

Akademisyenlerin Psikolojik Sağlık ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Sosyo Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi¹

Hatice Yurttaş²

Bengü Hırlak³

Özet

Bu araştırmanın amacı, akademisyenlerin psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeyleri arasında bir ilişkinin olup olmadığının tespit edilmesidir. Ayrıca yapılan bu araştırma ile Kilis 7 Aralık Üniversitesi'nde çalışan akademisyenlerin çeşitli sosyo demografik özellikleri (cinsiyet, medeni durum, yaş vs.) göz önünde bulundurularak psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerine ilişkin görüşlerinin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçlar doğrultusunda, çalışanların psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeyleri hakkında mevcut literatür incelenmiş ve Kilis 7 Aralık Üniversitesinde çalışan 198 akademisyene yüz yüze veya online olarak anket uygulaması gerçekleştirilmiştir. Anket uygulaması sonucunda elde edilen veriler SPSS programı ile analiz edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, psikolojik sağlamlığın yaşam doyumu üzerindeki etkisinin pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu; akademisyenlerin psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerine ilişkin görüşlerinin cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, unvan, kurumda ve sektörde çalışma süresi açısından anlamlı

1 Bu bölüm, Hatice YURTTAŞ'ın Kilis 7 Aralık Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'nde 2022 yılında Doç. Dr. Bengü HIRLAK danışmanlığında hazırlanan "Akademisyenlerin Psikolojik Sağlık ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Sosyo Demografik Özelliklere göre İncelenmesi" başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

2 Bilim Uzmanı, haticeyurttas@tarsus.edu.tr, ORCID: 0000-0001-6938-2711

3 Doç. Dr., Kilis 7 Aralık Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, İşletme Bölümü, benguhirlak@hotmail.com.tr, ORCID: 0000-0001-6345-0074

bir farklılık göstermediği; yaşam doyumu düzeylerine ilişkin görüşlerinin yaşa ve çalışılan birime göre ise anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

1. GİRİŞ

Psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu son zamanlarda üzerinde önemle durulması ve incelenmesi gereken konular arasında yer almaktadır. Bireyler gerek normal yaşamlarında gerekse iş hayatlarında birçok olumsuz olaylarla karşı karşıya kalmakta ve onların bu olaylardan kaçmaları mümkün olmamaktadır. Bireylerin bu olumsuz olaylarla başa çıkabilmeleri, zihinsel ve fiziksel olarak sağlıklı bir şekilde hayatlarına devam edebilmeleri için hem psikolojik sağlamlık hem de yaşam doyumu düzeylerinin yüksek olması oldukça önemlidir.

Psikolojik sağlamlık, bireylerde hastalıklara neden olan psikolojik gerginliklerin oluşumunu engelleyen, stresin yarattığı negatif etkileri minimize eden bir kişilik özelliği şeklinde de değerlendirilmektedir. Bu açıdan bakıldığında psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan bireyler hayatlarını denetim altına alabilir, rutin faaliyetlerine devam edebilir, beklenmeyen tüm değişiklikleri gelişim sağlamak adına bir fırsat olarak değerlendirebilir ve yeni koşullara kolay uyum sağlayabilirler. Psikolojik sağlamlık düzeyi düşük olan bireylerde ise, hayattan kopma, olayların sonuçlarını dış koşullara bağlama, değişime ve gelişime karşı direnç görülebilir. Psikolojik açıdan kendini sağlam hisseden bireylerin güçlüklerle daha kolay baş edebilmeleri onları daha da güçlendirerek yaşam doyumlarını yükseltebilmektedir.

Yaşam, mutlulukların beraberinde negatif hisler, tasa, tedirginlik gibi zor şartları ve unsurları kapsamakta, bu noktada da bireylerin bakış açıları önem kazanmaktadır. Yani yaşam doyumu, bireylerin hayatlarına ilişkin yaptıkları değerlendirmeler sonucunda öznel olarak algıladıkları pozitif ve negatif hislerinin toplamından oluşmaktadır. Mutlu anlar, sevinçler, hazlar pozitif hisleri yansıtırken; mutsuz anlar, acılar, üzüntüler negatif hisleri yansıtmaktadır.

Her örgüt hangi sektörde olursa olsun çalışanlarının zor koşullarla mücadele edebilmelerini ve kolaylıkla adapte olabilmelerini ister. Fakat bazı sektörlerde ve mesleklerde olumsuz durumlar ve stres düzeyleri daha yüksek olabilmekte, bu noktada da çalışanların psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeyleri daha fazla önem kazanabilmektedir. Eğitim sektöründe görev yapan akademisyenler bir taraftan geleceğin doktorlarını, mühendislerini, öğretmenlerini vs. yetiştirmekte, birikimleri ile ülkenin geleceğini aydınlatmakta ve şekillendirmekte, diğer taraftan ise davranışları, tutumları ve değer yargılarıyla gençlere ve topluma rol model olmaktadır. Akademisyenler sadece eğitim ve öğretimle ilgili faaliyetleri yürütmekle

kalmayıp, bilimsel, sosyal, toplumsal ve idari birçok faaliyeti yerine getirmektedirler. Bu nedenle psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeyi düşük olan bir akademisyenin hem öğrencilerinde hem de ortaya koyduğu çalışmalarında ciddi eksikliklerin ortaya çıkması kaçınılmaz olacaktır.

Bu doğrultuda akademisyenlerin psikolojik sağlık düzeylerinin yaşam doyumları üzerinde bir etkisinin olup olmadığının tespit edilmesi bu araştırmanın amacı olarak belirlenmiştir. Ayrıca yapılan bu araştırma ile Kilis 7 Aralık Üniversitesi'nde çalışan akademisyenlerin sosyo demografik özellikleri (cinsiyet, medeni durum, yaş vs.) göz önünde bulundurularak, psikolojik sağlık ve yaşam doyumuna ilişkin görüşlerinin farklılık gösterip göstermediğini belirlenmesi, psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerinin mevcut durumlarının tespit edilmesi ve elde edilen sonuçlar doğrultusunda çeşitli önerilerde bulunulması amaçlanmaktadır. Bu amaçlar doğrultusunda Kilis 7 Aralık Üniversitesinde çalışan 198 akademisyene yüz yüze veya online olarak anket uygulanmış ve SPSS Programı kullanılarak araştırma modelinde yer alan hipotezler test edilmiştir.

Çalışmanın ikinci bölümünde psikolojik sağlık ve yaşam doyumu ile ilgili kavramsal bilgilere, bu değişkenler ve sosyo demografik özellikler arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalara yer verilerek araştırmanın hipotezleri geliştirilmiştir. Üçüncü bölümde; araştırmanın amacı, kapsamı, veri toplama aracı ve analiz yöntemiyle ilgili yöntemsel bilgilere, dördüncü bölümde; istatistiksel analizler sonucu elde edilen bulgulara; son bölümde ise sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE HİPOTEZLER

2.1. Psikolojik Sağlık Kavramı

Pozitif psikoloji, örgütsel davranış konularında yer almaktadır. Pozitif örgütsel davranış, psikolojik sağlık gibi kavramlar ise hem örgütler hem de çalışanlar için önemli konular arasındadır (Avey vd., 2008, s. 112). Pozitif psikoloji, bireylerin pozitif duygularını, memnuniyetlerini, yaşama verdikleri değeri anlamayı ve bunların ortaya çıkmasını sağlamayı, kısacası bireyleri daha da mutlu etmeyi ifade etmektedir (Seligman vd., 2004, s. 1379).

Psikolojik sağlık disiplinler arası çalışılan bir kavram olduğundan dolayı literatürde bu kavramla ilgili birçok farklı tanımın yer aldığı bilinmektedir. Block ve Kremen'a (1996, s. 351) göre, psikolojik sağlık, bireylerin tehditlere ve güçlüklerle karşı başarılı bir biçimde adapte olabilmeleri ve başa çıkabilmeleridir. Luthar ve diğerlerine (2000, s. 544) göre, psikolojik sağlık, sabit bir özellik olmayıp, zamanla değişebilmektedir. Masten'a

(2001, s. 228, 235) göre, psikolojik sağlamlık, herkeste olmayan yetenekler olup, tehditlere karşın, süreçlerin, kapasitelerin ve çıktılarının başarılı bir biçimde uyumlaştırılmasıdır. Luthans'a (2002, s. 702) göre, belirsizlik, başarısız olma, çatışma, güçlük, hatta pozitif değişikliklerle karşı karşıya kalma gibi durumlarda görevin gerektirdiği çabayı harcamak ve artırmaktır. Tusaie ve Dyer'a (2004, s. 3) göre ise, bireylerin stresle baş edebilmesi ve yaşadıkları stres sonrasında kişisel güçlerini kullanarak standartların üzerinde bir performans sergileyebilmeleridir.

Psikolojik sağlamlık, pozitif çıktılarının elde edilmesine katkı sağlayabilen koruyucu faktörler, süreçler ve mekanizmalar olup (Basım ve Çetin, 2011, s. 105), psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan bireyler zor durumları atlattıktan sonra performansları aratabilmekte, büyük değişimlere kolaylıkla uyum sağlayabilmekte, yaşadığı süreçte yaşamın değerini ve anlamını daha iyi kavrayabilmektedir (Luthans ve Youssef, 2004, ss. 154-156).

2.2. Yaşam Doyumu Kavramı

Bireylerin işyerinde ve işyeri dışında harcadıkları zamanın bütününe yaşam; iş, boş vakit ve iş dışında kalan vakti olarak ifade edilen yaşama karşı gösterdikleri duygusal tutumlarına ise yaşam doyumu denilmektedir (Dikmen, 1995, ss. 117-118).

Yaşam doyumu, bireylerin bütün yaşamına ilişkin sahip oldukları genel yargıları ve değerlendirmeleri (Diener vd., 1985, s. 71) olup, mutluluklarının bilişsel açıdan ifade edilmesi olarak tanımlanmaktadır (Diener ve Lucas, 1999, s. 277). Yani bireylerin ailelerinden, arkadaşlarından, çevrelerinden ve yaşamlarından duydukları hoşnutluklarına ya da hoşnutsuzluklarına karşı yapmış oldukları değerlendirmeler yaşam doyumu olarak ifade edilmektedir (Suldo ve Huebner, 2006, s. 180). Yine yaşam doyumu bireylerin mutluluklarını ve kaliteli yaşamlarını göstermektedir (Piccolo vd., 2005, s. 966).

Yaşam doyumu, öznel iyi oluşun bilişsel bir unsuru olup, bireylerin hayatlarına ilişkin bilişsel yargılarını kapsamaktadır (Diener, 1984; Diener vd., 1985, s. 71). Bireyin ancak belirli standartlara göre belirlediği yaşam koşullarının mevcut durumla uyumlu olması halinde yaşam doyumu yüksek olacaktır (Pavot ve Diener, 2009, s. 102).

2.3. Psikolojik Sağlamlık, Yaşam Doyumu ve Sosyo Demografik Özellikler İlişkisi

Literatürde yer alan araştırmaların büyük bir kısmında psikolojik sağlamlığın yaşam doyumunu pozitif yönde etkilediği görülmüştür. Ülker Tümlü ve Receptoğlu (2013) tarafından Kastamonu Üniversitesinde

görev yapan 94 akademisyenin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi ölçmeye yönelik bir araştırma yapılmıştır. Yapılan araştırma sonucunda bu değişkenler arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Tagay ve diğerleri (2016) tarafından Burdur'da 195 kadın, 115 erkek yetişkin bireyin genel özyeterlik, yılmazlık, yaşam doyumu düzeyleri arasında bir ilişkinin olup olmadığını belirlemeye yönelik bir araştırma yapılmıştır. Araştırma sonucunda, genel öz-yeterlik, yılmazlık ve yaşam doyumu arasında pozitif bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırmaların sonuçlarından da yola çıkılarak, psikolojik sağlamlığın yaşam doyumu üzerinde etkisinin olduğu varsayılmıştır. Bu açıdan şu hipotez oluşturulmuştur:

H_1 : Akademisyenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin yaşam doyumları üzerinde pozitif bir etkisi vardır.

Psikolojik sağlamlık düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmasının toplumların cinsiyetlere yükledikleri rollerden kaynaklandığı yani kültürel farklılıklardan doğduğu düşünülmektedir. Toplumsal hayattaki rollerinin getirileri olarak kadınlar ve erkekler farklı alanlarda ve düzeylerde başa çıkma kapasitelerini aşan olaylarla karşı karşıya kalabilmektedirler (Akın ve Demirel, 2003). Bazı çalışmalarda cinsiyetin psikolojik sağlamlık üzerinde etkisinin olduğu (Duru ve Gültekin, 2021) bazı çalışmalarda ise cinsiyetin psikolojik sağlamlık üzerinde bir etkisinin olmadığı görülmüştür (Ülker Tümlü ve Recepoglu, 2013). Bununla birlikte erkek öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha yüksek (Bahadır, 2009), kadın öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha yüksek (Kılıç, 2014) olduğunu gösteren araştırmalar da bulunmaktadır. Bu araştırmaların sonuçlarından da yola çıkılarak, psikolojik sağlamlık düzeylerinde cinsiyet açısından farklılık olduğu varsayılmıştır. Bu açıdan şu hipotez oluşturulmuştur:

H_2 : Akademisyenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri cinsiyete göre farklılık gösterir.

Bireylerin yaşam doyumu düzeyleri ile cinsiyetlerinin ilişkili olduğu birbirinden farklı yapılan araştırmalar sonucunda elde edilmesine rağmen, hangi cinsiyetin yaşamdan daha çok doyum sağladığı konusunda birbirinden tutarsız sonuçlara varılmıştır (Karabacak, 2013, ss. 34-35). Lu ve diğerleri (1997'den aktaran Karabacak, 2013, ss. 34-35) cinsiyet ayrımının mutlulukla ilgisinin yalnızca sosyal destek aracıyla olduğunu, özellikle kadınların mutluluğu ailedeki bireylerin birbirleriyle uyumundan sağladığını, erkeklerin ise kariyer kazanımlarını ve maddiyatı ön planda tuttuğunu ileri sürmektedirler. Bu araştırmaların sonuçlarından da yola çıkılarak, yaşam

doyumunu düzeylerinde cinsiyet açısından farklılık olduğu varsayılmıştır. Bu açıdan şu hipotez oluşturulmuştur:

H₃: Akademisyenlerin yaşam doyumu düzeyleri cinsiyete göre farklılık gösterir.

Literatürde bireylerin psikolojik sağlık düzeylerinin medeni duruma göre anlamlı bir farklılık gösterdiğine (Yıldız Türker, 2018) ve göstermediğine (Dervişoğulları, 2020) ilişkin araştırma sonuçları yer almaktadır. Bu araştırmaların sonuçlarından da yola çıkılarak, psikolojik sağlık düzeylerinde medeni durum açısından farklılık olduğu varsayılmıştır. Bu açıdan şu hipotez oluşturulmuştur:

H₄: Akademisyenlerin psikolojik sağlık düzeyleri medeni duruma göre farklılık gösterir.

Bireylerin evli kaldığı süre arttıkça iş ve yaşam doyumlarının da arttığı, fakat evli çalışanların bekârlara göre daha çok sorun yaşadıkları, iş ve aile ortamında negatif bir iletişim ve etkileşim tarzına sahip oldukları, yaşam doyumu seviyeleri ve psikolojik iyi olma düzeylerinin az olduğu ifade edilmektedir (Çelik ve Tümkaya, 2012). Yenihan ve diğerleri (2016) tarafından Sakarya'da kurulu olan üç AVM'nin 242 çalışmanı üzerinde yapılan araştırma sonucunda, evli çalışanların yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırmaların sonuçlarından da yola çıkılarak, yaşam doyumu düzeylerinde medeni durum açısından farklılık olduğu varsayılmıştır. Bu açıdan şu hipotez oluşturulmuştur:

H₅: Akademisyenlerin yaşam doyumu düzeyleri medeni duruma göre farklılık gösterir.

Bireyler yaşları ilerledikçe fiziksel problemler, sosyal uyum sorunları, artan hastalıklar vs. ile karşı karşıya kalabilmekte, bu durumlar da psikolojik sağlık düzeylerini etkileyebilmektedir. Dervişoğulları (2020) tarafından 37 farklı devlet üniversitesinde görev yapan 364 öğretim elemanı üzerine yapılan araştırma sonucunda ise, öğretim elemanlarının yaşları ilerledikçe psikolojik sağlık düzeylerinin de arttığı tespit edilmiştir. Ülker Tümlü ve Recepoğlu (2013) tarafından Kastamonu Üniversitesi'nde 94 öğretim elemanı üzerinde yapılan araştırma sonucunda ise, akademik personelin yaşlarına göre psikolojik sağlık düzeylerinin anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Ortalamalara bakıldığında ise, psikolojik sağlık düzeyi en yüksek olan akademisyenlerin 51 ve üstü yaş, en düşük olanların ise 41-50 yaş aralığında yer aldığı tespit edilmiştir. 51 ve üstü yaş grubunun psikolojik sağlık düzeyinin en yüksek düzeyde olmasında yıllar boyunca kazandıkları deneyimin ve tecrübelerin etkili olabileceği sonucuna

varılmıştır. Ayrıca 22-30 ve 31-40 yaş aralıklarında yer alan akademik personelin psikolojik sağlık düzeylerinin birbirine çok yakın olduğu belirlenmiştir. Bu araştırmaların sonuçlarından da yola çıkılarak, psikolojik sağlık düzeylerinde yaş açısından farklılık olduğu varsayılmıştır. Bu açıdan şu hipotez oluşturulmuştur:

H₆: Akademisyenlerin psikolojik sağlık düzeyleri yaşa göre farklılık gösterir.

Bireylerin yaşı ve mutlulukları arasındaki ilişki incelendiğinde ise, ilk zamanlarda genç bireylerin yaşlılara oranla daha mutlu olduğu sonucuna varılsa da son zamanlarda yapılan araştırmalar yaşla mutluluk arasında bir ilişki olmadığını ortaya koymaktadır. Genç bireylerin olumlu ve olumsuz duygularını daha fazla bildirdiği, yaşlı bireylerin ise çok daha genel mutluluk ifadelerinin olduğu ortaya konmuştur (Dal, 2015, s. 39). Yenihan ve diğerleri (2016) tarafından Sakarya’da kurulu olan üç AVM’nin 242 çalışanı üzerinde yapılan araştırma sonucunda, 31-35 yaş aralığındaki çalışanların yaşam doyumu düzeylerinin 21-25 yaş aralığındaki çalışanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırmaların sonuçlarından da yola çıkılarak, yaşam doyumu düzeylerinde yaş açısından farklılık olduğu varsayılmıştır. Bu açıdan şu hipotez oluşturulmuştur:

H₇: Akademisyenlerin yaşam doyumu düzeyleri yaşa göre farklılık gösterir.

Literatürde bireylerin psikolojik sağlık düzeylerinin eğitim durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiğine (Eroğlu ve Türker, 2020) ve göstermediğine (Uçar, 2013) ilişkin birçok araştırma sonuçları yer almaktadır. Bu araştırmaların sonuçlarından da yola çıkılarak, psikolojik sağlık düzeylerinde eğitim durumu açısından farklılık olduğu varsayılmıştır. Bu açıdan şu hipotez oluşturulmuştur:

H₈: Akademisyenlerin psikolojik sağlık düzeyleri eğitim durumuna göre farklılık gösterir.

Genel olarak, eğitim düzeyleri yüksek olan bireylerin daha yüksek düzeyde gelir ve sosyal statüye sahip olmalarından dolayı yaşam doyumlarının daha yüksek olması beklenmektedir. Ancak literatürde farklı araştırma sonuçlarının ortaya koyulduğu da bilinmektedir (Şimşek, 2011). Yenihan ve diğerleri (2016) tarafından Sakarya’da kurulu olan üç AVM’nin 242 çalışanı üzerinde yapılan araştırma sonucunda, fakülte mezunu çalışanların yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırmaların sonuçlarından da yola çıkılarak, yaşam doyumu düzeylerinde

eğitim durumu açısından farklılık olduğu varsayılmıştır. Bu açıdan şu hipotez oluşturulmuştur:

H_9 : Akademisyenlerin yaşam doyumu düzeyleri eğitim durumuna göre farklılık gösterir.

Literatürde bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin unvanlara göre anlamlı bir farklılık gösterdiğine ve göstermediğine ilişkin araştırma sonuçları yer almaktadır. Ülker Tümlü ve Receptoğlu (2013) tarafından Kastamonu Üniversitesi'nde 94 öğretim elemanı üzerinde yapılan araştırma sonucunda, akademik personelin unvanlarına göre psikolojik sağlamlık düzeylerinin anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Ortalamalara bakıldığında ise, psikolojik sağlamlık düzeyinin profesörlerde en yüksek, doçentlerde ise en düşük seviyede olduğu belirlenmiştir. Dervişoğulları (2020) tarafından 37 farklı devlet üniversitesinde görev yapan 364 öğretim elemanı üzerine yapılan araştırma sonucunda ise, araştırma görevlilerinin profesör, doçent ve doktor öğretim üyelerine göre psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırmaların sonuçlarından da yola çıkılarak, psikolojik sağlamlık düzeylerinde unvan açısından farklılık olduğu varsayılmıştır. Bu açıdan şu hipotez oluşturulmuştur:

H_{10} : Akademisyenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri unvana göre farklılık gösterir.

Genel olarak, unvanı yüksek olan bireylerin daha yüksek düzeyde sosyal statü, eğitim ve gelir düzeyine, kısacası daha iyi imkânlarla sahip olmalarından dolayı yaşam doyumlarının daha yüksek olması beklenmektedir. Ancak literatürde farklı araştırma sonuçlarının ortaya koyulduğu da bilinmektedir (Şimşek, 2011). Köse (2021) tarafından İstanbul'da faktoring sektöründe görev yapan 352 çalışan üzerinde yapılan araştırma sonucunda, yönetici unvanına ve lisansüstü öğrenim düzeyine sahip olan çalışanların yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Özellikle yöneticiler örgütteki diğer çalışanlara göre sahip oldukları idari yetkilerin yanı sıra ücret ve yan haklar gibi ek avantajlara da sahip olmaktadır. Bu durumun da yönetsel ve ekonomik avantajlara sahip yöneticilerin yaşam doyumlarının diğer çalışanlara göre yüksek olmasını anlamlı hale getirdiği söylenebilmektedir. Bu araştırmaların sonuçlarından da yola çıkılarak, yaşam doyumu düzeylerinde unvan açısından farklılık olduğu varsayılmıştır. Bu açıdan şu hipotez oluşturulmuştur:

H_{11} : Akademisyenlerin yaşam doyumu düzeyleri unvana göre farklılık gösterir.

Bireylerin örgütlerinde hizmet yılları arttıkça elde ettikleri tecrübeleriyle birlikte sorunlarla baş edebilmelerini, bu durumun da tecrübesiz bireylere göre psikolojik sağlık düzeylerini artırabildiği düşünülmektedir. Bunun tam tersinin de mümkün olabileceğini gösteren araştırma sonuçlarının literatürde yer aldığı bilinmektedir. Ülker Tümlü ve Recepoğlu (2013) tarafından Kastamonu Üniversitesi'nde 94 öğretim elemanı üzerinde yapılan araştırma sonucunda, akademik personelin hizmet değişkenine (sektörde çalışma süresine) göre psikolojik sağlık düzeylerinin anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Ortalamalara bakıldığında ise, 21 yıl üzerinde hizmet yılı olan akademik personelin psikolojik sağlıklarının en yüksek olduğu; 6 -10 yıl arası hizmet yılı olanların ise en düşük düzeyde olduğu belirlenmiştir. Yine aynı araştırma sonucunda, akademik personelin üniversitedeki hizmet yıllarına (kurumda çalışma süresine) göre psikolojik sağlık düzeylerinin anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Ortalamalara bakıldığında ise, 6-10 yıl arası üniversite hizmet yılı olan akademik personelin psikolojik sağlıklarının en yüksek düzeyde olduğu; 21 ve üzeri üniversite hizmet yılı olan akademik personelin ise en düşük düzeyde olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, akademik personelin üniversite hizmet yılı arttıkça psikolojik sağlıklarının azaldığını, bir başka deyişle aynı üniversiteye uzun yıllar hizmet vermenin akademik personelin psikolojik sağlık düzeylerini azalttığını göstermektedir. Sünkür (2014) tarafından yapılan araştırmada, 21 yıl ve üzeri hizmet yılına (mesleki kıdem) sahip katılımcıların psikolojik sağlık düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Genellikle bireylerin yaşam doyumlarının da kurumda ve sektörde çalışma süreleri arttıkça arttığı bilinmektedir. Ancak literatürde farklı araştırma sonuçlarının ortaya koyulduğu da görülmektedir. Uludağ (2019) tarafından Ankara İl Gıda, Tarım ve Hayvancılık Müdürlüğü'nde görev yapan toplam 220 personel üzerinde yapılan araştırma sonucunda, 0-5 yıl arası çalışanların yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu araştırmaların sonuçlarından da yola çıkılarak, psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerinde kurumda ve sektörde çalışma süreleri açısından farklılık olduğu varsayılmıştır. Bu açıdan şu hipotezler oluşturulmuştur:

H_{12} : Akademisyenlerin psikolojik sağlık düzeyleri kurumda çalışma süresine göre farklılık gösterir.

H_{13} : Akademisyenlerin yaşam doyumu düzeyleri kurumda çalışma süresine göre farklılık gösterir.

H_{14} : Akademisyenlerin psikolojik sağlık düzeyleri sektörde çalışma süresine göre farklılık gösterir.

H₁₅: Akademisyenlerin yaşam doyumu düzeyleri sektörde çalışma süresine göre farklılık gösterir.

Örgütlerde çalışanların yer aldığı birimlerdeki ilişkiler, iş yükü yoğunluğu, çalışma koşulları ve olanakları gibi faktörlerin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeylerinde farklılık yaratabileceği düşünülmektedir. Bu düşünceden yola çıkılarak, psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeylerinde çalışılan birim açısından farklılık olduğu varsayılmıştır. Bu açıdan şu hipotezler oluşturulmuştur:

H₁₆: Akademisyenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri çalışılan birime göre farklılık gösterir.

H₁₇: Akademisyenlerin yaşam doyumu düzeyleri çalışılan birime göre farklılık gösterir.

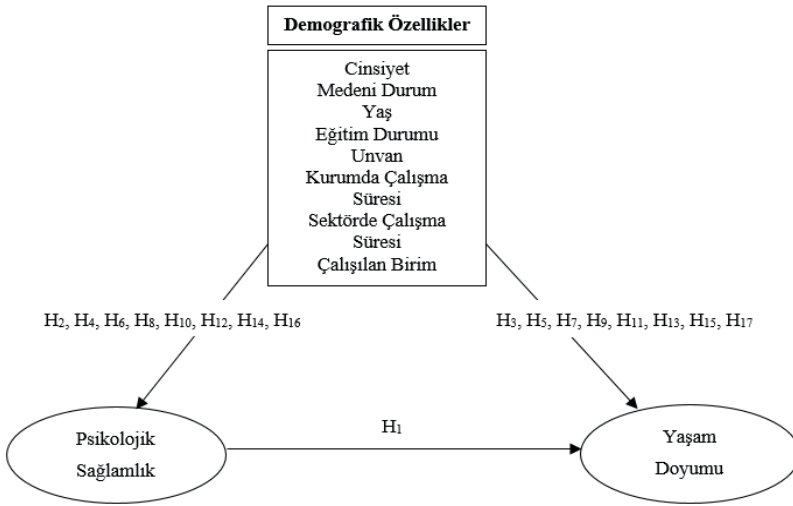
3. MATERYAL VE YÖNTEM

Bu araştırmanın amacı, çalışanların psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeyleri arasında bir ilişkinin olup olmadığının tespit edilmesidir. Ayrıca yapılan bu araştırma ile Kilis 7 Aralık Üniversitesi'nde çalışan akademisyenlerin çeşitli sosyo demografik özellikleri (cinsiyet, medeni durum, yaş vs.) göz önünde bulundurularak psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeylerine ilişkin görüşlerinin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi amaçlanmaktadır. Araştırma evrenini Kilis 7 Aralık Üniversitesinde çalışan akademisyenler oluşturmaktadır. Kilis 7 Aralık Üniversitesinden tesadüfi olmayan örnekleme tekniklerinden biri olan kolayda örnekleme yöntemiyle belirlenen 198 akademisyenle yüz yüze veya online anket gerçekleştirilmiştir. Veriler toplanmadan önce etik kurul izni (Kilis 7 Aralık Üniversitesi Etik Kurulu, 04/12/2020 tarihli ve 2020/35 sayılı) alınmıştır.

Uygulanan anketler üç bölümden oluşmaktadır. Anketin birinci bölümünde; katılımcıların sosyo demografik özellikleri (cinsiyet, medeni durum, yaş, eğitim durumu, unvan, kurumdaki ve sektördeki çalışma süresi, çalışılan birim) ile ilgili sorular, ikinci bölümde; psikolojik sağlamlık düzeylerini, üçüncü bölümde; yaşam doyumu düzeylerini ölçen ifadeler yer almaktadır. Araştırmada kullanılan birinci ölçek, bireylerin psikolojik sağlamlıklarını ölçebilmek amacıyla Smith ve diğerlerinin (2008, s. 196) geliştirdiği Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)'dir. KPSÖ tek boyut, altı ifadeden oluşan öz bildirim tarzı bir ölçme aracıdır. Araştırmada kullanılan ikinci ölçek, Diener ve diğerleri (1985) tarafından geliştirilen yaşam doyumu ölçeğidir. Ölçek tek boyut ve beş ifadeden oluşmaktadır.

Araştırmada kullanılan bu ölçelerdeki ifadeler beşli Likert tipi derecelemeyle “kesinlikle katılmıyorum (1)...kesinlikle katılıyorum (5)” yer almaktadır.

Anket uygulaması sonucunda elde edilen veriler SPSS programıyla analiz edilmiştir. Öncelikle akademisyenlerin sosyo demografik özellikleri (cinsiyet, medeni durum, yaş vs.) ile ilgili sorulara verdikleri yanıtlara ilişkin yapılan frekans analizi sonucunda belirlenen tanımlayıcı istatistiklere yer verilmiştir. Daha sonra verilerin normal dağılıp dağılmadıkları tespit edilerek, araştırmada kullanılan ölçekler ile ilgili önce geçerlilik (faktör), daha sonra ise güvenilirlik analizi yapılmıştır. Psikolojik sağlamlığın yaşam doyumu üzerindeki etkisini belirlemek için regresyon analizi; akademisyenlerin çeşitli sosyo demografik özellikleri (cinsiyet, medeni durum, yaş vs.) göz önünde bulundurularak psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeylerine ilişkin görüşlerinin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin tespit edilmesi için ise parametrik testlerden T-Testi ve ANOVA analizleri yapılmıştır. Araştırmada yapılacak istatistiksel analizlerle test edilmesi amaçlanan model Şekil 1’de gösterilmektedir.



Şekil 1. Araştırmanın teorik modeli

4. BULGULAR

Bu bölümde, Kilis 7 Aralık Üniversitesi'nde çalışan akademisyenlere uygulanan anketlerden elde edilen verilerin analiz edilmesi sonucunda ulaşılan bulgulara yer verilmiştir. Bu doğrultuda önce ankete katılan katılımcılara ve değişkenleri oluşturan ifadelerle ilişkin tanımlayıcı bilgilere, daha sonra

normallik testi, faktör ve güvenilirlik analizi sonuçlarına yer verilmiştir. Daha sonra ise, istatistiksel analizlerle araştırma modelinde yer alan değişkenlere ilişkin kurulan hipotezler test edilmiştir.

Tablo 1'e göre, araştırmaya katılan akademisyenlerin çoğunluğunun erkeklerden oluştuğu, evli, doktora düzeyinde eğitime, Öğr. Gör. ile Dr. Öğr. Üyesi unvanına sahip ve 30 ile 39 yaş civarında genç bir nüfus olduğu belirlenmiştir. Yine araştırmaya katılan akademisyenlerin çoğunluğunun 1-3 yıl ile 4-6 yıl aralığında kurumda çalışma süresinin olduğu ve Meslek Yüksekokulu (sosyal, teknik, turizm ve otelcilik, sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu) ile Fen Edebiyat Fakültesinde görev yaptığı, en çok 10 yıl ve üzeri sektörde çalışma süresinin olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara ait tanımlayıcı istatistik

Değişken	Grup	Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	80	40,4
	Erkek	118	59,6
Medeni Durum	Evli	130	65,7
	Bekar	68	34,3
Eğitim Durumu	Lisans	12	6,1
	Yüksek Lisans	85	42,9
	Doktora	101	51
Yaş	20-24 yaş	2	1
	25-29 yaş	30	15,2
	30-34 yaş	52	26,3
	35-39 yaş	50	25,3
	40-44 yaş	36	18,1
	45 ve üzeri yaş	28	14,1
Unvan	Prof. Dr.	8	4
	Doç. Dr.	18	9,1
	Dr. Öğr. Üyesi	52	26,3
	Öğr. Gör. Dr.	9	4,5
	Arş. Gör. Dr.	14	7,1
	Öğr. Gör.	53	26,8
	Arş. Gör.	44	22,2

Tablo 1 (Devamı). Katılımcılara ait tanımlayıcı istatistik

Değişken	Grup	Frekans	Yüzde
Kurumda Çalışma Süresi	1 yıldan az	33	16,7
	1-3 yıl	52	26,3
	4-6 yıl	52	26,3
	7-9 yıl	25	12,6
	10 yıl ve üstü	36	18,1
Sektörde Çalışma Süresi	1 yıldan az	20	10,1
	1-3 yıl	39	19,7
	4-6 yıl	39	19,7
	7-9 yıl	29	14,6
	10 yıl ve üstü	71	35,9
Çalışılan Birim	Fen Edebiyat Fakültesi	55	27,8
	İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	21	10,6
	Kilisli Muallim Rifat Eğitim Fakültesi	21	10,6
	Mühendislik Mimarlık Fakültesi ve Ziraat Fakültesi	13	6,6
	İlahiyat Fakültesi	17	8,6
	Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu	56	28,2
	Teknik Bilimler Meslek Yüksekokulu		
	Turizm ve Otelcilik Meslek Yüksekokulu		
	Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu		
Diğer (Yusuf Şerefoğlu Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Yabancı Diller Yüksekokulu, Uygulamalı Bilimler Fakültesi)	15	7,6	

Araştırma değişkenlerine ilişkin verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini tespit etmek, onların yapısının anlaşılması açısından önemli olmakta ve bu dağılımların biçimleri de çarpıklık (verilerin simetrisini belirleyen yani ortalama etrafında simetriden ne kadar saptığını işaret etmektedir), basıklık (verilerin tepe noktalarının durumunu yani dikliğini ya da düzlüğünü işaret etmektedir) hesaplamalarıyla anlaşılabilir (Gürbüz ve Şahin, 2014, s. 206; Çiçek, 2014, s. 58). İfadelere ait çarpıklık ve basıklık değerleri -1,5 ile +1,5 arasında değerler aldığından, verilerin normal dağılım gösterdiği (Bayram, 2013, s. 49; Bozkurt ve Çolakoğlu, 2020, s. 4004) söylenebilmektedir (Tablo 2).

Tablo 2. İfadelere ilişkin tanımlayıcı istatistikler

Kod	İfade	N	Ort.	Std. Sap.	Çarpıklık	Basıklık
PS1	Sıkıntılı zamanlardan sonra kendimi çabucak toparlayabilirim.	198	3,6970	,86623	-,506	-,321
PS2	Stresli olayların üstesinden gelmekte güçlük çekmem.	198	3,5303	,96990	-,626	-,179
PS3	Stresli durumlardan sonra kendime gelmem uzun zaman almaz.	198	3,5152	,92197	-,379	-,796
PS4	Kötü bir şeyler olduğunda bunu atlamak benim için zor değildir.	198	3,4343	,89739	-,205	-,822
PS5	Zor zamanları çok az sıkıntıyla atlattırım.	198	3,1465	,93644	,040	-,794
PS6	Hayatımdaki olumsuzlukların etkisinden kurtulmam uzun zaman almaz.	198	3,3889	,94803	-,200	-1,041
YD1	Hayatım birçok yönden idealime yakını.	198	3,7071	,83396	-,571	-,122
YD2	Hayat şartlarım mükemmel.	198	3,3788	,86262	-,194	-,801
YD3	Hayatımdan memnunum.	198	3,8939	,76991	-1,097	1,102
YD4	Hayattan şimdiye kadar istediğim önemli şeyleri elde ettim.	198	3,7980	,84876	-,556	-,129
YD5	Eğer hayata yeniden başlasaydım hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.	198	2,9293	1,03984	,033	-,604

Araştırmada kullanılan değişkenleri oluşturan ifadeler faktör analizi ile incelenmiştir. Veri setinin faktör analizi yapılmasının uygun olup olmadığını belirleyebilmek için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testi (örneklem büyüklüğünün uygunluğunu test etmektedir) sonucunda elde edilen değer 0,50'den büyük olması gerekmekte, bu değer 0,50'den küçük olduğunda ise örneklem sayısının artırılması gerekmektedir. Yine Barlett testi (veri matrisinin uygunluğunu incelemektedir) ki-kare test istatistiğine ait p değerinin de 0,05'ten küçük olması gerekmekte, bu durum verilerin çoklu normal dağılımlı ana kütle ve analiz için uygun olduğu anlamına gelmektedir (Güriş ve Astar, 2014, s. 368; Çolakoğlu ve Bozkurt, 2021, s. 156).

Tablo 3'e göre, KMO test istatistiği 0,70'den büyük (KMO=0,875) ve Bartlett testi ki-kare (X^2) değeri ($X^2(55) = 1375,459$; $p < 0,05$) istatistiksel olarak anlamlıdır. Bundan dolayı verilerin faktör analizi için uygun olduğu söylenebilmektedir. Faktörlerin rotasyonu için en sık kullanılan Varimax yöntemi kullanılmıştır. Varimax yöntemi varyans büyütme yöntemi olup, bu döndürme yönteminin amacı, her faktör için yüksek yüklemeleri daha yüksek ve düşük yüklemeleri daha düşük yaparak faktör yüklerinin varyansını maksimize etmektir. Faktör analizi sonucunda elde edilen faktör yüklerinin genel olarak en az 0,32'nin üstünde olması önerilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013, s. 654). Oluşan son durumda, öz değerleri 1'den büyük olan iki faktör oluşmuştur. Bu faktörler toplam varyansın %68,984'ünü açıklamaktadır. Elde edilen faktörlere ait ifadeler kullanılarak güvenilirlik analizi yapılmış, faktörlerin Cronbach alfa değerleri 0,70'den büyük olduğundan (Sipahi vd., 2010, s. 89; Çolakoğlu, 2022, s. 428) araştırmanın ölçek güvenilirliğinin sağlandığı belirlenmiştir.

Tablo 3. Faktör analizi sonuçları

İfadeler	Psikolojik Sağlamlık	Yaşam Doyumu
PS2	0,794	
PS4	0,788	
PS6	0,788	
PS1	0,770	
PS3	0,756	
PS5	0,710	
YD3		0,639
YD1		0,631
YD4		0,628
YD2		0,588
YD5		0,509
Açıklanan Varyans	38,462	30,522
Cronbach Alfa	0,919	0,856
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) Test= 0,875 Bartlett Testi $X^2(55) = 1375,459$; $p = 0,000$		

Araştırmalarda bir bağımsız değişkenin bir bağımlı değişken üzerindeki etkisinin belirlenmesi için basit regresyon analizi yapılmaktadır. Bu analiz sonucunda elde edilen R^2 (belirlilik katsayısı) değeri; bağımlı değişkendeki değişimin yüzde kaçının bağımsız değişken tarafından açıklandığını, F istatistiği; anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ ise, modelin bütünü ile istatistiksel

olarak anlamlı olduğunu, “ β ” değeri ise bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisini göstermektedir.

Yapılan regresyon analizi sonuçları incelendiğinde; psikolojik sağlamlığın yaşam doyumu üzerindeki etkisi pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı ($\beta=0,397$; $p<0,05$) olarak kabul edilmiştir. Dolayısıyla H_1 kabul edilmiştir (Tablo 4).

Tablo 4. Regresyon analizine ilişkin sonuçlar

	Sonuç Değişkeni	
	Y (Yaşam Doyumu)	
Tahmin Değişkeni	β	SH
X (Psikolojik Sağlamlık)	0,397*	0,059
	$R^2 = 0,153$	
	$F(1;197) = 36,591$	
	$p < 0,05$	

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeylerinin akademisyenlerin cinsiyetleri ve medeni durumları açısından farklılık gösterip göstermediğini incelemek için T Testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda t değerleri istatistiksel olarak anlamsız ($p > 0,05$) olduğundan akademisyenlerin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeylerine ilişkin görüşlerinin cinsiyet ve medeni durum açısından farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Dolayısıyla H_2 , H_3 , H_4 ve H_5 reddedilmiştir (Tablo 5).

Tablo 5. Psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeyleri ile cinsiyet ve medeni durum T Testi

Değişkenler	Grup	N	Ort	Std. Sapma	t	SD	p
Psikolojik Sağlamlık	Kadın	80	3,4979	0,78555	0,681	196	0,497
	Erkek	118	3,4209	0,77830	0,681	196	0,497
Yaşam Doyumu	Kadın	80	3,6250	0,73148	1,392	196	0,165
	Erkek	118	3,4847	0,67045	1,392	196	0,165
Psikolojik Sağlamlık	Evli	130	3,4654	0,78660	0,333	196	0,740
	Bekâr	68	3,4265	0,77287	0,333	196	0,740
Yaşam Doyumu	Evli	130	3,5338	0,69120	-0,211	196	0,833
	Bekâr	68	3,5559	0,71391	-0,211	196	0,833

Tablo 6'ya göre yapılan ANOVA analizi sonucunda elde edilen bulgular şu şekildedir:

Psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerinin akademisyenlerin yaş grupları açısından farklılık gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, psikolojik sağlık ($F=0,302$; $p>0,05$) düzeyinin akademisyenlerin yaş grupları açısından farklılık göstermediği; yaşam doyumu ($F=2,519$; $p<0,05$) düzeyinin ise akademisyenlerin yaş grupları açısından farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. H_6 reddedilmiş, H_7 ise kabul edilmiştir. Yaşam doyumu düzeyindeki farklılığın hangi yaş gruplarından kaynaklandığını görmek için PostHoc test yapılmıştır. Post-Hoc testlerinden Tamhane testinin yapılması gerektiği Levene istatistiğine bakılarak belirlenmiştir. Levene istatistiğinin anlamlı çıkması nedeniyle ($Levene = 2,891(5, 192)$, $p=0,015$) varyansların homojen olmadığı belirlenmiştir. Tamhane testi incelendiğinde farklılığın 35-39 yaş aralığı ($Ort=3,76$) ile 30-34 yaş aralığı ($Ort=3,31$) grubu arasında olduğu görülmektedir.

Psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerinin akademisyenlerin eğitim durumları açısından farklılık gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, psikolojik sağlık ve yaşam doyumu ($F=2,051$; $p>0,05$; $F=0,933$; $p>0,05$) düzeylerinin akademisyenlerin eğitim durumları açısından farklılık göstermediği tespit edilmiştir. H_8 ve H_9 ise reddedilmiştir.

Psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerinin akademisyenlerin unvanları açısından farklılık gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, psikolojik sağlık ve yaşam doyumu ($F=0,738$; $p>0,05$; $F=1,174$; $p>0,05$) düzeylerinin akademisyenlerin unvanları açısından farklılık göstermediği tespit edilmiştir. H_{10} ve H_{11} ise reddedilmiştir.

Psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerinin akademisyenlerin kurumda çalışma süreleri açısından farklılık gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, psikolojik sağlık ve yaşam doyumu ($F=0,475$ $p>0,05$; $F=0,698$; $p>0,05$) düzeylerinin akademisyenlerin kurumda çalışma süreleri açısından farklılık göstermediği tespit edilmiştir. H_{12} ve H_{13} ise reddedilmiştir.

Psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerinin akademisyenlerin sektörde çalışma süreleri açısından farklılık gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, psikolojik sağlık ve yaşam doyumu ($F=0,865$; $p>0,05$; $F=1,703$; $p>0,05$)

değişkenlerinin akademisyenlerin sektörde çalışma süreleri açısından farklılık göstermediği tespit edilmiştir. H_{14} ve H_{15} ise reddedilmiştir.

Psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeylerinin akademisyenlerin çalıştıkları birimler açısından farklılık gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, psikolojik sağlamlık ($F=2,097$; $p>0,05$) düzeyinin akademisyenlerin çalıştıkları birimler açısından farklılık göstermediği; yaşam doyumu ($F=2,480$; $p<0,05$) düzeyinin ise akademisyenlerin çalıştıkları birimler açısından farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. H_{16} reddedilmiş, H_{17} ise kabul edilmiştir. Yaşam doyumu düzeyindeki farklılığın hangi çalışılan birimlerden kaynaklandığını görmek için PostHoc test yapılmıştır. Post-Hoc testlerinden Tukey testinin yapılacağına karar vermek için Levene istatistiğine bakılmıştır. Levene istatistiğinin anlamsız çıkması nedeniyle ($Levene = 0,898(6;191)$, $p=0,498$) varyansların homojen olduğu belirlenmiştir. Tukey testi incelendiğinde farklılığın Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu ($Ort=3,60$) ile Kilisli Muallim Rıfat Eğitim Fakültesi ($Ort=3,08$) arasında; İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi ($Ort=3,77$) ile Kilisli Muallim Rıfat Eğitim Fakültesi ($Ort=3,08$) arasında; Fen Edebiyat Fakültesi ($Ort=3,62$) ile Kilisli Muallim Rıfat Eğitim Fakültesi ($Ort=3,08$) arasında olduğu görülmektedir.

Tablo 6. Psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu ile yaş, eğitim durumu, unvan, kurumda ve sektörde çalışma süresi, çalışılan birim ANOVA testi

Grup	Değişkenler		Kareler Toplamı	SD	Kareler Ort.	F	p
Yaş	Psikolojik Sağlamlık	Gruplar arası	0,936	5	0,187	0,302	0,911
		Gruplar içi	118,969	192	0,620		
		Toplam	119,905	197			
	Yaşam Doyumu	Gruplar arası	5,897	5	1,179	2,519	0,031
		Gruplar içi	89,903	192	0,468		
		Toplam	95,800	197			
Eğitim Durumu	Psikolojik Sağlamlık	Gruplar arası	3,687	3	1,229	2,051	0,108
		Gruplar içi	116,219	194	0,599		
		Toplam	119,905	197			
	Yaşam Doyumu	Gruplar arası	1,363	3	0,454	0,933	0,426
		Gruplar içi	94,438	194	0,487		
		Toplam	95,800	197			
Unvan	Psikolojik Sağlamlık	Gruplar arası	2,716	6	0,453	0,738	0,620
		Gruplar içi	117,190	191	0,614		
		Toplam	119,905	197			
	Yaşam Doyumu	Gruplar arası	3,407	6	0,568	1,174	0,322
		Gruplar içi	92,393	191	0,484		
		Toplam	95,800	197			
Kurumda Çalışma Süresi	Psikolojik Sağlamlık	Gruplar arası	1,169	4	0,292	0,475	0,754
		Gruplar içi	118,736	193	0,615		
		Toplam	119,905	197			
	Yaşam Doyumu	Gruplar arası	1,367	4	0,342	0,698	0,594
		Gruplar içi	94,434	193	0,489		
		Toplam	95,800	197			
Sektörde Çalışma Süresi	Psikolojik Sağlamlık	Gruplar arası	2,112	4	0,528	0,865	0,486
		Gruplar içi	117,793	193	0,610		
		Toplam	119,905	197			
	Yaşam Doyumu	Gruplar arası	3,265	4	0,816	1,703	0,151
		Gruplar içi	92,535	193	0,479		
		Toplam	95,800	197			
Çalışılan Birim	Psikolojik Sağlamlık	Gruplar arası	7,409	6	1,235	2,097	0,055
		Gruplar içi	112,496	191	0,589		
		Toplam	119,905	197			
	Yaşam Doyumu	Gruplar arası	6,924	6	1,154	2,480	0,025
		Gruplar içi	88,875	191	0,465		
		Toplam	95,800	197			

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu son zamanlarda üzerinde önemle durulması ve incelenmesi gereken konular arasında yer almaktadır. Bireyler gerek normal yaşamlarında gerekse iş hayatlarında birçok olumsuz olaylarla karşı karşıya kalmakta ve onların bu olaylardan kaçmaları mümkün olmamaktadır. Bireylerin bu olumsuz olaylarla başa çıkabilmeleri, zihinsel ve fiziksel olarak sağlıklı bir şekilde hayatlarına devam edebilmeleri için hem psikolojik sağlamlık hem de yaşam doyumu düzeylerinin yüksek olması oldukça önemlidir.

Eğitim sektöründe görev yapan akademisyenler bir taraftan geleceğin doktorlarını, mühendislerini, öğretmenlerini vs. yetiştirmekte, birikimleri ile ülkenin geleceğini aydınlatmakta ve şekillendirmekte, diğer taraftan ise davranışları, tutumları ve değer yargılarıyla gençlere ve topluma rol model olmaktadır. Akademisyenler sadece eğitim ve öğretimle ilgili faaliyetleri yürütmekle kalmayıp, bilimsel, sosyal, toplumsal ve idari birçok faaliyeti yerine getirmektedirler. Bu nedenle psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeyi düşük olan bir akademisyenin hem öğrencilerinde hem de ortaya koyduğu çalışmalarında ciddi eksikliklerin ortaya çıkması kaçınılmaz olacaktır.

Konunun öneminden hareketle yapılan bu araştırmayla Kilis 7 Aralık Üniversitesi'nde çalışan akademisyenlerin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeyleri arasında bir ilişkinin olup olmadığı incelenmiştir. Ayrıca bu akademisyenlerin çeşitli sosyo demografik özellikleri (cinsiyet, medeni durum, yaş vs.) göz önünde bulundurularak psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeylerine ilişkin görüşlerinin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ve psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumu düzeylerinin mevcut durumları tespit edilmiştir. Tüm bunları gerçekleştirebilmek için de araştırmada akademisyenlerin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeyleri hakkında önce mevcut literatür incelenmiş, Kilis 7 Aralık Üniversitesinde çalışan 198 akademisyene yüz yüze veya online olarak anket uygulaması gerçekleştirilmiştir. Anket uygulaması sonucunda elde edilen veriler SPSS programıyla analiz edilmiştir.

Araştırmada yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre; psikolojik sağlamlığın yaşam doyumu üzerindeki etkisinin pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu literatürde yer alan araştırma sonuçlarıyla da desteklenmektedir. Ülker Tümlü ve Receptoğlu (2013) tarafından Kastamonu Üniversitesinde görev yapan 94 akademisyenin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi ölçmeye yönelik bir araştırma yapılmıştır. Yapılan araştırma sonucunda bu değişkenler

arasında orta düzeyde, anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca bu üniversitede görev yapan akademik personelin psikolojik sağlık seviyelerinin demografik özelliklere (cinsiyet, yaş, medeni hal, kurumda çalışma süresi, sektörde çalışma süresi vb.) göre herhangi bir farklılık göstermediği sonucuna varılmıştır.

Akademisyenlerin çeşitli sosyo demografik özellikleri (cinsiyet ve medeni durum) göz önünde bulundurularak psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerine ilişkin görüşlerinin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin tespit edilmesi için ise T-Testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, akademisyenlerin psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerine ilişkin görüşlerinin cinsiyet ve medeni durum açısından farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerinin akademisyenlerin yaş grupları, çalıştıkları birimler açısından farklılık gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, psikolojik sağlık düzeyinin akademisyenlerin yaş grupları ve çalıştıkları birimler açısından farklılık göstermediği; yaşam doyumu düzeyinin ise akademisyenlerin yaş grupları ve çalıştıkları birimler açısından farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Yaş grupları arasında yaşam doyumu düzeyindeki farklılığın; 35-39 yaş aralığı (Ort=3,76) ile 30-34 yaş aralığı (Ort=3,31) grubu arasında olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu literatürde yer alan araştırma sonuçlarıyla da desteklenmektedir. Örneğin; Yenihan ve diğerleri (2016) tarafından Sakarya'da kurulu olan üç AVM'nin 242 çalışanı üzerinde yapılan araştırma sonucunda, 31-35 yaş aralığında yer alan çalışanların yaşam doyumu algılarının 21-25 yaş grubuna göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bireylerin yaşları arttıkça eğitim düzeyleri ve elde ettikleri deneyimler, farklı işlerle uğraşma potansiyelleri, kendilerini faydalı ve amaçlı hissetmeleri de artmakta bu durumun da sorunlarla daha iyi mücadele edebilmelerini sağlayarak yaşam doyumlarını artırabildiği düşünülmektedir. Çalışılan birim açısından yaşam doyumu düzeyindeki farklılığın ise; Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu (Ort=3,60) ile Kilisli Muallim Rıfat Eğitim Fakültesi (Ort=3,08) arasında; İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi (Ort=3,77) ile Kilisli Muallim Rıfat Eğitim Fakültesi (Ort=3,08) arasında; Fen Edebiyat Fakültesi (Ort=3,62) ile Kilisli Muallim Rıfat Eğitim Fakültesi (Ort=3,08) arasında olduğu tespit edilmiştir. Örgütlerde çalışanların yer aldığı birimlerdeki ilişkiler, iş yükü yoğunluğu, çalışma koşulları ve olanakları gibi faktörlerin yaşam doyumlarında farklılıklar yaratabileceği düşünülmektedir.

Psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerinin akademisyenlerin eğitim durumları, unvan, kurumda ve sektörde çalışma süresi açısından farklılık

gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerinin akademisyenlerin eğitim durumları, unvan, kurumda ve sektörde çalışma süresi açısından farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Örgütlerin çalışanlarının psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerine olumlu ve olumsuz katkıda bulunan faktörleri belirlemeleri oldukça önemlidir. Ayrıca çalışanların psikolojik sağlık ve yaşam doyumu düzeylerini arttırmak adına çeşitli seminerlerin ve bireysel eğitimlerin verilmesi faydalı olabilir. Bireyler kendi kararlarına güvendikçe, karşılaştıkları problemlere etkili çözümler üretebildikçe, içinde bulunulan duruma olumlu, hızlı ve rahat bir şekilde uyum sağlayabildikçe yaşam doyumları da artabilir.

Yapılan bu araştırmada akademisyenlerin yaşam doyumu düzeylerinin yaş ve çalışılan birime (sosyo demografik özellik) göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmakla beraber, psikolojik sağlık düzeyi üzerinde sosyo demografik özelliklerin önemli birer belirleyici olmadığı görülmüştür. Bu kapsamda ilerde psikolojik sağlık düzeyini etkileyebilecek farklı sosyo demografik özelliklerin ele alındığı çalışmalar yapılabilir. Ayrıca bu araştırma sonuçlarının genellenebilmesi adına farklı illerin üniversitelerinde çalışan akademisyenler üzerinde çalışmalar yapılarak, araştırmaya konu olan değişkenlere etki edebilecek başka değişkenler de eklenerek, psikolojik sağlık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide başka değişkenlerin de aracı etkisi incelenerek farklı sonuçların elde edilip edilemeyeceği tespit edilebilir.

KAYNAKÇA

- Akın, A. ve Demirel, S. (2003). Toplumsal cinsiyet kavramı ve sağlığa etkileri. *C. Ü. Tıp Fakültesi Dergisi*, 25(4), 73-82.
- Avey, J. B., Hughes, L. W., Norman, S. M. ve Luthans, F. (2008). Using positivity, transformational leadership and empowerment to combat employee negativity. *Leadership and Organization Development Journal*, 29(2), 110-126. <https://doi.org/10.1108/01437730810852470>
- Bahadır, E. (2009). *Sağlıkla ilgili fakültelerde eğitime başlayan öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri* (Yayın No. 236965) [Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi]. Yüksek Öğretim Kurumu Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Basım, H. N. ve Çetin, F. (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-116. <https://www.turkpsikiyatri.com/PDF/C22S2/104-114.pdf>
- Bayram, N. (2013). *Yapısal eşitlik modellenmesine giriş AMOS uygulamaları* (2. Baskı). Ezgi Kitabevi.
- Block, J. ve Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349-361. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.70.2.349>
- Bozkurt, İ. ve Çolakoğlu, E. (2020). Sağlık hizmetlerinde müşteri odaklılığın marka güveni, marka prestiji ve marka savunuculuğuna etkisi. *BMIJ*, 8(5), 3991-4016. <http://dx.doi.org/10.15295/bmij.v8i5.1658>
- Çelik, M. ve Tümkaya, S. (2012). Öğretim elemanlarının evlilik uyumu ve yaşam doyumlarının iş değişkenleri ile ilişkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Kurşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 223-228. https://kefad2.ahievran.edu.tr/archive/pdfler/Cilt13Sayi1/JKEF_13_1_2012_223-238.pdf
- Çiçek, E. U. (2014). Tanımlayıcı istatistikler. İçinde Ş. Kalaycı (Ed.), *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri* (6. Baskı, ss. 51-61). Asil Yayın.
- Çolakoğlu, E. (2022). Dijital platformlara karşı geleneksel acenteler: Algılanan hizmet kalitesi bağlamında bir araştırma. İçinde E. S. Yılmaz (Ed.), *Dijital pazarlama yaklaşım ve uygulamalar* (ss. 412-442), Orion Akademi.
- Çolakoğlu, E. ve Bozkurt, İ. (2021). Algılanan hizmet kalitesinin tutum üzerine etkisinde hastane türünün düzenleyici etkisi. *Journal of Emerging Economies and Policy*, 6(2), 151-161. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1641259>
- Dal, E. (2015). *Kadınlardaki duygusal zeka düzeyi ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayın No. 427619) [Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi]. Yüksek Öğretim Kurumu Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

- Dervişoğulları, M. (2020) *Eğitim fakültesi öğretim elemanlarının psikolojik sağlamlıkları, akademik erteleme eğilimleri, işle ilgili akışları ve mesleki yeterlikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayın No. 640972) [Doktora tezi, Marmara Üniversitesi]. Yüksek Öğretim Kurumu Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. https://emmons.faculty.ucdavis.edu/wp-content/uploads/sites/90/2015/08/1985_5-SWLS.pdf
- Diener, E. ve Lucas, R. E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(22), 276-303. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Dikmen, A. A. (1995). İş doyumunu ve yaşam doyumunu ilişkisi. *A.Ü. Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi*, 50(3-4), 115-140. <https://dergipark.org.tr/download/article-file/36416>
- Duru, H. ve Gültekin, F. (2021). COVID-19 salgını sürecinde bireylerin psikolojik sağlamlıkları: Stresle başa çıkma tarzları ve ontolojik iyi oluş. *Turkish Studies-Social Sciences*, 16(3). <http://dx.doi.org/10.47356/TurkishStudies.49900>
- Eroğlu, O. ve Türker, A. (2020). Akademik güdülenme ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi: Spor bilimleri alanında lisansüstü eğitim görmekte olan bireyler üzerine bir araştırma İçinde İ. Kuyulu ve Y. Karaca (Ed.), *Spor ve sağlık alanında bilimsel çalışmalar-1* (ss. 170-191), Gece Kitaplığı.
- Gürbüz, S. ve Şahin, F. (2014). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri felsefe-yöntem-analiz* (1. Baskı). Seçkin Yayıncılık.
- Güriş, S. ve Astar, M. (2014). *Bilimsel araştırmalarda SPSS ile istatistik* (CD'Lİ Basım). Der Yayınları.
- Karabacak, G. (2013). *İş-aile çatışmasının iş ve yaşam doyumuna etkilerinin iş stresi ve algılanan sosyal destek açısından otel personeli üzerine incelenmesi* (Yayın No. 332675) [Doktora tezi, Adnan Menderes Üniversitesi]. Yüksek Öğretim Kurumu Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Kılıç, Ş. D. (2014). *Üniversite öğrencilerinin yalnızlık ve psikolojik dayanıklılıklarının incelenmesi* (Yayın No. 366539) [Yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi]. Yüksek Öğretim Kurumu Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Köse, E. (2021). Karar verme tarzlarının çalışanların yaşam doyumunu üzerindeki etkisi ve yaşam doyumunun bazı demografik değişkenler açısından in-

- celenmesi. *ARHUSS*, 4(1), 33-55. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1731054>
- Luthans, F. (2002). The need for and meaning of positive organizational behavior. *Journal of Organizational Behavior*, 23(6), 695-706. <https://doi.org/10.1002/job.165>
- Luthans, F. ve Youssef, C. M. (2004). Human, social and now positive psychological capital management: Investing in people for competitive advantage. *Organizational Dynamics*, 33(2), 143-160. <https://doi.org/10.1016/j.orgdyn.2004.01.003>
- Luthar, S., Cicchetti, D. ve Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Pavot, W. ve Diener, E. (2009). Review of the satisfaction with life scale. In E. Diener (Ed.) *Assessing well-being* (ss. 101-117). Social Indicators Research Series, 39, Springer Science+Business Media. https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_5
- Piccolo, F. R., Judge, T. A., Takahashi, K., Watanabe, N. ve Locke, E. A. (2005). Core self-evaluations in Japan: Relative effects on job satisfaction, life satisfaction, and happiness. *Journal of Organizational Behavior*, 26(8), 965-984. <https://doi.org/10.1002/job.358>
- Seligman, M. E. P., Parks, A. C. ve Steen, T. (2004). A balanced psychology and a full life. *Trans Royal Society*, 359(1449), 1379-1381. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1513>
- Sipahi, B., Yurtkoru, E. S. ve Çinko, M. (2010). *Sosyal bilimlerde SPSS'le veri analizi* (3. Baskı). Beta Yayınevi.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P. ve Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194-200. <https://doi.org/10.1080/10705500802222972>
- Suldo, S. ve Huebner, S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous?. *Social Indicators Research*, 78, 179-203. <https://doi.org/10.1007/s11205-005-8208-2>
- Sünkür, M. (2014). *İlköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin olumlu psikolojik sermaye algularının iş doyumları ve örgütsel bağlılıkları üzerindeki etkisi* (Yayın No. 387208) [Doktora tezi, Fırat Üniversitesi]. Yüksek Öğretim Kurumu Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorgu-SonucYeni.jsp>

- Şimşek, E. (2011). *Örgütsel iletişim ve kişilik özelliklerinin yaşam doyumuna etkileri* (Yayın No. 286778) [Doktora tezi, Anadolu Üniversitesi]. Yüksek Öğretim Kurumu Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Pearson Education.
- Tagay, O., Karatas, Z., Bayar, O. ve Savi-Cakar, F. (2016). Resilience and life satisfaction as the predictors of general self-efficacy. *Global Journal of Counseling and Guidance in Schools: Current Perspectives*, 6(1), 11-17. <https://un-pub.eu/ojs/index.php/gjgc/article/view/580>
- Tusaie K. ve Dyer, J. (2004). Resilience: A historical review of the construct. *Holistic Nursing Practice*, 18(1), 3-10. <https://doi.org/10.1097/00004650-200401000-00002>
- Uçar, T. (2013). *Özel eğitim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin ve mesleki sosyal destek düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yayın No. 361675) [Yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi]. Yüksek Öğretim Kurumu Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Uludağ, G. (2019). İş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisi bir kamu kurumunda alan araştırması. İçinde Z. Gölen ve H. Babacan (Ed.), *Sosyal, beşeri ve idari bilimlerde akademik çalışmalar 2019/2* (ss. 216-237). Iype.
- Ülker Tümlü, G. ve Receptoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (3), 205-213. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/higheredusci/issue/61482/918033>
- Yenihan, B., Öner, B. ve Balcı B. (2016). İş doyumu ve yaşam doyumunun demografik özelliklerle ilişkisi: Sakarya'daki AVM'lerin çalışanları üzerine bir araştırma. *Siyaset, Ekonomi ve Yönetim Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 33-49. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1023604>
- Yıldız Türker, N. (2018). *Yetişkinlerde dindarlık ve psikolojik sağlamlık ilişkisi üzerine bir araştırma* (Yayın No. 525915) [Yüksek lisans tezi, Uludağ Üniversitesi]. Yüksek Öğretim Kurumu Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>