

Akademisyenlerde İşle İlgili Temel İhtiyaç Doyumu ve Öznel İyi Oluş

Work-Related Basic Need Satisfaction and Subjective Well-Being Among Academicians

Tayfun DOĞAN¹, Ali ERYILMAZ²

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, akademisyenlerde işle ilgili temel ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri incelemektir. Araştırmanın katılımcılarını Türkiye'nin farklı üniversitelerinden 215 (95 kadın/120 Erkek) akademisyen oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama araçları olarak İşle İlgili İhtiyaç Doyumu Ölçeği, Olumlu-Olumsuz Duygu Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde çoklu regresyon analizi ve Pearson Moment Çarpımlar Korelasyonu yöntemlerinden yararlanılmıştır. Analizler sonucunda işle ilgili temel ihtiyaç doyumunun alt boyutlarını oluşturan özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacının öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır ($R^2=0.48$, $F=65.44$, $p<.001$). Bu sonuçlara göre ilgili değişkenler, öznel iyi oluştaki varyansın % 48'ini açıklamaktadır.

Anahtar Kelimeler: İşle ilgili ihtiyaç doyumu, mutluluk, öznel iyi oluş, öz-belirleme

ABSTRACT

The aim of this research is to examine the relationship between work related need satisfaction and subjective well-being of academics in the workplace. The participants of this study are 215 (95 female/120 male) academics from various Turkish universities. The data collection tools used in the study are Work Related Need Satisfaction Scale, The Satisfaction with Life Scale and Positive-Negative Affect Scale. In accordance with the aim of the study, Pearson moments product correlation and multiple regression analysis were used. As a result of the multiple regression analysis, it has been determined that Work-Related Basic Need Satisfaction sub-dimensions explain subjective well-being at a statistically significant level ($R^2=0.48$, $F=65.44$, $p<.001$). According to these results, the relevant variables explain 48% of the total variance in subjective well-being.

Keywords: Work-related basic need satisfaction, happiness, subjective well-being, self-determination

1. GİRİŞ

İnsanların yaşamlarında farklı amaçları vardır. Farklı kültürlerde yapılan araştırmalarda, insanlara hayatlarında en çok istedikleri şeylerin neler olduğu sorulduğunda, listelerinin başında "mutluluk" yer almıştır (Diener, 2000). Psikoloji biliminde mutluluk öznel iyi oluş kavramına karşılık olarak kullanılmaktadır. Öznel iyi oluş, olumlu duyguların sık, olumsuz duyguların daha az yaşanması ve yaşamdan alınan doyum olarak tanımlanmaktadır (Diener, 1984; Myers ve Diener, 1995). Bu tanımda, yaşam doyumu öznel iyi oluşun bilişsel boyutunu oluşturmaktadır. Olay ve durumlara karşı verilen olumlu ve olumsuz duygusal tepkiler ise öznel iyi oluşun duyuşsal boyutunu oluşturmaktadır. Araştırmalar, öznel iyi oluşun bireyin yalnızca iyi duygular hissetmesini sağlamakla kalmayıp, enerjisini ve yaratıcılığını artırdığını, bağımsızlık sistemini güçlendirdiğini, daha iyi ilişkiler kurmasını sağladığını, iş yerinde verimliliğini artırdığını ve yaşam süresini uzattığını ortaya koymuştur (Diener ve Chan, 2011; Lyubomirsky, King ve Diener, 2005). Konu ile ilgili alanyazın incelendiğinde pek çok değişik-

kenle öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin araştırıldığı görülmüştür. Bu kapsamda yapılan araştırmalardan yola çıkılarak mutluluğun belirleyicileri üç grupta ele alınmıştır. Bunlardan ilkini yaşam şartları (demografik değişkenler) oluşturmaktadır. Cinsiyet, yaş, eğitim durumu, ekonomik durum ve yaşanan yer gibi değişkenler bu kapsamda değerlendirilmektedir. Yaşam şartlarının öznel iyi oluşu %10 oranında belirlediği saptanmıştır. İkinci grupta ise amaçlı etkinlikler bulunmaktadır. Bunlar bireyin duygu ve düşüncelerini kullanarak kasıtlı olarak yaptığı etkinlikleri içermektedir. Egzersiz yapmak, insanlara yardım etmek, sosyal ilişkiler kurmak ve geliştirmek, dini inancın gereğini yerine getirmek, affedici olmak, iyimserlik ve minnettarlık gibi etkinlikler amaçlı etkinlikler kapsamında değerlendirilmektedir. Amaçlı etkinliklerin, öznel iyi oluşu % 40 oranında etkilediği bulunmuştur. Öznel iyi oluşun belirleyicisi konumundaki son grup, genetik ve kişilik özellikleri olarak saptanmıştır. Genetik ve kişilik özelliklerinin öznel iyi oluşu % 50 oranında etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Lykken ve Tellegen, 1996; Lyubomirsky, 2001; Lyubomirsky, Sheldon ve Schkade, 2005; Lyubomirsky, 2007).

¹ Yrd. Doç. Dr., Niğde Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü, tayfun@tayfundogan.net

² Yrd. Doç. Dr., Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü, erali76@hotmail.com

Bireylerin, öznel iyi oluşlarını etkileyen pek çok faktör bulunmaktadır. İhtiyaçlar da bu faktörlerden biridir (Deci ve Ryan, 1991). İhtiyaç terimi, bireylerin bilinçli isteklerini ya da güdülerini belirtmede kullanılır (Baard, Deci ve Ryan, 2004). Öz belirleyicilik kuramına göre, özerklik, ilişki ve yeterlik ihtiyacı olmak üzere bireylerin doğuştan getirdikleri üç önemli psikolojik ihtiyaçları bulunmaktadır (Deci ve Ryan, 1991). Özerklik ihtiyacı, bireyin kendi davranışları ve deneyimlerini kendisinin örgütlemesi isteğini içerir. Karar alma ve eyleme geçme sürecinde bağımsız davranabilmesi ve özgürce kararlar alabilmesi özerklik ihtiyacının karşılanmasını sağlar (Deci ve Ryan, 2000). Özerklik ihtiyacı, iş yaşamı açısından ele alındığında, bireyin işiyle ilgili inisiyatif alabilmesi, işin nasıl yapılacağı ile ilgili olarak kendisini özgür hissetmesi ve işle ilgili bazı konularda kararlar alabilmesi bu ihtiyacının karşılanmasını sağlamaktadır. İlişki ihtiyacı, diğer insanlar ile bağlantılı olma ve ilişki kurma isteğini içerir. Bireyin iş yaşamındaki çevresiyle ve arkadaşlarıyla, derin, sağlıklı, doyurucu ve güvene dayalı ilişkiler kurması bu ihtiyacının karşılanmasını sağlar (Deci ve Ryan, 2000). İlişki ihtiyacı karşılanmazsa çalışma arkadaşlarından soyutlanma ve iş yaşamında yalnızlık gibi durumlar ortaya çıkabilir (Wright, Burt ve Strongman, 2006). Yeterlik ihtiyacı ise, istenen sonuçları ortaya koymayı ve optimal düzeyde meydan okumaları içerir. Bireyin yaptığı işle ilgili olarak kendisini yeterli hissetmesi, verilen görevleri başarıyla yerine getirebilmesi ve bu konularda kendine güveninin yüksek olması yeterlik ihtiyacının karşılanmasını sağlar. Özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacı doğuştan getirilmiştir ve öğrenilmemiştir (Ryan, 1995). Yapılan çalışmalar, etkili bir şekilde işlevde bulunmak ve psikolojik sağlık için evrensel olan ihtiyaçların doyurulması gerektiğini ortaya koymaktadır. Deci ve Ryan'a (2008) göre, özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının doyurulması bireylerin öznel iyi oluşlarını olumlu olarak etkilemektedir. Ayrıca bu ihtiyaçların doyurulması, optimal düzeyde işlevde bulunabilmek için temel faktörler arasında yer almaktadır.

İhtiyaçların doyurulması, hayatta kalmak, büyüme ve kişisel bütünlüğe ulaşmak için gereklidir (Ryan, Sheldon, Kasser ve Deci, 1996). İhtiyaçların doyurulması durumunda bireylerin yaşama uyum sağlamaları, kişilik gelişimleri ve hatta öznel iyi oluşları olumlu olarak etkilenmektedir (Baard, Deci ve Ryan, 2004). Bireyin yaşamının büyük bir kısmını geçirdiği alanlardan biri de bireyin iş yaşamıdır. İş yaşamında bireylerin performanslarını azaltan ve iş yaşamına uyumlarını zorlaştıran faktörler üzerinde çalışmalar bulunmakla (Ergin, 1995; Maslach, Schaufeli ve Leiter,

2001; Özdemir, 2001; Yang ve Farn, 2005) bireylerin iş yaşamlarına uyumlarını artıran çalışmaların sayısı henüz çok azdır. Bu alanda gerçekleştirilecek çalışmalar alanyazına katkı sağlayabilir. Sonuç olarak bu çalışmada, akademisyenlerin iş yaşamında psikolojik ihtiyaçlarını doyumalarının onların öznel iyi oluşlarını anlamlı düzeyde açıklayıp açıklamadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda işle ilgili temel ihtiyaç doyumu alt boyutlarını oluşturan özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının öznel iyi oluşu pozitif yönde yordayacağı varsayımı sınanmıştır.

2. YÖNTEM

2.1. Çalışma Grubu

Araştırmanın katılımcılarını Türkiye'nin farklı üniversitelerinden 215 (95 kadın/120 Erkek)akademisyen oluşturmaktadır. Katılımcıların yaş aralığı 23-63 arasındadır. Yaş ortalaması ise 39.92'dir (Ss=8.63). Çalışma grubunu oluşturan akademisyenler unvanlarına göre değerlendirildiğinde, 34'ü araştırma görevlisi, 63'ü öğretim görevlisi, 53'ü yardımcı doçent, 34'ü doçent ve 31'i profesör'dür. Medeni durumları açısından ise katılımcıların 54'ü bekar, 151'i evli ve 10'u boşanmıştır.

2.2. Çalışmada Kullanılan Ölçme Araçları

2.2.1. İşle İlgili Temel İhtiyaç Doyumu Ölçeği (TİDÖ-İ)

Ölçek, Van Den Broeck ve diğerleri (2010) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, 18 maddeden oluşmaktadır ve 5'li likert tipi (1-Hiç uygun değil, 5-Tamamen uygun) bir cevaplama anahtarına sahiptir. TİDÖ-İ, üç alt boyuttan oluşmaktadır: Yeterlik ihtiyacı, ilişki ihtiyacı ve özerklik ihtiyacı. Yeterlik ihtiyacı alt boyutu, bireyin iş yaşamında kendini yeterli hissetmesi, sonuçlara ulaşmada etkili olması anlamına gelmektedir (Örnek madde: İşimde başarıyla görevlerimin üstesinden gelirim).İlişki ihtiyacı alt boyutu, bireyin iş yaşamında ilişki kurma ve ait olma ihtiyacı ile ilgilidir. İş yerinde yakın ilişkiler kurma, yalnızlıktan ve soyutlanmaktan kaçınma gibi ihtiyaçları ölçmektedir (Örnek madde: İş yerimde kendimi bir grubun parçası olarak hissederim). Özerklik alt boyutu ise, iş yaşamında kişinin etkinliklerini kendisinin başlatması, seçimler yapması ve kararlar alması ile ilgilidir Örnek madde: İşimi istediğim şekilde yapabileceğim konusunda kendimi özgür hissederim). Ölçeğin alt boyutlarından alınabilecek puanlar 6-30 arasında değişmektedir. Ölçeğin tamamından alınacak puan aralığı ise 6-90'dır. Ölçeğin madde faktör yükleri .58 ile .85 arasında değişen değerlerde bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre ise, uyum iyiliği in-

deksi değerleri $\chi^2/sd= 1.8, CFI=98, RMSEA=.04$ olarak rapor edilmiştir. Ölçeğin güvenilirliği yeterlik ihtiyacı alt boyutu için .85, ilişki ihtiyacı için .82 ve özerklik ihtiyacı alt boyutu için .81 olarak bulunmuştur. TİDÖ-İ'nin Türkçe uyarlaması araştırmacılar tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliği doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile incelenmiştir. DFA sonucu elde edilen uyum indeksleri üç faktörlü yapının Türk çalışanlardan oluşan örnekleme korunduğunu göstermektedir ($\chi^2= 321.23, sd= 132, \chi^2/sd= 2.43, GFI=0.91, NFI=0.90, CFI=0.94, IFI=0.94, AGFI=0.89, RMSEA=0.062, RMR=0.056$). İç tutarlık yöntemiyle hesaplanan güvenilirlik katsayıları ise yeterlik ihtiyacı, ilişki ihtiyacı ve özerklik ihtiyacı için sırasıyla .70, .78, .69 olarak bulunmuştur.

2.2.2 Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)

Ölçek, Diener ve diğerleri (1985) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek yaşam doyumunu ve öznel iyi oluşla ilgili araştırmalarda yaygın olarak kullanılmaktadır. YDÖ, 5 maddeden oluşmaktadır ve 7'li likert tipi bir cevaplama anahtarına sahiptir. Ölçekten alınabilecek puanlar 5-35 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan yüksek yaşam doyumuna işaret etmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Yetim (1993) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yetim (1993), ölçeğin test tekrar test güvenilirliğini .85 olarak, iç tutarlığını ise .76 olarak rapor etmiştir.

2.2.3. Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği (PNDÖ)

Ölçek Watson, Tellegen ve Clark (1988) tarafından geliştirilmiş ve Gençöz (2000) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek 10'u olumsuz, 10'u olumlu olmak üzere 20 ifadeden oluşmaktadır. PNDÖ, 5'li likert tipi bir cevaplama anahtarına sahiptir. Ölçekten alınabilecek puan aralığı her iki alt boyut için de 10-50 arasında değişmektedir. Gençöz (2000), Türkçe uyarlama çalışmasında ölçeğin iç tutarlığını pozitif duygu alt boyutu için .83, negatif duygu alt boyutu için .86 olarak rapor etmiştir. Ölçüt bağıntılı geçerlik kapsamında PNDÖ ile Beck Depresyon Envanteri ve Beck Anksiyete Envanteri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Buna göre olumlu duygulanım alt boyutu ile söz konusu ölçekler arasında sırasıyla $-0.48 (p<.001)$ ve $-0.22 (p<.001)$ korelasyon bulunmuştur. Olumsuz duygulanım alt boyutu ile ise, $.51 (p<.001)$ ve $.47 (p<.001)$ korelasyon bulunmuştur.

2.2.4. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların demografik bilgilerini belirleyebilmek amacıyla kişisel bilgi formu hazırlanmıştır. Form, yaş, cinsiyet, medeni durum ve akademik unvanı belirlemek üzere dört sorudan oluşmaktadır.

2.3. Verilerin Analizi

Bu araştırma, betimsel tarama modeline dayalı olarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın bağımlı değişkenini öznel iyi oluş, bağımsız değişkenlerini ise işle ilgili ihtiyaç doyumunu ölçeğinin alt boyutları olan yeterlik ihtiyacı, ilişki ihtiyacı ve özerklik ihtiyacı oluşturmaktadır. Öznel iyi oluş, yaşamdan doyum alma, olumlu duyguları sık ve olumsuz duyguları az yaşama şeklinde tanımlanmaktadır (Diener, 1984). Öznel iyi oluşu değerlendirmede, kavramın bu kuramsal tanımlamasına dayalı olarak Yaşam Doyumu Ölçeği ve Olumlu-Olumsuz Duygu Ölçeği kullanılmıştır. Bu doğrultuda öznel iyi oluş aşağıdaki formül dikkate alınarak değerlendirilmiştir: Öznel İyi Oluş = (Yaşam Doyumu + Olumlu Duygu) – Olumsuz Duygu. Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon Katsayısı ile hesaplanmıştır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni yordayıcılığı ise çoklu regresyon analizi ile incelenmiştir. Ayrıca değişkenlere ilişkin ortalama ve standart sapma gibi betimsel istatistiklere de yer verilmiştir. Çalışmada istatistiksel olarak anlamlılık düzeyi $p<.05$ olarak kabul edilmiştir. Verilerin analizi SPSS 15.0 istatistik analiz programı aracılığı ile yapılmıştır.

3. BULGULAR

Bu bölümde öncelikle araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenlerinin ortalamalarına ve standart sapmalarına yönelik betimsel istatistik bulgularına yer verilmiştir. Daha sonra değişkenler arasındaki korelasyon değerleri sunulmuştur. Son olarak da çoklu regresyon analizi sonuçları verilmiştir.

Tablo 1: Bağımlı ve Bağımsız Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişkenler	Min	Max	\bar{X}	Ss
Pozitif Duygu	10.00	50.00	35.80	7.42
Negatif Duygu	10.00	42.00	16.23	5.63
Yaşam Doyumu	5.00	35.00	6.25	6.25
Yeterlik İhtiyacı	12.00	30.00	25.62	3.50
İlişki İhtiyacı	10.00	30.00	22.27	4.29
Özerklik İhtiyacı	11.00	30.00	20.51	3.45
TİDÖ-İ Toplam	42.00	87.00	68.41	8.46
Öznel İyi Oluş	.00	74.00	43.87	14.27

n=215

Araştırmada yer alan bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon Katsayısı ile incelenmiştir. Bağımlı değişken olan öznel iyi oluş ve bağımsız değişkenler olan yeterlik ihtiyacı, ilişki ihtiyacı ve özerklik ihtiyacı arasındaki korelasyon değerleri Tablo-2'de verilmiştir.

Tablo 2: Yeterlik İhtiyacı, İlişki İhtiyacı ve Özerklik İhtiyacı ile Öznel İyi Oluşa İlişkin Korelasyon Katsayıları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Pozitif Duygu	1	-.22*	.49*	.43*	.43*	.52*	.61*	.82*
2. Negatif Duygu		1	-.20*	-.24*	-.30*	-.37*	-.40*	-.59*
3. Yaşam Doymu			1	.29*	.38*	.43*	.49*	.77*
4. Yeterlik İhtiyacı				1	.22*	.35*	.67*	.44*
5. İlişki İhtiyacı					1	.47*	.79*	.51*
6. Özerklik İhtiyacı						1	.79*	.60*
7. TİDÖ-İ Toplam							1	.69*
8. Öznel İyi Oluş								1

n=215, *p< .001

Tablo-2 incelendiğinde öznel iyi oluş, pozitif duygu, negatif duygu, yaşam doyumu, yeterlik ihtiyacı, ilişki ihtiyacı, özerklik ihtiyacı ve işle ilgili ihtiyaç doyumu toplam puanları arasındaki korelasyon değerleri

görülmektedir. Buna göre negatif duygu alt boyutu ile diğer değişkenler arasında negatif yönde (p<.01) ilişkiler bulunmuştur. Diğer değişkenler arasında ise pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkiler elde edilmiştir.

Tablo 3: Öznel İyi Oluşun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

	B	SEB	Beta	t	p
Yeterlik İhtiyacı	1.02	.22	.25	4.69	.000*
İlişki İhtiyacı	.91	.19	.27	4.86	.000*
Özerklik İhtiyacı	1.59	.24	.39	6.57	.000*
R ² =0.48, F=65.44, p<.001					

*p< .001

İşle ilgili ihtiyaç doyumu değişkeninin alt boyutları olan işe yeterlik ihtiyacı, ilişki ihtiyacı ve özerklik ihtiyacının öznel iyi oluşu açıklama düzeyini ortaya koymak amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Tablo-3 incelendiğinde işle ilgili ihtiyaç doyumu alt boyutlarının öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir (R²=0.48, F=65.44, p<.001). Değişkenlerin öznel iyi oluşla ilişkileri tek tek ele alındığında, öznel iyi oluşu en yüksek düzeyde özerklik ihtiyacının ($\beta = .39$; p= .000), ikinci olarak ilişki ihtiyacının ($\beta = .27$; p= .000), ve son olarak da yeterlik ihtiyacının ($\beta = .25$; p= .000), pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlara göre ilgili değişkenler, öznel iyi oluştaki varyansın % 48'ini açıklamaktadır.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada akademisyenlerin iş yaşamında temel psikolojik ihtiyaç doyumları ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Çalışmada bireylerin ihtiyaçlarını doyumalarına paralel olarak, öznel iyi oluş düzeylerinin yükseldiği bulunmuştur. Araştırma bulgularına göre işle ilgili temel psikolojik ihtiyaçları oluşturan özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacı öznel iyi oluştaki varyansın yaklaşık olarak % 48'ini açıklamaktadır.

İş yaşamı, bireyin yaşam alanları içerisinde önemli bir boyutu temsil etmektedir. Bireylerin yaşamlarının önemli bir bölümü işte geçmekte ve iş yaşamından

alınan doyum genel yaşamı da etkileyebilmektedir. Bu açıdan bakıldığında işle ilgili temel ihtiyaçların doyumlanması büyük önem taşımaktadır. Bu araştırma sonucu elde edilen bulgular, işle ilgili temel ihtiyaçların doyumlanmasının bireyin öznel iyi oluşu üzerinde önemli düzeyde etkisinin olduğunu ortaya koymuştur. Öznel iyi oluş, kuramsal anlamda olumlu duyguların sık, olumsuz duyguların az yaşanması ve yaşamdan yüksek doyum alma şeklinde tanımlanmaktadır (Diener, 1984). Bu tanım çerçevesinde elde edilen sonuçlar değerlendirilecek olursa, akademisyenlerin özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının yeterli düzeyde doyumlanmasının daha çok olumlu duygular (güven, neşe, başarı vb.) yaşamalarını ve daha az olumsuz duygular (öfke, yalnızlık, yetersizlik, değersizlik vb.) yaşamalarıyla ilişkili olduğu söylenebilir. Ayrıca, yaşam doyumu çeşitli yaşam alanlarına ilişkin bilişsel değerlendirmeleri ifade etmektedir (Diener, 1984). İş yaşamı bu yaşam alanlarından birisidir ve bu alanda yaşanacak olumlu ya da olumsuz deneyimler bireyin genel yaşam doyumu üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olacaktır.

Öz belirleyicilik kuramı, bireylerin işletmelerde ve örgütlerde ihtiyaçlarını doyumaları durumunda işle ilgili motivasyon düzeylerinin yükseleceğini ve öznel açıdan daha iyi bir konumda olacaklarını savunmaktadır (Ryan ve Deci, 2000). Örneğin bireyler özerklik,

yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının karşılanması oranında daha sağlıklı olmaktadır ve kendilerini daha iyi hissetmektedirler (Kasser ve Ryan, 1999; Sheldon ve Bettencourt, 2002). Bu çalışma bulgusu, alanyazınla bu noktada paralellik göstermektedir.

İş yaşamına psikolojik ihtiyaçları doyurmanın pek çok olumlu sonucu bulunmaktadır. Örneğin Kasser, Davey ve Ryan (1992), bireylerin ihtiyaçlarını doydurmaları oranında işe ayırdıkları vakitlerin arttığını bulmuşlardır. Illardi ve diğerlerinin (1993) çalışmasının sonuçlarına göre fabrika işçilerinin, iş yerinde ihtiyaçlarını doydurmaları oranında işe yönelik daha olumlu tutumlara sahip oldukları, özsaygı düzeylerinin yüksek oldukları ve daha az hastalık yaşadıkları bulunmuştur. Hatta bireyler çalışma ortamlarında ihtiyaçlarını doydurdukları takdirde, işe yönelik performanslarında bir artış gözlenmekte ve psikolojik

açıdan kendilerini olumlu bir şekilde düzenlemektedirler (Baard, Deci ve Ryan, 2004). İhtiyaçları doyurmanın bireyin işlevselliği üzerinde olumlu katkıları bulunmaktadır. Bundan sonra yürütülecek çalışmalarda, yukarıda değinilen faktörler ile öznel iyi oluş ve ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkilerin ele alınması alanyazına katkı sağlayabilir.

Bu çalışmada, bireylerin öznel iyi oluşlarını yeterlik ve ilişki ihtiyacının yanında en çok özerklik ihtiyacını doyurmanın etkilediği görülmektedir. Üniversitelerin akademisyenlerin özerklik ihtiyaçlarını ne oranda karşıladıklarına ve nasıl karşılayabileceklerine ilişkin ilerleyen süreçte çalışmaların yapılması bilim insanlarının daha üretken olmalarına katkı sağlayabilir. Sonuç olarak, akademisyenlerin öznel açıdan kendilerini daha iyi hissetmeleri için onların psikolojik ihtiyaçlarının doyurulması önemlidir.

KAYNAKLAR

- Baard, P.P., Deci, E.L. ve Ryan, R.M. (2004) "Intrinsic Need Satisfaction: A Motivational Basis of Performance and Well-Being in Two Work Settings" *Journal of Applied Social Psychology*, 34:2045-2068.
- Deci, E.L. ve Ryan, R.M. (1991) "A Motivational Approach to Self: Integration in Personality" Dienstbier, R. (eds.) *Nebraska Symposium on Motivation: Perspectives on Motivation*, Lincoln, University of Nebraska Press.
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2000) "The What and Why of Goal Pursuits: Human Needs and The Self-Determination of Behavior" *Psychological Inquiry*, 11:227-268.
- Diener, E. (1984) "Subjective Well-Being" *Psychological Bulletin*, 95:542-75.
- Diener, E. (2000) "Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Proposal for National Index" *American Psychologist*, 55: 34-43.
- Diener, E., ve Chan, M.Y. (2011) "Happy People Live Longer: Subjective Well-Being Contributes to Health and Longevity" *Applied Psychology: Health And Well-Being*, 3(1):1-43.
- Ergin, C. (1992) "Doktor ve Hemşirelerde Tükenmişlik ve Maslach Tükenmişlik Ölçeğinin Uyarlanması" Hacettepe Üniversitesi VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları, Eylül 22-25, Ankara.
- Ilardi, B.C., Leone, D., Kasser, T. ve Ryan, R.M. (1993) "Employee and Supervisor Ratings of Motivation: Main Effects and Discrepancies Associated with Job Satisfaction and Adjustment in A Factory Setting" *Journal of Applied Social Psychology*, 23:1789-1805.
- Kasser, T., Davey, J. ve Ryan, R.M. (1992) "Motivation and Employee-Supervisor Discrepancies in A Psychiatric Vocational Rehabilitation Settings" *Rehabilitation Psychology*, 37:175-187.
- Kasser, V. ve Ryan, R.M. (1999) "The Relation of Psychological Needs for Autonomy and Relatedness to Vitality, Well-Being, and Mortality in A Nursing Home" *Journal of Applied Social Psychology*, 29:935-954.
- Lykken, D. ve Tellegen, A. (1996) "Happiness is A Stochastic Phenomenon" *Psychological Science*, 7:186-189.
- Lyubomirsky, S. (2007) *The How of Happiness: A Scientific Approach to Getting The Life You Want*, New York, The Penguin Press.
- Lyubomirsky, S., King, L. ve Diener, E. (2005) "The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success?" *Psychological Bulletin*, 131: 803-855.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K.M. ve Schkade, D. (2005) "Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change" *Review of General Psychology*, 9: 111-131.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K.M. ve Schkade, D. (2005) "Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change" *Review of General Psychology*, 9: 111-131.
- Lyubomirsky, S. (2001) "Why are Some People Happier Than Others: The Role of Cognitive and Motivational Processes in Wellbeing" *American Psychologist*, 56:239-249.
- Maslach, C., Schaufeli, W.B. ve Leiter, M.P. (2001) "Job Burnout" *Annual Reviews Psychology*, 52(1):397-422.
- Myers, D.G. ve Diener, E. (1995) "Who is happy?" *Psychological Science*, 6(1): 10-17.
- Özdemir, H.D. (2001) "Üniversite Akademik Personelinin Görev Üvanları Açısından İş Tükenmişlik Düzeylerinin Araştırılması" Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sivas, Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ryan, R.M. (1995) "Psychological Needs and the Facilitation of Integrative Processes" *Journal of Personality*, 63:397-427.
- Ryan, R.M. ve Deci, E.L. (2008) "Self-Determination Theory and The Role of Basic Psychological Needs in Personality and The Organization of Behavior" John et al. (eds.) *Handbook of Personality: Theory and Research*, New York, The Guilford Press.
- Ryan, R.M., Sheldon, K.M., Kasser, T. ve Deci, E.L. (1996) "All Goals are Not Created Equal: An Organismic Perspective on the Nature of Goals and Their Regulation" Gollwitzer et al.(eds.) *The Psychology of Action: Linking Cognition and Motivation to Behavior*, New York, Guilford Press.
- Saris, W.E. (2001) "What Influences Subjective Well-Being in Russia" *Journal of Happiness Studies*, 2:137-146.
- Saris, W.E. (2001) "What influences subjective well-being in Russia" *Journal of Happiness Studies*, 2:137-146.
- Sheldon, K.M. ve Bettencourt, B.A. (2002) "Psychological Need-Satisfaction and Subjective Well-Being Within Social Groups" *British Journal of Social Psychology*, 41:25-38.

Van den Broeck, A., Vansteenkiste, M., De Witte, H., Soenens, B. ve Lens, W. (2010) "Capturing Autonomy, Competence, And Relatedness at Work: Construction and Initial Validation of the Work-Related Basic Need Satisfaction Scale" *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 83:981-1002.

Wright, S.L., Burt, C.D. ve Strongman, K.T. (2006) "Loneliness in the Workplace: Construct Definition and Scale Development" *New Zealand Journal of Psychology*, 35: 59-68.

Yang, H.J. ve Farn, C.K. (2005) "An investigation the Factors Affecting MIS Student Burnout in Technical Vocational College" *Computers in Human Behavior*, 21: 917-932.