



**T.C.
EGE ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü**



**ÖZEL EĞİTİM ÖĞRETMENLERİNİN PSİKOLOJİK
DAYANIKLILIK ÖZ YETERLİK VE PSİKOLOJİK
YARDIM ALMA TUTUMLARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

BAYRAM KEÇİLİ

ÖZEL EĞİTİM ANABİLİM DALI

İzmir
Aralık, 2022

T.C.
EGE ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü

ÖZEL EĞİTİM ÖĞRETMENLERİNİN PSİKOLOJİK
DAYANIKLILIK ÖZ YETERLİK VE PSİKOLOJİK
YARDIM ALMA TUTUMLARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Yüksek Lisans Tezi

Bayram KEÇİLİ

Tez Danışmanı
Doç. Dr. Pelin PİŞTAV AKMEŞE

Özel Eğitim Anabilim Dalı
Özel Eğitim Yüksek Lisans Programı

İzmir
Aralık, 2022

EGE ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

ETİK KURALLARA UYGUNLUK BEYANI

Ege Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “*Özel Eğitim Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılık, Öz Yeterlik ve Psikolojik Yardım Alma Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*” başlıklı bu tezin kendi çalışmam olduğunu, sunduğum tüm sonuç, doküman, bilgi ve belgeleri bizzat ve bu tez çalışması kapsamında elde ettiğimi, bu tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara atıf yaptığımı ve bunları kaynaklar listesinde usulüne uygun olarak verdiğimi, tez çalışması ve yazımı sırasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını, bu tezin herhangi bir bölümünü bu üniversitede veya diğer bir üniversitede başka bir tez çalışması içinde sunmadığımı, bu tezin planlanmasından yazımına kadar bütün safhalarda bilimsel etik kurallarına uygun davrandığımı ve aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonucu kabul edeceğimi beyan ederim.

Bayram KEÇİLİ



T.C.
EGE ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü



TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Öğrencinin	
Adı Soyadı	Bayram KEÇİLİ
Numarası	94190020485
Anabilim Dalı	Özel Eğitim
Programı	
Derecesi	☒ Yüksek Lisans ☐ Doktora

Tezin	
Türkçe Başlığı	Özel Eğitim Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılık Öz Yeterlik ve Psikolojik Yardım Alma Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi
İngilizce Başlığı	Examining The Relationship Between Psychological Endurance Self-Efficacy and Attitudes of Getting Psychological Assistance of Special Education Teachers
Başlığında Değişiklik Varsa*	
Yeni Türkçe Başlığı	
Yeni İngilizce Başlığı	
Tez Danışmanı	Doç. Dr. Pelin PİŞTAV AKMEŞE

Tez Savunma Sınavının	
Tarihi	16/12/2022
Saati	14.00
Yapılış Biçimi	☐ Yüz Yüze ☒ Çevrimiçi (Enstitü Yönetim Kurulu'nun 02/12/2022 tarih ve 44/8 sayılı kararı)

Sonuç	
Jüri üyelerinin tezi değerlendirmeye ilişkin kişisel raporlarının incelenmesi ve yapılan savunma sınavı sonucunda tezin Ege Üniversitesi Lisansüstü Eğitim – Öğretim Yönetmeliğinin ilgili maddeleri uyarınca;	
☒ Kabul edilmesine,	
☐ Düzeltülmesine,	
☐ Reddedilmesine	
☒ Oy birliği ☐ Oy çokluğu ile karar verilmiştir.	

Jüri Başkanı**	Doç. Dr. Pelin PİŞTAV AKMEŞE	İmza
Üniversite	Ege Üniversitesi	
Anabilim / Bilim Dalı	Odyoloji Anabilim Dalı	
Jüri Üyesi	Doç. Dr. Hatice Nilay KAYHAN	İmza
Üniversite	Ege Üniversitesi	
Anabilim / Bilim Dalı	Özel Eğitim Anabilim Dalı	
Jüri Üyesi	Dr. Öğr. Üyesi Necla IŞIKDOĞAN UĞURLU	İmza
Üniversite	Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi	
Anabilim / Bilim Dalı	Özel Eğitim Anabilim Dalı	
Jüri Üyesi		İmza
Üniversite		
Anabilim / Bilim Dalı		
Jüri Üyesi		İmza
Üniversite		
Anabilim / Bilim Dalı		

* Savunma sınavı sonunda, tez başlığında bir değişikliğe karar verilmesi durumunda tezin Türkçe ve İngilizce başlıkları yazılmalıdır.

** Lisansüstü tez savunma sınavlarında danışman öğretim üyesi Jüri Başkanı olabileceği gibi, jürinin kendi arasında seçeceği bir üye de jüri başkanı olabilir.

• Bu tutanağa jüri üyelerinin kişisel tez değerlendirme raporları da eklenerek üç (3) işgünü içerisinde Anabilim Dalı Başkanlığı üst yazısıyla Enstitü Müdürlüğüne gönderilmelidir.

TEŞEKKÜR

Kendini gerçekleştirme yolunda atılan adımlar için araştırmalarla bilim camiasına katkı sağlamanın haklı gururunu yaşamaktayım. Bu yolda bana her zaman desteğini veren başta danışman hocam Doç. Dr. Pelin PİŞTAV AKMEŞE'ye teşekkürlerimi sunuyorum.

Tezin savunma jüri üyeleri Doç. Dr. Hatice Nilay KAYHAN'a ve Dr. Öğr. Üyesi Necla IŞIKDOĞAN UĞURLU'ya çalışmaya olan katkılarından dolayı teşekkür ederim.

Lisans eğitimimde araştırma yapmanın, akademik okumaların bana güzelliğini tattıran ve manevi desteğiyle her zaman yanımda olan Prof. Dr. Özlem TAGAY'a teşekkür ederim.

Lisans eğitimimde tanıştığım canım adaşım Bayram UYGUN'a, Adem Kusay BAKIR'a, tez çalışmasında yardımcı olan arkadaşım Özlem GÜL'e, öğretmen Ali YILMAZ'a ve yüksek lisans eğitimine birlikte başladığımız sınıf arkadaşım Yunus Can OLGUN'a teşekkür ederim.

Araştırmanın veri toplama sürecinde, beni samimiyetle karşılayıp uygun yönlendirmeleri yapan okul müdürlerine, sahiplerine, öğretmenlere teşekkür ederim. Çalışmanın ortaya çıkmasında ölçekleri dolduran tüm katılımcılara da sonsuz teşekkür ederim.

Koşulsuz şartsız her zaman yanımda olan ve tüm bu süreçte desteklerini hep arkamda hissettiğim rahmetli babam Muammer KEÇİLİ'ye, canım annem Ayşe KEÇİLİ'ye, kardeşim Serkan KEÇİLİ'ye ve tüm aileme teşekkürü bir borç bilirim.

Bunlara ek olarak tek tek adlarını sayamadığım; ancak desteğini esirgemeyen herkese çok teşekkür ederim.

Bayram KEÇİLİ

İÇİNDEKİLER

ETİK KURALLARA UYGUNLUK BEYANI	iii
TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI.....	iv
TEŞEKKÜR.....	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLO LİSTESİ.....	ix
ÖZET.....	x
ABSTRACT.....	xii
BÖLÜM I	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu.....	2
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi	6
1.3. Problem Cümlesi.....	8
1.4. Alt Problemler.....	8
1.5. Sayıtlar.....	8
1.6. Sınırlılıklar	8
1.7. Tanımlar.....	9
BÖLÜM II	10
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	10
2.1. Psikolojik Dayanıklılık	10
2.1.1. Psikolojik Dayanıklılığın Boyutları	11
2.2. Öz Yeterlik.....	12
2.2.1. Öğretmen Öz Yeterliği	14
2.3. Psikolojik Yardım Alma Tutumu	15
2.4. İlgili Araştırmalar	17
2.4.1. Psikolojik Dayanıklılıkla İlgili Araştırmalar	17
2.4.2. Öğretmen Öz Yeterliğiyle İlgili Araştırmalar	21
2.4.3. Psikolojik Yardım Alma Tutumuyla İlgili Araştırmalar	23
BÖLÜM III.....	27
YÖNTEM.....	27

3.1. Araştırma Modeli	27
3.2. Evren ve Örneklem	27
3.3. Veri Toplama Araçları	28
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	28
3.3.2. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	29
3.3.3. Öğretmen Yeterlik Ölçeği	29
3.3.4. Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form (PYAİTÖ-KF)	30
3.4. Verilerin Toplanması	30
3.5. Verilerin Analizi	31
BÖLÜM IV	32
BULGULAR	32
4.1. Verilerin Dağılımı	32
4.2. Cinsiyet Değişkenine Ait Bulgular	35
4.3. Yaş Değişkenine Ait Bulgular	35
4.4. Mezun Olunan Bölüm Değişkenine Ait Bulgular	38
4.5. Mesleki Kıdem Değişkenine Ait Bulgular	40
4.6. Psikolojik Dayanıklılık ile Öz Yeterlik Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular	42
4.7. Psikolojik Dayanıklılık ile Psikolojik Yardım Alma Tutumu Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular	43
4.8. Öz Yeterlik ile Psikolojik Yardım Alma Tutumu Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular	44
BÖLÜM V	46
SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER	46
5.1. Sonuç ve Tartışma	46
5.2. Öneriler	54
5.2.1. Uygulamaya Yönelik Öneriler	54
5.2.2. Araştırmaya Yönelik Öneriler	54
KAYNAKÇA	55
EKLER	70
EK 1: Ege Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu Karar Belgesi	70
EK 2: Kişisel Bilgi Formu	71

EK 3: Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık leği- rnek Maddeler	72
EK 4: Öğretmen Yeterlik leği- rnek Maddeler.....	72
EK 5: Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum leği-rnek Maddeler.....	72
EK 6: Konya İl Milli Eğitim Müdürlüğü Uygulama İzni	73
EK 7: Ölçek İzinleri	74



TABLO LİSTESİ

Tablo 1. Örneklem Grubuna Ait Demografik Değişkenlerin Betimlenmesi	27
Tablo 2. Ölçeklerin Betimsel İstatistikleri	33
Tablo 3. Ölçeklerin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	34
Tablo 4. Cinsiyet Değişkene Göre Bağımsız t Testi Değerleri.....	35
Tablo 5. Yaş Değişkene Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Değerleri...	36
Tablo 6. Mezun Olunan Bölüm Değişkene Göre Bağımsız t Testi Değerleri	38
Tablo 7. Mesleki Kıdem Değişkenine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Değerleri.....	40
Tablo 8. Psikolojik Dayanıklılık ile Öz Yeterlik Arasındaki İlişki.....	43
Tablo 9. Psikolojik Dayanıklılık ile Psikolojik Yardım Alma Tutumu Arasındaki İlişki	44
Tablo 10. Öz Yeterlik ile Psikolojik Yardım Alma Tutumu Arasındaki İlişki.....	44

ÖZET

Bütün toplumlar, çocuk gelişiminin en temel ögesinin eğitim olduğu konusunda hem fikirdirler. Ailede başlayan eğitimde ebeveynler, bakım veren kişiler çok önemli bir rol üstlenmektedirler. Özel gereksinime ihtiyaç duyan çocuğa sahip olan ebeveynlerin büyük bölümü çocuğunu tam anlamıyla kabullenmekte zorluk yaşayabilmektedir. Ebeveynler kabul süreci içinde çocukların eğitimine yönelik bir çaba harcarken okul çağına gelen çocukların dünyasında öğretmen, okul gibi kavramlar oluşmaktadır. Okullardaki öğretmenlerin; okul çağına gelmiş bir öğrencinin en çok model alınan kişilerden olması ayrıca öğrencinin gelişimi ve kendisini gerçekleştirme için onların davranışlarına yön vermeleri bakımından oldukça önemli bir konuma sahiptirler. Model alınan öğretmenlerin de yaşam koşulları içerisinde çeşitli zorluklarla karşılaşması kaçınılmazdır.

Özel gereksinime ihtiyaç duyan bireylerin yaşamlarını bağımsız bir şekilde geçirebilme yeterliğine sahip olabilmeleri için özel eğitim alanında eğitim almış öğretmenlerin mesleki ve kişisel özellikleri arasında yakın ilişki bulunmaktadır (Akdoğan, 2009). Bu nedenle özel eğitim öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık ve öz yeterlik düzeylerinin tespiti oldukça önemlidir.

Bu araştırmanın amacı özel eğitim öğretmenlerinin cinsiyet, yaş, mezun olduğu bölüm ve mesleki kıdem değişkenlerine göre psikolojik dayanıklılık, öz yeterlik ve psikolojik yardım alma tutumlarının farklılaşıp farklılaşmadığının ve öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık, öz yeterlik ve psikolojik yardım alma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Çalışma grubunu Konya ili sınırları içerisinde çeşitli kurum türlerinde, özel eğitim alanında resmi ve özel okullarda çalışan 210 özel eğitim öğretmeni oluşturmaktadır. Araştırmada katılımcıların özelliklerini belirlemek için kişisel bilgi formu, özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkların değerlendirilmesi için Friborg ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilen Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, öğretmenlerin öz yeterlik düzeylerinin değerlendirilmesi için Guskey ve Passaro (1994) tekrar gözden geçirerek Diken (2005) tarafından da Türkçe uyarlaması yapılan Öğretmen Yeterlik Ölçeği ve öğretmenlerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının değerlendirilmesi için ise Fischer ve Farina (1995) tarafından geliştirilen ve Topkaya (2011) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan

Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form (PYAİTÖ-KF) kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Aktarılan verilerin çözümlenmesinde SPSS 21 programı kullanılarak analizler yapılmıştır.

Özel eğitim öğretmenlerinin öz yeterliklerinin mezun olunan bölüme ve mesleki kıdeme göre farklılaştığı ancak cinsiyete ve yaşa göre farklılaşmadığı; psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının mesleki kıdeme göre farklılaştığı, cinsiyete, yaşa ve mezun olunan bölüme göre farklılaşmadığı, psikolojik dayanıklılık düzeylerinin ise cinsiyete, yaşa, mezun olunan bölüme ve mesleki kıdeme göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Özel eğitim öğretmenlerinin öz yeterlikleri ile psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları ile öz yeterlikleri arasında; psikolojik dayanıklılıkları ile psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları arasında bir ilişki bulunmamıştır. Yapılan bu araştırma literatürde yer alan araştırmaların sonuçları ile benzer bulgular taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: Özel eğitim öğretmeni, Öz yeterlik, Psikolojik dayanıklılık, Psikolojik yardım alma.

ABSTRACT

All societies agree that the most grounding factor of child development is education. In family education, parents and caregivers undertake a crucial role. Most parents who have a child with a need for special care may have difficulty accepting them fully. While parents make an effort devoted to the child's education during the acceptance stage, in the world of school-age children, teachers, school, and similar concepts start to form. Teachers in schools for school-age children; become one of the most idolized people plus; for the improvement and self-actualization of the student; they have a significant position to guide the student's behavior. Idolized teachers coming across various difficulties in living conditions is also inevitable.

For people who need special care to have the ability to live their life independently, teachers educated in the special education field and their professional and personal qualities have a close relationship (Akdoğan, 2009). For this reason, determining the psychological resilience and self-efficacy levels of special education teachers is highly crucial.

This study aims to examine the relationship between special education teachers' psychological resilience, occupational self-efficacy, and attitudes toward receiving psychological help. In addition, it was examined whether the psychological resilience levels, self-efficacy levels, and attitudes of receiving psychological help from teachers differ according to demographic variables such as gender, age, duty hours in the profession, and the department they graduated from.

The sample group of the study consists of 210 special education teachers working at different public and private institutions in the field of special education in Konya. In the study; "Personal Information Form" to determine the characteristics of the participants, "the Psychological Resilience Scale for Adults" developed by Friborg et al. (2003) for the evaluation of the teachers' psychological resilience, "The Teacher Efficacy Scale" revised by Guskey and Passaro (1994) and adopted to Turkish by Diken (2005) for the evaluation of the teachers' self-efficacy levels, and "Attitude Scale Towards Receiving Psychological Help Short-Form" (ASTRPH- SF) developed by Fischer and Farina (1995), and adopted to Turkish by Topkaya (2011) were used. The data collected from the study was computerized. For the analysis of the computerized data, the SPSS21 program was used.

As a result of the research, it was found that special education teachers' levels of self-efficacy varied depending on the department from which they graduated and how long they had been in the field, but not based on their gender or age. It was also found that attitudes toward seeking psychological help varied depending on how long they had been in the profession, but did not vary based on their gender, age, or the department from which they graduated. On the other hand, it was concluded that special education teachers' level of psychological resilience did not vary depending on their gender, age, the department from which they graduated, and how long they had been in the field.

A negative correlation was found between special education teachers' self-efficacy and their attitudes toward getting psychological help. There was no correlation between teachers' self-efficacy and psychological resilience, and there was also no correlation between their attitudes toward receiving psychological assistance and psychological resilience. The research conducted has similar findings to the results of the studies in the literature.

Keywords: Psychological resilience, Receiving psychological help, Self-efficacy, Special education teacher.

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bütün toplumlar, çocuk gelişiminin en temel ögesinin eğitim olduğu konusunda hem fikirdirler. Eğitim, bireylere çağın gereklerine uygun istenilen davranışları kazandırmaktır (Sönmez, 2007). Yeşilyaprak (2003) ise eğitimi “*Bireyin bütüncül, bedensel, zihinsel ve sosyal olarak gelişmesini, topluma uyum sağlamasını, mutlu ve üretken bir insan olmasını sağlar.*” şeklinde tanımlamıştır. Birey dünyaya gözlerini açtığı anda ise ilk eğitimi aile ile başlamaktadır.

Ailede başlayan eğitimde ebeveynler, bakım veren kişiler çok önemli bir rol üstlenmektedirler. Ebeveynler çocuklarının gelişimlerini bilerek veya bilmeyerek etkilemesi sonucunda birçok şey öğretmektedirler. Özel gereksinime ihtiyaç duyan çocuğa sahip olan ebeveynlerde ise işler daha da zorlaşmaktadır. Ebeveynlerin büyük bölümü çocuğunu tam anlamıyla kabullenmekte zorluk yaşayabilmektedir. Ebeveynler kabul süreci içerisinde bireyin var olan performansının üzerinde bir beklenti içerisinde olabilmektedir (Sönmezer, 2015). Ebeveynler kabul süreci içinde çocukların eğitimine yönelik bir çaba harcarken okul çağına gelen çocukların dünyasında öğretmen, okul gibi kavramlar oluşmaktadır. Ebeveynlerin çocuğun var olan performansının üstünde bir beklentiye sahip olmaları da öğretmenin sorumluluklarını artırmaktadır. Oysaki öğrencilerin toplumsal ve bireysel bütünlüğünü sağlama süreçlerinde başarılı olabilmek için öğretmen, aile ve okulun birlikte hareket etmesi önem arz etmektedir (Semerci, 2015).

Kızmaz (2006) öğrencilerin hayatındaki sosyalleşme sürecini katkı sağlaması nedeniyle okulu şu şekilde tanımlamıştır: “*Okul, toplumsal davranışların toplumsal beklentilere uygun olarak yerine getirilmesinde aile hayatından sonra ikincil bir faktördür.*” Tanımlanan okul kavramı içerisinde bireyin sosyalleşme sürecinde yer alan öğretmenler büyük bir önem taşımaktadır. Okullardaki öğretmenlerin; okul çağına gelmiş bir öğrencinin en çok model alınan kişilerden olması ayrıca öğrencinin gelişimi ve kendisini gerçekleştirme için onların davranışlarına yön vermeleri bakımından oldukça önemli bir konuma sahiptirler (Fındıkçı, 1991). Ayrıca model alınan öğretmenin kişisel özelliği ile öğrencinin öğrenmelerine veya davranışlarına yönelik tutarlılık gösteren bir ilişki bulunmaktadır (Henson, 2002). Model alınan öğretmenlerin de yaşam koşulları içerisinde çeşitli zorluklarla karşılaşması kaçınılmazdır. Öğretmenlerin psikolojik problemlerin olması, iş yükünün getirmiş

olduğu baskıya maruz kalınması, iş hayatı ve diğer yaşamsal faaliyetler arasında dengenin sağlanamaması, yaşamsal önceliklerin kısıtlanması, idari yönden iş yükünün getirmiş olduğu sorumlulukların bulunması, rol karmaşası yaşanması, değişime ve yeniliğe uyum problemlerinin olması ve sınıf yönetimi süreçlerinde aksaklık yaşanması yaşamış oldukları zorluklar arasındadır (Aslan, 2020). Bu zorlukların üstesinden gelebilmek için öğretmenlerin bilişsel, sosyal, duygusal sağlamlıklarının olması gerekmektedir. Çağın ihtiyaçlarına ve bireyin psikolojik, sosyolojik, bilişsel olarak sağlıklı bir birey olarak yetişmesinde öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıklarının, öz yeterliklerin sağlam olması yaşamın getirmiş olduğu kaçınılmaz zorluklarla başa çıkmada psikolojik yardım alma tutumlarının yüksek olması çok önemlidir. Çünkü toplumun gelecek ve kaderini belirlemede öğretmenlik mesleğine önemli roller atfedilmektedir (Göktaş ve Yetim, 2004). Bu sebeple toplumların yaratıcısı ve gelişmesinde önemli rolü olan ve eğitim sisteminin vazgeçilmez bir parçası olarak görülen öğretmenlerin, psikolojik dayanıklılıklarına, öz yeterliklerine ve psikolojik yardım alma tutumlarına değinmek önemli görülmektedir.

1.1. Problem Durumu

Eğitim, bireyin ve toplumun geleceğini etkileyen bir gelişim ve değişim sürecinde yer alan temel unsurlardan biridir. Bu bağlamda geleceğin yetişkinlerini hayatlarının ilk gününden itibaren amaçlı ve kaliteli yetiştirmek çok önemlidir (Semerci, 2015). Bunu sağlamanın etkili yolu da eğitimden geçmektedir (Taşkaya, 2012). Eğitim sisteminin vazgeçilmez unsurları içerisinde yer alan öğretmenler ise, öğrencilerin davranışlarını değiştiren ve geliştiren etkin söz sahibi olan kişilerdir (Karahana, 2008).

Öğretmenlerin her çocuğun kendine özgü bedensel yapıya ve işlevlere sahip olduğunun farkında olarak öğrenme özelliklerine, duygusal özelliklere göre eğitim vermesi gerekir. Ancak, farklılıkların büyük boyutlara ulaştığı çocuklarda, genel eğitim hizmetleri yetersiz kalabilmekte ve özel eğitim hizmetlerine ihtiyaç duyulabilmektedir (Kırcaali-İftar, 1998). Bireyin eğitim almasına yönelik olarak hizmet türü değişiklik göstermekle birlikte en az kısıtlayıcı ortamda farklı uzmanların iş birliği içinde özel eğitim hizmetinin sunulması gerektiği vurgulanmaktadır. Bu uzman ekibin içerisinde özel eğitim öğretmeni, psikolojik danışman, sınıf öğretmeni, tıbbi destek sağlayan personel, fizyoterapist ve dil konuşma terapisti gibi uzman

kişilerin yanında öğrenci ailesi ve uygun görülmekeyse öğrenci de dahil edilebilmektedir (Gürsel, 2007).

Özel eğitime ihtiyaç duyan bireyin topluma kazandırılması ve üretken olması için nitelikli öğretmenlere gerek duyulmaktadır (Erbaş ve Yücesoy, 2002). Özel eğitim öğretmenlerinden beklenenler; özel eğitime ihtiyaç duyan öğrencilerin yaşamları ve programları üzerinde olumlu etki yaratmak, bu öğrencilerin aileleri ve okul yöneticileri ile olumlu ilişkiler geliştirmek ve onlara mesleki gelişim fırsatları konusunda destek sağlamak mesleki gelişim fırsatlarına eriştirmektir (Çokluk, 1999).

Ülkemizde özel eğitim alanında hizmet veren öğretmenlerin kaynak eksiliği yaşamaları, olumsuz fiziki şartlar altında çalışmaları, özel eğitim alanından mezun olmayıp farklı alanlardan mezun olarak özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin alan bilgisi konusunda ve uygulamaya ilişkin konularda yetkin olmamaları gibi birçok sorunların yaşanması öğretmenleri çözüm arayışına itmektir (Uçar, 2014). Öğretmenlerin birçoğu, öğretmenlik mesleğinin aşırı stresli bir meslek olduğunu düşünmektedir (Chan, 2003). Özel eğitim öğretmenlerinin ise, özel gereksinime ihtiyaç duyan bireylerin sahip oldukları özelliklerden dolayı stres düzeyi artmaktadır (Girgin ve Baysal, 2005). Özel gereksinime ihtiyaç duyan bireylerle çalışan öğretmenler tipik gelişim gösteren bireylerle çalışan öğretmenlerin yapmaları gereken eğitim öğretim faaliyetlerinin yanı sıra daha farklı görev ve sorumluluklara sahiptir (Akdoğan, 2009). Özel eğitim öğretmenliği mezunu olmayıp farklı öğretmenlik bölümlerinden mezun olarak Milli Eğitim Bakanlığı tarafından açılan özel eğitim alanında destek eğitimi verecek uzman öğretici yetiştirme kursu, üniversiteler tarafından açılan özel eğitim öğretmenliği sertifika programı ve hizmet süreci içerisinde alınan eğitimlerle özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin görev ve sorumluluklarını yerine getirmede oldukça zorlandıkları yapılan çalışmalarla ortaya konmuştur. Farklı branştan geçiş sağlayan öğretmenlerin özelliklerini bilmedikleri, nasıl bir yöntem izleyeceklerini bilemedikleri için eğitim öğretim ortamı da bu durumdan olumsuz etkilenebilmektedir (Uçar, 2014). Gerekli bilgi, birikim ve deneyim olmadan özel eğitime ihtiyacı olan bireyle çalışmanın öğretmenleri yıpratmış ve bu süreçte yoruldukları aşikardır (Akçamete, Kaner, ve Sucuoğlu, 2001). Öğretmenlerin yaşadıkları bir diğer sorunda özel eğitim kurumlarının sayısındaki var olan ihtiyaca göre yetersiz olması, bu kurumlardaki materyallerin yetersiz olması, fiziksel şartları sağlamada öğrenci ihtiyacına cevap vermede yetersizliği özel eğitim

kurumlarında çalışan öğretmenlerin zorluklar yaşamalarına sebep olmaktadır (Uçar, 2014). Özel eğitim öğretmenleri çalışma hayatı içerisinde bu zorluklarla mücadele etmektedirler.

Öğretmenler karşılaştıkları problemlerle bazen kendi başına çözmeye yetebilirken bazen de problemleri çözmekte yetersiz kalabilmektedir. Yetersizlikler özel eğitim öğretmenlerinin yaşamlarında, çalışma koşullarında psikolojik dayanıklılık seviyelerinin düşük ve sosyal desteğe daha fazla ihtiyaç duyduklarını göstermektedir (Uçar, 2014). Bu sebeple özel eğitim öğretmenlerinin problemlerle baş etme gücü psikolojik dayanıklılığının sonucu olarak görülebilir.

Literatürde psikolojik dayanıklılık kavramının tam olarak nasıl tanımlanacağına ve değerlendirileceğine ilişkin farklı görüşler bulunmaktadır. Psikolojik dayanıklılığı dinamik olarak gören veya kişilik özelliği olarak gören araştırmacılar bulunmaktadır. Bireyin hayatta karşılaştığı olumsuz deneyimlerden kurtulma süreci ve hızla kendi normal yaşamına dönebilme gücü psikolojik dayanıklılık, kavramı ile açıklanabilir. Psikolojik dayanıklılık bazı bireylerde anne karnında başlayan bir özellik olsa da bazı bireylerde karşılaştıkları sorunlarla yüzleştikten sonra öğrenilmektedir. Bireyin psikolojik dayanıklılığını belirleyen durumların değişimine bağlı olarak bireyin psikolojik dayanıklılığı da bu durumlardan etkilenecek verilen tepkileri şekillendirir (Kaya, 2019). Literatürde birçok farklı görüşün ve ortak paydaşlar noktasında psikolojik dayanıklılık bireyin zorluklar, belirsizlikler gibi karşılaştığı olumsuz durumlarla baş edebilme ve başarı elde etmesi olarak tanımlanır (Basım-Çetin, 2011; Luthans, Vogelgesang ve Lester 2006). Bireylerin hayatlarında karşılaştıkları olumsuz durumlarla başa çıkabilmelerine ve olumsuz durumla mücadele ederek daha fazla güçlenmelerine yönelik düşünceleri bilimsel olarak kendini toparlama gücü (resilience) olarak adlandırılır (Karakuş, 2017). Psikolojik dayanıklılık ve sosyal destek kavramları, kendini toparlama gücünün önemli kavramlarıdır (Terzi, 2008).

Psikolojik dayanıklılığı yüksek düzeyde bireyler yaşam içindeki stresli olaylarla daha kolay baş edebilir (Terzi, 2008). Birey sorunlarına karşı verdiği mücadelede psikolojik dayanıklılığının yetersiz kaldığı ve kendi başına problemini çözemediği zamanlarda başka insanlardan yardım isteyebilir (Selki, 2021). Bu yardım bir öğretmen, ebeveyn, arkadaş, eş, gibi kişinin yakın çevresinden gelebileceği gibi bazen de bir profesyonelden gelebilir (Kalkan ve Odacı, 2005).

Yardım almaya karar veren bireyin farklı ruh sağlığını tehdit eden durumlarda ya da zorlandığı zamanlarda bir uzman kontrolünde yardım alma konusunda farklı tutum gösterebilir (Türküm, 1999). Bireylerin yardım arama davranışında en etkili faktör, bireyin yardım almaya yönelik sahip olduğu tutumudur (Özbay, Terzi, Erkan ve Çankaya, 2011). Bireyin tehdit oluşturan herhangi bir durumla karşılaşması halinde problemi çözüme kavuşturabilmek için var olan potansiyelinin yetersiz olduğuna yönelik değerlendirme yapması ve destek alabilmek için çevresinde bulunan kaynaklara yönelmesi psikolojik yardım arama kavramı olarak tanımlanmaktadır (Gürsoy ve Gizir, 2018). Fischer ve Turner'e (1970) göre ise bir uzmandan psikolojik yardım alma; bireyin benzer kişilerarası, sosyal, duygusal ve psikolojik sorunlarıyla baş edebilmek için profesyonel yardım alma girişimidir. Öğretmenlerin yaşadıkları problemler karşısında profesyonel yardım almaları kendi ruh sağlıkları, öğrenciye sağladıkları eğitim hizmetlerinin verimliliği açısından önemlidir. Söz konusu yardım alma tutumu özel eğitim öğretmenleri olduğu zaman daha önemli bir hale gelmektedir. Çünkü özel gereksinime ihtiyacı olan öğrencilere verilen eğitimde öğrencilerin problemleriyle uğraşmak özel bir gayret gerektirmektedir. Özel eğitim öğretmenleri bu gayreti gösterme konusunda zaman zaman yardım isteyebilirler (Karataş, 2016). Öğretmenlerin karşılaştıkları problemlere karşı psikolojik yardım alma tutumlarının olumlu olması için öz yeterliklerinin yüksek olması gerekmektedir. Nitekim Cellucci, Krogh ve Vik (2006) araştırmalarında, üniversite öğrencilerinin daha az algılanan sosyal damgalanma ve yüksek öz yeterliğe sahip olmaları durumunda psikolojik yardım alma tutumlarının daha olumlu olduğunu vurgulamışlardır.

Öğretmenin öz yeterlikleri, öğretmenin nitelikleri ile doğrudan ilgili olduğu için öncelikle öğretmen adayının öğretmenlik mesleğinin ihtiyaçlarına göre yetiştirilmesi gerekmektedir (Oğuz, 2012). Eğitim sisteminin niteliği ve kalitesi açısından değerlendirildiğinde öğretmenin yeterliğine büyük ölçüde önem verilmektedir (Dağlıoğlu, 2010). Öz yeterlik seviyesi yüksek olan öğretmenler öğretim hizmetlerinin sağlanmasında doyum yaşamakta ve örgütlenmeyi daha sağlıklı şekilde yapabilmektedir (Köse, 2007).

Öz yeterlik kavramı sosyal öğrenme kuramında Bandura (1977) tarafından İngilizcesi "self-efficacy" terimi Türkçeye öz yeterlik adıyla olarak literatürde yerini almıştır. Öz yeterlik iş yapma konusunda gerekli beceriye sahip olunduğuna dair kişinin var olan inancıdır (Bandura, 1994). Zimmerman ve Cleary (2006) bir görevle

ilgili bilgi sahibi olmanın, o görevi yerine getirebileceği anlamına gelmediğini ve kişinin bu görevdeki yeteneklerine olan inancının çok önemli olduğunu, kişinin sabrını ve dikkatini artırdığını ifade etmişlerdir. Öz yeterlik seviyesi yüksek olan kişilerin sorunlarla ilgilenebildikleri, zor uygulamaları sakin ve sabırlı bir şekilde yaptıkları tespit edilmiştir (Pajares, 2005). Öz yeterlik algısını etkileyen pek çok etmen olduğunu söyleyen Bandura (1994) kişinin zorlu ve kaygılı ortamlarda var olan potansiyelini ortaya koymasının zor olduğunu ifade etmektedir. Yetenekleri hakkında kendinde yüksek inancı olan bireyler zorlu görevleri daha rahat bir şekilde başarıya ulaştırmakta, ancak kendi içinde var olan potansiyelin farkında olmayan veya yeteneğinden şüphe duyanlar zorlu görevlerden uzaklaşma davranışı göstermektedirler (Bandura, 1994). Öz yeterlik inancı kuramı bireylerin davranışlarını açıklamada, öğretmeni bir davranışı değiştiren mühendis olarak, öğretmenliğin getirmiş olduğu yeterlikleri ve davranışa yönelik inançlarının hangi seviyede olduğunu ortaya koyarak; öğretmenliğin getirmiş olduğu görevleri ve sorumluluklarıyla ilgili davranışlarını tahmin etmeye yönelik geliştirilmiştir (Köse, 2007). Öz yeterlik, insanların belirledikleri hedeflere ulaşmak için eylemleri kontrol etme ve gerçekleştirme yeteneklerine olan inançlarıdır (Bandura, 1994). Çok boyutlu olarak yapılandırılmış öz yeterlik, insanların hedefleri, tutkuları ve taahhütleri üzerine doğrudan veya dolaylı bir etkiye sahiptir (Bandura, 1997). Öğretmenlerin mesleki yeterliklerinin yanına kişilik özelliklerinin de olumlu olması öğretmenlik mesleğinin en etkili şekilde kullanılmasını sağlayan önemli bir husus olarak karşımıza çıkmaktadır (Kalafat, 2012). Bu bağlamda yapılan araştırma özel eğitim öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları, öz yeterlikleri ve psikolojik yardım alma tutumları arasındaki ilişkinin incelenerek öğretmenlere, özel eğitim hizmetinden faydalanan bireylere ve ailelerine sunulacak desteklerin belirlenmesi açısından önem arz etmektedir.

1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmanın amacı özel eğitim öğretmenlerinin cinsiyet, yaş, mezun olduğu bölüm ve mesleki kıdem değişkenlerine göre psikolojik dayanıklılık, öz yeterlik ve psikolojik yardım alma tutumlarının farklılaşıp farklılaşmadığının ve öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık, öz yeterlik ve psikolojik yardım alma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Literatürdeki araştırmalar incelendiğinde özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık, öz yeterlik ve psikolojik yardım alma tutumları arasındaki

ilişkilerin incelendiği ve bu üç kavramı bir arada inceleyen herhangi bir araştırma konusuna rastlanmamıştır.

Özel eğitime ihtiyaç duyan bireylerin var olan potansiyellerini en üst düzeye çıkarabilmek için vazgeçilmez unsurlardan birisi öğretmendir. Özel gereksinime ihtiyaç duyan bireyin eğitim kalitesini artırmak için öğretmen aile iş birliği de oldukça önem arz etmektedir. Hem aile ile hem de özel gereksinime ihtiyaç duyan birey ile çalışmada öğretmen birleştirici bir köprü kurmaktadır. Öğretmenlerin psikolojik sağlamlıklarının yüksek olması, kendi yeterliklerinin yüksek düzeyde olması ve yaşam içinde karşılaşılan problemlerle başa çıkmada başarılı olmaları öğrenciyle ve aileyle kurulacak olan köprünün sağlam temel üzerine kurulmasını sağlaması açısından önemli bir husus olarak görülmektedir (Turgut, 1995). Özel gereksinime ihtiyaç duyan bireylerin yaşamlarını bağımsız bir şekilde geçirebilme yeterliğine sahip olabilmeleri için özel eğitim alanında eğitim almış öğretmenlerin mesleki ve kişisel özellikleri arasında yakın ilişki bulunmaktadır (Akdoğan, 2009). Bu nedenle özel eğitim öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık ve öz yeterlik düzeylerinin tespiti oldukça önemlidir. Ayrıca özel gereksinime ihtiyaç duyan bireylerin tipik gelişim gösteren bireylere göre bakımları ve eğitsel ihtiyaçları daha fazla sabır, fedakârlık gerektirdiği için öğretmenlerin bu ihtiyaçların karşılanmasında zorlandıkları belirtilmektedir (Çokluk, 1999). Özel eğitime ihtiyaç duyan bireylerin eğitiminde görev alan öğretmenlerin, işin niteliksel durumu göz önüne alındığında oluşan strese birleşince diğer branşlarda çalışan öğretmenlerle karşılaştırıldığında tükenmişlik yaşamlarının daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Weiskopt, 1980). Tükenmişlik beraberinde psikolojik dayanıklılığın zayıflamasına sebep olacaktır. Öğretmenin öğretim hizmetlerine ve bireye yönelik olumlu tutum beslemesi ve öz yeterlik düzeyinin yüksek olması tükenmişliğin üstesinden gelmesinde önemlidir (Sürgevil, 2006).

Türkiye’de özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık, öz yeterlik ve psikolojik yardım alma tutumlarına yönelik olarak yapılan araştırmalara bakıldığında özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıklarını Nurhat (2017), Uçar (2014), Gökmen (2014), Karakuş (2017) ve Karataş (2016) araştırmışlardır. Özel eğitim öğretmenlerinin öz yeterliklerini Karahan (2008), Akdoğan (2009), Alaçayır (2011) araştırmışlardır. Yetişkinlerin psikolojik yardım alma tutumunu Akgün (2019), Şimşek (2016) ve Selki (2021) öğretmenlerin psikolojik yardım alma tutumunu Akpınar (2021) araştırmışlar ve özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik yardım alma

tutumlarına yönelik herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları, öz yeterlikleri ve psikolojik yardım alma tutumları arasındaki ilişkiyi araştıran bu üç kavramı bir arada inceleyen bir çalışmaya rastlanmadığından yapılan çalışma sonuçlarının alana katkısı olacağı düşünülmektedir.

1.3. Problem Cümlesi

Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları, öz yeterlikleri ve psikolojik yardım alma tutumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.4. Alt Problemler

Araştırma kapsamında ele alınan problem cümlesine yönelik alt problemler aşağıda belirtilmiştir:

1. Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları, demografik özelliklere göre değişiklik göstermekte midir?
2. Özel eğitim öğretmenlerinin öz yeterlikleri, demografik özelliklere göre değişiklik göstermekte midir?
3. Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik yardım alma tutumu, demografik özelliklere göre değişiklik göstermekte midir?
4. Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları ile öz yeterlikleri arasında anlamlı ilişki var mıdır?
5. Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları ile psikolojik yardım alma tutumları arasında anlamlı ilişki var mıdır?
6. Özel eğitim öğretmenlerinin öz yeterlikleri ile psikolojik yardım alma tutumları arasında anlamlı ilişki var mıdır?

Araştırmadan elde edilen bulgular ile yukarıda belirtilen sorulara yanıt aranacaktır.

1.5. Sayıtlar

1. Araştırmaya katılan özel eğitim öğretmenlerinin, kullanılan ölçeklerdeki maddelere samimiyetle yanıt verdikleri varsayılmıştır.
2. Katılımcıların, çalışma evrenini temsil ettiği varsayılmıştır.

1.6. Sınırlılıklar

1. Araştırma 2021-2022 Eğitim- Öğretim döneminde Konya il sınırları içerisinde özel eğitim alanında çalışan öğretmenler ile sınırlıdır.

2. Araştırmanın sonuçları “Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği”, “Öğretmen Yeterlik Ölçeği” ve “Psikolojik Yardım Alma Tutum Ölçeği” nin ölçtüğü özellikler ile sınırlı kalmıştır.

1.7. Tanımlar

Psikolojik Dayanıklılık: Bireyin belirsiz durumlara karşın engellemeler ve olumsuz görülen olayların karşısında başarılı bir şekilde olaylara hâkim olabilmesidir (Basım-Çetin, 2011).

Öz Yeterlik: Bireyin belirli bir etkinliği sergilemek için gerekli olan olayı planlaması sonucunda başarılı olacağına dair inancıdır (Bandura, 1986).

Psikolojik Yardım Alma Tutumu: Bireyin, duygusal durumu gereğince, ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım almaya yönelik eğilimi olarak ifade edilmektedir (Fischer ve Farina, 1995).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde araştırmada yer alan değişkenlere ilişkin kavramsal açıklamalara ve bu kavramları konu edinen araştırmalara yer verilmiştir. Öncelikle psikolojik dayanıklılık kavramı ve psikolojik dayanıklılık kavramının alt boyutları açıklanmıştır. Ardından öz yeterlik ve öğretmen öz yeterlik kavramları açıklanmıştır. Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum kavramı açıklanmıştır. Son olarak açıklanan kavramlara ilişkin bazı araştırmalara yer verilmiştir.

2.1. Psikolojik Dayanıklılık

Bireyler yaşamları boyunca çeşitli zorluklarla karşılaşabilmektedir. Bireyler aynı düzeyde strese maruz kalmış olsalar dahi bazı bireyler, yaşantıların getirmiş olduğu strese uyum sağlamakta zorlanabilmektedir (Kurt, 2011). Psikolojik dayanıklılık; kuramsal olarak psikolojik bir kavram olmasının yanında bir yetenek olarak görülmekte, olumsuz durumların üstesinden gelebilme gücünü de kapsamaktadır (Öz ve Yılmaz, 2009). Psikolojik dayanıklılığı yüksek düzeyde olan bireyler, günlük yaşamlarını olağan akışta sürdürürler, yaşamlarını kontrol altına alırlar ve beklenmedik durumlara karşı gelişme fırsatı olarak görürler (Gökmen, 2014).

Psikolojik dayanıklılık kavramını ilk olarak kullanan psikolog Suzanne Kobasa (1979) psikolojik dayanıklılığı, yaşamın içinde stres yaratan olaylarla karşılaşılması durumunda bireyin mücadele etmesini sağlayan bir direnç kaynağı olarak tanımlamıştır. Kobasa, Maddi ve Khan (1982) yaptıkları tanımda psikolojik dayanıklılığı, stresle baş edebilmek için güçlü bir direnç kaynağı olarak tanımlamaktadırlar. Gentry ve Kobasa (1984), bireyin yaşadığı stresin olumsuz yönlerini azaltmak, hastalık oluşmasına sebep olan gergin ruh halini önlemek için psikolojik dayanıklılığı bir kişilik özelliği olarak tanımlamaktadırlar.

Türkiye’de psikolojik dayanıklılık kavramının alan yazınında yer almasında “resilience” kavramının farklı şekillerde karşılık bulunduğunu görmekteyiz. Resilience kavramını Demirbaş (2010), Gürkan (2006), Özcan (2005) ve Öğülmüş (2002) “yılmazlık” olarak tanımlarken, Durak (2002), Basım ve Çetin (2011) ve Eminağaoğlu (2006) “psikolojik dayanıklılık”, Gizir (2004) ve Kararımak (2006) “psikolojik sağlamlık” olarak açıklamıştır. Yapılan çalışmada “resilience” kavramı psikolojik dayanıklılık kavramı olarak kullanılacaktır. Genel anlamda psikolojik dayanıklılık, bireyin yaşamı boyunca olası bir tehditle karşılaştığı durumlarda bütün stres oluşturan

durumlara karşı bir uyumluluk oluşturma evresi olarak düşünülmektedir (Basım ve Çetin, 2011).

Bir kişilik özelliği olan psikolojik dayanıklılığın çocukluk dönemi yaşantılarıyla bağdaştığı geçmişteki deneyimlerin yetişkinlikte bireyin psikolojik dayanıklılık düzeyini etkilediği vurgulanmaktadır. Bireylerin erken çocukluk döneminde deneyimledikleri uyaranların psikolojik dayanıklılığın temelini oluşturduğuna işaret etmektedirler (Luthar, 2003). Kobasa ve Maddi (1999) psikolojik dayanıklılıkla erken yaşantılar arasında ilişkiyi inceledikleri çalışmanın sonucunda anne baba kaybının çocuklukta olması, sosyo ekonomik düzeyin kötü durumda olması, fiziksel hastalıkların yaşanması, ruhsal hastalıkların meydana gelmesi gibi stresli durumlarla karşı karşıya kalmanın psikolojik dayanıklılığı etkileyen faktörler olduğunu belirtmişlerdir (Terzi, 2005).

Kobasa (1979) psikolojik dayanıklılık kavramını Varoluşçu yaklaşımına dayandırmıştır. Varoluşçu yaklaşıma göre insan özgür ruha sahip bir varlık olarak görülmektedir. Seçimlerinde özgür hareket edebilen bir insanın davranışlarının, seçimlerinin ve yaşamının sorumluluğunu alması gerekmektedir. Bu yaklaşım psikolojik dayanıklılık düzeyi yüksek, stresli durumlarla baş edebilen, hastalık oluşmasına sebep olan davranışsal tutumlarla karşı karşıya gelerek psikolojik sağlamlıkları yüksek bireyleri diğerlerinden ayırmada etkilidir (Yalçın, 2013). Bu nedenle psikolojik dayanıklılık seviyesi yüksek olan bireyler seçimlerinde kolay davranabilen ve stresli durumları değiştirmeye inanan bireylerdir (Terzi, 2005).

Friborg, Barlaug, Martinussen, Rosenvinge ve Hjemdal (2005), psikolojik dayanıklılık kavramını iki nedenden dolayı incelemenin önemini vurgulamışlardır. Birincisi; klinik psikolojide akıl sağlığının korunmasında veya geri kazanılmasında etki gösteren ana faktörlerin belirlenmesidir. İkincisi, stresin ve olumsuz olayların katlana bilirliliğinin ortaya koyulması ve bunun sonucunda personel seçiminde iş beklentisinin yüksek düzeyde olduğu işlerde o iş için uygun görülen personelin istihdam yolunun kolaylaştırılmasıdır (Akt. Bitmiş, Sökmen ve Turgut, 2013).

2.1.1. Psikolojik Dayanıklılığın Boyutları

Friborg ve arkadaşları (2005) tarafından yapılan çalışmada alt boyutlar genişletilerek psikolojik dayanıklılık modelini daha geniş çaplı bir şekilde inceleyen model üzerinden inceleme yapılmıştır. Bu boyutlar “kendilik algısı”, “gelecek algısı”,

“yapısal stil”, “sosyal yeterlik”, “aile uyumu”, “sosyal kaynaklar” olarak altı boyuttan oluşmaktadır.

2.1.1.1. Kendilik Algısı

Bireyin farkındalığını kazanması, özünde kim olduğuna yönelik düşüncelerini aktarma biçimi kendilik algısı kavramıyla açıklanmaktadır.

2.1.1.2. Gelecek Algısı

Bireyin geleceğe yönelik perspektifine dair ipuçları barındırmaktadır. Ayrıca olumlu bakış açısına sahip olması psikolojik dayanıklılık düzeyinin yüksek olmasında önemli rol oynamaktadır.

2.1.1.3. Yapısal Stil

Bireyin kendi güvenini, baskın yönlerini kendi disiplinine ait bireysel özellikleri barındırmaktadır. Bireyin günlük yaşamında var olan işlerini sürdürebilmesi, planlama ve organizasyon yeteneğidir.

2.1.1.4. Sosyal Yeterlik

Bireyin sosyal açıdan desteklenmesi, diğer insanlarla birlikte olmaktan mutluluk duyması, yeni insanlarla hızlıca kolay ilişki kurabilme ve sosyal hayatında rahat davranabilme yeteneğidir.

2.1.1.5. Aile Uyumu

Bireyin aile üyeleri ile yaptığı iş birliğini ve aile üyelerinden aldığı desteği gösterir. Bireyin en yakınları ile arasında kurduğu ilişkidir.

2.1.1.6. Sosyal Kaynaklar

İnsanların bir bireye sosyal çevrelerinden, yani arkadaş ve akrabalarından aldığı desteği ifade eder (Friborg ve ark., 2005).

2.2. Öz Yeterlik

Albert Bandura'nın Sosyal Öğrenme Kuramı temel alınarak öz yeterlik kavramı ortaya çıkmıştır. Öz yeterlik, bireyin belirli bir performansını göstermesi amacıyla gerekli etkinliklerin organizasyonunu sağlayarak, başarı elde etmesine yönelik bireyin yargısıdır (Bandura, 1977). Öz yeterlik, bireyin yeteneklerine ilişkin değerleri olmaktan çok yapabildiklerine dair kendi yargılama durumudur. Öz yeterlik algısı ise, bireyin kendine ait düşünme, hissetme ve motive olmasını ve davranışını belirler (Bandura, 1994). Bandura'ya (1997) göre, öz yeterlik inançları, bireyin motivasyonu ve gelecek davranışlarını gösteren güçlü bir kanıttır. Öz yeterlik

kavramının anlaşılması açısından sosyal öğrenme kuramına dayanan altı temel ilke açıklanmıştır.

Karşılıklı belirleyicilik, sosyal öğrenme kuramı açısından bu ilke bireyin öğrenmesini etkileyen birey, çevre ve davranıştan oluşur. Davranışlar çevreyi, çevre davranışı etkileyebilir. Çevre bireyi, birey de aynı şekilde çevresini etkileyebilir. Yani birey, çevre ve davranış arasında karşılıklı bir etkileşim bulunmaktadır (Bandura, 1997).

Sembolleştirme kapasitesi, insan zihninde gördüğünü sembolleştirir. Birey düşünerek, çevre ile etkileşime girdiğinde çeşitli nesneleri görür ve onlara ilişkin özellikleri öğrenir (Demirbaş ve Yağbasan, 2006). Düşünceler, geçmiş veya geleceğin sembolü olarak, bireylerin yapacakları davranışları etkileme veya onlara sebep olan araçlardır (Bandura, 1986).

Öngörü kapasitesi, geçmişte kazanılan sembollerin doğrultusunda geleceğin yordanması durumudur. Bireyin gelecekte olası problemlerin önüne geçilmesi ve geleceğe dair planlar yapabilme kapasitedir. Düşünme durumu etkinlikten önce geldiği için ileriye düşünmelidir (Bandura, 1997).

Dolaylı öğrenme kapasitesi, bireyler daha çok da çocuklar genel olarak başkalarının yapmış olduğu davranışları ve yapılan davranışların sonuçlarını gözlemleyerek öğrenmektedirler. İnsan kendisi de bir şeyler yaparak öğrenebilir. Ancak insana bu yeterli gelmeyecek olup başkalarını da gözlemleyerek birçok şey öğrenmektedir (Senemoğlu, 2005).

Öz düzenleme kapasitesi, her insan yaşamından öncelikle kendisi sorumludur. İnsan, yaşamının nasıl olması gerektiğine dair kendisi karar verir ve bu yönde hareket eder. Çevresinden öğrendiklerini nasıl ve ne şekilde ne zaman kullanacağına dair kararlardan kendisi sorumludur (Aydın ve diğ., 2005).

Öz yargılama kapasitesi, bireyin kendisi hakkında düşünme, yargıda bulunma ve yansıtma durumudur. Bireyin göstermiş olduğu davranışa ilişkin sonuçları değerlendirerek çıkarımlarda bulunmasıdır. Bandura (1997) bireyin kendinin farkında olmasını öz yeterlik kavramı ile açıklamıştır.

Öz yeterlik algısını etkileyen kaynaklar dört unsurdan oluşmaktadır.

Deneyimler, bireyin yaptığı bir etkinlikten başarılı veya başarısız olacağına dair inançlara sahip olmaktadır. Bireyin yaptığı bir etkinlikten başarı elde ederek yapılan etkinliğe benzer bir çalışma yapıldığı zaman başarı elde edeceğine dair

algısının oluşmasıdır. Geçmiş başarılar bireyin öz yeterlik algı seviyesini artırırken geçmişte yaşanan başarısızlıklar öz yeterliliğini düşürür.

Dolaylı yaşantılar, bireyin çevresinde örnek aldığı kişilerden almış olduğu tecrübeler öz yeterlik algı düzeyinin yüksek olmasına sebep olur (Bandura, 1994). Bireyin çevresinde örnek aldığı kişilerin başarı veya başarısızlık durumları bireyin de başarı veya başarısızlık durumuna ait algısını etkilemektedir. Özellikle bireyin yeterli bilgi ve deneyim sahibi olmadığı bir konu üzerinde çevresindeki benzer yaşantıları örnek almaya çalışır.

Sözel ikna, bireye verilen bir görevi yerine getirmesi için gereken yeterliğe sahip olduğunun sözlü olarak anlatılması bireyin engellerle karşılaşması durumunda yetersiz olduğu durumlara takılarak ilerleyememesi yerine bireyin yapabileceğine dair çabasıdır (Bandura, 1997). Açıköz-Ün'e (1998) göre, sözel iknanın kalıcılık noktasında etkisi azdır. Bireyin bir eylemi başarıp başaramayacağı konusunda nasihatler, teşvik edici sözler, çevresinden aldığı olumlu ve olumsuz geri bildirimler öz yeterlik algısını etkilemektedir.

Fizyolojik ve psikolojik durum, bireyin göstereceği etkinliğe karşı fizyolojik ve duygusal olarak hazır oluşu o işi başarmaya dair inancı bireyin öz yeterlik düzeyini etkilemektedir. Bireyin fizyolojik ve duygusal olarak iyi durumda olması yapılan etkinliğe karşı başarı olasılığını yükseltecektir. Ancak tam tersi durum söz konusu olması halinde başarısızlık ile sonuçlanan durum karşısında bireyin öz yeterlik düzeyi de düşecektir. Stres altında, yüksek düzeyde uyarılma, acı ve yorgunluk gibi durumlarda bireyin göstermiş olduğu performans düşecektir.

2.2.1. Öğretmen Öz Yeterliği

Kavramsal bakımdan Rotter'in (1966) Sosyal öğrenme kuramını temel alarak RAND (Research and Development) araştırmacıları iş birliğiyle ortaya çıkmıştır. Öğretmen öz yeterliği kavramına yönelik birçok çalışmacı farklı tanımlar yapmıştır. Guskey ve Passaro'ya (1994) göre, öğretmenin öz yeterlik algısı, öğrencinin performansının etkilene kapasitesine yönelik olarak öğretmenin inancıdır. Bandura'ya (1997) göre, öğretmen yeterliliğinin öğretmenin belirlenen bir uzmanlık düzeyinde işlev gösterme yeteneğidir. Öğretmen öz yeterlik inancı, öğretmenin belirlenen öğretime yönelik hedefleri gerçekleştirmesi için ihtiyaç duyulan etkinliklerin planlanmasına, organizasyonuna ve gerçekleşmesine dair inanç sahibi olmasıdır (Bakkaloğlu, Akalın, Keçeli- Kaysılı, Demir ve Bahap, 2010).

Öğretmen öz yeterliği iki boyutta ele alınmaktadır. İlk olarak; bireysel öğretim yeterliği, ikinci olarak genel öğretim yeterliğidir. Bireysel öğretim yeterliği, öğretmenin öğretme konusuna yönelik öz yeterlik inancının değerlendirilmesidir. Genel öğretim yeterliği, öğretmenin öğrenci öğrenmesini etkileyen öğretim sağlama beklentisidir (Say, 2005). Öğretmenlerin yüksek öz yeterliğe sahip olması öğretimsel faaliyetlerin etkili olarak yürütülebilmesi için önemli bir husustur. Öz yeterlik inancının yüksek düzeyde oluşu öğretmenin başarıya ulaşmasında etkili bir unsurdur.

Öğretmenlik mesleğinin gerektirdiği bilgilerin yanında öğretmenin bu bilgileri öğrenciye aktarabilmesi içinde bir yeterliğe sahip olması gerekmektedir. Öğretmenin sadece bilgili olması öğrencinin bu bilgilere öğretim hizmetlerinden faydalanması için yeterli görülmemektedir. Bilgini aktarımında da öğretmenin öz yeterliği yüksek olmalıdır. Öz yeterlik düzeyi yüksek olan öğretmenler, öğrencilerin öğrenmesine daha çok çaba gösterir, hedeflerine ulaşmasında öğrencilerini destekler ve öğrencilerin içsel güdülenmelerini artırmaya çalışır (Bandura,1994). Öğretmenlerin öz yeterlik algısının yüksek düzeyde olması durumunda, öğretmenliğe dair beceri güvenlerinin de yüksek olduğu ve sınıfta zorluk yaşayan öğrencilerle olumlu bir çalışma isteği olduğunu belirtmişlerdir (Soodak ve Podell, 1993). Düşük öz yeterliğe sahip öğretmenler başarısızlık karşısında mücadele ruhunu kaybederek motivasyon kaybı yaşayabilir. Bunun sonucunda öğretimsel hedeflere ulaşma, öğrencilerin güdülenmesi konusunda sıkıntılar çıkabilir. Özel eğitimde çalışan öğretmenlerin öğrencilerin engel türüne de bağlı olarak öz yeterliklerin diğer öğretmenlik branşlarına göre özel gereksinime ihtiyaç duyulan bireylerle çalıştığı için daha önemlidir. Özel eğitim hizmetlerinin kalitesi çoğunlukla özele eğitim alanında çalışan öğretmenlerin yeterliliğine bağlıdır (Akçamete, 2002). Özel eğitimde çalışan öğretmenlerin alan bilgisine, çocuğun engel türü, aile ile iş birliği gibi birçok konuda yeterli donanımlara sahip olması beklenmektedir (Özyürek, 2008). Özel eğitim öğretmenlerinin öz yeterlik seviyelerinin yüksek olması öğrencinin eğitim öğretim hizmetlerinden faydalanması için sabırlı bir şekilde çalışmasını gerektirmektedir (Arşit, 2019).

2.3. Psikolojik Yardım Alma Tutumu

İnsanların yaşamları boyunca çeşitli problemlerle karşılaşması kaçınılmaz bir gerçektir. Karşılaşılan problem sonrası bireyin yaşam dengesi bozulmaktadır. Bu dönemlerde birey yaşamını tekrar dengeye sokabilmek için psikolojik bir çaba göstermeye başlamaktadır. Bu çabanın düzeyi bireyin baş edebilme yetisine göre

değişiklik gösterebilir. Kendi çabasının yetersiz kaldığını düşündüğü bir durumda dış kaynaklara yönelim gösterebilir. Bu dış kaynaklardan bazıları aile, arkadaş, kişinin yakın çevresi, öğretmen, uzman desteği olarak sayılabilir. Fischer ve Turner' e (1970) göre, dengesi bozulan birey dengesini yeniden kazanmak, eski denge durumuna dönmesi için iç kaynakları yetersiz bularak, dış kaynaklara yönelme eğiliminde bulunması psikolojik yardım arama davranışı olarak tanımlanmaktadır. Birey ilk olarak karşılaştığı bir problemi çözmeye çalışırken profesyonel olmayan kaynaklara yönelmektedir (Topkaya ve Meydan, 2013). Uzman desteği öncesinde profesyonel olmayan kaynaklara yönelen bireyler aşamadığı problemlerde bir profesyonel yardıma ihtiyaç duyabilir. Bireyin bu ihtiyacına yönelik tutumu Türküm' e (1999) göre, uzman desteği aramaya ilişkin davranışsal, duygusal ve bilişsel eğilimlerden oluşan tutumlar, bireyin ruh sağlığının tehdit altında olduğunu veya zorluklarla karşılaştığını gördüğünde uzman yardımı arama eğiliminde olup olmadığı olarak tanımlanmıştır. Psikolojik yardım alma tutumu bireyin psikolojik bir yardım almaya yönelik olarak duygusal, davranışsal ve bilişsel eğilimi olarak ifade edilebilir. Fischer ve Farina (1995), psikolojik yardım alma tutumunu, bireyin, gereksinim duyması halinde, ruh sağlığı alanında bir uzmandan yardım almaya dair yönelimi olarak tanımlamaktadır (Akt. Topkaya, 2011).

Psikolojik yardım alma tutumu Fischer ve Turner'a (1970) göre, dört alt boyuttan oluşmaktadır:

Bireyin psikoterapik yardıma ihtiyacı olduğunun farkına varması, stresli yaşantıdan veya stresli bir ortamdan uzaklaşmak problemi çözmek ya da verilen zararın en aza indirilebilmesi için düşüncelerin paylaşımı olarak tanımlanabilir (Wilson ve Dane, 2000). Karşılaştığı psikolojik problemlerde nasıl bir yardıma ihtiyaç duyduğu bu duyulan ihtiyacı nasıl gidereceğine dair sorular oluşmaktadır. Bireyin psikolojik problemleri nasıl yorumlayacağı, nasıl tepki vereceğini içinde yaşamış olduğu toplumun kültürü belirlemektedir (Rogler ve Cortes, 1993).

Bireyin reddedilme korkusu, insanların yardım arama isteksizliğinin en önemli nedenlerinden biri reddedilme korkusudur (Sibicky ve Dovidio, 1986). Bireyin, kendisi ile ilgili bir paylaşımda bulunmasının sonucu olarak karşısında uzman kişinin kendine dair önyargı ve olumsuz düşünce sahibi olması kaynaklı korkarak kendini açamama davranışı göstermesidir (Sibicky ve Dovidio, 1986). Birey kendisinin bir psikolojik problem yaşadığının farkındadır ve uzman desteğine ihtiyaç duymaktadır.

Ancak birey bir uzman desteği almaktan çekimserdir çünkü birey uzman tarafından reddedileceğine dair düşüncesi bulunmaktadır.

Bireyin psikolojik danışmana duyulan inancının olması, psikolojik yardım almaya gönüllü olan bireyin süreçten verim alabilmesinin bir diğer faktörü de yardım verenin etkililiğidir. Danışman uygun terapötik koşulları sağlamalı ve etkin şekilde bir terapötik iletişim kurmalıdır. Danışmanına güvenen bir danışan yaşamış olduğu psikolojik problemleri anlatması kolaylaşacak süreç içerisinde kendisini rahatlatmış hissedecektir. Güven sağlayan bir psikolojik danışman, karşısındaki danışanın anlattığını gizlemeli ve danışanın sorunlarına yeterli şekilde karşılamalıdır.

Kişiler arası açıklık, bireyin kendine ait özel bir bilgisi veya sorununu karşısındaki kişiye aktarmasında gönüllü olma durumudur (Vogel, Wade, Larson ve Lisa-Hackler, 2007). Duygusal yönden kendini açmakta sıkıntısı olan bireylerin, yaşadıkları sıkıntıları ne düzeyde olursa olsun psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarının düşük ve bireylerin olumsuz duygular yaşaması ve bunları açma konusunda endişeli olmaları uzman birinden psikolojik yardım almalarını engellemektedir (Komiya; Good ve Sherrod, 2000).

2.4. İlgili Araştırmalar

Bu kısımda ilk olarak psikolojik dayanıklılık kavramına ardından sırasıyla öz yeterlik ve psikolojik yardım alma tutumu kavramlarına ilişkin yapılan çalışmalar yer almaktadır.

2.4.1. Psikolojik Dayanıklılıkla İlgili Araştırmalar

Cencirulo (2001) ortaokul öğretmenlerinin iş doyumunu ve psikolojik dayanıklılıklarını incelemiştir. Psikolojik dayanıklılıkla iş doyumunu arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu fakat meslekteki çalışma süresinin ve yaş değişkenlerine göre psikolojik dayanıklılık düzeyinin ve iş doyumunun etkilenmediği belirtmiştir. Cencirulo (2001) çalışması bu çalışmayla benzer yönü öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları mesleki kıdeme ve yaş değişkenlerine göre incelenmiş olmasıdır.

Yurt dışında öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları üzerine yapılan bir diğer çalışmada Chan (2003) tarafından yapılmıştır. Chan (2003) öğretmenlerde psikolojik dayanıklılığı, stresi ve tükenmişliği incelediği çalışmanın sonucunda öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık ile tükenmişliğin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunduğunu belirtmiştir.

Psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik arasında yapılan bir diğer çalışma ise Azeem (2010) tarafından yapılan öğretmenlerde psikolojik dayanıklılığın, işe katılımın ve tükenmişliğin incelenmesidir. Çalışma sonucunda psikolojik dayanıklılıkla tükenmişlik alt boyutundan duyarsızlaşma boyutunda negatif ilişki olduğunu belirtmiştir.

Psikolojik dayanıklılık ve motivasyon üzerine Karakaya (2019) öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları ile motivasyonları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmanın sonucunda öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları orta seviyede çıkmıştır. Öğretmenlerin içsel, dışsal ve toplam motivasyonları da yüksek seviyede çıkmıştır. Öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin evli veya bekar olma durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini belirtmiştir. Çalışmanın diğer değişkenlerinde öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık ve motivasyon düzeyleri cinsiyete, okulun türüne, branşa, eğitim seviyesine ve meslekte geçen zaman değişkenlerine göre ise anlamlı farklılık bulunmadığını belirtmiştir. Karakaya (2019) tarafından yapılan çalışmada öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıklarının cinsiyete, meslekte çalışma süresine ve branşa göre incelenmesi bu araştırma ile benzerlik göstermektedir.

Öğretmenlerin tükenmişliği üzerine birçok çalışılmaya ulaşılmıştır. Sönmezer (2015) öğretmenlerin tükenmişliğine ve psikolojik dayanıklılığına yönelik bir konu üzerinde araştırma yapmıştır. Araştırmanın sonucunda öğretmenlerin tükenmişlik ve psikolojik dayanıklılıkları, cinsiyet ve medeni hal açısından anlamlı bir farklılık göstermediğini belirtmiştir. Öğretmenlerin tükenmişlikleri ve psikolojik dayanıklılıkları özel eğitimde çalışma durumuna, mezun olunan branşa ve kıdeme göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini belirtmiştir. Ayrıca öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık seviyelerinin çalıştıkları kurum ve sınıfında bulunan öğrenci sayısına göre anlamlı farklılık gösterdiğini belirtmiştir. Son olarak öğretmenlerin tükenmişliklerinin eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiğini belirtmiştir.

İlköğretim öğretmenlerinin tükenmişliği ve psikolojik dayanıklılığı üzerine çalışma Yalçın (2013) tarafından yapılmıştır. Yalçın (2013) ilköğretim kademesinde görev alan öğretmenlerin mesleki tükenmişlikleri ile stres, psikolojik dayanıklılıkları ve akademik iyimserlikleri arasında ilişkiyi incelemiştir. Çalışma bulgularında öğretmenlerin mesleki tükenmişliğinin, stresinin, psikolojik dayanıklılığının ve akademik iyimserliğinin cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediğini branşa göre

anlamli farklilik gosterdigiini belirtmistir. Sınıf öğretmenlerinin psikolojik dayaniklilik ölçeğinden aldıkları puanın branş öğretmenlerinden daha yüksek düzeyde olduğunu belirtmiştir. Öğretmenlerin psikolojik dayaniklilikları ve akademik iyimserlik algı düzeyi ile yaşa göre anlamli farklilik gösterdigiini, kıdem süresine göre ise mesleki tükenmişlik ve stres düzeyleri arasında anlamli farklilik gösterdigiini belirtmiştir. Araştırmanın sonucunda öğretmenlerin akademik iyimserliği ile psikolojik dayanikliliği arasında pozitif yönde ve anlamli ilişki bulunduğunu ifade etmiştir.

İlköğretim kademesinde görev alan öğretmenlerin psikolojik dayaniklilik seviyeleri ilgili bir diğer çalışma ise Sezgin (2009) tarafından yapılan ilköğretim kademesinde görev alan öğretmenlerin psikolojik dayaniklilik seviyesinin demografik değişkenler üzerinden incelenmesidir. Çalışma sonucunda, öğretmenlerin psikolojik dayanikliliğının yaşa ve cinsiyete göre anlamlilik göstermediğini belirtmiştir. Sezgin (2012) yaptığı diğer çalışmasında, ilköğretim kademesinde görev alan öğretmenlerin psikolojik dayaniklilik düzeylerini demografik özellikler açısından araştırmıştır. Çalışma sonucunda öğretmenlerin psikolojik dayanikliliklarının cinsiyete, yaşa, meslekteki süreye ve branşlarına göre farklılaşmadığını ifade etmiştir.

Okul öncesi kademe de çalışan öğretmenlere yönelik olarak yapılan bir çalışma ise Ergenç (2016) okul öncesi kademe de çalışmakta olan öğretmenlerin psikolojik dayanikliliklarının sosyal becerilerine ve empatik eğilimlerine etkisini incelemiştir. Okul öncesi kademesinde çalışmakta olan öğretmenlerin aldıkları eğitimler ile psikolojik dayaniklilikları arasında ilişki görülmediğini belirtmiştir. Ayrıca okul öncesi öğretmenlerin psikolojik dayanikliliklarının yaşa göre değişmediğini belirtmiştir.

Benzer bir çalışmada Selçuklu (2013) okul öncesinde çalışan öğretmenlerle yaptığı araştırmasının sonucunda öğretmenlerin psikolojik dayaniklilik düzeyleri eğitim durumlarına farklılaştığı ancak kıdemlerine göre farklılaşmadığı belirtmiştir.

Araştırma konusuyla ilgili olarak özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanikliliklarının incelendiği araştırmalara da ulaşılmıştır. Karakuş ve Ünsal (2017) öğretmenlerin psikolojik dayaniklilik ve mesleki sosyal destek düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışma sonucunda öğretmenlerin psikolojik dayanikliliklarının yüksek seviyede olduğunu belirtmişlerdir. Karakuş ve Ünsal'ın yaptığı çalışmaya benzer bir çalışmada Uçar (2014) tarafından özel eğitim öğretmenleri ile yaptığı çalışmasının sonucunda psikolojik dayanikliliğin, cinsiyete,

medeni duruma, mezun olunan bölüme, yaşa ve okulun türüne göre anlamlı bir fark gösterdiğini belirtmiştir.

Özel eğitim öğretmenleri ile yapılan bir diğer çalışma ise Karataş (2016) özel eğitim öğretmenlerine yönelik olarak öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları ile başa çıkma stratejilerini incelemiştir. Araştırmanın sonucunda, öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları cinsiyete göre farklılık göstermediğini, başa çıkma stratejilerinin yaş ve mesleki kıdeme göre anlamlı farklılık gösterdiğini belirtmiştir.

Gökmen (2014) ise özel eğitim okullarında görevli yöneticilere yönelik olarak bir çalışma yapmıştır. Çalışmanın sonucuna göre özel eğitim okullarında görevli olan yöneticilerin cinsiyet, medeni durum, yaş, çalışma süresi, çalıştığı kurumun türü ile psikolojik dayanıklılık arasında ilişki olmadığını belirtmiştir. Fakat iş doyumu ile öğrenim durumları, cinsiyet ve unvan arasında anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir.

Özel eğitim öğretmenlerinin tükenmişliği ve psikolojik dayanıklılığının incelendiği çalışma ise Nurhat (2017) tarafından yapılmıştır. Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıklarının cinsiyete göre farklılaşmadığını, yaşa göre farklılaştığını belirtmiştir. Öğretmenlerin yaşının artıkça dayanıklılıklarının arttığını ifade etmiştir.

Özel eğitim kurumlarında çalışan farklı meslek grupları üzerine yapılan çalışmalara da ulaşılmıştır. Kaya (2018) çalışmasında farklı meslek gruplarından oluşturmuştur. Oluşturulan grupların bilişsel esneklik ve psikolojik dayanıklılık düzeylerini incelenmiştir. Araştırmaya özel eğitim öğretmenleri, fizyoterapistler ve psikologlar katılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre fizyoterapistlerin bilişsel esneklik düzeyleri ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri, özel eğitim öğretmenlerine ve psikologlara göre anlamlı derecede daha düşük olduğu görülmüştür.

Yapılan literatür taraması sonucunda da görüldüğü gibi öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmiştir. İncelenen bu araştırmalarda çeşitli sonuçlar elde edilmiştir. Öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları, tükenmişlik, iş doyumu, stres, motivasyon gibi kavramlarla olan ilişkilerine bakılmıştır. Bu çalışmada ise özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları hem demografik değişkenler açısından hem de öz yeterlikleri ve psikolojik yardım alma tutumları arasında ilişki incelenmiştir.

2.4.2. Öğretmen Öz Yeterliğiyle İlgili Araştırmalar

Soodak ve Podell (1993) özel eğitime yönlendirmede öğretmen yeterliği ve öğrenci sorunu üzerine araştırma yapmışlardır. Bu çalışmada öğretmenlerin özel eğitim gereksinimi olan öğrencilerle öğretmenlerin öz yeterlikle ilişkisini incelemiştir. Çalışmanın sonucunda öz yeterlikleri düşük seviyede çıkan öğretmenlerin, yetersizliği olan öğrencilerin normal sınıflarda eğitim görmesi yönünde olumsuz görüşe sahip olduklarını ortaya koymuşlardır.

Allinder (1994) özel eğitim öğretmenlerinin öz yeterlik ve öğretim uygulamaları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmanın sonunda öğretmenlerin öz yeterlik algılarının öğrencilerin başarıları üzerinde etkisi olduğuna dair bulgulara ulaşılmıştır. Öz yeterlikleri yüksek olan öğretmenlerin farklı ve etkili öğretim uygulamaları kullanarak öğrencilerin başarılarının artmasında olumlu yönde etki sağladığını belirtmiştir.

Öz yeterlik algısının öğrenci başarılarına etkisinin incelendiği bir diğer çalışma ise Brownell ve Pajares (1996) öğretmenlerin öz yeterlik algısının öğrencileri kaynaştırmanın başarı üzerindeki etkisini incelemişlerdir. Araştırmanın sonucunda öğretmenlerin öz yeterlik algılarının öğrencilerin başarılarını doğrudan etkilediği ve öğretmenlerin özel eğitim alanına yönelik olarak verilen hizmet öncesi eğitimi değerlendirmelerini ve özel eğitim alanında çalışan aynı mesleğe sahip olan kişilerle etkileşim düzeylerini kendilerini algılamalarına bağlı olarak etkilediğini bulmuşlardır.

Öğrencilerin matematik başarılarının öğretmenin öz yeterliği ile ilişkisini inceleyen araştırma Johnson, Wallace ve Thompson (1999) tarafından okulların akademik başarılarının ve araştırmanın yapıldığı okulda çalışmakta olan öğretmenlerin öz yeterlikleriyle ilişkisinin ve öğrencilerin matematik dersinde başarı sağlamasında öğretmenin öz yeterliğine dair etkilerinin incelendiği çalışmadır. Çalışma sonucunda, öğrencilerin akademik başarılarıyla öğretmenlerin öz yeterlikleri, sınıfın içindeki uygulamalar arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu bulmuşlardır.

Altunbaş (2011) ilköğretim kademesi okullarda çalışan sınıf öğretmenlerinin öz yeterliklerini incelemiştir. Çalışmanın sonunda ilköğretim okullarında çalışan sınıf öğretmenlerinin genel öz yeterlik ve alt boyutlarından aldıkları puanların yüksek düzeyde olduğu sonucuna ulaşmıştır. Öğretmenlerin öz yeterlikleri demografik değişkenlerden medeni duruma, dersine girdiği sınıf düzeyine ve mezun olunan okul bakımından anlamlı bir farklılık bulunamamış fakat cinsiyete göre, öğrenci

katılımında yeterlik alt boyutu hariç yaş ve kıdeme göre, sınıf yönetiminde yeterlik alt boyutu hariç okulun sosyo-ekonomik durumuna göre anlamlı farklılıklar olduğunu bulmuştur.

Sınıf öğretmenlerinin öz yeterliklerine yönelik bir diğer çalışma ise Korkut ve Babaoğlu (2012) yapmıştır. Çalışmanın sonunda öğretmenlerin öz yeterliklerinin cinsiyete göre farklılaştığını bulmuştur. Erkeklerin öz yeterliklerini kadınlara göre daha yüksek bulmuştur. Öğretmenlerin görev yaptıkları yerlere göre öz yeterlikleri arasında anlamlı farklılık bulmuştur. İlde görev yapanların ilçede görev yapanlara göre, ilçede görev yapanların ise köyde görevli olanlara göre öz yeterlik inançları yüksek düzeyde olduğunu belirtmişlerdir. Öğretmenlerin meslekte çalışma sürelerine göre ise anlamlı farklılık bulamamıştır. Öğretmenlerin öz yeterliklerine yönelik olarak yapılan bu çalışma araştırmanın sonuçları ile farklılıklar göstermektedir.

Gençtürk ve Memiş (2010) ilköğretim öğretmenlerinin öz yeterlik algılarını ve iş doyumlarını demografik değişkenler açısından incelemiştir. Çalışma sonunda, öğretmenlerin öz yeterlik algıları ile cinsiyet, mezun olunan okul türü, yüksek lisans veya doktora eğitimi alma durumları açısından anlamlı bir farklılık bulunmadığını belirtmişlerdir. Ancak meslekte çalışma süresi, branş ve okulun türü açısından anlamlı bir farklılık olduğunu bulmuşlardır. Son olarak öğretmenlerin öz yeterlikleri arttıkça işteki doyumlarının da arttığına dikkat çekmişlerdir.

Küçüktepe (2007) ilköğretim öğretmenlerinin öz yeterliği üzerine yaptığı çalışmada, öz yeterlik algısının cinsiyete, okulun türüne, mesleki kıdeme göre anlamlı farklılık gösterdiğini diğer taraftan mezuniyet durumlarına ve branşa göre anlamlı farklılık olmadığını belirtmiştir.

Okul öncesi öğretmenlerin öz yeterliklerine yönelik çalışma ise Şenol (2012) tarafından okul öncesi öğretmen adayları ve okul öncesinde çalışan öğretmenlerin öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi adlı çalışmadır. Cinsiyete göre öğretmenlerin ve öğretmen adaylarının öz yeterliklerinin anlamlı farklılık göstermediğini fakat yaşa ve mesleki kıdeme göre farklılaştığını, yaş ve mesleki kıdemin artmasıyla öz yeterliklerinin arttığını belirtmiştir. Çalışmanın sonucunda okul öncesinde çalışan öğretmenlerin öz yeterliklerinin okul öncesi öğretmenliği okuyanlara göre daha yüksek olduğunu bulmuştur.

Özel eğitim öğretmenlerinin öz yeterliklerine dair çalışma ise Alaçayır (2011) tarafından yapılan özel eğitim bölümünde okuyan öğretmen adaylarının yeterlik

algılarının öğrenme stilleri açısından incelenmesidir. Çalışmanın sonucunda zihnin engelliler öğretmen adaylarının öz yeterliklerini yüksek seviyede bulduğunu belirtmiştir. Öğretmen adaylarının öz yeterlik algıları cinsiyete, mezun oldukları lisenin türüne ve bölümü tercih sırasına göre anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Çalışmaya katılan adayları öğrenme stilleri açısından incelediğinde ise cinsiyete ve bölümü tercih sırasına göre de anlamlı farklılık göstermediğini belirtmiştir.

Özel eğitim alanında yapılan bir diğer çalışma ise Akdoğan'ın (2009) özel eğitim öğretmenlerinin öz yeterlik algıları ile stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Çalışmanın sonucunda öğretmenlerin çoğunun öz yeterlik algıları ve stres seviyeleri yüksek düzeyde bulunmuştur. Öğretmenlerin öz yeterlik algılarıyla stres seviyeleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu belirtilmiştir. Araştırmanın sonucunda öğretmenlerin öz yeterliklerinin mesleki kıdeme göre anlamlı farklılık göstermediğini belirtmiştir.

Karahan (2008) özel eğitim alanında görev alan öğretmenlerin öz yeterlik algı düzeylerini ve tükenmişliklerini incelemiştir. Çalışma sonunda eğitimcilerin tükenmişlik düzeylerinin cinsiyete, eğitim düzeyine, mezun olunan bölüme, çalıştıkları alana, meslekte çalışma süresine, günlük mesai saatine ve kurum türüne göre anlamlı farklılık gösterdiğini ifade etmiştir. Öğretmenlerin öz yeterlik algılarının sosyodemografik değişkenler açısından anlamlı farklılık göstermediğini belirtmiştir.

Öğretmen öz yeterliğine dair yapılan literatür çalışması sonucunda birçok çalışmaya ulaşıldığı görülmektedir. Bu çalışmalar öğretmenlerin öz yeterliklerinin ele alındıkları demografik değişkenler açısından farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır. Bu araştırmada ise özel eğitim öğretmenlerinin öz yeterlikleri demografik değişkenlere göre incelenmiş ve psikolojik dayanıklılık ve psikolojik yardım alma tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir.

2.4.3. Psikolojik Yardım Alma Tutumuyla İlgili Araştırmalar

Konuya dair ilk çalışmalardan birisi Fischer ve Turner'in (1970) yapmış olduğu Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği geliştirilmesidir. Çalışmaya 960 katılımcı alınmış ve çalışmanın sonuçlarına göre psikolojik yardım alma tutumlarının cinsiyete göre farklılaştığı kadınların erkeklere göre daha olumlu düzeyde olduğunu belirtmiştir (Topkaya, 2011).

Bayer ve Peay (1997) psikolojik yardım alma davranışına yönelik tutumla öznel normların psikolojik yardım alma niyetindeki rolünü araştırmışlardır. Çalışmaya

142 yetişkin katılmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, niyetin yardım alma davranışına yönelik tutumu ve öznel normları yordadığı sonucuna ulaşmıştır.

Arslantaş (2003), yetişkinlerin psikolojik yardım alma tutumu, sosyo demografik özellikler, stresle başa çıkma, algılanan sosyal destek ve genel sağlığı arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Çalışmanın sonucunda eğitim seviyesinin yüksek olması, ekonomik durumun iyi olması, aile üyelerinden herhangi birinin profesyonel psikolojik yardım alması ve profesyonel yardıma ihtiyacı olduğunu kabul edenlerde, psikolojik yardım almak için bir profesyonele ulaşma olasılığının daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Kalkan ve Odacı (2005) tarafından cinsiyete ve cinsiyetin rollerine göre psikolojik yardım alma tutumunu incelemiştir. Çalışmada cinsiyet ve cinsiyet rolleriyle psikolojik yardım alma tutumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Psikolojik yardım alma tutumuna göre kadınların erkeklere göre daha olumlu olduğunu belirtmiştir. Çalışma, yapılan araştırmanın cinsiyet değişkenine göre incelenmesi bakımından benzerlik göstermekte olup sonuçlar ise farklılık göstermektedir.

Cinsiyet değişkenine göre benzer sonuçlar gösteren bir diğer çalışmada Köksal (2018) sınıf öğretmeni adaylarının psikolojik yardım alma tutumlarını incelemiştir. Araştırmada, cinsiyet, psikolojik yardım almada önemli bir etken olarak ortaya çıkmıştır ama geçmişte alınan psikolojik yardımın bu tutuma etki etmediği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca psikolojik yardım almaya kız öğrencilerin erkeklere göre daha olumlu baktıklarını bulmuştur. Çalışmada öğretmen adaylarının üniversitede hizmet veren psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerine dair bilgilerinin olmadığını da görmüştür.

Lin (2002) üniversite öğrencilerinin yardım alma tutumlarını araştırmıştır. Araştırmanın sonucunda, öğrencilerin yardım almadan önce yardım verecek uzmanın yani psikolojik danışmanı dikkat ederek seçim yaptıklarını ve psikolojik danışmanın yakınlığını, uzmanlık bilgisini, yeterlik düzeyini, güven düzeyini ve ulaşılabilirliğini bir psikolojik danışmanın yardım verebilmesi için önemli faktörler olduğunu belirtmiştir.

Şimşek (2016) Mardin'in merkez ilçesinde 205 yetişkin üzerinde yapılan bir araştırma psikolojik yardım alma tutumunun eğitime ve cinsiyete göre farklılaşmadığı, yaş ilerledikçe psikolojik yardım alma tutumun daha olumlu olduğunu belirtmiştir.

Selki (2021) yetişkin bireylerde psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ile algılanan sosyal destek ve anksiyete arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Anksiyete ile yaş, cinsiyet ve eğitim seviyesine göre anlamlı bir farklılık olmadığını belirtmiştir. Anksiyete ile psikolojik yardım alma tutumu arasında anlamlılık bulunmadığını belirtmiştir.

Akpınar (2021) tarafından öğretmenlerin yakın ilişki yaşantılarının ve yılmazlık düzeylerinin psikolojik yardım alma tutumuna etkisinin incelenmesidir. Psikolojik yardım alma tutumu cinsiyete, yaşa ve meslekte çalışmasına göre anlamlı farklılık göstermediğini belirtmiştir. Yüksek algılanan gelir düzeyinin psikolojik yardım alma tutumunu artırdığı, evli olmanın psikolojik yardım alma tutumunu azalttığı ancak öz yeterlik boyutunu artırdığı belirtilmiştir.

Mesleki kıdeme benzer bir diğer çalışmada Yılmaz (2020) tarafından hemşirelerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları ile psikolojik yardım alma nedeniyle damgalanma algısını incelenmesidir. Çalışmanın sonucunda mesleki özelliklerden, meslekte çalışma süresinin yardım alma tutumunu ve yardım damgalanma algısını etkilemediğini belirtmiştir. Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ile psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma arasında negatif yönde zayıf bir ilişki olduğunu belirtmiştir.

Yardım alma nedeniyle damgalanma algısına dair bir diğer çalışma ise Topkaya (2011) tarafından psikolojik yardım alma niyetinin sosyal damgalanma, tedavi korkusu, beklenen yarar, beklenen risk ve tutum faktörleriyle modellenmesi konulu araştırmadır. Araştırmanın bulgularına göre sosyal damgalanma algısı ile psikolojik yardım alma niyeti arasında negatif yönde ilişki bulunduğunu belirtmiştir. Sosyal damgalanma algısına sahip olanların psikolojik yardım alma tutumlarının düşük olduğu sonucuna dair bulgular elde etmiştir. Sosyal damgalanma düşüncesi yüksek düzeyde olan bireylerin beklenen yarar düşüncesi düşük düzeyde, psikolojik yardım alma tutumu negatif yönde ve psikolojik yardım alma niyetlerinin de düşük düzeyde olduğunu belirtmiştir.

Akgün (2019) yetişkinlerin psikolojik yardım alma tutumlarını narsistik eğilimlere ve öz yeterliğe göre incelediği araştırmanın sonucunda, psikolojik yardım alma tutumlarının cinsiyet, eğitim durumuna göre değişiklik gösterdiğini belirtmiştir. Kadınların erkeklere göre yardım alma tutumları daha olumludur. Narsistik kişilik özelliklerinin medeni duruma göre değişiklik gösterdiği bulunmuştur. Bekarların

narsist kişilik özelliklerinin evlilere göre daha yüksek düzeyde olduğunu belirtmiştir. Akgün'ün (2019) çalışması ile yapılan bu araştırmanın psikolojik yardım alma tutumlarının hem cinsiyet hem de öz yeterliğe göre incelenmesi açısından benzerlikleri ve farklılıkları tartışma kısmında incelenmiştir.

Psikolojik yardım alma tutumuna dair yapılan literatür çalışması sonucunda birçok çalışmaya ulaşıldığı görülmektedir. Bu çalışmalar psikolojik yardım alma tutumunun ele alındıkları demografik değişkenler açısından benzerlik ya da farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır. Bu araştırmada ise özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik yardım alma tutumları demografik değişkenlere göre incelenmiş ve psikolojik dayanıklılık ve öz yeterlikle arasındaki ilişki incelenmiştir.



BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeline, çalışma grubuna, veri toplama araçlarına, verilerin toplanmasına ve kullanılan istatistiksel işlemlere dair bilgilere yer verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada, özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık, öz yeterlik ve psikolojik yardım alma tutumlarını, yaş, cinsiyet, mezun olduğu bölüm, mesleki kıdeme göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Yapılan çalışma tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Bu çalışmada iki veya daha çok sayıdaki değişkenin arasında birlikte bir değişimin varlığını veya derecesini belirlemeye yönelik amaç olduğu için, çalışmanın modeli ilişkisel tarama modeli olarak seçilmiştir (Karasar, 2005). Araştırmanın bağımlı değişkeni; psikolojik dayanıklılık, öz yeterlik ve psikolojik yardım alma tutumudur. Araştırmanın bağımsız değişkeni; yaş cinsiyet, mezun olunan bölüm, mesleki kıdem ve kurum türüdür.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni 2021-2022 eğitim öğretim yılında Konya’da özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerden oluşmaktadır. Araştırma örneklem grubunu ise, Konya ili sınırları içerisinde çeşitli kurum türlerinde, özel eğitim alanında resmi ve özel okullarda çalışan 210 öğretmen oluşturmaktadır.

Araştırmaya katılan öğretmenlerin demografik değişkenlerin yer aldığı cinsiyet, yaş, mezun olunan bölüm, mesleki kıdem, kurum türünde dağılımları Tablo 1’ de yer almaktadır.

Tablo 1. Örneklem Grubuna Ait Demografik Değişkenlerin Betimlenmesi

Değişken Grubu	Gruplar	f	%
Cinsiyet	Kız	137	65,2
	Erkek	73	34,8
Yaş	25 yaş altı	68	32,4
	26-30	68	32,4
	31-35	33	15,7
	36 yaş ve üzeri	41	19,5

Tablo 1. Örneklem Grubuna Ait Demografik Değişkenlerin Betimlenmesi (Devamı)

Değişken Grubu	Gruplar	f	%
Mezun Olunan Bölüm	Özel Eğitim Öğretmenliği	57	27,1
	Sınıf Öğretmenliği	23	11
	Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik	33	15,7
	Okul Öncesi Öğretmenliği	56	26,7
	Çocuk Gelişimi ve Eğitimi	25	11,9
	Diğer (Edebiyat, Psikoloji)	16	7,6
	Mesleki Kıdem		
	0-5 yıl	137	65,2
	6-10	34	16,2
Çalışılan Kurum Türü	11-15	19	9,0
	16 yıl ve üzeri	20	9,5
	Özel Eğitim ve Rehabilitasyon	113	53,8
	Özel Eğitim Anaokulu	31	14,8
	Özel Eğitim Uygulama Okulu I. Kademe	13	6,2
	Özel Eğitim Meslek Okulu	5	2,4
	İlkokul Özel Eğitim Sınıfı	20	9,5
	Ortaokul Özel Eğitim Sınıfı	11	5,2
	Rehberlik Araştırma Merkezi	17	8,1
	Toplam	210	100

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcıların özelliklerini belirlemek için kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Ayrıca öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri belirlemek için yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği, öz yeterliklerini belirlemek için öğretmen yeterlik ölçeği ve psikolojik yardım alma tutumlarını belirlemek için psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ölçeğinin kısa formu kullanılmış olup bu kısımda kullanılan veri toplama aracına ve ölçeklere dair açıklamalar yer almaktadır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formunun amacı özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin kişisel bilgilerini elde etmek için hazırlanmıştır. Bu formda cinsiyet, yaş, mezun oldukları bölüm, mesleki kıdem ve çalıştıkları kurumlara dair bilgiler toplanmıştır.

3.3.2. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları değerlendirmede Friberg, Hjemdal, Rosenvinge ve Martinussen (2003) tarafından hazırlanan Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği kullanılmıştır. Geliştirilen ölçeğin alt boyutları; “kişisel güç”, “yapısal stil”, “sosyal yeterlilik”, “aile uyumu” ve “sosyal kaynaklar” şeklindedir. Friberg ve arkadaşları(2005) tarafından yapılan çalışma sonucunda alt boyutlar genişletilerek psikolojik dayanıklılık modelini “kendilik algısı”, “gelecek algısı”, eklenerek altı boyutta incelemişlerdir. Ölçek maddelerinin tercih edilmesinde önyargı içeren değerlendirmelerde bulunulmamasına yönelik olarak olumlu ve olumsuz özelliklerin iki uçta yer aldığı, verilen cevaplar için beş ayrı boşluğun bulunduğu bir biçimdedir. Şematik biçimde yapılan değerlendirme kapsamında psikolojik dayanıklılık düzeyinin yüksek ya da düşük sonuçlar verecek şekilde ölçümünde puanlama şekli serbesttir. Ölçeğin geçerliliğine yönelik olarak yapılan çalışmada doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve altı faktörlü yapı toplam %57’lik varyans açıklamıştır. Ölçeğin güvenirlik çalışmasına yönelik olarak yapısal eşitlik modelinin iç tutarlılık değerleri: ‘Kendilik Algısı’ için 0.80; ‘Gelecek Algısı’ için 0.75; ‘Sosyal Yeterlilik’ için 0.82; ‘Aile Uyumu’ için 0.86; ‘Sosyal Kaynaklar’ için 0.84 ve ‘Yapısal Stil’ için 0.76 olarak bulunmuştur (Basım ve Çetin. 2011).

Ölçek maddeleri değerlendirmesi puanların soldan sağa doğru artarak (1, 2, 3, 4 ve 5) gitmesi durumunda psikolojik dayanıklılığında artması isteniyorsa ölçekte yer alan 1, 3, 4, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 23, 24, 25, 27, 31 ve 33 numaralı maddeler ters maddeler olacaktır.

Puanların soldan sağa doğru azalarak (5, 4, 3, 2 ve 1) gitmesi durumunda psikolojik dayanıklılığın artması isteniyorsa ölçekte yer alan 2, 5, 6, 7, 9, 10, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 26, 28, 29, 30 ve 32 numaralı maddeler ters maddeler olacaktır.

3.3.3. Öğretmen Yeterlik Ölçeği

Gibson ve Dembo (1984) tarafından ABD’de öğretmenlerin yeterliliğini değerlendirmeye yönelik olarak 30 maddeden oluşan “Öğretmen Yeterlik Ölçeği” (Teacher Efficacy Scale) geliştirilmiştir. Guskey ve Passaro (1994) tekrar gözden geçirerek Diken (2005) tarafından da Türkçe uyarlaması yapılan Öğretmen Yeterlik Ölçeği 16 sorudan ve 5’li likert tipiyle oluşturulmuştur. Maddeye verilen cevapta 5 puana yaklaşılması durumunda öğretmenin öz yeterliği artarken 1 puana yaklaşılması durumunda öğretmenin öz yeterliği düşmektedir. Bu ölçek üzerinden toplam puan en

yüksek 80, en düşük 16'dır. İlk yedi madde öğretmenlerin kendi iç yeterliklerine dair maddeleri kapsarken kalan dokuz madde ise öğretmenlerin öz yeterliğini etkileyen dışsal faktörlere dair maddeleri kapsamaktadır. İki alt boyuttan oluşan bu ölçeğin ilk kısmı bireysel öğretim yeterliği ve ikinci kısmı genel öğretim yeterliği olarak adlandırılmaktadır. İkinci kısımda bulunan dokuz madde ters sorular olarak hazırlanmıştır. Öğretmenlerin kendilerini yeterli ve etkili hissetme algıları ölçekten alınan puan arttıkça yükselmektedir (Diken, 2005). Ölçeğin güvenirliğine yönelik olarak yapılan çalışmada Cronbach-Alpha testine bakılmıştır. Ölçekte bulunan 16 sorunun tamamının iç tutarlık katsayısı .71, ilk boyutun .71 ve ikinci boyutun ise .73 olarak belirtilmiştir (Diken, 2005).

3.3.4. Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form (PYAİTÖ-KF)

Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form (PYAİTÖ-KF) Fischer ve Farina (1995) tarafından geliştirilmiştir. Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ölçeğinin 29 maddelik orijinal formunu Fischer ve Turner (1970) kısaltarak 10 maddelik kısa forma dönüştürülmüştür. Ölçek için birer ay ara ile yapılan test-tekrar test güvenirliği .80 ve Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .84 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Topkaya (2011) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin kısa form geçerlik ve güvenirlik çalışması 408 kişiye uygulanmış ve iç tutarlık kat sayısı .76 olarak bulunmuştur. Ölçeğin yapısal güvenirliğine yönelik olarak McDonald'ın Omega değeri .76 olarak bulunmuştur. Ölçek 4'lü likert tipinde 10 maddeden oluşan ölçek maddelerinden alınabilecek en düşük puan 0 ve en yüksek puan 40'tır. Ölçeğin ters maddeleri 2, 8, 9 ve 10. maddeleridir.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmada özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık, öz yeterlik ve psikolojik yardım alma tutumlarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amacıyla kişisel bilgi formu ve üç adet ölçekten yararlanılmıştır. Araştırmacı tarafından kişisel bilgi formu hazırlanmış ve çalışmanın amacına yönelik olarak alan yazın taraması sonucunda kullanıma karar verilen ilgili ölçeklerin izni alınarak (EK 7) veri toplama aracı oluşturulmuştur. Veriler toplanmadan önce Ege Üniversitesi Etik Kurulu (EK 1) ve çalışmanın Konya il sınırlarında bulunan okullardan oluşması nedeniyle Konya İl Milli Eğitim Müdürlüğünden (EK 6) gerekli izinler alınmış olup ekler kısmında belirtilmiştir. Tez çalışması için kullanılan veriler, araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen öğretmenlerden online formlar aracılığıyla ve okullara giderek yüz yüze

toplanmıştır. Veri toplama araçlarının uygulanmasından önce öğretmenlere bilgilendirme yapılmış ve gönüllük esasıyla araştırmaya destek olmak isteyen öğretmenlere veri toplama araçları dağıtılmıştır. Araştırmacının uyguladığı veri toplama araçlarının öğretmenler yaklaşık olarak 10-15 dakika arasında tamamlamıştır. Çalışma verilerinin toplanmasında COVID-19 salgının olması nedeniyle veri toplama süreçleri zaman zaman kesintiye uğramıştır. COVID-19 salgını olması nedeniyle eğitim kurumlarına telefonla ulaşarak çalışma hakkında bilgi verilmiştir. Verilen bilgilerin ardından veri toplama araçlarının online formlar aracılığıyla paylaşımı yapılmıştır. Online formlarda araştırmada kullanılan veri toplama araçlarına geçmeden önce araştırmacı tarafından katılımcıların çalışmaya katılımının gönüllük esasıyla olduğuna dair onayı alınmıştır. Verilerin toplanma süreci sonunda toplam 221 form doldurulmuş olup 11 tanesi uygun olmadığı için araştırmanın analizlerine eklenmemiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmaya yönelik olarak toplanan veriler bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde SPSS 21 paketi kullanılmıştır. Hangi analizlerin kullanılmasının gerektiğinin belirlenmesi için Normallik kontrolleri yapılmıştır. Normallik kontrolünde aritmetik ortalama, standart sapma çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Sosyal bilimlerde yapılan çalışmalarda normallik dağılım incelemesi için çarpıklık ve basıklık değerleri referans alınmaktadır (Büyüköztürk, 2010). Yapılan analizler sonucunda psikolojik dayanıklılık, öz yeterlik ve psikolojik yardım alma tutumu değişkenlerine ait çarpıklık ve basıklık değerlerinin normal dağıldığı görülmüştür. Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık, öz yeterlik ve psikolojik yardım alma tutumları çeşitli değişkenler açısından farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere bağımsız grup t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları ve öz yeterlikleri arasındaki; psikolojik dayanıklılıkları ve psikolojik yardım alma tutumları arasındaki son olarak öz yeterlikleri ve psikolojik yardım alma tutumları arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın amacına yönelik olarak sorulan sorulara ilişkin istatistiksel analizler bulunmaktadır.

Sosyal bilimler alanında yapılan normallik kontrollerinde genel olarak çarpıklık ve basıklık değerleri referans alınmaktadır (Büyüköztürk, 2010). Bir araştırmaya ait verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri ± 2 aralığında bulunması halinde değerlerin normal dağılıma sahip olduğu belirtilmektedir (George ve Mallery, 2010). Ancak basıklık ve çarpıklık değerlerine ilişkin alan yazında farklı aralıklarda değer verildiği görülmekte olup ± 3 aralığında bulunan değerlerin normal bir dağılıma sahip olduğunu göstermektedir (Kalaycı, 2009). Enders (2001) ise çarpıklık değerleri +2.25, -2.25 basıklık değerleri +7.00, -7.00 aralığında olması halinde araştırma verilerinin normal dağılmadığını belirtmiştir (Akt. Sakız, 2007).

Yapılan analizler sonucunda özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin toplam puan ortalamasının $99,50 \pm 7,22$ (Min: 81, Maks: 134) olduğu görülmüştür. Bu verilere göre toplam 165 puan üzerinden özel eğitim öğretmenlerinin 99,50 puan ortalaması olarak ortalamanın üzerinde bir psikolojik dayanıklılığa sahip oldukları söylenebilir. Özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin öz yeterlik algılarının yapılan analizler sonucunda toplam puan ortalamasının $45 \pm 3,79$ (Min:34, Maks:57) olduğu görülmüştür. Bu verilere göre toplam 80 puan üzerinden özel eğitim öğretmenleri 45 puan olarak ortalamanın az üzerinde bir öz yeterlik düzeyine sahip oldukları söylenebilir. Öğretmenlerin bireysel öğretim ve genel öğretim alt boyutlarında da öğretmenlerin aldıkları puanlar yüksek ve birbirine yakın olduğu bulunmuştur. Özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının yapılan analizler sonucunda toplam puan ortalamasının $25,98 \pm 2,66$ (Min: 18, Maks: 34) olduğu görülmüştür. Bu ölçekten alınabilecek en yüksek puanın 40 olduğundan özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik yardım alma tutumlarının ortalamanın üzerinde olduğu ve psikolojik yardım alma tutumlarının olumlu olduğu söylenebilir.

4.1. Verilerin Dağılımı

Bu bölümde öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık, öğretmen yeterlik ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ölçeklerinden elde ettikleri puanlara ilişkin analizler yer almaktadır.

Tablo 2. Ölçeklerin Betimsel İstatistikleri

Ölçek	Boyut	Çarpıklık	Basıklık
Yetişkinler İçin	Kendilik Algısı	,263	2,69
Psikolojik	Gelecek Algısı	,836	2,15
Dayanıklılık	Yapısal Stil	,483	,411
	Sosyal Yeterlik	,123	,139
	Aile Uyumu	-,350	-,114
	Sosyal Kaynaklar	,433	,549
	Toplam	,956	2,73
Öğretmen Yeterlik	Bireysel Öğretim	-,064	-,404
	Yeterliği		
	Genel Öğretim	,140	-,066
	Yeterliği		
	Toplam	,216	,083
Psikolojik Yardım		,267	,359
Almaya İlişkin			
Tutum			

Yapılan çalışmanın hipotezlerine yönelik analizler yapılmadan önce verilerin dağılımlarına yönelik normallik kontrolleri yapılmıştır. Normallik kontrollerinde aritmetik ortalama, standart sapma, çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Sosyal bilimler alanında yapılan çalışmalarda normallik dağılım incelemesi için çarpıklık ve basıklık değerleri referans alınmaktadır (Büyüköztürk, 2010). Basıklık ve çarpıklık değerlerine ilişkin alan yazında farklı aralıklarda değer verildiği görülmekte olup ± 3 aralığında bulunan değerlerin normal bir dağılıma sahip olduğunu göstermektedir (Kalaycı, 2009). Enders (2001) ise çarpıklık değerleri +2.25, -2.25 basıklık değerleri +7.00, -7.00 aralığında olması halinde araştırma verilerinin normal dağılmadığını belirtmiştir (Akt. Sakız, 2007).

Tablo 2 incelendiğinde psikolojik dayanıklılık, öz yeterlik ve psikolojik yardım alma tutumu değişkenlerine ait çarpıklık ve basıklık değerlerinin normal dağılıma uygun olduğu görülmektedir. Araştırmanın normal dağılıma sahip olmasından dolayı parametrik testlerden bağımsız gruplar t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve pearson korelasyon analizi kullanılmıştır.

Tablo 3. Ölçeklerin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Ölçek	Boyut	N	Min	Maks	$\bar{X}$	ss
Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık	Kendilik	210	10	27	18,32	2,18
	Algısı					
	Gelecek	210	7	18	12,30	1,73
	Algısı					
	Yapısal	210	8	20	12,48	2,36
	Stil					
	Sosyal	210	12	26	18,95	2,80
	Yeterlik					
Öğretmen Yeterlik	Aile	210	10	26	18,48	3,23
	Uyumu					
	Sosyal	210	11	28	18,94	2,73
	Kaynaklar					
Öğretmen Yeterlik	Bireysel	210	17	27	21,87	2,13
	Öğretim					
	Yeterliği					
Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği Kısa Form (PYAİTÖ-KF)	Genel	210	17	32	23,13	2,85
	Öğretim					
	Yeterliği					
Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği Kısa Form (PYAİTÖ-KF)	Genel	210	18	34	25,98	2,66
	Öğretim					
	Yeterliği					

Tablo 3 incelendiğinde öğretmenlerin kendilik algılarının orta düzeyin üzerinde olduğu söylenebilir (18,32±2,18; Min:10, Maks:27). Öğretmenlerin gelecek algılarının orta düzey üzerinde olduğu söylenebilir (12,30±1,73; Min:7, Maks:18). Öğretmenlerin yapısal stillerinin orta düzeyin üzerinde olduğu söylenebilir (12,48±2,36; Min:8, Mak:20). Öğretmenlerin sosyal yeterliklerin orta düzeyin üzerinde olduğu söylenebilir (18,95±2,80; Min:12, Mak:26). Öğretmenlerin aile uyumlarının orta düzeyin üzerinde olduğu söylenebilir (18,48±3,23; Min:10, Mak:26). Öğretmenlerin sosyal kaynakları orta düzeyin üzerinde olduğu söylenebilir (18,94±2,73; Min:11, Mak:28). Öğretmenlerin bireysel öğretim yeterliği orta düzeyin üzerinde olduğu söylenebilir (21,87±2,13; Min:17, Mak:27). Öğretmenlerin genel öğretim yeterliği orta düzeyin üzerinde olduğu söylenebilir (23,13±2,85; Min:17, Mak:32). Öğretmenlerin psikolojik yardım alma tutumlarının orta düzeyinde üzerinde olduğu söylenebilir (25,98±2,66; Min:18, Mak:34).

4.2. Cinsiyet Değişkenine Ait Bulgular

Bu bölümde cinsiyet değişkenine göre özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları, öz yeterlikleri ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları incelenmiş olup bulgular yer almaktadır.

Tablo 4. *Cinsiyet Değişkenine Göre Bağımsız t Testi Değerleri*

Ölçek	Boyut	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	ss	t	p
Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık	Kendilik Algısı	Kadın	137	18,22	2,26	-,928	,355
		Erkek	73	18,52	2,04		
	Gelecek Algısı	Kadın	137	12,39	1,87	,968	,334
		Erkek	73	12,15	1,43		
	Yapısal Stil	Kadın	137	12,70	2,52	2,00	,047*
		Erkek	73	12,06	1,97		
	Sosyal Yeterlik	Kadın	137	18,97	2,67	,148	,883
		Erkek	73	18,91	3,05		
	Aile Uyumu	Kadın	137	18,57	3,32	,558	,578
		Erkek	73	18,31	3,05		
	Sosyal Kaynaklar	Kadın	137	18,97	2,84	,225	,779
		Erkek	73	18,87	2,54		
	Öğretmen Yeterlik Bireysel Öğretim Yeterliği	Kadın	137	22,00	2,13	1,19	,232
		Erkek	73	21,63	2,11		
PYAİTÖ-KF	Genel Öğretim Yeterliği	Kadın	137	23,04	2,84	-,655	,513
		Erkek	73	23,31	2,87		
		Kadın	137	25,86	2,52	-,835	,405
		Erkek	73	26,19	2,92		

p<.05

Tablo 4 incelendiğinde cinsiyete göre özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları yapısal stil alt boyutunda anlamlı farklılık ($p=.047$) olduğu diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık ($p>.05$) olmadığı belirlenmiştir. Öğretmenlerin cinsiyete göre psikolojik dayanıklılıkları anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>.05$). Cinsiyete göre öğretmenlerin öz yeterlikleri incelendiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>.05$). Benzer şekilde cinsiyete göre öğretmenlerin psikolojik yardım alma tutumları incelendiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>.05$).

4.3. Yaş Değişkenine Ait Bulgular

Bu bölümde yaşa göre özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları, öz yeterlikleri ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları incelenmiş olup bulgular yer almaktadır.

Tablo 5. Yaş Değişkene Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Değerleri

Ölçek	Boyut	Yaş	N	$\bar{X}$	ss	f	p
Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık	Kendilik Algısı	25 yaş ve altı	68	18,13	1,83	,342	,795
		26-30	68	18,39	2,60		
		31-35	33	18,57	1,58		
		36 yaş ve üzeri	41	18,34	2,41		
		Toplam	210	18,32	2,18		
	Gelecek Algısı	25 yaş ve altı	68	12,52	1,80	,933	,426
		26-30	68	12,05	1,70		
		31-35	33	12,45	1,66		
		36 yaş ve üzeri	41	12,30	1,73		
		Toplam	210	12,30	1,73		
	Yapısal Stil	25 yaş ve altı	68	12,45	2,33	,188	,904
		26-30	68	12,64	2,29		
		31-35	33	12,33	2,80		
		36 yaş ve üzeri	41	12,36	2,19		
		Toplam	210	12,48	2,36		
	Sosyal Yeterlik	25 yaş ve altı	68	19,01	2,19	,804	,495
		26-30	68	18,57	2,97		
		31-35	33	18,96	3,27		
		36 yaş ve üzeri	41	19,48	3,00		
		Toplam	210	18,95	2,80		
	Aile Uyumu	25 yaş ve altı	68	18,44	2,67	,590	,623
		26-30	68	18,45	3,53		
		31-35	33	19,09	2,91		
		36 yaş ve üzeri	41	18,12	3,79		
		Toplam	210	18,48	3,23		
	Sosyal Kaynaklar	25 yaş ve altı	68	19,17	2,42	2,27	,081
		26-30	68	18,48	2,60		
		31-35	33	19,84	2,50		
		36 yaş ve üzeri	41	18,58	3,42		
		Toplam	210	18,94	2,73		

Tablo 5. Yaş Değişkene Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Değerleri (Devamı)

Ölçek	Boyut	Yaş	N	$\bar{X}$	ss	f	p
Öğretmen Yeterlik	Bireysel Öğretim Yeterliği	25 yaş ve altı	68	21,88	2,18	1,71	,166
		26-30	68	22,16	2,00		
		31-35	33	21,15	2,18		
		36 yaş ve üzeri	41	21,95	2,14		
		Toplam	210	21,87	2,13		
	Genel Öğretim Yeterliği	25 yaş ve altı	68	23,17	2,59	,051	,985
		26-30	68	23,20	3,02		
		31-35	33	23,09	3,05		
		36 yaş ve üzeri	41	23,00	2,88		
		Toplam	210	23,13	2,85		
	PYAİTÖ-KF	25 yaş ve altı	68	25,32	2,09	2,53	,062
		26-30	68	26,22	2,49		
		31-35	33	26,30	2,96		
		36 yaş ve üzeri	41	26,41	3,36		
		Toplam	210	25,98	2,66		

p<.05

Tablo 5 incelendiğinde yaşa göre öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri aile uyumu ve sosyal yeterlik alt boyutunda varyansın homojen dağılmadığı diğer alt boyutlarda homojen dağıldığı görülmüştür. Yaş ile öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına yönelik yapılan Anova testi sonucunda alt boyutlarda anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir (p>.05). Yaşa göre öğretmenlerin öz yeterlik düzeyinin alt boyutlarında varyansın homojen dağıldığı görülmüştür. Yaşa göre öğretmenlerin öz yeterlik düzeyleri incelendiğinde alt boyutlarda anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir (p>.05). Benzer şekilde yaşa göre öğretmenlerin psikolojik yardım alma tutumları incelendiğinde Anova testi sonucunda varyansın homojen dağılmadığı görülmüştür. Yaş ile öğretmenlerin psikolojik yardım alma tutumları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir (p>.05).

4.4. Mezun Olunan Bölüm Değişkenine Ait Bulgular

Bu bölümde mezun olunan bölüm değişkenine göre özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları, öz yeterlikleri ve psikolojik yardıma ilişkin tutumları incelenmiş olup bulgular yer almaktadır.

Tablo 6. *Mezun Olunan Bölüm Değişkenine Göre Bağımsız t Testi Değerleri*

Ölçek	Boyut	Mezun Olunan Bölüm	N	$\bar{X}$	ss	t	p
Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık	Kendilik Algısı	Özel Eğitim Öğretmenliği	57	18,52	1,87	,799	,425
		Özel Eğitim Sertifikasına Sahip Öğretmenler	153	18,25	2,29		
	Gelecek Algısı	Özel Eğitim Öğretmenliği	57	12,05	1,17	-1,616	,108
		Özel Eğitim Sertifikasına Sahip Öğretmenler	153	12,40	1,89		
	Yapısal Stil	Özel Eğitim Öğretmenliği	57	12,45	2,00	-,093	,926
		Özel Eğitim Sertifikasına Sahip Öğretmenler	153	12,49	2,48		
	Sosyal Yeterlik	Özel Eğitim Öğretmenliği	57	19,40	3,14	1,307	,195
		Özel Eğitim Sertifikasına Sahip Öğretmenler	153	18,79	2,65		
	Aile Uyumu	Özel Eğitim Öğretmenliği	57	18,73	3,22	,687	,493
		Özel Eğitim Sertifikasına Sahip Öğretmenler	153	18,39	3,24		

Tablo 6. *Mezun Olunan Bölüm Değişkene Göre Bağımsız t Testi Değerleri (Devamı)*

Ölçek	Boyut	Mezun Olunan Bölüm	N	$\bar{X}$	ss	t	p
Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık	Sosyal Kaynaklar	Özel Eğitim Öğretmenliği	57	19,50	2,55	1,838	,067
		Özel Eğitim Sertifikasına Sahip Öğretmenler	153	18,73	2,78		
Öğretmen Yeterlik Ölçeği	Bireysel Öğretim Yeterliği	Özel Eğitim Öğretmenliği	57	21,71	2,08	-,630	,529
		Özel Eğitim Sertifikasına Sahip Öğretmenler	153	21,92	2,15		
	Genel Öğretim Yeterliği	Özel Eğitim Öğretmenliği	57	22,28	2,93	-2,698	,008*
		Özel Eğitim Sertifikasına Sahip Öğretmenler	153	23,45	2,76		
PYAİTÖ-KF		Özel Eğitim Öğretmenliği	57	26,01	2,41	,121	,904
		Özel Eğitim Sertifikasına Sahip Öğretmenler	153	25,96	2,76		

p<.05

Mezun olunan bölüme göre öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri incelendiğinde iki gruba ayrılmıştır. Gruplar; özel eğitim alanından mezun olan ve özel eğitim alanında MEB veya üniversitelerden özel eğitim alanında öğretmen olarak çalışan öğretmenlik bölümlerinden mezun olanlar şeklinde belirlenmiştir. Mezun olunan bölüme göre öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları incelendiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ($p>.05$). Mezun olunan bölüme göre öğretmenlerin öz yeterlik düzeyleri incelendiğinde genel öğretim yeterliği alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ($p=.008$). Özel eğitim sertifikasına sahip olan öğretmenlerin genel öğretim yeterliği ortalama puanları özel eğitim öğretmenliği lisans bölümünden mezun olanlara göre yüksek bulunmuştur. Mezun

olunan bölüme göre öğretmenlerin psikolojik yardım alma tutumları incelendiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>.05$).

4.5. Mesleki Kıdem Değişkenine Ait Bulgular

Bu bölümde mesleki kıdeme göre özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları, öz yeterlikleri ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları incelenmiş olup bulgular yer almaktadır.

Tablo 7. Mesleki Kıdem Değişkenine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Değerleri

Ölçek	Boyut	Mesleki Kıdem	N	$\bar{X}$	ss	f	p
Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık	Kendilik Algısı	0-5 yıl	137	18,29	2,14	,536	,660
		6-10 yıl	34	18,26	2,06		
		11-15 yıl	19	18,05	1,02		
		16 yıl ve üzeri	20	18,95	3,28		
		Toplam	210	18,32	2,18		
	Gelecek Algısı	0-5 yıl	137	12,31	1,78	1,205	,309
		6-10 yıl	34	12,17	1,73		
		11-15 yıl	19	11,89	1,14		
		16 yıl ve üzeri	20	12,90	1,80		
		Toplam	210	12,30	1,73		
	Yapısal Stil	0-5 yıl	137	12,56	2,27	1,16	,325
		6-10 yıl	34	12,73	2,82		
		11-15 yıl	19	11,57	2,00		
		16 yıl ve üzeri	20	12,30	2,38		
		Toplam	210	12,8	2,36		
	Sosyal Yeterlik	0-5 yıl	137	18,78	2,63	,634	,594
		6-10 yıl	34	19,02	3,16		
		11-15 yıl	19	19,47	3,28		
		16 yıl ve üzeri	20	19,50	2,91		
		Toplam	210	18,95	2,80		

Tablo 7. Mesleki Kıdem Değişkenine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)
Değerleri (Devamı)

Ölçek	Boyut	Mesleki Kıdem	N	$\bar{X}$	ss	f	p
Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık	Aile Uyumu	0-5 yıl	137	18,40	3,21	1,33	,256
		6-10 yıl	34	18,76	2,97		
		11-15 yıl	19	19,52	2,69		
		16 yıl ve üzeri	20	17,55	4,03		
		Toplam	210	18,48	3,23		
	Sosyal Kaynaklar	0-5 yıl	137	18,89	2,59	6,35	,001*
		6-10 yıl	34	20,17	2,16		
		11-15 yıl	19	17,68	1,91		
		16 yıl ve üzeri	20	18,35	4,24		
		Toplam	210	18,94	2,73		
Öğretmen Yeterlik	Bireysel Öğretim Yeterliği	0-5 yıl	137	22,07	2,04	2,93	,034*
		6-10 yıl	34	21,20	2,34		
		11-15 yıl	19	21,05	2,29		
		16 yıl ve üzeri	20	22,40	1,84		
		Toplam	210	21,87	2,13		
	Genel Öğretim Yeterliği	0-5 yıl	137	23,41	2,80	1,38	,249
		6-10 yıl	34	22,47	2,98		
		11-15 yıl	19	22,52	2,31		
		16 yıl ve üzeri	20	22,95	3,26		
		Toplam	210	23,13	2,85		
PYAİTÖ- KF		0-5 yıl	137	25,62	2,39	5,78	,001*
		6-10 yıl	34	26,82	2,80		
		11-15 yıl	19	25,21	2,39		
		16 yıl ve üzeri	20	25,75	3,47		
		Toplam	210	25,98	2,66		

p<.05

Mesleki kıdem değişkenine göre öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri incelendiğinde kendilik algısı ve sosyal kaynaklar boyutunda homojen

dağılmadığı diğer alt boyutlarda homojen dağıldığı görülmüştür. Mesleki kıdeme göre öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları sosyal kaynaklar boyutunda anlamlı farklılık ($p=.001$) gösterdiği diğer boyutlarda anlamlı farklılık ($p>.05$) göstermediği belirlenmiştir. Bu anlamlı farklılığın hangi grup arasında olduğunu saptamak için Post Hoc testi yapılmıştır. Yapılan test sonucunda 6-10 yıl arasında çalışan öğretmenlerin; 0-5 yıl arasında çalışan öğretmenlere göre anlamlı ($p=.023$) ve 11-15 yıl arasında çalışan öğretmenlere göre ($p=.001$) anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Mesleki kıdeme göre öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları incelendiğinde ise anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>.05$). Mesleki kıdeme göre öğretmenlerin öz yeterlikleri homojen dağıldığı görülmüştür. Mesleki kıdeme göre öğretmenlerin öz yeterlik düzeyi bireysel öğretim yeterliği alt boyutu anlamlı farklılık bulunmuştur ($p=.034$). Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu saptamak için Post Hoc testi yapılmıştır. Yapılan test sonucunda bireysel öğretim yeterliği alt boyutu 0-5 yıl grubu ile 6-10 yıl grubu arasında anlamlı ($p=.033$) ve 11-15 yıl grubu arasında anlamlı ($p=.049$) farklılık bulunmuştur. 6-10 yıl grubu ile 16 yıl ve üzeri grubu arasında anlamlı ($p=.045$) fark bulunmuştur. Son olarak 11-15 yıl grubu ile 16 yıl ve üzeri grubu arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p=.047$). Mesleki kıdem ile öz yeterlik arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p=.025$). Öğretmenlerin mesleğinin ilk yıllarında 16 yıl ve üzeri meslekte çalışan öğretmenlere göre daha yüksek düzeyde öz yeterliğe sahip oldukları söylenebilir. Mesleki kıdeme göre öğretmenlerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları homojen dağılmaktadır. Mesleki kıdeme göre öğretmenlerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları incelendiğinde anlamlı farklılık olduğu görülmektedir ($p=.001$). Bu anlamlı farklılığın hangi grup arasında olduğunu saptamak için Post Hoc testi yapılmıştır. Yapılan test sonucunda 16 yıl ve üzeri çalışan öğretmen grubunun 0-5 yılları arasında çalışan öğretmen grubu arasında anlamlı ($p=.004$) farklılık gösterdiği ve 11-15 yıl arasında çalışan öğretmen grubu arasında anlamlı ($p=.013$) farklılık gösterdiği bulunmuştur.

4.6. Psikolojik Dayanıklılık ile Öz Yeterlik Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Bu bölümde özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları ile öz yeterlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan Pearson Korelasyon Katsayısı analizine dair sonuçlar yer almaktadır.

Tablo 8. Psikolojik Dayanıklılık ile Öz Yeterlik Arasındaki İlişki

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.Psikolojik Dayanıklılık Toplam	1	.501	.425	.447	.479	.492	.512	.046	-.092	.129
2.Kendilik Algısı		1	.224	.056	.041	.163	.099	-	-	.069
3.Gelecek Algısı			1	.097	.061	.086	.062	.028	.142*	.101
4.Yapısal Stil				1	.148	-.008	.068	.132	.068	.124
5.Sosyal Yeterlik					1	-.084	.140	.046	-.103	.139*
6.Aile Uyumu						1	.026	-	-.060	-
7.Sosyal Kaynaklar							1	.119	-.027	.107
8.Öz Yeterlik Toplam								1	.667	.831
9.Bireysel Öğretim									1	.140
10.Genel Öğretim										1

*p < .01

Tablo 8 incelendiğinde öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ve öz yeterlik düzeyi arasında bir ilişki olmadığı görülmektedir. Psikolojik dayanıklılık düzeyinin sosyal yeterlik alt boyutu ile öz yeterlik düzeyinin genel öğretim yeterliği boyutunda ise pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=0.139$). Bir diğer ilişki de kendilik algısı alt boyutu ile bireysel öğretim alt boyutu arasında da negatif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=-0.142$).

4.7. Psikolojik Dayanıklılık ile Psikolojik Yardım Alma Tutumu Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Bu bölümde özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları ile psikolojik yardım alma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan Pearson Korelasyon Katsayısı analizine dair sonuçlar yer almaktadır.

Tablo 9. Psikolojik Dayanıklılık ile Psikolojik Yardım Alma Tutumu Arasındaki İlişki

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Psikolojik Dayanıklılık Toplam	1	.501	.425	.447	.479	.492	.512	-.050
2. Kendilik Algısı		1	.224	.056	.041	.163	.099	-.096
3. Gelecek Algısı			1	.097	.061	.086	.062	-.029
4. Yapısal Stil				1	.148	-.008	.068	-.155*
5. Sosyal Yeterlik					1	-.084	.140	.116
6. Aile Uyumu						1	.026	-.015
7. Sosyal Kaynaklar							1	-.041
8. PYAİTÖ-KF								1

* p < .01

Tablo 9 incelendiğinde öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile psikolojik yardım alma tutumları arasında bir ilişki olmadığı görülmektedir. Ancak psikolojik dayanıklılığın yapısal stil alt boyutunda psikolojik yardım almaya ilişkin tutum arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur ($r=-0.155$).

4.8. Öz Yeterlik ile Psikolojik Yardım Alma Tutumu Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Bu bölümde özel eğitim öğretmenlerinin öz yeterlikleri ile psikolojik yardım alma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan Pearson Korelasyon Katsayısı analizine dair sonuçlar yer verilmiştir.

Tablo 10. Öz Yeterlik ile Psikolojik Yardım Alma Tutumu Arasındaki İlişki

Değişkenler	1	2	3	4
1.Öz Yeterlik Toplam	1	.667	.831	-.153*
2. Bireysel Öğretim		1	.140	.078
3. Genel Öğretim			1	-.262*
4. PYAİTÖ-KF				1

* p < .01

Tablo 10 incelendiğinde öğretmenlerin öz yeterlik düzeyleri ile psikolojik yardım alma tutumları arasında negatif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=-0.153$). Öğretmenlerin öz yeterlik algı düzeyleri düştükçe psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının yükseldiği söylenebilir. Öğretmenlerin öz yeterlik düzeyi genel öğretim yeterliği alt boyutunda negatif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=-0.262$).

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıklarının, öz yeterliklerin ve psikolojik yardım alma tutumlarının demografik değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığına dair ve bu üç kavram arasında ilişki olup olmadığına dair bulgular ilgili alan yazın çerçevesinde tartışılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular kapsamında öneriler sunulmuştur.

5.1. Sonuç ve Tartışma

Bu bölümde çalışmanın amaçlarına yönelik sonuçlar sunulmuştur. Sonuçlara yönelik ilgili alan yazın çerçevesinde tartışmalara yer verilmiştir.

Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları yüksek düzeye yakın çıkmıştır. Bulunan bu sonuç benzer araştırmaların sonuçlarıyla tutarlılık göstermektedir. Sönmezer (2015) ve Uçar (2014) çalışmalarında öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini yüksek olarak bulmuştur. Araştırmaya katılan özel eğitim öğretmenlerinin yaşamlarında çeşitli zorluklarla karşılaştıklarında bunların üstesinden gelebilecek düzeyde psikolojik dayanıklılıklarının olduğu görülmektedir. Bireyin gelişim serüveninde psikolojik dayanıklılık kavramı erken çocukluk dönemiyle birlikte şekil almaya başlamakta ve bireyin ruh sağlığı üzerinde ve stresli durumlarla baş edebilmede etkili olmaktadır (Kobasa, 1979). Psikolojik dayanıklılık bireyin yaşama olan umudunu artıma da ve stresle baş etmede bir savunma sistemi olarak hareket eder (Satıcı ve Deniz, 2017). Ayrıca bireyin yaşantısında olumsuz durumlar karşısında hissettiği olumsuz duygularını azaltmaya ve iyi oluşu üzerinde uzun süreli etki göstermektedir (Yağan, 2021).

Özel eğitim öğretmenlerinin öz yeterliklerinin ortalamanın az üzerinde bir düzeye sahip oldukları bulunmuştur. Öğretmenlerin bireysel öğretim ve genel öğretim alt boyutlarında da öğretmenlerin aldıkları puanlar yüksek ve birbirine yakın olduğu bulunmuştur. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara benzer şekilde Alaçayır (2011), Diken (2006), Korkut (2009) ve Akdoğan (2009) öğretmenlerin öz yeterliklerinin yüksek düzeyde olduğunu bulmuşlardır.

Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları, Topkaya (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ölçeği ile yapılan çalışmalar açısından değerlendirilmiştir. Literatürde (Topkaya, 2011), (Bicil, 2012), (Gürsoy, 2014), (Topkaya, 2014) ve (Şimşek, 2016) yaptıkları

Çalışmaların puanlarına göre değerlendirildiğinde özel eğitim ğretmenlerinin psikolojik yardım alma tutumlarının ortalamanın üzerinde ve olumlu olduğu söylenebilir.

Cinsiyete göre öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları incelendiğinde yapısal stil alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Kadınların yapısal stillerinin erkeklere göre daha yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. Bu farklılığın kadınlarda yüksek olmasının nedeni COVID 19 dönemine denk gelen araştırma süreci içinde günlük yaşamda var olan işlerinin sürdürülmesinde kadınların erkeklere göre daha çabuk bir şekilde uyum sağladıkları düşünülmektedir. Ayrıca kadınların kendi güçlü yönlerini erkeklere göre daha iyi tanıdıklarını söylenebilir. Ancak diğer alt boyutlarda herhangi bir farklılık olmadığı görülmektedir. Literatürde farklı sonuçlar olduğu görülmektedir. Erkeklerin kadınlara göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek olduğuna yönelik araştırma sonuçlarına ulaşılmıştır (Erdoğan, 2015). Uçar (2014) ve Dündar (2016) ise kadınların psikolojik dayanıklılık düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Yapılan bu araştırmanın sonucuna benzer bulgulara ise Chan (2003), Terzi (2008), Sezgin (2012), Gökmen (2014), Demir (2016), Karataş (2016), Kaya (2018), Karakaya (2019), Nurhat (2017) yaptıkları araştırmalarında cinsiyete göre psikolojik dayanıklılık düzeyinin anlamlı farklılık göstermediğini belirtmişlerdir.

Cinsiyet değişkenine göre öğretmenlerin öz yeterlikleri incelendiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Aynı şekilde cinsiyete göre alt boyutlarda da anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Bu çalışmaya benzer çalışmalara da rastlanmıştır. Nazri ve Barrick (1990), Zengin (2003), Karahan (2008), Kaya (2008), Yılmaz (2010), Tepe (2010), Coşkun, zer ve Tiryaki (2010), Alaçayır (2011), Gençtürk ve Memiş (2010) ve şenol (2012) cinsiyete göre öz yeterliğin anlamlı bir farklılık göstermediğini belirtmişlerdir. Ancak zata (2007) ve Korkut ve Babaoğlan (2012) araştırmalarında cinsiyete göre öğretmenlerin öz yeterliklerinin anlamlı farklılık gösterdiğini bulmuştur. Erkek ğretmelerin öz yeterliğinin kadın öğretmenlere göre daha yüksek düzeyde olduğunu belirtmiştir. Farklı olarak bir diğer çalışmada ise Küçüktepe (2007) ve Altunbaş (2011) araştırmalarında ğretmenlerinin öz yeterlik algılarının cinsiyet açısından anlamlı farklılık gösterdiğini, kadın öğretmenlerin öz yeterliklerinin erkek öğretmenlere göre daha yüksek olduğu belirtmişlerdir.

Cinsiyete göre öğretmenlerin psikolojik yardım alma tutumları incelendiğinde ise anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Yapılan çalışmaya benzer şekilde Akaydın (2002), Akpınar (2021), Kaya (2015), Yılmaz (2020), Şimşek (2016) ve Metin (2017) cinsiyete göre psikolojik yardım almaya ilişkin tutumların anlamlı farklılık göstermediğini saptamıştır. Çalışmanın sonucundan farklı olarak Fischer ve Turner (1970), Türküm (1999), Çıvan (2019), Akgün (2019), Kalkan ve Odacı (2015), Köksal (2018) ve Özdemir (2012) ise kadınların erkeklere göre psikolojik yardım alma tutumlarının daha olumlu olduğunu bulmuştur. Araştırmanın bulguları açısından kadınların ve erkeklerin psikolojik yardım alma tutumları arasında farklılık bulunamamasının nedeni olarak COVID 19 pandemi döneminde veriler toplanmıştır. Bu süreçte insanlar sürekli evde kalarak eşinden, ailesinden veya birlikte yaşadığı bireylerden psikolojik yardım alma ihtiyacını karşılamışlardır. Pandemi döneminde özel eğitim öğretmenlerinin yardım alma tutumlarını bu şekilde karşılamaları cinsiyet açısından anlamlı bir farklılığın oluşmamasına sebep olduğu düşünülmektedir.

Yaşa göre öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri incelendiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Alan yazında yapılan çalışmalarda benzerlik göstermektedir. Wagnild ve Young (1993), Chan (2003), Sezgin (2010), Gökmen (2014), Nurhat (2017), Kaya (2018) ve Ergenç (2016) yaptıkları çalışmalarda yaşa göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşmadığını saptamışlardır. Çalışmadan farklı olarak Yalçın (2013) ilköğretim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıklarının yaşla beraber arttığını belirtmiştir.

Yaşa göre öğretmenlerin öz yeterlik düzeyleri incelendiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Yapılan çalışmaya paralel şekilde benzerlik gösteren çalışmalara ulaşılmıştır. Özata (2007) tarafından ilköğretim öğretmenlerinin öz yeterlikleri algıları ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık saptamamıştır. Bir diğer benzer çalışmada Semerci (2015) tarafından yapılan araştırmada öğretmenlerin öz yeterlikleriyle yaşları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Kapıcı-Zengin (2003) araştırmasında öz yeterlik alt boyutlarında yaş gruplarına göre anlamlı bir fark bulmuştur. Anlamlı farklılığın nedeni; meslekte yeni olan öğretmenlerin aktif, mesleki alan bilgilerinin güncel durumda olması olarak ifade etmiştir. Altunbaş (2011) sınıf öğretmenleri ile yaptığı çalışmasında 31-40 yaş arası öğretmenlerin 41 yaş ve üzeri öğretmenlere göre öz yeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Farklı bir sonucu ise Şenol (2012) öğretmen ve öğretmen adaylarına yönelik olarak yapmış olduğu çalışmada yaş arttıkça öz yeterliğin arttığını belirtmiştir.

Yaşa göre öğretmenlerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları incelendiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Yapılan çalışmaya benzerlik gösteren araştırmalara rastlanmıştır. Akaydın (2002), Arslantaş (2003), Akgün (2019) ve Akpınar (2021) yaşa göre psikolojik yardım alma tutumunun anlamlı farklılık göstermediğini saptamıştır. Çalışmadan farklı olarak Oliver, Pearson, Coe ve Gunnell (2005), Şimşek (2016), Koydemir-Özden ve Erel (2010) ve Çıvan (2019) yaş arttıkça psikolojik yardım almaya ilişkin tutumun arttığını bulmuştur.

Mezun olunan bölüme göre öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları incelendiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Özel eğitim bölümü lisans programından mezun olan öğretmenler ile özel eğitim alanında çalışmak için Milli Eğitim Bakanlığı, devlet veya özel üniversitelerden özel eğitim alanında sertifika alarak çalışan sınıf öğretmenliği, okul öncesi öğretmenliği, çocuk gelişimi ve eğitimi, rehberlik ve psikolojik danışmanlık, psikoloji, edebiyat bölümlerinden mezun olan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bu çalışmayı destekler şekilde benzer çalışmalara rastlanmıştır. Sönmezer (2015) ve Sezgin (2012), Karakaya (2019) mezun olunan bölüm ile psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir farklılık saptamamıştır. Alan yazında yapılan çalışmadan farklı olan sonuçlara da rastlanmıştır. Sınıf öğretmenliği mezunları ile yapılan çalışmada Yalçın (2011) sınıf öğretmenliği mezunu öğretmenler ile diğer bölümlerden mezun öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılık gösterdiğini bulmuştur. Yöneticilerle yapılan çalışmada Gökmen (2014), özel eğitimdeki yöneticiler üzerine yaptığı araştırmasında farklı alan mezunu yöneticilerin özel eğitim alanı mezunu yöneticilere göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğunu bulmuştur. Uçar (2014) ise özel eğitim öğretmenliği dışında mezun öğretmenlerin özel eğitim alan mezunu öğretmenlere göre psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Mezun olunan bölüme göre öğretmenlerin öz yeterlik düzeyleri incelendiğinde genel öğretim yeterliği alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Araştırmamızda öğretmenlerin mezun olunan bölüme göre öz yeterliklerinin genel öğretim yeterliği alt boyutunda farklılaşmasının nedeni çalıştıkları kurum türleri açısından farklı eğitim ve öğretim hizmetlerinin verilmesi, fiziki ortam olarak farklı

sınıflarda eğitim verilmesi gibi nedenlerden kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Özel eğitim sertifikasına sahip olan öğretmenlerin özel eğitim mezunu öğretmenlere göre puanları yüksek bulunmuştur. Sertifika alarak özel kurumlarda çalışan öğretmen sayısı yapılan araştırmada oldukça fazla sayıda yer almaktadır. Gençtürk ve Memiş (2010) sınıf öğretmenlerinin öz yeterliklerinin branş öğretmenlerine göre daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Çalışmanın sonucunda farklı olarak Karahan (2008) ise, özel eğitim öğretmenlerinin öz yeterlik algı düzeylerinin mezun oldukları alana göre farklılaşmadığını saptamıştır. Aynı şekilde Erisen ve Çeliköz (2003) ve Küçüktepe (2007) yaptıkları araştırmalarda öğretmenlerin öz yeterliklerinin mezun olunan bölüme göre farklılaşmadığını saptamıştır.

Mezun olunan bölüme göre öğretmenlerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları incelendiğinde özel eğitim öğretmenleri ile özel eğitim sertifikası alarak özel eğitim alanında çalışan öğretmenler arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir. Yapılan bu çalışmanın bulgularına farklılık gösteren Aydın (2017) tarafından lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülüklerini incelediği çalışmasında psikolojik danışmanlık ve rehberlik bölümü öğrencilerinin psikolojik yardım almaya gönüllülüklerinin diğer bölümlerdeki öğrencilere göre daha olumlu yönde olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bir diğer çalışmada ise Kaya, Yücel ve Demirtaş-Baysal (2019), üniversite öğrencilerinde psikolojik yardım almaya ilişkin tutumunu karşılaştırmalı bir çalışma şeklinde yapmışlardır. Çalışmanın bulgularına göre ruh sağlığı bölümündeki öğrencilerin diğer bölüm öğrencilerine göre psikolojik yardım alma tutumlarının daha olumlu olduğunu belirtmişlerdir.

Mesleki kıdeme göre öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları incelendiğinde sosyal kaynaklar alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu görülürken mesleki kıdem ile psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. 6-10 yıl arasında çalışan grubun sosyal kaynaklar boyutunda; 0-5 yıl arasında çalışan grup ile 11-15 yıl arasında çalışan grup arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. 11-15 yıl arasında çalışan grubun sosyal kaynaklar boyutunun ortalamasının düşük olduğu görülmektedir. Öğretmenlerin mesleğin ilk yıllarında bireylerden ve çevresinden aldığı desteği daha fazla iken meslekte geçen süre arttıkça çevresinden aldığı sosyal destek miktarı azalmaktadır. Öğretmenlerin mesleki kıdemleriyle birlikte arkadaş ve akrabalarından aldığı desteğin azalmasıyla psikolojik dayanıklılık düzeyleri düşmektedir. Öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları mesleki kıdeme göre en yüksek

6-10 yıl grubunda olduğu en düşük ise 11-15 yıl grubunda olduğu ancak anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Öğretmenler mesleğin ilk yıllarından özünde kim olduğu, farkındalığının yüksek olduğu, geleceğe yönelik bakış açılarının daha olumlu olduğu, kendine güveni olduğu, sosyal açıdan kolay iletişim kurabildiği, aile üyeleriyle kolay iş birliği yapabildiği ancak meslekte geçen sürenin artmasıyla birlikte psikolojik dayanıklılık düzeyinde bir azalma olduğu ifade edilebilir. Bu çalışmanın sonuçlarına benzer şekilde Harrison, Loiselle, Duquette ve Semenik (2002), Wagnild ve Young (1993), Sezgin (2009), Gökmen (2014), Uçar (2014), Sönmezer (2015), Karakaya (2019), Selçuklu (2013) ve Kılınç (2014) mesleki kıdeme göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediğini saptamıştır. Ancak Karataş (2016) yaptığı araştırmada öğretmenlerin meslekte çalışma sürelerinin artmasıyla psikolojik dayanıklılık düzeylerinin arttığına yönelik sonuçlara ulaşmıştır. Bir diğer çalışma ise Yalçın (2013) mesleğe yeni başlayan 1-5 yıl aralığındaki öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin 11-15 yıl arasındaki öğretmenlere göre yüksek olduğunu saptamıştır.

Mesleki kıdeme göre öğretmenlerin öz yeterlik düzeyleri incelendiğinde mesleki kıdem ile öz yeterlik arasında anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Öğretmen yeterlik ölçeğinin bireysel öğretim yeterliği alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu farklılığın 0-5 yıl grubunda çalışan öğretmenler ile 6-10 yıl arasındaki öğretmen grubunun ve 11-15 yıl arasındaki grup ile farklılığı bulunmuştur. Ayrıca 6-10 yıl arasındaki öğretmen grubu ile 16 yıl ve üzeri öğretmen grubu arasında farklılığı bulunmuştur. Son olarak da 11-15 yıl öğretmen grubu ile 16 yıl ve üzeri öğretmen grubu arasında farklılık bulunmuştur. Bu çalışmanın bulgularına göre öğretmenlerin öz yeterlikleri mesleğin ilk yıllarında daha yüksek olup ilerleyen yıllarda giderek azalmaktadır. Bir diğer deyişle öğretmenlerin mesleğinin ilk yıllarında 16 yıl ve üzeri meslekte çalışan öğretmenlere göre daha yüksek düzeyde öz yeterlikleri oldukları söylenebilir. Çalışmanın bulgularına göre öğretmenlerin mesleğin ilk yıllarında öğretmenlerin öz yeterliklerinin yüksek çıkması araştırma ve yenilik açısından gelişen teknolojiye ayak uydurmasının daha hızlı olduğu görülmektedir. COVID 19 pandemi dönemi sürecinde uzaktan eğitim programlarıyla eğitim öğretim hizmetlerinin devam etmesi mesleğe yeni başlayan öğretmenlerin öz yeterliklerinin daha yüksek çıkma nedeni olarak düşünülmektedir. Benzer bir çalışmada Altunbaş (2011) sınıf öğretmenleri ile yaptığı çalışmasında 11-20 yıllık öğretmenlerin 21 yıl ve

üzeri öğretmenlere göre daha yüksek öz yeterliğe sahip olduğunu belirtmiştir. Çalışmanın sonuçlarından farklı olarak Üredi (2006) tarafından yaptığı çalışmasında mesleki kıdemi 26 yıl ve daha üstünde bulunan öğretmenlerin, mesleğe yeni başlayan öğretmenlere göre öz yeterliklerinin daha yüksek olduğunu ifade etmektedir. Küçüktepe (2007), ilköğretim öğretmenlerinin mesleki kıdemlerinin arttıkça öz yeterlik algılarının arttığını ifade etmiştir. Benzer bir sonuçta Gençtürk ve Memiş (2010) tarafından sınıf öğretmenlerine yönelik yapılan araştırmanın sonucunda mesleki kıdemin artmasıyla öz yeterliklerinin arttığını ifade etmiştir. Şenol (2012) öğretmen ve öğretmen adaylarına yönelik olarak araştırmasında kıdemin arttıkça öz yeterliğin arttığını ifade etmiştir. Karahan (2008), Korkut ve Babaoğlu (2012) ve Akdoğan (2009) öğretmenlerin öz yeterlik algıları ile mesleki kıdemleri arasında anlamlı bir farklılık saptayamamıştır.

Mesleki kıdeme göre öğretmenlerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları incelendiğinde mesleki kıdem ile psikolojik yardım almaya ilişkin tutum arasında anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. 16 yıl ve üzeri öğretmen grubunun 0-5 yılları arasında çalışan öğretmen grubu ile arasında anlamlı farklılık gösterdiği ve 11-15 yıl arasında çalışan öğretmen grubu ile arasında anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Yapılan bu çalışmanın bulgularına farklılık gösteren Akpınar (2021) araştırmasında öğretmenlerin psikolojik yardım alma tutumlarının mesleki kıdeme göre anlamlı farklılık göstermediğini saptamıştır. Benzer bir çalışmada Yılmaz (2020) tarafından hemşirelerin psikolojik yardım alma tutumlarının mesleki kıdeme göre anlamlı farklılık göstermediğini belirtmiştir. Öğretmenlerin mesleki kıdem açısından psikolojik yardım alma tutumlarının farklılık göstermesinin nedeni olarak meslekte geçen sürenin artmasıyla birlikte profesyonel bir psikolojik yardıma duyulan ihtiyacın arttığı ifade edilebilir. Değişen yaşam şartları içerisinde öğretmenler mesleki süreçlerinde sorunlarla baş etmekte zorlanabildiği ve yardım arama girişimine yönelik tutumunun daha fazla olduğu söylenebilir.

Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık ölçeğinin sosyal yeterlik alt boyutunda öz yeterlik ile pozitif yönde bir ilişki olduğu psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile öz yeterlikleri arasında bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Sosyal yeterlik düzeyi artan öğretmenlerin öz yeterlik düzeyleri de artmaktadır. Öğretmenlerin sosyal açıdan desteklenmesi, insanlarla iletişim kurarak sosyal yaşantısı içerisinde aktif olması durumunda öz yeterlik düzeylerinde de artış olduğu ifade edilebilir. Kendilik

algısı boyutu ile ise negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Yapılan araştırmaya benzerlik gösteren Garza Bain ve Kupczynski (2014) üniversite son sınıf öğrencileriyle yaptığı çalışmada öz yeterlik ile psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı bir ilişki bulamamışlardır. Yapılan çalışmadan farklı olarak Azkapu (2019) psikolojik danışmanlarla yaptığı çalışmada psikolojik dayanıklılık ile genel öz yeterlik algıları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulmuştur. Genel öz yeterlik algıları yükseldikçe psikolojik dayanıklılığın yükseldiğini ifade etmiştir. Betoret (2006) tarafından yapılan bir araştırmada öğretmenlerin yüksek yeterliğe sahip olması problemlerle daha fazla baş edebilme potansiyeline sahip olduklarını ifade etmiştir. Bu çalışmada ise öğretmenlerin hem psikolojik dayanıklılıkları ve öz yeterlikleri ortalamanın üzerinde bulunmuştur.

Özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık ölçeğinin yapısal stil alt boyutunda psikolojik yardım almaya ilişkin tutumu ile negatif yönde bir ilişki oluşu psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları arasında bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Öğretmenlerin kendine olan güvenleri, planlama ve organizasyon yetenekleri arttıkça psikolojik yardım alma tutumlarında bir azalma olduğu ifade edilebilir. Çalışmayı destekler şekilde Kaya (2019) yetişkinlere yönelik yaptığı araştırmasında psikolojik dayanıklılık düzeyi ile psikolojik yardım alma tutumu arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Yapılan araştırmadan farklı olarak Altıntop ve Kesgin (2018) yaptıkları çalışmalarında psikolojik dayanıklılık düzeyi düşük bireylerin psikolojik yardım alma tutumlarının olumlu olduğunu saptamışlardır.

Özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin öz yeterlikleri ile psikolojik yardım alma tutumları arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Öğretmenlerin öz yeterlik düzeyleri düştükçe psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının yükseldiği söylenebilir. Öğretmenlerin öz yeterlik düzeyi genel öğretim yeterliği alt boyutunda negatif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Kişilerin öz yeterliği karşılaştığı problemin üstesinden gelebilecek bir şekilde olması durumunda dışarıdan bir desteğe ihtiyaç duymazken öz yeterlik inancı düşük olan kişiler problemi çözeceğine dair olan inancı zayıftır (Öcel, 2002). Yapılan çalışmaya benzer şekilde Judd, Jackson, Komiti, Murray, Fraser, Grieve ve Gomez (2006) araştırmalarında bireyin düşük öz yeterlilik algısına sahip olması sebebiyle bireyin psikolojik yardım alma tutumunun daha yüksek düzeyde olduğunu belirtmiştir. Porcari (2009) yaşanan ruhsal bir rahatsızlık

durumunda psikolojik yardım alma tutumu ile öz yeterlik negatif yönde düşük düzeyde ilişkilidir. Yapılan çalışmadan farklı olarak Bicil (2012) psikolojik yardım alma tutumu ile öz yeterlik arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu ve öz yeterlik psikolojik yardım alma tutumunu yordamaktadır. Topkaya (2014) tarafından yapılan araştırmada psikolojik yardım alma tutumu ile öz yeterliğin arasında anlamlı bir etki bulamamıştır. Son olarak Akgün (2019) yetişkinlere yönelik yaptığı araştırmasında psikolojik yardım alma tutumuyla öz yeterlik arasında negatif ilişki bulmuştur. Tüm bu çalışmalar değerlendirildiğinde yapılan bu çalışma alan yazında var olan çalışmalarla benzerlik göstermektedir.

5.2. Öneriler

Yapılan araştırmanın sonuçları doğrultusunda uygulamaya ve araştırmaya yönelik öneriler yer almaktadır.

5.2.1. Uygulamaya Yönelik Öneriler

1. Çalışma aynı desenle farklı kademedeki çalışan öğretmen grubuyla yapılarak psikolojik dayanıklılıkları, öz yeterlikleri ve psikolojik yardım alma tutumlarına göre incelenebilir.
2. Öğretmenler üzerinde yapılan çalışmanın öğretmen adayları veya özel gereksinime sahip olan bireylerin aileleriyle yapılabilir.

5.2.2. Araştırmaya Yönelik Öneriler

1. Verilerin toplanmasında nitel yöntemler kullanılarak öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıklarına, öz yeterliklerine ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarına yönelik detaylı bulgular elde edilebilir.
2. Çalışma Konya ili ve ilçeleri sınırlı kalmıştır, başka illerde veya ilçelerde yapılarak karşılaştırmalar yapılabilir.
3. Özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin öz yeterliklerini ölçmek için psikolojik dayanıklılık ve öz yeterlik ölçek geliştirme çalışmaları yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Açıkgöz-Ün, K. (1998). *Etkili Öğrenme ve Öğretme*. İzmir: D.E.Ü, Buca Eğitim Fakültesi Yayınları.
- Akaydın, F. Ş. (2002). Üniversite öğrencilerinin problem alanları, problemlilik düzeyleri, problem çözme becerileri ve yardım arama davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Akçamete, G. (2002). Nitelikli personel yetersizliği. *Öğretmen Dünyası*, 266, 23.
- Akçamete, G., Kaner, S. ve Sucuoğlu, B. (2001). *Öğretmenlerde Tükenmişlik İş Doyumu ve Kişilik*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Akdoğan, F. E. (2009). Zihin engelliler öğretmenlerinin öz yeterlik algıları ve stres düzeyleri arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Akgün, S. (2019). Yetişkinlerin psikolojik yardım alma tutumlarının narsistik eğilimler ve öz yeterlilik açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Akpınar, M. (2021). Öğretmenlerin yakın ilişki yaşantıları ve yılmazlık düzeylerinin psikolojik yardım alma tutumuna etkisinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur.
- Aktaş, E. (2016). Ergenlerin psikolojik dayanıklılıkları ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi, On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Alaçayır, S. (2011). Zihin engelliler öğretmeni adaylarının yeterlik algıları ile öğrenme stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Allinder, R. M. (1994). The relationship between efficacy and the instructional practises of special education teachers and consultants. *Teacher Education and Special Education*, 17(2), 89–95. doi: 10.1177/088840649401700203
- Altıntop, İ. ve Kesgin, B. (2018). İnfertilite tedavisi gören çiftlerin kaygı, psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile başa çıkma stratejileri. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(55), 755-768. doi: 10.17719/jisr.20185537247

- Altunbaş, S. (2011). İlköğretim okullarında görev yapan sınıf öğretmenlerinin öz yeterliklerinin incelenmesi (Elazığ ili örneği). Yüksek lisans tezi, Fırat Üniversitesi, Elazığ.
- Arslandaş, H. (2003). Yetişkinlerde profesyonel psikolojik yardım arama tutumu ve bunu etkileyen faktörler. Doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Arşit, M. H. (2019). Özel eğitim okulları ile rehberlik ve araştırma merkezlerinde görev yapan rehberlik öğretmenlerinin özel eğitimde rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerine ilişkin özyeterliliklerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Biruni Üniversitesi, İstanbul.
- Aslan, R. (2020). Kovid-19 fizyoloji ve psikolojiyi nasıl etkiliyor? *Göller Bölgesi Aylık Ekonomi ve Kültür Dergisi*, 8(88), 47-5.
- Aydın, B. ve diğ. (2005). *Gelişim ve Öğrenme*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Aydın, M. (2017). Lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülüklerinin incelenmesi. *Yıldız Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(1), 76-94.
- Azeem, S. M. (2010). Personality hardiness, job involvement and job burnout among teachers. *International Journal of Vocational and Technical Education*, 2(3), 36- 40.
- Azkapu, Y. (2019). Suriyeli çocuklarla çalışan psikolojik danışmanların, kişilik özellikleri ve öz yeterlik algılarının psikolojik sağlamlıkları üzerindeki etkisi. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Bakkaloğlu H., Akalın S., Keçeli-Kaysılı B., Demir Ş. ve Bahap Ş. (2010). Özel eğitim alanında çalışan öğretmenler hizmet öncesi eğitimlerini ve yeterliklerini nasıl değerlendiriyorlar? 20. *Ulusal Özel Eğitim Kongresi*, Gaziantep. Kök Yayıncılık.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action. *Englewood Cliffs*, 23-28.
- Bandura, A. (1994). Efficacy. *Behaviour Therapist*, 17, 127-127.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*, Freeman, New York.
- Basım, H. N. ve Çetin, F. (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-114.

- Bayer, J. K., & Peay, M. Y. (1997). Predicting intentions to seek help from professional mental health services. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 31(4), 504-513.
- Betoret, F. D. (2006). Stressors, self-efficacy, coping resources, and burnout among secondary school teachers in Spain. *Educational Psychology*, 26(4), 519-539. doi: 10.1080/01443410500342492
- Bicil, B. (2012). Yetişkinlerin psikolojik yardım arama niyetlerinin incelenmesi: İzmir ili örneği. Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Bitmiş, M. G., Sökmen, A. ve Turgut, H. (2013). Psikolojik dayanıklılığın tükenmişlik üzerine etkisi: Örgütsel özdeşleşmenin aracılık rolü. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 15(2), 27-40.
- Brownell, M. T., & Pajares, F. (1996). The influence of teachers' efficacy beliefs on perceived success in mainstreaming students with learning and behavior problems: A path analysis. *Florida Educational Research Council, Dnc. Research Bulletin*, 27, 10-24.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni, SPSS Uygulamaları ve Yorum*. (12. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Cellucci, T., Krogh, J., & Vik, P. (2006). Help seeking for alcohol problems in a college population. *The Journal of General Psychology*, 133(4), 421-433. doi: 10.3200/GENP.133.4.421-433
- Cencirulo, R. S. (2001). The relationship between hardiness and job satisfaction in elementary school teachers, Doctoral dissertation, University of La Sierra.
- Chan, W. D. (2003). Hardiness and its role in the stress-burnout relationship among prospective Chinese teachers in Hong Kong. *Teaching and Teacher Education*, 19(4), 381-395. doi: 10.1016/S0742-051X(03)00023-4
- Coşkun, E., Özer, B. ve Tiryaki, E. N. (2010). Türkçe öğretmeni adaylarının özel alan yeterlik algılarının değerlendirilmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27(123), 123-136.
- Çıvan, K. (2019). Psikolojik danışman adaylarının psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

- Çokluk, Ö. (1999). Zihinsel ve isitme engelliler okulunda görev yapan yönetici ve öğretmenlerde tükenmişliğin kestirilmesi. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Çokluk-Bökeoğlu, Ö. (2001). Engelliler okullarında görev yapan yöneticilerde ve öğretmenlerde tükenmişlik. *Özel Eğitim Dergisi*, 3(1), 35-47. doi: 10.1501/Ozlegt_00000000053
- Dağlıoğlu, H. E. (2010). Üstün yetenekli çocukların eğitiminde öğretmen yeterlikleri ve özellikleri. *Milli Eğitim Dergisi*, 40 (186), 72-84.
- Demir, M. (2016). Kanser hastası olan kişilerin bağlanma stillerine göre psikolojik dayanıklılıklarının incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Demirbaş, M. ve Yağbasan R. (2006). Sosyal öğrenme teorisi ile kazandırılan bilimsel tutum davranışlarının akademik başarı, cinsiyet ve sosyo ekonomik düzey tarafından yordanmasına ilişkin bir araştırma. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 6(2), 331-362.
- Demirbaş, N. (2010). Yaşamda anlam ve yılmazlık. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Diken, İ. H. (2005). Öğretmen Yeterlik ölçeği Türkçe Uyarlaması, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Eurasian Journal of Educational Research*, 16, 102-112.
- Diken, İ. H. (2006). Öğretmen adaylarının yeterliği ve zihinsel engelli öğrencilerin kaynaştırılmasına ilişkin görüşleri. *Eurasian Journal of Educational Research*, 23, 72-81.
- Dilek, C. (2010). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Durak, M. (2002). Deprem yaşamış üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerini yordamada psikolojik dayanıklılığın rolü. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Dündar, Ü. (2016). Lise öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi: Gaziosmanpaşa ilçesi örneği. Yüksek lisans tezi, Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.

- Eminağaoğlu, N. (2008). Güç koşullarda yaşayan sokak çocuklarında dayanıklılık. Doktora tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Enders, C. K. (2001). The impact of nonnormality on full information maximum-likelihood estimation for structural equation models with missing data. *Psychological Methods*, 6(4), 352. doi: 10.1037/1082-989X.6.4.352
- Erbaş, D. ve Yücesoy Ş. (2002). Özel eğitim öğretmenliği programlarında yer alan uygulama derslerini yürütürken kullanılan iki farklı dönüt verme yönteminin karşılaştırılması. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 109–123.
- Erdoğan, E. (2015). Tanrı algısı, dini yönelim biçimleri ve öznel dindarlığın psikolojik dayanıklılıkla ilişkisi üniversite örnekleme. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(29), 223-246.
- Ergenç, B. (2016). Anasınıfı öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin sosyal beceriler ve empatik eğilim düzeyleri, üzerindeki rolü. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Erişen, E. ve Çeliköz, N. (2003). Öğretmen adaylarının genel öğretmenlik davranışları açısından kendilerine yönelik yeterlilik algıları. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1(4), 427-440.
- Fındıkçı, İ. (1991). *Eğitimde Nitelik Geliştirme*. İstanbul: Kültür Koleji Yayınları.
- Fischer, E. H., & Farina, A. (1995). Attitudes toward seeking professional psychological help: A shortened form and considerations for research. *Journal of Coll Student Development*, 36, 368–373.
- Fischer, E. H., & Turner, J. L. (1970). Development and research utility of an attitude scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 35, 79–90. doi: 10.1037/h0020198
- Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, J. H., & Hjemdal, O. (2005). Resilience in relation to personality and intelligence. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 14(1), 29-42.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H., Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12(2), 65-76. doi: 10.1002/mpr.143

- Garza, K. K., Bain, S. F., & Kupczynski, L. (2014). Resiliency, self-efficacy, and persistence of college seniors in higher education. *Research in Higher Education Journal*, 26, 1-19.
- Gençtürk, A. ve Memiş, A. (2010). İlköğretim okulu öğretmenlerinin öz-yeterlik algıları ve iş doyumlarının demografik faktörler açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 9(3), 1037-1054.
- Gentry, W. D., & Kobasa, S. C. (1984). Social and psychological resources mediating stressillness relationships in humans. In W. Doyle Gentry (Ed.), *Handbook of behavioral medicine* (87-116). New York: Guilford Pres.
- George, D., & Mallery, P. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple study guide and reference* (10. Baskı). GEN, Boston, MA: Pearson Education, Inc, 10.
- Gibson, S., & Dembo, M. H. (1984). Teacher efficacy: A construct validation. *Journal of Educational Psychology*, 76(4), 569-582. doi: 10.1037/0022-0663.76.4.569
- Girgin, G. ve Baysal, A. (2005). Zihinsel engelli öğrencilere eğitim veren öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyi ve bazı değişkenler. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(18), 1-10.
- Gizir, C. A. (2004). Akademik sağlamlık: yoksulluk içinde sekizinci sınıf öğrencilerinin akademik başarılarına katkıda bulunan koruyucu faktörlerin incelenmesi. Doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Gökmen, B. (2014). Özel eğitim okulu yöneticilerinin psikolojik dayanıklılık ve iş doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi (İstanbul örneği). Yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Göktaş, Z. ve Yetim, A. A. (2004). Öğretmenin mesleki ve kişisel nitelikleri. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 12(2), 541-550.
- Guskey, T. R., & Passaro P. (1994). Teacher efficacy: A study of construct dimensions. *American Educational Research Journal*, 31(3), 627-643. doi: 10.3102/00028312031003627
- Gürkan, U. (2006). Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeylerine etkisi. Doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Gürsel, O. (2007). *Bireyselleştirilmiş eğitim programlarının geliştirilmesi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.

- Gürsoy, O. (2014). Profesyonel psikolojik yardım alma deneyimlerine göre mersin üniversitesi öğrencilerinin psikolojik yardım almaya yönelik tutumları: sosyal damgalanma, kendini damgalama, kendini açma, benlik saygısı ve cinsiyet değişkenlerinin rolü. Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Gürsoy, O. ve Gizir, A. C. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları: sosyal damgalama, kendini damgalama, öznel sıkıntıları açma, benlik saygısı ve cinsiyetin rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(49), 137-155.
- Harrison, M., Loiselle, C. G., Duquette, A., & Semenic, S. E. (2002). Hardiness, work support and psychological distress among nursing assistants and registered nurses in quebec. *Journal of Advanced Nursing*, 38(6), 584-591. doi: 10.1046/j.1365-2648.2002.02225.x
- Henson, R. K. (2002). From adolescent angst to adulthood: Substantive implications and measurement dilemmas in the development of teacher efficacy research. *Educational Psychologist*, 37(3), 137-150. doi: 10.1207/S15326985EP3703_1
- Johnson, S. T., Wallace M. B., & Thompson S. D. (1999). Broadening the scope of assessment in the schools: building teacher-efficacy in student assessment. *Journal of Negro Education*, 68, 368-406. doi: 10.2307/2668110
- Judd, F., Jackson, H., Komiti, A., Murray, G., Fraser, C., Grieve, A., & Gomez, R. (2006). Help-seeking by rural residents for mental health problems: the importance of agrarian values. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 40(9), 769- 77. doi: 10.1080/j.1440-1614.2006.01882.x
- Kalafat, S. (2012). Lise Öğretmenleri Kişilik Özelliklerinin Öğretmen Yeterliliklerine Etkisi. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (3), 193-200.
- Kalaycı, Ş. (2009). *SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Kalkan, M. ve Odacı, H. (2005). Cinsiyet ve cinsiyet rolünün psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarla ilişkisi. *Türk Rehberlik ve Psikolojik Danışma Dergisi*, 3(23), 57-64.
- Kapıcı-Zengin, U. (2003). Öğretmenlerin öz-yeterlilik algıları ve sınıf-içi iletişim örüntüleri. Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

- Karahan, Ş. (2008). Özel eğitim okullarında çalışan eğitimcilerin öz yeterlik algılarının ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 26(3), 129-142.
- Karakaya, Y. (2019). Öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları ile motivasyonları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Erzincan.
- Karakuş, İ. (2017). Öğretmen adaylarının öz yeterlik inançları ile öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Kahramanmaraş
- Karakuş, S. ve Ünsal, S. (2017). Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık ile mesleki sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 8(29), 831-850.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Nobel Kitabevi, Ankara, 20. Baskı.
- Karataş, R. (2016). Özel eğitim okullarında çalışan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve başa çıkma stratejilerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Kaya, B. (2008). Sosyal bilgiler öğretmen adaylarının düşünme becerilerinin öğretime yönelik öz yeterliklerinin değerlendirilmesi. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Kaya, Ç. (2015). Attitude towards seeking professional psychological help in a sample of pre-service teachers. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 224-234.
- Kaya, M. E. (2019). Kayıp yaşayan yetişkinlerin psikolojik dayanıklılıkları ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Kaya, M. E., Yücel, S. ve Demirtaş-Baysal, H. (2019). Üniversite öğrencilerinde psikolojik yardım almaya ilişkin tutum: karşılaştırmalı bir çalışma. IX. *Uluslararası Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Araştırmaları Kongresi* içinde (s.590-598). İstanbul: Marmara Üniversitesi.

- Kaya, T. (2018). Özel eğitim merkezlerinde çalışan çeşitli meslek gruplarının bilişsel esneklik ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Kılınç, A. C. (2014). İlköğretim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Turkish Journal of Education*, 3(1), 70-79. doi: 10.19128/turje.181077
- Kırcaali-İftar, G. (1998). Özel gereksinimli bireyler ve özel eğitim. S. Eripek (Ed.), *Özel eğitim içinde* (s. 3-12). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Kırımlı, F. (2007). Lise öğrencilerinin psikolojik yardım arama tutumlarını etkileyen etmenler. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Kızmaz, Z. (2006). Okullardaki şiddet davranışının kaynakları üzerine kuramsal bir yaklaşım. *CÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 30(1), 47-70.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1-11. doi: 10.1037/0022-3514.37.1.1
- Kobasa, S. C., Maddi, S., & Khan, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168-177. doi: 10.1037//0022-3514.42.1.168
- Komiya, N., Good, G. E., & Sherrod, N. B. (2000). Emotional openness as a predictor of college students' attitudes toward seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, 47(1), 138-143. doi: 10.1037/0022-0167.47.1.138
- Korkut, K. (2009). Sınıf öğretmenlerinin öz yeterlik inançları ile sınıf yönetimi beceri algıları arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur.
- Korkut, K. ve Babaoğlu, E. (2012). Sınıf öğretmenlerinin öz yeterlik inançları. *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, 8(16), 269-281.
- Koydemir-Özden, S. ve Erel, Ö. (2010). Psychological help-seeking: role of sociodemographic variables, previous help-seeking experience and presence of a problem. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 688-693. doi: 10.1016/j.sbspro.2010.07.166
- Köksal, E. Ç. (2018). Attitudes towards psychological help-seeking among preservice primary school teachers. *Elementary Education Online*, 17(4), 2006-2012. doi: 10.17051/ilkonline.2019.506930

- Köse, İ. A. (2007). Öğretmen öz-yeterlik algısı ölçeğinin farklı gruplarda yapı geçerliğinin sınanması. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kurt, N. (2011). Çevik kuvvet personelinin stresle başa çıkma tutumları, psikolojik dayanıklılıkları ve iş doyumu düzeyleri. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Küçüktepe, S. E. (2007). İlköğretim öğretmenlerinin öz-yeterlik algılarının öz-oluşum türlerine göre ve tercih ettikleri öğretim stillerine göre incelenmesi. Doktora tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Lin, Y. N. (2002). Taiwanese university students' perspectives on helping. *Counseling Psychology Quarterly*, 15(1), 47-58. doi: 10.1080/09515070110104015
- Luthans, F., Vogelgesang, G. R., & Lester, P. B. (2006). Developing the psychological capital of resiliency. *Human Resource Development Review*, 5(1), 25-44. doi: 10.1177/1534484305285335
- Metin, A. (2017). Lise öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumlarının kendini damgalama ve sosyal damgalanma algısına göre incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Okan Üniversitesi, İstanbul.
- Nazri, İ. ve Barrick, K. (1990). Professional knowledge, competency achievement of agricultural teachers with and without preservice teacher preparation in pensular malaysia, *Journal of Agricultural Education*, Summer, 49–54.
- Nurhat, T. (2017). Özel eğitimde çalışan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Oğuz, A. (2012). Sınıf öğretmeni adaylarının akademik öz yeterlik inançları. *Anadolu Journal of Educational Sciences*, 2(2), 15-28.
- Oliver, M. I., Pearson, N., Coe, N., & Gunnell, D. (2005). Help-seeking behaviour in men and women with common mental health problems: cross-sectional study. *The British Journal of Psychiatry*, 186(4), 297-301. doi: 10.1192/bjp.186.4.297
- Öcel, H. (2002). Takım sporu yapan oyuncularda kolektif yeterlilik öz yeterlilik ile başarı algı ve beklentileri. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Öğülmüş, S. (2002). Bir kişilik özelliği olarak yılmazlık. *I. Ulusal Çocuk ve Suç: Nedenler ve Önleme Çalışmaları Sempozyumu Bildiriler*, 327-340.

- Öz, F. ve Yılmaz, E. B. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.
- Özata, H. (2007). Öğretmenlerin öz-yeterlik algılarının ve örgütsel yenileşmeye ilişkin görüşlerinin araştırılması. Yüksek lisans tezi, Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.
- Özbay, Y., Terzi, Ş., Erkan, S. ve Çankaya, Z. C. (2011). Üniversite öğrencilerinin profesyonel yardım arama tutumları, cinsiyet rolleri ve kendini saklama düzeyleri. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 1(4), 59-71.
- Özcan, B. (2005). Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler karşılaştırması. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara
- Özdemir, S. (2012). Psikolojik yardım alma tutumu ile kişilik, kendini saklama, cinsiyet rolleri arasındaki ilişkiler. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Özyürek, M. (2008). Nitelikli öğretmen yetiştirmede sorunlar ve çözümler: Özel eğitim örneği. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(2), 189-226.
- Pajares, F. (2005). Overview of social cognitive theory and self-efficacy. *Educational and Psychological Measurement*, 68(3), 443-463. doi: 10.1177/0013164407308475
- Porcari, C. (2009). Predictors of help-seeking in returning operation enduring freedom (oef) and operation Iraqi freedom (oif) veterans. Doctoral dissertation, Eastern Michigan University, Michigan.
- Rogler L. H., & Cortes D. H. (1993). Help seeking pathways: A unifying concept in mental health care. *AmJ Psychiatry*, 150, 554-561. doi: 10.1176/ajp.150.4.554
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological monographs: General and Applied*, 80(1), 1. doi: 10.1037/h0092976
- Sakız, G. (2007). Does teacher affective support matter? An investigation of the relationship among perceived teacher affective support, sense of belonging, academic emotions, academic self-efficacy beliefs, and academic effort in middle school mathematics classrooms. Doctoral dissertation, The Ohio State University, Columbus, OH.

- Satıcı, S. A. ve Deniz, M. E. (2017). Mizahla başa çıkma ve iyilik hali: Psikolojik sağlık ve iyimserliğin aracılık rolünün incelenmesi. *Elementary Education Online*, 16(3), 1343-1356. doi: 10.17051/ilkonline.2017.330262
- Say, M. (2005). Fen bilgisi öğretmenlerinin öz yeterlilik inanışları. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Selçuklu, A. E. (2013). Örgütsel bağlılığın bir yordayıcısı olarak kurum kültürü ve psikolojik dayanıklılık: okulöncesi öğretmenleri üzerine bir çalışma. Yüksek lisans tezi, Erciyes Üniversitesi, Kayseri.
- Selki, M. S. (2021). Yetişkin bireylerde psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ile algılanan sosyal destek ve anksiyete arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Semerci, D. (2015). Okul öncesi öğretmenlerinin sınıf yönetimi becerileri, öz yeterlik algıları ve mesleki motivasyonları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Senemoğlu, N. (2005). *Gelişim Öğrenme ve Kuramdan Uygulamaya Öğretim*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Sezgin, F. (2009). Relationships between teacher organizational commitment, psychological hardiness and some demographic variables in Turkish primary schools. *Journal of Educational Administration*, 47(5), 630-651. doi: 10.1108/09578230910981099
- Sezgin, F. (2010). Öğretmenlerin örgütsel bağlılığının bir yordayıcısı olarak okul kültürü. *Eğitim ve Bilim*, 35(156), 142-159.
- Sezgin, F. (2012). İlköğretim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(2), 489-502.
- Sibicky, M., & Dovidio, J. F. (1986). Stigma of psychological therapy: Stereotypes, interpersonal reactions, and the self-fulfilling prophecy. *Journal of Counseling Psychology*, 33(2), 148. doi: 10.1037/0022-0167.33.2.148
- Soodak, L. C., & Podell, D. M. (1993). Teacher efficacy: toward the understanding of a multi- faceted construct. *Teaching and Teacher Education*, 12(4), 401-411.
- Sönmez, V. (2007). *Öğretim İlke ve Yöntemleri*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Sönmezer, B. (2015). Öğretmenlerin tükenmişlik ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Erciyes Üniversitesi, Kayseri.

- Sürgevil, O. (2006). *Çalışma hayatında tükenmişlik sendromu*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Şenol, F. B. (2012). Okul öncesi öğretmen adayları ile okul öncesi öğretmenlerinin öğretmenlik mesleğine yönelik özyeterlik inançlarının karşılaştırılması. Yüksek lisans tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyonkarahisar.
- Şimşek, P. (2016). Yetişkinlerin psikolojik yardım alma tutumlarının incelenmesi: Mardin ili örneği. Yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Taşkaya, S. M. (2012). Nitelikli bir öğretmende bulunması gereken özelliklerin öğretmen adaylarının görüşlerine göre incelenmesi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(33), 283-298.
- Tepe, S. (2010). Müzik öğretmenliği programında bireysel çalgı eğitimi-gitar öğrencilerinin mesleki yeterlik algılarının değerlendirilmesi. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Terzi, Ş. (2005). Öznel iyi olmaya ilişkin psikolojik dayanıklılık modeli. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), 1-11.
- Topkaya, N. (2011). Psikolojik yardım alam niyetinin sosyal damgalanma, tedavi korkusu, beklenen yara, beklenen risk ve tutum faktörleriyle modellenmesi. Doktora tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Topkaya, N. (2014). Psikolojik yardım almaya ilişkin tutumu yordamada cinsiyet, psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama ve sosyal damgalanma. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 14(2), 471-487.
- Topkaya, N. ve Meydan, B. (2013). Üniversite öğrencilerinin problem yaşadıkları alanlar, yardım kaynakları ve psikolojik yardım alma niyetleri. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 25-37.
- Turgut, İ. (1995). Çocuk felsefesi. *Yaşadıkça Eğitim*, 39, 2-4.
- Türküm, S. (1999). Stresle başa çıkma biçimi, iyimserlik, bilişsel çarpıtma düzeyleri ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlar arasındaki ilişkiler: üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma, 5. *Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, Ankara.

- Uçar, T. (2014). Özel eğitim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin ve mesleki sosyal destek düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi (İstanbul ili Avrupa Yakası örneği). Yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Üredi, L. (2006). İlköğretim I. ve II. kademe öğretmenlerinin öğretim stili tercihlerine göre öğretmenlik mesleğine ilişkin algılarının incelenmesi. Doktora tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Vogel, D. L., Wade, G., N., Wester, S. R., Larson, L., & Hackler, A. H. (2007). Seeking help from a mental health professional: the influence of one's social network, *Journal of Clinical Psychology*, 63(3), 233–245. doi: 10.1002/jclp.20345
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.
- Weiskopf, P. E. (1980). Burnout among teachers of exceptional children. *Exceptional Children*, 47(1), 18-23.
- Wilson, C. J., & Deane, F. P. (2000). Adolescent opinions about reducing help seeking barriers and increasing appropriate help seeking engagement. *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 12(4), 354-364. doi: 10.1207/S1532768XJEPC1204_03
- WoolfoJk, A. E., & Hoy, W. K. (1990). Prospective teachers' sense of efficacy and beliefs about control. *Journal of Educational Psychology*, 82, 81-91. doi: 10.1037/0022-0663.82.1.81
- Yağan, F. (2021). Öğretmenlerde bilişsel esneklik ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide mizah kullanımı ve mutluluğun aracı rolünün yapısal eşitlik modellemesi ile incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.
- Yalçın, M. (2011). Özel eğitim kurumlarında çalışan eğitimcilerin tükenmişlik düzeylerinin empatik eğilim ve bazı değişkenler ile olan ilişkisi. Yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.
- Yalçın, S. (2013). İlköğretim okulu öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile stres, psikolojik dayanıklılık ve akademik iyimserlik arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.

- Yeşilyaprak, B. (2003). *Eğitimde rehberlik hizmetleri* (6. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Yılmaz, F. H. (2020). Bir rehabilitasyon hastanesinde çalışan hemşirelerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları ile psikolojik yardım alma nedeniyle damgalanma algısı. Yüksek lisans tezi, İstanbul Okan Üniversitesi, İstanbul.
- Yılmaz, İ. (2010). Türkçe öğretmeni adaylarının özel alan ve öz yeterlik algıları. Yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Zengin, U. K. (2003). İlköğretim öğretmenlerinin öz-yeterlilik algıları ve sınıf-içi iletişim örüntüleri. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Zimmerman, B. J., & Cleary, T. J. (2006). Adolescents' development of personal agency: The role of self-efficacy beliefs and self-regulatory skill. *Self-efficacy Beliefs of Adolescents*, 5, 45-69.

EKLER

EK 1: Ege Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etîği Kurulu Karar Belgesi



**EGE ÜNİVERSİTESİ SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER
BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU
KARAR BELGESİ**

Ek-2

YÜRÜTÜCÜNÜN ADI SOYADI / KURUMU	Doç. Dr. Pelin PİŞTAV AKMEŞE / Eğitim Fakültesi
DANIŞMANIN ADI SOYADI / KURUMU	-
DİĞER ARAŞTIRMACILAR	Bayram KEÇİLİ / Eğitim Bilimleri Enstitüsü
ARAŞTIRMANIN TÜRÜ	☒ Yüksek Lisans Tezi ☐ Doktora Tezi ☐ Özgün Araştırma
ARAŞTIRMANIN BAŞLIĞI	Özel Eğitim Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılık, Öz Yeterlik ve Psikolojik Yardım Alma Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi
BİLİRKİŞİ GÖRÜŞÜ	Yok
KARARIN ALINDIĞI TOPLANTI TARİHİ	24.11.2021
TOPLANTI / KARAR SAYISI	15/29
KARAR	Araştırma, OYBİRLİĞİ ile etik açıdan uygun bulunmuştur.
PROTOKOL NO: 1201	

Prof. Dr. Mehmet ERSAN

Kurul Başkanı

Elektronik onaylıdır (online toplantı yolu ile)

Prof. Dr. Hülya YILMAZ

Kurul Başkan Yardımcısı

Elektronik onaylıdır (online toplantı yolu ile)

Prof. Dr. Fazlı GÖKÇEK

Kurul Üyesi

Elektronik onaylıdır (online toplantı yolu ile)

Prof. Dr. Sonia AMADO

Kurul Üyesi

(Toplantıda bulunmadı.)

Prof. Dr. Mustafa MUTLUER

Kurul Üyesi

Elektronik onaylıdır (online toplantı yolu ile)

Prof. Dr. Metin KARADAĞ

Kurul Üyesi

Elektronik onaylıdır (online toplantı yolu ile)

Prof. Dr. Nadim MACİT

Kurul Üyesi

Elektronik onaylıdır (online toplantı yolu ile)

EK 2: Kişisel Bilgi Formu

LÜTFEN BU DÖKÜMANI DİKKATLİCE OKUMAK İÇİN ZAMAN AYIRINIZ

Sizi Pelin PİŞTAV AKMEŞE danışmanlığında Bayram KEÇİLİ tarafından yürütülen "Özel Eğitim Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılık, Öz Yeterlik Ve Psikolojik Yardım Alma Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı **araştırmaya** davet ediyoruz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Eğer anlayamadığınız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz bize sorunuz.

Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmaya **katılmama** veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan **çıkma** hakkında sahipsiniz. **Çalışmayı yanıtlamanız, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz** biçiminde yorumlanacaktır. Size verilen **formlardaki** soruları yanıtlarken kimsenin baskısı veya telkini altında olmayın. Bu formlardan elde edilecek kişisel bilgiler tamamen gizli tutulacak ve yalnızca araştırma amacı ile kullanılacaktır.

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1-Cinsiyetiniz () Kadın () Erkek

2-Yaşınız.....

3- Mezun olduğunuz bölüm nedir?

() Özel Eğitim Öğretmenliği

() Sınıf Öğretmenliği

() Okul Öncesi Öğretmenliği

() Çocuk Gelişimi

() Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

() Diğer

4- Meslekte çalışma süreniz? (.....) yıl

5- Kurumunuzun türü?

() Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi () Özel Eğitim Meslek Lisesi

() Özel Eğitim Anaokulu () Rehberlik Araştırma Merkezi

() İlkokul Özel Eğitim Sınıfı

() Ortaokul Özel Eğitim Sınıfı

() Özel Eğitim Uygulama Okulu I. Kademe

EK 3: Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği- Örnek Maddeler

Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

1. Beklenmedik bir olay olduğunda...	Her zaman bir çözüm bulurum	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Doğu kez ne yapacağımı kestiremem
2. Gelecek için yaptığım planların...	Başarılması zordur	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Başarılması mümkündür
3. En iyi olduğum durumlar şu durumlardır...	Ulaşmak istediğim açık bir hedefim olduğunda	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Tam bir günlük boş bir vaktim olduğunda
4. ...olmaktan hoşlanıyorum	Diğer kişilerle birlikte	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Kendi başıma
5. Ailemin, hayatta neyin önemli olduğu konusundaki anlayışı...	Benimkinden farklıdır	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Benimkiyle aynıdır
6. Kişisel konuları ...	Hiç kimseyle tartışmam	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Arkadaşlarımla/Aile-üyeleriyle tartışabilirim
7. Kişisel problemlerimi...	Çözemem	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Nasıl çözebileceğimi bilirim
8. Gelecekteki hedeflerimi...	Nasıl başaracağımı bilirim	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Nasıl başaracağımdan emin değilim

EK 4: Öğretmen Yeterlik Ölçeği- Örnek Maddeler

ÖĞRETMEN YETERLİK ÖLÇEĞİ (ÖYÖ)

	Kesinlikle Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1. Öğrencinin sınıfta bulunduğu sürenin öğrenci üzerindeki etkisi, öğrencinin ev ortamının öğrenci üzerindeki etkisi ile kıyaslandığında daha azdır.	☐	☐	☐	☐	☐
2. Bir öğrencinin öğrenme kapasitesi, o öğrencinin anne-babası ile ilgili faktörlerle doğrudan ilişkilidir.	☐	☐	☐	☐	☐
3. Eğer öğrenciler evlerinde gerekli disiplini almazlarsa, muhtemelen okulda da disipline edilemezler.	☐	☐	☐	☐	☐
4. Öğrencilerimin karşılaştıkları öğrenme problemlerinin çoğunu çözme konusunda bir eğitim almadım.	☐	☐	☐	☐	☐
5. Öğrencinin verilen bir ödev ile ilgili problemleri olduğu zaman, ödevi öğrencinin öğrenme düzeyine uyarlamada sık sık zorluklar yaşıyorum.	☐	☐	☐	☐	☐

EK 5: Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Örnek Maddeler

PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA İLİŞKİN TUTUM ÖLÇEĞİ-KISA FORM

	Kesinlikle Katılıyorum	Katılıyorum	Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1. Akıl sağlığımda bir bozulma olduğunu düşünürsem, ilk tercihim bir uzmandan yardım almak olur.	☐	☐	☐	☐
2. Sorunlar hakkında bir psikologla konuşma fikri, bana, duygusal çatışmalardan kurtulmanın kötü bir yolu gibi geliyor.	☐	☐	☐	☐
3. Hayatımın bu döneminde ciddi bir duygusal kriz yaşasam, psikoterapi olarak rahatlayabileceğimden eminim.	☐	☐	☐	☐
4. Bir kişinin, gerektiği hâlde bir uzmandan yardım almadan çatışmalarıyla ve korkularıyla baş etmeyi istemesi takdir edilecek bir tutumdur.	☐	☐	☐	☐

EK 6: Konya İl Milli Eğitim Müdürlüğü Uygulama İzni



T.C.
KONYA VALİLİĞİ
İl Milli Eğitim Müdürlüğü



Sayı : E-83688308-605.99-47828323
Konu : Araştırma İzni (Bayram KEÇİLİ)

14.04.2022

DAĞITIM YERLERİNE

- İlgi : a) Milli Eğitim Bakanlığının (Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü) 21.01.2020 tarihli ve 2020/2 sayılı Genelgesi.
b) 07/04/2022 tarihli ve E-41778198-302.08.01-635429 sayılı yazınız.
c) 14/04/2022 tarihli Araştırma İzinleri Değerlendirme Komisyonu Tutanağı.

Ege Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Özel Eğitim Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Bayram KEÇİLİ'nin "Özel Eğitim Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılık, Öz Yeterlilik ve Psikolojik Yardım Alma Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu araştırmasını uygulama talebi incelenmiştir.

Araştırmanın, Konya il genelinde bulunan özel eğitim okulları, rehberlik ve araştırma merkezleri ile özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde görev yapan öğretmenlere eğitim öğretimi aksatmamak ve ilgi (a) Genelgede belirtilen açıklamalara uyulması kaydıyla gerçekleştirilmesi ilgi (c) komisyon tutanağı ile uygun görülmektedir. Müdürlüğümüze bağlı eğitim kurumlarındaki çalışmaların 2021-2022 eğitim öğretim yılı içerisinde tamamlanması zorunludur. Araştırma kapsamında yürütülecek çalışmaların 2021-2022 eğitim öğretim yılında tamamlanmaması durumunda Müdürlüğümüzden tekrar izin alınması gerekmektedir.

Araştırmada Müdürlüğümüz tarafından onaylanarak gönderilen veri toplama araçlarının kullanılması, elde edilecek kişisel verilerin gizliliği hususuna dikkat edilmesi ve araştırma sonucunun çalışma bitiminden itibaren 30 gün içerisinde elektronik ortamda istatistik42@meb.gov.tr e-posta adresine ve bir adet kitapçık olarak Müdürlüğümüze gönderilmesi gerekmektedir.

Arz/Rica ederim.

Mustafa KURT
Müdür a.
Müdür Yardımcısı

Ek:

- 1-Genelge (3 Sayfa)
- 2-Katılımcı Onam Formu (1 Sayfa)
- 3-Kişisel Bilgi Formu (1 Sayfa)
- 4-Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği - Kısa Form (1 Sayfa)
- 5-Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (1 Sayfa)
- 6-Öğretmen Yeterlilik Ölçeği (1 Sayfa)

Dağıtım:

Gereği:

Ege Üniversitesi Rektörlüğüne

Bilgi:

31 İlçe Milli Eğitim Müdürlüğüne

EK 7: Ölçek İzinleri

Fwd: Öğretmen Yeterlik Ölçeği

Gelen Kutusu x



ibrahim halil diken

22 Nis 2021 Per 10:26



Alıcı: ben

İngilizce > Türkçe İletiyi çevir

İngilizce için kapat x

Bayram hocam merhaba...Kullanabilirsiniz...

--

yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği

Gelen Kutusu x



Nejat Basım

16 Nis 2021 Cum 01:37



Alıcı: ben

Değerli Bayram Keçili,

Mesajınızı bu adresimden yanıtlıyorum. Ölçeği çalışmalarınızda kullanabilirsiniz. Ölçeğin yer aldığı makaleyi, makalenin sonunda yer alan ölçeğin word ortamındaki halini ve değerlendirme esaslarını içeren bilgi notunu ekte gönderiyorum. Çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim.

--

Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form (PYTÖ-KF) Kullanım İzin İsteği

Gelen Kutusu x



BAYRAM KEÇİLİ

15 Nis 2021 Per 21:51



Merhaba, Ben Ege Üniversitesi Özel Bölümü Yüksek Lisans Öğrencisi Bayram KEÇİLİ. Yapacağım tez çalışmada "Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği..."

Nursel Topkaya

15 Nis 2021 Per 22:30



Alıcı: ben

Merhaba,

ölçeği kullanabilirsiniz. Tezin sonunda ölçek maddeleri var. Lütfen tezin makalesine de atıf yapınız.

Kolay gelsin.