi.’’, *İktisat Politikası Araştırmaları Dergisi*, 5 (2): 58-100 (2018).

Akyol Kol, H., ‘‘Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin algılanan ebeveyn tutumları ile özduyarlık açısından incelenmesi’’, Yüksek Lisans Tezi, *Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, İstanbul, 58 (2023).

Alaosman, F. B., ‘‘Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı ve başa çıkma yöntemleri’’, Yüksek Lisans Tezi, *Yakın Doğu Üniversitesi*, Lefkoşa, 66 (2019).

Alkın, E., Yıldırım, K., ve Özer, M., ‘‘İktisada Giriş’’, *Anadolu Üniversitesi Yayınları*, Eskişehir 38-42 (2005).

Alpaslan, M., ve Işık, H., ‘‘Fizik öz-yeterlilik ölçeği’nin geçerliliği ve güvenilirliği’’, *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13 (33): 111- 122 (2016).

Araç Ilgar, E. ve Cihan, B. B., ‘‘Spor yöneticiliği programlarında öğrenim gören öğrencilerin sektörel beklenti, mesleki belirsizlik ve gelecek kaygılarının

incelenmesi: Fenomonolojik bir çözümleme”, *Spor Eğitim Dergisi*, 3 (1): 81-92 (2019).

Ardıç, K., ve Aydın, Y., “İktisat Okulları ve Emek Piyasaları”, *Derin Yayınları*, İstanbul 22 (2011).

Ataman, B. C., “İşsizlik sorununa yeni yaklaşımlar”, *Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi*, 53 (1): 59-72 (1998).

Avcı Taşkıran, T., “Üniversite öğrencilerinde serbest zamanda sıkılma algısı, psikolojik sağlık ve saldırganlık eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi”, Doktora Tezi, *Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Ankara 45 (2021).

Avşaroğlu, S., “Üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı, karar verme ve stresle başa çıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi”, Doktora Tezi, *Selçuk Üniversitesi*, Konya 34 (2007).

Aydın, A., Yılmaz, K., ve Altınkurt, Y., “Positive psychology in educational administration eğitim yönetiminde pozitif psikoloji”, *Journal of Human Sciences*, 10 (1): 1470–1490 (2013).

Aydın, İ., Erman, Ö., Akbulut, V. ve Kılıç, S. K., “Öğretmen adaylarında boş zaman sıkılma algısı ve psikolojik sağlık ilişkisi”, *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21 (1): 39-53 (2019).

Aydın, M., ve Egemberdiyeva, A., “Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin incelenmesi”, *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3 (1): 37-53 (2018).

Aydın, N., “İşsizlik, beveridge eğrisi ve türkiye işgücü piyasasına ilişkin bir değerlendirme”, *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2 (32): 22-23 (2012).

Aydoğdu, T., “Bağlanma stilleri, başa çıkma stratejileri ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, *Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Ankara 52 (2013).

Aziz, S., Noorulain, W., Zaidi, U. R., Hossain, K., ve Siddiqui, I. A., “Prevalence of overweight and obesity among children and adolescents of affluent schools in Karachi. JPMA”, *The Journal of the Pakistan Medical Association*, 59 (1): 35-38 (2009).

Baydağ, C. ve Başoğlu, M., “Müzik eğitimi perspektifinde performans kaygısına genel bir bakış”, *Journal Social and Humanities Sciences Research*, 5 (25): 2204-2212 (2018).

Benard, B., “Fostering resiliency in kids: Protective factors in the family, school and community”, *OR: Northwest Regional Educational Laboratory*, Portland. (1991).

Beser, N. ve Öz, F., “Kemoterapi alan lenfomalı hastaların hastane anksiyete depresyon düzeyi ve yaşam kalitesi”, *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 7 (1): 47-56 (2003).

Bilgili, Y., “Karşılaştırılmalı İktisat Okulları”, *İkinci Sayfa Basım Yayım Dağıtım*, İstanbul, 29 (2011).

Bilgin, F., “Yoğun bakım ünitesinde hastası olan bireylerin anksiyete düzeyleri, Yüksek Lisans Tezi, *K.K.T.C. Yakın Doğu Üniversitesi*, Lefkoşa 40-43 (2017).

Binici, Y., “Günübirlik cerrahi geçirecek çocukların annelerinin ameliyat hakkında bilgi ve anksiyete düzeylerinin belirlenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, *Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Erzurum, 7 (2015).

Block, J. and Kremen, A.M., “IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and seperateness”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (2): 349-361 (1996).

Bobek, B. L., “Teacher resiliency: A key to career longevity”, *The Clearing House*, 75 (4): 202-205 (2002).

Bolat, Z., “Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları ile öz-anlayışları arasındaki ilişkinin incelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, *Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Konya, 48 (2013).

Boylu, E., “Türkiye’de hızlı nüfus artışı ve istihdam sorunları”, Doktora Tezi, *Marmara Üniversitesi İktisat Anabilim Dalı*, İstanbul, 68 (2010).

Bozdam, A., “Öğretmen adaylarının mesleki kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi”, *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13 (1): 44-53 (2011).

Boztepe, Y., “Türkiye’de işsizlik kavramı ve işsizliğin ortadan kaldırılması ile ilgili bir model oluşturulması”, Yüksek Lisans Tezi, *Yıldız Teknik Üniversitesi*, İstanbul, 45-46 (2007).

Bozyiğit, E. ve Gökbaraz, N., “Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde kariyer stresinin belirleyicileri”, *Journal of Computer and Education Research*, 8 (15): 181- 200 (2020).

Budak, S., “Psikoloji Sözlüğü”, 1. Baskı, *Bilim ve Sanat Yayınları*, Ankara, 33 (2000).

Bull, S. J., Shambrook, C. J., James, W., ve Brooks, J. E., “Towards an understanding of mental toughness in elite english cricketers”, *Journal of Applied Sport Psychology*, 17 (3): 209-227 (2005).

Bulut, V., ‘‘Türkiye’de işsizlik süresini etkileyen faktörlerin yaşam çözümlemesi ile incelenmesi’’, Yüksek Lisans Tezi, *Hacettepe Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü*, Ankara, 45 (2011).

Butt, J., Weinberg, R., ve Culp, B., ‘‘Exploring mental toughness in NCAA athletes’’, *Journal of Intercollegiate Sport*, 3 (2): 316-332 (2010).

Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E, Karadeniz, Ş., ve Demirel, F., ‘‘Bilimsel Araştırma Yöntemleri’’, 1. Baskı, *Pegem*, Ankara 43-45 (2012).

Can, M., ‘‘Üniversite öğrencilerinin mutluluk, psikolojik sağlık ve öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi’’, Yüksek Lisans Tezi, *İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, İstanbul 38-42 (2018).

Castrillón, F., Benvenuto, S., ‘‘Translating angst: Inhibitions and symptoms in angl american psychoanalysis’’, *European Journal of Psychoanalysis*, (2004).

Cebe, F., ‘‘Sosyal hizmetler ve çocuk esirgeme kurumu yetiştirme yurtlarında barınan çocukların benlik saygısı, depresyon, kaygı skorlarının ailesi yanında kalan çocuklarla karşılaştırılması’’, Yüksek Lisans Tezi, *İstanbul Üniversitesi*, İstanbul 44 (2005).

Cenkseven, F., Akbaş, T., ‘‘Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi’’, *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3 (27): 43-65 (2007).

Chavkin, N. F., Gonzalez, J., ‘‘Mexican immigrant youth and resiliency: Research and promising programs’’, *Eric Clearinghouse on Rural Education and Small Schools Charleston*, (2000).

Clough, P., Earle, K., and Sewell, D., ‘‘Mental toughness: The concept and the measurement’’, In I. Cockerill (Ed.), *Solutions In Sport Psychology*, London, 32-43 (2002).

Cooper, H., Okamura, L., and McNeil, P., ‘‘Situation and personality correlates of psychological well-being: social activity and personal control’’, *Journal Of Research in Personality*, 29 (4): 395-417 (1995).

Costantine, N., Benard, B. and Diaz, M., ‘‘Measuring protective factors and Resilience traits in youth: The healthy kids Resilience assessment’’, *Paper Presented at the Seventh Annual Meeting of the Society for Prevention Research*, New Orleans, 3-15 (1999).

Crosnoe, R., and Elder Jr, G. H., ‘‘Family dynamics, supportive relationships, and educational resilience during adolescence’’, *Journal of Family Issues*, 25 (5): 571-602 (2004).

Cüceloğlu, D., ‘‘İnsan ve Davranışı’’, 15. Baskı, **Remzi Kitabevi**, İstanbul, 98-102 (2006).

Cüceloğlu, D., ‘‘İnsan ve Davranışı’’, 6. Baskı, **Remzi Kitabevi**, İstanbul, 276-278, 292-300 (1996).

Çamlıyer, H., ‘‘Sporcularda stres ve stres yaratan faktörlere göre yasama biçimleri’’, Doktora Tezi, **Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü**, İzmir, 45 (1984).

Çekceoğlu, H., ‘‘Spor yapan ve spor yapmayan lise öğrencilerinin psikolojik sağlık ve hedef bağlılık düzeylerinin incelenmesi’’, Yüksek Lisans Tezi, **Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü**, Karaman, 33-35 (2019).

Çelikçi, S., ‘‘Ergenlerde eylemlilik ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi’’, Yüksek Lisans Tezi, **Gazi Üniversitesi**, 42-45 (2021).

Danacı, M., ve Ceyhan, M., ‘‘Küresel finansal krizin gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelere etkileri ve krizden çıkış politikaları’’, **İnönü Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler**, Malatya (2009).

De Oliveira, T. C., Silva, A. A. M. D., Santos, C. D. J. N. D., Silva, J. S., and Conceição, S. I. O. D., ‘‘Physical activity and sedentary lifestyle among children from private and public schools in Northern Brazil’’, **Revista de Saude Publica**, (44): 996-1004 (2010).

Demirci, M. A., ‘‘Üniversite öğrencilerinin iş bulma kaygısının okula bağlılığa etkisi’’ 2. **Uluslararası İktisat, İşletme ve Sosyal Bilimler Kongresi**, 10-12 Nisan 2020, Siirt Üniversitesi, (2020).

Dereli, F. ve Kabataş, S., ‘‘Sağlık yüksekokulu son sınıf öğrencilerinin iş bulma endişeleri ve umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi’’, **Yeni Tıp Dergisi**, (26): 31-36 (2009).

Devecioğlu, S. ve Karakaya, Y. E., ‘‘Türkiye’de spor eğitimi sektörünün görünümü’’, **Türk Eğitim Bilimleri Dergisi**, 9 (3): 626-654 (2011).

Dönder, B., ‘‘Ameliyat öncesi hastaların duygulanım ve duygu durumları’’, Yüksek Lisans tezi, **Afyon Kocatepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü**, Afyon, 49-51 (2005).

Dursun, S., ve Aytaç, S. S., ‘‘Üniversite öğrencileri arasında işsizlik kaygısı’’, **Uludağ Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi**, 28 (1): 71-84 (2009).

Duygun, B. T., “Üniversite öğrencilerinde psikolojik dayanıklılık ve beden imgesi algısının internet bağımlılığı ile ilişkisinin araştırılması”, Yüksek Lisans Tezi, *Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, İstanbul, 46 (2017).

Düzen, A.Ç., “Lise öğrencilerinin spor yapma durumuna göre psikolojik sağlamlık ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi (Tokat ili örneği)”, Yüksek Lisans Tezi, *Amasya Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü*, Amasya, 34 (2021).

Eker, H., Taş, İ., ve Anlı, G., “Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ile yaşamın anlamı ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi”, *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19 (39): 1182-1199 (2020).

Ekmekçi, R., “Sporda Zihinsel Antrenman”, 1. Baskı, *Detay Yayıncılık*, Ankara 33-36 (2017).

Ekşi, H., Ümmet, D., ve Erök Özkapu, D., “Üniversite öğrencilerinde psikolojik kırılganlıkla öznel zindelik arasındaki ilişkide genel psikolojik sağlığın aracı rolü”, *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7 (5): 185-190 (2019).

Emine, C., Yalçınalp, S., “Öğretmen adaylarına yönelik mesleki kaygı ölçeği (MKÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması”, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44 (44): 85-96 (2013).

Engle, P. L., Castle, S., and Menon, P., “Child development: Vulnerability and resilience”, *Social Science and Medicine*, 43 (5): 621-635 (1996).

Erikli, S., “Covid-19’un genç işgücünde yaratacağı olası tehlike: Yara izi”, *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (39): 380-404 (2021).

Erkan, S. ve Kaya, A., “Grupla Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programları. Benlik Saygısı”, *Pegem A Yayınları*, Ankara (2005).

Eryılmaz, S., “Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığı yordama, yaşam doyumu, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağının incelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, *Muğla Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Muğla, 49-52 (2012).

Freud, S., “On the grounds for detaching a particular syndrome from neurasthenia under the description anxiety neurosis”, *The Standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*, (3): 1893-1899 (1894).

Fribourg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, JH and Hjemdal, O., “Kişilik ve zekâ ile ilgili olarak dayanıklılık”, *Uluslararası Psikiyatrik Araştırma Yöntemleri Dergisi*, 14 (1): 29-42 (2005).

Fuller, F. F. ve Parson, J.S., ‘‘Concerns of teachers: Recent research on two assessment instruments’’, (*ERIC Document Reproduction Service No: ED 093 987*), (1974).

Fuller, F.F., ‘‘Concerns of teachers: A developmental conceptualization’’, *American Educational Research Journal*, 6 (2): 207-226 (1996).

Geçtan, E., ‘‘Psikanaliz ve Sonrası’’, 11. Baskı, *Metis Yayınları*, İstanbul, 38-39 (2005).

Gevişen, İ.K., ‘‘Kapalı alan ve açık alan rekreasyonel etkinliklere katılan bireylerin psikolojik dayanıklılık ve yaratıcılık düzeylerinin incelenmesi’’, Yüksek Lisans Tezi, *Bartın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Bartın, 49 (2020).

Gizir, C. A., ‘‘Akademik sağlamlık: Yoksulluk içindeki sekizinci sınıf öğrencilerinin akademik başarılarına katkıda bulunan koruyucu faktörlerin incelenmesi’’, Doktora Tezi, *Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı*, Ankara (2004).

Gizir, C., ‘‘Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması’’, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (28): 113-128 (2007).

Güler, B., ‘‘Spor lisesi öğrencilerinin temel kişilik özellikleri ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi’’, Doktora Tezi, *Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Ankara (2021).

Güney, A., ‘‘İşsizlik nedenleri sonuçları ve mücadele yöntemleri’’, *Kamu-İş İş Hukuku ve İktisat Dergisi*, 10 (4): 135-159 (2009).

Güngörmüş, K., Okanlı, A., ve Kocabeyoğlu, T.. ‘‘Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve etkileyen faktörler’’, *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 6 (1): 9-14 (2015).

Gürkan, U., ‘‘Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeyine etkisi’’, Doktora Tezi, Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’nden edinilmiştir. (Tez No. 205194).

Gürkan, U., ‘‘Resiliency scale (RS): Scale development, reliability and validity study’’, *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*, 39 (2): 45-74 (2006).

Hawkins, J. D., Catalano, R. F. and Miller, J. Y., ‘‘Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: Implications for substance abuse prevention’’, *Psychological Bulletin*, 112 (1): 64-105 (1992).

Henderson, N. and Milstein, M. M., "Resiliency in Schools: Making it Happen for Students and Educators", *Corwin Press*, 7-8 (2003).

Horney, K., "Çağımızın Nevrotik Kişiliği" 4. Baskı, ed., (Çev: Selçuk Budak), *Öteki Matbaası*, Ankara 38-39 (1999).

Hoşoğlu, R., Kodaz, A. F., Bingöl, T. Y., ve Batık, M. V., "Öğretmen adaylarında psikolojik sağlamlık", *OPUS International Journal of Society Researches*, 8 (14): 217-239 (2018).

İnsan, F., "Üniversite gençliğinin spor yapma durumlarına göre psikolojik sağlamlık düzeylerinin ve stresle başa çıkma tarzlarının incelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, *Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Niğde, 55-59 (2022).

Jones, G., and Moorhouse, A., "Developing Mental Toughness: Gold Medal Strategies for Transforming Your Business Performance", 2nd Revised ed., *Spring Hill Books*, UK, 101-110 (2008).

Kağıtçıbaşı, Ç., "Benlik, Aile ve İnsan Gelişimi Kültürel Psikoloji", *Koç Üniversitesi Yayınları*, İstanbul, 323-333 (2012).

Kahraman, N., "Kamu ağız ve diş sağlığı merkezi çalışanlarının psikolojik dayanıklılık düzeyleri (Ankara ili örneği)", Yüksek Lisans Tezi, *Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Ankara, 34-38 (2016).

Kahvecioğlu, K., "Özel yetenekli çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik sağlamlılıklarının bazı değişkenler açısından incelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, *Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, İstanbul, 47-49 (2016).

Kara, H. ve Acet, M., "Spor yöneticilerinde durumluk kaygısının otomatik düşünceler üzerindeki etkisinin incelenmesi", *E-Journal of New World Sciences Academy*, 7 (4): 244-258 (2012).

Karacan Doğan, P., Doğan, İ., ve Çetinkayalı, G., "Spor Bilimleri öğrencilerinin yapay zekaya yönelik tutumları ile iş bulma kaygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi", *Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2 (3): 174-189 (2023).

Kararımk, Ö., "Deprem yaşamış bireylerde psikolojik sağlamlığa etki eden kişisel faktörlerin incelenmesi: Bir model test etme çalışması", Doktora Tezi, *Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü*, Ankara (2007).

Kararımk, Ö., "Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler", *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (26): 129-142 (2006).

Karakayalı, H., "Makro İktisat", *Bilgehan Basımevi*, İzmir, (1995).

Karaman, N., "Cerrahi girişim uygulanan adölesanlar ile anne/babalarının anksiyete düzeyleri arasındaki ilişki ve anksiyete nedenlerinin incelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, *İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Esasları Anabilim Dalı*, İstanbul (2008).

Karasar, N., "Bilimsel Araştırma Yöntemi", 24. Baskı, *Nobel*, Ankara (2012).

Kaya, L., "Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde işsizlik kaygısı ve okula yabancılaşma arasındaki ilişkinin incelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, *Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Aydın, (2022).

Kayacı, Ü., ve Özbay, Y., "Üniversite öğrencilerinin travmatik yaşantı, psikolojik doğum sıraları ve sosyal ilgilerinin psikolojik dayanıklılıklarını yordaması", *The Journal of Happiness & Well-Being*, 4 (1): 128-142 (2016).

Keskin, G. Ü., ve Orgun, F., "Öğrencilerin öz etkililik-yeterlilik düzeyleri ile basa çıkma stratejilerinin incelenmesi/studying the strategies of students' coping with the levels of self-efficacy-sufficiency", *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7 (2): 92 (2006).

Kılıç, Ş. D., "Üniversite öğrencilerinin yalnızlık ve psikolojik dayanıklılıklarının incelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, *Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Erzurum, (2014).

Kırandı, O., "Beden eğitimi öğretmeni adaylarında psikolojik sağlamlık ve serbest zaman sıkılma algısı ilişkisi", Yüksek Lisans Tezi, *Trabzon Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*, Trabzon (2020).

Kimter, N., "Covid-19 günlerinde bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi", *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 574- 605 (2020).

Koçak, M., Atlı Özbaş, A. ve Gürhan, N., "Beden eğitimi ve spor öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve öz-yeterlilik düzeyinin belirlenmesi", *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11 (2): 129-135 (2017).

Köklü, N., Büyüköztürk, Ş. ve Bökeoğlu, Ç. Ö., *Sosyal Bilimler İçin İstatistik, Pegem*, (2007).

Krovetz, M. L., "Resiliency: A key element for supporting youth at-risk. The clearing house", *A Journal of Educational Strategies*, 73 (2): 121-123 (1999).

Kutlu, Ş. Ş., Çetinbakış, M., ve Kutlu, M., "Üniversite son sınıf öğrencilerinde işsizlik kaygısı: Bandırma Onyedli Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi öğrencileri üzerine bir uygulama", *EKEV Akademi Dergisi*, 23 (78): 511-522 (2019).

Kuzgun, Y., "Ana-baba tutumlarının bireyin kendini gerçekleştirme düzeyine etkisi", Doktora Tezi, *Hacettepe Üniversitesi*, Ankara (1972).

Kuzgun, Y., "Meslek Rehberliği ve Danışmanlığına Giriş", *Nobel Yayın Dağıtım*, Ankara, (2014).

Lacan, J., "The seminar of Jacques Lacan. Book X: Anxiety (A. R. Price, Çev.). Cambridge", *Polity Press*, UK, 1962-1963 (2014).

Linn, M.W., Sandifer, R., ve Stein, S., "Effects of Unemployment on Mental and Psychological Health", *American Journal of Public Health*, 75 (5): 502-506 (1985).

Luthar, S. S., Cicchetti, D. and Becker, B., "The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work", *Child Development*, 71 (3): 543-562 (2000).

Maddi, S. R., "Dayanıklılığın kişilik yapısı: I. Deneyimleme, başa çıkma ve zorlanma üzerindeki etkiler", *Danışmanlık Psikolojisi Dergisi: Uygulama ve Araştırma*, 51 (2): 83-94 (1999).

Mahoney, J. W., Gucciardi, D. F., Mallett, C. J., ve Ntoumanis, N., "Adolescent performers' perspectives on mental toughness and its development: The utility of the bioecological model", *The Sport Psychologist*, 28 (3): 233-244 (2014).

Masten, A. S. and Obradovic, J., "Competence and resilience in development", *Annals of the New York Academi of Sciences*, (1094): 13-27 (2006).

Masten, A. S. and Reed, M. J., "Resilience in Development", C. R. Snyder ve S. J. Lopez (Ed.), The handbook of positive psychology içinde (s. 117-131), *Oxford University Press*, Oxford, (2002).

Masten, A. S., and Coatsworth, J. D., "The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children", *American Psychologist*, 53 (2): 205-220 (1998).

Masten, A. S., Best, K. M., and Garmezy, N., "Resilience and development: Contributions from the Study of Children who Overcome Adversity", *Development and Psychopathology*, 2 (4): 425-444 (1990).

Masten, A. S., Cutuli, J. J., Herbers, J. E., and Reed, M.-G. J., "Resilience in Development. In S. J. Lopez and C. R. Snyder (Eds.), Oxford library of psychology. Oxford handbook of positive psychology (p. 117-131). *Oxford University Press*, (2009).

Masten, A. S., "Ordinary magic: Resilience processes in development", *American Psychologist*, 56 (3): 227-238 (2001).

Masten, A. S., "Resilience in developing systems: Progress and promise as the fourth wave rises", *Development and Psychopathology*, (19): 921-930 (2007).

Mushtaq, M. U., Gull, S., Mushtaq, K., Shahid, U., Shad, M. A., and Akram, J., "Dietary behaviors, physical activity and sedentary lifestyle associated with overweight and obesity, and their socio-demographic correlates, among Pakistani primary school children", *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8 (1): 1-13 (2011).

Nas, H., "Lise öğrencilerinde sportmenlik, öz-yeterlik ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin incelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, *Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Erzincan (2019).

Neff, K. D., Rude, S. S., and Kirkpatrick, K. L., "An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits", *Journal of Research in Personality*, 41 (4): 908-916 (2007).

Neff, K. D., "Self-compassion, self-esteem, and well-being", *Social and Personality Psychology Compass*, 5 (1): 1-12 (2011).

Neff, K. D., "The development and validation of a scale to measure self-compassion", *Self and Identity*, 2 (3): 223-250 (2003).

Oktan, V., Odacı, H., and Çelik, Ç. B., "Psikolojik doğum sırasının psikolojik sağlamlığın yordanmasındaki rolünün incelenmesi", *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14 (1): 140-152 (2014).

Olsson, C. A., Bond, L., Burns, J. M., Vella-Brodrick, D. A. and Sawyer, S. M., "Adolescent resilience: A concept analysis", *Journal of Adolescence*, 26 (1): 1-11 (2003).

Önder, A., ve Gülay, H., "İlköğretim 8. Sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi", *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (23): 192-197 (2008).

Öner, N. ve Le Compte, A., "Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı", 1. Baskı, *Boğaziçi Üniversitesi Matbaası*, İstanbul, 48-49 (1983).

Öz F ve Bahadır Yılmaz E., "Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık", *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 16 (3): 82-90 (2009).

Özdemir, E., "Sporcuların ve sedanterlerin psikolojik sağlamlık, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağı düzeylerinin karşılaştırılması", Yüksek Lisans Tezi, *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Muğla, 70 (2017).

Özer, E., "Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygusal zekâ ve beş faktör kişilik özellikleri açısından incelenmesi", Doktora Tezi, *Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi*, Konya, 44-49 (2013).

Özer, K., "Kaygı: Sınanma Duygusuyla Baş Edebilme", 4. Baskı, *Sistem Yayıncılık*, İstanbul, 55-57 (2008).

Öztürk, B., "Ortaokul öğrencilerinin üst bilişsel farkındalık düzeyi ile matematik öz yeterlik algısının matematik başarısına etkisinin incelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Eskişehir 49-55(2017).

Özusta, Ş., "Çocuklar için durumluk-sürekli kaygı envanteri uyarlama: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması", *Türk Psikoloji Dergisi*, 10 (34): 32-44. (1995).

Pekdoğan, S., "Karar verme stilleri araştırmaları: 2009-2013 yılları arasındaki yüksek lisans tezlerinin incelenmesi", *International Journal of Social Science*, (34): 321-331 (2015).

Polat, E., "Kaygı düzeyi ve akademik öz yeterlilik inancının akademik başarı ile ilişkisi", *Yönetim ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 15 (1): 1-22 (2017).

Richardson, G., Neiger, B., Jenson, S. and Kumpfer, K., "The resiliency model", *Health Education*, 21 (6): 33-39 (1990).

Richardson, G., "The metatheory of resilience and resiliency", *Journal Of Clinical Psychology*, 58 (3): 307-321 (2002).

Rutter, M. , "Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder", *British Journal of Psychiatry*, 147 (6): 589-611 (1985).

Sarikol, E. ve Ustaoglu Hoşver, P., "Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin iş bulma kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi", *Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3 (1): 106-111 (2023).

Sarpkaya, S., "Finansal krizler ve kriz dönemlerinde uygulanan para politikası araçları", Yüksek Lisans tezi, *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı*, Ankara (2009).

Scott, S.G. and Bruce, R.A., "Decision making style: The development and assesment of a newmeasure", *Educational ve Psychological Measurement*, 55 (5): 818 (1995).

Scovel, T., "The effect of affect on foreign language learning: A review of the anxiety research", *Language Learning*, 28 (1): 129-142 (1978).

Sezgin, K., "Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve dindarlık düzeylerinin incelenmesi (Dicle Üniversitesi örneği)", Yüksek Lisans Tezi, *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Diyarbakır (2016).

Snyder, C. R., and Lopez, S., "Handbook of Positive Psychology", *Oxford University:Press US*, (2002).

Spicer, D. P. and Sadler-smith, E., "An examination of the general decision making style questionnaire in two UK samples", *Journal of Managerial Psychology*, (20): 137-149 (2005).

Subaşı, A. R., "Öğretmen adaylarının psikolojik esneklik düzeylerinin özduyarlık ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Kocaeli (2022).

Sungur, M. Z. ve Dilsiz, A., "Sosyal Fobi", *Anksiyete Monografileri Serisi*, (1995).

Şar, N.Ş., "Spor yapan ve yapmayan bireylerin psikolojik dayanıklılık ve kişilik özelliklerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, *Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Sakarya (2016).

Şenel, E. ve Karakuş, K., "Spor yükseköğretim kurumu öğrencilerinde uzaktan eğitime yönelik tutum ile iş bulma kaygısının bazı değişkenlere göre incelenmesi", *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11 (2): 677-687 (2022).

Tarakçı, N., "Stratejik Karar Verme ve Senaryo Oluşturma", 1. Baskı, *Truva Yayınları*, 44 (2011).

Taşdelen, A., "Öğretmen adaylarının bazı psikososyal değişkenlere göre karar verme stilleri", *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (10): 40-52 (2001).

Taşkent, N. ve Şahin A., "Celal Bayar Üniversitesi hemşirelik son sınıf öğrencilerinin iş bulma endişeleri ve umutsuzluk düzeylerini belirlemesi" **3. Ulusal Hemşirelik Öğrencileri Kongresi Kitabı**, 29-30 Nisan, Edirne, 132 (2004).

Tekin, A. N., "Üniversite öğrencilerinde işsizlik kaygısı: süleyman demirel üniversitesi öğrencileri üzerine bir araştırma", *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Isparta (2015).

Tetik, A., "Öğretmen adaylarının öz yeterlilik inançları ile mesleki kaygıları arasındaki ilişki", Yüksek Lisans Tezi, *Siirt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, (2021).

Thomsen, K., "Building resilient students: Integrating resiliency into what you already know and do. Thousand Oaks, California: *Corwin Press, Inc* (2002).

Toçoğlu, S., "Spor bilimleri öğrencilerinin öz yeterlik ve psikolojik sağlamlıklarının yaşam doyumları üzerine etkisi", Yüksek Lisans Tezi, *Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*, Sakarya (2020).

Topbay, Y., "Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin algılanan sosyal destek ve aile işlevleri açısından incelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, *Beykent Üniversitesi*, İstanbul, (2016).

Troy, A. S., and Mauss, I. B., "Resilience in the face of stress: Emotion regulation as a protective factor", *Resilience and mental health: Challenges across the lifespan*, 1 (2): 30-44 (2011).

Tugade, M. M. and Fredrickson, B. L., "Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences", *Journal of Personality and Social Psychology*, 86 (2): 320 (2004).

Turanlı, R., "İktisadi Düşünce Tarihi" ,*Bilim Teknik Yayınevi*, Eskişehir 47-52 (2008).

Turhan, M. Ö. ve Arslanboğa, R., "Spor bilimleri fakültesindeki öğretmen adaylarının iş bulma kaygısı ve algılanan stres düzeylerinin incelenmesi", *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5 (4): 1138-1152 (2022).

Turhan, M.Ö., Erman, M.Y., Eyyüp, E., Koç, H., "Spor Bilimlerinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Kariyer Planlamalarının Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. İçinde İlkım M. (Ed.), Sporda Güncel Araştırmalar(1. Baskı., 37-52), *Gece Kitaplığı*, (2022).

Tümlü, G. Ü., "Psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklı üniversite öğrencilerinin temas engellerinin incelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Ankara (2012).

Türkdoğan, S. C., "Öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğini tercih etmelerinde etkili olan faktörlere göre mesleki kaygıları", Yüksek Lisans Tezi, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, (2014).

Ulucan, H, Kılınç, M, Kaya, K. ve Türkçapar, Ü., "Beden eğitimi spor yüksekokullarında öğrenimlerine devam eden öğrencilerin umutsuzluk ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi", *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13 (3): 349-356 (2011).

Us, G., "Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite durumuna göre psikolojik sağlık ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi (Tokat ili örneği)", Yüksek Lisans Tezi, *Giresun Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Giresun, 31-34 (2013).

Uzunbacak, H. H., Erhan, T., Köse Yürük, S. ve Gençel, B., "Denetimli serbestlik tedbiri altındaki bireylerin yaşadıkları iş bulma kaygısının sıkışmışlık hissi üzerine etkisi", *Business & Management Studies: An International Journal*, 9 (3): 1104-1119 (2021).

Ülgener, S., "Milli Gelir İstihdam ve İktisadi Büyüme", 1. Baskı, *İstanbul Üniversitesi İktisat Fakültesi Yayınları*, İstanbul, 15 (1991).

Vasques, C., Mota, M., Correia, T., and Lopes, V., "Prevalence of overweight/obesity and its association with sedentary behavior in children", *Revista Portuguesa de Cardiologia*, 31 (12): 783-788 (2012).

Vazquez-Nava, F., Trevino-Garcia-Manzo, N., Vázquez-Rodríguez, C. F., and VazquezRodriguez, E. M., "Association between family structure, maternal education level, and maternal employment with sedentary lifestyle in primary school-age children", *Jornal de Pediatria*, (89): 145-150 (2013).

Wasonga, T., "Gender effects on perceptions of external assets, development of resilience and academic achievement: Perpetuation theory approach", *Gender Issues*, 20 (4): 43-54 (2002).

Werner, E. E., "Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the kauai longitudinal study", *Development and Psychopathology*, 5 (4): 503-515 (1993).

Willis, K. D., and Burnett Jr, H. J., "The power of stress: Perceived stress and its relationship with rumination, self-concept clarity, and resilience", *North American Journal of Psychology*, 18 (3): 483-498 (2016).

Yavuz Eroğlu, S., Eroğlu, E., "Career planning scale of students studied in sports ssciences (CPS): Validity and reliability study", *International Journal of Progressive Education*, 16 (3): 123-131 (2020).

Yavuzer, H., "Çocuk Eğitimi El Kitabı", 1. Baskı, *Remzi Kitabevi*, İstanbul, 48 (2000).

Yelkenci, Y., "Aikido yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin bilinçli farkındalıkları, kaygı düzeyleri ve psikolojik dayanıklılıklarının incelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, *İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*, İstanbul, 55 (2019).

Yıldırım, E., Çakmaklı, S., ve Özkan, F., "Eskiden yeniye neo-klasik sentez: Bir literatür taraması". *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Dergisi*, 66 (4): 155 (2011).

Yılmaz, A., "Türkiye’de işsiz nüfus", *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 15 (1): 43-56 (2005).

Yılmaz, H., "Türkiye’de muhafazakarlık", Yayınlanmamış Araştırma Raporu, *Açık Toplum Enstitüsü ve Boğaziçi Üniversitesi*, İstanbul (2006).

Yılmaz, K., "Spor bilimleri öğrencilerinin kariyer planlamaları ile iş bulma kaygıları arasındaki ilişki", Yüksek Lisans Tezi, *Yozgat Bozok Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*, Yozgat (2022).

Yılmaz, M., Köseoglu, P., Gerçek, C., ve Soran, H., "Öğretmen öz-yeterlik inancı", *Bilim ve Aklın Aydınlığında Eğitim Dergisi*, (58): 5 (2004).

Yörükoğlu A., "Gençlik Çağı", *Özgür Yayınları*, İstanbul, (1998).

Yumurtacı, A., "Üniversite Öğrencilerinin iş bulma sürecine ilişkin beklentileri bağlamında emeklilik öngörülerinin belirlenmesi: Bir alan araştırması", *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 18 (1): 231-253 (2018).

Yumuşaker, M. C. ve Kılı, M., " Muhasebe eğitimi alan ön lisans öğrencilerinin muhasebe derslerine yönelik tutumlarının ve iş bulma kaygılarının incelenmesi: Muhasebe ve vergi uygulamaları programı öğrencileri üzerinde bir araştırma", *Fiscaoeconomia*, 5 (2): 722-755 (2021).

Yumuşaker, M. C., "Muhasebe dersi alan ön lisans öğrencilerinin muhasebe derslerine yönelik tutumlarının ve iş bulma kaygılarının incelenmesi: Muhasebe ve vergi uygulamaları programı öğrencileri üzerinde bir araştırma", Yüksek Lisans Tezi, *Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı*, Osmaniye, 56-59 (2020).

Zaim, S., "Çalışma Ekonomisi", 1. Baskı, *Filiz Kitabevi*, İstanbul, (1997).

EK AÇIKLAMALAR

Ek 1: Etik Kurul Raporu



T.C.
KARABÜK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL ve BEŞERİ BİLİMLER ARAŞTIRMALARI ETİK KURULU
KARARLARI

TOPLANTI TARİHİ :19.06.2023
TOPLANTI NO : 2023/05

Karabük Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu toplanmış ve aşağıdaki kararı almıştır.

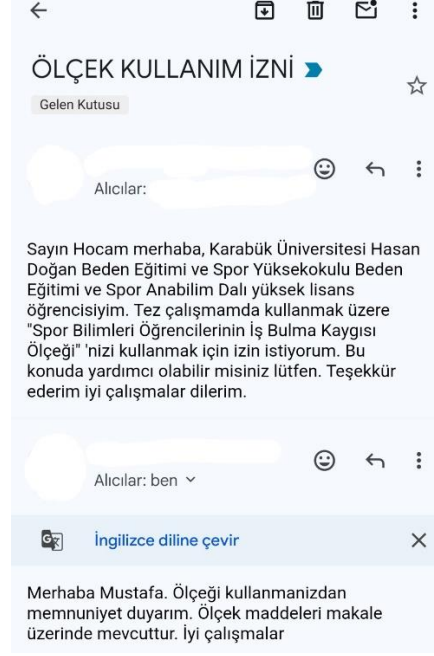
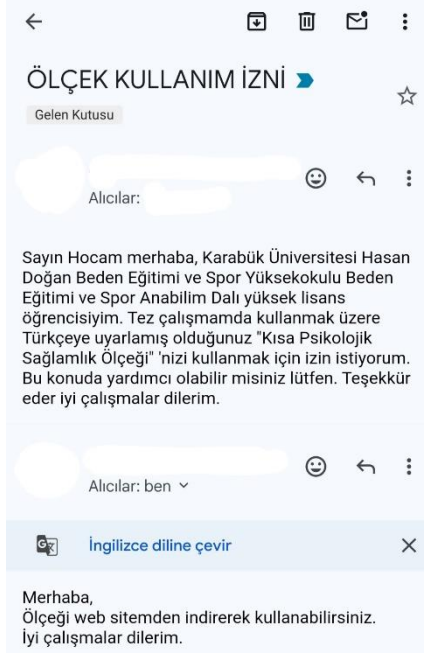
Karar 31:

08/06/2023 tarihli Dr. Öğr. Üyesi Musa ŞAHİN'in Etik Kurul form ve ekleri görüldü.

Karabük Üniversitesi Öğretim Üyesi Dr. Öğr. Üyesi Musa ŞAHİN danışmanlığında yürütülen “**Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Psikolojik Sağlık Düzeylerinin İş Bulma Kaygıları Üzerine Etkisinin İncelenmesi**” konulu çalışma kapsamında uygulanmak üzere ekte sunulan çalışmasının etik kurallara uygunluğu oy birliği ile kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Elif ÇEPNİ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurul Başkanı

Ek 2: Ölçek Kullanım İzinleri



Ek 3: Anket Formu

Değerli katılımcı;

Bu anket çalışması "**Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Psikolojik Sağlık Düzeylerinin İş Bulma Kaygıları Üzerine Etkisinin İncelenmesi**" konulu tez çalışmam için gerçekleştirilmekte ve tamamen bilimsel amaçla yapılmaktadır. Katkılarınız için teşekkür ederim.

Mustafa Jamal Mahmood AKMAKJI
Dr. Öğr. Üyesi Musa ŞAHİN

Cinsiyet: K() E() Yaş: 18-21() 22-25() 26-29() 30 ve üzeri ()

Okuduğu Bölüm: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği() Spor Yöneticiliği()
Antrenörlük Eğitimi()

Mezun Olduktan Sonra Çalışmak İstedığı Sektör: Özel Sektör() Kamu Sektörü()

Sınıf Düzeyi: 1.Sınıf() 2.Sınıf() 3.Sınıf() 4.Sınıf()

Sporculuk Düzeyi: Profesyonel() Amatör() Yapmıyorum()

Ailenin Gelir Düzeyi (Aylık): 5.000TL-7.500TL() 7.501TL-10.000TL() 10.001TL-12.500TL()
12.501TL ve üzeri()

KISA PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ÖLÇEĞİ	Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
1. Sıkıntılı zamanlardan sonra kendimi çabucak toparlayabilirim.	1	2	3	4	5
2. Stresli olayların üstesinden gelmekte güçlük çekerim	1	2	3	4	5
3. Stresli durumlardan sonra kendime gelmem uzun zaman almaz.	1	2	3	4	5
4. Kötü bir şeyler olduğunda bunu atlatmak benim için zordur.	1	2	3	4	5
5. Zor zamanları çok az sıkıntıyla atlatırım.	1	2	3	4	5
6. Hayatımdaki olumsuzlukların etkisinden kurtulmam uzun zaman alır.	1	2	3	4	5

SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİNİN İŞ BULMA KAYGISI ÖLÇEĞİ		Daima Doğru	Genellikle Doğru	Ara Sıra Doğru	Nadiren Doğru	Asla Doğru Değil
1	Spor Bilimleri Fakültesi veya BESYO mezunlarının istedikleri işte çalışamadıklarını görmek kaygısını artırıyor	5	4	3	2	1
2	Genel olarak ülkemizdeki işsizlik oranının yüksek olması iş bulma kaygısını artırıyor.	5	4	3	2	1
3	İş bulma kaygısı ile yaşamak psikolojimi olumsuz yönde etkiliyor.	5	4	3	2	1
4	İş bulma kaygısı ile yaşamak günlük hayatımı olumsuz yönde etkiliyor.	5	4	3	2	1
5	Spor Bilimleri Fakültesi veya BESYO mezunlarının özel sektördeki çalışma şartlarının çok iyi olmadığını gözlemlemek kaygısını artırıyor.	5	4	3	2	1
6	Özel sektörde bölümümle ilgili bir işte çalışabilmek için iş tecrübesinin aranması endişelerimi artırıyor.	5	4	3	2	1
7	Spor Bilimleri Fakültesi veya BESYO mezunlarının kendi işlerini kurma konusunda devletten yeterli desteği alamayacağımı düşünmek beni kaygılandırıyor.	5	4	3	2	1
8	Spor Bilimleri Fakültesi veya BESYO mezunlarının kişisel gayretlerini ortaya koysalar bile uygun bir iş bulamayacağımı düşünmek beni kaygılandırıyor.	5	4	3	2	1

ÖZGEÇMİŞ

Mustafa Jamal Mahmood AKMAKJI 2014 yılında Al-Qalam University College'de beden eğitimi ve spor bölümüne girmeye hak kazanmış, 2018 yılında mezun olmuştur. 2021 yılında Karabük Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda yüksek lisans eğitimine başlamıştır. Management of Hayla Primary Mixed School'da mesleğini icraa etmektedir.