






Sağlık Çalışanlarının Öznel İyi Oluşlarının Yordayıcıları: Özsaygı ve Başa Çıkma Araştırması

Ali ERYILMAZ¹ , M. Fatih ŞİRAZ² , Barış YILBAŞ³ 

Makalenin

Geliş Tarihi:

24.03.2022

Kabul Tarihi:

30.05.2022

Yayın Tarihi:

29.12.2022

Atıf/Citation:

Eryılmaz, A., Şiraz, M. F. ve Yılbaş, B. (2022). Sağlık çalışanlarının öznel iyi oluşlarının yordayıcıları: Özsaygı ve başa çıkma araştırması. *Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry*, 2(2), 98-111.

ÖZ

Bu çalışmada, sağlık çalışanlarının öznel iyi oluşlarının yordayıcıları olarak öz saygı ve başa çıkmanın incelenmesi hedeflenmiştir. Ayrıca demografik değişkenler açısından öznel iyi oluşun farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. İlişkisel tarama modelinin kullanıldığı bu çalışma 200 sağlık personeli üzerinde yürütülmüştür. Katılımcılara kişisel bilgi formu, iki boyutlu benlik saygısı ölçeği, yaşam doyum ölçeği, pozitif negatif duygu ölçeği ve kötümserliği aktive eden olaylarla durumlarla başa çıkma ölçeği uygulanmıştır. Katılımcıların 135'i (%67.5) kadın, 65'i (%32.5) erkek sağlık çalışanlarından oluşmaktadır. Yaşları 21-60 arasında değişmektedir. Yapılan t testi sonucu, sağlık çalışanlarında öznel iyi oluş düzeylerinin demografik değişkenler açısından farklılaşmadığı bulunmuştur. Regresyon analizi sonucunda ise kötümserliği aktive eden olaylarla başa çıkma ve benlik saygısı ölçeğinin alt boyutu olan kendini sevme ölçeğinin öznel iyi oluşu yordadığı, öznel iyi oluştaki değişimin %43'ünü açıkladığı bulunmuştur. Elde edilen bulgular sonucu sağlık çalışanlarının mutluluklarını arttırmak için başa çıkma becerileri ve benlik saygılarının güçlendirilmesi gerekmektedir. Geliştirilecek olan psikoeğitim ve grup etkinliklerinde bu alanlara yer verilmesi hem bireysel hem de toplumsal fayda açısından önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Baş Etme Becerileri, Öznel İyi Oluş, Öz Saygı, Sağlık Çalışanları

¹Prof. Dr., Yıldız Teknik Üniversitesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü, İstanbul, Türkiye

²Uzm. Klinik Psikolog, Melikgazi İlçe Sağlık Müdürlüğü, Kayseri, Türkiye

³Dr. Öğr. Üyesi, Sanko Üniversitesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Gaziantep, Türkiye

Predictors of The Subjective Well-Being of Health Workers: Self-Esteem and Coping Research

ABSTRACT

The aims of this study is to examine the predictive effects of coping and self-esteem on subjective well-being of health workers. In addition, it was examined whether the subjective well-being significantly differed according to some demographic variables. In the study in which the relational descriptive model was used, the research group consists of 200 individuals, 32.5% male (n=65) and 67.5% (n=135) female. The research data were collected using the Coping for Pessimism Activated Events-Situations scale, Positive and Negative Affect scale, the Self Esteem scale, the Satisfaction with Life scale and a personal information form developed by the researcher. As a result of the student's t test, it was found that the subjective well-being levels of health workers did not differ in terms of demographic variables. As a result of regression analysis, it was found that coping for Pessimism Activated Events-Situations scale and self-liking scale which is a sub-dimension of self-esteem scale, predicted subjective well-being and explained 43% of the change in subjective well-being. As a result of the findings obtained, it is necessary to strengthen the coping skills and self-esteem of health workers in order to increase their happiness. The place to be developed in the psychoeducation and group activities to be developed is important in terms of both individual and social benefit.

Keywords: Coping, Health Workers, Self-Esteem, Subjective Well Being

Sorumlu Yazar:

Barış YILBAŞ

Sanko Üniversitesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Gaziantep, Türkiye,
barisyilbas@gmail.com

GİRİŞ

Sağlık çalışanları, hastalık sürecinin iyileştirilmesinde vazgeçilmez bir öneme sahiptir. Hizmetin kaliteli olabilmesi ve sonucun beklentileri karşılayabilmesi için sağlık çalışanlarının hizmet verdikleri alandaki yeterlikleri kadar bir birey olarak kendi öznel iyi oluşları da ön plana çıkmaktadır. Yapılan çalışmalarda öznel iyi oluşu yüksek bireylerin iş ortamında başarılarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Doğan ve Eryılmaz, 2012). Özellikle iş yükünün çok ağır olduğu (Puet ve ark., 2012), yoğun stres faktörlerine maruz kalındığı (Ribeiro ve ark., 2018), tükenmişliğin yaşandığı (Çağan ve Günay, 2015) sağlık sektöründe çalışanların iyi oluş düzeylerinin yükseltilmesi hem sağlık çalışanları hem de hastalar açısından önemli görülmektedir. Zira mutsuz bir şekilde hizmet sunmak hastalar ve sağlık çalışanlarının ilişkisine zarar verdiği söylenebilir.

Öznel iyi oluş, olumsuz duyguların az yaşanması ve olumlu duyguların sık yaşanmasının yanı sıra yaşamdan yüksek doyum alınması olarak tanımlanmaktadır (Diener, 1984). Literatürde öznel iyi oluşun belirleyicilerine dair birçok araştırma yapılmıştır. Yapılan bir çalışmada olumlu duyguların ifadesinin bastırılması, öznel iyi oluş ile olumsuz, algılanan stres ile olumlu olarak ilişkili saptanmıştır (Katana ve ark., 2019). Yine literatürde öznel iyi oluş ile benlik saygısı arasında olumlu yönde ilişkiler (Du ve ark., 2017) anksiyete ve depresyon ile negatif ilişkiler (Derdikman-Eiron ve ark., 2011) saptanmıştır. Ülkemizde de çok geniş anlamda incelenmekte olan öznel iyi oluş kavramı ile yapılan çalışmalarda, Şahin ve arkadaşları (2012) “anlamın varlığı” ve “anlam arayışı”nın öznel iyi oluşun anlamlı birer yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Doğan, Eryılmaz ve Ercan (2014) yaptıkları çalışmada, bireyin işe istek duyması ve kendisini işe adanmasının öznel iyi oluşu pozitif yönde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Beyhan ve Boz (2020) yaptığı çalışmada öz-yeterlilik ve öznel iyi oluş arasında ilişki olduğunu saptamıştır. Genel örneklemin yanı sıra sağlık çalışanlarının öznel iyi oluşları üzerine yapılan çalışmaları incelediğimizde, birinci basamak sağlık çalışanlarının algıladıkları stres düzeyleri arttıkça öznel iyi oluşlarının azaldığı (Atanes ve ark., 2015) sonucuna ulaşılmıştır. Sağlam (2020) yaptığı çalışmada öznel iyi oluş üzerinde pozitif etki eden faktörler arasında heyecan, olumlu iletişim, iş yeri huzuru, keyif, iyimserlik, motivasyon, doyum/vicdani rahatlama ve tatmin ön plana çıktığı sonucuna ulaşmıştır. Yapılan araştırmalar genel olarak incelendiğinde bireylerin baş etme mekanizmaları ve özsaygıları ne kadar yüksek düzeyde ise öznel iyi oluşları da o denli yüksek düzeyde olacağı öngörülebilir. Ayrıca öznel iyi oluşu yüksek bireylerin işlevsellikleri de yüksek olacaktır.

Öz saygı, kişinin kendine karşı olumlu ya da olumsuz tutumu olarak ifade edilir (Rosenberg, 1965). Öznel iyi oluş ve öz saygı arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalardan birisinde, Diener ve Diener (1995) öz saygının yaşam memnuniyetini yordadığı ve öz saygı ile öznel iyi oluş arasında pozitif ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ergenler ve üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalarda öz saygı düzeyinin artması ile birlikte öznel iyi oluşunda arttığı görülmüştür (Doğan ve Eryılmaz, 2013; Eryılmaz ve Atak, 2014). Lyubomirsky ve arkadaşları (2006), mutluluk ve öz saygı farklılıklarını ortaya koymak üzere yapmış oldukları çalışmada bu iki kavramın ilişkili olduğunu ancak birbiri ile aynı kavramlar olmadığını bulmuşlardır. Sağlık çalışanlarının özsaygıları üzerine yapılan çalışmalarda da; düşük öz saygısı olan sağlık çalışanlarının yüksek strese maruz kalma oranlarının üç kat daha fazla olduğu (Johnson ve ark.

2020), öz saygısının öznel iyi oluşu ile pozitif olarak ilişkili olduğu (Liu ve ark., 2017) sonuçlarına ulaşılmıştır. Öznel iyi oluş ve öz saygının ilişkisinin ortaya konması bireylerin mutluluklarını arttırmada yapılacak müdahaleler açısından yol gösterici olacaktır.

Öznel iyi oluş üzerinde etkili olduğu düşünülen bir başka kavram da kötümserliği aktive eden olaylarla baş etme stratejileridir. Genel olarak bakıldığında olumsuz bir sonuç beklentisi olan kötümserlik (Peterson ve Seligman, 1987), bireylerin olumsuz olayları açıklama tarzlarında bilişsel bir faktör olarak ifade edilmektedir (Scheier ve Bridges, 1995). Kötümserliği ortaya çıkaran durumlardan bir tanesi, bireylerin yaşamlarını tehdit eden fiziksel hastalık halidir (Eryılmaz, 2015; Eryılmaz ve Şiraz, 2020). Kötümserlikle ilgili olarak alan literatüründe yapılan çalışmalardan Sweeny ve arkadaşları (1986), kötümserlerin iyimserlere oranla daha fazla depresyon belirtileri sergiledikleri sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca kötümser bireylerde yaşam doyumunun (Chang ve Farrehi, 2001) ve özsaygının (Scheier ve Carver, 1993) daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bireylerin, kötümserliğin bu etkilerinden kurtulabilmelerinde incelenmesi gereken önemli bir alanda başa çıkma stratejileridir. Başa çıkma en genel anlamıyla, rahatsız edici durumlara verilen bir tepkidir (Wechsler, 1995). Yapılan bir araştırmada stresli duruma karşı olumlu tutumun koruyucu faktör olduğunu, stresli durumdan kaçınma stratejilerinin ise risk faktörleri olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Babore ve ark., 2020). Van Dijk ve arkadaşları (2019), olumsuz yaşam olayları ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye bireylerin pasif başa çıkma tarzlarının aracılık ettiği sonucuna ulaşmışlardır. Miller Smedea, Catalano ve Ebener (2010) da yaptıkları çalışmada olumlu başa çıkmanın, ilk önce olumlu öz-saygıyı arttırarak öznel iyi oluşu olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşmışlardır.

Sonuç olarak öznel iyi oluşu etkileyebilecek birçok etken vardır. Bu araştırmanın temel amacı, sağlık çalışanlarının öznel iyi oluşlarının yordayıcıları olarak öz saygının ve baş etme mekanizmalarının incelenmesi hedeflenmiştir. Sağlık çalışanlarının öznel iyi oluşlarını etkileyen faktörlerin bilinmesi hem kurumsal hem de bireysel olarak olumlu sonuçlar ortaya koyabilir. Bireysel açıdan, edinilen bilimsel bilgiler doğrultusunda bireylerin öznel iyi oluşlarını etkileyen durumların belirlenmesi neticesinde, bu alanları güçlendirilecek müdahaleler için çerçeve oluşturabilir. Toplumsal açıdan baktığımızda ise sağlık çalışanlarının psikolojik açıdan kuvvetlenmiş olması, halk sağlığı açısından verilen hizmetin kapsamını ve kalitesini arttırabilir. Bu bağlamda çalışmada belirlenen araştırma soruları şu şekildedir:

1. Sağlık çalışanlarının öznel iyi oluş düzeyleri demografik değişkenler açısından farklılaşmakta mıdır?
2. Sağlık çalışanlarının öznel iyi oluşlarını, öz saygı düzeyleri ve baş etme mekanizmaları yordamakta mıdır?

YÖNTEM

Araştırmada, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkeni, öznel iyi oluş; bağımsız değişkenleri, öz saygı, kötümserlikle baş etme mekanizmaları ve demografik veriler olarak belirlenmiştir.

Katılımcılar

Araştırmanın örnekleme belirlenirken yöntem olarak amaçsal örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırma evreni Gaziantep ilindeki sağlık personelleri

olarak belirlenmiştir. Bireylerin katılım sağlaması için araştırmaya katılmaya gönüllü olması ve sağlık personeli olması gerekmektedir. Araştırmanın amacı doğrultusunda ulaşılabilecek örneklem sayısını belirlemek için GPower 3.1.9.2. programı ile güç analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda %95 güçte ve orta düzey etki büyüklüğüne sahip bir çalışma için 172 kişiye ulaşmak gerekmektedir. Araştırma verilerinin istatistiksel olarak yeterli düzeyde olabilmesi ve olası veri kayıpları da göz önünde bulduğunda örneklem olarak 200 kişiye ulaşılması hedeflenmiştir. Araştırmaya katılan sağlık personelinin 135'i (%67.5) kadın, 65'i (%32.5) erkeklerden oluşmaktadır. Katılımcıların yaşları 21-60 arasında ($\bar{x}=34.14\pm 8.73$) değişmektedir. Meslek gruplarının dağılımlarına bakıldığında katılımcıların 52'si (%26) doktor, 78'i (%39) hemşire, 70'i (%35) diğer (psikolog, sosyal hizmet uzmanı, fizyoterapist, eczacı, biyomedikal, laborant, acil tıbbi teknisyen) sağlık personelinden oluşmaktadır. Medeni durumları incelendiğinde 127'si (%63.5) evli bireylerden, 73'ü (%36.5) bekâr bireylerden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Katılımcılara yaş, cinsiyet, meslek, medeni durum ve çalışma düzenleri bilgilerinin sorulduğu demografik veri formu kullanılmıştır.

İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği

Ölçek, Tafarodi ve Swann (2001) tarafından geliştirilmiş 16 maddeden oluşan 5'li likert tipi öz-bildirim bir ölçektir. Ölçeğin iki alt boyutu vardır. Doğan (2011) tarafından yapılan Türkçe uyarlamasında; "kendini sevme" alt boyutu için iç tutarlık katsayısı .83 ve "özyeterlik" alt boyutu için iç tutarlık katsayısı .74 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada "kendini sevme" ve "öz-yeterlik" alt boyutlarına ilişkin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı sırasıyla .87 ve .79 olarak bulunmuştur.

Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)

YDÖ, Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilmiş tek faktörlü 5 maddeden oluşan, 5'li Likert tipi öz-bildirim bir ölçektir. Ölçeğin alt boyutu bulunmamaktadır. Ölçeğin güncel uyarlaması Dağlı ve Baysal (2016) tarafından yapılmıştır. Güncel uyarlamada ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .88, test- tekrar test güvenilirliği ise .97 olarak saptanmıştır. Bu çalışmada ise iç tutarlık katsayısı .84 olarak bulunmuştur.

Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği (PANAS)

Ölçek, Watson ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilmiş ve Gençöz (2000) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçekte 10'u olumsuz, 10'u olumlu olmak üzere 20 ifade bulunmaktadır. İfadeler 5'li Likert tipi bir cevaplama anahtarına sahiptir. Türkçe uyarlama çalışmasında ölçeğin iç tutarlık katsayısı "olumlu duygu" alt boyutu için .83, "olumsuz duygu" alt boyutu için .86 olarak bildirilmiştir. Bu çalışmada ise, iç tutarlık katsayısı, olumlu duygu alt boyutu için .87 ve olumsuz duygu alt boyutu için .87 olarak bulunmuştur.

Kötümserliği Aktive Eden Olaylarla-Durumlarla Başa Çıkma Ölçeği

Ölçek, Eryılmaz ve Başal (2021) tarafından geliştirilmiştir. 28 maddeden oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin sekiz alt boyutu bulunmaktadır. Ölçeğin toplam puan hesaplanmasında iç

tutarlılık katsayısı .86, alt boyutlardan “kendini kontrol” .82, “maneviyata/dini inanca sığınma” .88, “problem çözme” .79, “iyimser düşünce” .73, “sosyal destek” .71, “inkar” .80, “öz değeri korumak” .75, “mesafe koyma” .60 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ölçeğin toplam puanının iç tutarlılık katsayısı .88, alt boyutlardan “kendini kontrol” .58, “maneviyata/dini inanca sığınma” .47, “problem çözme” .63, “iyimser düşünce” .54, “sosyal destek” .68, “inkar” .40, “öz değeri korumak” .40, “mesafe koyma” .56 olarak bulunmuştur. İç tutarlılık katsayıları .40 ile .68 arasında bulunmuştur. Alan literatüründe iç tutarlılık katsayısı için güvenilirlik ölçüsü .60 ve üzeri olarak kabul edilmiştir (Hair ve ark. 2019). Bu sebeple araştırmamızda ölçeğin toplam puanı kullanılmıştır.

Öznel İyi Oluş

Alan literatürü incelendiğinde öznel iyi oluş değerlendirilirken Yaşam Doyumu Ölçeği ve Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği kullanılmaktadır. Bu ölçekler ayrı ayrı değerlendirilebilmekle birlikte pratik bir eşitlikte önerilmiştir (Sheldon ve Bettencourt, 2002; Sheldon ve Elliot, 1999).

Öznel İyi Oluş = (Yaşam Doyumu + Pozitif Duygu) – Negatif Duygu

Çalışmamızda yukarıdaki eşitlik kullanılarak öznel iyi oluş puanına ulaşılmıştır. Yapılan analizler bu puan üzerinden gerçekleştirilmiştir.

İşlem

Araştırma öncesinde Gaziantep Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan 2021/76 karar numarası ile Mart 2021 tarihinde etik kurul onayı alınmıştır. Daha fazla sağlık personeline ulaşabilmek ve araştırma verilerinin toplandığı dönemde Covid-19 pandemisinden kaynaklı sosyal mesafe kuraları çerçevesinde araştırmayı sürdürülebilmek adına veriler toplanırken Google Formlar Platformundan yararlanılmıştır. Öncelikle veri toplama araçları online ortama aktarılmış ve oluşturulan bağlantı linki hedef örneklemin olduğu sosyal medya platformları (Whatsapp grupları) aracılığı ile katılımcılara ulaştırılmıştır. Uygulama öncesinde katılımcılara ön bilgilendirme aktarılmış, verilerin sadece bilimsel amaçla kullanılacağı, kimlik bilgilerinin gizli tutulacağı aktarılmıştır. Daha sonra araştırmaya katılmaya gönüllü sağlık personellerinden aydınlatılmış onam formunu onayı alınarak veriler toplanmıştır. Veri toplama süreci 2021 Mayıs ayında tamamlanmıştır. Elde edilen veriler istatistiksel analiz programına aktararak, araştırma amaçları doğrultusunda analizler yapılmıştır.

Verilerin Analizi

Çalışmanın örneklemini oluşturan sağlık personelinin demografik verileri tanımlayıcı istatistiklerden yararlanılarak değerlendirilmiştir. Verilerin normallik varsayımı kontrol edilmiş ve basıklık-çarpıklık katsayıları hesaplanmıştır. Yapılan incelemede ölçeklerin basıklık ve çarpıklık değerlerinin -.559 ile +.257 arasında olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde basıklık ve çarpıklık değerlerinin ± 1 aralığında olması gerektiği bildirilmiştir (George ve Mallery, 2019).

Araştırmanın ilk sorusu test edilirken verilerin analizinde parametrik testler kullanılmıştır. Gruplar arasında farklılık olup olmadığı ikili gruplarda t testi kullanılarak araştırılmıştır. Araştırmanın ikinci sorusu test edilirken bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni yordama düzeyleri regresyon analizi yapılarak incelenmiştir. Regresyon analizi yapılmadan önce

verilerin analizler için uygun olup olmadığı incelenerek, doğrusallık varsayımının belirlenmesinde Pearson Momentler çarpımı korelasyon katsayısı kullanılmıştır (r değerleri .517 ile .436 arasında bulunmuştur). Bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olup olmadığı için matrisleri incelenmiş, varyans artış faktörleri (VIF değerleri<10) ve tolerans değerleri (TV>.2) incelenerek doğrusallık varsayımının sağlandığı ve çoklu bağlantı probleminin bulunmadığı anlaşılmıştır. Araştırma verileri incelenirken SPSS 23 analiz programından faydalanılmıştır. Anlamlılık $p<.05$ olarak ele alınmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde araştırma bulguları araştırma modeline uygun olarak nicel bulgulara yer verilmiştir. İlk olarak ölçeklerin betimsel incelemeleri ve değişkenler arasındaki ilişkiye dair korelasyon değerlerine yer verilmiştir. Daha sonra bağımlı değişkenin demografik veriler açısından incelenmesi yapılmış ve çoklu regresyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Betimsel İstatistikler ve Analiz incelemeleri

Yapılan incelemede katılımcılar; “Öznel iyi oluş” ölçeğinden 31.69 ± 14.61 puan, “Kötümserliği aktive eden olaylarla başa çıkma” ölçeğinden 100.32 ± 14.81 , benlik saygısı ölçeği “Kendini sevme” alt bölümünden 30.16 ± 6.51 , “Öz yeterlik” alt bölümünden 27.94 ± 5.16 puan almışlardır.

Araştırmada yer alan bağımlı değişken ile bağımsız değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyonu yöntemiyle incelenmiştir. Araştırmanın bağımlı değişkeni olan öznel iyi oluş ile kötümserliği aktive eden olaylarla başa çıkma ($r=.517$) arasında $p<.01$ düzeyinde anlamlı ilişki saptanmıştır.

Öznel iyi oluş ile öz saygı ölçeği alt bölümlerinden kendini sevme ($r=.555$) ve öz yeterlik ($r=.436$) arasında $p<.01$ düzeyinde anlamlı ilişki saptanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiler Tablo 1.’de verilmiştir.

Tablo 1. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Betimsel İstatistikleri, Korelasyon İncelemeleri ve Basıklık/Çarpıklık Değerleri (N=200)

	X	SS	^a ÖİÖ r	Basıklık	Çarpıklık
ÖİÖ	31.69	± 14.61	-	-.126	-.352
KAOBÇ	100.32	± 14.81	.517**	.236	-.180
BS-Kendini Sevme	30.16	± 6.51	.555**	-.559	-.033
BS-Öz Yeterlik	27.94	± 5.16	.436**	.000	.257

BS-Benlik Saygısı; KAOBÇ-Kötümserliği Aktive Eden Olaylarla Başa Çıkma Ölçeği; ÖİÖ-Öznel İyi Oluş

^aPearson Korelasyon Analizi, ** $p<.01$

Demografik Veriler Açısından Öznel İyi Oluşun Farklılaşma Düzeyleri

Demografik değişkenler açısından öznel iyi oluş düzeyinin farklılaşıp farklılaşmadığı incelendi. Öznel iyi oluş ile yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmamıştır ($p>.05$).

Cinsiyet ve medeni durum açısından yapılan incelemelerde de öznel iyi oluşun cinsiyete ve medeni duruma bağlı olarak istatistiksel olarak farklılaşmadığı saptanmıştır ($p>.05$). Yapılan analizlere ilişkin veriler Tablo 2.'de verilmiştir.

Tablo 2. Demografik Veriler Açısından Öznel İyi Oluşun İncelenmesi

		ÖİO		
		$\bar{X}\pm SS$	r	p
^a Yaş		34.14±8.73	.022	.755
		$\bar{X}\pm SS$	t	p
^b Cinsiyet	Kadın (n=135)	31.00±14.69	-.962	.337
	Erkek (n=65)	33.12±14.44		
^b Medeni Durum	Bekar (n=73)	30.46±15.40	.898	.370
	Evli (n=127)	32.39±14.15		

ÖİO-Öznel İyi Oluş

^aPearson Korelasyon Analizi, ^bt-test, * $p<.05$

Bağımlı Değişkenin Yordayıcılarına İlişkin Bulgular

Araştırmada, öznel iyi oluşu yordayan değişkenler regresyon analizi yöntemiyle incelenmiştir. Analizde bağımsız değişken olarak benlik saygısı ölçeğinin alt boyutları ve kötümserliği aktive eden olaylarla baş etme ölçeği toplam puanları çalışılmıştır.

Yapılan regresyon analizinde oluşan model, öznel iyi oluştaki değişimin %43'ünü açıklamaktadır. Modelde yer alan bağımsız değişkenlerin önem sırasına bakıldığında sırasıyla Kötümserliği aktive eden olaylarla başa çıkma ($\beta=.360$) artan düzeyde, Kendini sevme ($\beta=.336$) artan düzeyde bağımlı değişken üzerindeki etkili olduğu şeklindedir. Özyeterlik değişkeninin bağımlı değişken üzerinde etkisi bulunmamıştır. Regresyon analizine ait veriler Tablo 3.'te verilmiştir.

Tablo 3. Öznel İyi Oluşun Anlamli Yordayıcılarına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Model	B	SE	β	t	TV	VIF	R	R ²	F (df)
							.656	.431	49.399** (3,196)
(Sabit)	-37.219	6.282		-5.925**					
KAOBÇ	.363	.057	.360	6.351**	.864	1.157			
BS-Kendini Sevme	.753	.177	.336	4.261**	.469	2.133			
BS-Öz Yeterlik	.350	.213	.136	1.646	.516	1.940			

BS-Benlik Saygısı; KAOBÇ-Kötümserliği Aktive Eden Olaylarla Başa Çıkma Ölçeği

Bağımlı Değişken: Öznel İyi Oluş (ÖİO), ** $p<.01$

TARTIŞMA

Araştırma sonuçlarına göre sağlık çalışanlarının öznel iyi oluş düzeyleri ile demografik değişkenler arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Öte yandan sağlık çalışanlarının öznel iyi oluş düzeyleri kötümserliği aktive eden olaylarla başa çıkma ve öz saygı ile olumlu yönde ilişkili bulunmuştur.

Araştırmadan elde edilen veriler sonucu sağlık çalışanlarının öznel iyi oluş düzeyleri ile yaş arasında ilişkiye rastlanmamıştır. Bir başka deyişle bireylerin mutluluk düzeyleri yaşa bağlı olarak değişmemektedir. Alan literatüründe Öznel iyi oluş ile ilgili yaş değişkeni arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan çalışmalar incelendiğinde farklı sonuçlara rastlanmıştır. Yapılan araştırmaların bazılarında çalışmamızla paralel olarak yaş ve mutluluk arasında ilişki saptanmayan araştırmalar (Acock ve Hurlbert, 1993; Alston ve ark., 1974; Fujita, 1991; Siedlecki ve ark., 2014) çoğunlukta olmakla birlikte aksini söyleyen ve yaş ile memnuniyet arasında ilişkilerin olduğu sonucuna ulaşan araştırmalara da rastlanmaktadır (Bortner ve Hultsch, 1970; Eryılmaz ve Ercan, 2011; Medley, 1980). Öznel iyi oluş ve yaş arasındaki ilişkinin olduğunu ifade eden çalışmalarda genel kanı olarak yaşam boyu mutluluğun yaşa bağlı olarak ters U şeklinde bir değişime uğradığı üzerinedir (López Ulloa ve ark., 2013). Hem erken dönem hem de yakın dönemde oluşan bu farklılıklar yapılan araştırmalarda yaş değişkeninin gruplar halinde ele alınması, diğer değişkenlerin kontrol edilmemesi ve araştırmaların boylamsal değil kesitsel ele alınması ile ilişkilendirilebilir. Araştırma bulgusu literatür tarafından da desteklenmekle birlikte sağlık personelinin sonuçlarının genel popülasyonun sonuçları ile uyumlu olduğu görülmektedir. Sağlık personelinin öznel iyi oluşlarının yaşa bağlı olarak değişmemesinin bir başka açıklaması da alan literatüründeki çalışmaların örneklemelerinde ergen popülasyonu da dahil edilirken çalışma örneklemimiz spesifik bir grup olduğundan ergen popülasyonunu kapsamamaktadır.

Demografik değişkenlerden cinsiyet ve medeni durum açısından öznel iyi oluş puanlarının farklılaşması ele alındığında istatistiksel açıdan farklılaşma bulunmamıştır. Genel olarak bakıldığında literatürde demografik değişkenlerle ilişkileri uzun yıllardır araştırılan öznel iyi oluşta cinsiyet, medeni durum gibi değişkenlerle farklılaşma ya bulunmamış ya da düşük düzeyde farklılaşma saptanmıştır (Diener ve ark., 2002). Araştırmamızda cinsiyetin öznel iyi oluşta farklılık yapmamasına sonucu ile literatürdeki bazı çalışmalarla paralellik gösterirken (Joshi, 2010; Katja ve ark., 2002; Şahin ve ark., 2012), bazı çalışma bulguları ile örtüşmemektedir (Ben-Zur, 2003; Biswas-Diener ve ark., 2004; Fujita ve ark., 1991). Elde edilen araştırma sonucu literatür ile desteklenmekle birlikte cinsiyetin öznel iyi oluş üzerinde baskın bir etkisi olmadığı söylenebilir. Ayrıca erkeklerin öznel iyi oluşlarının daha yüksek olması istatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte literatür ile uyumludur.

Araştırmamızda medeni durum açısından öznel iyi oluş puanları farklılaşmamaktadır. Genel popülasyonda yapılan araştırmalarda evli bireyler bekar bireylerden daha fazla öznel iyi oluş bildirilmektedirler (Ndayambaje, 2020; Qu ve Wang, 2015; Vanassche ve ark., 2012). Elde edilen sonuç daha önce yapılan çalışmalarla çelişmektedir. Bu yeni bulgunun örneklem özelliklerinden kaynaklı olduğu söylenebilir. Bu ilişkinin daha iyi anlaşılabilmesi için daha büyük örneklemelerde evli olan ve olmayan sağlık çalışanları ve başka sektörden benzer demografik özelliklere sahip bireylerle karşılaştırılmalı araştırmalar yapılabilir.

Araştırmamızın ikinci yoğunlaştığı soru öznel iyi oluşun yordayıcılarını belirlemeye odaklanılmıştır. Sonuç itibarıyla özel iyi oluş ile başa çıkma becerileri pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Yine bireylerin benlik saygıları da öznel iyi oluş ile pozitif ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen korelasyonlar regresyon analizi ile incelendiğinde

kötümserliği aktive eden olaylarla başa çıkma ölçeği ve benlik saygısı ölçeğinin alt boyutu olan kendini sevmenin yordayıcılık etkisi bulunmuştur.

Kötümserliği aktive eden olaylarla başa çıkma mekanizmaları açısından da öznel iyi oluşu yordayıcı özelliğinin olması bireyin başa çıkma becerilerinin önemini göstermektedir. Literatürde de uyumlu başa çıkma becerilerinin öznel iyi oluşla pozitif ilişkili olduğu (Fischer, Scheunemann ve Moritz, 2021), umut düzeyi yüksek ve olumlu başa çıkma becerilerini kullanan bireylerin öznel iyi oluşlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Miller-Smedema ve ark., 2010). Ayrıca öznel iyi oluş ve benlik saygı arasındaki güçlü ilişki bulunması ve birbiri ile eşdeğer kavramlar olmaması açısından da literatürü desteklemektedir.

Alan literatürü gözden geçirildiğinde de benzer şekilde benlik saygısı ve mutluluğun güçlü ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Diener ve Diener, 1995). Du ve arkadaşları (2017) yapmış olduğu çalışmada da ilişkisel ve kişisel benlik saygısının mutluluğu yordadığı, kolektif benlik saygısının ise mutluluk ile ilişkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç itibarıyla mutlu olan bireylerin öz saygıları yüksektir.

İnsanlar tarih boyunca mutlu olmanın yollarını aramışlar, bununla ilgili teoriler öne sürmüşlerdir. Bunun varoluşsal birçok temeli öne sürülebileceği gibi felsefi açıdan da mutlu bireylerin daha işlevsel olabileceği ve yaşamdan daha fazla doyum alacağı söylenebilir. Toplumsal açıdan vazgeçilmez öneme sahip olan sağlık çalışanlarının mutlulukları sadece kendilerini değil bütün toplumu ve verilen hizmetin kalitesini etkileyecektir. Sonuç itibarıyla sağlık çalışanlarının mutluluğunu arttırmak için geliştirilecek destekleme programlarında bireylerin olumlu bakış açıları ve öz saygılarını arttıracak uygulamalara yer verilmesi öznel iyi oluşlarını arttıracaktır.

Sınırlılıklar: Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları vardır. Gelecekte farklı değişkenlerle araştırmalar yürütebilir. Bu araştırmanın çalışma grubunu olan sağlık personellerinin dışında diğer meslek grupları ile karşılaştırmalı olarak incelenmesi daha fazla bilgi sağlayacaktır. İleride yapılacak olan çalışmalar farklı gruplarla ve daha büyük örneklemelerle gerçekleştirilebilir.

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal Destek: Yazarlar bu yazı için herhangi finansal destek almamıştır.

KAYNAKLAR

- Acock, A. C. ve Hurlbert, J. S. (1993). Social networks, marital status, and well-being. *Social Networks*, 15(3), 309-334.
- AlAteeq, M., Al-Turki, N. ve Afifi, A. (2016). Violence against health workers in Family Medicine Centers. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 9, 257-266.
- Alston, J. P., Lowe, G. D. ve Wrigley, A. (1974). Socio-economic correlates for four dimensions of self-perceived satisfaction 1972. *Human Organization*, 33(1), 99-102.

- Atanes, A., Andreoni, S., Hirayama, M. S., Montero-Marin, J., Barros, V., Ronzani, T. M. ve Demarzo, M. M. (2015). Mindfulness, perceived stress, and subjective well-being: A correlational study in primary care health professionals. *BMC Complement Alternative Medicine*, 15(1), 1-7.
- Babore, A., Lombardi, L., Viceconti, M. L., Pignataro, S., Marino, V., Crudele, M. ve Trumello, C. (2020). Psychological effects of the COVID-2019 pandemic: Perceived stress and coping strategies among healthcare professionals. *Psychiatry Research*, 293, 1-6.
- Ben-Zur, H. (2003). Happy adolescents: The link between subjective well-being, internal resources and parental factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(2), 67-79.
- Beyhan, Y. ve Boz, A. (2020). Öz-yeterliliğin arkasındaki itici güç: Öznel iyi oluş. *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(3), 122-144.
- Biswas-Diener, R., Diener, E. ve Tamir, M. (2004). The psychology of subjective well-being. *Daedalus*, 133(2), 18-26.
- Bortner, R. W. ve Hultsch, D. F. (1970). A multivariate analysis of correlates of life satisfaction in adulthood. *Journal of Gerontology*, 25(1), 41-47.
- Cagan, O. ve Gunay, O. (2015). The job satisfaction and burnout levels of primary care health workers in the province of Malatya in Turkey. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 31(3), 543-547.
- Chang, E. C. ve Farrehi, A. S. (2001). Optimism/pessimism and information-processing styles: Can their influences be distinguished in predicting psychological adjustment. *Personality and Individual Differences*, 31(4), 555-562.
- Dağlı, A. ve Baysal, N. (2016). Yaşam Doyum Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250-1262.
- Derdikman-Eiron, R. U. T. H., Indredavik, M. S., Bratberg, G. H., Taraldsen, G., Bakken, I. J. ve Colton, M. (2011). Gender differences in subjective well-being, self-esteem and psychosocial functioning in adolescents with symptoms of anxiety and depression: Findings from the Nord-Trøndelag health study. *Scandinavian Journal of Psychology*, 52(3), 261-267.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. ve Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653-663.
- 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.
- Diener, E., Lucas, R. E. ve Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder ve S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 63-74). Oxford University Press.
- Dogan, T. (2011). Two-Dimensional Self-Esteem: Adaptation of the Self-Liking/Self-Competence Scale into Turkish: A validity and reliability study. *Eğitim ve Bilim*, 36(162), 126-137.
- Doğan, T. ve Eryılmaz, A. (2012). Akademisyenlerde işle ilgili temel ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluş. *Ege Academic Review*, 12(3), 383-389.

- Doğan, T. ve Eryılmaz, A. (2013). Benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(33), 107-117.
- Doğan, T., Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2014). İşe bağlılığın öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü: Akademisyenler üzerine bir çalışma. *Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 48-57.
- Du, H., King, R. B. ve Chi, P. (2017). Self-esteem and subjective well-being revisited: The roles of personal, relational, and collective self-esteem. *PLoS ONE*, 12(8), 1-17.
- Eryılmaz, A. (2015). Sistem yaklaşımı açısından kötümserlik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(4), 391-400.
- Eryılmaz, A. ve Atak, H. (2011). Ergen öznel iyi oluşunun, öz saygı ve iyimserlik eğilimi ile ilişkisinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(37), 170-181.
- Eryılmaz, A. ve Basal, A. (2021). Student and teacher perspectives: Developing the scale of coping strategies for pessimism and subjective well-being model based on coping strategies for COVID-19 and goal striving. *International Online Journal of Education and Teaching*, 8(1), 546-563.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2011). Öznel iyi oluşun cinsiyet, yaş grupları ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4(36), 139-154.
- Eryılmaz, A. ve Şiraz, M. F. (2020). Covid-19 bağlamında kötümserliği ortaya çıkaran olaylarla durumlara başa çıkma ve ergen öznel iyi oluşu ile ilişkisinin incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(37), 292-303.
- Fischer, R., Scheunemann, J. ve Moritz, S. (2021). Coping strategies and subjective well-being: Context matters. *Journal of Happiness Studies*, 22(8), 3413-3434.
- Fujita, F. (1991). *An investigation of the relation between extroversion, neuroticism, positive affect, and negative affect* [Master's thesis]. University of Illinois.
- Fujita, F., Diener, E. ve Sandvik, E. (1991). Gender differences in negative affect and well-being: The case for emotional intensity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(3), 427-434.
- Gençöz, T. (2000). Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46), 19-26.
- George, D. ve Mallery, M. (2019). *IBM SPSS statistic 25 step by step: A simple guide and reference* (15th Ed.). Routledge.
- Hair J. F., Black W. C., Babin B. J. ve Anderson R. E. (2019). *Multivariate data analysis. Preparing for multivariate analysis* (8th Ed.). Cengage.
- James, W. (1963). *The varieties of religious experience*. University Boks.
- Johnson, A. R., Jayappa, R., James, M., Kulnu, A., Kovayil, R. ve Joseph, B. (2020). Do low self-esteem and high stress lead to burnout among health-care workers? evidence from a tertiary hospital in Bangalore, India. *Safety and Health at Work*, 11(3), 347-352.
- Joshi, U. (2010). Subjective well-being by gender. *Journal of Economics and Behavioral Studies*, 1(1), 20-26.

- Katana, M., Röcke, C., Spain, S. M. ve Allemand, M. (2019). Emotion regulation, subjective well-being, and perceived stress in daily life of geriatric nurses. *Frontiers in Psychology, 10*(15), 1-11.
- Katja, R., Päivi, Å. K., Marja-Terttu, T. ve Pekka, L. (2002). Relationships among adolescent subjective well-being, health behavior, and school satisfaction. *Journal of School Health, 72*(6), 243-249.
- Liu, H., Zhang, X., Chang, R. ve Wang, W. (2017). A research regarding the relationship among intensive care nurses' self-esteem, job satisfaction and subjective well-being. *International Journal of Nursing Sciences, 4*(3), 291-295.
- López Ulloa, B. F., Møller, V. ve Sousa-Poza, A. (2013). How does subjective well-being evolve with age? A literature review. *Journal of Population Ageing, 6*(3), 227-246.
- Lyubomirsky, S., Tkach, C. ve Dimatteo, M. R. (2006). What are the differences between happiness and self-esteem? *Social Indicators Research, 78*(3), 363-404.
- Medley, M. L. (1980) Life satisfaction across four stages of adult life. *The International Journal of Aging and Human Development, 11*(3), 193-209.
- Miller Smedema, S., Catalano, D. ve Ebener, D. J. (2010). The relationship of coping, self-worth, and subjective well-being: A structural equation model. *Rehabilitation Counseling Bulletin, 53*(3), 131-142.
- Ndayambaje, E., Pierewan, A. C., Nizeyumukiza, E., Nkundimana, B. ve Ayriza, Y. (2020). Marital status and subjective well-being: Does education level take into account. *Cakrawala Pendidikan, 39*(1), 120-132.
- Peterson, C. ve Seligman, M. E. P. (1987). Explanatory style and illness. *Journal of Personality, 55*(2), 237-265.
- Puett, C., Coates, J., Alderman, H., Sadruddin, S. ve Sadler, K. (2012). Does greater workload lead to reduced quality of preventive and curative care among community health workers in bangladesh? *Food and Nutrition Bulletin, 33*(4), 273-287.
- Qu, H. Y. ve Wang, C. M. (2015). Study on the relationships between nurses' job burnout and subjective well-being. *Chinese Nursing Research, 2*(2-3), 61-66.
- Ribeiro, R. P., Marziale, M. H. P., Martins, J. T., Galdino, M. J. Q. ve Ribeiro, P. H. V. (2018). Estresse ocupacional entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário. *Revista Gaúcha de Enfermagem, 39*, 1-6.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Sağlam, M. (2020). Sağlık evi ebelerinin öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. *Global Media Journal Turkish Edition, 10*(20), 436-452.
- Şahin, M., Aydın, B., Sarı, S., Kaya, S. ve Pala, H. (2012). Öznel iyi oluşu açıklamada umut ve yaşamda anlamın rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi, 20*(3), 827-836.
- Scheier, M. F. ve Bridges, M. W. (1995). Person variables and health: Personality predispositions and acute psychological states as shared determinants for disease. *Psychosomatic medicine, 57*(3), 255-268.

- Scheier, M. F. ve Carver, C. S. (1993). On the power of positive thinking: The benefits of being optimistic. *Current Directions in Psychological Science*, 2(1), 26-30.
- Sheldon, K. M. ve Bettencourt, B. A. (2002). Psychological need-satisfaction and subjective well-being within social groups. *British Journal of Social Psychology*, 41(1), 25-38.
- Sheldon, K. M. ve Elliot, A. J. (1999). Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(3), 482-497.
- Siedlecki, K. L., Salthouse, T. A., Oishi, S. ve Jeswani, S. (2014). The relationship between social support and subjective well-being across age. *Social Indicators Research*, 117(2), 561-576.
- Sweeney, P. D., Anderson, K. ve Bailey, S. (1986). Attributional style in depression: A meta-analytic review. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 974-991.
- Tafarodi, R. W. ve Swann Jr, W. B. (2001). Two-dimensional self-esteem: Theory and measurement. *Personality and Individual Differences*, 31(5), 653-673.
- Van Dijk, F. A., Schirmbeck, F., Boyette, L. L. ve de Haan, L. (2019). Coping styles mediate the association between negative life events and subjective well-being in patients with non-affective psychotic disorders and their siblings. *Psychiatry Research*, 272, 296-303.
- Vanassche, S., Swicegood, G. ve Matthijs, K. (2013). Marriage and children as a key to happiness? Cross-national differences in the effects of marital status and children on well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14(2), 501-524.
- Watson, D., Clark, L. A. ve Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.
- Wechsler, B. (1995). Coping and coping strategies: A behavioural view. *Applied Animal Behaviour Science*, 43(2), 123-134.