



# Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılıklarının İncelenmesi

## Examining the Psychological Resilience of Physical Education and Sports Teachers

Hamza KÜÇÜK<sup>1</sup>, Mehmet SÖYLER<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun, Türkiye  
· hamza.kucuk@omu.edu.tr · ORCID > 0000-0002-9912-9909

<sup>2</sup>Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu, Çankırı, Türkiye  
· mehmetsoyler@karatekin.edu.tr · ORCID > 0000-0002-6912-4218

### Makale Bilgisi/Article Information

**Makale Türü/Article Types:** Araştırma Makalesi/Research Article

**Geliş Tarihi/Received:** 11 Temmuz/July 2023

**Kabul Tarihi/Accepted:** 19 Ekim/October 2023

**Yıl/Year:** 2023 | **Cilt-Volume:** 42 | **Sayı-Issue:** 2 | **Sayfa/Pages:** 791-812

**Atıf/Cite as:** Küçük, H., Söyler, M. "Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılıklarının İncelenmesi-Examining the Psychological Resilience of Physical Education and Sports Teachers"

Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Ondokuz Mayıs University Journal of Faculty of Education, 42(2), December 2023: 791-812.

**Sorumlu Yazar/Corresponding Author:** Hamza KÜÇÜK

**Etik Kurul Beyanı/Ethics Committee Approv:** "Araştırma için Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimsel Etiği Kurulu'ndan 28.04.2023 tarihli ve 2023/364 karar sayısı ile etik kurul izni alınmıştır."

## BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIKLARININ İNCELENMESİ

### ÖZ

Bu çalışmanın amacı Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıklarının araştırılmasıdır. Çalışmaya 276 Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni katılmıştır. Katılımcıların 164 kişisi erkek, 112 kişisi kadındır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği kullanılmıştır. İkili grupların karşılaştırılmasında t testi, üçten fazla grup karşılaştırmasında ANOVA, farklılık olduğu durumlarda farklılığın yönünü belirlemek için Tukey karşılaştırma testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda medeni durum değişkenine göre sosyal kaynaklar alt boyutunda erkekler lehine farklılık bulunurken diğer alt boyutlarda farklılığa rastlanmamıştır. Yaş değişkenine göre gelecek algısı alt boyutunda 27 yaş ve üzeri olanlar 18-22 yaş olanlardan kendilik algısı ve sosyal kaynaklar alt boyutunda 27 yaş ve üzeri, 23-27 yaş ve 18-22 yaş grupları arasında farklılık tespit edilmiştir. Çalışma yılı değişkenine göre aile uyumu ve sosyal yeterlik alt boyutlarında 10 yıl ve üzeri çalışanlar 1-5 yıl ve 6- 10 yıl çalışanlardan daha yüksek puana sahiptir. Elde edilen bulgulara göre çalışma yılı ve yaşın psikolojik dayanıklılığa olumlu etkisi olduğu ifade edilebilir. Yaş ve spor yılı değişkenine göre daha yüksek çalışma yılına ve yaşa sahip olan öğretmenler daha yüksek psikolojik dayanıklılık puanına sahip bulunmuştur. Bu durumun tecrübe ve meslekte elde edilen kazanımların olumlu aktarımı ile oluştuğu söylenebilir.

**Anahtar Sözcükler:** Beden Eğitimi, Öğretmenler, Psikolojik Dayanıklılık, Spor.



## EXAMINING THE PSYCHOLOGICAL RESILIENCE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHERS

### ABSTRACT

This study investigates the psychological resilience of physical education and sports teachers. 276 physical education and sports teachers participated in the study. Of the participants, 164 were men, and 112 were women. The Adult Resilience Scale was used as a data collection tool in the study. T-test was used to compare paired groups, ANOVA was used for comparing more than three groups, and the Tukey comparison test was used to determine the direction of the difference in cases where there was a difference. As a result of the analysis, there was a difference in favour of men in the social resources sub-dimension according to the marital status variable. In contrast, no difference was found in the other sub-di-

mensions. According to the age variable, a difference was detected between those aged 27 and over in the future perception sub-dimension, and those aged 18-22 in the self-perception and social resources sub-dimension, between those aged 27 and over, 23-27 years old and 18-22 age groups. According to the working year variable, employees who have worked for ten years or more have higher scores than those who have worked for 1-5 years and 6-10 years in the family harmony and social competence sub-dimensions. According to the findings, it can be stated that working years and age have a positive effect on psychological resilience. According to the age and sports years variables, teachers with higher working years and years were found to have higher psychological resilience scores. It can be said that this situation occurs with the positive transfer of experience and gains obtained in the profession.

**Keywords:** Physical Education, Resilience, Sports, Teachers.



## GİRİŞ

Günümüzde insanlar fiziksel ve psikolojik olmak üzere birçok uyarana maruz kalmaktadır. Günlük olaylar karşısında kişinin göstermiş olduğu fiziksel ve psikolojik dayanıklılık bireyi hayata tutunma, başarı sağlama noktasında daha ileriye taşıyacaktır. Bu bağlamda Hunter (2001), psikolojik dayanıklılığı başarı ve uyum sağlama süreci olarak tanımlar. Diğer bir ifade de psikolojik dayanıklılık, insanların yaşamış oldukları travmalar, ailesel sorunlar, sağlık problemleri, maddi durumlar gibi durumlara karşı göstermiş oldukları uyum süreci olarak görülmektedir (Tusaie ve Dyer, 2004).

Dayanıklılık olarak ifade edilen sürecin bireysel ve çevresel özelliklerin iç içe geçerek oluşturduğu ifade edilmektedir. Bireyin yaşamış olduğu çevre ve şartlar onun hayat mücadelesini, hayata bakış açısını da şekillendirmektedir. Birey yaşamış olduğu çevreye çok çabuk uyum sağlayan bir varlıktır. Yaşam şartları kişisel özelliklerimizi belirlerken genler aracılığı ile de diğer nesillere aktarılmaktadır. Bu ifade belirli bir seviyede psikolojik dayanıklılıkla doğduğumuzu bize hatırlatmaktadır (McEwen, 2011). Ayrıca, psikolojik dayanıklılık, çevresel faktörlere ve kişisel özelliklere bağlı olarak kişiden kişiye değişiklik gösterir (Fletcher ve ark., 2013). Psikolojik dayanıklılık bireyin çevresindeki olumlu ve olumsuz olaylara karşı direncini ifade eder (Polatçı, 2014; Erim ve Küçük, 2017). Psikolojik dayanıklılık düzeyi arttıkça stresle başa çıkma tarzlarından olumlu yaklaşımlarının daha çok kullanıldığı, çaresiz ve boyun eğici yaklaşımların kullanımının ise azaldığı görülmüştür (Çetin, 2019; Akyol, 2023).

Psikolojik dayanıklılığı güçlü olan bireylerin hayat şartlarına karşı daha dayanıklı olduğu bilinmektedir. Bu konu da Karacaoğlu ve Köktaş (2016), çalışanların psikolojik dayanıklılığının, psikolojik iyi olma düzeylerini pozitif yönde ve anlamlı bir şekilde etkilediğini ifade etmişlerdir.

Psikolojik dayanıklılığı Friborg ve ark. (2003), beş boyuta ifade etmişlerdir. Bu beş boyutu kişisel güç, yapısal stil, sosyal yeterlilik, aile uyumu ve sosyal kaynaklar oluşturmaktadır. Daha sonra 2005 yılında ise kişisel güç alt boyutunun “kendilik algısı” ve “gelecek algısı” olarak ikiye ayrıldığını ifade etmişler ve ölçeğe altı boyutlu son halini vermişlerdir. Kendilik algısı, kişinin kendi farkındalığına varmasını ve temelde kim olduğuna yönelik düşünceleri ele almaktadır. Gelecek algısı, geleceğe yönelik olumlu bakış açısını içeren bir kavramdır (Basım ve Çetin, 2011). Sosyal yeterlilik kavramı sosyal aktivitelere katılımı ifade eder. Bireyin sosyal çevreye uyumu, dışa dönüklüğü bu alt boyutla ilgilidir. Yapısal stil, organize ve planlama yeteneğini ifade ederken günlük işlerini sürdürebilmeyi kapsar. Aile üyelerinden görülen desteği ifade eden kavram aile uyumunu ifade eder. Kişinin sahip olduğu sosyal ilişkileri belirten alt boyut ise sosyal kaynaklar alt boyutudur (Bitmiş ve ark., 2013).

Psikolojik olarak güçlü olmak, çevre, yaşam tarzı, sağlık sorunları, aile ortamı, ekonomik şartlar, fiziksel özellikler gibi farklı değişkenler tarafından etkilenmektedir. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri dersin içeriği ve öğrencilerin beklentileri gereği sürekli hareket halindedir. Bu hareketlilik ve aktiviteler beraberinde sorunları da doğurmaktadır. Gerek öğrencilerin spor müsabakalarındaki mücadelelerde fiziksel temasları, kazanma ve kaybetme duygularını taşıyıp taşıyamamaları birçok sorunla öğretmeni baş başa bırakmaktadır. Bununla birlikte ülkemizde her okulda yeterli fiziksel koşulların olmaması ve öğrencilerin, okul yönetiminin, diğer öğretmenlerin, ailelerin baskının ve gerekse de toplumun beden eğitimi dersine bakış açısı öğretmenleri psikolojik olarak zor duruma sokmaktadır. Bu durum da beden eğitimi öğretmenini diğer branş öğretmenlerinden psikolojik dayanıklılık olarak daha güçlü olması gerektiği sonucuna ulaştırmaktadır.

Yapılan bu çalışma psikolojik dayanıklılığın gelişimsel ve çevresel etkileri yerine Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinde hangi faktörlerin etkili olduğuna odaklanmıştır. Çalışmanın amacı beden eğitimi öğretmenlerinin yaş, çalışma yılı, cinsiyet, medeni durum değişkenine göre psikolojik dayanıklılıkları araştırılmasıdır.

## YÖNTEM

### Çalışma Grubu

Çalışmaya 164 erkek, 112 kadın olmak üzere toplam 276 Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni katılmıştır.

### Veri Toplama Araçları

Çalışmada veri toplama aracı olarak Friborg ve arkadaşları (2005) tarafından geliştirilen, Türkçe geçerlik güvenirlik çalışması Basım ve Çetin (2011) tarafından yapılan Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçekte, “yapısal stil” (3,9,15,21) ve “gelecek algısı” (2,8,14,20) 4’er madde; “aile uyumu” (5,11,17,23,26,32), “kendilik algısı” (1,7,13,19,28,31,) ve “sosyal yeterlilik” (4,10,16,22,25,29) 6’şar madde ve “sosyal kaynaklar” (6,12,18,24,27,30,33) ise 7 madde ile ölçülmektedir.

### Verilerin Analizi

Cinsiyet ve medeni durum değişkenlerinin karşılaştırılmasında t testi, yaş, çalışma yılı değişkenlerinin karşılaştırılmasında ANOVA, farklılık olduğu durumlarda farklılığın yönünü tespit edebilmek için Tukey çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır.

### Etik Kurul İzin Bilgileri

Yapılan bu çalışmada “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur.

Etik Değerlendirmeyi Yapan Kurul Adı: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu

Etik Değerlendirme Kararının Tarihi: 28.04.2023

Etik Değerlendirme Belgesi Sayı Numarası: 2023/364

## BULGULAR

Çalışmada elde edilen bulgular tablolar halinde sunulmuştur.

**Tablo 1.** *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin cinsiyete göre karşılaştırılması*

		n	Ort.	S.S.	F	p
Yapısal Stil	Erkek	164	3,44	0,76	0,197	0,844
	Kadın	112	3,42	0,91		
Gelecek algısı	Erkek	164	3,40	0,65	-1,427	0,155
	Kadın	112	3,54	1,02		
Aile uyumu	Erkek	164	3,43	0,70	-1,542	0,124
	Kadın	112	3,59	1,02		
Kendilik algısı	Erkek	164	3,47	0,71	-0,337	0,737
	Kadın	112	3,50	0,87		
Sosyal yeterlik	Erkek	164	3,64	0,65	-0,926	0,355
	Kadın	112	3,72	0,78		
Sosyal Kaynaklar	Erkek	164	3,59	0,67	3,344	0,001
	Kadın	112	3,29	0,82		

Erkek ve kadın öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları karşılaştırıldığında cinsiyetler arasında fark yoktur ( $p>0,05$ ).

**Tablo 2.** *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin yaşa göre karşılaştırılması*

		n	Ort.	S.S.	F	p
Yapısal Stil	18-22 (1)	80	3,39	0,82	0,180	0,835
	23-27 (2)	95	3,46	0,81		
	27 ve üzeri (3)	101	3,45	0,85		
Gelecek algısı	18-22 (1)	80	3,21 <sup>b</sup>	0,81	7,173	0,001
	23-27 (2)	95	3,45 <sup>ab</sup>	0,76		
	27 ve üzeri (3)	101	3,67 <sup>a</sup>	0,83		
Aile uyumu	18-22 (1)	80	3,58	0,85	0,749	0,474
	23-27 (2)	95	3,46	0,84		
	27 ve üzeri (3)	101	3,43	0,86		
Kendilik algısı	18-22 (1)	80	3,07 <sup>c</sup>	0,70	27,179	<0,001
	23-27 (2)	95	3,43 <sup>b</sup>	0,77		
	27 ve üzeri (3)	101	3,85 <sup>a</sup>	0,66		

Sosyal yeterlik	18-22 (1)	80	3,50	0,70	0,637	0,530
	23-27 (2)	95	3,50	0,80		
	27 ve üzeri (3)	101	3,39	0,73		
Sosyal Kaynaklar	18-22 (1)	80	3,31 <sup>c</sup>	0,75	25,266	<0,001
	23-27 (2)	95	3,63 <sup>b</sup>	0,69		
	27 ve üzeri (3)	101	4,00 <sup>a</sup>	0,51		

Öğretmenlerin yaşa göre psikolojik dayanıklılık karşılaştırıldığında “gelecek algısı” alt boyutunda 27 yaş ve üzeri olanlar 23 ve 27 yaş arasında olanlardan, 23 ve 27 yaş arasında olanlar 18-22 yaş arasında olanlardan daha yüksek puana sahiptir ( $p<0,001$ ).

**Tablo 3.** *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin çalışma yılına göre karşılaştırılması*

		n	Ort.	S.S.	F	p
Yapısal Stil	1-5 yıl	98	3,49	0,85	0,368	0,693
	6-10 yıl	98	3,43	0,80		
	10 yıl ve üzeri	80	3,38	0,83		
Gelecek algısı	1-5 yıl	98	3,47	0,82	0,136	0,873
	6-10 yıl	98	3,42	0,82		
	10 yıl ve üzeri	80	3,48	0,83		
Aile uyumu	1-5 yıl	98	3,25 <sup>b</sup>	0,81	12,680	<0,001
	6-10 yıl	98	3,36 <sup>b</sup>	0,81		
	10 yıl ve üzeri	80	3,82 <sup>a</sup>	0,82		
Kendilik algısı	1-5 yıl	98	3,46	0,77	1,156	0,316
	6-10 yıl	98	3,42	0,77		
	10 yıl ve üzeri	80	3,59	0,79		
Sosyal yeterlik	1-5 yıl	98	3,42 <sup>b</sup>	0,80	3,387	0,035
	6-10 yıl	98	3,35 <sup>ab</sup>	0,73		
	10 yıl ve üzeri	80	3,62 <sup>a</sup>	0,69		
Sosyal Kaynaklar	1-5 yıl	98	3,71	0,70	0,323	0,724
	6-10 yıl	98	3,63	0,74		
	10 yıl ve üzeri	80	3,68	0,68		

Aile uyumu alt boyutunda 10 yıl ve üzeri olanlar diğer yıllardan, sosyal yeterlik alt boyutunda 10 yıl ve üzeri olanlar 1-5 yıl olanlardan daha yüksek puana sahiptir.

**Tablo 4.** *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin medeni duruma göre karşılaştırılması*

		n	Ort.	S.S.	F	p																																																				
Yapısal Stil	Evli	165	3,34	0,80	-2,302	0,022																																																				
	Bekar	111	3,57	0,85			Gelecek algısı	Evli	165	3,51	0,83	1,311	0,191	Bekar	111	3,38	0,81	Aile uyumu	Evli	165	3,54	0,87	1,003	0,317	Bekar	111	3,43	0,82	Kendilik algısı	Evli	165	3,54	0,72	1,559	0,120	Bekar	111	3,39	0,85	Sosyal yeterlik	Evli	165	3,47	0,68	0,041	0,968	Bekar	111	3,47	0,83	Sosyal Kaynaklar	Evli	165	3,73	0,69	1,602	0,110	Bekar
Gelecek algısı	Evli	165	3,51	0,83	1,311	0,191																																																				
	Bekar	111	3,38	0,81			Aile uyumu	Evli	165	3,54	0,87	1,003	0,317	Bekar	111	3,43	0,82	Kendilik algısı	Evli	165	3,54	0,72	1,559	0,120	Bekar	111	3,39	0,85	Sosyal yeterlik	Evli	165	3,47	0,68	0,041	0,968	Bekar	111	3,47	0,83	Sosyal Kaynaklar	Evli	165	3,73	0,69	1,602	0,110	Bekar	111	3,59	0,72								
Aile uyumu	Evli	165	3,54	0,87	1,003	0,317																																																				
	Bekar	111	3,43	0,82			Kendilik algısı	Evli	165	3,54	0,72	1,559	0,120	Bekar	111	3,39	0,85	Sosyal yeterlik	Evli	165	3,47	0,68	0,041	0,968	Bekar	111	3,47	0,83	Sosyal Kaynaklar	Evli	165	3,73	0,69	1,602	0,110	Bekar	111	3,59	0,72																			
Kendilik algısı	Evli	165	3,54	0,72	1,559	0,120																																																				
	Bekar	111	3,39	0,85			Sosyal yeterlik	Evli	165	3,47	0,68	0,041	0,968	Bekar	111	3,47	0,83	Sosyal Kaynaklar	Evli	165	3,73	0,69	1,602	0,110	Bekar	111	3,59	0,72																														
Sosyal yeterlik	Evli	165	3,47	0,68	0,041	0,968																																																				
	Bekar	111	3,47	0,83			Sosyal Kaynaklar	Evli	165	3,73	0,69	1,602	0,110	Bekar	111	3,59	0,72																																									
Sosyal Kaynaklar	Evli	165	3,73	0,69	1,602	0,110																																																				
	Bekar	111	3,59	0,72																																																						

Medeni durum değişkenine göre evliler ile bekârlar arasında farklılık yoktur ( $p>0,05$ ).

## TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Öğretmenler meslekleri gereği öğrencilerle sürekli etkileşim halindedirler. Bu etkileşim beraberinde birtakım sorunları da ortaya çıkara bilmektedir. Bu durum her branş öğretmeni için farklılık göstermekle birlikte bir uygulama dersi olan beden eğitimi dersi için daha değişik boyut kazanmaktadır. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri derslerinde hem konu anlatmakta hem de uygulama yaptırmaktadırlar. Diğer branş öğretmenlerinden farklı olarak beden eğitimi öğretmenleri sportif etkinlikler, okul takımları, resmî törenler, öğrencilerin düzen ve disiplini gibi faaliyetlerde ve uygulamalarda yer almaktadırlar. Bu tür faaliyetler Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin sosyal ve psikolojik durumlarına olumlu ve olumsuz etki edebilmektedir. Bu çalışmada, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin benlik saygılarını hangi değişkenlere göre farklılaşacağı araştırılmıştır.

Yapılan çalışmada erkek ve kadınların psikolojik dayanıklılık alt boyutları arasında sosyal kaynaklar alt boyutunda erkeklerin daha yüksek puana sahip olduğu tespit edilmiştir. Diğer alt boyutlar arasında cinsiyet değişkenine göre farklılık yoktur.



Sezgin (2012), ilköğretim okulu öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıklarını karşılaştırmış cinsiyet, yaş, mesleki kıdem değişkenleri arasında farklılık olmadığını tespit etmiştir. Chan (2003) ve Maddi & ark., (2006), yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkeninin psikolojik dayanıklılığı etkilemediğini ifade etmişlerdir. Cinsiyet değişkenine göre farklılığın oluşmaması Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin benzer durumlardan etkilenmesi ile açıklanabilir. Uçar (2014) ve Yalçın (2013), öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıklarının yüksek olduğunu belirtmiştir. Çetin ve ark., (2015), psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında kişiliğin önemli bir varyansının olduğunu ifade etmişlerdir. Beden eğitimi ve spor branşı yapısı gereği uygulama içeren bir branştır. Öğretmen adaylarının tercih edilmesinde özel yetenek sınavı uygulanmaktadır. Bu sınav daha çok sporcu olanların başarılı olabileceği bir sınavdır. Benzer şekilde eğitim programı da alana yönelik uygulama derslerini içermektedir. Uygulama alanının çok olması ve sporcu olmaları nedeniyle Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıklarının benzer şekilde geliştiği, bu gelişimin erkek ve kadınlar için benzer olduğu tespit edilmiştir. Sosyal kaynaklar alt boyutunda erkekler lehine farklılık oluşması erkek öğretmenlerin daha fazla aktiviteler katılmasıyla ilişkili olabilir. Bitmiş ve ark. (2013), sosyal kaynaklar alt boyutunun sosyal ilişkileri ifade ettiğini belirtmiştir. Bununla birlikte Yalçın ve Saygı (2021), öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıklarının orta düzeyde olduğunu belirtmiştir. Bu durum çalışmada elde ettiğimiz cinsiyetler arası fark oluşmaması ile ilişkili olabilir.

Çalışmada gelecek algısı, kendilik algısı ve sosyal kaynaklar alt boyutunda 27 yaş ve üzerinde olanların daha yüksek psikolojik dayanıklılığa sahip oldukları bulunmuştur. Bozkurt ve Levent (2021), öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıklarını karşılaştırmış, yaşı büyük olan öğretmenlerin yüksek psikolojik dayanıklılık puanlarına sahip olduğunu, sınıf öğretmenleri ile branş öğretmenleri arasında ise psikolojik dayanıklılık bakımından bir farklılık olmadığını ifade etmişlerdir. Öğretmenlerin zamanla birlikte daha fazla tecrübe kazanması, mesleki yeterliliklerinin üst seviyeye çıkması bu durumu ortaya çıkarmış olabilir.

Bozkurt ve Levent (2021), mesleki çalışma yılı 1-5 yıl olanlarla 21 yıl ve üzeri tecrübeye sahip olan öğretmenlerin daha yüksek psikolojik dayanıklılığa sahip olduklarını ifade etmiştir. Bu sonuç çalışmada elde ettiğimiz kıdem yılı yüksek olan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıklarının yüksek olması ile benzerlik göstermektedir. Sönmezer (2015) yaptığı çalışmada benzer sonuçlara ulaşmıştır. Bozgeyikli ve Şat (2015) ve Yalçın (2019), yaptığı çalışmalarda mesleki deneyimin psikolojik dayanıklılığı olumlu yönde etkilediğini ifade etmiştir. Bu durumun ortaya çıkmasında mesleğe yeni başlayan öğretmenlerin işlerine olan ilgi ve gelecek beklentilerinin yüksek olması ile ilişkili olabileceği gibi yüksek çalışma yılına sahip öğretmenlerin oluşturdukları deneyimin, olgunlaşma ile birlikte psikolojik dayanıklılığa etki etmesi ile açıklanabilir. Çalışma yılı ve yaşı yüksek olan öğretmenler tecrübelerini olumlu aktarım yaparak psikolojik dayanıklılık seviyelerinin yüksek olmasını

sağlamış olabilir. Her meslekte olduğu gibi öğretmenlik mesleğinde de tecrübe çok önemlidir. Mesleğe yeni başlayan öğretmenler tecrübe eksikliğine karşı birtakım sorunlar yaşayabilir. Mesleki tecrübenin artması ile karşılaşılan sorunların aşılması daha kolay olmakta, bu da psikolojik dayanıklılığa olumlu etki yapmaktadır.

Psikolojik dayanıklılık değişkenlere göre farklılık gösterebilir. Çalışmada elde ettiğimiz medeni durum değişkenine göre yapısal stil alt boyutunda evli olanların puanlarının yüksek olması bu durumla benzerdir. Tümlü & Receptoğlu (2013), akademisyenlerin psikolojik dayanıklılıklarını incelediği çalışmasında cinsiyet, yaş, medeni duruma göre psikolojik dayanıklılığın farklılaşmadığını ifade etmiştir. Yılmaz (2017), medeni durumun psikolojik dayanıklılığı etkilemediğini ifade ederken Nurhat (2017), evli olanların psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek olduğunu ifade etmiştir. Karataş (2016), yaptığı çalışma sonucunda, bekâr özel eğitim öğretmenlerinin evli bekâr öğretmenlere göre psikolojik dayanıklılık düzeylerini daha yüksek bulmuştur. Bitmiş ve ark. (2013), yapısal stil alt boyutunun bireyin günlük işlerini sürdürebilme, planlama ve organize edebilme yeteneği ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Evli olan öğretmenlerin hayatlarındaki düzenin bu duruma etki ettiği söylenebilir.

Yapılan çalışma sonucunda Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıklarının alt boyutlarının değişkenlere göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Yaş ve spor yılı değişkenine göre daha yüksek çalışma yılına ve yaşa sahip olan öğretmenler daha yüksek psikolojik dayanıklılık puanına sahip bulunmuştur. Bu durumun tecrübe ve meslekte elde edilen kazanımların olumlu aktarımı ile oluştuğu söylenebilir.

### Çıkar Çatışması

Makalenin yazarlarının çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

### Yazar Katkı Oranları

Çalışmanın Tasarlanması (Design of Study): HK (%50), MS (%50)

Veri Toplanması (Data Acquisition): HK (%50), MS (%50)

Veri Analizi (Data Analysis): HK (%100)

Makalenin Yazımı (Writing Up): HK (%50), MS (%50)

Makalenin Gönderimi ve Revizyonu (Submission and Revision): HK (%100)

## KAYNAKLAR

- Akyol, P. (2023). Futbolcuların psikolojik dayanıklılıklarının incelenmesi. *Journal of ROL Sport Sciences*, 4(3), 996-1009.
- Basim, H. N., & Çetin, F. (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-114.
- Bitmiş, M. G., Sökmen, A., Turgut, H. (2013). "Psikolojik Dayanıklılığın Tükenmişlik Üzerine Etkisi: Örgütsel Özdeşleşmenin Aracılık Rolü", *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 15(2), 27-40.
- Bozgeyikli, H., & Şat, A. (2015). Öğretmenlerde Psikolojik Dayanıklılık ve Örgütsel Vatandaşlık Davranışlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi: Özel Okul Örneği. *Hak İş Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 3(5), 172-191.
- Bozkurt, D. & Levent, F. (2021). Öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık ile Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişki. *OPUS International Journal of Society Researches*, 18 (44) , 7968-8000 . DOI: 10.26466/opus.937692
- Chan, D. W. (2003). Hardiness and its role in the stres-burnout relationship among prospective Chinese teachers in Hong Kong. *Teaching and Teacher Education*, 19, 381-395.
- Çetin, F., Yeloğlu, H. O., & Basim, H. N. (2015). Psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında beş faktör kişilik özelliklerinin rolü: Bir kanonik ilişki analizi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(75), 81-92.
- Çetin, E. (2019). Öğretmenlerin psikolojik dayanıklılığı ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erim, V., & Küçük, H. (2017). Farklı kategorideki kadın milli boksörlerin psikolojik dayanıklılıklarının karşılaştırılması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(1), 147-154.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological Resilience: A Review and Critique of Definitions, concepts, and Theory. *European Psychologist*, 18(1), 12-23
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H., & Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: what are the central protective resources behind healthy adjustment?. *International journal of methods in psychiatric research*, 12(2), 65-76.
- Friborg O, Barlaug D, Martinussen M ve ark. (2005) Resilience in Relation to Personality and Intelligence. *Int J Methods Psychiatr Res*, 14(1):29-42.
- Hunter AJ (2001) A Cross-cultural Comparison of Resilience in Adolescents. *J Pediatr Nurs*, 16:172-179.
- Karacaoğlu, K., & Köktaş, G. (2016). Psikolojik dayanıklılık ve psikolojik iyi olma ilişkisinde iyimserliğin aracı rolü: Hastane çalışanları üzerine bir araştırma. *İş ve İnsan Dergisi*, 3(2), 119-127.
- Karataş, R. (2016). Özel Eğitim Okullarında Çalışan Öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara, Hacettepe Üniversitesi.
- Maddi, S. R., Harvey, R. H., Khoshaba, D. M., Lu, J. L., Persico, M., & Brow, M. (2006). The personality construct of hardiness, III: Relationships with repression, innovativeness, authoritarianism, and performance. *Journal of Personality*, 74(2), 575-598.
- McEwen, K. (2011). Building resilience at work. Australia: Australian Academic Press.
- Nurhat, T. (2017). Özel eğitimde çalışan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Polatçı, S. (2014). "Psikolojik Sermayenin Görev ve Bağlamsal Performans Üzerindeki Etkileri: Polis Teşkilatında Bir Araştırma", *Ege Akademik Bakış*, 14 (1), 115-124
- Sezgi n, F. (2012). İlköğretim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(2), 489-502.
- Sönmezler, B. (2015). Öğretmenlerin tükenmişlik ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Tusaie K, Dyer J (2004) Resilience: A Historical Review of the Construct. *Holist Nurs Pract*, 18:3-8
- Tümlü, G. Ü., & Receptoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (3), 205-213.
- Uçar, T. (2014). Özel eğitim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin ve mesleki sosyal destek düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yalçın, S. (2013). İlköğretim okulu öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile stres, psikolojik dayanıklılık ve akademik iyimserlik arasındaki ilişki. (Yüksek lisans tezi). *Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Ankara.
- Yalçın, S. (2019). Öğretmenlerin pozitif psikolojik sermaye düzeylerinin incelenmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(1), 13-26.

- Yalçın, S. & Saygi, E. (2021). Ortaokullarda Görev Yapan Öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık, Örgütsel Muhalefet ve Örgütsel Sessizlik Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Anadolu University Journal of Education Faculty*, 5 (4), 402-426 . DOI: 10.34056/aujef.928300
- Yılmaz, F. (2017). Kamu Personeli Seçme Sınavına (KPSS) hazırlanan öğretmen adaylarının sınav kaygısına bağlı olarak tükenmişlik düzeyi ve psikolojik dayanıklılıkları. (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

## EXAMINING THE PSYCHOLOGICAL RESILIENCE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHERS

### ABSTRACT

This study investigates the psychological resilience of physical education and sports teachers. 276 physical education and sports teachers participated in the study. Of the participants, 164 were men, and 112 were women. The Adult Resilience Scale was used as a data collection tool in the study. T-test was used to compare paired groups, ANOVA was used for comparing more than three groups, and the Tukey comparison test was used to determine the direction of the difference in cases where there was a difference. As a result of the analysis, there was a difference in favour of men in the social resources sub-dimension according to the marital status variable. In contrast, no difference was found in the other sub-dimensions. According to the age variable, a difference was detected between those aged 27 and over in the future perception sub-dimension, and those aged 18-22 in the self-perception and social resources sub-dimension, between those aged 27 and over, 23-27 years old and 18-22 age groups. According to the working year variable, employees who have worked for ten years or more have higher scores than those who have worked for 1-5 years and 6-10 years in the family harmony and social competence sub-dimensions. According to the findings, it can be stated that working years and age have a positive effect on psychological resilience. According to the age and sports years variables, teachers with higher working years and years were found to have higher psychological resilience scores. It can be said that this situation occurs with the positive transfer of experience and gains obtained in the profession.

**Keywords:** Physical Education, Resilience, Sports, Teachers.



## BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIKLARININ İNCELENMESİ

### ÖZ

Bu çalışmanın amacı Beden eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıklarının araştırılmasıdır. Çalışmaya 276 Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni katılmıştır. Katılımcıların 164 kişisi erkek, 112 kişisi kadındır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği kullanılmıştır. İkili grupların karşılaştırılmasında t testi, üçten fazla grup karşılaştırmasında ANOVA, farklılık olduğu durumlarda farklılığın yönünü belirlemek için Tukey karşılaştırma

testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda medeni durum değişkenine göre sosyal kaynaklar alt boyutunda erkekler lehine farklılık bulunurken diğer alt boyutlarda farklılığa rastlanmamıştır. Yaş değişkenine göre gelecek algısı alt boyutunda 27 yaş ve üzeri olanlar 18-22 yaş olanlardan kendilik algısı ve sosyal kaynaklar alt boyutunda 27 yaş ve üzeri, 23-27 yaş ve 18-22 yaş grupları arasında farklılık tespit edilmiştir. Çalışma yılı değişkenine göre aile uyumu ve sosyal yeterlik alt boyutlarında 10 yıl ve üzeri çalışanlar 1-5 yıl ve 6- 10 yıl çalışanlardan daha yüksek puana sahiptir. Elde edilen bulgulara göre çalışma yılı ve yaşın psikolojik dayanıklılığa olumlu etkisi olduğu ifade edilebilir. Yaş ve spor yılı değişkenine göre daha yüksek çalışma yılına ve yaşa sahip olan öğretmenler daha yüksek psikolojik dayanıklılık puanına sahip bulunmuştur. Bu durumun tecrübe ve meslekte elde edilen kazanımların olumlu aktarımı ile oluştuğu söylenebilir.

**Anahtar Sözcükler:** Beden Eğitimi, Öğretmenler, Psikolojik Dayanıklılık, Spor.



## INTRODUCTION

Nowadays, people are exposed to many stimuli, both physical and psychological. The physical and psychological endurance of a person in the face of daily events will take the individual further in clinging to life and achieving success. In this respect, Hunter (2001) defines psychological resilience as a process of success and adaptation. Another expression for psychological resilience is the adaptation process of people to situations such as traumas, family problems, health problems, and financial situations (Tusaie & Dyer, 2004).

It is stated that the process referred to as the intertwining of individual and environmental characteristics creates resilience. The environment and conditions an individual lives shape his/her life struggle and perspective. The individual is a being that adapts very quickly to the environment in which s/he lives. While living conditions determine our characteristics, they are also transmitted to other generations through genes. This statement reminds us that we are born with a certain level of psychological resilience (McEwen, 2011). Additionally, psychological resilience varies from person to person depending on environmental factors and personal characteristics (Fletcher et al., 2013). Psychological resilience refers to the individual's resistance to positive and negative environmental events (Polatçı, 2014; Erim & Küçük, 2017). It has been reported that as the level of psychological resilience increases, positive approaches to coping with stress are used more, and the use of helpless and submissive approaches decreases (Çetin, 2019; Akyol, 2023).

It is known that individuals with psychologically solid resilience are more resistant to life conditions. In this regard, Karacaoğlu and Köktaş (2016) stated that the

psychological resilience of employees affects their psychological well-being levels in a positive and significant way.

Friborg et al. (2003) divided psychological resilience into five dimensions. These five dimensions include personal power, structural style, social competence, family harmony, and social resources. Later, in 2005, they stated that the personal power sub-dimension was divided into “self-perception” and “future perception” and gave the scale its final form with six dimensions. Self-perception deals with a person’s awareness of himself/herself and his/her thoughts about who s/he is. Future perception is a concept that includes a positive perspective towards the future (Çetin & Basım, 2011). The concept of social competence refers to participation in social activities. The individual’s adaptation to the social environment and extroversion are related to this sub-dimension. Structural style involves carrying out daily tasks while expressing the ability to organize and plan. The concept that expresses the support received from family members refers to family harmony. The sub-dimension that indicates the social relationships a person has is the social resources sub-dimension (Bitmiş et al., 2013).

Being psychologically intense can be influenced by different variables such as environment, lifestyle, health problems, family environment, economic conditions, and physical characteristics. Physical education and sports teachers are constantly on the move due to the content of the course and the expectations of the students. This mobility and activities also cause some issues. The physical contact of students in sports competitions and whether they can bear the feelings of winning and losing leave the teacher alone with many problems. However, the lack of adequate physical conditions in every school in our country and the perspective of students, school administration, other teachers, families, the press, and society towards physical education lessons puts teachers in a psychologically difficult situation. This situation leads to the conclusion that physical education teachers must have stronger psychological resilience than other branch teachers.

This study focused on which factors influence physical education and sports teachers rather than the developmental and environmental effects of psychological resilience. The study aims to investigate the psychological resilience of physical education teachers according to demographic factors such as age, years of work, gender, and marital status.

## METHOD

### Participants

A total of 276 physical education and sports teachers, 164 male and 112 female, participated in the study.

### Data Collection Tools

The psychological Resilience Scale for Adults, developed by Friborg et al. (2005), and conducted Turkish validity and reliability by Basım and Çetin (2011), was used as the data collection tool. In the scale, 'structural style' (3,9,15,21) and 'future perception' (2,8,14,20) have 4 items each; 'family harmony' (5,11,17,23,26,32), 'self-perception' (1,7,13,19,28,31,) and 'social competence' (4,10,16,22, 25,29) are measured with 6 items each and 'social resources' (6,12,18,24,27,30,33) is measured with 7 items.

### Analysis of Data

T-test was used to compare gender and marital status variables, ANOVA was used to compare age and working year variables, and Tukey's multiple comparison test was used to determine the direction of the difference in cases where there was a difference.

### Ethical Approval

In this study, all the rules specified within the scope of the "Scientific Research and Publication Ethics of Higher Education Institutions" were strictly abided.

Ethical Committee: Ethical Committee of Social Sciences and Humanities Date of decision: 28.04.2023

Ethical Approval No: 2023/364.



## RESULTS

The findings obtained in the study are presented in tables.

**Table 1.** Comparison of physical education and sports teachers by gender.

		n	Mean	SD	F	p
Structured Style	Man	164	3.44	0.76	0.197	0.844
	Woman	112	3.42	0.91		
Perception of Future	Man	164	3.40	0.65	-1.427	0.155
	Woman	112	3.54	1.02		
Family Cohesion	Man	164	3.43	0.70	-1.542	0.124
	Woman	112	3.59	1.02		
Perception of Self	Man	164	3.47	0.71	-0.337	0.737
	Woman	112	3.50	0.87		
Social Competence	Man	164	3.64	0.65	-0.926	0.355
	Woman	112	3.72	0.78		
Social Resource	Man	164	3.59	0.67	3.344	0.001
	Woman	112	3.29	0.82		

When the psychological resilience of male and female teachers is compared, there is no difference between genders ( $p > 0.05$ ).

**Table 2.** Comparison of physical education and sports teachers by age.

		n	Mean	SD	F	p
Structured Style	18-22 years	80	3.39	0.82	0.180	0.835
	23-27 years	95	3.46	0.81		
	27 years and over	101	3.45	0.85		
Perception of Future	18-22 years	80	3.21 <sup>b</sup>	0.81	7.173	0.001
	23-27 years	95	3.45 <sup>ab</sup>	0.76		
	27 years and over	101	3.67 <sup>a</sup>	0.83		
Family Cohesion	18-22 years	80	3.58	0.85	0.749	0.474
	23-27 years	95	3.46	0.84		
	27 years and over	101	3.43	0.86		
Perception of Self	18-22 years	80	3.07 <sup>c</sup>	0.70	27.179	<0.001
	23-27 years	95	3.43 <sup>b</sup>	0.77		
	27 years and over	101	3.85 <sup>a</sup>	0.66		

Social Competence	18-22 years	80	3.50	0.70		
	23-27 years	95	3.50	0.80	0.637	0.530
	27 years and over	101	3.39	0.73		
Social Resource	18-22 years	80	3.31 <sup>c</sup>	0.75		
	23-27 years	95	3.63 <sup>b</sup>	0.69	25.266	<0.001
	27 years and over	101	4.00 <sup>a</sup>	0.51		

When the psychological resilience of teachers is compared according to age, those aged 27 and over have higher scores than those aged between 23 and 27, and those aged between 23 and 27 have higher scores than those aged between 18-22 in the “perception of the future” sub-dimension ( $p < 0.001$ ).

**Table 3.** Comparison of physical education and sports teachers according to working years

		<b>n</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
Structured Style	1-5 years	98	3.49	0.85		
	6-10 years	98	3.43	0.80	0.368	0.693
	10 years and +	80	3.38	0.83		
Perception of Future	1-5 years	98	3.47	0.82		
	6-10 years	98	3.42	0.82	0.136	0.873
	10 years and +	80	3.48	0.83		
Family Cohesion	1-5 years	98	3.25 <sup>b</sup>	0.81		
	6-10 years	98	3.36 <sup>b</sup>	0.81	12.680	<0.001
	10 years and +	80	3.82 <sup>a</sup>	0.82		
Perception of Self	1-5 years	98	3.46	0.77		
	6-10 years	98	3.42	0.77	1.156	0.316
	10 years and +	80	3.59	0.79		
Social Competence	1-5 years	98	3.42 <sup>b</sup>	0.80		
	6-10 years	98	3.35 <sup>ab</sup>	0.73	3.387	0.035
	10 years and +	80	3.62 <sup>a</sup>	0.69		
Social Resource	1-5 years	98	3.71	0.70		
	6-10 years	98	3.63	0.74	0.323	0.724
	10 years and +	80	3.68	0.68		

Those who have been working for 10 years or more have higher scores than other years in the family harmony sub-dimension and in the social competence sub-dimension, those who have been working for 10 years or more have higher scores than those who have been working for 1-5 years.

**Table 4.** Comparison of physical education and sports teachers according to marital status

		n	Mean	S.S.	F	p
Structured style	Married	165	3,34	0,80	-2,302	0,022
	Single	111	3,57	0,85		
Perception of future	Married	165	3,51	0,83	1,311	0,191
	Single	111	3,38	0,81		
Family cohesion	Married	165	3,54	0,87	1,003	0,317
	Single	111	3,43	0,82		
Perception of self	Married	165	3,54	0,72	1,559	0,120
	Single	111	3,39	0,85		
Social competence	Married	165	3,47	0,68	0,041	0,968
	Single	111	3,47	0,83		
Social resource	Married	165	3,73	0,69	1,602	0,110
	Single	111	3,59	0,72		

There is no difference between married and single participants according to the marital status variable ( $p>0.05$ ).

## DISCUSSION, CONCLUSION AND RECOMMENDATIONS

Teachers are in constant interaction with students due to their profession. This interaction may also bring along some issues. Although this situation varies for each branch teacher, it gains a different dimension for the physical education course, which is a practical course. Physical education and sports teachers both explain the subject and make practice in their lessons. Unlike other branch teachers, physical education teachers participate in activities and practices such as sports events, school teams, official ceremonies, and the order and discipline of students. Such activities can have positive and negative effects on the social and psychological states of physical education and sports teachers. This study investigated according to which variables the self-esteem of physical education and sports teachers would differ.

In the study, it was determined that men and women had higher scores in the social resources sub-dimension of the psychological resilience sub-dimensions. There is no difference between other sub-dimensions according to gender.

Sezgin (2012) compared the psychological resilience of primary school teachers and found no difference between gender, age, and professional seniority variables. Chan (2003) and Maddi et al. (2006) stated that gender did not affect psychological resilience in their study. The fact that there is no difference according to the gender variable can be explained by the fact that physical education and sports teachers are affected by similar situations. Uçar (2014) and Yalçın (2013) stated that teachers have high psychological resilience. Çetin et al. (2015) stated that personality is essential in explaining psychological resilience. The physical education and sports branch is a branch that involves practice due to its structure. A particular aptitude test is applied to the preferences of prospective teachers. This exam is an exam where most athletes can be successful. Similarly, the education program includes practical courses for the field. It was determined that the psychological resilience of physical education and sports teachers developed similarly since they have many practice areas where they are athletes and that this development was similar for men and women. The difference in favor of men in the social resources sub-dimension may be related to the fact that male teachers participate in more activities. Bitmiş et al. (2013) stated that the social resources sub-dimension refers to social relationships. In addition, Yalçın and Saygı (2021) stated that teachers' psychological resilience is at a moderate level. This may be related to the fact that there was no difference between genders in this study.

In the study, it was found that those aged 27 and over had higher psychological resilience in the future perception, self-perception, and social resources sub-dimensions. Bozkurt and Levent (2021) compared the psychological resilience of teachers and stated that older teachers had high psychological resilience scores and that there was no difference in terms of psychological resilience between classroom teachers and branch teachers. This situation may have arisen because teachers gained more experience over time, and their professional qualifications increased to a higher level.

Bozkurt and Levent (2016) stated that teachers with 1-5 years of professional work experience and 21 years or more experience have higher psychological resilience. This result is similar to the high psychological resilience of teachers with high seniority in our study. Sönmezer (2015) reached similar results in his study. Bozgeyikli and Şat (2015) and Yalçın (2019) stated in their studies that professional experience positively affects psychological resilience. The emergence of this situation might be related to the high interest and future expectations of teachers who are new to the profession, and it can be explained by the fact that the experience created by teachers with high working years affects psychological resilience with maturation. Teachers with high working years of age may have ensured that their psychological resilience levels were high by transferring their experiences positively. As in every profession, experience is significant in the teaching profession. Teachers who are new to the profession may experience some problems due to lack

of experience. With the increase in professional experience, it is easier to overcome the problems encountered, which has a positive effect on psychological resilience.

Psychological resilience may differ according to variables. According to the marital status variable we obtained in the study, the high scores of married people in the structural style sub-dimension are similar to this situation. Tümlü and Repeođlu (2013) examined the psychological resilience of academicians and stated that psychological resilience did not differ according to gender, age, and marital status. Yilmazer (2017) stated that marital status does not affect psychological resilience, while Nurhat (2017) stated that married people have higher psychological resilience. Karataş (2016) found that single special education teachers had higher levels of psychological resilience than married special education teachers. Bitmiş et al. (2013) stated that the structural style sub-dimension is related to the individual's ability to maintain, plan, and organize daily work. It can be said that the order in the lives of married teachers affects this situation.

As a result of the study, it was determined that the sub-dimensions of the psychological resilience of physical education and sports teachers differed according to the variables. According to the variables of age and years of sport, teachers with higher working years were found to have higher psychological resilience scores. This situation is formed by the positive transfer of experience and gains obtained in the profession.

### **Conflict of Interest**

There is no personal or financial conflict of interest between the authors of the article within the scope of the study.

### **Author Contributions**

Design of Study: HK (50%), MS (50%)

Data Acquisition: HK (50%), MS (50%)

Data Analysis: HK (100%)

Writing Up: HK (50%), MS (50%)

Submission and Revision: HK (100%)

## REFERENCES

- Akyol, P. (2023). Futbolcuların psikolojik dayanıklılıklarının incelenmesi. *Journal of ROL Sport Sciences*, 4(3), 996-1009.
- Basim, H. N., & Çetin, F. (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-114.
- Bitmiş, M. G., Sökmen, A., Turgut, H. (2013). "Psikolojik Dayanıklılığın Tükenmişlik Üzerine Etkisi: Örgütsel Özdeşleşmenin Aracılık Rolü", *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 15(2), 27-40.
- Bozgeyikli, H., & Şat, A. (2015). Öğretmenlerde Psikolojik Dayanıklılık ve Örgütsel Vatandaşlık Davranışlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi: Özel Okul Örneği. *Hak İş Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 3(5), 172-191.
- Bozkurt, D. & Levent, F. (2021). Öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık ile Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişki. *OPUS International Journal of Society Researches*, 18 (44) , 7968-8000 . DOI: 10.26466/opus.937692
- Chan, D. W. (2003). Hardiness and its role in the stress-burnout relationship among prospective Chinese teachers in Hong Kong. *Teaching and Teacher Education*, 19, 381-395.
- Çetin, F., Yeloğlu, H. O., & Basim, H. N. (2015). Psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında beş faktör kişilik özelliklerinin rolü: Bir kanonik ilişki analizi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(75), 81-92.
- Çetin, E. (2019). Öğretmenlerin psikolojik dayanıklılığı ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erim, V., & Küçük, H. (2017). Farklı kategorideki kadın milli boksörlerin psikolojik dayanıklılıklarının karşılaştırılması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(1), 147-154.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological Resilience: A Review and Critique of Definitions, concepts, and Theory. *European Psychologist*, 18(1), 12-23
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H., & Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: what are the central protective resources behind healthy adjustment?. *International journal of methods in psychiatric research*, 12(2), 65-76.
- Friborg O, Barlaug D, Martinussen M ve ark. (2005) Resilience in Relation to Personality and Intelligence. *Int J Methods Psychiatr Res*, 14(1):29-42.
- Hunter AJ (2001) A Cross-cultural Comparison of Resilience in Adolescents. *J Pediatr Nurs*, 16:172-179.
- Karacaoğlu, K., & Köktaş, G. (2016). Psikolojik dayanıklılık ve psikolojik iyi olma ilişkisinde iyimserliğin aracı rolü: Hastane çalışanları üzerine bir araştırma. *İş ve İnsan Dergisi*, 3(2), 119-127.
- Karataş, R. (2016). Özel Eğitim Okullarında Çalışan Öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara, Hacettepe Üniversitesi.
- Maddi, S. R., Harvey, R. H., Khoshaba, D. M., Lu, J. L., Persico, M., & Brow, M. (2006). The personality construct of hardiness, III: Relationships with repression, innovativeness, authoritarianism, and performance. *Journal of Personality*, 74(2), 575-598.
- McEwen, K. (2011). Building resilience at work. Australia: Australian Academic Press.
- Nurhat, T. (2017). Özel eğitimde çalışan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Polatçı, S. (2014). "Psikolojik Sermayenin Görev ve Bağlamsal Performans Üzerindeki Etkileri: Polis Teşkilatında Bir Araştırma", *Ege Akademik Bakış*, 14 (1), 115-124
- Sezgin, F. (2012). İlköğretim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(2), 489-502.
- Sönmezer, B. (2015). Öğretmenlerin tükenmişlik ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Tusaie K, Dyer J (2004) Resilience: A Historical Review of the Construct. *Holist Nurs Pract*, 18:3-8
- Tümlü, G. Ü., & Reçepoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (3), 205-213.
- Uçar, T. (2014). Özel eğitim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin ve mesleki sosyal destek düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yalçın, S. (2013). İlköğretim okulu öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile stres, psikolojik dayanıklılık ve akademik iyimserlik arasındaki ilişki. (Yüksek lisans tezi). *Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Ankara.
- Yalçın, S. (2019). Öğretmenlerin pozitif psikolojik sermaye düzeylerinin incelenmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(1), 13-26.

- Yalçın, S. & Saygı, E. (2021). Ortaokullarda Görev Yapan Öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık, Örgütsel Muhalefet ve Örgütsel Sessizlik Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Anadolu University Journal of Education Faculty* , 5 (4) , 402-426 . DOI: 10.34056/aujef.928300
- Yılmazer, F. (2017). Kamu Personeli Seçme Sınavına (KPSS) hazırlanan öğretmen adaylarının sınav kaygısına bağlı olarak tükenmişlik düzeyi ve psikolojik dayanıklılıkları. (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.