

TÜRK GEMİ ADAMLARINDA PSİKOLOJİK İYİ OLUŞUN KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK DEĞİŞKENLERİNE GÖRE İNCELENMESİ***Mehmet ÖZALP******Durmuş ÜMMET*******ÖZET**

Bu araştırma ile denizcilik sektöründe çalışan ve seyirlere çıkan Türk gemi adamlarında psikolojik iyi oluşun kişilik özellikleri ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenlerine göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma, ilişkisel araştırma modeli olarak planlanıp yürütülmüştür. Bu kapsamda, denizcilik sektöründe çalışan ve seyirlere çıkan 277 Türk gemi adamı, araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Veri toplama sürecinde, araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PIOÖ), On-Maddeli Kişilik Ölçeği (OMKÖ) ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12) kullanılmıştır. Verilerin analizinde, SPSS 25.0 paket programından faydalanılmıştır. Analizlerde Spearman Brown Sıra Farkları Korelasyon hesabı ile Çoklu Regresyon analiz tekniği kullanılmıştır. Analizler neticesinde; Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluşları ile yumuşak başlılık kişilik özelliği arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu, psikolojik iyi oluş ile diğer kişilik özellikleri (dışadönüklük, sorumluluk, duygusal dengelilik, deneyime açıklık) arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Psikolojik iyi oluş üzerinde, kişilik özelliklerinden yalnızca yumuşak başlılık kişilik özelliğinin anlamlı düzeyde yordayıcı etkisi olduğu görülmüştür. Psikolojik iyi oluş ile belirsizliğe tahammülsüzlük toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün psikolojik iyi oluş üzerindeki yordayıcı etkilerinin anlamlı olmadığı saptanmıştır. Belirsizliğe tahammülsüzlük alt boyutları ile psikolojik iyi oluş arasında ise anlamlı ilişkiler (ileriye yönelik kaygı ile pozitif yönde, engelleyici kaygı ile negatif yönde) tespit edilmiş ve her iki alt boyutun da psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı düzeyde yordayıcı etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın son bölümünde ise elde edilen bulgular, literatür kapsamında tartışılmış ve çeşitli öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik iyi oluş, kişilik özellikleri, belirsizliğe tahammülsüzlük, gemi adamı, denizcilik

AN INVESTIGATION OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN TURKISH SEAFARERS ACCORDING TO PERSONALITY TRAITS AND INTOLERANCE OF UNCERTAINTY VARIABLES**ABSTRACT**

This research examines the psychological well-being of Turkish seafarers who are working in the maritime industry and sailing sector by considering the variables of personality traits and intolerance to uncertainty. The research was planned and conducted as a relational research model. In this context, 277 Turkish seafarers constituted the sample of the research. For the process of gathering data, the personal information form prepared by the researchers, the Psychological Well-Being Scale (PWB to S), the Ten-Item Personality Scale (TIPS), and the Intolerance of Uncertainty Scale (IUS-12) were used as sources. SPSS 25.0 package program was also used in the analysis of the data. Spearman-Brown Rank Correlation Calculation and Multiple Regression analysis techniques were used in the analyses. As a result of the analysis, it was determined that there was a positive and significant relationship between the psychological well-being of Turkish seafarers and the agreeableness personality trait, and there was no significant relationship between psychological well-being and other personality traits such as extraversion, responsibility, emotional stability, and the openness to experience. It has been observed that only the agreeableness personality trait has a significant predictive effect on psychological well-being. It was determined that there was no significant relationship between psychological well-being and total scores of intolerances of uncertainty, and the predictive effects of intolerance of uncertainty on psychological well-being were not significant. Significant relationships like positive with prospective anxiety, and negative with inhibitory anxiety were found between sub-dimensions of intolerance of uncertainty and psychological well-being. It was concluded that both sub-dimensions had a significant predictive effect on psychological well-being. In the conclusion, the findings were discussed within the scope of the literature and some suggestions were presented.

Keywords: Psychological well-being, personality traits, intolerance of uncertainty, seafarer, maritime.

* Bu çalışma ikinci yazarın danışmanlığında, birinci yazarın Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nde yaptığı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

** Arş. Gör., Milli Savunma Üniversitesi, Deniz Harp Okulu Dekanlığı, Beşeri ve Sosyal Bilimler Bölümü, mozalp@dho.edu.tr, ORCID: 0000-0003-4658-7807

*** Doç. Dr., Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, dummet@marmara.edu.tr, ORCID: 0000-0002-8318-9026

1. GİRİŞ

Gemi adamlarının hangi koşullar altında nasıl ortamlarda çalıştıkları ve söz konusu ortamlarda ne tür zorluklarla karşılaştıkları gibi sorular araştırmacılar tarafından cevaplanmaya çalışılmıştır. Bu bağlamda, gemi adamlarının çalışma koşulları hakkında çeşitli araştırmalar (Ağartan, 2006; Atak, 2017; Bal, 2011; Çakır, 2019; Dohrmann, Herttua ve Leppin, 2019; Dohrmann ve Leppin, 2017; Ertürk, 2020; Hystad ve Eid, 2016; Kurt, 2010; Wadsworth, Allen, McNamara ve Smith, 2008; Yılmaz Yüksek yıldız, 2012) yapılmıştır. Bahse konu araştırmalardan da anlaşılacağı üzere denizcilik sektöründe çalışmak; yorgunluk, uykusuzluk, gürültülü çalışma ortamı, kaza, çatışma, fırtına vs. gibi olaylar yaşama ihtimaline karşı sürekli tetikte olma, aileden ve sevdiklerinden uzun süre ayrı kalma, uzun süre karaya ayak basamama, çalışma arkadaşlarıyla yaşadıkları çatışmalar ve iletişim sorunları gibi fiziksel, sosyal ve psikolojik açıdan çeşitli zorluklarla mücadele etmeyi gerektirmektedir. Kimi gemi adamları sözü edilen zorluklarla baş edebilip mesleklerini icra etmeye devam edebiliyorken bazıları ise bu şartların üstesinden gelemeyip psikolojik problemler yaşamakta (Güvendiren, 2020; Karadağ, 2019; Kınalı, 2020), işten ayrılmayı düşünmekte (Düğenci, 2019; M. Demir, 2020; Yaşar, 2010) ve farklı bir sektörde çalışmaya başlamaktadır (Karadağ, 2019; Sana, 2019). Bunun sonucunda ise denizcilik sektöründe çalışacak personel bulamama veya bulmakta zorlanma, hâlihazırda sahada aktif olarak görev yapan gemi adamlarının iş verimliliğinin azalması, tecrübeli personel eksikliği gibi sorunlar ortaya çıkabilmektedir. Bu bağlamda, Türk gemi adamlarının meslek yaşantılarında karşılaşılabilecekleri zorluklar ve sorunlar ile baş edebilmelerinde olumlu veya olumsuz etkisi olabilecek faktörlerin neler olduğu ve söz konusu bu faktörlerin nasıl bir katkısı olabileceğinin araştırılmasına ihtiyaç duyulmuştur. Bahse konu ihtiyaç kapsamında literatürde çeşitli araştırmaların yapıldığı ve konunun değişik açılardan irdelendiği görülmüştür. Bu doğrultuda yapılan çalışmalarda; iş yerinde yalnızlık ve işten ayrılma niyeti (M. Demir, 2020), yaşam kalitesi (İ. Demir, 2020), sosyal etki ve uyma davranışı (Dumlu, 2019), psikolojik belirti (Karadağ, 2019), bağlanma stilleri, belirsizliğe tahammülsüzlük ve ruhsal belirtiler (Güvendiren, 2020), kişilik tipleri ve psikolojik dayanıklılık (Bulut, 2019), örgütsel sessizlik ve tükenmişlik (Yılmaz, 2018), duygusal zekâ ve iş performansı (Kılıç, 2013), iş stresi, iş-yaşam dengesi ve işe bağlılık (Özdemir, 2017), mobbing algısı (Gündoğan, 2017; Kartal, 2016), tükenmişlik, iş doyumunu ve yaşam doyumunu (Büber, 2017), iş stresi, iş tatmini ve işten ayrılma niyeti (Düğenci, 2019), iş-aile çatışması (Taşdelen, 2015), stres ve iş doyumunu (Çiçek Ceyhun, 2006), iş tatmini (Aydın, 2019), tükenmişlik (Aydın, 2015) ve mesleki tatmin ile iş bırakma (Yaşar, 2010) gibi değişkenlerin Türk gemi adamlarının meslek yaşantılarında karşılaşılabilecekleri zorluklarla baş etme sürecine yönelik etkileri incelenmiştir.

Literatüre bakıldığında, Türk gemi adamlarının psikolojik durumlarını inceleyen çalışmaların ise oldukça az sayıda olduğu görülmektedir. Bahse konu araştırmalarda Türk gemi adamları üzerinde; psikolojik belirti düzeyleri (Karadağ, 2019), bağlanma stilleri ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile ruhsal belirtiler (Güvendiren, 2020), stres, tükenmişlik ve depresyon (Uslu, 2021), duygu düzenleme ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile psikolojik semptomlar (Çetükkaya Sever, 2022), psikolojik dayanıklılık ve stresle başa çıkma düzeyleri (Beşorak, 2022), kişilik özellikleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri (Bulut, 2019), duygusal zekâ ile iş performansı (Kılıç, 2013), ruh sağlığı durumları (Kınalı, 2020), mobbing (Kartal, 2016) ve tükenmişlik (Kurt, 2010) değişkenlerinin etkileri ve ilişkileri incelenmiştir. Yurtdışı literatürde ise gemi adamları hakkında yapılmış çalışmalarda (Dohrmann vd., 2019; Dohrmann ve Leppin, 2017; Hystad ve Eid, 2016; Wadsworth vd., 2008; Wadsworth, Allen, Wellens, McNamara ve Smith, 2006) daha çok yorgunluk ve yorgunlukla ilişkili

... (akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)

olabilecek faktörler üzerinde odaklanıldığı dikkat çekmektedir. Ayrıca, yurtdışı literatürde temeli pozitif psikolojiye dayanan çeşitli değişkenlerin gemi adamları üzerinde irdelendiği araştırmalara (Baccman, Hjarthag ve Almqvist, 2016; Cham, Andrei, Griffin, Grech ve Neal, 2021; Sharkey ve Rennix, 2011; Yuen, Bai ve Wang, 2020) da rastlanmaktadır.

Bununla birlikte, literatürde Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluşları hakkında yapılmış herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Oysaki, bireyin var olan potansiyelini açığa çıkardığı takdirde ruhunun da iyi olacağı ve kişinin mutlu olacağı görüşünden yola çıkarak kişisel gelişime, işlevselliğe ve yaşam doyumuna vurgu yapan psikolojik iyi oluşun (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002; Ryan ve Deci, 2001; Ryff ve Singer, 2008); Türk gemi adamlarının meslek yaşantılarında karşılaşılabilecekleri zorlukların üstesinden gelebilmeleri, denizcilik sektöründe çalışmayı sürdürebilmeleri ve kendilerinden daha verimli faydalanılabilmesi hususlarında katkısı olabileceği düşünülmektedir. Nitekim, psikolojik iyi oluş ile iş tatmini (Beder, 2019; Elik Besdil, 2020), iş doyumunu (Han, 2022; Oymak, 2017) ve iş performansı (Arıkan ve Çankır, 2019; Çankır ve Şahin, 2018; Obrenovic, Jianguo, Khudaykulov ve Khan, 2020) arasındaki ilişkileri çeşitli örneklem grupları üzerinde inceleyen araştırmalarda söz konusu üç değişken ile psikolojik iyi oluş arasındaki olumlu ilişkilere işaret eden bulgular bu düşüncemizi destekler niteliktedir. Ayrıca, yurtdışında yapılmış bir çalışmada (Sharkey ve Rennix, 2011: 915) dile getirilen ordunun en uygun işlevselliği ve operasyonel hazırlığı için askerlerin psikolojik iyi oluşlarının esas olduğu görüşü de bahsi geçen düşüncemizle paralellik gösteren bir ifade olarak karşımıza çıkmaktadır.

Aynı zamanda, literatürde çeşitli örneklem grupları (öğretmenler, üniversite öğrencileri, arabulucular, ergenler, yetişkinler, yaşlılar) üzerinde psikolojik iyi oluş ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalardan (Çelik, 2019; Doğan, 2016; Er, 2020; Joshanloo, 2022; Köse, 2020; Melendez, Satorres, Cujino ve Reyes, 2019) elde edilen bulgular, bireylerin kişilik özellikleri ile psikolojik iyi oluşları arasında bazı bağlantılar olduğuna işaret etmektedir. Bununla birlikte, literatürde Türk gemi adamlarının kişilik özelliklerini inceleyen bir araştırma olup olmadığına bakıldığında ise bu konu hakkında yapılmış tek çalışma olduğu dikkat çekmektedir. Söz konusu çalışmada (Bulut, 2019) kişilik özellikleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiler irdelenmiş olup Türk gemi adamlarının kişilik özellikleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkiyi ele alan bir araştırma bulunmamaktadır.

Ayrıca, gemi adamları çıktıkları seyirlerde; tekrar ne zaman karaya ayak basacağını bilememe, istediği zaman sevdikleriyle iletişim kuramama, kontrat sürelerinden kısa ya da uzun süren seyirler, her an fırtına, çatışma vs. çıkma ihtimali, gittikleri ülkeye göre kuralların çok farklılaşabilmesi gibi belirsizlik içeren durumlarla karşılaşmaktadırlar (Güvendiren, 2020). Bu açıdan bakıldığında, gemi adamlarının belirsizlik içeren durumlara tahammül edebilme düzeylerine göre de psikolojik iyi oluşlarının değişebileceği öngörülmektedir. Nitekim, literatürde çeşitli örneklem grupları (öğretmenler, lisans ve lisansüstü öğrenciler, düşük tehdidi olan ve olmayan gebeler, genetik danışmanlık yüksek lisans öğrencileri) üzerinde yapılmış ve psikolojik iyi oluş ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkilere dikkat çeken araştırmalarda (Bayraktar, 2021; Çevik, 2017; Geçgin ve Sahranç, 2017; Kahn, Sheldon, Carmichael ve Yashar, 2021; Koçyiğit, 2019) söz konusu iki değişken arasındaki anlamlı ilişkileri belirten bulgular da bu öngörümüzü destekler niteliktedir. Ek olarak, literatürde Türk gemi adamlarının belirsizliğe tahammülsüzlüklerini irdelleyen tek çalışma olduğu göze çarpmaktadır. Bahse konu araştırmada (Güvendiren, 2020) ise belirsizliğe

...

(akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)

tahammülsüzlüğün ruhsal belirtiler ve bağlanma stilleri ile ilişkileri incelenmiş olup Türk gemi adamlarında belirsizliğe tahammülsüzlüğün psikolojik iyi oluş ile ilişkisi hakkında yapılmış bir çalışma olmadığı anlaşılmaktadır. Bu bilgiler ışığında, literatürde Türk gemi adamlarında psikolojik iyi oluş ile kişilik özellikleri ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışma olmadığı görülmektedir. Bu yönüyle, gerçekleştirilen çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu kapsamda, bu araştırma ile denizcilik sektöründe çalışan ve seyirlere çıkan Türk gemi adamlarında psikolojik iyi oluşun kişilik özellikleri ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenlerine göre incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda, çalışmanın amaçları kapsamında irdelenen araştırma soruları aşağıda sunulmuştur.

1. Türk gemi adamlarının kişilik özellikleri ile psikolojik iyi oluşları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Türk gemi adamlarının belirsizliğe tahammülsüzlükleri ile psikolojik iyi oluşları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Türk gemi adamlarının kişilik özellikleri psikolojik iyi oluşlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
4. Türk gemi adamlarının belirsizliğe tahammülsüzlükleri psikolojik iyi oluşlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

2. YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluşları, kişilik özellikleri ve belirsizliğe tahammülsüzlükleri bağlamında ilişkisel olarak incelendiği ve Türk gemi adamlarının kişilik özellikleri ile belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin psikolojik iyi oluşlarını yordayıp yordamadığına bakıldığı için bu araştırma, ilişkisel araştırma modeli kapsamında planlanıp yürütülmüştür. En az iki değişkenin birbirleriyle olan ilişkileri merak edildiğinde veya bir değişkenden hareketle başka bir değişken hakkında tahminde bulunulmak istendiğinde ilişkisel (korelasyonel) araştırma modeli kullanılmaktadır (Creswell, 2019). Korelasyonel araştırmalar, keşfedici (açıklayıcı) ve yordayıcı olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Keşfedici korelasyonel araştırmada, değişkenler arasındaki ilişkiler açıklanarak bir olay veya durum anlaşılmasına çalışılırken; yordayıcı korelasyonel araştırmalarda ise, değişkenler arasındaki ilişkiler tetkik edilmekte ve durumu ya da değeri bilinen bir değişkenden yola çıkarak diğer değişken yordanmaya çalışılmaktadır (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2019; Creswell, 2019; Mertens, 2019).

2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın örneklemi, denizcilik sektöründe çalışan ve seyirlere çıkan Türk gemi adamlarından oluşmaktadır. Bu kapsamda, araştırmanın amaçları doğrultusunda, 277 Türk gemi adamından veri toplanmıştır. Toplanan verilerin tamamı analize dâhil edilmiştir. Araştırmaya katılan Türk gemi adamlarının 63'ü (%22,7) 20-24 yaş aralığında, 91'i (%32,9) 25-29 yaş aralığında, 63'ü (%22,7) 30-44 yaş aralığında ve 60'ı (%21,7) ise 45 yaş ve üzerindedir. Bu gemi adamlarının 131'i (%47,3) evli, 146'sı (%52,7) ise bekârdır. 112'sinin (%40,4) çocuğu varken, 165'inin (%59,6) ise çocuğu yoktur. 115'inin (%41,5) ortalama aylık geliri 10000 TL'nin altında iken, 93'ünün (%33,6) ortalama aylık geliri 10000 – 29999 TL arasında ve 69'unun (%24,9) ortalama aylık geliri ise 30000 TL ve üzerindedir. 12'si (%4,3) ilköğretim mezunu, 83'ü (%30) lise mezunu, 49'u (%17,7) ön lisans

... (akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)

mezunu ve 133'ü (%48) ise lisans mezunudur. 194'ü (%70) güverte bölümünde çalışırken, 83'ü (%30) ise makine bölümünde çalışmaktadır. 90'ı (%32,5) şuan seyirdeyken, 187'si (%67,5) ise şuan seyirde değildir. 153'ünün (%55,2) denizde toplam hizmet süresi 5 yıl ve altında iken, 59'unun (%21,3) denizde toplam hizmet süresi 6 – 15 yıl arasında ve 65'inin (%23,5) denizde toplam hizmet süresi ise 15 yıldan fazladır. 145'inin (%52,3) yılda ortalama seyirde geçirdiği süre 6 ay ve altında iken, 104'ünün (%37,5) yılda ortalama seyirde geçirdiği süre 7 – 8 ay ve 28'inin (%10,1) yılda ortalama seyirde geçirdiği süre ise 8 aydan fazladır. Ayrıca, 50'si (%18,1) kabotaj seferi bölgesinde, 122'si (%44) yakın kıyısız sefer bölgesinde ve 105'i (%37,9) ise uzak sefer bölgesinde çalışmaktadır.

2.3. Veri Toplama Araçları

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu, çalışmaya katılan Türk gemi adamlarının yaşları, medeni durumları, çocuk sahibi olup olmadıkları, ortalama aylık gelirleri, eğitim durumları, gemide çalıştıkları bölüm, şuan seyirde olup olmadıkları, denizde toplam hizmet süreleri, yılda ortalama seyirde geçirdikleri süre ve çalıştıkları sefer bölgeleri hakkında bilgi edinmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

2.3.2. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Bu ölçek, Diener ve arkadaşları (2009; 2010) tarafından psikolojik iyi oluşu ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Telef (2013), orijinal formun Türkçe'ye uyarlanmasını sağlamıştır. Bu kapsamda, çeşitli istatistiksel analiz yöntemlerinden yararlanılmıştır. Açıklayıcı faktör analizi hitamında toplam varyansın %42'sini açıklayan tek boyutlu 8 maddeyi içeren bir yapı ortaya çıkmıştır. Doğrulamalı faktör analizi neticesinde, 8 maddeli tek boyuttan oluşan bu yapıyı destekleyen sonuçlar elde edilmiştir. Güvenirlik analizleri kapsamında hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısının .90 olduğu saptanmıştır. Test tekrar test çalışması iki ölçüm arasında pozitif, anlamlı ve kuvvetli bir ilişki olduğunu göstermiştir ($r=0.86$, $p<.001$). Ölçeğin madde toplam korelasyonları .41 ile .63 arasında değişmekte olup t-değerlerinin anlamlı olduğu bulunmuştur ($p<.001$). Ölçeğin yanıtlanması 7'li likert (1: Kesinlikle katılmıyorum – 7: Kesinlikle katılıyorum) formundadır. Ölçekte ters madde bulunmamakta olup ölçekten alınabilecek en düşük puan 8, en yüksek puan ise 56'dır. Ölçekten alınan puandaki artış, genel anlamda psikolojik iyi oluşun da yükseldiği manasına gelmektedir.

2.3.3. On-Maddeli Kişilik Ölçeği (OMKÖ)

Kişilik özellikleri hakkında ölçüm yapmak amacıyla Gosling, Rentfrow ve Swann Jr. (2003) tarafından geliştirilen ölçeğin Türk kültürüne uyarlanması Atak (2013) tarafından yapılmıştır. Toplam varyansın %65,21'ini açıklayan 5 boyutlu toplam 10 maddeyi içinde barındıran bir yapı açıklayıcı faktör analizi neticesinde elde edilmiştir. Her birinde 2 madde bulunan alt boyutlar Dışadönüklük, Deneyime Açıklık, Yumuşak Başlılık, Duygusal Dengelilik ve Sorumluluk şeklinde isimlendirilmiştir. Doğrulamalı faktör analizi hitamında, 5 boyutlu yapıyı destekleyen sonuçlar ortaya çıkmıştır. Tüm alt boyutlar için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısında .81 ve üzeri, test tekrar test güvenirlilik katsayısında .87 ve üzeri değerler elde edilmiştir. Ölçek maddeleri 7'li likert (1: Tamamen katılmıyorum – 7: Tamamen katılıyorum) şeklinde yanıtlanmaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamakta olup alt boyutların hepsi için toplam puan hesaplanmakta, fakat ölçeğin bütünü için

... (akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)

toplam puan oluşmamaktadır. Diğerlerine göre daha yüksek puan alınan alt boyutu temsil eden kişilik özelliğinin söz konusu kişide, öteki kişilik özelliklerine kıyasla daha ön planda olduğu değerlendirilmektedir.

2.3.4. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12)

Orijinal formu Carleton, Norton ve Asmundson (2007) tarafından geliştirilen ölçek aracılığıyla insanların belirsizliğe tahammülsüzlük seviyeleri hakkında ölçüm yapılmaktadır. Sözü edilen ölçeği, bir grup araştırmacı (Sarıçam, Erguvan, Akın ve Akça, 2014) Türkçe'ye uyarlamıştır. Bu kapsamda, çeşitli istatistiksel analiz yöntemleri kullanılarak ölçeğin geçerliği ve güvenilirliği kontrol edilmiştir. Açımlayıcı faktör analizi hitamında ölçeğin orijinal formuyla uyumlu, toplam varyansın %78,57'sini açıklayan, 2 boyutlu 12 maddeden oluşan bir yapı elde edilmiştir. İleriye Yönelik Kaygı olarak isimlendirilen alt boyut 7 madde içermekte olup, Engelleyici Kaygı olarak isimlendirilen diğer alt boyutta ise 5 madde bulunmaktadır. Açımlayıcı faktör analizi neticesinde ortaya koyulan sonuçlar, doğrulayıcı faktör analizi ile pekiştirilmiştir. Ölçüt geçerliği çalışmasında belirsizliğe tahammülsüzlük ile başa çıkma esnekliği arasında negatif ($r = -.43$); eğitim stresi ile pozitif ($r = .41$) ilişki olduğu ortaya koyulmuştur. Ölçeğin tamamı, İleriye Yönelik Kaygı alt boyutu ve Engelleyici Kaygı alt boyutu için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı sırasıyla .84, .74 ve .79 olarak hesaplanmıştır. Farklı zamanlarda yapılan iki ölçüm arasındaki korelasyon katsayısının .74 olduğu saptanmıştır. Ölçeğin düzeltilmiş madde-toplam korelasyonları ise .42 ile .68 arasında değerler almıştır. Ölçek maddeleri 5'li likert (1: Bana hiç uygun değil – 5: Bana tamamen uygun) şeklinde yanıtlanmaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamakta olup ölçeğin geneli ve alt boyutlar için ayrı ayrı puan alınmaktadır. Puanlardaki artış, belirsizliğe tahammülsüzlüğün de aynı oranda yükseldiğini göstermektedir.

2.4. Verilerin Toplanması

Öncelikle, çalışma için Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Etik Kurulu tarafından gerekli etik izin alınmıştır. Verileri toplamadan önce, araştırmacı tarafından gemi adamlarına çalışmanın içeriği ve ölçme araçlarının yanıtlanma şekli hakkında bilgilendirme yapılmış ve uygulamaya gönüllü katıldıklarına dair rızaları alınmıştır. Araştırma kapsamında veriler, iki yöntemle toplanmıştır. İlk olarak, araştırmanın evrenini oluşturan Türk gemi adamları seyirlere çıktıkları için, veriler online platformlar aracılığıyla Google Formlar üzerinden toplanmıştır. Buna ek olarak, araştırmacı tarafından İstanbul bölgesindeki liman ve tersanelere gidilmiş ve bu ortamlarda ulaşabildiği gemi adamlarından gönüllülük esasına göre veriler toplanmıştır.

2.5. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında toplanan verilerin analizinde, SPSS 25.0 paket programından faydalanılmıştır. Araştırmanın amaçları doğrultusunda toplanan verilerin çözümlenmesinde kullanılan analiz yöntemleri aşağıda maddeler halinde sunulmuştur.

- Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluş ölçeği toplam puanları ile kişilik özellikleri alt boyutları (dışadönüklük, yumuşak başlılık, sorumluluk, duygusal dengelilik ve deneyime açıklık) arasındaki ilişkilerin yönünü ve derecesi saptamak için Spearman Brown Sıra Farkları Korelasyon hesabı kullanılmıştır.

... (akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)

- Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluş ölçeği toplam puanları ile belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği toplam ve alt boyut (ileriye yönelik kaygı ve engelleyici kaygı) puanları arasındaki ilişkilerin derecesini ve yönünü tespit etmek amacıyla Spearman Brown Sıra Farkları Korelasyon hesabı kullanılmıştır.
- Türk gemi adamlarının kişilik özellikleri alt boyutlarının (dışadönüklük, yumuşak başlılık, sorumluluk, duygusal dengelilik ve deneyime açıklık) psikolojik iyi oluş toplam puanları üzerindeki yordayıcı etkilerini belirlemek amacıyla Çoklu Regresyon analizi tekniğinden faydalanılmıştır.
- Türk gemi adamlarının belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği toplam ve alt boyut (ileriye yönelik kaygı ve engelleyici kaygı) puanlarının psikolojik iyi oluş toplam puanları üzerindeki yordayıcı etkilerini saptamak için Çoklu Regresyon analizi tekniğinden yararlanılmıştır.

3. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amaçları kapsamında Türk gemi adamlarından toplanan verilerin analizleri neticesinde elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

3.1. Araştırmada Ele Alınan Değişkenlere İlişkin Bazı Betimsel İstatistikler

Tablo 1. Araştırmada Ele Alınan Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişken	N	\bar{X}	SS	Sh _x
Psikolojik İyi Oluş	277	43.37	9.43	0.57
Dışadönüklük	277	8.34	1.90	0.11
Yumuşak Başlılık	277	8.58	2.12	0.13
Sorumluluk	277	8.03	1.99	0.12
Duygusal Dengelilik	277	8.30	2.48	0.15
Deneyime Açıklık	277	7.12	2.67	0.16
İleriye Yönelik Kaygı	277	24.63	5.30	0.32
Engelleyici Kaygı	277	15.06	4.86	0.29
Belirsizliğe Tahammülsüzlük	277	39.69	9.02	0.54

Tablo 1’de araştırmada ele alınan değişkenler hakkında veri toplamak amacıyla kullanılan ölçeklerden sağlanan puanlara ilişkin veri sayısı (N), aritmetik ortalama (\bar{X}), standart sapma (SS) ve aritmetik ortalamanın standart hata değerleri (Sh_x) sunulmuştur.

3.2. Psikolojik İyi Oluş, Kişilik Özellikleri ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular

Tablo 2. Psikolojik İyi Oluş ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkileri Belirlemek İçin Yapılan Spearman Brown Sıra Farkları Korelasyon Hesabı Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6
1.Psikolojik İyi Oluş	1	.051	.161**	.009	.038	-.107
2.Dışadönüklük		1	.097	.298**	.307**	.193**
3.Yumuşak Başlılık			1	.232**	.096	.164**

...	(akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)		
4.Sorumluluk	1	.210**	.190**
5.Duygusal Dengelilik		1	.297**
6.Deneyime Açıklık			1

**p<.01

Tablo 2’de bahsi geçen değişkenler ile ilgili çarpıklık-basıklık katsayı değerleri ve normallik testi sonuçlarına göre verilerin normal dağılım göstermediği tespit edildiği için Spearman Brown Sıra Farkları Korelasyon hesabı kullanılmıştır. Tablo 2’ye bakıldığında; Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluşları ile kişilik özellikleri alt boyutlarından sadece yumuşak başlılık boyutu ($r=.161$) arasında pozitif yönde, düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir ($p<.01$). Bunun haricinde, Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluşları ile kişilik özellikleri (dışadönüklük, sorumluluk, duygusal dengelilik, deneyime açıklık) arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir.

Tablo 3. Psikolojik İyi Oluş ile Belirsizliğe Tahammülsüzlük Puanları Arasındaki İlişkileri Belirlemek İçin Yapılan Spearman Brown Sıra Farkları Korelasyon Hesabı Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4
1.Psikolojik İyi Oluş	1	.201**	-.125*	.052
2.İleriye Yönelik Kaygı		1	.553**	.881**
3.Engelleyici Kaygı			1	.871**
4.Toplam Belirsizliğe Tahammülsüzlük				1

**p<.01 *p<.05

Tablo 3’te bahsi geçen değişkenlerden psikolojik iyi oluş değişkeni ile ilgili çarpıklık-basıklık katsayı değerleri ve normallik testi sonuçlarına göre verilerin normal dağılım göstermediği tespit edildiği için Spearman Brown Sıra Farkları Korelasyon hesabı kullanılmıştır. Tablo 3 incelendiğinde; Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluş puanları ile belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği alt boyutlarından ileriye yönelik kaygı boyutu ($r=.201$) puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir ($p<.01$). Ayrıca, psikolojik iyi oluş puanları ile belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeğinin diğer alt boyutu olan engelleyici kaygı boyutu ($r=-.125$) puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ($p<.05$). Bununla birlikte, psikolojik iyi oluş puanları ile belirsizliğe tahammülsüzlük toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir.

3.3. Kişilik Özellikleri ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Puanlarının Psikolojik İyi Oluş Puanlarını Yordamasına İlişkin Bulgular

Tablo 4. Türk Gemi Adamlarının Kişilik Özelliklerinin Psikolojik İyi Oluş Puanlarını Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayan	B	Standart Hata	β	t	R	R ²	F
Dışadönüklük	.512	.323	.103	1.586			
Yumuşak Başlılık	1.076	.271	.242	3.970**	0.276	0.059	4.477*
Sorumluluk	-.174	.312	-.037	-.558			

... (akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)

Duygusal Dengelilik	.156	.244	.041	.638
Deneyime Açıklık	-.410	.224	-.116	-1.826

**p<.001 *p<.01

Tablo 4'te gösterildiği üzere Türk gemi adamlarının kişilik özelliklerinin, psikolojik iyi oluş puanlarındaki varyansın yaklaşık %6'sını açıkladığı belirlenmiştir ($F=4.477$; $p<.01$). Standardize Beta katsayılarına bakıldığında, Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluş puanlarında yalnızca yumuşak başlılık ($\beta=.242$; $p<.001$) kişilik özelliğinin anlamlı düzeyde yordayıcı etkisinin olduğu görülmüştür. Bunun haricinde dışadönüklük ($\beta=.103$; $p>.05$), sorumluluk ($\beta=-.037$; $p>.05$), duygusal dengelilik ($\beta=.041$; $p>.05$) ve deneyime açıklık ($\beta=-.116$; $p>.05$) kişilik özelliklerinin ise psikolojik iyi oluş puanlarının yordanmasında anlamlı bir etkisi olmadığı saptanmıştır.

Tablo 5. Türk Gemi Adamlarının Belirsizliğe Tahammülsüzlük Alt Boyut Puanlarının Psikolojik İyi Oluş Puanlarını Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayan	B	Standart Hata	β	t	R	R ²	F
İleriye Yönelik Kaygı	.663	.124	.373	5.365*	0.331	0.103	16.830*
Engelleyici Kaygı	-.656	.134	-.339	-4.881*			

*p<.001

Tablo 5'te gösterildiği üzere belirsizliğe tahammülsüzlüğe ilişkin tüm alt boyutların psikolojik iyi oluş puanlarındaki varyansın yaklaşık %10'unu açıkladığı belirlenmiştir ($F=16.830$; $p<.001$). Standardize Beta katsayıları incelendiğinde, Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluş puanlarında hem ileriye yönelik kaygı ($\beta=.373$; $p<.001$) hem de engelleyici kaygı ($\beta=-.339$; $p<.001$) puanlarının anlamlı düzeyde yordayıcı etkilerinin olduğu görülmüştür.

Tablo 6. Türk Gemi Adamlarının Belirsizliğe Tahammülsüzlük Toplam Puanlarının Psikolojik İyi Oluş Puanlarını Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayan	B	Standart Hata	β	t	R	R ²	F
Belirsizliğe Tahammülsüzlük	.039	.063	.037	.614*	0.037	0.001	.377*

*p>.05

Tablo 6'ya bakıldığında belirsizliğe tahammülsüzlük puanlarının psikolojik iyi oluş puanlarındaki varyansın %1'ini bile açıklamadığı görülmüştür ($F=.377$; $p>.05$). Standardize Beta katsayısı incelendiğinde ise, Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluş puanlarının yordanmasında belirsizliğe tahammülsüzlük ($\beta=.037$; $p>.05$) puanlarının anlamlı bir etkisi olmadığı saptanmıştır.

4. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluşları ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkilere dair bulgulara bakıldığında; psikolojik iyi oluş puanları ile yumuşak başlılık kişilik özelliği arasında

... (akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)

pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte, psikolojik iyi oluş puanları ile diğer kişilik özellikleri (dışadönüklük, sorumluluk, duygusal dengelilik, deneyime açıklık) arasında ise anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Çoklu regresyon analizi sonuçları, Türk gemi adamlarının kişilik özelliklerinin psikolojik iyi oluş puanlarındaki varyansı anlamlı ve düşük düzeyde açıkladığını ve yordayıcı etkilerinin olduğunu göstermiştir. Standardize Beta katsayıları incelendiğinde ise, sözü edilen yordayıcı etkilerin yalnızca bir kişilik özelliğinden (yumuşak başlılık) kaynaklandığı anlaşılmıştır. Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluş puanlarında, yumuşak başlılık kişilik özelliği haricinde diğer kişilik özelliklerinin (dışadönüklük, sorumluluk, duygusal dengelilik, deneyime açıklık) anlamlı düzeyde yordayıcı etkilerinin olmadığı görülmüştür.

Konu ile ilgili literatür incelendiğinde; bu araştırmadan elde edilen bulguların, bahse konu iki değişken arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalarda ortaya koyulan sonuçlardan çoğunlukla farklı olduğu söylenebilir. Beş faktör kişilik özellikleri ile psikolojik iyi oluş arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde ilişki olduğu, yapılan çalışmalarda (Çelik, 2019; Er, 2020; Grant, Langan-Fox ve Anglim, 2009; Joshanloo, 2019; Köse, 2020; Melendez vd., 2019; Salami, 2011; Sarıcaoğlu, 2011; Sarıcaoğlu ve Arslan, 2013; Savcı ve Aysan, 2016) sıkça bildirilmiştir. Buna benzer şekilde, beş faktör kişilik özelliklerinin, psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığını aktaran araştırmalar (Çelik, 2019; Doğan, 2016; Marrero, Rey ve Hernandez-Cabrera, 2016; Sarıcaoğlu, 2011; Sarıcaoğlu ve Arslan, 2013; Savcı ve Aysan, 2016) da mevcuttur. Bazı araştırmalarda ise, söz konusu kişilik özelliklerinin bir ya da birkaçı ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı ilişkilere ve yordayıcı etkilere ulaşılmıştır. Bu bağlamda yapılan bazı araştırmalarda (Cenkseven ve Akbaş, 2007; Kohut, Kohutova, Zitny ve Halama, 2020), kişilik özelliklerinden dışadönüklük ve duygusal dengeliliğin psikolojik iyi oluşu anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur. Kişilik özellikleri ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiden bahseden bir çalışmada (Skomorovsky ve Sudom, 2011), özellikle duygusal dengelilik kişilik özelliğine vurgu yapılmıştır. Başka bir araştırmada (Atan, 2020), dışadönüklük, yumuşak başlılık ve sorumluluk kişilik özelliklerinin psikolojik iyi oluşu açıklanmasında etkili birer yordayıcı olduklarının altı çizilmiştir. Bir diğer çalışmada (Yaşın, 2016), dışadönüklük ve deneyime açıklık kişilik özellikleri ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı ilişki olduğu belirtilmiştir. Dışadönüklük, yumuşak başlılık, sorumluluk ve duygusal dengelilik kişilik özellikleri ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı ilişkilerin tespit edildiği başka bir araştırmada (James, Bore ve Zito, 2012), deneyime açıklık kişilik özelliği ile psikolojik iyi oluş arasında ise anlamlı ilişki olmadığı görülmüştür. Aynı araştırmada, psikolojik iyi oluşu yalnızca duygusal dengelilik kişilik özelliğinin anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Konu kapsamında yapılan başka bir çalışmada (Melendez vd., 2019) ise, dışadönüklük, sorumluluk ve duygusal dengelilik kişilik özelliklerinin psikolojik iyi oluşu yordayıcı etkilerinin anlamlı olduğu saptanmıştır. Ayrıca, kişilik özellikleri ile öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkilerin ele alındığı araştırmalarda (Grant vd., 2009; Marrero vd., 2016; Melendez vd., 2019), kişilik özellikleri ile psikolojik iyi oluş arasında öznel iyi oluşa göre daha güçlü ilişki ve yordayıcı etkiler olduğunu gösteren sonuçlar, kişilik özellikleri ve psikolojik iyi oluş arasındaki bağlantıları destekler niteliktedir. Bununla birlikte, bu çalışmada elde edilen bulguya paralel şekilde, yalnızca yumuşak başlılık kişilik özelliği ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı ilişki ve yordayıcı etki olduğunu tespit eden herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bazı çalışmalarda (Çelik, 2019; Grant vd., 2009; Joshanloo, 2019; Yaşın, 2016), yumuşak başlılık kişilik özelliği ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkilere dair bu araştırmada ulaşılan sonuçlara ters düşen bulgular ortaya koyulmuştur. Ancak, yumuşak başlılık kişilik özelliği ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki

... (akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)

ve yordama gücüne ilişkin bu araştırmada ortaya koyulan bulguların, bazı çalışmalarda (Er, 2020; James vd., 2012; Köse, 2020; Melendez vd., 2019; Salami, 2011; Sarıcaoğlu ve Arslan, 2013; Schmutte ve Ryff, 1997) ulaşılan sonuçlarla uyumlu olduğu görülmüştür.

Literatürde farklı örneklerle yürütülen ve yukarıda anlatılan araştırma bulguları ile bu araştırmanın örnekleme olan Türk gemi adamlarındaki kişilik özellikleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki korelasyon bulgularının çoğunlukla farklı olduğu görülmektedir. Literatürde Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluşları hakkında yapılmış herhangi bir çalışma olmadığı dikkate alındığında, araştırma bulgularındaki söz konusu farklılığın örneklem yapısıyla ilgili olabileceği ifade edilebilir. Bu yönüyle bu araştırma, Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluşlarını ele alan öncü bir çalışma niteliindedir.

Yumuşak başlı kişiler, yardımsever, eli açık, onaylayıcı, güvenilir, merhametli, iş birliğine açık, nazik ve saygılı bireylerdir. Yumuşak başlı olmayan bireyler ise yerli yersiz her şeyi eleştiren, kolayca öfkelenen, düşmanca davranan, iş birliğine kapalı, merhametsiz ve çıkarıcı kişilerdir (Atak, 2013; McCrae ve Costa, 2003; Yazgan İnanç ve Yerlikaya, 2012). Gemi adamlarının çıktıkları seyirlerde çalışma ve yaşam alanı buldukları gemiyle sınırlıdır. Seyir esnasında kişi, gemideki diğer bireylerle herhangi bir çatışma, iletişim sorunu veya başka bir problem yaşadığında, söz konusu sorunları çözümleyemediği takdirde bulunduğu ortamı değiştirme gibi bir şansı yoktur. Böyle bir durumda, bireyin işini sürdürebilmesi için çatışma yaşadığı kişilerle sorunlarını çözebilmesi gerekmektedir. Aksi takdirde, gemideki diğer insanlarla yoğun şekilde sorun yaşayan bir birey, işten atılmak da dâhil olmak üzere çeşitli olumsuz durumlarla yüzleşmek zorunda kalabilmektedir. Bu açıdan bakıldığında; bu mesleği icra eden kişilerin genel olarak insanlarla iyi anlaşabilen, uyumlu yapıda bireyler oldukları ölçüde gemide çalışmalarının kolaylaştığı, diğer türlü bu meslekte barınabilmelerinin zor olduğu söylenebilir. Bu bağlamda, bu araştırmanın gemi adamlarıyla yürütülmüş olmasının, yumuşak başlılık kişilik özelliği ile psikolojik iyi oluş arasında ilişki saptanmasında etkili olmuş olabileceği düşünülmektedir.

Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluşları ile belirsizliğe tahammülsüzlükleri arasındaki ilişkiye dair bulgular incelendiğinde; psikolojik iyi oluş puanları ile belirsizliğe tahammülsüzlük alt boyutları (ileriye yönelik kaygı, engelleyici kaygı) arasında anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Söz konusu ilişkinin ileriye yönelik kaygı alt boyutu ile pozitif yönde, engelleyici kaygı alt boyutu ile negatif yönde olduğu bulunmuştur. Psikolojik iyi oluş puanları ile belirsizliğe tahammülsüzlük toplam puanları arasında ise anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Çoklu regresyon analizi sonuçları, belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği alt boyutlarının (ileriye yönelik kaygı, engelleyici kaygı) psikolojik iyi oluş puanlarındaki varyansın yaklaşık %10'unu açıkladığını ve boyutlara ilişkin puanların psikolojik iyi oluş puanlarını anlamlı düzeyde yordadığını göstermiştir. Bununla birlikte, Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluş puanlarında, belirsizliğe tahammülsüzlük toplam puanlarının anlamlı düzeyde yordayıcı etkisinin olmadığı görülmüştür.

Konu ile alakalı literatüre bakıldığında; bu araştırmadan elde edilen bulguların, psikolojik iyi oluş ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalarda ulaşılan sonuçlardan çoğunlukla farklı olduğu anlaşılmaktadır. Bahse konu iki değişken arasındaki ilişkileri araştıran çalışmaların çoğunda (Arslan, Muyan Yılık, Bakalım, Bayraktar Uyar ve Sağlıklı, 2021; Bayraktar, 2021; Çevik, 2017; Çevik ve Yağmur, 2018; Doğan, 2020; Erguvan, 2015; Geçgin ve Sahranc, 2017;

... (akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)

Kahn vd., 2021; Koçyiğit, 2019; Sarıçam, 2014) belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi oluş arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda bahsi geçen araştırmaların bazılarında (Arslan vd., 2021; Kahn vd., 2021), belirsizliğe tahammülsüzlüğün psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna da ulaşılmıştır. Bununla birlikte, konu kapsamında yapılan başka bir çalışmada (Cai, Uljarevic ve Leekam, 2020), belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bildirilmiştir. Belirsizliğe tahammülsüzlük alt boyutları açısından bakıldığında ise, literatürde psikolojik iyi oluş ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişki hakkında alt boyutlara (ileriye yönelik kaygı, engelleyici kaygı) yönelik sonuç aktaran az sayıda araştırma olduğu görülmüştür. Bahse konu çalışmalarda (Erguvan, 2015; Koçyiğit, 2019; Sarıçam, 2014), bu çalışmada da elde edildiği gibi, psikolojik iyi oluş ile engelleyici kaygı arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bununla birlikte, psikolojik iyi oluş ile engelleyici kaygı arasında pozitif yönde ilişki olduğundan veya anlamlı bir ilişki olmadığından bahseden herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Söz konusu araştırmalarda (Erguvan, 2015; Koçyiğit, 2019; Sarıçam, 2014), psikolojik iyi oluş ile ileriye yönelik kaygı arasındaki ilişkilere dair farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Araştırmaların ikisinde (Erguvan, 2015; Sarıçam, 2014) negatif yönde anlamlı ilişkiden bahsedilirken, diğer çalışmada (Koçyiğit, 2019) anlamlı ilişki olmadığı bulunmuştur. Ancak, bu araştırmadan elde edilen bulgulara paralel şekilde, psikolojik iyi oluş ile ileriye yönelik kaygı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu bildiren bir çalışma olmadığı görülmüştür.

Literatürde farklı örneklerle yürütülen ve yukarıda bahsedilen araştırma bulguları ile bu araştırmanın örneklemini olan Türk gemi adamlarında belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi oluş arasındaki korelasyon bulgularının çoğunlukla farklı olduğu görülmektedir. Psikolojik iyi oluş ve kişilik özellikleri arasındaki tartışmada da vurgulandığı gibi, sözü edilen farklılığın örneklem yapısından kaynaklanmış olabileceği söylenebilir. Doğası gereği belirsizlik içeren koşulları sebebiyle denizcilik sektörü, çalışılması zor bir iş sahasıdır. Gemi adamları çıktıkları seyirlerde, tekrar ne zaman karaya ayak basacaklarını bilememe, istedikleri zaman sevdikleriyle iletişim kuramama, kontrat sürelerinden kısa ya da uzun süren seyirler, her an fırtına, kaza, çatışma vs. çıkma ihtimali gibi belirsiz durumlara yoğun şekilde maruz kalmaktadırlar. Belirsizliğe tahammülsüzlüğün, belirsiz bir olaya veya duruma odaklanarak gerçekleşme ihtimalinden bağımsız şekilde bilişsel, duygusal ve davranışsal düzeyde olumsuz tepki verme eğilimi (Dugas ve Koerner, 2005; Ladouceur vd., 1999; Ladouceur, Gosselin ve Dugas, 2000) olduğu düşünüldüğünde; belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi yüksek olan kişilerin, belirsizlik içeren durumlarla karşılaştıkları ölçüde bu durumdan olumsuz etkilenerek çeşitli sorunlar yaşayabilecekleri ve iş performanslarının azalabileceği ifade edilebilir. Bu noktadan hareketle; seyir şartlarının belirsizlik içeren yapısı da göz önüne alındığında, gemi adamlarının mesleklerini sorunsuz bir şekilde icra edebilmeleri ve işlerini kaybetmemeleri için belirsizliği tolere edebilmeleri gerekmektedir. Bu açıdan bakıldığında, gemi adamlarının mesleğin belirsizlik dolu yapısına alışarak uyum sağladıkları ve belirsizlik içeren durumlardan etkilenmemeyi öğrendiklerini düşünülebilir. Dolayısıyla, yukarıda bahsedilen durumdan kaynaklı olarak Türk gemi adamlarıyla yürütülen bu çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki saptanamadığı düşünülmektedir.

Psikolojik iyi oluş ile belirsizliğe tahammülsüzlük alt boyutlarından engelleyici kaygı arasındaki korelasyon bulgularına bakıldığında ise literatürdeki bulgularla uyumlu şekilde, bu çalışmada da psikolojik iyi oluş ile engelleyici kaygı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Başka bir deyişle, engelleyici kaygı arttıkça psikolojik iyi oluş azalmaktadır.

... (akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)

Engelleyici kaygı, belirsizliğe tahammül edemeyişin yol açtığı eyleme geçememe durumu olarak izah edilmektedir (Carleton vd., 2007). Bu bağlamda, araştırmada elde edilen bulgu neticesinde, Türk gemi adamlarının belirsiz durumlar karşısında harekete geçemedikleri ölçüde psikolojik iyi oluşlarının azaldığı anlaşılmaktadır. Önceki paragraflarda da açıklandığı gibi, seyir şartlarının zorluğu ve içerdiği belirsizlikler karşısında engelleyici kaygı seviyesi yükselen bir gemi adamı, bu durumun muhtemel bir sonucu olarak performansındaki azalmayla birlikte işini kaybetme korkusu gibi çeşitli endişeler yaşayabilir. Bunun gibi korku ve endişelerin etkisiyle birlikte de psikolojik iyi oluşta azalma gerçekleşmiş olabilir. Psikolojik iyi oluş ile belirsizliğe tahammülsüzlüğün diğer alt boyutu ileriye yönelik kaygı arasında ise literatürdeki bulgulardan farklı olarak pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Başka bir ifadeyle, ileriye yönelik kaygıdaki artış psikolojik iyi oluşu da arttırmaktadır. İleriye yönelik kaygının, gelecekle ilgili belirsizliklere tahammül edemeyiş (Carleton vd., 2007) olduğu dikkate alındığında; araştırma bulgularından hareketle, Türk gemi adamlarının gelecekle ilgili belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri yükseldikçe psikolojik iyi oluşlarının da arttığı sonucuna ulaşılmaktadır. Gemi adamlarının belirsizliklerle dolu çalışma şartları göz önüne alındığında; söz konusu yaşanması muhtemel belirsiz durumlarla karşı karşıya kalındığında hızlı ve etkili reaksiyon gösterebilmek için, gemi adamlarının gelecekte karşılaşılabilecekleri olası senaryolar üzerine zaman zaman kafa yormaları beklenebilecek bir durumdur. Bu açıdan bakıldığında, ileriye yönelik kaygı düzeyi yüksek olan gemi adamlarının düşük olanlara göre sözü edilen tarzda düşünceler üzerinde daha fazla meşgul olabileceklerini söylemek mümkündür. Söz konusu muhtemel durumlarla karşılaşıldığında ise, olay gerçekleşmeden önceki periyotta daha fazla değerlendirme yaptıklarından dolayı ileriye yönelik kaygı düzeyi düşük olanlara kıyasla yüksek olanların süreci daha etkili bir şekilde yönetebilecekleri ve bu durumun bir neticesi olarak psikolojik iyi oluşlarının da olumlu yönde etkilenebileceği söylenebilir. Özetle, psikolojik iyi oluş ile belirsizliğe tahammülsüzlük alt boyutları (ileriye yönelik kaygı, engelleyici kaygı) arasında elde edilen bulguların, bu paragrafta açıklanan durumlardan kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir.

Özetle, bu araştırma neticesinde, yumuşak başlılık kişilik özelliğinin, Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluşları ile ilişkili olduğu ve anlamlı düzeyde yordayıcı etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu kapsamda düzenlenecek hizmet içi eğitimler aracılığıyla Türk gemi adamlarına kendilerini daha yakından tanıma fırsatı sunularak sözü edilen kişilerde uyumlu, işbirliğine açık, yardımsever ve şefkatli olma gibi özelliklerin geliştirilmesini sağlayacak çalışmalar yapılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir. Araştırma neticesinde ulaşılan bir başka sonuç ise Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluşları ile belirsizliğe tahammülsüzlük alt boyutları (ileriye yönelik kaygı boyutu ile pozitif yönde, engelleyici kaygı boyutu ile negatif yönde) arasında anlamlı ilişkiler olduğu şeklindedir. Bu doğrultuda, ilgili kurum, kuruluş ve dernekler tarafından Türk gemi adamlarının ileriye yönelik kaygı ve engelleyici kaygı düzeylerini etkileyen durumların saha araştırmalarıyla açığa çıkarılarak bu araştırmadan elde edilen bulgular çerçevesinde Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluşlarının artmasına katkı sağlayacak şekilde düzenlemeler yapılması önerilmektedir. Ayrıca, bu araştırmada, Türk gemi adamlarının psikolojik iyi oluşları ile belirsizliğe tahammülsüzlükleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Bu bulgu, söz konusu iki değişken arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmaların çoğunda ortaya çıkan sonuçlardan farklıdır. Bu bağlamda, çeşitli örneklem gruplarında psikolojik iyi oluş ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki bağlantıları açıklamaya yönelik yeni araştırmalar yapılmasının konunun daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Ağartan, E. T. (2006). *Gemi adamlarının çalışma yaşamı ve çalışma ilişkileri* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Arıkan, S., & Çankır, B. (2019). Gıda ve finans sektöründe çalışan performansı hangi faktörlerden etkileniyor? Sürdürülebilir kalite algısı, psikolojik iyi oluş ve çalışmaya tutkunluk değişkenlerinin rolü. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 12(1), 462-483. <https://doi.org/10.26466/opus.583821>
- Arslan, Ü., Muyan Yılık, M., Bakalım, O., Bayraktar Uyar, B., & Sağlıklı, Z. H. (2021). Relationship between intolerance of uncertainty and psychological wellbeing during the COVID-19 pandemic: The mediating role of mindfulness. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 50(1), 379-399.
- Atak, H. (2013). On-Maddeli kişilik ölçeği'nin Türk kültürü'ne uyarlanması. *Nöropsikiyatri Arşivi Dergisi*, 50, 312-319. <https://doi.org/10.4274/npa.y6128>
- Atak, V. (2017). *Gemilerin makine dairelerinde çalışanların maruz kaldığı gürültü kirliliğinin, çalışanların gürültü ile ilgili risklerden korunmalarına dair yönetmelik (1) kapsamında örnek olaylarla incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Atan, A. (2020). *5-6 yaş çocuklarda psikolojik iyi oluş: Bir model önerisi ve ebeveynler ile öğretmenlerin kişilik tipleri, ego durumları ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin yordayıcı rolü* (Yayımlanmamış doktora tezi). Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Aydın, E. (2019). *Türk gemiadamlarının iş tatminlik düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Aydın, T. (2015). *Gemiadamlarının maslach tükenmişlik modeli ile incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Baccman, C., Hjarthag, F., & Almqvist, K. (2016). Improved resiliency and well-being among military personnel in a Swedish Naval Force after a counter-piracy operation off the coast of Somalia. *Scandinavian Journal of Psychology*, 57(4), 350-358. <https://doi.org/10.1111/sjop.12299>
- Bal, E. (2011). *Gemiadamlarında yorgunluğa neden olan etkenlerin analitik incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bayraktar, M. (2021). *Öğretmenlerde öz şefkat, belirsizliğe tahammülsüzlük ve bilinçli farkındalığın psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Beder, N. (2019). *Psikolojik iyi oluşun iş tatminine etkisinde örgütsel özdeşleşmenin aracı rolü: İstanbul ili serbest muhasebeci mali müşavirler üzerinde bir araştırma* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Beşorak, C. A. (2022). *Gemi insanları ve tır şoförleri ile eşlerinin psikolojik dayanıklılık ve stresle başa çıkma düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bulut, Ö. (2019). *Gemi adamlarının kişilik tipleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Büber, M. (2017). *Çalışanların tükenmişlik düzeylerinin iş doyumunu ve yaşam doyumunu üzerine etkisi: Balıkçı sınıfı gemiadamları üzerine bir araştırma* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2019). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. (26. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

- ... (akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)
- Cai, R. Y., Uljarevic, M., & Leekam, S. R. (2020). Predicting mental health and psychological wellbeing in mothers of children with autism spectrum disorder: Roles of intolerance of uncertainty and coping. *Autism Research*, 13(10), 1797-1801. <https://doi.org/10.1002/aur.2341>
- Carleton, R. N., Norton, M. A. P. J., & Asmundson, G. J. G. (2007). Fearing the unknown: A short version of the intolerance of uncertainty scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(1), 105-117. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.03.014>
- Cenkseven, F., & Akbaş, T. (2007). Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 43-65.
- Cham, B. S., Andrei, D. M., Griffin, M. A., Grech, M., & Neal, A. (2021). Investigating the joint effects of overload and underload on chronic fatigue and wellbeing. *Work & Stress*, <https://doi.org/10.1080/02678373.2021.1888822>
- Creswell, J. W. (2019). *Eğitim araştırmaları: Nicel ve nitel araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve değerlendirilmesi*. (2. Baskı). H. Ekşi (Çev. Ed.). İstanbul: Edam.
- Çakır, E. (2019). *İş yeri tehlikeleri ve mesleki riskler: Ticaret gemilerinde meydana gelen iş kazaları üzerine bir inceleme* (Yayımlanmamış doktora tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Çankır, B., & Şahin, S. (2018). Psychological well-being and job performance: The mediating role of work engagement. *Hitit University Journal of Social Sciences Institute*, 11(3), 2549-2560. <https://doi.org/10.17218/hititsosbil.487244>
- Çelik, S. (2019). *Ergenlerde psikolojik iyi oluşun kişilik özellikleri ve yaşam amaçları değişkenlerine göre yordanması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Çetükkaya Sever, B. (2022). *Gemi adamlarında duygu düzenleme ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin psikolojik semptomlarla ilişkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Çevik, S. (2017). *Düşük tehdidi olan ve olmayan gebelerde belirsizliğe tahammülsüzlüğün psikolojik iyi oluş hali üzerine etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Çevik, S., & Yağmur, Y. (2018). Impact of intolerance of uncertainty on psychological well-being in pregnant women with or without miscarriage risk. *Perspectives in Psychiatric Care*, 54(3), 436-440. <https://doi.org/10.1111/ppc.12297>
- Çiçek Ceyhan, G. (2006). *Gemi adamlarının stres düzeyleri ve iş doyumları arasındaki ilişki: Bir denizcilik şirketinde uygulama* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa.
- Demir, İ. H. (2020). *Gemi adamlarında yaşam kalitesinin ve etkileyen faktörlerle ilişkisinin belirlenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Düzce.
- Demir, M. (2020). *İş yerinde yalnızlığın işten ayrılma niyetine etkisi: Gemi adamları üzerine bir uygulama* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Zonguldak.
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., & Oishi, S. (2009). New measures of well-being. In E. Diener (Ed.), *Assessing well-being: The collected works of Ed Diener*. (pp. 247-266). Springer Science + Business Media.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143-156. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>
- Doğan, A. (2020). *İnfertilite tedavisi gören kadınlarda belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik iyi oluş ilişkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Okan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- ... (akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)
- Doğan, N. (2016). *Öğretmenlerde sirkadyen tercihler, uyku kalitesi, kişilik özellikleri, yaşam ve iş doyumu arasındaki ilişkiler* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Dohrmann, S. B., Herttua, K., & Leppin, A. (2019). Fatigue in ferry shipping employees: the role of work-family conflict and supervisor support. *BMC Public Health*, 19(1) <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7954-z>
- Dohrmann, S. B., & Leppin, A. (2017). Determinants of seafarers' fatigue: A systematic review and quality assessment. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 90(1), 13-37. <https://doi.org/10.1007/s00420-016-1174-y>
- Dugas, M. J., & Koerner, N. (2005). Cognitive-behavioral treatment for generalized anxiety disorder: Current status and future directions. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 19(1), 61-81. <https://doi.org/10.1891/jcop.19.1.61.66326>
- Dumlu, S. (2019). *Kişilerarası iletişimde sosyal etki ve uyma bağlamında okyanus aşırı çalışan gemi adamları üzerine bir araştırma* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Düğenci, İ. (2019). *Gemiadamlarının iş stresi algılarının iş tatmini ve işten ayrılma niyeti üzerine etkilerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Elik Besdil, G. (2020). *Psikolojik sermayenin iş tatmini üzerindeki etkisinde psikolojik iyi oluşun şartlı değişken rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Er, H. S. (2020). *Arabalucuların kişilik özelliklerine göre psikolojik iyi oluş ve etkili iletişim becerilerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Erguvan, F. M. (2015). *Üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile psikolojik iyi olma düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Ertürk, E. (2020). *Conflict and conflict management in Turkish officers' workplace: a qualitative study on interpersonal, intergroup and interorganizational level* (Yayımlanmamış doktora tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Geçgin, F. M., & Sahraç, Ü. (2017). Belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki. *Sakarya University Journal of Education*, 7(4), 739-755. <https://doi.org/10.19126/suje.383737>
- Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann Jr. W. B. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37(6), 504-528. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00046-1](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00046-1)
- Grant, S., Langan-Fox, J., & Anglim, J. (2009). The big five traits as predictors of subjective and psychological well-being. *Psychological Reports*, 105(1), 205-231. <https://doi.org/10.2466/PRO.105.1.205-231>
- Gündoğan, O. (2017). *Türk gemiadamlarının mobbing algısı üzerine bir çalışma* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Güvendiren, H. (2020). *Gemi adamlarında bağlanma stilleri ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün ruhsal belirtilerle ilişkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Han, W. (2022). Chinese English as a foreign language teachers' job satisfaction, resilience, and their psychological well-being. *Frontiers in Psychology*, 12, 800417. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.800417>
- Hystad, S. W., & Eid, J. (2016). Sleep and fatigue among seafarers: The role of environmental stressors, duration at sea and psychological capital. *Safety and Health at Work*, 7(4), 363-371. <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2016.05.006>

- ... (akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)
- James, C., Bore, M., & Zito, S. (2012). Emotional intelligence and personality as predictors of psychological well-being. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 30(4), 425-438. <https://doi.org/10.1177/0734282912449448>
- Joshanloo, M. (2019). Structural and discriminant validity of the tripartite model of mental well-being: Differential relationships with the big five traits. *Journal of Mental Health*, 28(2), 168-174. <https://doi.org/10.1080/09638237.2017.1370633>
- Joshanloo, M. (2022). Reciprocal relationships between personality traits and psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 00, 1-16. <https://doi.org/10.1111/bjop.12596>
- Kahn, E., Sheldon, J. P., Carmichael, A., & Yashar, B. M. (2021). Graduate training during the COVID-19 pandemic: North American genetic counseling students' challenges, intolerance of uncertainty, and psychological well-being. *Journal of Genetic Counseling*, 30(5), 1325-1335. <https://doi.org/10.1002/jgc4.1501>
- Karadağ, Z. (2019). *Denizcilik sektöründe çalışan gemi adamları ve kara personelinin psikolojik belirti düzeylerinin, çalışma koşulları ile birlikte incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Kartal, R. Ö. (2016). *Denizcilik sektöründe mobbing örneği olarak bir araştırma* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Kılıç, K. (2013). *Duygusal zekanın gemi adamlarının iş performansına etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kınalı, H. (2020). *Türk gemiadamlarının ruh sağlığı durumlarının analizi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Koçyiğit, F. (2019). *Teknoloji bağımlılığının psikolojik iyi oluş ile ilişkisinde bilinçli farkındalık ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenlerinin aracı rolünün incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Medipol Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kohut, M., Kohutova, V., Zitny, P., & Halama, P. (2020). Further validation of Slovak big five inventory-2: Six months test-retest stability and predictive power. *Studia Psychologica*, 62(3), 246-258. <https://doi.org/10.31577/sp.2020.03.803>
- Köse, M. (2020). *Bireylerin spor yapma durumlarına göre kişilik tipleri ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Kurt, Ö. (2010). *Gemide çalışma koşullarının gemi adamları üzerindeki olumsuz etkileri* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Ladouceur, R., Dugas, M. J., Freeston, M. H., Rheume, J., Blais, F., Boisvert, J.-M., Gagnon, F., & Thibodeau, N. (1999). Specificity of generalized anxiety disorder symptoms and processes. *Behavior Therapy*, 30(2), 191-207. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(99\)80003-3](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(99)80003-3)
- Ladouceur, R., Gosselin, P., & Dugas, M. J. (2000). Experimental manipulation of intolerance of uncertainty: A study of a theoretical model of worry. *Behaviour Research and Therapy*, 38(9), 933-941. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(99\)00133-3](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(99)00133-3)
- Marrero, R. J., Rey, M., & Hernandez-Cabrera, J. A. (2016). Can big five facets distinguish between hedonic and eudaimonic well-being? A dominance analysis. *The Spanish Journal of Psychology*, 19(e84), 1-9. <https://doi.org/10.1017/sjp.2016.95>

- ... (akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2003). *Personality in adulthood: A five-factor theory perspective* (2nd ed.). Guilford Press.
- Melendez, J. C., Satorres, E., Cujino, M-A., & Reyes, M-F. (2019). Big five and psychological and subjective well-being in Colombian older adults. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 82, 88-93. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2019.01.016>
- Mertens, D. M. (2019). *Eğitim ve psikolojide araştırma ve değerlendirme: Çeşitliliğin nicel, nitel ve karma yöntemlerle bütünleştirilmesi*. (1. Baskı). İ. Seçer, & S. Ulaş (Çev. Ed.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Obrenovic, B., Jianguo, D., Khudaykulov, A., & Khan, M. A. S. (2020). Work-family conflict impact on psychological safety and psychological well-being: A job performance model. *Frontiers in Psychology*, 11, 475. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00475>
- Oymak, Y. C. (2017). *Psikolojik iyi oluş ile iş doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özdemir, İ. (2017). *İş stresi ile iş-yaşam dengesi arasındaki ilişkide işe bağlılığın rolü: Gemi adamları üzerine bir araştırma* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potential: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Salami, S. O. (2011). Personality and psychological well-being of adolescents: The moderating role of emotional intelligence. *Social Behavior and Personality*, 39(6), 785-794. <https://doi.org/10.2224/sbp.2011.39.6.785>
- Sana, F. (2019). *Lisans düzeyinde denizcilik eğitimi alan Türk gemiadamlarının, deniz hizmetlerinden sonraki kariyer tercihleri* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Sarıcaoğlu, H. (2011). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeylerinin kişilik özellikleri ve öz-anlayış açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Sarıcaoğlu, H., & Arslan, C. (2013). Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeylerinin kişilik özellikleri ve öz-anlayış açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(4), 2087-2104. <https://doi.org/10.12738/estp.2013.4.1740>
- Sarıçam, H. (2014). Belirsizliğe tahammülsüzlüğün mutluluğa etkisi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(8), 1-12.
- Sarıçam, H., Erguvan, F. M., Akın, A., & Akça, M. Ş. (2014). Belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği (BTÖ-12) Türkçe formu: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Route Educational and Social Science Journal*, 1(3), 148-157. <https://doi.org/10.17121/ressjournal.109>
- Savcı, M., & Aysan F. (2016). *Kişilik özelliklerinin öznel zindelik ve psikolojik iyi oluşa etkisi*. VII. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Kongresi, 5-8 Mayıs, Çanakkale.
- Schmutte, P. S., & Ryff, C. D. (1997). Personality and well-being: Reexamining methods and meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(3), 549-559. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.3.549>
- Sharkey, J. M., & Rennix, C. P. (2011). Assessment of changes in mental health conditions among sailors and marines during postdeployment phase. *Military Medicine*, 176(8), 915-921. <https://doi.org/10.7205/milmed-d-10-00366>

... (akademik, hakemli, indexli, uluslararası dergi)

Skomorovsky, A., & Sudom, K. A. (2011). Psychological well-being of Canadian Forces officer candidates: The unique roles of hardiness and personality. *Military Medicine*, 176(4), 389-396. <https://doi.org/10.7205/milmed-d-10-00359>

Taşdelen, U. (2015). *Gemiadamlarında iş aile çatışması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Bülent Ecevit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Zonguldak.

Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği (PİÖÖ): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 374-384.

Uslu, K. (2021). *Gemi adamlarında stres, tükenmişlik, depresyon düzeyleri ve ilişkilerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Wadsworth, E. J. K., Allen, P. H., McNamara, R. L., & Smith, A. P. (2008). Fatigue and health in a seafaring population. *Occupational Medicine*, 58(3), 198-204. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqn008>

Wadsworth, E. J. K., Allen, P. H., Wellens, B. T., McNamara, R. L., & Smith, A. P. (2006). Patterns of fatigue among seafarers during a tour of duty. *American Journal of Industrial Medicine*, 49(10), 836-844. <https://doi.org/10.1002/ajim.20381>

Yaşar, Z. (2010). *Türk gemiadamlarında mesleki tatmin ile iş bırakma arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

Yaşın, T. (2016). *Kişilik özellikleri ve psikolojik sermayenin psikolojik iyi oluş, akış deneyimi, iş tatmini ve çalışan performansına etkileri* (Yayımlanmamış doktora tezi). Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Yazgan İnanç, B., & Yerlikaya, E. E. (2012). *Kişilik kuramları*. (6. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Yılmaz, G. (2018). *Türk güverte zabitlerinde örgütsel sessizlik ve tükenmişlik arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Yılmaz Yüksek yıldız, H. (2012). *Vardiya zabitlerinin yorgunluk ve uykusuzluk hallerinin EEG ve köprü üstü simülasyon yardımı ile belirlenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

Yuen, K. F., Bai, X., & Wang, X. (2020). Safety behaviour at sea: Policy implications for managing seafarers through positive psychology. *Marine Policy*, 121, <https://doi.org/10.1016/j.marpol.2020.104163>

Çatışma Beyanı: Bu çalışma ile ilgili taraf olabilecek herhangi bir kişi ya da finansal ilişki bulunmamakta, dolayısıyla herhangi bir çıkar çatışması olmamaktadır.

Destek ve Teşekkür: Çalışmada herhangi bir kurum ya da kuruluştan destek alınmamıştır.

Etik Kurul Kararı: Araştırmanın etik kurul onayı, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Etik Kurulu'nda 04.01.2022 tarihli ve 189988 sayılı karar ile alınmıştır.

Katkı Oranı: Yazarlar çalışmaya eşit oranda katkıda bulunmuştur.