

ÖZEL EĞİTİM ÖĞRETMENLERİNİN COVID-19 PANDEMİSİNDE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Selçuk ÖZER*

Cahit NURİ**

Başak BAĞLAMA***

ÖZET

Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik iyi oluş düzeyleri genellikle işleriyle ilgili stres faktörlerine, iş yüküne, öğrenci gereksinimlerine ve diğer işlerle ilgili zorluklara bağlı olarak değişebilmektedir. Bununla birlikte, genel olarak özel eğitim öğretmenleri arasında yüksek bir stres seviyesi ve iş yükü olabilmektedir. Psikolojik iyi oluş, özel eğitimde önemli bir faktördür. Özel eğitim öğretmenleri öğrencilerin davranış problemleri gibi çeşitli engellerle karşılaşabilmektedir. Bu engellerin üstesinden gelmek için, öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarını da desteklemek önemlidir. Bu nedenle bu çalışmada Covid-19 pandemisinde özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik iyi oluş düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu 2020-2021 eğitim öğretim yılında Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde özel eğitim okullarında hizmet veren 133 özel eğitim öğretmeni oluşturmuştur. Veri toplamak amacıyla çalışmada "Demografik Bilgi Formu" ve "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin çözümlemeleri Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 24.0 programı kullanılarak yapılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre özel eğitim öğretmenlerinin Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nden aldıkları puanların yüksek olduğu saptanmıştır. Araştırma kapsamına alınan özel eğitim öğretmenlerinin yaş grupları, mesleki kıdem, medeni duruma ve günlük çalışma sürelerine göre Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olduğu saptanmıştır. 40 yaş ve üzeri yaş grubundaki öğretmenlerin puanları, 20-29 yaş grubuna göre daha yüksek bulunmuştur. 11-15 yıl ve 16 yıl ve üzeri kıdemli öğretmenler daha az kıdemi olan öğretmenlere kıyasla ölçekten almış oldukları puanın daha yüksek olduğu bulunmuştur. Evli öğretmenlerin Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nden aldıkları puanlar bekar öğretmenlere göre daha yüksek bulunmuştur. 1-5 saat günlük çalışma saatleri olan öğretmenler, 6-10 saat çalışan meslektaşlarına kıyasla daha yüksek puanlar almışlardır. Cinsiyet, eğitim durumu ve aylık hane geliri ile Psikolojik İyi Oluş Ölçeği sonuçları arasında anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Özel Eğitim, Özel Eğitim Öğretmeni, Psikolojik İyi Oluş.**INVESTIGATION OF THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING LEVELS OF SPECIAL EDUCATION TEACHERS IN THE COVID-19 PANDEMIC****ABSTRACT**

Psychological well-being levels of special education teachers can generally vary depending on the stress factors related to their work, workload, student needs and other work-related difficulties. However, there can be a high level of stress and workload among special education teachers in general. Psychological well-being is an important factor in special education. Special education teachers may encounter various obstacles such as students' behavioral problems. In order to overcome these obstacles, it is important to support teachers' psychological well-being. Therefore, in this study, it was aimed to examine the psychological well-being levels of special education teachers according to different variables in the Covid-19 pandemic. Descriptive survey model was used in the study. The study group of the research consisted of 133 special education teachers serving in special education schools in the Turkish Republic of Northern Cyprus in the 2020-2021 academic year. In order to collect data, "Demographic Information Form" and "Psychological Well-Being Scale" were used in the study. The analysis of the data obtained in the research was carried out using the Statistical Package for Social

*Uzman, Eğitim Fakültesi, Özel Eğitim Öğretmenliği Programı, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi; selcuk33213321@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-9521-2262>

**Yrd. Doç. Dr., Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Özel Eğitim Öğretmenliği Programı, 99138 Lefkoşa (Mersin 10 Türkiye), Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti; cnuri@ciu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0003-0805-1972>

***Yrd. Doç. Dr., Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Özel Eğitim Öğretmenliği Programı, 99138 Lefkoşa (Mersin 10 Türkiye), Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti; bbaglama@ciu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0001-7982-8852>

Sciences (SPSS) 24.0 program. According to the findings of the study, it was determined that the scores of special education teachers from the Psychological Well-Being Scale were high. It was determined that the difference between the Psychological Well-Being Scale scores of the special education teachers included in the study according to age groups, professional seniority, marital status and daily working time was statistically significant. The scores of teachers in the age group of 40 and over were found to be higher than those of the 20-29 age group. It has been found that teachers with 11-15 years and 16 years and above have higher scores from the scale compared to teachers with less seniority. Married teachers' scores on the Psychological Well-Being Scale were found to be higher than those of single teachers. Teachers who work 1-5 hours a day scored higher than their colleagues who work 6-10 hours. It was determined that there was no significant difference according to the results of Psychological Well-Being Scale according to gender, educational status and monthly household income.

Keywords: Covid-19, Special Education, Special Education Teacher, Psychological Well-Being

1.GİRİŞ

Covid-19 (Koronavirüs); Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti (KKTC), Türkiye ve dünyadaki tüm ülkeleri etkisi altına alarak Dünya Sağlık Örgütü tarafından pandemi olarak ilan edilmesine (2020) ve bireylerin, toplumların ve bireylerin doğrudan veya dolaylı olarak etkilenmesine yol açmıştır. Bunun beraberinde bireylerin yaşam şartları, psikolojik sorunlar, iş yerlerinin kapatılması gibi zorlayıcı durumlar ile birlikte ekonomik hayatın sektöre uğraması, kapanmalar sonucu oluşan sosyal ilişkilerin zedelenmesi gibi sorunlar yaşadıkları da görülmüştür. Yapılan birçok çalışmada bireylerin bu süreçte, hastalığa kapılma korkusu (Abdullah, Dias, Muley ve Shahin, 2020, Ammirato, Linzalone, ve Felicetti 2021), kaygı (Holman, Garfin, Lubens ve Silver 2020; Holmes, O'Connor, Perry, Tracey, Wessely, Arseneault, ve Bullmore, 2020), bunalım (Li, Scherer, Felix, ve Kuper, 2021), sosyal çevreden kopma ve hastalığa yönelik korunma kaygısı gibi (Nivette, Ribeaud, Murray, Steinhoff, Bechtiger, Hepp ve Eisner, 2021; McBride, Murphy, Shevlin, Gibson-Miller, Hartman, Hyland ve Bentall, 2021), birçok duygusal açıdan sorunlar yaşadıkları ortaya çıkmıştır.

Özel eğitim öğretmenlerinin diğer öğretmenlik alanlarına göre farklı uzmanlık becerilerine sahip olmaları gerekmektedir. Özel eğitim öğretmenleri, kapsamlı alan uzmanlığı becerisine hakim olan, farklı yetersizlik gruplarından öğrencilerin ihtiyaçlarına yönelik farklı ve uygun eğitim müdahalelerinde bulunan, bireyselleştirilmiş eğitim programları oluşturan ve yetersizliğe sahip bireylerin aileleri ile iş birliği içerisinde olması gereken kişilerdir (Brownell, Hirsch ve Seo, 2004). KKTC, Türkiye ve dünyanın farklı ülkelerinde özel eğitime olan bakış açısı gün geçtikçe olumlu bir hale gelmektedir. Bu gelişmenin arkasındaki ana nedenler arasında ülkedeki yasalar, yönetmelikler ve standartlara ilişkin yapılan iyileştirmeler ile birlikte özel gereksinimli bireylerin sayısındaki artıştan kaynaklanan özel eğitim ihtiyacı yer almaktadır (Sanır, 2009). Özel eğitim öğretmenleri de diğer öğretmenlik alanlarında olduğu gibi öğrencilerine motivasyonlarını koruyarak nitelikli bir eğitim sunmayı hedeflemektedir. Ancak bu duruma ek olarak her alanda olabileceği gibi öğretmenin yeterli desteği alamaması, beklenmedik olumsuz durumların yaşanması, kaygı düzeyinin yüksek seviyelerde seyretmesine sebep olacak korkuların yaşanması eğitim öğretim faaliyetlerinin nitelikli yürütülmesi ve etkili olmasına zarar verebilmektedir. Bu ve buna benzer yaşanabilecek beklenmedik sorunlar kişilerin motivasyonlarını en aza indirebilmekte ve işe bağlılık seviyesinin azalabilmesine sebep olabilmektedir. Bu durum, bireylerin iş yaşamında gereksinim duydukları psikolojik, sosyal ve duygusal ihtiyaçlarını karşılarken güçlük çekmelerine neden olabilmektedir (Bilgin, 2018).

Covid-19 pandemisi sürecinde yaşanan en önemli durumlardan biri, bireylerde yaşanan duygusal ve fiziksel yorgunluktur. Yorgunluk, herhangi bir aktivite sonrasında çabuk yorulma, duygusal ve fiziksel olarak halsizlik yaşama, aşamalı gelişen eylemleri yapmada isteksizlik, düşünme yeteneğini yitirme ve iş yaşamına yeteri kadar odaklanmada zorluk yaşama olarak tanımlanmaktadır (Saticı, Sarıcalı, Saticı ve Griffiths, 2020). Morgül, Bener, Atak, Akyel, Aktaş, Bhugra ve Jordan (2020) tarafından yürütülen çalışmada kendilerini yorgun

hissetmeyen bireylerin kendilerini yorgun hisseden bireylere göre pandemi sürecinin sona ereceğine daha fazla inandıkları, maske ve eldiven takma, elleri dezenfekte etme ve sosyal mesafe gibi kurallara uyma davranışlarının daha iyi durumda olduğunu ortaya koymuştur. Covid-19 pandemisi sürecinin beraberinde, bireylerin kaygı durumlarının arttığı gözlenmiştir. Örneğin hastalığa kapılma riskinin yaşanabileceği faktörlere sahip olmak (hastalığın yoğun olduğu bölgelerde yaşamını sürdürme, risk grupları içerisinde olma gibi), aile bireylerinin sorumluluğunu üstlenme (Yang ve Ma, 2020), uzaktan çalışma olanaklarının olmaması (Baltacı, 2021; Ceviz, Tektaş, Basmacı ve Tektaş, 2020), bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini farklı açılardan etkilemiştir. Aynı zamanda elektronik ortamlar aracılığıyla sürekli Covid-19 pandemisine ilişkin haberlere maruz kalmak da bireylerin öfkelerini kontrol etmede zorluklar yaşamalarına neden olmuştur (Doğan ve İmamoğlu, 2020). Bu bağlamda küresel salgın döneminde medyanın bilinçsiz bir şekilde kullanılmasının, ergen ve çocukların psikolojik iyi oluş düzeyleri üzerinde de olumsuz etkisi olduğu görülmüştür (Sarman, Tuncay ve Sarman, 2020).

Psikolojik iyi oluşun alanyazında farklı tanımlamaları bulunmaktadır. Bu tanımlardan en yaygın kabul gören tanım, Dünya Sağlık Örgütü tarafından yapılmış olandır. Buna göre, “İş yaşamında bireyin üretken ve faydalı olabilmesi, beklenmedik durumlarda karşı karşıya kalınan stresle baş edebilmesi, kendi sınırlarının farkında ve yeteneklerinin bilincinde olması ve yetenekleri doğrultusunda topluma katkı sağlayabilmesi” olarak tanımlanmıştır (WHO, 2004: 36). “İnsanın bir bütün ve bu bütün içinde bütünü oluşturan iyiliğin korunmasını, sürdürülebilirliğini ve geliştirilebilir olmasının sorumluluğunu taşıdığı bir yaşam stili” tanımı (Ryff, Love, Urry, Muller, Rosenkranz, Friedman ve Singer) ise yapılan tanımların bir diğeridir. Bu tanımlarda psikolojik iyi oluşun bireyin kendi varoluşçu tutumunun bilincinde olması ve yaşama dair bakış açısının bir bütün dahilinde olup kendi sorumluluğunun bilincini yaşaması olarak vurgulandığı görülmektedir.

Covid-19 pandemisi öncesinde yaşanan stres etmenlerinin, Covid-19’a bağlı olarak gerçekleşen sosyal yaşamın kısıtlanması ve ekonomik yetersizlikler, kapanma esnasında yetişkin bireylerin stres düzeyinin artmasına neden olan faktörler olarak öne çıkmaktadır (Shanahan, Steinhoff, Bechtiger, Murray, Nivette, Hepp, Ribeaud ve Eisner, 2020). Bu etkiler neticesinde yetişkinlerin düzensiz yaşam stili, fiziksel aktiviteden kopma gibi tercihlerden bir yaşam stilini tercih ettikleri görülmüştür. Bu durum Covid-19 hastalığının dışında gerçekleşen sağlık durumlarının da yaşanabileceğini göstermiştir (Zheng, Ma, Zhang ve Xie, 2020). Daha önce psikiyatrik geçmişi olan, çok fazla strese maruz kalan ve kaygılı kişiliğe sahip olan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin etkilendiği görülürken, olumlu başa çıkma becerileri gösteren (Bekaroğlu ve Yılmaz 2020; Didin ve Yavuz, 2020), salgın konusunda bilinmesi gerekenleri araştırıp öğrenen, deneyime açık özelliğe sahip olan (Modersitzki, Phan, Kuper ve Rauthmann, 2020), stres düzeyini kontrol altına alabilen (Altuntaş ve Tekeci, 2020), ev ortamında egzersizlerine devam eden (Demir ve Çifçi, 2020), psikolojik dayanıklılığa sahip olan bireylerin salgın sürecinde zorluklarla daha fazla baş edebildikleri ve psikolojik iyi oluş düzeylerini koruyabildikleri gözlemlenmiştir.

Çetinkaya-Aydın (2020), Covid-19 sürecinde öğretmenlerin öğrencileriyle yeterince iletişim kuramadıkları için kaygı yaşayabileceklerini, ebeveynlerin yetersiz bilgi ve yönlendirmesi nedeniyle yanlış öğrenme yaşayabileceklerini ve uzaktan eğitim sistemine bağlı öğrenme güçlükleri yaşayabileceklerini belirtmektedir. Aileler tarafından öğretmenlere karşı olan beklentilerin artması ailelerin öğretmenler üzerinde baskı yapmalarına neden olmuştur (Çetinkaya-Aydın, 2020). Ayrıca özel gereksinimli bireylerin küresel salgın döneminde en fazla etkilenen gruplardan biri olduğu düşünüldüğünde (Karip, 2020) ve eğitim sürecinin, özel olarak hazırlanmış programlar, materyaller, teknikler ve eğitimin bireyselleştirilmesi gibi faktörlere bağlı olarak gerçekleştiği varsayıldığında Covid-19 pandemi sürecinde uzaktan eğitim uygulamalarının özel eğitim öğretmenleri açısından daha zorlayıcı olduğu düşünülmektedir.

Covid-19 sürecinde yaşanan bu olumsuzluklar farklı açılardan bireylerin ruh sağlıklarını derinden etkilemiş, hastalığa kapılma korkularına sebep olmuştur (Xiong, Lipsitz, Nasri, Lui, Gill, Phan ve McIntyre, 2020). Özel eğitim öğretmenlerinin özellikleri ilk olarak eğitim verdikleri öğrencileri olmak üzere birçok bireyi etkileyebilmektedir. Dolayısıyla özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik iyi oluşlarının, başta kendileri için daha sonra öğrencileri, ebeveynler ve direkt olarak toplum üzerinde olumlu etkileri olacağı düşünülmektedir (Kayış ve Akçaoğlu, 2022; Uzun ve Deniz, 2023; Doyumğaç, Tanhan ve Kıymaz, 2021; Topkaya, Şahin ve Mehel, 2023). Alanyazın incelendiğinde, psikolojik iyi oluş düzeyleri yüksek olan bireylerin, fiziksel sağlıklarının ve yaşam kalitelerinin daha iyi (Keyes, Dhingra ve Simoes, 2010) içten gelen iyilik hallerinin daha yüksek ve çalışma kapasitelerinin daha geniş (Rogach, Ryabova ve Frolova, 2017) olduğu ortaya koyulmuştur. Buna ek olarak, psikolojik iyi oluşları yüksek olan bireylerin bağışıklık sisteminin ve etkili iş ve insan ilişkilerinin diğer insanlara göre daha güçlü olmasına ve daha uzun süreli bir hayat sürülebilmesine katkı sağladığı bilinmektedir (Diener, King ve Lyubomirsky, 2005). Aynı zamanda bu kişiler yaşamın anlamlı ve bir amaç doğrultusunda yaşandığına inanır, etkileşim halinde oldukları insanlarla sağlıklı ilişkiler kurabilir ve eş zamanlı olarak çevresini yönetebilir. Ayrıca doğrudan yaşamları ve geleceklerine ilişkin söz sahibi olabilmeyi de başarabilmektedirler (Uğur, Kaya ve Tanhan, 2020). Yapılan alanyazının taraması sonucunda Covid-19 sürecinde özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik iyi oluş düzeyleri ile ilgili olarak doğrudan yapılmış herhangi bir araştırmaya rastlanmıştır. Dolayısıyla bu çalışmanın bu boşluğu dolduracağı düşünülmektedir. Bu çalışmada KKTC'deki özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik iyi oluş düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Covid-19 sürecinde KKTC'deki özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik iyi oluş düzeyleri ne düzeydedir?
2. Covid-19 sürecinde KKTC'deki özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik iyi oluş düzeyleri: yaş, cinsiyet, mesleki kıdem, eğitim durumu, medeni durum, günlük çalışma saati ve aylık hane geliri düzeyi değişkenlerine göre anlamlı derecede farklılaşmakta mıdır?

2.YÖNTEM

2.1 Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Betimsel taramanın temel amacı, bir durumun veya olgunun özelliklerini olduğu şekliyle ortaya koymaktır. Eğitim alanında bireylerin tutumlarını, görüşlerini, demografik özelliklerini ortaya koymak için betimsel tarama modeli kullanılmaktadır (Yaratan, 2017). Bu çalışmada da, özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik iyi oluş düzeyleri çeşitli değişkenler açısından incelenerek var olduğu şekliyle ortaya konulmaya çalışıldığından betimsel tarama modeli kullanılmıştır.

2.2 Çalışma Grubu

Bu çalışmanın çalışma grubunu 2020-2021 eğitim öğretim yılında KKTC'de özel eğitim okullarında hizmet veren 133 özel eğitim öğretmeni oluşturmuştur. Araştırma kapsamında yer alan özel eğitim öğretmenlerinin seçiminde tesadüfi olmayan örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme tekniğinden yararlanılmıştır. Kolayda örnekleme yöntemi bir popülasyonu temsil etmek için rastgele örnekler seçerek örnekleme yapma yöntemidir. Bu örnekleme yöntemi, örnekleme işlemi daha hızlı ve kolay hale getirmek için kullanılır. Örnekleme temsil edecek örnekler rastgele seçilir ve araştırmacının seçiminde önyargıya neden olabilecek faktörler en aza indirilir (Cohen, Manion ve Morrison, 2005). Yapılan çalışmada seçilen örnekleme yöntemi dikkate alınarak farklı bölgelerdeki okullara ulaşılmaya çalışılmıştır. Örnekleme içerisinde yer alan özel eğitim öğretmenlerinin demografik özelliklerine göre dağılımı Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı

	N	%
Yaş grubu		
20-29 yaş	63	47,37
30-39 yaş	57	42,86
40 yaş ve üzeri	13	9,77
Cinsiyet		
Kadın	88	66,17
Erkek	45	33,83
Mesleki kıdem		
1-5 yıl	65	48,87
6-10 yıl	23	17,29
11-15 yıl	31	23,31
16 yıl ve üzeri	14	10,53
Eğitim durumu		
Lisans	67	50,38
Lisansüstü	66	49,62
Medeni durum		
Bekar	63	47,37
Evli	70	52,63
Günlük çalışma saati		
1-5 saat	62	46,62
6-10 saat	71	53,38
Aylık hane geliri		
3500 TL ve altı	24	18,05
3501-6500 TL	41	30,83
6501 TL ve üzeri	68	51,13

Araştırmaya dahil edilen özel eğitim öğretmenlerinin sosyo-demografik özellikleri incelendiğinde, öğretmenlerin %47,37'sinin 20-29 yaş grubunda, %42,86'sinin 30-39 yaş grubunda, %9,77'si 40 yaş ve üzeri yaş grubunda olduğu, %66,17'sinin kadın ve %33,83'ünün erkek olduğu, % 48,87'sinin 1-5 yıl, %17,29'unun 6-10 yıl, %23,31'inin 11-15 yıl ve %10,53'ünün 16 yıl ve üzeri mesleki kıdeme sahip olduğu belirlenmiştir. Araştırmaya katılan KKTC'deki özel eğitim öğretmenlerinin %50,38'inin lisans ve 49,62'sinin lisansüstü mezunu olduğu, %47,37'sinin bekar olduğu, %46,62'sinin günlük 1-5 saat ve %53,38'sinin günlük 6-10 saat süreyle çalıştığı, %18,05'inin aylık hane gelirinin 3500 TL ve altında, %30,83'ünün 3501-6500 TL arasında ve %51,13'ünün 6501 TL ve üzerinde olduğu görülmüştür.

2.3 Veri Toplama Araçları

Bu kısımda veri toplama araçları olan demografik bilgi formuna ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'ne değinilmiştir.

2.3.1. Demografik Bilgi Formu

Bu form, KKTC'deki özel eğitim kurumlarında özel eğitim öğretmenliği yaparak hizmet veren özel eğitim öğretmenlerinin; yaş, cinsiyet, mesleki kıdem, eğitim durumu, medeni durumu, günlük çalışma saatleri ve aylık hane gelirlerine ilişkin bilgi edinmek amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır.

2.3.2. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Telef (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, sekiz maddeden oluşmaktadır. Bu ölçek, olumlu ilişkilerin kişiyi nasıl etkilediğinden, kişinin kendisini yeterli ve anlamlı hissetmesine kadar birçok faktörü ele almaktadır. Başlangıçta Diener, Wirtz, Tov, Kim-Prieto, Choi, Oishi ve Biswas-Diener (2009) tarafından Psikolojik İyi Oluş Ölçeği olarak adlandırılan bu ölçek, daha sonra "Flourishing Scale" adıyla değiştirilerek iyi oluş kavramının daha doğru bir şekilde ifade edilebileceği düşünülmüştür. Telef (2013) tarafından yapılan çalışmada, Türkçede "Flourishing" kelimesinin bir karşılığı olmadığından dolayı ölçek, psikolojik iyi oluş kavramını kullanarak uyarlanmıştır. Ölçeğin maddeleri, kesinlikle katılmıyorum (1) ile kesinlikle katılıyorum (7) arasında bir skala üzerinde değerlendirilir. Tüm maddeler olumlu ifade edilir ve ölçekten alınan puanlar 8 ile 56 arasında değişir. Tüm maddelere kesinlikle katılmıyorum cevabı verildiğinde puanlama 8 olurken, tüm maddelere kesinlikle katılıyorum cevabı verildiğinde puanlama 56 olarak kabul edilir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, bireyin psikolojik açıdan sağlıklı ve güçlü olduğunu göstermektedir. Ölçeğin, psikolojik iyi oluşun farklı alanlarına yönelik ayrı ayrı ölçümler sağlayamasa da geniş bir bakış açısı sunarak, olumlu işlevlerle ilgili çeşitli sahalarda önemli bir araç oluşturduğu düşünülmektedir (Diener ve arkadaşları, 2009).

2.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırma, Covid-19 pandemi sürecinde yapılmıştır. Bu nedenle hazırlanan ölçekler 02.03.2021-16.05.2021 tarihleri arasında özel eğitim öğretmenlerine çevrimiçi haberleşme uygulamaları aracılığıyla ulaştırılarak cevaplamaları istenmiştir. Google Forms aracılığıyla toplamda 133 özel eğitim öğretmenine ulaşılarak veriler elde edilmiştir.

2.5. Verilerin Analizi

Veri toplama sürecinin ardından elde edilen veriler Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 24.0 programı kullanılarak çözümlenmiştir. Araştırmada verilerin normal dağılım gösterme durumlarının incelenebilmesi için Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmıştır. Verilerin normal dağılım göstermediği saptanmıştır. Özel eğitim kurumlarında hizmet veren özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik iyi oluş düzeylerinin öğretmenlerin yaş, eğitim durumu, mesleki kıdem ve gelir durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla da Kruskal-Wallis H testi kullanılmıştır. Medeni durum ve cinsiyetlerine yönelik bir farklılaşma olup olmadığını belirlemek amacıyla da Mann-Whitney U testi kullanılmıştır.

3. BULGULAR

Özel eğitim öğretmenlerinin Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanları Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2. Özel Eğitim Öğretmenlerinin Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puanları

	n	\bar{x}	SS	Min	Max
Psikolojik İyi Oluş Ölçeği	133	46,01	6,97	20	56

Araştırmaya katılan özel eğitim öğretmenlerinin Psikolojik İyi Oluş Ölçeği’nden aldıkları puanlar incelendiğinde, ölçekten ortalama $46,01 \pm 6,97$ puan aldıkları saptanmıştır. Ölçekten alınan en düşük puan 20 ve en yüksek puanın 56 olduğu görülmüştür. Öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 3. Özel Eğitim Öğretmenlerinin Yaş, Mesleki Kıdem ve Aylık Hane Gelirine Göre Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

	Yaş grubu	n	\bar{x}	SS	M	SO	X^2	p	Fark	
Psikolojik İyi Oluş Ölçeği	20-29 yaş	63	44,33	8,59	46	59,79	8,394	0,015*	1-3	
	30-39 yaş	57	47,04	4,87	47	69,02				
	40 yaş ve üzeri	13	49,62	3,07	48	93,12				
	Mesleki kıdem									
	1-5 yıl	65	44,25	8,19	45	56,78	19,023	0,000*	1-3	
	6-10 yıl	23	44,57	6,03	47	57,00			1-4	
	11-15 yıl	31	49,06	3,94	48	83,39			2-3	
	16 yıl ve üzeri	14	49,79	3,02	49,5	94,57			2-4	
	Aylık hane geliri									
	3500 TL ve altı	24	41,71	10,76	44,5	50,06	5,735	0,057		
	3501-6500 TL	41	46,46	7,01	47	69,80				
	6501 TL ve üzeri	68	47,25	4,28	48	71,29				

* $p < 0,05$

Araştırmaya katılan özel eğitim öğretmenlerinin yaş gruplarına göre Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olduğu saptanmış olup, 40 yaş ve üzeri yaş grubundaki öğretmenlerin puanları, 20-29 yaş grubuna göre daha yüksek bulunmuştur. Öğretmenlerin mesleki kıdemlerine göre Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nden almış oldukları puanların istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklı olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). 11-15 yıl ve 16 yıl ve üzeri kıdemli öğretmenlerin daha az kıdemi olan öğretmenlere kıyasla bu ölçekten almış oldukları puan daha yüksektir. Aylık hane gelirine göre Psikolojik İyi Oluş Ölçeği sonuçlarına bakıldığı zaman, 3500 TL ve altı, 3501-6500 TL ve 6501 TL ve üzeri aylık hane geliri olan öğretmenlerin almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$).

Tablo 4. Özel Eğitim Öğretmenlerinin Cinsiyet, Eğitim Durumu, Medeni Durum ve Günlük Çalışma Saatine Göre Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

	Cinsiyet	n	\bar{x}	SS	M	SO	Z	p	
Psikolojik İyi Oluş Ölçeği	Kadın	88	46,69	5,80	47,00	69,26	-0,947	0,343	
	Erkek	45	44,67	8,76	46,00	62,59			
	Eğitim durumu								
	Lisans	67	46,04	5,50	47,00	64,40	-0,788	0,431	
	Lisansüstü	66	45,97	8,25	47,00	69,64			
	Medeni Durum								
	Bekar	63	44,00	8,21	45,00	54,29	-3,623	0,000*	
	Evli	70	47,81	5,05	48,00	78,44			
	Günlük Çalışma Saati								
	1-5 saat	62	47,61	5,13	48,00	76,03	-2,535	0,011*	
	6-10 saat	71	44,61	8,03	46,00	59,11			

* $p < 0,05$

Tablo 4 incelendiğinde, özel eğitim öğretmenlerinin cinsiyetlerine göre Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Kadın ve erkek öğretmenlerin Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanları benzerdir. Eğitim durumu değişkenine göre psikolojik iyi oluş düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür ($p > 0,05$). Medeni durum değişkenine göre Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu tespit

edilmiştir ($p<0,05$). Evli öğretmenlerin psikolojik iyi oluş ölçeğinden aldıkları puanlar bekar öğretmenlere göre yüksek bulunmuştur. Diğer yandan günlük çalışma süreleri incelendiğinde Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nden alınan puanlar arasında istatistiksel olarak bir farklılık saptanmıştır. 1-5 saat günlük çalışma saatleri olan öğretmenler, 6-10 saat çalışan meslektaşlarına kıyasla daha yüksek puanlar almıştır.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

KKTC'deki özel eğitim öğretmenlerinin yaş gruplarına göre psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin sonuçlar incelendiğinde, 40 yaş ve üzeri yaş grubundaki öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin 20-29 yaş grubundaki öğretmenlere kıyasla daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Çelebi (2016) tarafından yapılan çalışmada 30-40 yaş arasındaki bireylerin, diğer yaş gruplarına kıyasla psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu durumun yaş itibari ile daha büyük olan öğretmenlerin gelecek kaygıları olmamalarıyla ilişkilendirilebileceği düşünülmektedir. Benzer şekilde öğretmenlerin akademik iyimserlikleri ile yaşları arasında da anlamlı farklılıklar bulunmuş ve öğretmenlerin yaşı arttıkça akademik iyimserliklerinin de arttığı ve bunun psikolojik iyi oluşlarına yansıdığı sonucuna varılmıştır (Çağlar, 2013; Erdoğan, 2013; Yalçın, 2013). Bu sonuçların aksine, Timur (2008) tarafından yapılan çalışmada yaş değişkeninin psikolojik iyi oluş düzeyinde anlamlı farklara neden olmadığı belirtilmiştir. Aynı şekilde Oymak (2017) tarafından yapılan çalışmada da yaş değişkeni açısından bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmadığı görülmüştür.

KKTC'deki özel eğitim öğretmenlerinin cinsiyet değişkenine göre psikolojik iyi oluş düzeylerine bakıldığında, yine aynı şekilde anlamlı farklılıklara rastlanmadığı görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde, araştırma sonucuyla benzerlik gösteren çalışmalara rastlanmıştır (Çevik, 2010; Cenkseven ve Akbaş, 2007; Cırhinlioğlu, 2006; Çelik, 2016; Tuzgöl Dost, 2004; Ryff ve Singer, 2008; Tütüncü, 2011; Seyhan, 2013;). Bu durum, KKTC'deki kadın ve erkek özel eğitim öğretmenlerinin cinsiyetlerine bağlı olarak psikolojik iyi oluşlarının şekillenmediği yönünde yorumlanabilir. Alanyazın incelendiğinde farklı sonuçlar elde eden çalışmalara da rastlanmıştır. Bu araştırmalarda cinsiyet değişkeninin psikolojik iyi oluş düzeyi üzerinde anlamlı farklara neden olduğu, kadınların erkeklere oranla daha yüksek psikolojik iyi oluşa sahip oldukları görülmektedir (Aydın, 2019; Cengiz, 2018; Gönenç, 2018; Karabeyeser, 2013; Kuyumcu, 2012; Özden 2014; Öztürk, 2019; Yılmaz, 2013).

KKTC'deki özel eğitim öğretmenlerinin mesleki kıdemlerine göre psikolojik iyi oluş düzeylerine bakıldığında, 11-15 yıl ve 16 ve üzeri yıl mesleki kıdeme sahip öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri daha az mesleki kıdem yılına sahip olan öğretmenlere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durumun daha kıdemli olan öğretmenlerin kariyer planlamaları, gelecek kaygıları ve mesleki tecrübeleri ile ilişkili olduğu düşünülebilir. Alanyazın incelendiğinde, çalışma sonucuyla örtüşen çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin Tümlü ve Receptoğlu (2013) tarafından yapılan çalışmada araştırmaya dahil edilen akademik personellerin mesleki kıdemlerinin artmasıyla psikolojik dayanıklılıklarının yükseldiğini, 6-10 yıl mesleki kıdeme sahip olan personelin ise dayanıklılığının daha üstü mesleki kıdeme sahip olanlara kıyasla daha düşük olduğu belirtilmiştir.

KKTC'deki özel eğitim öğretmenlerinin eğitim durumuna göre psikolojik iyi oluş düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmadığı görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde, psikolojik iyi oluş düzeylerini incelemeyi amaçlayan birçok çalışmada eğitim durumu değişkeninin bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini anlamlı şekilde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Örneğin, Ağaçbacak'ın (2019) yapmış olduğu araştırmada sınıf öğretmenlerinin psikolojik iyi oluş düzeyleri ve eğitim durumları arasında anlamlı farklar olduğu tespit edilmiştir. Ağaçbacak (2019) ön lisans mezunu olan öğretmenlerin lisans ve yüksek lisans mezunu olan öğretmenlere göre daha düşük psikolojik iyi oluş düzeyine sahip olduklarını saptamıştır. Kımtar (2020) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, bireylerin eğitim seviyeleri ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmüştür. Eğitim seviyesinin yükselmesiyle birlikte bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinde artış beklenirken, bu sonuçlar bu beklentinin gerçekleşmediğini göstermektedir. Ancak, farklı faktörlerin (örneğin, yaşam koşulları, kişilik özellikleri) psikolojik sağlık üzerinde etkili olabileceği de göz önünde bulundurulmalıdır.

Parmaksız (2019) tarafından yetişkinler üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, katılımcıların eğitim düzeylerine göre psikolojik iyi oluş toplam puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Benzer şekilde, Karal ve Biçer (2020) tarafından psikolojik iyi oluş düzeyi ile eğitim durumu değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Bu bulgular, eğitim seviyesinin psikolojik sağlamlık üzerinde etkili olup olmadığı konusunda kesin bir sonuç veremese de, diğer etkenlerin (örneğin, sosyo-ekonomik durum, kişilik özellikleri) de etkili olduğu düşünülmelidir. Benzer şekilde yapılan başka bir araştırmada da, İstanbul'da özel hastanelerde çalışan katılımcıların eğitim düzeylerine göre psikolojik sağlamlık düzeylerinde herhangi bir istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı tespit edilmiştir (Deniz, Çimen ve Yüksel, 2020). Bu sonuçlar, eğitimin bireylere birçok fayda sağladığını göstermekle birlikte, psikolojik sağlamlık düzeyleri açısından eğitim düzeyi ile doğrudan bir ilişki kurulamayacağını göstermektedir. Bununla birlikte, eğitimin bireylerin farkındalık düzeylerini artırabileceği, iletişim ve kendini ifade etme becerilerini geliştirebileceği ve hayatlarındaki stres ve travma durumlarıyla başa çıkma becerilerini güçlendirebileceği düşünülmektedir.

KKTC'deki özel eğitim öğretmenlerinin medeni durumlarına göre psikolojik iyi oluş düzeyleri incelendiğinde, evli olan öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin bekar olanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum çiftler arasındaki uyumun psikolojik iyi oluşlarına olumlu yansımından kaynaklı olabileceğiyle açıklanabilir. Aynı zamanda evli olan bireylerin aile kurmuş oldukları ve düzenli bir yaşam kurdukları düşünüldüğünde, evli olan öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarının bu gibi faktörlerden kaynaklı daha yüksek olduğu söylenebilir. Alanyazın incelendiğinde bu durumu destekleyen çalışmalara rastlanmıştır. Örneğin Timur (2008) tarafından yapılan araştırmada evli olan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin bekar olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Aynı şekilde Kim ve McKenry (2002) tarafından yapılan çalışmada psikolojik iyi oluş düzeyi ve evlilik uyumunun incelenmesi amaçlanmış ve araştırma sonunda psikolojik iyi oluş ve evlilik arasında anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Bunun yanı sıra Proulx, Hlems ve Buehler (2007) de yapmış oldukları çalışmada psikolojik iyi oluş düzeyi ile evlilik uyumu arasında kuvvetli bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Kınter (2020) yapmış olduğu çalışmada evli bireylerin bekar bireylere göre psikolojik sağlamlık bakımından daha yüksek düzeyde oldukları tespit edilmiştir.

KKTC'deki özel eğitim öğretmenlerinin günlük çalışma sürelerine göre psikolojik iyi oluş düzeylerine bakıldığında günlük 1-5 saat çalışan öğretmenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin 6-10 saat çalışan öğretmenlere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir. KKTC'deki özel eğitim öğretmenlerinin günlük 1-5 saat çalışma süresi olanların günlük 6-10 saat çalışma süresi olanlara kıyasla daha yüksek psikolojik iyi oluş düzeyine sahip olmalarını, bireylerin keyif aldıkları aktivitelere ya da zaman geçirmekten haz duyduğu faktörlere daha fazla zaman ayırabilmelerinden kaynaklı olabileceği düşünülebilir. Nitekim Sezer (2013) psikolojik iyi oluş düzeyini etkileyen faktörleri incelemeyi amaçladığı çalışmasında, bireylerin internet kullanımının psikoloji iyi oluş düzeyini etkilediğini tespit etmiştir. Aynı zamanda Sezer (2013) bireylerin kendilerine zaman ayırıp keyif alarak dinlediği müziklerin psikolojik iyi oluş düzeylerini yükselttiğini belirtmiştir. Bir başka çalışmada ise, öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluş düzeylerinin uyukularını alabilmeleri sonucunda daha yüksek olduğunu belirlenmiştir (Demir, Tanhan, Çiçek, İlhan, Yerlikaya, İbrahim, Çırak Kurt ve Ünverdi, 2021). Araştırmaya katılan öğretmen adaylarından sekiz saat ve üzeri uyuyanların altı saat ve daha aşağı uyku saati olanlara kıyasla daha yüksek psikolojik iyi oluş düzeyine sahip oldukları görülmektedir.

KKTC'deki özel eğitim öğretmenlerinin aylık hane gelirlerine göre psikolojik iyi oluş düzeylerine bakıldığında, öğretmenlerin hane gelirleri ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı farklılıklara rastlanmadığı görülmektedir. Bu bulgunun aksine, Tuzgöl Dost (2010)'un yapmış olduğu bir çalışmada, ekonomik durumu yüksek bireylerin daha düşük ekonomik durumu olanlara kıyasla daha yüksek psikolojik iyi oluş algıladıklarını tespit etmiştir. Yine aynı şekilde Eroğlu ve Parlar (2018) da evli bireylerde psikolojik iyi oluş ve aylık hane geliri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçladıkları çalışmada bireylerin gelir düzeyinin artmasıyla

psikolojik iyi oluşun da arttığını belirtmişlerdir. Ancak KKTC'deki özel eğitim öğretmenlerinde buna benzer herhangi bir farklılık saptanmamıştır.

Araştırmaya dahil edilen özel eğitim öğretmenlerindeki birçok değişkenin psikolojik iyi oluşu etkilediği görülmektedir. Özel eğitim kurumlarında hizmet veren öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarının bu araştırmada incelenmemiş değişkenler ile yapılmasını amaçlayan ya da öğretmenlerin psikolojik iyi oluşa etki eden etmenlerini incelemeyi hedefleyen daha fazla çalışma yapılabilir. Bu çalışma Covid-19 pandemi sürecinde yapılmıştır. Bu nedenle Covid-19 pandemisi sonrası çalışma tekrardan yapıp karşılaştırma yapılabilir.

Sonuç olarak, özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik iyi oluş seviyelerinin yüksek olması sevindiricidir. Özel eğitim öğretmenleri, öğrencilerinin özel ihtiyaçlarını anlamak ve bu ihtiyaçlara uygun bir eğitim sağlamak için çok çaba harcarlar. Bu empati, öğretmenlerin öğrencilerine karşı daha fazla bağlılık hissetmelerine ve bu nedenle psikolojik iyi oluş düzeylerinin yüksek olmasına yardımcı olabilir. Öğretmenler genellikle birbirleriyle iş birliği yapar ve uzman bir destek ağına sahiptirler. Bu destek ağı, öğretmenlerin duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılamalarına yardımcı olmaktadır. Öğretmenlerin öğrencilerine daha iyi hizmet etmek için düzenli olarak kendilerini geliştirmek için çaba harcaması kendilerine güvenini artırabilir ve dolayısıyla psikolojik iyi oluş düzeylerini yükseltebilir. Ayrıca özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik iyi oluş durumlarını daha derinlemesine incelemeye fırsat veren nitel çalışmalara yer verilebilir.

KAYNAKÇA

- Abdullah, M., Dias, C., Muley, D., & Shahin, M. (2020). Exploring the impacts of COVID-19 on travel behavior and mode preferences. *Transportation Research Interdisciplinary Perspectives*, 8, 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.trip.2020.100255>
- Ağaçbacak, P. M. (2019). *Pozitif Psikoloji Bağlamında Sınıf Öğretmenlerinin Psikolojik İyi Oluş Düzeyleri ile Özyeterlik İnançları ve Örgütsel Bağlılık Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Altuntaş, O., & Tekeci, Y. (2020). Effect of COVID-19 on perceived stress, coping skills, self-control and self-management skills. *Research Square*, 1-16. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-48393/v1>
- Ammirato, S., Linzalone, R., & Felicetti, A. M. (2021). Knowledge management in pandemics: A critical literature review. *Knowledge Management Research & Practice*, 19(4), 415-426. <https://doi.org/10.1080/14778238.2020.1801364>
- Aydın, E. (2019). *Ergenlerin algılanan anne baba tutumlarının benlik saygısı ve psikolojik iyi oluş seviyelerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzincan.
- Baltacı, Ö. (2021). Prediction of fear of COVID-19: Meaning in life and psychological resilience. *Educational Policy Analysis and Strategic Research*, 16(2), 46-58. <https://doi.org/10.29329/epasr.2020.345.3>
- Bekaroğlu, E., & Yılmaz, T. (2020). COVID-19 ve psikolojik etkileri: Klinik psikoloji perspektifinden bir derleme. *Nesne*, 8(18), 573-584. <https://doi.org/10.7816/nesne-08-18-14>
- Bilgin, Y. (2018). *Özel eğitim okullarında görev yapan öğretmenlerin çalışma yaşam kalitesi, psikolojik iyi oluş ve örgütsel bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Brownell, M.T., Hirsch, E., & Seo, S. (2004). Meeting the demand for highly qualified special education teachers during severe shortages: What should policymakers consider?. *The Journal of Special Education*, 38(1) 56-61. <https://doi.org/10.1177/00224669040380010501>
- Cengiz, A. İ. (2018). *İç dış denetim odağı ve psikolojik iyi oluş ve depresif belirtiler arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Cenkseven, F., & Akbaş, T. (2007). Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 43-65. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/20020>

- Ceviz, N., Tektaş, N., Basmacı, G., & Tektaş, M. (2020). Covid 19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin kaygı düzeylerini etkileyen değişkenlerin analizi. *International Journal of Scholars in Education*, 3(2), 312-329.
- Cirhinlioğlu, F. G. (2006). *Üniversite öğrencilerinde utanç eğilimi, dini yönelimler, benlik kurguları ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkiler* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2005). *Research methods in education (5th Ed.)*. London: Routledge Falmer.
- Çağlar, Ç. (2013). Akademik iyimserlik düzeyinin örgütsel bağlılık üzerindeki etkisi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(1), 260-273.
- Çelebi, E. (2016). *Yaşlı ve çocuk grupları ile çalışan psikologlarda mesleki tükenmişlik psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesi düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çelik, O. (2016). *Öğretmen adaylarında psikolojik iyi oluş algılanan sosyal yetkinlik ve güven genliğinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Erzincan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzincan.
- Çetinkaya-Aydın, G. (2020). COVID-19 Salgını Sürecinde Öğretmenler. *TEDMEM*. <https://tedmem.org/covid-19/covid-19-salgini-surecinde-ogretmenler#note-3264-9> (Erişim tarihi: 25.08.2020).
- Çevik, N. (2010). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarını yordayan bazı değişkenler* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Demir, A., & Çifçi, F. (2020). COVID-19 pandemi sürecinde egzersizin lise öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerine etkisinin incelenmesi. *Sportmetre: Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(3), 169-179. <https://doi.org/10.33689/sportmetre.739918>
- Demir, R., Tanhan, A., Çiçek, İlhan, Yerlikaya, İbrahim, Çırak Kurt, S., & Ünverdi, B. (2021). Yaşam Kalitesinin Yordayıcıları Olarak Psikolojik İyi Oluş ve Yaşam Doyumu. *Yaşadıkça Eğitim*, 35(1), 192-206. <https://doi.org/10.33308/26674874.2021351256>
- Deniz, S., Çimen, M., & Yüksel, O. (2020). Psikolojik sağlamlığın iş stresine etkisi: Hastane çalışanlarına yönelik bir araştırma. *Sakarya Üniversitesi, İşletme Bilimi Dergisi (JOBS)*, 8(2), 351-370. <https://doi.org/10.22139/jobs.741576>
- Didin, M., & Yavuz, B. (2022). Effect of Covid-19 on students' stress, anxiety, depression, fear levels: Systematic review. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(1), 38-45. <https://doi.org/10.18863/pgy.931572>
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New measures of well-being: Flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research Series*, 39, 1-15. https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_12
- Doğan, E., & İmamoğlu, O. (2020). Üniversite eğitimi alan öğrencilerin koronavirüs salgını sürecinde sabır eğilimlerinin araştırılması. *Turkish Studies*, 15(4), 315-324. <https://eds.s.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=46f1e331-e7b9-4a82-8190-35634442e4a7%40redis>
- Doyumgaç, İ., Tanhan, A., & Kıymaz, M. S. (2021). Understanding the most important facilitators and barriers for online education during COVID -19 through online photovoice methodology. *International Journal of Higher Education*, 10(1), 166-190. <https://doi.org/10.5430/ijhe.v10n1p1>
- Erdoğan, O. (2013). *İlköğretim öğretmenlerinin öz-yeterlik ve başarı algularında yordayıcı olarak akademik iyimserlik, umut ve mesleki haz* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Eroğlu, F., & Parlar, H. (2018). Evli kadın ve erkeklerde psikolojik iyi oluşun ebeveyn tutumuna etkisinin incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(33), 89-101.

- Gönenç, N. (2018). *Üniversite öğrencilerinde siber zorbalık ve siber mağduriyetin duygusal zekâ ve psikolojik iyi oluş açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Holman, E. A., Garfin, D. R., Lubens, P., & Silver, R. C. (2020). Media exposure to collective trauma, mental health, and functioning: does it matter what you see?. *Clinical Psychological Science*, 8(1), 111-124. <https://doi.org/10.1177/2167702619858300>
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., & Bullmore, E. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: A call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 7(6), 547-560. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30168-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30168-1)
- Karabeyeser, M. (2013). *Üniversite öğrencilerinin anne-baba tutumları ve stresli yaşam olaylarına göre psikolojik iyi oluşu* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Karal, E., & Biçer, B. G. (2020). Salgın hastalık döneminde algılanan sosyal desteğin bireylerin psikolojik sağlamlığı üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 129-156. <https://doi.org/10.20493/birtop.726411>
- Karip, E. (2020). COVID-19: Okulların kapatılması ve sonrası. (Erişim Tarihi 12 Ağustos 2020). <https://tedmem.org/vurus/covid-19-okullarin-kapatilmasi-ve-sonrasi>
- Kayış, A. R., & Akcaoğlu M. Ö. (2022). University students' loneliness, anxiety and mental well-being during Covid19 pandemic: The mediation role of self-control, *E-International Journal of Educational Research*, 13(5), 109- 131. <https://doi.org/10.19160/e-ijer.1134080>
- Keyes, C. L., Dhingra, S. S., & Simoes, E. J. (2010). Change in level of positive mental health as a predictor of future risk of mental illness. *American Journal of Public Health*, 100, 2366-2371. [file:///C:/Users/CIU/Downloads/ajph.2010.192245%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/CIU/Downloads/ajph.2010.192245%20(2).pdf)
- Kımtır, N. (2020). Covid-19 günlerinde bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 5, 574-605. <https://doi.org/10.21733/ibad.805481>
- Kim, H. K., & McKenry, P. C. (2002). The relationship between marriage and psychological well-being: A longitudinal analysis. *Journal of Family Issues*, 23(8), 885-911. <https://doi.org/10.1177/01925130223729>
- Kuyumcu, B., & Güven, M. (2012). Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin duygularını fark etmeleri ve ifade etmeleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(3), 589-607. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/76922>
- Li, Y., Scherer, N., Felix, L., & Kuper, H. (2021). Prevalence of depression, anxiety and post-traumatic stress disorder in health care workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *PloS one*, 16(3), 446-454. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246454>
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success?. *Psychological Bulletin*, 131, 803-855. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803>
- McBride, O., Murphy, J., Shevlin, M., Gibson-Miller, J., Hartman, T. K., Hyland, P., & Bentall, R. P. (2021). Monitoring the psychological, social, and economic impact of the COVID-19 pandemic in the population: Context, design and conduct of the longitudinal COVID-19 psychological research consortium (C19PRC) study. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 30(1), 18-31.
- Modersitzki, N., Phan, L. V., Kuper, N., ve Rauthmann, J. F. (2020). Who is impacted? Personality predicts individual differences in psychological consequences of the COVID-19 pandemic in Germany. *Social Psychological and Personality Science*. <https://doi.org/10.1177/1948550620952576>

- Morgül, E., Bener, A., Atak, M., Akyel, S., Aktaş, S., Bhugra, D., & Jordan, T. R. (2020). COVID-19 pandemic and psychological fatigue in Turkey. *The International Journal of Social Psychiatry*, 67(2) 128-135. <https://doi.org/10.1177/0020764020941889>
- Nivette, A., Ribeaud, D., Murray, A., Steinhoff, A., Bechtiger, L., Hepp, U., & Eisner, M. (2021). Non-compliance with COVID-19-related public health measures among young adults in Switzerland: Insights from a longitudinal cohort study. *Social Science & Medicine*, 268, 363-370. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113370>
- Oymak, Y. C. (2017). *Psikolojik iyi oluş ile iş doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özden, K. (2014). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi oluşun psikososyal yordayıcılarının sosyal bilişsel kariyer kuramı açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Öztürk, Ö. (2019). *Erken dönem uyumsuz şemalar, algılanan ana-babalık biçimleri ve duygu düzenlemenin psikolojik iyi oluşu yordama gücünün incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Parmaksız, İ. (2019). İyimserlik, özgecilik ve medeni durumun psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkileri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 48, 285-302. <https://doi.org/10.9779/pauefd.576186>
- Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576-593. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x>
- Rogach, O. V., Ryabova, T. M., & Frolova, E. V. (2017). Social factors of mental well-being violation among high school teachers. *European Journal of Contemporary Education*, 6(4), 787-796. <https://doi.org/10.13187/ejced.2017.4.787>
- Ryff, C. D., Love, G. D., Urry, H. L., Muller, D., Rosenkranz, M. A., Friedman, E. M., & Singer, B. (2006). Psychological well-being and ill-being: Do they have distinct or mirrored biological correlates?. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 75(2), 85-95. <https://doi.org/10.1159/000090892>
- 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>
- Sanır, H. (2009). *Kaynaştırma eğitimine devam eden öğrencilerin akademik öğrenme ile ilgili karşılaştıkları sorunların öğretmen ve aile görüşleri açısından değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Sarman, A., Tuncay, S., & Sarman, E. (2020). Covid-19 pandemi sürecinde medyanın 3-18 yaş arasındaki çocuklar üzerindeki olumsuz psikolojik etkisinin önlenmesi. *Van Sağlık Bilimleri Dergisi*, 13(Özel Sayı), 69-75. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1081352>
- Satıcı, B., Sarıcalı, M., Satıcı, S. A., & Griffiths, M. D. (2020). Intolerance of uncertainty and mental wellbeing: Serial mediation by rumination and fear of COVID-19. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20, 2731-2742. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00305-0>
- Seyhan, B. Y. (2013). *Üniversite öğrencilerinde inanç tarzları, denetim odağı ve psikolojik iyi olma hali arasındaki ilişkiler* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Sezer, F. (2013). Psikolojik iyi olma durumu üzerine etkili faktörler. *Education Sciences*, 8(4), 489-504. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/185389>
- Shanahan, L., Steinhoff, A., Bechtiger, L., Murray, A. L., Nivette, A., Hepp, U., Ribeaud, D., & Eisner, M. (2022). Emotional distress in young adults during the COVID-19 pandemic: evidence of risk and resilience from a longitudinal cohort study. *Psychological Medicine*, 52, 824-833. <https://doi.org/10.1017/S003329172000241X>

- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(28-3), 374-384. <http://efdergi.hacettepe.edu.tr/yonetim/icerik/makaleler/237-published.pdf>
- Timur, M. S. (2008). *Boşanma sürecinde olan ve olmayan evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Topkaya, N., Şahin, E., & Mehel, F. (2023). Relationship-specific irrational beliefs and relationship satisfaction in intimate relationships. *Current Psychology*, 42(2), 1257-1269.
- Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tümlü, G. Ü., & Receptoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 5(3), 205-213. <https://doi.org/10.5961/jhes.2013.078>
- Tütüncü, M. (2012). *Yönetici ve çalışanların psikolojik iyi olma ve stres düzeyleri açısından karşılaştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Uzun, A. E., & Deniz, M. E. (2023). Pozitif psikoloji ve pozitif psikoterapi yönelimli grupla psikolojik danışma programının bireylerin teknoloji bağımlılık düzeylerine etkisinin incelenmesi [pilot çalışma]. *Uluslararası Sosyal ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(19), 15-30. <https://doi.org/10.20860/ijoses.1226592>
- World Health Organization, (2002). Constitution of the world health organization (online). (Erişim tarihi: 26 Nisan 2021). http://whqlibdoc.who.int/hist/official_records/constitution.pdf
- World Health Organization, (2004). *Active ageing: A policy framework*. Geneva: World Health Organization.
- Xiong, J., Lipsitz, O., Nasri, F., Lui, L. M., Gill, H., Phan, L., & McIntyre, R. S. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. *Journal of affective disorders*, 277, 55-64. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.001>
- Yalçın, S. (2013). *İlköğretim okulu öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile stres, psikolojik dayanıklılık ve akademik iyimserlik arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yang, H., & Ma, J. (2020). How an epidemic outbreak impacts happiness: Factors that worsen (vs. protect) emotional well-being during the coronavirus pandemic. *Psychiatry Research*, 289, 113045-113050. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113045>
- Yaratan, H. (2017). *Sosyal bilimler için temel istatistik SPSS uygulamalı*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Yılmaz, M. F. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşlarının problemleri internet kullanımı ve bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Zheng, Y., Ma, Y., Zhang, J., & Xie, X. (2020). COVID-19 and the cardiovascular system. *Natural Review: Cardiology*, 17, 259- 260. <https://doi.org/10.1038/s41569-020-0360-5>

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, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi Rektörlüğü Etik Kurulu'ndan 29.03.2021 tarih ve 100-2890 sayılı karar ile alınmıştır.

Katkı Oranı: Yazarlar makaleye eşit oranda katkıda bulunmuştur.