ASOS JOURNAL

The Journal of Academic Social Science

Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi, Yıl: 9, Sayı: 119, Ağustos 2021, s. 134-151

ISSN: 2148-2489 Doi Number: <http://dx.doi.org/10.29228/ASOS.51908>

Yayın Geliř Tarihi / Article Arrival Date
26.06.2021

Yayınlanma Tarihi / The Publication Date
29.08.2021

Dr. Öğr. Üyesi Kahraman GÜLER

İstanbul Aydın Üniversitesi, Klinik Psikoloji
kahramanguler@aydin.edu.tr
Orcid: 0000-0002-0049-0658

Klinik Psikolog Kadriye YÖNDEM

İstanbul Aydın Üniversitesi
kadriyeyondem@aydin.edu.tr

COVID-19 SÜRECİNDE ÖĞRETMENLERİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK İLE TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Öz

Bu çalışma; Covid-19 sürecinde öğretmenlerin psikolojik sağlamlılıkları ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi için yapılmıştır. Ayrıca yaş, cinsiyet, branş ve meslekte çalışma süresi gibi sosyodemografik özelliklerin covid 19 sürecinde öğretmenlerin psikolojik sağlamlılıkları ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkiye olan etkisi de araştırılmıştır. Araştırmaya Türkiye’de yaşayan 214’ü kadın ve 111’i erkek olmak üzere toplamda 325 kişi katılım göstermiştir. Araştırmada sosyodemografik veri formu, Koronavirüs 19 Fobisi (CP19-S) Ölçeği, Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlılık Ölçeği, Maslach Tükenmişlik Ölçeği kullanılmıştır. Veri toplama için ölçekler Google Formlara geçirilmiş ve basit seçkisiz yöntemle seçilmiş çalışmakta olan 325 katılımcıya ulaşılmıştır. Bu araştırma da Bağımsız Örneklemeler T-testi iki bağımsız grupları karşılaştırırken tercih edilmiştir. Pearson Korelasyon analizi ile ölçekler arasındaki ilişki ve ölçek ile sürekli değişken arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda Covid 19-Fobisi Ölçeği ile Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlılık Ölçeği puanları arasında orta seviyede ve negatif ilişki, Covid 19-Fobisi Ölçeği ile Olumsuzluğa Dayanıklılık puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Covid 19-Fobisi

Ölçeği ile Maslach Tükenmişlik Ölçeği puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: Covid 19, Öğretmen, Psikolojik Sağlamlılık, Tükenmişlik

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL STRENGTH AND BURNOUT LEVELS OF TEACHERS IN THE COVID-19 PROCESS

Abstract

This work; It was conducted to determine the relationship between the psychological resilience of teachers and their burnout levels in the covid 19 process. In addition, the effect of sociodemographic characteristics such as age, gender, branch and duration of work on the relationship between the psychological resilience of teachers and their burnout levels during the covid 19 process was also investigated. A total of 325 people, 214 women and 111 men, living in Turkey, participated in the study. Sociodemographic data form, Coronavirus 19 Phobia (CP19-S) Scale, Connor-Davidson Psychological Resilience Scale, Maslach Burnout Scale were used in the study. For data collection, scales were transferred to Google Forms and 325 participants were selected using a simple random method. In this study, the Independent Samples T-test was preferred when comparing two independent groups. The relationship between the scales and the relationship between the scale and the continuous variable were examined with Pearson Correlation analysis. As a result of the study, a moderate and negative relationship between Covid 19-Phobia Scale and Connor-Davidson's Psychological Resilience Scale scores, a weak and negative relationship between Covid 19-Phobia Scale and Resilience to Negativity scores, weakness between Covid 19-Phobia Scale and Maslach Burnout Scale scores level and positive relationship was found.

Keywords: Covid-19, Teacher, Psychological Resilience, Burnout

GİRİŞ

Koronavirüs, Psikolojik Sağlamlık ve Tükenmişlik

Dünya var olduğundan beri insanlar birçok salgından muzdarip olmuş ve farklı pandemi süreçlerinden geçmişlerdir. Bunlardan biri de 2019 yılının Aralık ayında Çin'de ortaya çıkan Covid-19 virüsüdür. Ülkemizde koronavirüs ismiyle bilinen virüs dünyayı etkilemiş ve etkilemeye devam etmektedir. Tetik (2021), Covid-19 virüsünde vaka miktarlarındaki coğrafi olarak yayılma durumunun ve sayı olarak vakaların hızlı bir şekilde artmasının Çin'deki kişilerin genel sağlık durumlarını tepe taklak ettiğini ve sağlık hizmetlerini etkilediğini belirtmektedir. Bu yüzden de dünyada hızla yayılan bu virüsün kısa bir süre içinde devletlerin savaştığı en önemli sorun olduğundan söz edilmektedir.

Birçok kişinin ölümüne sebep olan Covid-19'un Türkiye'de ilk vaka ile birlikte ülkede birçok önlemin alındığı bu önlemlerden ilkinin ise eğitim ve öğretime bir süre ara verilmesi olduğundan söz edilmektedir (Soysal, 2020). Covid-19'un tüm dünya ülkelerinin önlemsiz olarak karşılaştığı bir kriz olarak mali, sosyal ve sağlık alanları önde olarak ortaya çıktığı açıklanmaktadır. Var olan yapıların, kökten yenilenmeye ve tekrardan biçim almaya zorlandığı

belirtilmektedir (Bulca ve Karadem, 2020, s. 8). Alınan tedbirlerin dünya üzerinde yaşayan insanların toplu şekilde hayatlarını evlerinde sürdürmeye zorunlu bıraktığı ve bu durumun da kişilerin hayatlarını çok farklı yönlerden etkilediğine değinilmektedir (Hatun vd., 2020). Eğitim öğretime bir süre ara verildikten sonra yeni dönemde okullar belirli kısıtlamalar ile tekrar açılmış; öğrenciler hem yüz yüze eğitime hem de canlı ders şeklinde çevrimiçi eğitime tabi tutulmuştur.

Karantina sürecinin kişiler üzerindeki etkilerini gözlemlemek için yapılan araştırmalarda, bireylerde öfke, travmaya bağlı stres ve bilinç dağınıklığı gibi psikolojik olarak negatif sonuçların olduğu bilgisine ulaşılmaktadır. Bireylerin hayatlarındaki sürekli yaptıkları şeylerin kaybı, fiziksel ve sosyal aktivitelerin sayıca düşmesi aynı zamanda hareketlerinin sınırlandırılmasının bireylerde yalnız bırakılmışlık duygusuna, düş kırıklığına ve sıkıntıya sebebiyet verdiği açıklanmaktadır (Kaya Ciddi ve Yazgan, 2020, s. 263).

Hatun vd. ne (2020) göre ise; Koronavirüs pandemisinin dünya üzerinde bireylerin sadece hayatları ve fiziksel sağlığı için önemli korkulara yol açmadığı bununla birlikte kaygı bozukluğu, panik bozukluk, depresif bozukluklar, ızdırap ve kayıp gibi birçok psikolojik problemlerin de meydana gelmesini de etkilediği açıklanmaktadır.

Bununla birlikte pandeminin öncelerinde Koronavirüs tanısı almış kişilerin, bu kişilerle temas eden ve karantinada olan bireylerin, aile ve yakından iletişimde oldukları kişilerin ve aynı zamanda sağlık alanında görev yapan kişilerin zihinsel sağlıklarının korunmasının önemli olduğunun üzerinde durulduğundan söz edilmektedir (Coşkun Yaş, 2020).

Psikolojik sağlamlık bireylerin temel olarak, güç durumlar, zorluklar yaşamasına rağmen yeniden uyum sağlayabilmesi ya da zihinsel sağlığı koruyabilmesini yeniden elde etme olarak ifade edilen “resilience” sözcüğünden geldiği belirtilmektedir.(Herrman vd., 2011). Birçok anlamı olan bu kelimeden başka bir tanımda ise; bireyin bir zorlama durumuyla nasıl baş ettiği ve yaşamış olduğu zorluktan hangi şekilde çıktığı ile ilgili bir kavram olarak bahsedilmektedir. Masten ve arkadaşlarının alan kaynaklarına bakıldığında psikolojik sağlamlığı anlatmak için üç ana etmeni belirttiği açıklanmaktadır. İlk etmen bu terimin var olan güçlüklerle baş edebilen ve göstermesi istenilenden daha çok iyileşme gösteren yoğun risk içindeki kişileri anlatması olarak belirtilmektedir. İkinci etmenin kaygılı hayat tecrübeleri ile mücadele etme durumlarında kişilerin hızlıca adapte olma özelliği olduğu, üçüncü etmenin ise; psikolojik sarsıntının olması beklenen sonuçlarından kurtulma ve bireylerin kendilerini iyi hissetmeleri hususunda ciddi görevi olan benzer ve farklı kişisel özellikleri inceleyen çalışmalar olarak söz edilmektedir (Gizir, 2007).

Sonuç olarak psikolojik sağlamlık teriminin ne anlama geldiğine dair var olan literatür incelendiğinde üç ortak nokta olduğundan söz edilmektedir. Bunlardan a)risk veya zorluk b)olumlu adaptasyon, baş etmek ve yeterlik c)koruyucu faktörler olarak bahsedilmektedir. Buradan hareketle psikolojik sağlamlık; adaptasyon dönemine yardımcı olan ve kesinlikle olumlu uyum sağlama ile ilgili koruyucu faktörlerin var olan risk faktörleriyle kesin etkisiyle oluşan bir durum olarak açıklanabileceğine değinilmektedir (Uzun, 2019).

Psikolojik sağlamlıktan, sadece kişinin risk ya da güç karşıladığı bir durum ile baş etmek durumunda olduğunda söz edilebileceği söylenmektedir. Bundan dolayı psikolojik sağlamlığın kilit kavramının risk olduğu vurgulanmaktadır (Aydın, 2018). Genel anlamda bakıldığında riskin, kişilerden çok grupları ifade etmek için öne sürülen bir kavram olduğu; risk faktörlerinin

negatif bir olayın meydana gelme ihtimalini arttıracak veya olma ihtimali yüksek bir sorunun olmasına sebebiyet verecek etkiler şeklinde belirtildiği söylenmektedir (Gizir, 2007).

Bununla birlikte küçük yaşlarda veya erinlik döneminde risk içeren olaylar yaşamının, ilerideki gelişim aşamalarında aksaklıklara neden olduğu belirtilmektedir. Hayatta insanın yaşadığı travmalar ile denk geldiği yıkıcı tecrübeler, bu bireyin psikolojik açıdan daha sağlam olmasında ve hayatını daha sağlıklı devam ettirmesinde risk etmeni olacak şekilde ortaya çıktığından söz edilmektedir. Risk faktörlerinin; anne-babanın sahip olduğu psikopatolojik-fizyolojik bir durum, maddi sıkıntı, istismar, genetik hastalık, ayrılık, terör ya da doğal felaketler olarak söylenebileceği açıklanmaktadır (Kararımak, 2006). Psikolojik sağlamlıkta söz edilen risk faktörlerinin bireysel, çevresel ve ailesel olarak üç grupta incelenebileceği açıklanmaktadır (Doğan, 2020).

Bireyle ilgili risk faktörleri; zeka seviyesinin normalin altında olması, kişinin kendine olan güvenin azlığı, gergin mizaç, okul hayatındaki başarısızlık, alıkonulmaya karşı hoşgörünün azlığı, genetik problemler, aşırı hareketlilik ve uyumlu olmayan tavırların varlığı, yeterli olmayan mücadele etme mekanizmaları şeklinde açıklanmaktadır (Aydın, 2018). Aile ile ilgili risk faktörleri; psikolojik/devamlılığı olan bir hastalığa sahip ebeveynin olması, suç davranışı sergilemiş veya madde alan anne-babanın olması, dört veya daha fazla çocuğu olan bir ailede olmak ve kardeşler arasındaki yaş farkının iki seneden daha az olma durumu, biyolojik olarak başka ailenin çocuğu olmak, sadece bir ebeveynin olması, anne-baba ayrılığı ya da kaybı, ev içinde fizyolojik ve psikolojik şiddete uğramış ve uğruyor olmak şeklinde açıklanmaktadır (Öz ve Bahadır, 2009, s. 84). Çevre ile ilgili risk faktörleri; normalin altında sosyo-ekonomik durumun varlığı, iyi örnek olacak kişilerin yokluğu, yaşanan çatının eksikliği, akademik koşulların eksikliği ya da yokluğu, iş bulamama ve yaşanan yerden ayrılma, toplumsal hizmetlerin azlığı, psikolojik ve fiziksel şiddet ve tacizin bulunduğu bir yerde hayatını sürdürmek, arkadaş desteğinin olumlu olmaması şeklinde belirtilmektedir (Ülker-Tümlü, 2012, Öz ve Bahadır, 2009).

Psikolojik sağlamlıkla alakalı durumlardan birinin de deneyimlenen kötü duruma karşı kişinin yapıcı davranmasını hızlandıran etmen olan koruyucu faktörler olduğundan söz edilmektedir. Buradan hareketle risk faktörleri ile koruyucu faktörlerin birbirinin tam tersi iki yön olduğu, psikolojik sağlamlığın artış gösterdiği durumlarda kaygının azalma gösterdiğinin tartışıldığı açıklanmaktadır (Kararımak, 2006). Psikolojik sağlamlıkları yüksek olan bireylerin yaşamdaki olumsuz durumlarla savaşırken içsel ve dışsal tavsiyelerden yararlandıklarına değinilmektedir. Koruyucu faktörlerin içsel olanlarının; kişinin kendi yeterliği, problemleri çözme becerisi, kendine güveni ve saygısı, kendini kontrolü ve geleceğe dönük olumlu duyguları, dışsal olanlarının ise; çevrenin ve ailenin niteliklerinden oluştuğu açıklanmaktadır (Uzun, 2019).

Bireysel koruyucu faktörlerden risk faktörüyle karşı karşıya geldiğinde bireyin temelini kendinden aldığı koruyucular olarak söz edilmekte ve bunlar; kendini başkasının yerine koyabilme, sorumluluk, otokontrol, seviye olarak iyi bilişsel beceri, kendilik algısının yüksek olması, gülmece duygusunun olması, ileriye dönük plan yapabilme ve pozitif olmak, yardımcı olma duygusu olarak açıklanmaktadır (Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009, s. 84). Aile ile ilgili olan koruyucu faktörlerden ise; evlatların ileriki hayatı ile ilgili ailelerin pozitif ümitler oluşturmaları, etkili evlat-anne birlikteliğinin kurulması, ebeveynlerin iyi eğitilmiş olmaları ve anne-baba ile hayatını sürdürmek olarak bahsedilmektedir (Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009, s. 84). Öz ve

Bahadır Yılmaz (2009) çevreyle ilgili koruyucu faktörleri; pozitif toplumsal dayanak, olumlu bir birliktelik yaşamak, pozitif akran dayanağı ve okul çevresi ve örnek alınabilecek bir kişinin olması şeklinde açıklamaktadır.

Olumlu sonuçlar kavramı, sahip olunan çevresel şartlar dahilinde, kişisel gelişim dönemini sağlıklı şekilde sürdürmesi için kişinin olumlu ve sağlıklı bir adaptasyon sergilemesi olarak tanımlanmaktadır (Tülün, 2012). Psikolojik sağlamlıkta hem bireysel etkenlerin hem de birey-çevre ilişkisinin kayda değer bir etkisinin olduğu söylenmektedir (Hoşoğlu vd., 2018). Psikolojik sağlamlıkta dikkat çekenlerden bir grup ta öğretmenlerdir. Çalışılan yerin ve yapılan çalışmanın kaygı vericiliğinin, öğretmenlerin yaptıkları işten aldığı tatmini ve başarımını kötü etkileyen bir etmen olduğu söylenmektedir. Hatırı sayılır bir öğretmen kitlesinin bu işi çok stresli bulduğu bununla birlikte öğretmenliğin bireysel veya grupsal kaygı unsurlarının, öğretmen hareketlerini kötü yönde etkisi altına aldığı meslek olduğu söylenmektedir. Yaşanan çok yoğun kaygının meslekten uzaklaşma ve tükenmişlik ile sonuçlandırıldığı; stres ile çalışan öğretmenin yaptığı işte olumlu sonuçlar almasının zor olduğu vurgulanmaktadır. Öğretmenlerin psikolojik olarak sağlamlıklarının pekiştirilmesi, yaptıkları işin kaygılı taraflarıyla baş etme ile tükenmişlik düşüncesini önlemek için gerekli olduğu belirtilmektedir (Cin, 2018).

Tükenmişlik kelimesi enerjinin, gücün ya da iç kaynakların çok yoğun bir şekilde kullanılarak başarısız olmak, yıpranmak olarak tanımlanmaktadır (Freudenberger, 1974). Maslach'a göre ise tükenmişlik; diğer insanlarla yoğun bir şekilde çalışma koşullarında olan kişilerin farklı ve yoğun duygusal isteklere maruz kalmaları sonucunda kendilerinde öfke, utanç, korku ve umutsuzluk gibi duyguların da oluşmasıyla ve sorunların çözümlerinin bazen belirsiz bazen hayal kırıklığı ile sonuçlanmasıyla oluşan duygusal bir tükenme-sinizm sendromu olarak belirtilmektedir (Maslach ve Jackson, 1981, s. 99).

Tükenmişliğin oluşmasına sebep olan etmenlerin bir bölümünü kişilerin kendileriyle alakalı olan bireysel etmenler oluştururken diğer bölümünü ise, kişinin kendisi hariç bulunduğu çevrenin sebep olduğu çevresel(örgütsel) etmenlerden oluştuğu açıklanmaktadır (Gülay, 2019). Kişisel ve sosyal faktörleri; medeni hal, yaş, evlat miktarı, cinsiyet, eğitim düzeyi, çalışmaya düşkünlük, bireysel umutlar, güdülenme seviyesi, sergilenen başarı, bireysel özellikler, etkileşimde olduğu kişiler ile büyüklerinden aldığı destek, kaygılar, çalışma hayatında geçirdiği süre gibi durumların etkilediği söylenmektedir. Çevresel(örgütsel) faktörleri ise; iş hayatının sürdürüldüğü kurum, işin özellikleri, çevrenin özellikleri, yedi günlük işte geçiren süre, belirsizlik ve arbede, denetim, fazla rolün etkisi, olumlu pekiştireçler, adalet ve önem verilen şeyler, çalışma gerginliği, fikirlere uygun bulunamaması, rolün açık olmaması, örgüt içindeki iletişim ve örgüt havasının söylenebileceği belirtilmektedir (Akyürek, 2020).

Maslach'ın tükenmişliği üç boyutlu olarak incelediği ve bu boyutları duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve bireysel başarının azalması şeklinde incelediğinden söz edilmektedir (Gündüz, 2005). *Duygusal tükenme*, bir bireyin gücünün en aşağı seviyeye düşmesi ve bu kişinin hislerindeki azalma şeklinde açıklanmaktadır (Gülay, 2019). *Duyarsızlaşma ise*; duygusal verilerin bitmeye başlaması ile birlikte ortaya çıkan, kişinin birlikte iş yaptıklarına yönelik negatif, dalgacı hisler ve davranışlar oluşturması olarak tanımlanmaktadır. Çoğunlukla kişinin hoşnutsuzluğunun çoğalması ve işiyle alakalı hedeflerinin bitmesiyle ortaya çıkan duyarsızlaşmayla; kişinin diğerlerine sert ve aşağılayıcı şekilde hareket ettiği ve bu kişilerin istek ve ricalarını önemsememesi ile sonuçlandırıldığı belirtilmektedir (Akyürek, 2020). *Bireysel başarının azalması*, tükenmişliğin üçüncü boyutu olarak belirtilmektedir. Kişisel başarı

problemin çözümünde üstünlük sağlama ve kişinin kendisini ehliyetli hissetmesi olarak tanımlanırken bireysel başarının azalması kavramı ise; bireyin kendini çalışma hayatında başarı göstermeyen ve verimli olmayan şekilde hissetmesi olarak anlatılmaktadır (Özmen, 2016).

Kişilerin karşılıklı iletişim içinde bulunması gereken işlerde çok yüksek rastlanan tükenmişliğin en yoğun olarak görüldüğü meslek alanlarından biri de eğitim alanı olduğundan söz edilmektedir. Eğitim alanında olan kişilerin tükenmişliğe çok yakın risk gruplarından olduğu belirtilmektedir. Öğretmenlerin, kişilerle fazla iletişim içerisinde olmasından ve bu yüzden mesleki tükenmişlik sendromu ile karşı karşıya kaldıklarından dolayı bu bölümde olan araştırmaların büyük oranının öğretmenlerle yapıldığı bilgisi verilmektedir (Cemaloğlu ve Erdemoğlu Şahin, 2007, s. 467). Tükenmişliğin öğretmenlerde yoğun olarak bulunmasına ve meydana gelmesine; farklı mali, toplumsal ve bilimsel değişimlerle birlikte değişen öğretim, eğitim felsefesi ve uygulamalarının sebebiyet verdiği belirtilmektedir (Gündüz, 2005:). Tüm bunlardan yola çıkarak son yıllarda dünyada yaşanan koronavirüs-19 pandemisinin gerektirdiği önlemler çerçevesinde öğretmenlerin süreçteki psikolojik sağlamlıklarının ve baş etme durumlarına göre tükenmişliklerinin etkileneceği düşüncesiyle bu araştırma yapılmıştır.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Çalışmada değişkenler arasındaki ilişkiyi ölçmek için ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu modelde sayıca birden daha fazla değişken arasında var olan değişimi ya da değişimin miktarını belirlemek amaçtır (Karasar, 2012).

Örneklem

Araştırmanın örneklemini çalışmakta olan öğretmenleri kapsamaktadır. Katılımcılar googleforms üzerinden ölçekleri doldurarak katılım göstermişlerdir. Örneklem grubu %65.8' i (n=214) kadın ve %34.2' si (n=111) erkek olmak üzere toplam 325 kişiden oluşmaktadır. Araştırmaya Türkçe, Türk Dili ve Edebiyatı, Sınıf, Özel Eğitim, Okul Öncesi, Matematik, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi, İngilizce, Fen Bilimleri, Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi, Beden Eğitimi ve Spor, Bilişim, Biyoloji, Sosyal Bilgiler, Tarih, Teknoloji ve Tasarım, Müzik, Görsel Sanatlar, Fizik, Felsefe, Coğrafya, Kimya, Diğer Diller ve diğer branşlardan öğretmenler katılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Koronavirüs 19 Fobisi (CP19-S) Ölçeği

Koronavirüs 19 Fobisi (CP19-S) Ölçeği İbrahim Arpacı, Kasım Karataş ve Mustafa Baloğlu tarafından koronavirüse karşı gelişen fobiyi ölçmek için geliştirilmiştir. Ölçeğin likert tipi, 5 dereceli kendini değerlendirme ölçeği olduğu belirtilmektedir. Ölçekte yer alan maddeler 1 den 5 e kadar “Kesinlikle Katılmıyorum” ile “Kesinlikle Katılıyorum” arasında değerlendirilmektedir. 1., 5., 9., 13., 17. ve 20. maddelerin Psikolojik Alt Boyutu; 2. 6. 10. 14. Ve 18. maddelerin Somatik Alt Boyutu; 3. 7. 11. 15. ve 19. maddelerin Sosyal Alt Boyutu; 4. 8. 12. Ve 16. maddelerin ise Ekonomik Alt Boyutu ölçmektedir. Alt boyut puanlarının o alt boyuta ait maddelere verilen cevapların puan toplamı ile elde edilirken; toplam C19P-S puanı alt boyut puanlarının toplamı ile elde edildiği ve bu puanın 20 ile 100 puan arasında değiştiği bilinmektedir. Elde edilen puanın yüksekliği genel koronafobideki ve alt boyutlardaki yüksekliği belirtmektedir (Arpacı vd., 2020).

Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlılık Ölçeği

Connor ve Davidson Psikolojik Sağlamlılık Ölçeği (CD-RISC): Connor ve Davidson tarafından geliştirilen ölçek 5'li Likert tipi ve 25 maddelik bir ölçektir (Connor & Davidson, 2003). Ölçeğin Türk kültürüne uyarlaması ise Kararımak (2010), tarafından yapılmış ve elde edilen Cronbach alfa katsayısı .92 çıkmıştır. Ölçeğin puanlanması; Hiç doğru değil (0), Nadiren doğru (1), Bazen doğru (2), Sıklıkla doğru (3) ve Her zaman doğru (4) ifadeleri ile yapılmaktadır. Ölçeğin toplam puanı 0-100 arasındadır ve kesme puanı bulunmamaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan, yüksek psikolojik sağlamlılığı işaret etmektedir

Maslach Tükenmişlik Ölçeği

Maslach ve Jackson, polisler, öğretmenler, hemşireler ve psikiyatristler gibi insanlarla yüz yüze iletişim gerektiren sağlık ve hizmet sektöründe görev yapan 1025 kişinin yer aldığı bir örneklem üzerinden tükenmişlik ölçeğini geliştirme çalışmalarında bulunmuştur. Yapılan açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri sonucunda duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı olmak üzere üç boyutu bulunmaktadır. Türkçe uyarlaması Nuri Barış İnce ve Ali E. Şahin tarafınsan yapılan ölçek 22 maddeden oluşan 7'li Likert tipi bir ölçektir. Her bir alt boyut için ayrı ayrı hesaplanan Cronbach Alpha katsayısı duygusal tükenme boyutu için 0.88, duyarsızlaşma boyutu için 0.78, kişisel başarı boyutu için 0.74 olarak bulunmuştur. Madde-toplam korelasyonları dikkate alındığında envanterde yer alan maddelerin iyi bir ayırt ediciliğe sahip olduğu anlaşılmaktadır. Yapı geçerliği için uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen AGFI, GFI, RMSEA, CFI ve NFI gibi uyum indeksleri doğrulamak için kurulan modelin kabul edilebilir uyum düzeyine sahip olduğunu göstermektedir. (İnce Şahin, 2015).

Sosyodemografik Bilgi Formu

Sosyodemografik bilgi formunda öğretmenlere yaş, cinsiyet, branş ve meslekte çalışma süreleri sorulmuştur.

Verilerin Toplanması

Araştırmada kullanılan verilerin toplanması 2021 yılında gerçekleştirilmiştir. Veri toplama araçlarının uygulanabilmesi için Sosyodemografik bilgi formu, Koronavirüs 19 Fobisi (CP19-S) Ölçeği, Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlılık Ölçeği ve Maslach Tükenmişlik Ölçeği Google Formlarda düzenlenmiş ve basit seçkisiz yöntemle seçilmiş çalışmakta olan 325 öğretmene uygulanmıştır. Verileri toplama süreci yaklaşık 2 ay sürmüştür. Veri toplama araçlarındaki soruların doğru ve içten şekilde doldurulması için katılımcılardan herhangi bir kimlik bilgisi istenmemiştir. Bununla birlikte samimi ve içten doldurmalarının çalışmanın güvenilirliğini arttıracak bilgisi verilmiştir.

Verilerin Analizi

Toplanan verilerin analizine başlamadan önce, veriler bilgisayar ortamına gönderilmiş ve istatistiksel analizi SPSS 25 programı yardımı ile yapılmıştır. Normal dağılımı göstermesi amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiş ve ölçekler ve alt boyutları -2 +2 değerleri arasında olduğu için normal dağılım olduğuna ulaşılmıştır (George ve Mallery, 2010). Çarpıklık ve basıklık değerlerine ilişkin tablo aşağıda verilmiştir.

Covid-19 Fobisi Ölçeği, Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Maslach Tükenmişlik Ölçeğine İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

	n	Çarpıklık	Basıklık
C19PS	325	0.551	0.386
Psikolojik	325	0.366	0.007
Somatik	325	0.883	1.459
Sosyal	325	0.362	-0.069
Ekonomik	325	0.732	1.098
Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği	325	-0.014	0.016
Azim ve Kişisel Yetkinlik	325	-0.153	0.123
Olumsuzluğa Dayanıklılık	325	-0.202	0.620
Ruhsallığa Eğilim	325	-0.487	0.087
Maslach Tükenmişlik Ölçeği	325	0.790	0.281
Duygusal Tükenme	325	0.679	-0.167
Duyarsızlaşma	325	1.044	0.914
Kişisel Başarı Duygusunda Azalma	325	0.239	0.211

Normal dağılıma karar verdikten sonra parametrik analizler kullanılmaya karar verilmiştir. Bu araştırma da Bağımsız Örneklem T-testi iki bağımsız grupları karşılaştırırken tercih edilmiştir. Pearson Korelasyon analizi ile ölçekler arasındaki ilişki ve ölçek ile sürekli değişken arasındaki ilişki incelenmiştir. Son olarak bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni yordamasını analiz etmek için Çoklu Doğrusal Regresyon analizi yapılmış ve yöntem olarak Stepwise yöntemi tercih edilmiştir.

BULGULAR VE YORUM

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

		n	%
Cinsiyet	Kadın	214	65.8
	Erkek	111	34.2
	Total	325	100.0
Branş	Türkçe Öğretmeni	16	4.9
	Türk Dili ve Edebiyatı	20	6.2
	Sınıf Öğretmeni	77	23.7
	Özel Eğitim Öğretmenliği	14	4.3
	Okul Öncesi Öğretmenliği	41	12.6
	Matematik Öğretmeni	26	8.0

Çocuk Gelişimi ve Eğitim Öğretmeni	12	3.7
İngilizce	29	8.9
Fen Bilimleri Öğretmeni	13	4.0
Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi	12	3.7
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni	7	2.2
Bilişim Teknolojileri ve Yazılım	9	2.8
Biyoloji Öğretmeni	6	1.8
Sosyal Bilgiler	7	2.2
Tarih Öğretmeni	4	1.2
Teknoloji ve Tasarım	5	1.5
Müzik Öğretmeni	2	0.6
Görsel Sanatlar	5	1.5
Fizik Öğretmeni	4	1.2
Felsefe Öğretmeni	5	1.5
Coğrafya Öğretmeni	3	0.9
Kimya Öğretmeni	2	0.6
Diğer Diller	4	1.2
Diğer	2	0.6
Total	325	100.0

Katılımcıların %65.8'i kadın, %34.2'si erkek, %4.9'u Türkçe öğretmeni, %6.2'si Türk dili ve edebiyatı öğretmeni, %23.7'si sınıf öğretmeni, %4.3'ü özel eğitim öğretmeni, %12.6'sı okul öncesi öğretmeni, %8'i matematik öğretmeni, %3.7'si çocuk gelişimi ve eğitimi öğretmeni, %8.9'u İngilizce öğretmeni, %4'ü fen bilimleri öğretmeni, %3.7'si din kültürü ve ahlak bilgisi öğretmeni, %2.2'si beden eğitimi ve spor öğretmeni, %2.8'i bilişim teknolojileri ve yazılım öğretmeni, %1.8'i biyoloji öğretmeni, %2.2'si sosyal bilgiler öğretmeni, %1.2'si tarih öğretmeni, %1.5'i teknoloji ve tasarım öğretmeni, %0.6'sı müzik öğretmeni, %1.5'i görsel sanatlar öğretmeni, %1.2'si fizik öğretmeni, %1.5'i felsefe öğretmeni, %0.9'u coğrafya öğretmeni, %0.6'sı kimya öğretmeni, %1.2'si diğer dillerin öğretmeni, %0.6'sı diğer.

Tablo 2. Katılımcıların Yaşlarına ve Meslekte Çalışma Sürelerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

	n	Min	Maks	$\bar{X}$	Ss.
Yaş	325	22	55	36	8
Meslekte Çalışma Süresi	325	1	35	12	8

Katılımcıların Yaş ortalaması ($\bar{X}=36$, $SS=8$), Meslekte Çalışma Süresi ortalaması ($\bar{X}=12$, $SS=8$)'dir.

Tablo 3. Covid-19 Fobisi Ölçeği, Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Maslach Tükenmişlik Ölçeği İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

	n	Min	Maks	$\bar{X}$	Ss.
C19PS	325	21	88	47.97	12.35
Psikolojik	325	6	30	17.84	4.82
Somatik	325	5	21	9.18	3.12
Sosyal	325	5	24	13.15	3.83
Ekonomik	325	4	19	7.80	2.61
Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği	325	37	99	68.12	10.65
Azim ve Kişisel Yetkinlik	325	20	60	43.12	7.27
Olumsuzluğa Dayanıklılık	325	6	28	17.56	3.68
Ruhsallığa Eğilim	325	1	11	7.44	2.09
Maslach Tükenmişlik Ölçeği	325	27	76	45.28	9.57
Duygusal Tükenme	325	8	34	16.48	6.07
Duyarsızlaşma	325	6	22	11.65	2.82
Kişisel Başarı Duygusunda Azalma	325	9	27	17.16	3.13

Katılımcıların C19PS Ölçeği ortalaması ($\bar{X}=47.97$, $SS=12.35$), Psikolojik ortalaması ($\bar{X}=17.84$, $SS=4.82$), Somatik ortalaması ($\bar{X}=9.18$, $SS=3.12$), Sosyal ortalaması ($\bar{X}=13.15$, $SS=3.83$), Ekonomik ortalaması ($\bar{X}=7.80$, $SS=2.61$), Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ortalaması ($\bar{X}=68.12$, $SS=10.65$), Azim ve Kişisel Yetkinlik ortalaması ($\bar{X}=43.12$, $SS=7.27$), Olumsuzluğa Dayanıklılık ortalaması ($\bar{X}=17.56$, $SS=3.68$), Ruhsallığa Eğilim ortalaması ($\bar{X}=7.44$, $SS=2.09$), Maslach Tükenmişlik Ölçeği ortalaması ($\bar{X}=45.28$, $SS=9.57$), Duygusal Tükenme ortalaması ($\bar{X}=16.48$, $SS=6.07$), Duyarsızlaşma ortalaması ($\bar{X}=11.65$, $SS=2.82$), Kişisel Başarı Duygusunda Azalma ortalaması ($\bar{X}=17.16$, $SS=3.13$)'dür.

Tablo 4. Yaş, Meslekte Çalışma Süresi Değişkenleri ile Covid-19 Fobisi Ölçeği, Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Maslach Tükenmişlik Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Ait Bulgular

	Yaş	Meslekte Çalışma Süresi
C19PS	0.050	0.046
Psikolojik	-0.020	-0.013
Somatik	.138*	.117*
Sosyal	0.023	0.022
Ekonomik	0.074	0.068
Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği	0.013	0.008
Azim ve Kişisel Yetkinlik	-0.006	-0.012
Olumsuzluğa Dayanıklılık	0.075	0.070
Ruhsallığa Eğilim	-0.043	-0.039
Maslach Tükenmişlik Ölçeği	-0.076	-0.091
Duygusal Tükenme	-0.020	-0.029
Duyarsızlaşma	-0.060	-0.083
Kişisel Başarı Duygusunda Azalma	-.140*	-.147**

** $p < 0.01$, * $p < 0.05$ Kullanılan test: Pearson ve Spearman Korelasyon Testi

Yaş ile Somatik ($r = .138$, $p < 0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Meslekte Çalışma Süresi ile Somatik ($r = .138$, $p < 0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Yaş ile Kişisel Başarı Duygusunda Azalma ($r = -.140$, $p < 0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Meslekte Çalışma Süresi ile Kişisel Başarı Duygusunda Azalma ($r = -.147$, $p < 0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki vardır.

Tablo 5. Covid-19 Fobisi Ölçeği ile Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Maslach Tükenmişlik Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Ait Bulgular

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1-C19PS	1												
2-Psikolojik	.898**	1											
3-Somatik	.822**	.587**	1										
4-Sosyal	.906**	.797**	.653**	1									
5-Ekonomik	.758**	.529**	.651**	.566**	1								
6-ConnorDavidson Psikolojik Sağlamlık	-.302**	-.245**	-.294**	-.227**	-.290**	1							

Ölçeği	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
7-Azim ve Kişisel Yetkinlik	-	-	-	-	-	.942**	1						
	.283**	.212**	.298**	.204**	.294**								
8-Olumsuzluğa Dayanıklılık	-	-	-	-	-	.843**	.683**	1					
	.310**	.282**	.279**	.252**	.240**								
9-Ruhsallığa Eğilim	-	-	0.029	-	-	.330**	.116*	.158**	1				
	0.006	0.013		0.002	0.033								
10-Maslach Tükenmişlik Ölçeği	.282**	.231**	.274**	.198**	.292**	-	-	-	-	1			
						.358**	.365**	.301**	0.021				
11-Duygusal Tükenme	.288**	.259**	.260**	.215**	.255**	-	-	-	0.025	.914**	1		
						.284**	.286**	.271**					
12-Duyarsızlaşma	.200**	.142*	.206**	.136*	.238**	-	-	-	-	.757**	.598**	1	
						0.081	0.092	0.036	0.028				
13-Kişisel Başarı Duygusunda Azalma	.125*	0.074	.146**	0.065	.183**	-	-	-	-	.601**	.315**	.251**	1
						.469**	.478**	.363**	0.087				

**** $p<0.01$, * $p<0.05$ Kullanılan test: Pearson Korelasyon Testi**

Bulguları kontrol ettiğimizde, Covid 19-Fobisi Ölçeği ile Connor-Davidson Psikojik Sağlamlık Ölçeği ($r=-.302, p<0.01$) puanları arasında orta seviyede ve negatif ilişki, Covid 19-Fobisi Ölçeği ile Azim ve Kişisel Yetkinlik ($r=-.283, p<0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Covid 19-Fobisi Ölçeği ile Olumsuzluğa Dayanıklılık ($r=-.310, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Covid 19-Fobisi Ölçeği ile Maslach Tükenmişlik Ölçeği ($r=.282, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif, Covid 19-Fobisi Ölçeği ile Duygusal Tükenme ($r=.288, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif, Covid 19-Fobisi Ölçeği ile Duyarsızlaşma ($r=.200, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif, Covid 19-Fobisi Ölçeği ile Kişisel Başarı Duygusunda Azalma ($r=.125, p<0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişkinin varlığı tespit edilmiştir.

Psikolojik ile Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ($r=-.245, p<0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Psikolojik ile Azim ve Kişisel Yetkinlik ($r=-.212, p<0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Psikolojik ile Olumsuzluğa Dayanıklılık ($r=-.282, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Psikolojik ile Maslach Tükenmişlik Ölçeği ($r=.231, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Psikolojik ile Duygusal Tükenme ($r=.259, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Psikolojik ile Duyarsızlaşma ($r=.142, p<0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişkinin varlığı tespit edilmiştir.

Somatik ile Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ($r=-.294, p<.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Somatik ile Azim ve Kişisel Yetkinlik ($r=-.298, p<.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Somatik ile Olumsuzluğa Dayanıklılık ($r=-.279, p<.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Somatik ile

Maslach Tükenmişlik Ölçeği ($r=.274, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Somatik ile Duygusal Tükenme ($r=.260, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Somatik ile Duyarsızlaşma ($r=.206, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Somatik ile Kişisel Başarı Duygusunda Azalma ($r=.146, p<0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişkinin varlığı tespit edilmiştir.

Sosyal ile Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ($r=-.227, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Sosyal ile Azim ve Kişisel Yetkinlik ($r=-.204, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Sosyal ile Olumsuzluğa Dayanıklılık ($r=-.252, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Sosyal ile Maslach Tükenmişlik Ölçeği ($r=.198, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Sosyal ile Duygusal Tükenme ($r=.215, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Sosyal ile Duyarsızlaşma ($r=.136, p<0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişkinin varlığı tespit edilmiştir.

Ekonomik ile Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ($r=-.290, p<0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Ekonomik ile Azim ve Kişisel Yetkinlik ($r=-.294, p<0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Ekonomik ile Olumsuzluğa Dayanıklılık ($r=-.240, p<0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Ekonomik ile Maslach Tükenmişlik Ölçeği ($r=.292, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Ekonomik ile Duygusal Tükenme ($r=.255, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Ekonomik ile Duyarsızlaşma ($r=.238, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Ekonomik ile Kişisel Başarı Duygusunda Azalma ($r=.183, p<0.05$) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişkinin varlığı tespit edilmiştir.

Maslach Tükenmişlik Ölçeği ile Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ($r=-.358, p<0.01$) puanları arasında orta seviyede ve negatif ilişki, Maslach Tükenmişlik Ölçeği ile Azim ve Kişisel Yetkinlik ($r=-.365, p<0.01$) puanları arasında orta seviyede ve negatif ilişki, Maslach Tükenmişlik Ölçeği ile Olumsuzluğa Dayanıklılık ($r=-.301, p<0.01$) puanları arasında orta seviyede ve negatif ilişkinin varlığı tespit edilmiştir.

Duygusal Tükenme ile Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ($r=-.284, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Duygusal Tükenme ile Azim ve Kişisel Yetkinlik ($r=-.286, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Duygusal Tükenme ile Olumsuzluğa Dayanıklılık ($r=-.271, p<0.01$) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişkinin varlığı tespit edilmiştir.

Kişisel Başarı Duygusunda Azalma ile Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ($r=-.469, p<0.01$) puanları arasında orta seviyede ve negatif ilişki, Kişisel Başarı Duygusunda Azalma ile Azim ve Kişisel Yetkinlik ($r=-.478, p<0.01$) puanları arasında orta seviyede ve negatif ilişki, Kişisel Başarı Duygusunda Azalma ile Olumsuzluğa Dayanıklılık ($r=-.363, p<0.01$) puanları arasında orta seviyede ve negatif ilişkinin varlığı tespit edilmiştir.

Tablo 6. Düzenli Egzersiz Değişkenine Göre PMS Ölçeği ve Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalite Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

	<i>Cinsiyet</i>	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>Ss.</i>	<i>t</i>	<i>Sd.</i>	<i>p</i>
C19PS	Kadın	214	49.50	12.31	3.14	323	0.002*
	Erkek	111	45.02	11.92			
Psikolojik	Kadın	214	18.42	4.72	3.04	323	0.003*
	Erkek	111	16.73	4.83			
Somatik	Kadın	214	9.61	3.19	3.57	323	0.000*
	Erkek	111	8.33	2.79			
Sosyal	Kadın	214	13.44	3.87	1.92	323	0.056
	Erkek	111	12.59	3.72			
Ekonomik	Kadın	214	8.02	2.57	2.13	323	0.034*
	Erkek	111	7.37	2.65			
Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği	Kadın	214	67.69	10.08	-1.00	323	0.318
	Erkek	111	68.94	11.67			
Azim ve Kişisel Yetkinlik	Kadın	214	42.86	7.04	-0.90	323	0.368
	Erkek	111	43.62	7.72			
Olumsuzluğa Dayanıklılık	Kadın	214	17.29	3.36	-1.71	184.90	0.089
	Erkek	111	18.08	4.20			
Ruhsallığa Eğilim	Kadın	214	7.54	1.96	1.26	323	0.210
	Erkek	111	7.23	2.33			
Maslach Tükenmişlik Ölçeği	Kadın	214	45.55	9.92	0.69	323	0.491
	Erkek	111	44.77	8.88			
Duygusal Tükenme	Kadın	214	16.77	6.38	1.26	257.16	0.210
	Erkek	111	15.92	5.41			
Duyarsızlaşma	Kadın	214	11.70	3.01	0.49	266.95	0.625
	Erkek	111	11.55	2.43			
Kişisel Başarı Duygusunda Azalma	Kadın	214	17.08	3.20	-0.62	323	0.536
	Erkek	111	17.31	3.00			

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Bulguları incelediğimizde, Covid-19 Fobisi Ölçeğinden ($t(323) = 3.14, p < 0.05$), Psikolojik alt boyutundan ($t(323) = 3.04, p < 0.05$), Somatik alt boyutundan ($t(323) = 3.57, p < 0.05$), Ekonomik alt boyutundan ($t(323) = 2.13, p < 0.05$) aldıkları puanlar cinsiyet

değişkenine göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Ortalamalara baktığımızda kadınların erkeklere göre anlamlı düzeyde daha yüksek puana sahip olduğu görülmektedir.

Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Maslach Tükenmişlik Ölçeği ve Sosyal, Azim ve Kişisel Yetkinlik, Olumsuzluğa Dayanıklılık, Ruhsallığa Eğilim, Duygusal Tükenme, Duyarsızlaşma, Kişisel Başarı Duygusunda Azalma alt boyutu cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>0.05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmada öğretmenlerin Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Maslach Tükenmişlik Ölçeği ve Sosyal, Azim ve Kişisel Yetkinlik, Olumsuzluğa Dayanıklılık, Ruhsallığa Eğilim, Duygusal Tükenme, Duyarsızlaşma, Kişisel Başarı Duygusunda Azalma alt boyutlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmektedir. Bu bulgunun tükenmişlik değişkeni ve alt boyutlarından elde edilen sonuçları Akyürek (2020) tarafından yapılan çalışmayla benzerlik göstermektedir. Akyürek (2020) çalışmasında öğretmenlerin tükenmişliklerinin kadın ve erkek olma durumuna bakıldığında gözle görülür bir sonuç elde edilmediğini belirtmiştir. Başka bir çalışmada ise cinsiyet değişkeni ile psikolojik dayanıklılığın gözle görülür bir ilişki gösterdiği ve kadınların erkeklere göre psikolojik olarak daha dayanıklı oldukları belirtilmektedir (Tönbül, 2020). Bu çalışmada kadın katılımcıların psikolojik sağlamlık bulgularının ($\bar{X}=125.12$), erkek katılımcılara ($\bar{X}=117.32$) oranla daha çok düzeyde çıktığı belirtilmektedir (Tönbül, 2020). Kadınların psikolojik dayanıklılığının erkeklere göre daha yüksek seviyede olduğu görülmüştür. Kaygı bozukluklarının cinsiyet üzerinde yapılan araştırmalarda, kadınlarda erkeklere göre daha önemli bulguların elde edildiği bilgisi verilmektedir (Bal vd., 2013). Bununla birlikte çalışmada Covid-19 Fobisi Ölçeğinin; Psikolojik, Somatik, Ekonomik alt boyutundan aldıkları puanlar cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Ortalamalara baktığımızda kadın öğretmenlerin erkek öğretmenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek puana sahip olduğu görülmektedir. Bulgular sonucunda kadınların sonuçlarının daha yüksek çıkmasında örneklem grubunda kadın katılımcıların sayısının fazla olmasının etki etmiş olabileceği düşünülmektedir. Bu araştırma sonucunda yaş ve meslekte kalma süresi ile Koronavirüs Fobisi Ölçeğinin somatik alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif bir ilişki olduğu, yaş ve meslekte çalışma süresi ile kişisel başarı duygusunda azalma alt boyutu arasında düşük seviyede negatif bir ilişki bulunmuştur. Buradan hareketle öğretmenlerde yaş ve çalışma süresi arttıkça koronavirüs fobisinin somatik belirtileri de az miktarda artış göstermektedir yorumu yapılabilir. Öğretmenlerin koronavirüs döneminde ebeveynlerle, öğrencilerin öğretimiyle alakalı, etkileşim kurmayla alakalı sorunlar yaşadıkları belirtilmektedir (Çakın ve Külekçi Akyavuz, 2020, s. 180). Bu durumda da öğretmenlerin psikolojik olarak motivasyonları düşmektedir. Bununla birlikte yapılan çalışmada Covid 19-Fobisi Ölçeği ile Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği puanları arasında orta seviyede ve negatif ilişki bulunmuştur. Covid-19 Fobisi ölçeğinden alınan puanlar arttıkça Psikolojik Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinden alınan puanların düştüğü görülmektedir. Covid-19 Fobisi Ölçeği ile Azim ve Kişisel Yetkinlik ve Olumsuzluğa Dayanıklılık alt boyut puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki bulunmuştur. Buradan hareketle koronavirüs fobisi arttıkça azmin, kişisel yetkinliğin ve olumsuzluğa dayanıklılığın azaldığı görülmektedir.

Yapılan bir araştırmanın sonucunda koronavirüs salgınının psikolojik sağlamlığı etkilediği bulunmuştur ve koronavirüs pandemisinden sonra oluşan davranışsal farklılıkların buna etki edebileceği açıklanmaktadır (Tönbül, 2020). Literatürdeki bu bilgiyle bu çalışma

bulguları da benzerlik göstermektedir. Çalışmada Koronavirüs-19 Fobisi Ölçeğinin tüm alt boyutları ile Connor- Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin tüm alt boyut puanları arasında düşük seviyede negatif ilişki bulunmuştur. Öğretmenlerde koronavirüs fobisi arttıkça psikolojik sağlamlığın azaldığı yorumu yapılabilir. Koronavirüs-19 Fobisi Ölçeğinin psikolojik, somatik, sosyal ve ekonomik alt boyutlarından alınan puan ile Maslach Tükenmişlik Ölçeği puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki bulunmuştur. Bu bize göstermektedir ki; öğretmenlerde koronavirüs fobisi arttıkça duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı duygularında tükenme de artmaktadır. Yapılan bir çalışmanın sonucunda öğretmenlerin tükenmişliklerinin çok az seviyede olduğu belirtilmektedir (Akyürek, 2020). Yani yapılan çalışma ile uyum göstermektedir.

Çalışma sonucunda Maslach Tükenmişlik Ölçeği ile Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinden alınan puanlar arasında orta seviyede negatif ilişkinin bulunması bize tükenmişlik düzeyinin artması durumunda psikolojik sağlamlığın azaldığını göstermektedir. Çalışmada Maslach Tükenmişlik Ölçeği ile Psikolojik Sağlamlığın alt boyutları olan azim ve kişisel yetkinlik ve olumsuzluğa dayanıklılık arasında orta seviyede negatif ilişki bulunmuştur. Alan yazını incelendiğinde araştırmada psikolojik sağlamlığın tükenmişliği etkilediğine ulaşıldığı sonucu görülmektedir. Yapılan bir çalışmada psikolojik sağlamlığın tükenmişliğin alt boyutlarına negatif olarak etki ettiğinin böylelikle psikolojik olarak sağlamlığını yükseltebilen öğretmenlerin, işlerinde tükenmişliklerini azaltabilecekleri bilgisi verilmektedir (Gönen ve Koca-Ballı, 2020, s. 57). Duygusal Tükenme ile Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Kişisel Başarı Duygusunda Azalma ile Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği puanları arasında orta seviyede ve negatif ilişki bulunmuştur. Buradan hareketle öğretmenlerde duygusal tükenmenin artmasının psikolojik sağlamlığı çok az düşürdüğü ancak kişisel başarı duygusunun azalmasının artmasının psikolojik sağlamlığın daha çok düşmesine neden olduğu söylenebilir. Duygusal Tükenme ile Azim ve Kişisel Yetkinlik ve Olumsuzluğa Dayanıklılık puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Öğretmenlerde duygusal tükenme düzeyinin artması düşük te olsa azim ve kişisel yetkinliği ve olumsuzluğa dayanıklı olma durumunu düşürmektedir. Çalışmada Kişisel Başarı Duygusunda Azalma ile Azim ve Kişisel Yetkinlik ve Olumsuzluğa Dayanıklılık puanları arasında orta seviyede ve negatif ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Bu bize öğretmenlerde kişisel başarı duygusunda azalma alt boyutunda artış olması durumunda azim ve kişisel yetkinlik ve olumsuzluğa dayanıklılık düzeylerinde çok yüksek olmasa da gözle görülür seviyede azalma olduğunu göstermektedir. Bu çalışma ile benzer çalışmalar karşılaştırıldığında benzer sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Yapılan bir çalışmada psikolojik sağlamlık ile tükenmişlik arasında negatif yönde ilişki bulunduğu ve öğretmenlik mesleğini yapan kişilerin psikolojik olarak sağlam olmalarının mesleki olarak tükenmişliklerini pozitif taraftan etki ettiği bulgusuna ulaşıldığı belirtilmektedir.

Çalışmanın sonucuna baktığımızda Koronavirüs-19 salgınından birçok meslek grubu gibi öğretmenlerinde hem psikolojik sağlamlık hem tükenmişlik olarak etkilendiğini ancak bu etkinin çok yoğun olmadığının bilgisine ulaşılmıştır.

KAYNAKLAR

- Akyürek, M. İ. (2020). Öğretmenlerde tükenmişlik. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(37), 35-47.
- Arpacı, I., Karataş, K., ve Baloğlu, M. (2020). The development and initial tests for the

- psychometric properties of the Covid-19 Phobia Scale (C19P-S). *Personality and Individual Differences*, 164 (2020). <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110108>
- Aydın, E. (2018). *Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantılarının Psikolojik Sağlamlık ve Depresyon Belirtileri Üzerine Etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bal, U., Çakmak, S. & Uğuz, Ş. (2013). Anksiyete bozukluklarında cinsiyete göre semptom farklılıkları. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 22(4), 441-459.
- Bulca Karadem, F. (2020). *Sağlık Çalışanlarında Covid Korkusunu Belirleyen Psikiyatrik Değişkenlerin İncelenmesi*. Yayımlanmamış uzmanlık tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Cemaloğlu, N., & Şahin, D. E. (2007). Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(2), 463-484.
- Ciddi, P. K., & Yazgan, E. (2020). Covid-19 salgınında sosyal izolasyon sırasında fiziksel aktivite durumunun yaşam kalitesi üzerine etkisi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(37), 262-279.
- Cin, G. (2018). *Suriyeli Öğrencilere Eğitim Veren Sınıf Öğretmenlerinin Yaşadıkları Sorunlar ve Psikolojik Sağlamlılık Düzeyi: Adana İli Örneği*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Coşkun Yaş, S. (2020). *Covid-19 Pandemisinin Hastane Çalışanlarının Psikolojik Durumuna Etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Çakın, M., & Akyavuz, E. K. (2020). Covid-19 süreci ve eğitime yansıması: öğretmen görüşlerinin incelenmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 6(2), 165-186.
- Doğan, Ş. (2020). *Diyabet Hastalarında Hastalık Sürecinin Sosyal Yaşamlarının Üzerindeki Etkisi ve Hastaların Psikolojik Sağlamlılık Düzeyleri: Bursa Örneği*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Freudenberger, HJ (1974). Personel yanyor. *Sosyal konular dergisi*, 30(1), 159-165.
- 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.
- Gizir, C. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.
- Gönen, T. (2020). *Özel Okullarda Çalışan Öğretmenlerin Psikolojik Sağlamlıkları ve İş Doyumlarının Mesleki Tükenmişlik Düzeylerine Etkisi: Mardin İli Örneği*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gönen, T. (2020). Psikolojik sağlamlığın tükenmişliğe etkisi: özel okullarda çalışan öğretmenler üzerine bir araştırma. *Turizm Ekonomi ve İşletme Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 46-60.
- Gülay, E. (2019). *Tükenmişlik Sendromu ve Tükenmişlik Sendromunun Örgüt İklimi ile İlişkisi: 27. Dönem Milletvekillerinde Bir Uygulama*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Gündüz, B. (2005). İlköğretim öğretmenlerinde tükenmişlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1).
- Hatun, O., Dicle, A. N., & Demirci, İ. (2020). Koronavirüs Salgınının Psikolojik Yansımaları ve Salgınla Başa Çıkma. *Electronic Turkish Studies*, 15(4).
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is resilience?. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258-265.
- Hoşoğlu, R., Kodaz, A. F., Bingöl, T. Y., & Batık, M. V. (2018). Öğretmen adaylarında psikolojik sağlamlık. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(14), 217-239.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129-142.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. (23. Baskı). Nobel Yayıncılık.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout, *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99-113.
- Öz, F. & Bahadır-Yılmaz, E. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.
- Özmen, Z. (2016). *Maslach Tükenmişlik Ölçeği Açısından Hemşirelerde Tükenmişlik Düzeyinin İncelenmesi: Bursa Şevket Yılmaz Eğitim Ve Araştırma Hastanesi Hemşire Örneği*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Soysal, G. (2020). Koronavirüs salgını ve yaşlılık. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 290-301.
- Tetik, S. (2021). *Covid-19 Pandemisi Sürecinin Spor Bilimleri Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite ve Yaşam Kalitesine Etkisi*. Yayımlanmamış uzmanlık tezi, Çanakkale On sekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Tönbül, Ö. (2020). Koronavirüs (Covid-19) salgını sonrası 20-60 yaş arası bireylerin psikolojik dayanıklılıklarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Humanistic Perspective*, 2(2), 159-174.
- Uzun, Ü. (2019). *Öğretmen Adaylarının Öznel İyi Oluş Psikolojik Sağlamlılık ve Yaşam Kalitesi Arasındaki Yordayıcı İlişkiler*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü..
- Ülker Tümlü, G. (2012). *Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklı Üniversite Öğrencilerinin Temas Engellerinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.