



ISPARTA

**REHBERLİK VE ARAŞTIRMA
MERKEZİ**

**ÖĞRETMEN VE
VELİLERİN PANDEMİ
SÜRECİNE İLİŞKİN
PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK
DÜZEYLERİNİN
İNCELENMESİ**

Isparta-2021

ISPARTA REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Bölümü

Hazırlayan

Anıl KELEŞ

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Bölüm Başkanı

Sultan ŞİMŞEK

Rehber Öğretmen-Psikolojik Danışman

Bölüm I

Giriş

2019 yılı sonuyla birlikte tüm dünyada, 2020 Mart ayından itibaren ise ülkemizde etkisini gösteren koronavirüs salgınının, tüm insanlık üzerinde gerek ekonomik, gerek sosyal, gerekse psikolojik olarak çarpıcı sonuçları olmuştur. Bu süreçte ülkeler, salgının önünü alabilmek için ciddi kısıtlamalara başvurmuş, insanlar sosyal yaşantılarını daraltmak zorunda kalmıştır. Özellikle bu dönemde hayatın vazgeçilmezi olan okullarımız da gerekli tedbirleri uygulayarak, uzaktan eğitim modeli üzerinden öğrencilerin eğitimsel ihtiyaçlarını telafi etmeye çalışmıştır. Ortaya çıkan bu olağanüstü durumun ülkemiz genelindeki tüm öğrenci, öğretmen ve velileri olumsuz etkilediği düşünülmektedir. Bu düşünceden hareketle Isparta ili genelinde pandemi sürecinin yarattığı etkileri ele almak, öğrenci, öğretmen ve velilerimizin bu sürece dair yaşantılarını yansıtabilmek ve bundan sonrasında geliştirilecek normalleşme adımlarına dair ilimiz özeli için bazı öneriler geliştirebilmek amacıyla Isparta Rehberlik ve Araştırma Merkezi olarak çeşitli araştırmalar yapılması planlanmıştır. Planlanan araştırmalar öğrenci, öğretmen ve velilerimizi kapsayıcı nitelikte yapılandırılmış olup, öğrencilerimizin pandemi sürecine ilişkin öznel iyi oluş ve eğitim stresi düzeylerine; öğretmen ve velilerimizin ise pandemi sürecine dair psikolojik sağlık durumlarına odaklanılmıştır.

Psikolojik sağlık, insanların karşılaştığı zorlayıcı yaşantılar karşısında vazgeçme ya da mücadele etme tepkileri bağlamında ortaya çıkmaktadır (Topcu ve Demircioğlu, 2020). Pozitif psikolojinin gelişimiyle yoğunlaşan bu kavram, genel olarak zorluklarla veya travmatik yaşantılarla baş edebilme becerilerini içermektedir (Bonanna, 2004: akt. Topcu ve Demircioğlu, 2020). Zorlu bir süreç olarak ifade edilebilecek pandemi sürecinin öğretmenlerimiz ve velilerimiz bağlamında ele alınması bu araştırmanın temel motivasyonudur. Psikolojik sağlık düzeylerinin ele alındığı bu çalışmada öğretmen ve velilerden oluşan iki farklı çalışma grubundan veri toplanmıştır. Farklı araştırma gruplarıyla yapılan çalışmalar, benzer ölçüt ve değişkenler üzerinden değerlendirme yapılabilmesi amacıyla tek bir araştırma raporu içeriğinde birleştirilmiştir. Öğretmenlerin psikolojik sağlık düzeylerine ilişkin yapılan çalışmada cinsiyet, branş, çalışılan okul türü, algılanan kaygı durumu, algılanan mutluluk düzeyi ve pandeminin geleceğine ilişkin görüşler değişkenler olarak belirlenmiştir. Velilerimiz de ise cinsiyet, çocuğunun devam ettiği okul kademesi, eğitim durumu, algılanan kaygı durumu, algılanan mutluluk düzeyi ve pandeminin geleceğine ilişkin görüşleri temel alınmıştır.

Yöntem

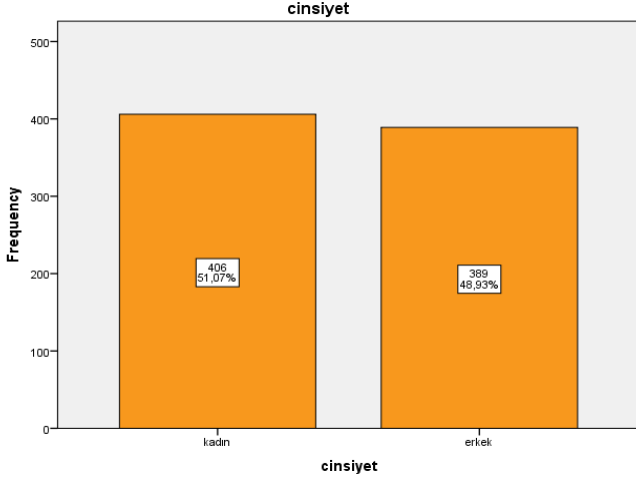
Araştırma Modeli ve Çalışma Grubu

Bu çalışmada betimsel tarama yöntemi kullanılmıştır. Öğretmen çalışma grubu, 2020-2021 Eğitim Öğretim yılında Isparta ili genelinde farklı kurumlarda çalışan 795 öğretmenden; veli çalışma grubu ise Isparta'da en az bir çocuğu herhangi bir okul kademesine devam eden 1940 öğrenci velisinden

oluşmaktadır. Veri toplama süreci meb.anket.gov.tr platformu üzerinden yapıldığı için örneklemin oluşturulmasında kolay ulaşılabilirlik ve gönüllülük ilkeleri göz önünde bulundurulmuştur. Araştırma grubunu oluşturan öğretmen ve veliler ait bilgiler karşılaştırmalı olarak sırayla sunulmuştur.

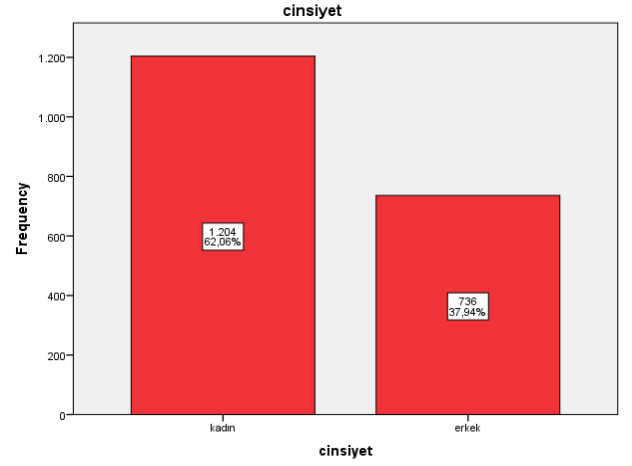
Katılımcılara Ait Özellikler

Öğretmen



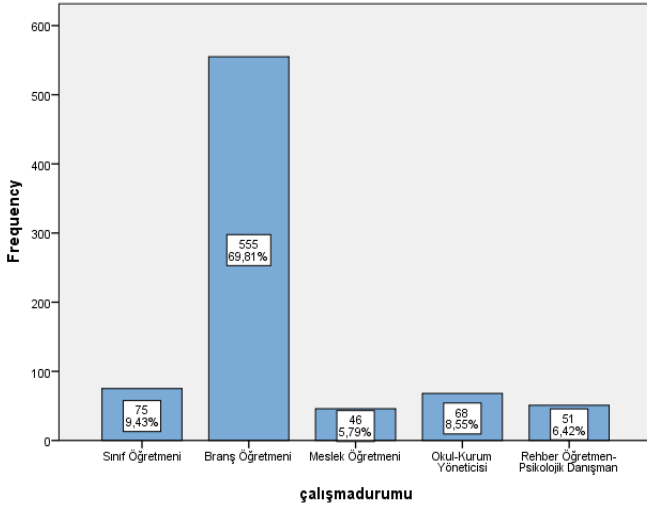
Araştırmaya katılan öğretmenlerin %51,07'si (406 kişi) kadın, %48,93'ü (389 kişi) erkektir.

Veli



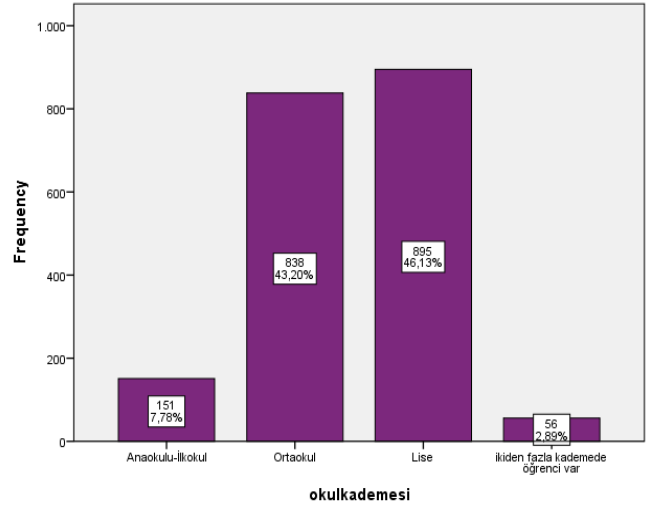
Araştırmaya katılan velilerin %62,06'sı (1204 kişi) kadın, %37,94'ü (736 kişi) erkektir.

çalışmadurumu



Araştırmaya katılan öğretmenlerin %9,43'ü (75 kişi) sınıf öğretmeni, %69,81'i (555 kişi) branş öğretmeni, %5,79'u (46 kişi) meslek lisesi meslek öğretmeni, %8,55'i (68 kişi) okul-kurum yöneticisi ve %6,42'si (51 kişi) rehber öğretmen-psikolojik danışmandır.

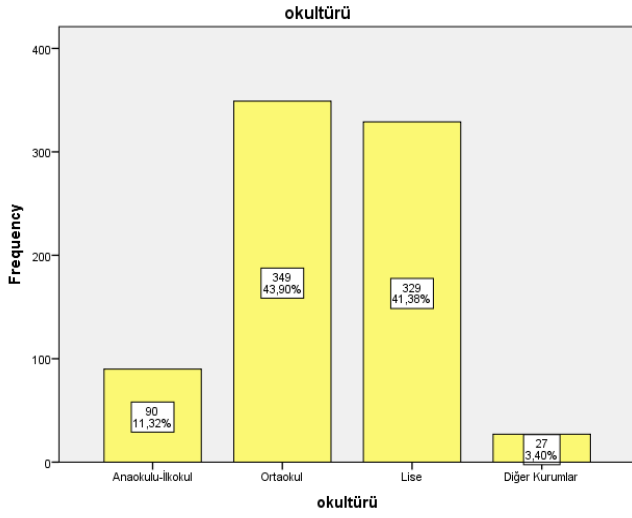
okulkademesi



Araştırmaya katılan velilerimizin %7,78'sinin çocuğu anaokulu-ilkokul kademesinde, %43,20'sinin çocuğu ortaokul kademesinde, %46,13'ünün çocuğu ortaöğretim kademesinde eğitimine devam etmektedir. %2,89'unun ise birden fazla çocuğu iki farklı kademe eğitimini sürdürmektedir.

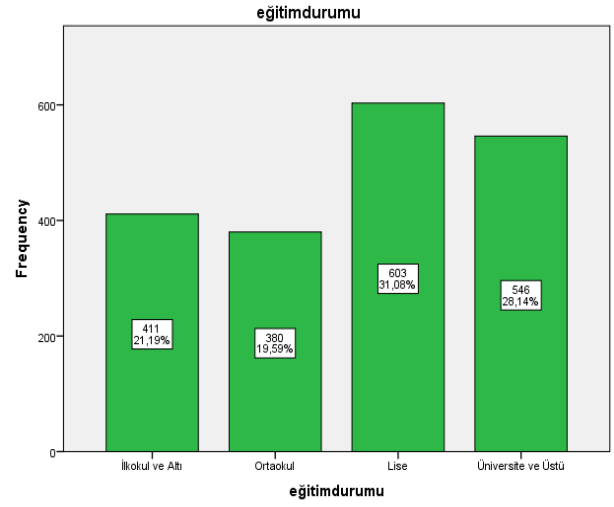
Katılımcılara Ait Özellikler

Öğretmen



Araştırmaya katılan öğretmenlerin %11,32'si (90 kişi) anaokulu-ilkokul kademesinde, %43,90'ı (349 kişi) ortaokul kademesinde, %41,38'i (329 kişi) ortaöğretim kademesinde, %3,40'ı (27 kişi) ise RAM, Halk Eğitim, BİLSEM gibi diğer kurumlarda çalışmaktadır.

Veli



Araştırmaya katılan velilerin %21,19'u (411 kişi) ilkököl ve altı; %19,59'u (380 kişi) ortaokul; %31,08'i (603 kişi) lise ve %28,14'ü (546 kişi) üniversite ve üstü eğitim durumuna sahiptir.

Veri Toplama Araçları ve Veri Analizi

Verilerin toplanmasında, Doğan (2015) tarafından Türk kültürüne uyarlaması yapılan *Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği* ve kurum tarafından geliştirilen *Kişisel Bilgi Formu* kullanılmıştır. Uygulama süreci meb.anket.gov.tr platformu üzerinden yürütülmüş ve bir hafta sürdürülmüştür. Verilerin analizinde SPSS 22.0 paket programı kullanılmış olup, öğretmen ve velilerin elde edilen veriler ayrı ayrı ele alınmıştır. Öncelikle öğretmen ve velilerin psikolojik sağlık düzeylerine ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir. İstatistiksel işlemlerden önce puanların normalliği kontrol edilmiş, her iki çalışma grubuna ait veri setinin de normal bir dağılım sergilediği tespit edildikten sonra parametrik teknikler olan t testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi teknikleri ile analizler gerçekleştirilmiştir.

Bölüm II

Bulgular

Verilerin analizi sonucunda ulaşılan bulgular sırayla paylaşılmıştır. Öncelikle hem öğretmen hem de velilere ait psikolojik sağlık ortalama ve standart sapma puanları verilmiş olup, ardından her iki çalışma grubuna ait kişisel bilgi formu doğrultusunda verilen 6 farklı değişkene göre psikolojik sağlık düzeylerinin farklılık gösterip göstermediği sunulmuştur.

1. Öğretmen ve Velilere İlişkin Psikolojik Sağlık Sonuçları

Öğretmenlerin ve velilerin elde ettiği psikolojik sağlık düzeyi sonuçları Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Öğretmen ve Velilere İlişkin Psikolojik Sağlık Puanları

		N	Ortalama	Standart Sapma	Ölçek Özelliği
Öğretmenler	Psikolojik Sağlık	795	20,55	4,32	Minimum Puan=6 Maksimum Puan=30
Veliler	Psikolojik Sağlık	1940	20,53	4,36	Minimum Puan=6 Maksimum Puan=30

Tablo 1’de görüldüğü üzere öğretmenlerin psikolojik sağlık puanı 20,55; velilerin psikolojik sağlık puanı ise 20,53 olarak gerçekleşmiş olup her iki grupta ölçeğin özellikleri göz önünde bulundurulduğunda ortalamanın üstünde bir sonuç elde etmiştir. Bu sonuç gerek öğretmenlerin gerekse velilerin pandemi sürecine ilişkin psikolojik sağlık düzeylerinin olumlu seyrettiğini göstermektedir.

2. Katılımcıların Cinsiyetleri ile Psikolojik Sağlık Düzeyleri Arasındaki İlişki Durumu Sonuçları

Öğretmenlerin ve velilerin psikolojik sağlık düzeyleri cinsiyetlerine göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Cinsiyet ile Psikolojik Sağlık İlişkisi

	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Öğretmenlerin Psikolojik Sağlık Düzeyleri	Kadın	406	20,13	4,23	-2,847	,005*
	Erkek	389	21,00	4,37		
Velilerin Psikolojik Sağlık Düzeyleri	Kadın	1204	20,24	4,37	-3,701	,000*
	Erkek	736	21,00	4,31		

Tablo 2’de görüldüğü üzere hem öğretmenlerin hem de velilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılaşmaktadır. Bu farklılık her iki çalışma grubu için de erkekler lehine gerçekleşmiştir. Diğer bir deyişle hem öğretmenlerde hem de velilerde erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeyleri daha yüksektir.

3. Öğretmenlerin Branşları ile Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Arasındaki İlişki Durumu Sonuçları

Öğretmenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri, sahip oldukları branşlara göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3. Branş ile Psikolojik Sağlamlık İlişkisi

	Branş	N	Ortalama	Standart Sapma	p	FARK
Öğretmenlerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri	Sınıf Öğretmeni	75	21,74	4,26	,002*	Sınıf Öğretmeni>Branş (Dal)Öğretmeni
	Branş (Dal) Öğretmeni	555	20,14	4,27		
	Meslek Öğretmeni	46	21,65	3,84		
	Okul-Kurum Yöneticisi	68	21,32	4,69		
	Rehber Öğretmen-Psikolojik Danışman	51	21,27	4,26		
	Toplam	795	20,55	4,32		

Tablo 3’te görüldüğü üzere öğretmenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri çalıştıkları branşa (alana) göre anlamlı farklılık göstermektedir. Bu farklılık sadece sınıf öğretmeni ile branş öğretmeni arasında gerçekleşmiş olup, sınıf öğretmenlerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri branş öğretmenlerine kıyasla daha yüksektir. Diğer branşlarda istatistik olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Tabloya dikkat edildiğinde tüm alanlarda çalışan öğretmenlerin psikolojik sağlamlık düzeyi puanları birbirine yakın seyretmektedir.

4. Velilerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri ile Çocuklarının Devam Ettiği Okul Kademeleri Arasındaki İlişki Durumu Sonuçları

Velilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri çocuklarının devam ettiği okul kademesine göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 4. Çocuğun Devam Ettiği Okul Kademesi ile Psikolojik Sağlık İlişkisi

	Çocuğunun Devam Ettiği Okul Kademesi	N	Ortalama	Standart Sapma	p	FARK
Velilerin Psikolojik Sağlık Düzeyleri	Anaokulu-İlkokul	151	20,29	3,93	,239	-
	Ortaokul	838	20,76	4,34		
	Lise	895	20,37	4,40		
	İkiden Fazla Kademe Öğrencisi Bulunma	56	20,25	5,04		
	Toplam	1940	20,53	4,36		

Tablo 4'te görüldüğü üzere velilerin psikolojik sağlık düzeyleri çocuklarının devam ettiği okul kademesine göre anlamlı farklılaşmamaktadır. Ortalamalara dikkat edildiğinde okul kademe türü fark etmeksizin tüm okul türlerine ilişkin psikolojik sağlık düzeyi puanları birbirine oldukça yakın seyretmektedir.

5. Öğretmenlerin Psikolojik Sağlık Düzeyleri ile Çalıştıkları Kurum Türü Arasındaki İlişki Durumu Sonuçları

Öğretmenlerin psikolojik sağlık düzeyleri çalıştıkları kurum türüne göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Çalışılan Kurum ile Psikolojik Sağlık İlişkisi

	Çalışılan Kurum Türü	N	Ortalama	Standart Sapma	p	FARK
Öğretmenlerin Psikolojik Sağlık Düzeyleri	Anaokulu-İlkokul	90	21,62	4,24	,001*	Anaokulu-İlkokul>Ortaokul Diğer Kurumlar>Ortaokul
	Ortaokul	349	20,04	4,31		
	Lise	329	20,64	4,17		
	Diğer Kurumlar (RAM, BİLSEM, Halk Eğitim vs.)	27	22,55	5,23		
	Toplam	795	20,55	4,32		

Tablo 5'te görüldüğü üzere öğretmenlerin psikolojik sağlık düzeyleri, çalıştıkları kurum türüne göre anlamlı farklılık göstermektedir. Bu fark anaokulu-ilkokulda çalışan öğretmenler ile diğer kurumlarda çalışan öğretmenler lehinedir. Anaokulları-ilkokullarda çalışan öğretmenler ile diğer kurumlar olarak sınıflandırılan (RAM, BİLSEM, Halk Eğitim gibi) kurumlarda çalışan öğretmenlerin ortaokullarda çalışan öğretmenlere kıyasla psikolojik sağlık düzeyleri daha yüksektir. Diğer kurumlar bazında herhangi anlamlı bir fark bulunamamıştır.

6. Velilerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri ile Eğitim Düzeyleri Arasındaki İlişki Durumu Sonuçları

Velilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri eğitim durumlarına göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6. Eğitim Düzeyi ile Psikolojik Sağlamlık İlişkisi

	Eğitim Düzeyi	N	Ortalama	Standart Sapma	p	FARK
Velilerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri	İlkokul ve altı	411	19,91	4,25	,000*	Üniversite- üstü>Ortaokul Üniversite- üstü>İlkokul-altı Lise>Ortaokul Lise>İlkokul-altı
	Ortaokul	380	19,79	4,09		
	Lise	603	20,71	4,43		
	Üniversite ve üstü	546	21,30	4,41		
	Toplam	1940	20,53	4,36		

Tablo 6’da görüldüğü üzere velilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılaşmaktadır. Diğer bir deyişle eğitim durumu ilerledikçe psikolojik sağlamlık düzeyi artmaktadır. Bu durumun salt bir mezuniyet ekseninden daha çok kendini geliştirme bağlamında baş etme mekanizmaları kazanmayla ilgili olabileceği düşünülmektedir.

7. Katılımcıların Pandemiye İlişkin Algıladıkları Kaygı Düzeyleri ile Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Arasındaki İlişki Durumu Sonuçları

Öğretmenlerin ve velilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri pandemi sürecine ilişkin algıladıkları kaygı düzeylerine göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7. Algılanan Kaygı Düzeyi ile Psikolojik Sağlamlık İlişkisi

	Algılanan Kaygı Düzeyi	N	Ortalama	Standart Sapma	p	FARK
Öğretmenlerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri	Düşük	93	23,92	3,43	,000*	Düşük>Orta Düşük>Yüksek Orta>Yüksek
	Orta	556	20,50	4,13		
	Yüksek	146	18,60	4,29		
	Toplam	795	20,55	4,32		
Velilerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri	Düşük	291	22,54	4,64	,000*	Düşük>Orta Düşük>Yüksek Orta>Yüksek
	Orta	1345	20,49	4,06		
	Yüksek	304	18,76	4,59		
	Toplam	1940	20,53	4,36		

Tablo 6’da görüldüğü üzere hem öğretmenlerin hem de velilerin psikolojik sağlık düzeyleri pandemide algılanan kaygı durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Bu farklılık her iki çalışma grubu için de düşük ve orta kaygı düzeyi lehinedir. Diğer bir deyişle hem öğretmenlerde hem de velilerde düşük ve orta düzeyde kaygı yaşayanların psikolojik sağlık düzeyleri daha yüksektir. Yüksek kaygı psikolojik sağlamlığı olumsuz etkilemektedir.

8. Katılımcıların Algıladıkları Mutluluk Düzeyleri ile Psikolojik Sağlık Düzeyleri Arasındaki İlişki Durumu Sonuçları

Öğretmenlerin ve velilerin psikolojik sağlık düzeyleri algıladıkları mutluluk düzeylerine göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 8. Algılanan Mutluluk Düzeyi ile Psikolojik Sağlık İlişkisi

	Algılanan Mutluluk Düzeyleri (1-5 Arası)	N	Ortalama	Standart Sapma	p	FARK
Öğretmenlerin Psikolojik Sağlık Düzeyleri	1	46	17,95	4,62	,000*	5>4 5>3
	2	113	18,52	4,38		5>2 5>1
	3	334	19,96	3,88		4>3 4>2
	4	217	21,67	3,68		4>1 3>2
	5	85	24,17	4,18		3>1
	Toplam	795	20,55	4,32		
Velilerin Psikolojik Sağlık Düzeyleri	1	106	16,37	4,53	,000*	5>4 5>3
	2	158	18,84	4,13		5>2 5>1
	3	619	19,44	3,76		4>3 4>2
	4	641	21,43	3,76		4>1 3>1
	5	416	22,45	4,70		2>1
	Toplam	1940	20,53	4,36		

Tablo 8’de görüldüğü üzere hem öğretmenlerin hem de velilerin psikolojik sağlık düzeyleri algılanan mutluluk düzeyine göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Derecelendirme ölçeği üzerinde verilen mutlu olma puanlarının psikolojik sağlık üzerinde fark oluşturduğu gözlenmektedir. Mutlu hissetme puanı arttıkça psikolojik sağlık düzeyi de doğrusal olarak artmaktadır. Bu durum mutluluk ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkiselliği de ortaya koymaktadır.

9. Katılımcıların Pandeminin Geleceğine İlişkin Görüşleri ile Psikolojik Sağlık Düzeyleri Arasındaki İlişki Durumu Sonuçları

Öğretmenlerin ve velilerin psikolojik sağlık düzeyleri pandeminin geleceğine dair görüşlerine göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 9. Pandeminin Geleceğine İlişkin Görüşler ile Psikolojik Sağlık İlişkisi

	Pandeminin Geleceğine İlişkin Görüşler	N	Ortalama	Standart Sapma	p	FARK
Öğretmenlerin Psikolojik Sağlık Düzeyleri	Pandemi Süreci Devam Edecek	488	20,18	4,43	,000*	Sonlanacak> Devam Edecek
	Pandemi Süreci Sonlanacak	227	21,58	3,93		
	Fikrim Yok	80	19,92	4,23		Sonlanacak> Fikrim Yok
	Toplam	795	20,55	4,32		
Velilerin Psikolojik Sağlık Düzeyleri	Pandemi Süreci Devam Edecek	962	20,31	4,49	,000*	Sonlanacak> Devam Edecek
	Pandemi Süreci Sonlanacak	540	21,23	4,30		
	Fikrim Yok	438	20,14	4,06		Sonlanacak> Fikrim Yok
	Toplam	1940	20,53	4,36		

Tablo 9’da görüldüğü üzere hem öğretmenlerin hem de velilerin psikolojik sağlık düzeyleri pandeminin geleceğine ilişkin görüşlerine göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Pandeminin sonlanacağını düşünen hem öğretmen hem de velilerin psikolojik sağlık düzeyleri, kararsız olan ya da pandeminin biteceğine ilişkin olumsuz fikre sahip olan öğretmen ya da velilere kıyasla daha yüksektir. Bu durum umut etmenin psikolojik dayanıklılık açısından ne denli önemli olduğunu göstermektedir.

Bölüm III

Sonuç ve Öneriler

“Pandemi sürecine ilişkin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesine yönelik araştırma sonucunda, hem öğretmenlerin hem de velilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin genel itibariyle ortalamanın üstünde olduğu tespit edilmiştir. Bozdağ (2020) tarafından yapılan “pandemi sürecinde psikolojik sağlamlık araştırması” sonucunda katılımcılardan elde edilen psikolojik sağlamlık puanı ortalamasının 20,18 olduğu gözlenmiştir. Bu sonuç, mevcut araştırma sonuçları ile tutarlı görünmektedir. Diğer yandan öğretmenlerin branş ve çalıştıkları kurum bağlamında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ortaya koyulan bu bulgulara yönelik genel bir değerlendirmeden daha çok, bireysel olarak pandemi gibi zorlayıcı yaşantılar karşısında psikolojik sağlamlığı koruyabilecek baş etme becerilerini edinme ve bu becerileri geliştirme durumunun varlığından söz edilebilir.

Cinsiyet bağlamında elde edilen sonuçlarda erkekler lehine farklılık olduğu tespit edilmiştir. Erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin kadınlardan yüksek olmasının salt baş etme beceriyle ilgili olmadığı düşünülmektedir. Çölgeçen ve Çölgeçen (2020) tarafından pandemi sürecinde yaşanan kaygı düzeylerinin değerlendirilmesine ilişkin yapılan araştırmada kadınların hem durumluk hem de sürekli kaygı düzeyleri erkeklerden anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Bu durumun kadınların olaylar karşısında tepki verme eşiği ile ilgili olabileceği düşünülmektedir ve bunun sonucunda etkilenme ihtimali daha yüksek olabilmektedir. Ortaya koyulan sonuç, alan yazındaki araştırmalarla paralellik taşımakla birlikte, Genç ve Yiğitbaş (2020) tarafından yapılan araştırmada erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Velilerin eğitimi durumu ile ilgili elde edilen sonuçlar, psikolojik sağlamlığın eğitim durumuna bağlı olarak farklılaştığını işaret etmektedir. Bozdağ (2020) tarafından yapılan pandemi sürecine ilişkin araştırmada katılımcıların eğitim düzeylerinin yükselmesinin psikolojik sağlamlık düzeylerini artırdığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bozdağ (2020), üniversite mezunlarının salgın sürecinin etkileri ve alınması gereken tedbirlere uyum konusunda farkındalık düzeylerinin yüksek olabileceği düşüncesi ile bu sonucu değerlendirmiştir. Mevcut araştırmada da elde edilen sonucun doğrudan bir mezuniyet mefhumunun ötesinde, bilinç ve farkındalık bağlamında ele alınması faydalı olacaktır.

Psikolojik sağlamlık durumu, risk unsurları karşısında uyum sağlayabilmek için bazı koruyucu faktörlerin varlığını işaret etmektedir. Alan yazında koruyucu faktörlere dair geniş bir arka plan bulunmakta olup sosyal destek mekanizmalarının varlığı, problem çözme becerisi, iyimserlik ve olumluluk bunlardan bazılarıdır (Kararımak, 2006). Araştırma kapsamında temel alınan değişkenlerden algılanan kaygı düzeyi ve algılanan mutluluk düzeyi bu bağlamda ortaya koyulmuş ve

psikolojik sağlamlık ile ilişkili faktörleri değerlendirebilmek amaçlanmıştır. Psikolojik sağlamlığın yüksek kaygı durumunda düştüğü, algılanan mutluluk düzeyinin artmasıyla da yükseldiği tespit edilmiştir. Altuntaş ve Genç (2020) tarafından yapılan araştırmada mutluluk ve psikolojik sağlamlık arasında orta düzeyde pozitif ilişki bulunmuştur. Bu durumun kişinin iyi oluşuna katkı sunan farklı bileşenlerin birbirini etkilemesi ile açıklanabileceği düşünülmektedir. Bu bileşenlerin psikolojik sağlamlığı artırmaya yönelik içeriklerde ya da psikoeğitimlerde kullanılması öğrenci, öğretmen ve veliler açasından faydalı olabilir.

Elde edilen sonuçlar bağlamında pandemi süreci sonrasında yapılacakların sadece öğrenci bazlı düşünülmemesi, öğretmen ve velilere yönelik te önlemler geliştirilmesi önemli görölmektedir. Bu süreçte öğretmenlere yönelik psikoeğitsel faaliyetlere yer verilmesi ve öğretmenlerin sosyal, kültürel ve sportif olanaklar çerçevesinde desteklenmesi faydalı olacaktır. Benzer şekilde velilerimize de müşavirlik hizmeti sunulurken, aile eğitimi ve psikoeğitimler yoluyla yardımcı olunması önem arz etmektedir. Aşamalı ve planlı bir geçiş süreci tüm paydaşlar için sağlıklı olacaktır.

Diğer yandan gerek öğretmenlerin gerekse velilerin pandemiden sonraki süreçte normalleşme adına eğitim, öğrenciler ve okullar bağlamında yapılması gerekenlere dair fikirleri bulunmaktadır. Dikkat çeken husus, sunulan bazı öneriler arasında fikir birliği sağlanması mümkün görünmemesidir. Bunun yanında toplum olarak üstünde durduğumuz pandemiye ilişkin genel kabullerin de ifade edilmesi önemli olmuştur. Bu kapsamda her iki grup için de ortak maddeler çoğunlukta olsa da öneriler her iki grup için de ayrı ayrı kategorize edilmiştir.

Öğretmenlerimizin pandemiden sonraki süreçte normalleşme adına eğitim, öğrenciler ve okullar bağlamında yapılması gerekenlere dair görüşleri;

- ✓ Okulların temizliği ve hijyeni sağlanmalı. Tuvalet giriş ve çıkışları sürekli temizlenmeli.
- ✓ Maske, mesafe ve hijyen üçlüşü hayatımızdan çıkmamalı.
- ✓ Yaşlılardan sonra aşılama takvimine öğretmenler alınmalı.
- ✓ Gerekli tedbirler sağladıktan sonra okullar tamamen açılmalı.
- ✓ Bütün sınıflar için zorunlu sınıf tekrarı yapmalı ve bu yıl kayıp yıl olarak değerlendirilmeli.
- ✓ Eğitim öğretim faaliyetleri telafi eğitimi ile desteklenmeli. İmkânlar dâhilinde yazında bu eğitimlere devam edilmeli.
- ✓ Sınava girecek öğrenciler için okullar açılmalı (8. ve 12. Sınıflar).
- ✓ Okullarda öğrencilere yönelik psikolojik danışman, uzman, pedagoğ veya psikoloğ tarafından seminerler verilmeli.
- ✓ 12. Sınıflar hariç sınavlar kaldırılmalı.
- ✓ Öğrencilere ve ailelere yönelik psikososyal destek çalışmalarına ağırlık verilmeli.

- ✓ Öğrencilerin sosyalleşmesine yönelik okullarda çalışmalar yürütülmeli.
- ✓ Okullarda oryantasyona yönelik oyun ağırlıklı eğitimler verilmeli.
- ✓ Pandemi sürecine dair yaşanan karamsarlık ile ilgili çalışmalar yapılmalı.
- ✓ Pansiyonlu okullarda pansiyonlar kapalı kalarak okullar açılmalı.
- ✓ Okullar arasındaki fiziksel adaletsizlik ortadan kaldırılmalı ve şartlar eşitlenmeli.
- ✓ Destekleme kursları sadece sınav öğrencilerine yönelik değil bütün sınıflar için açılmalı.
- ✓ Yüz yüze eğitime geçtikten sonra okullara girişte HES kodu sorgulaması yapılmalı.
- ✓ Hibrit eğitim modeli geliştirilerek uygulanmalı.
- ✓ Sınava girecek öğrenciler için sınav müfredatı tekrar düzenlenmeli ve konular azaltılmalı.
- ✓ Yapılacak yenilikler ve değişiklikler aniden değil kademeli olarak ve gerekli bilgilendirmeler yapılarak hayata geçirilmeli. Ani değişimler stres düzeyini olumsuz etkileyebilir.

Velilerimizin pandemiden sonraki süreçte normalleşme adına eğitim, öğrenciler ve okullar bağlamında yapılması gerekenlere dair görüşleri;

- Okulların temizliği ve hijyeni sağlanmalı. Tuvalet giriş ve çıkışları sürekli temizlenmeli.
- Maske, mesafe ve hijyen üçlüsü hayatımızdan çıkmamalı.
- Yaşlılardan sonra aşılama takvimine öğretmenler alınmalı.
- Gerekli tedbirler sağladıktan sonra okullar tamamen açılmalı.
- Bütün sınıflar için zorunlu sınıf tekrarı yapmalı ve bu yıl kayıp yıl olarak değerlendirilmeli.
- Eğitim öğretim faaliyetleri telafi eğitimleri ile desteklenmeli. İmkânlar dâhilinde yazında bu eğitimlere devam edilmeli.
- Seyreltilmiş sınıflarda, yarım gün eğitime yüz yüze devam edilmeli.
- Pandemi tam bitmeden okullar açılmamalı, uzaktan eğitime devam edilmeli.
- Öğrencilere ve ailelere yönelik psikolojik destek çalışmalarına yer verilmeli.
- Öğrencilerin sosyalleşmesine yönelik okullarda çalışmalar yürütülmeli.
- Sınava girecek öğrenciler için sınav müfredatı tekrar düzenlenmeli ve konular azaltılmalı.
- Uzaktan eğitim yetersiz olduğu için bütün konular yüz yüze tekrar edilmeli.
- Öğrenciler kitap okumaya teşvik edilmeli.
- Ders süreleri 30 dakikadan 40 dakikaya çıkarılmalı.
- Okullarda programların daha yoğun olması sağlanmalı ve öğrencilerle daha çok ilgilenilmeli.

Kaynaklar

- Altuntaş S. ve Genç, H. (2020). Mutluluğun yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık: Öğretmen örneklerinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35 (4), 936-948.
- Bozdağ, F. (2020). Pandemi sürecinde psikolojik sağlamlık. *Turkish Studies*, 15 (6), 247-257.
- Çölgeçen, Y. & Çölgeçen, H. (2020). Covid-19 pandemisine bağlı yaşanan kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi: Türkiye örneği, *Turkish Studies*, 15 (4), 261-275.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3 (1), 93-102.
- Genç, F. ve Yiğitbaş Ç. (2020). Pandemi nitelikli salgınlarda bazı değişkenler açısından psikolojik sağlamlık ve sağlık algısı ilişkisi: Covid-19 örneği. *Online International Conference of COVID-19 (CONCOVID)*. 12-13-14 Haziran 2020. Proceeding Book, 133-141.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (26), 129-142.
- Topcu, Z. G. ve Demircioğlu, H. (2020). Ekolojik sistemler perspektifinden psikolojik sağlamlık. (Derleme Makalesi). *Gelişim ve Ekoloji Dergisi*, 1 (2), 125-147.