



**T.C.
PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİM YÖNETİMİ BİLİM DALI
TEZSİZ YÜKSEK LİSANS PROJESİ**

**ÖĞRETMENLERİN TEKNOSTRES DÜZEYLERİ İLE
PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ALGILARI ARASINDAKİ
İLİŞKİ**

Nilay AKKAYA

DENİZLİ 2025

**T.C.
PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİM YÖNETİMİ BİLİM DALI
TEZSİZ YÜKSEK LİSANS PROJESİ**

**ÖĞRETMENLERİN TEKNOSTRES DÜZEYLERİ İLE PSİKOLOJİK
SAĞLAMLIK ALGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİ**

Nilay AKKAYA

Danışman

Prof. Dr. Kazım ÇELİK

ETİK BEYANNAMESİ

Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nün tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada; tez içindeki bütün belge ve bilgileri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi; görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu; başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda ilgili eserlere bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu; atıfta bulunduğum eserlerin tümünü kaynak olarak gösterdiğimi; kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı; bu tezin herhangi bir bölümünü bu üniversitede veya başka bir üniversitede başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı beyan ederim.

İmza

Nilay AKKAYA

TEŐEKKÖR

Bu çalıőmanın hazırlanması sűrecinde akademik birikimi ve bilimsel dűőnce yeteneđi ile her zaman destek olan deđerli danıőmanım Sayın Prof. Dr. Kazım ÇELİK'e teőekkűrlerimi sunarım.

Bana hayatımın her alanında sonsuz destek olan canım annem ve babama teőekkűr ederim.

Nilay AKKAYA

ÖZET

Öğretmenlerin Teknostres Düzeyleri İle Psikolojik Sağlık Algıları Arasındaki İlişki

AKKAYA, Nilay

Tezsiz Yüksek Lisans Projesi, Eğitim Bilimleri ABD,

Eğitim Yönetimi Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Kazım ÇELİK

Ocak 2025, 64 sayfa

Bu çalışmanın amacı, öğretmenlerin teknostres düzeyleri ile psikolojik sağlık algıları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmada, değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama araştırma modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini 2024-2025 eğitim-öğretim yılı Denizli İl Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı, Pamukkale ve Merkezefendi ilçeleri ortaöğretim kurumlarında görev yapan öğretmen ve okul yöneticileri oluşturmaktadır. Araştırmada, evreni temsilen kolaylıkla bulunan örnekleme yöntemiyle seçilen öğretmen ve okul yöneticilerinden oluşan 200 kişiden veri toplanmıştır. Veri toplama araçları olarak öğretmen ve okul yöneticilerinin kişisel bilgilerini içeren bir demografik bilgi formu, öğretmenlerin ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık düzeylerini ölçmek için “Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ)” ve öğretmenlerin ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirlemek için “Öğretmenlerin Teknostres Düzeylerini Belirleme Ölçeği” kullanılmıştır. Toplanan verilerin analiz edilmesi aşamasında bağımsız gruplar için t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Pearson momentler çarpım korelasyon analizi kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres ve psikolojik sağlık düzeyleri “orta” seviyede olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerine ilişkin algılarının cinsiyet, yaş, branş, medeni durum, ünvan, kıdem ve öğrenim durumu değişkenlerine göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur. Aynı zamanda öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık düzeylerine ilişkin algılarının cinsiyet, yaş, branş, medeni durum, ünvan, kıdem ve öğrenim durumu değişkenlerine göre anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Sözcükler: teknostres, psikoloji, öğretmen, okul yöneticileri

ABSTRACT

The Relationship Between Teachers' Technostress Levels and Their Perceived Psychological Resilience

AKKAYA, Nilay

Master's Thesis, Department of Educational Sciences,
Educational Administration

Thesis Supervisor: Prof. Dr. Kazım ÇELİK

January 2025, 64 pages

The aim of this study is to examine the relationship between teachers' technostress levels and their perceived psychological resilience. The relational survey model, one of the quantitative research methods, was used to determine the relationship between variables. The study population consists of teachers and school administrators working in secondary schools in Pamukkale and Merkezefendi districts, affiliated with the Denizli Provincial Directorate of National Education, during the 2024-2025 academic year. Data were collected from 200 participants, including teachers and school administrators, selected through a convenience sampling method representing the population.

Data collection tools included a demographic information form for teachers and school administrators, the "Brief Resilience Scale (BRS)" developed to measure psychological resilience, and the "Technostress Scale for Teachers" developed to determine technostress levels. Data were analyzed using independent samples t-test, one-way analysis of variance (ANOVA), and Pearson product-moment correlation analysis.

The results showed that the technostress and psychological resilience levels of teachers and school administrators were at a "moderate" level. There were no significant differences in technostress perceptions based on gender, age, branch, marital status, title, seniority and educational level. Similarly, psychological resilience perceptions showed no significant differences based on gender, age, branch, marital status, title, seniority, or educational level.

Keywords: technostress, psychology, teachers, school administrators

İÇİNDEKİLER

ETİK BEYANNAMESİ	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZET	v
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar LİSTESİ.....	ix
BİRİNCİ BÖLÜM: GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu	2
1.1.1. Problem Cümlesi.....	3
1.1.2. Alt Problemler.....	3
1.2. Amaç	3
1.3. Önem	3
1.4. Sınırlılıklar	4
1.5. Varsayımlar	4
1.6. Tanımlar	4
İKİNCİ BÖLÜM: KURAMSAL ÇERÇEVE.....	5
2.1. Teknostres	5
2.2. Psikolojik Sağlık	8
2.3. Teknostres ve Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişki	10
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: YÖNTEM.....	13
3.1. Araştırma Modeli	13
3.2. Evren ve Örneklem	13
3.3. Veri Toplama Araçları	14
3.4. Verilerin Analizi.....	15
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR	17
4.1. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres ve Psikolojik Sağlık Düzeyleri	17
4.2. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algılarının Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi	18
4.3. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlık Algılarının Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi	26

4.4. Öğretmenlerin ve Okul Yöneticilerinin Teknostres ve Psikolojik Sağlık Algıları Arasındaki İlişki.....	30
BEŞİNCİ BÖLÜM: TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME.....	32
5.1. Sonuçlar.....	32
5.1.1. Teknostres Düzeyi ve Psikolojik Sağlık Düzeylerine İlişkin Sonuçlar ve Tartışma	32
5.1.2. Teknostres Düzeyi ile Psikolojik Sağlık Algılarının Farklı Değişkenlere İlişkin Sonuçları ve Tartışma	32
5.1.3. Öğretmenlerin Teknostres Düzeyi Algıları ile Psikolojik Sağlık Algıları Arasında Anlamlı Bir İlişki Olup Olmadığına İlişkin Sonuçlar ve Tartışma	36
5.2. Öneriler	37
KAYNAKÇA.....	39
EKLER.....	42

TABLolar LİSTESİ

Tablo 3.1. Katılımcıların Demografik Nitelikleri	13
Tablo 3.2. Öğretmenlerin Teknostres Düzeylerini Belirleme Ölçeği ve Alt Boyutları ile Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği Normallik Dağılım Analizi.....	16
Tablo 4.1. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Düzeylerine ve Alt Boyutları ile Psikolojik Sağlık Düzeylerinin Aritmetik Ortalamalar ve Standart Sapmalar.....	17
Tablo 4.2. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algılarının Cinsiyet Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine Dair Sonuçlar.....	19
Tablo 4.3. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algılarının Yaş Değişkenine Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA).....	20
Tablo 4.4. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algılarının Branş Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine Dair Sonuçlar.....	21
Tablo 4.5. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algılarının Medeni Durum Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine Dair Bulgular.....	22
Tablo 4.6. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algılarının Unvan Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine Dair Sonuçlar.....	23
Tablo 4.7. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algılarının Kıdem Değişkenine Göre Manidar Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA).....	24
Tablo 4.8. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algılarının Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Manidar Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Sonuçlar.....	25

Tablo 4.9. <i>Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlamlık Algılarının Cinsiyet Değişkenine Göre Manidar Bir Fark Gösterip Göstermediğine Dair Sonuçlar</i>	26
Tablo 4.10. <i>Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlamlık Algılarının Yaş Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular Tek Yönlü Varyans Analizi(ANOVA)</i>	27
Tablo 4.11. <i>Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlamlık Algılarının Branş Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine Dair Sonuçlar</i>	27
Tablo 4.12. <i>Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlamlık Algılarının Medeni Durum Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular</i>	28
Tablo 4.13. <i>Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlamlık Algılarının Unvan Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine Dair Sonuçlar</i>	28
Tablo 4.14. <i>Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlamlık Algılarının Kıdem Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular Tek Yönlü Varyans Analizi(ANOVA)</i>	29
Tablo 4.15. <i>Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlamlık Algılarının Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular</i>	29
Tablo 4.16. <i>Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Düzeylerini Belirleme Ölçeğinin Tüm Boyutları ile Psikolojik Sağlamlık Alguları Arasında İlişki Olup Olmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizine Ait Bulgular</i>	30

BİRİNCİ BÖLÜM: GİRİŞ

Teknoloji, günlük yaşantımızı derinlemesine etkileyen bir unsur haline gelmiştir. Akıllı telefonlar, bilgisayarlar ve internet iletişimimizi kolaylaştırmanın yanı sıra bilgiye anında erişim sağlamaktadır. Aynı zamanda çeşitli yöntemlerle işlenen bilgilerin hafızada daha kalıcı olabilmesi de söz konusudur. İş hayatında uzaktan çalışma, eğitimde online öğrenme gibi konseptler, teknolojinin insan hayatına entegre olduğunu göstermektedir. Eğitimde online öğrenme platformları, öğrencilere coğrafi sınırları aşarak eğitimden zaman ve mekandan bağımsız bir şekilde yararlanma fırsatı tanımaktadır. Ayrıca, akıllı ev teknolojileriyle güvenlik, enerji verimliliği ve konfor da artmıştır. Teknoloji, hayatımızın her noktasında vazgeçilmez bir gerçek olarak yerini almıştır.

Bu denli hızlı gelişen teknoloji, eğitim sektörü de dahil olmak üzere tüm yaşam alanlarını etkilemiştir. Günümüz öğretmenleri, eğitimde teknolojinin sunduğu fırsatları ve yenilikleri kullanmak durumunda kalmakta, bu durum ise öğretmenlerin teknolojiyi etkin bir şekilde kullanma becerilerini ve bu süreçte karşılaştıkları bir takım sorunları da beraberinde getirmektedir. Günlük hayatta teknoloji kullanımını gerçekleştirebilme diğer bir deyişle uyum sağlayabilme, teknolojik ürünlere olan bağımlılık, iş ortamlarına teknolojinin entegre edilmesi veya değişen koşullara uyum sağlayabilmek önem arz etmektedir. Teknolojinin eğitim ortamlarına entegrasyonu, öğretmenlerin iş yükünü hafifletebileceği gibi, bazı durumlarda stres düzeylerini artırarak "teknostres" olarak adlandırılan bir duruma yol açabilmektedir.

İçinde bulunulan olumsuz durumlardan zarar görmeden veya en az hasarla atılması bireylerin psikolojik sağlamlıkları ile ilişkilendirilebilir. Masten (1994) psikolojik sağlamlığı; yüksek risk grubunda yer alan kişilerin, olumsuz olması beklenen durumlardan (düşük öz güven, akademik başarısızlık, sosyal beceri eksikliği gibi) çok daha iyi durumlara ulaşmaları, yaşanan travmatik durumlar karşısında çabuk toparlanabilmeleri, karşılaştıkları stresli olaylarla başa çıkabilmeleri ve bu durumlara uyum sağlayabilmeleri olarak tanımlamaktadır.

Teknostres ise, bireylerin yeni teknolojilere uyum sağlama sürecinde yaşadıkları stres, kaygı ve tükenmişlik hissi olarak tanımlanabilir. Bu durum, öğretmenlerin iş performansını ve genel yaşam kalitesini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Öğretmenlerin

teknolojiyi kullanma konusundaki yeterlilikleri ve bu süreçte yaşadıkları zorluklar, onların mesleki tatminlerini ve genel psikolojik sağlıklarını doğrudan etkileyebilmektedir.

Diğer yandan, psikolojik sağlamlık, bireylerin stresli ve zorlu durumlarla başa çıkabilme kapasitesini ifade eder. Psikolojik sağlamlığı yüksek bireyler, karşılaştıkları zorluklar karşısında daha dirençli olabilir ve stresle başa çıkmada daha başarılı olabilirler. Bu bağlamda, öğretmenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin teknostresle başa çıkma yetenekleri üzerinde önemli bir rol oynayabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada, öğretmenlerin teknostres düzeyleri ile psikolojik sağlamlık algıları arasındaki ilişkinin saptanması amaçlanmıştır. Bu bağlamda, öğretmenlerin teknolojiyi kullanma sıklıkları, teknolojik yeterlilik algıları ve teknolojiyi kullanırken yaşadıkları stres düzeyleri değerlendirilerek, bu değişkenlerin psikolojik sağlamlıkla nasıl bir ilişki içinde olduğu araştırılmıştır. Elde edilen bulgular, eğitim politikalarının oluşturulması ve öğretmenlerin mesleki gelişim programlarının tasarlanmasında önemli katkılar sağlayabilir.

1.1. Problem Durumu

Eğitim teknolojilerinin hızlı bir şekilde gelişmesi ve eğitim süreçlerine entegrasyonu, öğretmenlerin mesleki yaşamlarında önemli değişikliklere yol açmıştır. Bu durum, öğretmenlerin yeni teknolojileri öğrenme, kullanma ve bu teknolojilerle ilgili sorunları çözme becerilerini geliştirmelerini zorunlu kılmaktadır. Ancak, teknolojinin eğitim ortamlarına yoğun şekilde girmesi, bazı öğretmenler için ciddi stres kaynaklarına dönüşebilmekte ve bu stres durumu "teknostres" olarak adlandırılmaktadır.

Teknostres, öğretmenlerin iş performanslarını, mesleki tatminlerini ve genel yaşam kalitelerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Teknolojik araçların ve uygulamaların sürekli değişimi, öğretmenlerin bu yeniliklere ayak uydurmakta zorlanmalarına ve bu süreçte stres yaşamalarına neden olabilmektedir. Bu bağlamda, teknostresin öğretmenler üzerindeki etkilerinin daha iyi anlaşılması ve yönetilmesi gerekmektedir.

Diğer yandan, psikolojik sağlamlığı yüksek bireyler, karşılaştıkları zorluklar karşısında daha dirençli olabilir ve stresle başa çıkmada daha başarılı olabilirler. Öğretmenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri, onların mesleki yaşamlarında karşılaştıkları teknostresle başa çıkma yeteneklerini etkileyebilir.

1.1.1. Problem Cümlesi

Bu araştırmanın temel problemini “Öğretmenlerin teknostres düzeyleri ile psikolojik sağlamlık algıları nedir ve aralarında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusu oluşturmaktadır.

1.1.2. Alt Problemler

Bu çalışmada aşağıdaki alt problemler ele alınmıştır.

1. Öğretmenlerin teknostres düzeyi (öğrenme - öğretme süreci odaklı, mesleğe yönelik, teknik konu odaklı, kişisel kaynaklı, sosyal odaklı) algıları ile psikolojik sağlamlıklarına ilişkin algıları ne düzeydedir?

2. Öğretmenlerin teknostres düzeyi (öğrenme - öğretme süreci odaklı, mesleğe yönelik, teknik konu odaklı, kişisel kaynaklı, sosyal odaklı) algıları ile psikolojik sağlamlık algıları;

a) cinsiyet,

b) yaş,

c) branş,

d) medeni durum,

e) görev ünvanı,

f) kıdem,

g) öğrenim durumuna göre anlamlı bir fark göstermekte midir?

3. Öğretmenlerin teknostres düzeyi (öğrenme – öğretme süreci odaklı, mesleğe yönelik, teknik konu odaklı, kişisel kaynaklı, sosyal odaklı) algıları ile psikolojik sağlamlık algıları arasında manidar bir ilişki var mıdır?

1.2. Amaç

Bu çalışmada amaç, öğretmenlerin teknostres düzeyleri ile psikolojik sağlamlık algıları arasındaki ilişkiyi incelemektir.

1.3. Önem

Bu araştırma, öğretmenlerin teknostres düzeyleri ile psikolojik sağlamlık algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Teknolojinin eğitimde artan önemi ve öğretmenlerin bu süreçte karşılaştıkları zorluklar dikkate alındığında, teknostres ve

psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi büyük bir gereklilik arz etmektedir. Bu ilişkiyi anlamak, öğretmenlerin teknolojiyi daha etkili ve stressiz bir şekilde kullanmalarına yardımcı olacak stratejilerin geliştirilmesine katkıda bulunabilir.

Bu bağlamda, bu araştırma, öğretmenlerin teknostres düzeyleri ile psikolojik sağlamlık algıları arasındaki ilişkiyi incelemeyi ve bu ilişkinin eğitim ortamlarındaki etkilerini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Elde edilecek bulgular, öğretmenlerin mesleki gelişim programlarının ve destek hizmetlerinin planlanmasında önemli bir yol gösterici olabilir.

1.4. Sınırlılıklar

Araştırmada kullanılan ölçek ve anket sonuçları, 2024-2025 eğitim ğretim yılında Denizli ili Pamukkale ve Merkezefendi ilçelerinde, ortaöğretim kurumlarında görev yapmakta olan 200 ğretmen ve okul yöneticisi ile sınırlıdır. Aynı zamanda Smith ve ark. (2008) tarafından geliştirilen, Doğan (2015)'ın Türkçe'ye uyarladığı Kısa Psikolojik Sağlamlık leğinin ölçtüğü ve oklar, Efilti ve şahin (2017)'ın geliştirdiği ğretmenlerin Teknostres Düzeylerini Belirleme leğinin ölçtüğü verileriyle sınırlıdır.

1.5. Varsayımlar

Araştırmada ulaşılan bulguların yorumlanmasında aynı zamanda planlanıp yürütülmesinde aşağıdaki varsayımdan hareket edilmiştir:

1. Araştırmaya katılan ğretmen ve okul yöneticileri lme araçlarına iten görüşlerini yansıtıkları kabul edilmiştir.

1.6. Tanımlar

Teknoloji: İnsanların daha verimli ve konforlu bir hayat yaşamasını sağlayan her türlü alet, araç ve gereçlerdir.

Öğretmen: Denizli ili merkez ilçelerinde resmi okullarda görev yapan öğretmenlerdir.

Okul Yöneticisi: Denizli ili merkez ilçelerinde resmi okullarda görev yapan okul mdrlereidir.

Teknostres: Öğretmenlerin teknoloji kullanımı sırasında yaşadıkları stres, kaygı ve tükenmişlik hissi.

İKİNCİ BÖLÜM: KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde teknostres ve psikolojik sağlamlık alanlarında yapılmış çalışmalar ve sonuçlarına yer verilmiştir.

2.1. Teknostres

Teknostres kavramı zaman zaman literatürde incelenmiştir.

Çalışkan ve Çoklar (2022) çalışmalarında eğitim fakültesindeki öğrencilerin teknostres seviyelerini ortaya koymaktır. Çalışmada 2018-2019 döneminde Necmettin Erbakan Üniversitesi'nde öğrenim gören 484 son sınıf öğrencisine anket uygulanmıştır. Çalışkan ve Çoklar (2022) çalışmalarının neticesinde teknostres düzeyi ile teknik konu odaklı, mesleğe yönelik, sosyal odaklı ve kişisel odaklı alt boyutları arasında orta düzeyli teknostres sahip oldukları bulgusuna ulaşmışlardır. Ayrıca; anket katılımcılarının öğrenim gördükleri bölüm, cinsiyet, aylık gelir düzeyi ile internetin kullanıldığı süreye göre teknostres seviyelerinin değişmediği sonuçlarını ortaya koymuşlardır.

Lee (2018) yaptığı çalışmada teknostres ve öğretmen yeterliliği arasındaki stresle başa çıkmanın aracılık etkilerini araştırmıştır. 5 Kasım 2017-20 Kasım 2017 döneminde anaokulu ve çocuk bakım merkezlerinde görev yapan 197 öğretmene anket uygulanmıştır. Çalışmada çoklu regresyon analizi yöntemi kullanılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre, teknostres, stresle başa çıkmaya pozitif etkili; öğretmen yeterliliğiyle ise negatif etkilidir.

Li ve Wang (2021) belirli teknostres engelleyicileri (okuryazarlığın kolaylaştırılması, teknik destek sağlanması ve katılımın kolaylaştırılması) ve teknostres oluşturucuları (teknoloji aşırı yük, teknoloji karmaşıklık, teknoloji güvensizlik ve teknoloji-belirsizlik) arasındaki ilişkileri ve bunların üniversite öğretmenlerinin iş performansı üzerindeki etkilerini araştırmışlardır. 312 üniversite öğretmeninden alınan veriler analiz edilmiştir. Çalışmadan elde edilen bulgular; özellikle katılımı kolaylaştırmanın ve teknik destek sağlanmasının, üç teknostres yaratıcısı (teknoloji aşırı yükleme, teknoloji karmaşıklık ve teknoloji güvensizlik) üstünde önemli ölçüde yavaşlatıcı etkilere sahip olabileceğini göstermektedir. Teknostresin üniversite öğretmenlerinin iş performansı üzerindeki etkisine bakıldığında, teknoloji-karmaşıklık ve teknoloji-güvensizliğin öğretmenlerin iş performansı üzerinde anlamlı olumsuz etkisi olduğu

görülmüştür. Bununla birlikte, bir teknostres yaratıcısı olarak tekno-aşırı yükleme, iş performanslarını olumlu yönde etkilemektedir. Ayrıca okuryazarlığın kolaylaştırılması ve katılımın kolaylaştırılması, üniversite öğretmenlerinin iş performansı üzerinde olumlu etkiler göstermiştir.

Gökbulut (2021) yaptığı çalışmada öğretmenlerin teknopedagojik yeterlikleri ile teknostres düzeyleri arasında herhangi bir ilişkinin olup olmadığını araştırmıştır. Zonguldak ilindeki 184 öğretmen üzerinde yapılan çalışmanın neticesinde, öğretmenlerin teknostres düzeylerinin orta seviye olduğu ve erkek öğretmenlerin teknolojik düzeylerinin kadın öğretmenlere göre yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Ayrıca öğretmenlerin teknostres seviyeleri ile teknopedagojik yetkinlikleri arasında ters bir korelasyon ilişkisinin varlığı ortaya konulmuştur.

Joo ve diğ. (2015) Kore'de ortaokul öğretmenlerinin TPAB (Teknolojik Pedagojik Alan Bilgisi)'ı, okulların teknoloji kullanımına yönelik destek algısı, teknostres ve teknoloji kullanma niyetleri arasındaki yapısal ilişkileri araştırmayı amaçlamaktadır. Değişkenler arasındaki nedensel ilişkileri incelemek amacıyla yapısal eşitlik modelinin kullanıldığı araştırmada, 312 ortaokul öğretmenin verileri analiz edilmiştir. Sonuçlar TPAB ve okul desteğinin teknostres üzerinde anlamlı etkileri olduğunu göstermiştir. Ayrıca teknostres öğretmenlerin teknolojiyi kullanma niyetlerini önemli ölçüde etkilemiştir. Son olarak, teknostres TPAB, okul desteği ve teknoloji kullanma niyetine önemli ölçüde aracılık etmektedir.

Jena (2015) çalışmasında, sosyo-teknik teori ve rol kavramlarını kullanarak işbirlikçi öğretme ve öğrenme ortamında hintli akademisyenler arasında teknostres yaratıcıları, teknostres engelleyicileri ve teknostres etkisi arasındaki ilişkiyi analiz etmektedir. Bu araştırma Hindistan'daki 216 akademisyen üzerinde anket yoluyla gerçekleştirilmiştir. Çalışma, teknostres yaratıcıları, teknostres engelleyicileri ve teknostres etkisi arasında güçlü bir ilişkinin varlığını ortaya koymuştur.

Effiyanti ve Sagala (2018) yaptıkları araştırmada öğretim etkinliklerinde Bilgi ve İletişim Teknolojileri (BİT) kullanımına ilişkin stres faktörlerinin önemli bir öncülü olduğu düşünülen bilgisayar kaygısını araştırmayı amaçlamaktadır. Veriler, Endonezya'nın Orta Java Eyaleti, Karanganyar İlçesi'ndeki işletme ve yönetim meslek lisesinde öğretim yapan 152 tane öğretmenden anket yöntemiyle toplanmıştır. Çalışmadan elde edilen bulguya göre,

algılanan kullanılabilirlik ve algılanan kullanım kolaylığı yoluyla bilgisayar kaygısının aşırı çalışmayı önemli ölçüde etkilediğini göstermektedir. Ayrıca, aşırı iş yükü teknostresi tetikleyebilecek bir stres etkenidir. Üstelik bilgisayar kaygısı, öğretmenlerin yaşadığı iş güvensizliği algısını da açıklayabilir; çünkü bu davranış aynı zamanda öğretmenler arasındaki teknostresi de tetikleyebilir.

Akgün (2019), akademisyenlerin bilgi ve iletişim teknolojilerini benimseme düzeyleri ile teknostres algıları, çeşitli faktörler doğrultusunda değerlendirilmiştir. Bir devlet üniversitesinde öğretim yapan 180 öğretim elemanına yapılan anketten elde edilen verilere ANOVA testi ve Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Çalışmadan elde edilen bulguda, akademisyenlerin bilgi ve iletişim teknolojilerini kabul oranlarının oldukça yüksek, teknostres algılarının ise orta düzeyde olduğu gözlemlenmiştir. Çalışmadan ayrıca, akademisyenlerin bilgi ve iletişim teknolojilerini benimseme düzeyleri ile teknostres algıları arasında orta seviyede ve ters yönlü bir korelasyon olduğu sonucu elde edilmiştir.

Şahan (2021) yaptığı çalışmada teknoloji kaynaklı strese odaklanmıştır. Veriler, yapılan anket sonucunda Fırat Üniversitesi'nde çalışan akademik ve idari personellerden toplanmıştır. Çalışmada akademik ve idari personelin teknostres algılarının orta düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmış ayrıca akademik ve idari personelin teknostres algıları ve görev verimliliği ile medeni durum, hizmet süresi ve cinsiyet değişkenleri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur. Teknostresin görev verimliliğide mesleki durumun etkisi olduğu görülüp, teknostresin görev verimliliği üzerinde teknostres yaratıcılarının etkisinin bulunmadığı, inhibitörlerin görev verimliliği üzerinde etkisinin bulunduğu sonucu elde edilmiştir.

Kıncı ve Özgür (2022) Edirne ili örneği olarak ele aldığı çalışmada, öğretmenlerin teknostres seviyelerini belirleyerek bu seviyenin farklı değişkenlere göre durumunu incelemiştir. Araştırmanın nitel ve nicel kısımları olup nicel boyutunda veriler 2020-2021 öğretim döneminde Edirne il merkezi ve ilçelerinde yer alan MEB'e bağlı ilköğretim ve liselerde görevli 526 öğretmenden toplanmış, araştırmanın nitel boyutunu ise farklı branşlardan seçilen 18 öğretmen oluşturmuştur. Öğretmenlerin teknostres düzeylerinin orta düzeyde olduğu sonucuna ulaşıp kullanılan ölçeğin alt boyutlarında öğrenme öğretme süreç odaklı, teknik sorun odaklı ve sosyal odaklı teknostresin orta düzeyde, meslekle ilgili ve bireysel kaynaklı teknostres ise düşük seviyede olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda öğretmenlerin kıdem ve yaşları arttıkça yaşadıkları teknostres düzeyinin de arttığı görülüp

kadın öğretmenlerin erkek öğretmenlerden daha fazla teknostres yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır. Eğitim düzeyi arttıkça teknostresin azaldığı, Bilişim Teknolojileri öğretmenlerinin teknostres düzeylerinin sınıf öğretmenlerine göre daha düşük olduğu rapor edilmiş, teknoloji kullanımına ilişkin deneyimin ve günlük kullanım süresinin artmasıyla teknostresin azaldığı, bununla birlikte öğretim kademesinin teknostres üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığı belirtilmiştir.

2.2. Psikolojik Sağlık

Psikolojik sağlık veya psikolojik iyi oluş kavramları da zaman zaman literatürde incelenmiştir.

Telef (2013) yaptığı çalışmada psikolojik iyi oluş ölçeğinin Türkçe formunun psikometrik özelliklerini araştırmıştır. 529 öğretmen adayından oluşan örneklem üzerinde yapılan çalışmanın neticesinde test-tekrar test incelemesinde, ölçeğin ilk ve ikinci uygulamaları arasında pozitif yönde anlamlı ve yüksek bir ilişki olduğu görülmüştür.

Öz ve Yılmaz (2009) psikolojik sağlık kavramı ile oluşmasını etkileyen faktörler ve psikolojik sağlamlığın hemşirelik mesleği açısından önemini araştırmışlardır. Çalışmada psikolojik sağlık seviyeleri yüksek kişilerin, karşısına çıkan şiddet, yoksulluk, hastalık ve daha birçok stresli hayat koşullarıyla daha başarılı bir şekilde başa çıktıkları saptanmıştır. Bu kişilerin, aynı zamanda etkili kişiler arası iletişim becerisi ve problem çözme becerisi gibi olumlu özelliklere sahip oldukları belirtilmiştir. Olumsuz olaylar sonucunda başarısızlık yaşayan kişilerin psikolojik sağlık seviyelerinin geliştirilerek karşılına çıkan sorunların üstesinden daha da kolay bir şekilde gelebilecekleri ya da bu stresli durumu daha az zararlarla atlabilecekleri çalışmalarla kanıtlanmıştır.

Hoşoğlu ve diğ. (2018) yaptığı çalışmada öğretmen adaylarının psikolojik sağlık seviyelerinin algılanan anne-baba tutumuna, aile gelir durumuna, cinsiyete ve yaşamın büyük bölümünün geçtiği yere göre fark gösterip göstermediği incelenmiştir. Araştırmanın örneklemini, 2017-2018 akademik döneminde Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi ve Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencilerinden oluşan, gönüllü 423 öğretmen adayı oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, öğretmen adaylarının psikolojik dayanıklılık seviyelerinin ailesinin maddi durumuna ve cinsiyete göre manidar bir fark

gösterdiği, yaşamın büyük bölümünün geçirildiği yere ve algılanan anne baba tutumuna göre ise anlamlı bir fark göstermediği belirtilmiştir.

Deniz ve diğ. (2017)'nin üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada duygusal zekanın, öğrencilerin bilinçli farkındalıkları ile ruhsal iyilik durumları arasındaki ilişki üzerinde aracı olup olmadığını incelenmiştir. Araştırmada kişisel bilgi formu, Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği (Kısa Formu), Bilinçli Farkındalık Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeğinden faydalanılmıştır. Bu iki değişken aralarındaki ilişkide duygusal zekanın aracılık rolünü belirlemek amacıyla regresyon tabanlı bootstrapping yöntemi kullanılmıştır. 355 öğrenci üzerinde yapılan anket neticesinde öğrencilerin bilinçli farkındalık seviyesinin artması duygusal yetkinliklerini yükseltirken ve bu yükseliş ile birlikte ruhsal iyilik durumlarının da kuvvetlenebilmekte olduğu saptanmıştır.

Bozdağ (2020) tarafından yapılan çalışmaya göre, COVID-19 pandemisi, dünya genelinde bireylerin ruhsal sağlığını olumsuz etkileyerek bazı zihinsel sorunlara yol açmıştır. Yapılan araştırmada, eğitim seviyesi, bireylerin depresyon ve kaygı düzeyleri ve COVID-19'a karşı aldıkları önlemlerin, psikolojik sağlamlık düzeylerini anlamlı bir şekilde yordadığı belirlenmiştir. Özellikle üniversite mezunu olan, düşük depresyon ve kaygı düzeyine sahip olan ve COVID-19'a karşı sıkı önlemler alan bireylerin psikolojik sağlamlığının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda, psikolojik sağlamlığın, pandemi sürecinde depresyon ve kaygı gibi ruh sağlığı sorunlarını önlemede etkili olduğu vurgulanmıştır. Eğitim seviyesi yüksek olan bireylerin, aldıkları önlemler sayesinde kendilerini güvende hissettikleri ve bu durumun psikolojik sağlamlıklarını olumlu yönde etkilediği sonucuna varılmıştır.

Güloğlu ve Kararımak (2010) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık, yalnızlığın belirleyicileri olarak analiz edilmiştir. Bu amaca dayalı olarak Kocaeli Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencilerinden veri toplanmıştır. Farklı sınıf seviyelerinden 296 kız, 114 erkek olmak üzere toplam 410 öğrenciye çalışma ölçekleri uygulanmıştır. Çalışmada değişkenlerin ilişkisini görebilmek amacıyla Pearson momentler çarpım korelasyon yöntemi, çoklu basamaklı regresyon analizi tekniği ise yalnızlık üzerinde etkili olan değişkenlerin hangi öncelik sıralaması ile katkıda bulunduğunu tespit etmek için kullanılmıştır. Sonuçlar, yalnızlık ile benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık arasında ters yönlü bir ilişkinin varlığını göstermiştir Aynı zamanda benlik saygısı ve

psikolojik sağlamlık değişkenlerinin, üniversite öğrencilerindeki yalnızlık düzeyini yordayabildiği sonucuna ulaşılmıştır.

Erata ve Özbey (2020) tarafından yapılan çalışmaya göre okul öncesi dönemde yapılan araştırmalar, sosyal duygusal denge ve psikolojik dayanıklılık becerilerinin geliştirilmesinde çevresel ve demografik faktörlerin önemli bir yere sahip olduğunu göstermiştir. Çocukların yaşı, okula devam süresi, anne ve baba eğitim düzeyi, anne çalışma durumu, babanın mesleği, okul türü ve öğretmen mesleki kıdemini, çocukların psikolojik sağlamlık düzeyleri üzerinde anlamlı farklılık yaratıp yaratmadığının incelendiği bu çalışmada veriler, resmi ilköğretim okullarına ait anasınıfları ve bağımsız anaokullarına giden toplam 315 çocuktan toplanmıştır. Özellikle 60-72 aylık çocukların, 3 yıldır okul öncesi eğitime devam edenlerin, bağımsız anaokullarına devam edenlerin ve mezuniyeti üniversite olan ebeveynlere sahip çocukların psikolojik sağlamlıklarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca, profesyonel mesleğe sahip babaların çocukları ve çalışan annelerin çocukları lehine anlamlı farklar olduğu saptanmıştır. Öğretmen kıdemi açısından da 15 yıl ve üzeri deneyime sahip öğretmenlerden eğitim alan çocukların daha yüksek psikolojik sağlamlık düzeylerine sahip oldukları ortaya konmuştur.

2.3. Teknostres ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişki

Teknolojinin hayatın her bölümüne entegrasyonu, bir yandan bireylerin çeşitli yararlar elde etmesini sağlarken, diğer yandan yeni stres kaynaklarını beraberinde getirmektedir. Bu durumlardan biri olan teknostres, teknolojiye uyum sağlamakta zorluk çeken bireylerin yaşadıkları psikolojik ve fizyolojik sorunlar olarak tanımlanmaktadır (Brod, 1984). Teknostres, kişilerin dijital teknolojilerle çalışırken yaşadıkları teknik sorunlar, bilgi yükünün artması, iş yükü artışı ve şartlara hızlı uyum gerekliliği gibi faktörlerden kaynaklanmaktadır (Tarafdar, Tu, Ragu Nathan ve Ragu Nathan, 2007). Bu stres durumu, bireylerin duygusal tükenmişliğini artırabileceği gibi genel iş memnuniyetlerini düşürebilir ve iş performansını olumsuz yönde etkileyebilir.

Psikolojik sağlamlık ise kişilerin stresli durumlarla başa çıkma kabiliyetlerini, dayanıklılıklarını ve duygusal olarak dengede kalabilme performansını ifade eder (Masten, 2001). Psikolojik sağlamlık, kişilerin zorlu durumlar karşısında yıkılmadan kalabilmelerini, uyum sağlama yeteneklerini ve olumlu bir tutum geliştirme becerilerini içerir. Bu kavram,

kişilerin sadece strese karşı dirençli olmalarını değil, aynı zamanda zorlayan durumların öğretici yönlerinden faydalanma becerilerini de kapsamaktadır (Connor ve Davidson, 2003).

Teknostres ve psikolojik sağlık arasındaki ilişki, modern çalışma ortamlarında incelenmesi gereken bir konu haline gelmiştir. Literatürde teknostresin insanların psikolojik dayanıklılığı üstünde negatif etkilere sahip olduğu tespit edilmiştir (Salanova, Llorens ve Cifre, 2013). Bununla birlikte, psikolojik sağlık düzeyi yüksek olan kişilerin teknostresle baş etme konusunda daha etkili oldukları ve stresin olumsuz etkilerini oldukça azaltabildikleri belirtilmiştir (Day, Hartling ve Mackie, 2016). Psikolojik sağlamlığın, teknostres kaynaklı problemlerle baş etme sürecinde bir tampon etkisi oluşturduğu düşünülebilir. Psikolojik sağlamlıkları yüksek insanların, teknostres gibi dışsal stres faktörlerine karşı daha dirençli olduğu, bu durumun da onların iş yaşamında ve kişisel hayatlarında daha az olumsuz etki yaşamasını sağladığı belirtilmiştir (Tugade ve Fredrickson, 2004).

Teknostres, bireylerde hem fiziksel hem de duygusal yorgunluğa sebep olabilir. Tarafdar ve arkadaşlarına (2011) göre teknostres, insanların iş yaşam dengesini etkileyerek depresyon, anksiyete ve genel olarak memnuniyetsizlik hissetmelerine neden olabilir. Bu durum, özellikle çalışan kişiler için daha da belirgin hale gelmektedir. Teknolojik cihazların sürekli güncellenmesi, insanların bilgiye çok hızlı bir şekilde erişim baskısı hissetmeleri ve teknik sorunlar ile baş etme gerekliliği, teknostresin ana kaynaklarından (Ragu Nathan, Tarafdar, Ragu Nathan ve Tu, 2008). Ayrıca teknostres, bireylerin etkileşim ve iletişim yeteneklerini de etkileyerek sosyal ilişkilerinde zorlanmalarına sebep olabilir (Weil ve Rosen, 1997). Teknostresin yan etkileri olarak dijital yıldırma ve sosyal izolasyon gibi durumlar ortaya çıkabilir. Bu nedenle, teknostresin insanların psikolojik dayanıklılıkları üzerindeki etkisi oldukça önemli bir araştırma konusu olarak öne çıkmaktadır. Bireylerin stresli durumlarla etkili bir şekilde başa çıkabilmelerini sağlamakta önemli bir beceri olan psikolojik sağlık düzeyi, yüksek ise birey stresli durumlara daha hızlı adapte olabilir ve teknostresten kaynaklanan olumsuz etkilerden daha az etkilenebilir. Psikolojik sağlık, kişilerin olumsuz duygularını kontrol edebilme, pozitif bir bakış açısı sürdürebilme ve etkili problem çözme stratejileri geliştirme becerilerini de geliştirir.

Teknostresle baş etme sürecinde psikolojik sağlamlığı destekleyen kurumsal uygulamalar da önemli bir yere sahiptir. İş ortamında teknostresi minimize etmeye yönelik eğitim programlarının uygulanması, bireylerin teknolojiye uyum sağlamalarını

kolaylaştırabilir ve psikolojik dayanıklılıklarını artırabilir (Salanova ve ark., 2013). Buna ek olarak, bireylerin stresle baş etme yeteneklerini geliştiren stres yönetimi programları, teknostresin etkilerinin azaltılmasında etkili olabilir.

Teknostres ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi etkileyen bireysel ve çevresel etkenler de literatürde zaman zaman incelenmiştir. Bireysel etkenler arasında cinsiyet, yaş, mesleki deneyim ve teknolojiye olan yatkınlık gibi nitelikler yer alır (Taraftar ve ark., 2011). Çevresel etkenler ise çalışma ortamındaki teknik destek, meslektaşlarla olan ilişkiler, yönetim anlayışı ve kurum içindeki sosyal destek mekanizmaları denilebilir. Bu etkenler, bireylerin teknostres ile baş etme yeteneklerini doğrudan etkileyebilir. Örnek olarak teknik desteğin yeterli miktarda sunulduğu bir çalışma ortamında öğretmenler teknolojik sorunların üstesinden çok daha kolay bir şekilde gelebilir, pozitif meslektaş ilişkileri ve destekleyici bir yönetim anlayışı, stres seviyelerini azaltmada etkili olup psikolojik sağlamlıklarını artırabilir. Ayrıca, kurum içerisinde düzenlenen çeşitli sosyal etkinlikler ve dayanışma çalışmaları, kişilerin kendilerini daha güçlü ve güvende hissetmelerine katkı sağlayabilir. Bu tür çevresel etken düzenlemeleri, sadece bireysel iyilik durumunu değil, aynı zamanda kurumun verimliliği de pozitif yönde etkileyebilir.

Eğitimciler ile yapılan çalışmalar, teknostres ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin çift yönlü olduğunu ortaya koymuştur. Bir yandan psikolojik sağlamlık seviyesi yüksek olan kişilerin teknostresle daha etkili bir şekilde baş edebildiği görülürken, diğer yandan teknostres seviyesi yüksek olan kişilerin psikolojik sağlamlıklarının olumsuz etkilendiği görülmüştür (Gökbulut ve Dindaş, 2022). Sınıfta teknoloji kullanımında teknik sorunlar ile karşılaşan öğretmenlerin stres seviyesini artırmaya eğilimi gösterdiğinde psikolojik sağlamlık seviyesi yüksek olan öğretmenler bu tür sorunlara yaratıcı çözümler bulabilirler.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: YÖNTEM

Bu bölüm araştırma modelinin, araştırmanın evren ve örnekleminin, veri toplamada kullanılan araçların, araştırmada kullanılan ölçekler ve verilerin analiz edilmesinde kullanılan istatistiksel yöntemlerin yer aldığı bölümdür.

3.1. Araştırma Modeli

Yapılan bu araştırmada, öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeyleri ile psikolojik sağlamlık algıları arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için nicel araştırma tekniklerinden ilişkisel tarama araştırma modeli benimsenmiştir. İlişkisel tarama modeli ile birden çok değişken arasındaki ilişkinin, bu değişkenlere müdahale etmeden incelenmesi sağlanır. Bu model, iki veya daha fazla etken arasındaki birlikte değişimin varlığını ve seviyesini bulmayı hedefleyen bir inceleme stratejisidir (Karasar, 2012, s. 77-79).

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni Denizli ili Pamukkale ve Merkezefendi ilçelerinde çalışan 8253 öğretmenden oluşmaktadır. Araştırmanın çalışma grubunu ise 2024-2025 eğitim-öğretim yılında Denizli ili Pamukkale ve Merkezefendi ilçelerindeki ortaöğretim kurumlarında görev yapmakta olan öğretmen ve okul yöneticileri oluşturmuştur. Araştırmada, evreni temsil eden Kolaylıkla Bulunan Örneklem (L Berg, 2001) yöntemiyle seçilen öğretmen ve okul yöneticilerinden oluşan 200 kişiden veri toplanmıştır. Gerekli izinler alınarak anket ve ölçekler, öğretmen ve okul müdürlerine uygulanmıştır. Katılımcılardan demografik bilgi formu yolu ile elde edilen kişisel bilgileri Tablo 3.1’de verilmiştir.

Tablo 3.1. *Katılımcıların Demografik Nitelikleri*

Kişisel Özellik		<i>f</i>	%
Cinsiyet	Kadın	85	42.5
	Erkek	115	57.5
Yaş	45 ve altı	80	40.0
	46 – 54	76	38.0
	55 ve üzeri	44	22.0

(devamı arkadadır)

Tablo 3.2. *Katılımcıların Demografik Nitelikleri (devamı)*

Kişisel Özellik		f	%
Branş	Kültür Dersi Öğretmeni	113	56.5
	Meslek Dersi Öğretmeni	87	43.5
Medeni Durum	Evli	170	85.0
	Bekar	30	15.0
Ünvan	Öğretmen	139	69.5
	Okul Yöneticisi	61	30.5
Kıdem	20 ve altı	65	32.5
	21 – 29	85	42.5
	30 ve üstü	50	25.0
Eğitim Düzeyi	Lisans	157	78.5
	Lisansüstü	43	21.5

Tablo 3.1’de araştırmaya katılan öğretmen ve okul yöneticilerinin demografik özelliklere göre dağılımı verilmiştir. Cinsiyet olarak çoğunluğun (% 57.5) erkek, ünvan olarak büyük bir bölümünün (% 69.5) öğretmen, eğitim düzeyi olarak % 78.5’inin lisans mezunu olduğu görülmektedir. Yaş dağılımına bakıldığında 45 ve altı yaş grubu yoğunluktadır. Araştırmaya katılan öğretmen ve okul yöneticilerinin çoğunluğunun (%56.5) kültür dersi branşında olduğu aynı zamanda yüksek bir bölümünün (%85.0) evli olduğu görülmektedir. Ayrıca kıdem değişkenine bakıldığında 21-29 yıl aralığı % 42.5 ile en büyük dilimi oluşturmaktadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada verileri toplamak üzere öğretmenlerin demografik bilgilerini içeren kişisel bilgilerden oluşan bir bölüm, öğretmenlerin ve okul yöneticilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerini belirlemek için “Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)” ve öğretmenlerin teknostres seviyelerini belirlemek için “Öğretmenlerin Teknostres Düzeylerini Belirleme Ölçeği” kullanılmıştır.

Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ): Smith ve ark. (2008) tarafından kişilerin psikolojik sağlamlığını ölçmek için geliştirilen bu ölçek, Doğan (2015) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. KPSÖ, altı maddelik, 5’li Likert tipinde, özbildirim tarzı şeklinde ölçme aracı olup ters kodlanmış maddeler çevrildikten sonra, ölçekten alınan yüksek puan, psikolojik dayanıklılığın güçlü olduğunu işaret etmektedir. Ölçeğin geçerlik güvenirlik çalışması ve

geliştirilmesi değişik çalışma grupları ile gerçekleştirilmiş olup buna göre ilk iki grupta üniversite öğrencileri yer alırken, sonraki iki grupta ise kalp ve fibromiyalji hastaları yer almaktadır. Ölçekte, açımlayıcı faktör analizi kullanarak yapı geçerliğini tespit edilmiştir. Analizde sonuç olarak, 4 örneklem grubunda sırasıyla, toplam varyansın %61, %61, %57 ve %67'sini açıklayan tek faktörlü bir yapı sonucuna ulaşılmıştır. Ölçek maddelerinin faktör yükleri de, .68 ile .91 aralığında değişen değerlerde olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğin güvenilirliği, iç tutarlık ve test-tekrar test yaklaşımları ile hesaplanmış olup bu doğrultuda, iç tutarlık güvenilirlik seviyesi .80 ile .91 aralığında değişen değerlerde bulunmuştur (Doğan, 2015: 95). Bu ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenerek Doğan (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır.

Öğretmenlerin Teknostres Düzeylerini Belirleme Ölçeği: Çalışmada kullanılan bu ölçek; Çoklar, Efiltili ve Şahin (2017) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, 28 madde ve 5 faktörden oluşan 5'li Likert tipindedir. Ölçekteki alt maddeler; “Öğrenme – Öğretme Süreci Odaklı”, “Mesleğe Yönelik”, “Teknik Konu Odaklı”, “Kişisel Kaynaklı” ve “Sosyal Odaklı”dır. Tüm ölçek için iki yarıya bölmeyöntemi ile hesaplanan Spearman-Brown katsayısı ise .845, iç tutarlılık katsayısı (Cronbach's alpha katsayısı) .917 olarak tespit edilmiştir. Ölçeği oluşturan alt maddelerin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach's alpha katsayısı) da, .712 ve .788 arasında değerler göstermektedir (Çoklar, Efiltili & Şahin, 2017). Ölçekte tersten kodlanan madde bulunmayıp maddelerin tamamı olumlu ifadeler içermektedir. Ölçeğin beş faktörüne göre maddelerin dağılımı aşağıdaki gibidir:

- Öğrenme – Öğretme Süreci Odaklı: 1, 2, 3, 4, 5, 6 ve 7'inci maddeler (7 madde)
- Mesleğe Yönelik: 8, 9, 10, 11, 12 ve 13'üncü maddeler (6 madde)
- Teknik Konu Odaklı: 14, 15, 16, 17, 18 ve 19'uncu maddeler (6 madde)
- Kişisel Kaynaklı: 20, 21, 22, 23 ve 24'üncü maddeler (5 madde)
- Sosyal Odaklı: 25, 26, 27 ve 28'inci maddeler (4 madde)

Ölçeklere ait gerekli izinler alınmıştır (Ek-2).

3.4. Verilerin Analizi

2024-2025 eğitim-öğretim döneminde Denizli ili Pamukkale ve Merkezefendi ilçelerinde ortaöğretim kurumlarında faaliyette bulunan öğretmen ve okul yöneticilerinden elde edilen yanıtlar Jamovi istatistik programına kodlanarak girilmiştir. Verilerin normal

dağılım göstermesi halinde parametrik testler; normal dağılım göstermemesi halinde ise non parametrik testler ve gerekli analizler yapılmıştır.

Araştırmada öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres ölçeği ve psikolojik sağlamlık ölçekleri puan ortalamalarının kişisel bilgiler bölümündeki değişkenlere göre, farklılık gösterip göstermediği analiz edilmiştir. Çalışma sonucunda toplanan nicel veriler t-testi, tek-yönlü ANOVA testlerinden faydalanılarak analiz edilmiştir. Yapılan analizlerde teknostres ölçeği toplam puanı ve ölçek alt boyutlarından alınan puanların cinsiyet, branş, medeni durum, ünvan ve öğrenim durumu değişkenlerine göre incelendiğinde normal dağılım gösterdiği görülmüş, parametrik testlerden bağımsız gruplar için t-testi (Student's test) uygulanarak sonuçlar bulunmuştur. Psikolojik sağlamlık ölçeğinden alınan toplam puanlar cinsiyet, branş, medeni durum, ünvan ve öğrenim durumu değişkenlerine göre normal dağılım gösterdiği görülmüş, parametrik testlerden bağımsız gruplar için t-testi (varyansları homojen dağılım gösteren değişkenler için Student's testi, varyansları homojen dağılım göstermeyen değişkenler için Welch's testi) uygulanmıştır.

Tablo 3.3. *Öğretmenlerin Teknostres Düzeylerini Belirleme Ölçeği ve Alt Boyutları ile Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Normallik Dağılım Analizi*

	Çarpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)
Öğrenme - Öğretme Süreci	.066	-.532
Mesleğe Yönelik	.0433	-.263
Teknik Konu Odaklı	.281	-.078
Kişisel Kaynaklı	.482	-.447
Sosyal Odaklı	-.045	-.091
Teknostres Ölçeği (Genel)	.194	-.275
Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (Genel)	-.306	.414

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR

Bu bölümde öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres ve psikolojik sağlık algılarına ilişkin bulgular yer almaktadır. Araştırmada öğretmen ve okul yöneticilerinin Teknostres ve psikolojik sağlamlığa ilişkin sonuçlar alt problemlere göre başlıklar altında verilmiştir.

4.1. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres ve Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri

Bu bölümde çalışmanın birinci alt problemi olan “Öğretmenlerin teknostres düzeyi (öğrenme – öğretme süreci odaklı, mesleğe yönelik, teknik konu odaklı, kişisel kaynaklı, sosyal odaklı) algıları ile psikolojik sağlamlıklarına ilişkin algıları ne düzeydedir?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres ve psikolojik sağlamlık düzeylerine ilişkin sonuçlar Tablo 4.1’de sunulmuştur.

Tablo 4.1. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Düzeylerine ve Alt Boyutları ile Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Aritmetik Ortalamalar ve Standart Sapmalar

Ölçek ve Alt Boyutları	n	\bar{X}	ss	Düzye
Öğrenme - öğretme süreci odaklı	200	19.490	4.832	Orta
Mesleğe yönelik	200	12.795	4.135	Düşük
Teknik konu odaklı	200	16.475	5.028	Orta
Kişisel kaynaklı	200	11.155	4.290	Düşük
Sosyal odaklı	200	11.310	3.199	Orta
Teknostres Düzeyleri Toplam	200	71.225	17.610	Orta
Psikolojik Sağlamlık Toplam	200	21.435	4.453	Orta

Tablo 4.1’de öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerine ve alt boyutlarına ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapmalar verilmiştir. Genel anlamda

öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres seviyeleri ($\bar{X} = 71.225$; $ss = 17.610$) “Orta” düzeydedir. Öğretmenlerin ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından “Öğrenme – öğretim süreci odaklı” ($\bar{X} = 19.490$; $ss = 4.832$), “Teknik konu odaklı” ($\bar{X} = 16.475$; $ss = 5.028$), “Sosyal odaklı” ($\bar{X} = 11.310$; $ss = 3.199$) algıları “Orta” ve “Mesleğe yönelik” ($\bar{X} = 12.795$; $ss = 4.135$) ve “Kişisel kaynaklı” ($\bar{X} = 11.155$; $ss = 4.290$) algıları “Düşük” düzeydedir.

Tablo 4.1’e göre öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık seviyelerine ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma ($\bar{X} = 21.435$; $ss = 4.453$) “Orta” düzeydedir.

4.2. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algılarının Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi

Bu bölümde çalışmanın ikinci alt problemi olan “Öğretmenlerin teknostres düzeyi (öğrenme – öğretim süreci odaklı, mesleğe yönelik, teknik konu odaklı, kişisel kaynaklı, sosyal odaklı) algıları;

a) cinsiyet,

b) yaş,

c) branş,

d) medeni durum,

e) görev ünvanı,

f) kıdem,

g) öğrenim durumuna göre anlamlı bir fark göstermekte midir?” sorusuna cevap aranmıştır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres algılarının farklı değişkenlere (cinsiyet, yaş, branş, medeni durum, görev ünvanı, kıdem, öğrenim durumu, evde bilgisayar olma durumu) göre anlamlı bir fark olup olmadığına dair bulgular sırasıyla gösterilmektedir.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres algılarının cinsiyet değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin sonuçlar Tablo 4.2’te sunulmuştur.

Tablo 4.2. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algularının Cinsiyet Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine Dair Sonuçlar

	Cinsiyet	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Öğrenme - öğretme süreci odaklı	Kadın	85	19.718	4.765	198	.572	.568
	Erkek	115	19.322	4.895			
Mesleğe yönelik	Kadın	85	12.729	3.721	198	-.192	.848
	Erkek	115	12.843	4.432			
Teknik konu odaklı	Kadın	85	16.518	5.168	198	.103	.918
	Erkek	115	16.443	4.946			
Kişisel kaynaklı	Kadın	85	11.388	4.332	198	.660	.510
	Erkek	115	10.983	4.269			
Sosyal odaklı	Kadın	85	11.294	3.184	198	-.060	.952
	Erkek	115	11.322	3.224			
Toplam	Kadın	85	71.647	17.312	198	.291	.772
	Erkek	115	70.913	17.896			

Tablo 4.2’de öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarına ilişkin algılarında cinsiyet değişkenine göre bir manidar farklılaşma olmadığı görülmektedir ($t = .291$; $p > .05$). Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarda ortalamaları incelendiğinde, kadın için puanları ($\bar{X} = 71.647$; $ss = 17.312$) ile erkek için puanları ($\bar{X} = 70.913$; $ss = 17.896$) birbirine oldukça yakındır. Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından; Öğrenme – öğretme süreci odaklı ($t = .572$; $p > .05$), Mesleğe yönelik ($t = -.192$; $p > .05$), Teknik konu odaklı ($t = .103$; $p > .05$), Kişisel kaynaklı ($t = .660$; $p > .05$) ve Sosyal odaklı ($t = -.060$; $p > .05$) boyutlarına ilişkin algıları cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde manidar bir fark olmadığı göze çarpmaktadır. Alt boyutlarında kadın ve erkek öğretmen ve okul yöneticilerinin ortalama puanları birbirine çok yakındır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres algularının yaş değişkenine göre manidar bir farklılaşma olup olmadığına ilişkin bulgular Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılarak bulunmuştur. Bulgular Tablo 4.3’te verilmektedir.

Tablo 4.3. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algılarının Yaş Değişkenine Göre Anlamlı Bir Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

	Varyans Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Fark
Öğrenme – öğretim süreci odaklı	Gruplar Arası	84.987	2	42.494	1.835	.162	Yok
	Gruplar İçi	4560.993	197	23.152			
Mesleğe yönelik	Gruplar Arası	43.878	2	21.939	1.287	.278	Yok
	Gruplar İçi	3358.717	197	17.049			
Teknik konu odaklı	Gruplar Arası	90.190	2	45.095	1.798	.168	Yok
	Gruplar İçi	4941.685	197	25.085			
Kişisel kaynaklı	Gruplar Arası	73.323	2	36.662	2.012	.136	Yok
	Gruplar İçi	3588.872	197	18.218			
Sosyal odaklı	Gruplar Arası	15.172	2	7.586	.739	.479	Yok
	Gruplar İçi	2021.608	197	10.262			
Toplam	Gruplar Arası	1163.720	2	581.860	1.893	.153	Yok
	Gruplar İçi	60549.155	197	307.356			

KT: Kareler toplamı; KO: Kareler ortalaması. Kategoriler: 1. “45 ve altı yaş”, 2. “46-54 arası yaş”, 3. “55 ve üzeri yaş”

Tablo 4.3’te öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerine ilişkin algılarında yaş değişkenine göre manidar bir fark olmadığı göze çarpmaktadır ($p > .05$).

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres algılarının branş değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğine dair sonuçlar Tablo 4.4’te sunulmuştur.

Tablo 4.4. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algularının Branş Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine Dair Sonuçlar

	Branş	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Öğrenme - öğretme süreci odaklı	Kültür	113	20.257	4.743	198	2.594	.010
	Dersi						
Mesleğe yönelik	Meslek	87	18.494	4.791			
	Dersi						
Teknik konu odaklı	Kültür	113	12.982	4.049	198	.729	.467
	Dersi						
Kişisel kaynaklı	Meslek	87	12.552	4.256			
	Dersi						
Sosyal odaklı	Kültür	113	16.027	4.943	198	-1.441	.151
	Dersi						
Toplam	Meslek	87	17.057	5.107			
	Dersi						
	Kültür	113	11.345	4.352	198	.713	.476
	Dersi						
	Meslek	87	10.908	4.220			
	Dersi						
	Kültür	113	11.487	3.241	198	.890	.375
	Dersi						
	Meslek	87	11.080	3.148			
	Dersi						
	Kültür	113	72.097	17.631	198	.798	.426
	Dersi						
	Meslek	87	70.092	17.620			
	Dersi						

Tablo 4.4'te öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm alt boyutlarına ilişkin algılarında branş değişkenine göre manidar bir fark olmadığı göze çarpmaktadır ($t = .798$; $p > .05$). Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarda ortalamaları incelendiğinde, branşı kültür dersi olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ($\bar{X} = 72.097$; $ss = 17.631$) ile branşı meslek dersi olanlar için puanları ($\bar{X} = 70.092$; $ss = 17.620$) birbirine oldukça yakındır. Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından; Öğrenme – öğretme süreci odaklı ($t = 2.594$; $p < .05$) boyutuna ilişkin algıları branş değişkenine göre incelendiğinde anlamlı bir fark gözlenmektedir. Mesleğe yönelik ($t = .729$; $p > .05$), Teknik konu odaklı ($t = -1.441$; $p > .05$), Kişisel kaynaklı

($t = .713$; $p > .05$) ve Sosyal odaklı ($t = .890$; $p > .05$) boyutlarına ilişkin algıları branş değişkenine göre incelendiğinde manidar bir fark olmadığı göze çarpmaktadır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres algılarının medeni durum değişkenine göre anlamlı bir farklılaşma olup olmadığına dair bulgular Tablo 4.5'te sunulmuştur.

Tablo 4.5. *Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algularının Medeni Durum Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine Dair Bulgular*

	Medeni Durum	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Öğrenme - öğretme süreci odaklı	Evli	170	19.494	4.932	198	.029	.977
	Bekar	30	19.467	4.297			
Mesleğe yönelik	Evli	170	12.594	4.018	198	-1.642	.102
	Bekar	30	13.933	4.653			
Teknik konu odaklı	Evli	170	16.365	4.908	198	-0.738	.462
	Bekar	30	17.100	5.714			
Kişisel kaynaklı	Evli	170	10.953	4.151	198	-1.592	.113
	Bekar	30	12.300	4.928			
Sosyal odaklı	Evli	170	11.259	3.239	198	-0.538	.591
	Bekar	30	11.600	3.001			
Toplam	Evli	170	70.665	17.424	198	-1.072	.285
	Bekar	30	74.400	18.617			

Tablo 4.5'te öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarına ilişkin algılarında medeni durum değişkenine göre manidar bir fark olmadığı görülmektedir ($t = -1.072$; $p > .05$). Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarda ortalamaları incelendiğinde, evli olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ($\bar{X} = 70.665$; $ss = 17.424$) ile bekar olanlar için puanları ($\bar{X} = 74.400$; $ss = 18.617$) birbirine yakındır. Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından; Öğrenme – öğretme süreci

odaklı ($t = .029$; $p > .05$), Mesleğe yönelik ($t = -1.642$; $p > .05$), Teknik konu odaklı ($t = -0.738$; $p > .05$), Kişisel kaynaklı ($t = -1.592$; $p > .05$) ve Sosyal odaklı ($t = -0.538$; $p > .05$) boyutlarına ilişkin algıları medeni durum değişkenine göre incelendiğinde manidar bir fark olmadığı göze çarpmaktadır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres algılarının ünvan değişkenine göre manidar bir fark gösterip göstermediğine dair sonuçlar Tablo 4.6'da sunulmuştur.

Tablo 4.6. *Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algılarının Ünvan Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine Dair Sonuçlar*

	Ünvan	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Öğrenme - öğretme süreci odaklı	Öğretmen	139	19.230	4.846	198	-1.149	.252
	Okul Yöneticisi	61	20.082	4.786			
Mesleğe yönelik	Öğretmen	139	12.906	4.256	198	.575	.566
	Okul Yöneticisi	61	12.541	3.867			
Teknik konu odaklı	Öğretmen	139	16.604	5.165	198	.548	.584
	Okul Yöneticisi	61	16.180	4.731			
Kişisel kaynaklı	Öğretmen	139	11.281	4.356	198	.624	.533
	Okul Yöneticisi	61	10.869	4.157			
Sosyal odaklı	Öğretmen	139	11.324	3.199	198	.091	.927
	Okul Yöneticisi	61	11.279	3.226			
Toplam	Öğretmen	139	71.345	17.851	198	.146	.884
	Okul Yöneticisi	61	70.951	17.191			

Tablo 4.6'da öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm alt boyutlarına ilişkin algılarında ünvan değişkenine göre manidar bir fark olmadığı göze çarpmaktadır ($t = .146$; $p > .05$). Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarda ortalamaları incelendiğinde, öğretmen olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ($\bar{X} = 71.345$; $ss = 17.851$) ile okul yöneticisi

olanlar için puanları ($\bar{X} = 70.951$; $ss = 17.191$) birbirine oldukça yakındır. Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından; Öğrenme – öğretim süreci odaklı ($t = -1.149$; $p > .05$), Mesleğe yönelik ($t = .575$; $p > .05$), Teknik konu odaklı ($t = .548$; $p > .05$), Kişisel kaynaklı ($t = .624$; $p > .05$) ve Sosyal odaklı ($t = .091$; $p > .05$) boyutlarına ilişkin algıları ünvan değişkenine göre incelendiğinde manidar bir fark olmadığı göze çarpmaktadır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres algılarının kıdem değişkenine göre manidar bir fark gösterip göstermediğine dair bulgular Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılarak bulunmuştur. Bulgular Tablo 4.7’de verilmektedir.

Tablo 4.7. *Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algılarının Kıdem Değişkenine Göre Manidar Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)*

	Varyans Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Fark
Öğrenme - öğretim süreci odaklı	Gruplar Arası	42.192	2	21.096	.903	.407	Yok
	Gruplar İçi	4603.788	197	23.369			
Mesleğe yönelik	Gruplar Arası	137.027	2	68.513	4.133	.017	1-3; 2-3
	Gruplar İçi	3265.568	197	16.576			
Teknik konu odaklı	Gruplar Arası	109.362	2	54.681	2.188	.115	Yok
	Gruplar İçi	4922.513	197	24.987			
Kişisel kaynaklı	Gruplar Arası	132.185	2	66.092	3.688	.027	1-3
	Gruplar İçi	3530.010	197	17.919			
Sosyal odaklı	Gruplar Arası	12.950	2	6.475	.630	.534	Yok
	Gruplar İçi	2023.830	197	10.273			
Toplam	Gruplar Arası	1726.803	2	863.401	2.835	.061	Yok
	Gruplar İçi	59986.072	197	304.498			

KT: Kareler toplamı; KO: Kareler ortalaması. Kategoriler: 1. “20 yıl ve altı kıdem”, 2. “21-29 yıl arası kıdem”, 3. “30 yıl ve üzeri kıdem”

Tablo 4.7’de öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerine ilişkin algılarında kıdem değişkenine göre anlamlı bir farklılık olmadığı göze çarpmaktadır ($p > .05$).

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres algılarının öğrenim durumu değişkenine göre manidar bir farklılaşma gösterip göstermediğine dair bulgular Tablo 4.8’de sunulmuştur.

Tablo 4.8. *Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Algılarının Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Manidar Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Sonuçlar*

	Öğrenim Durumu	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Öğrenme - öğretme süreci odaklı	Lisans	157	19.471	4.868	198	-0.104	.917
	Lisansüstü	43	19.558	4.752			
Mesleğe yönelik	Lisans	157	13.032	4.204	198	1.553	.122
	Lisansüstü	43	11.930	3.795			
Teknik konu odaklı	Lisans	157	16.866	5.033	198	2.121	.035
	Lisansüstü	43	15.047	4.801			
Kişisel kaynaklı	Lisans	157	11.325	4.318	198	1.070	.286
	Lisansüstü	43	10.535	4.177			
Sosyal odaklı	Lisans	157	11.280	3.212	198	-0.251	.802
	Lisansüstü	43	11.419	3.187			
Toplam	Lisans	157	71.975	17.869	198	1.151	.251
	Lisansüstü	43	68.488	16.542			

Tablo 4.8’de öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarına ilişkin algılarında öğrenim durumu değişkenine göre manidar bir fark olmadığı göze çarpmaktadır ($t = 1.151$; $p > .05$). Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarda ortalamaları incelendiğinde, lisans mezunu olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ($\bar{X} = 71.975$; $ss = 17.869$) ile lisansüstü mezunu olanlar için puanları ($\bar{X} = 68.488$; $ss = 16.542$) birbirine yakındır. Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından; Öğrenme – öğretme süreci odaklı ($t = -0.104$; $p > .05$), Mesleğe yönelik ($t = 1.553$; $p > .05$), Kişisel kaynaklı ($t = 1.070$; $p > .05$) ve Sosyal odaklı ($t = -0.251$; $p > .05$)

boyutlarına ilişkin algıları ünvan değişkenine göre incelendiğinde manidar bir fark olmadığı göze çarpmaktadır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından Teknik konu odaklı ($t = 2.121$; $p < .05$) istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

4.3. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlık Algılarının Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi

Bu bölümde çalışmanın ikinci alt problemi olan “Öğretmenlerin psikolojik sağlık algıları;

- a) cinsiyet,
- b) yaş,
- c) branş,
- d) medeni durum,
- e) görev ünvanı,
- f) kıdem,
- g) öğrenim durumuna göre anlamlı bir fark göstermekte midir?” sorusuna cevap aranmıştır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık algılarının farklı değişkenlere (cinsiyet, yaş, branş, medeni durum, görev ünvanı, kıdem, öğrenim durumu, evde bilgisayar olma durumu) göre anlamlı bir fark olup olmadığına dair bulgular sırasıyla gösterilmektedir.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık algılarının cinsiyet değişkenine göre manidar bir farklılaşma gösterip göstermediğine dair sonuçlar Tablo 4.9’da sunulmuştur.

Tablo 4.9. Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlık Algılarının Cinsiyet Değişkenine Göre Manidar Bir Fark Gösterip Göstermediğine Dair Sonuçlar

	Cinsiyet	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Toplam	Kadın	85	20.741	4.945	198	-1.907	.058
	Erkek	115	21.948	3.995			

Tablo 4.9’da öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık düzeylerini belirleme ölçeğinde cinsiyet değişkenine göre manidar bir fark olmadığı göze çarpmaktadır ($t = -1.907$; $p > .05$). Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık düzeylerini belirleme ölçeğinin sonuçları incelendiğinde, kadın olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ($\bar{X} = 20.741$; $ss = 4.945$) ile erkek için puanları ($\bar{X} = 21.948$; $ss = 3.995$) birbirine oldukça yakındır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık algılarının yaş değişkenine göre manidar bir fark gösterip göstermediğine dair bulgular Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılarak bulunmuştur. Bulgular Tablo 4.10’da verilmektedir.

Tablo 4.10. *Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlık Algılarının Yaş Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular Tek Yönlü Varyans Analizi(ANOVA)*

	Varyans Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Fark
Toplam	Gruplar Arası	13.423	2	6.711	.336	.715	Yok
	Gruplar İçi	3931.732	197	19.958			

KT: Kareler toplamı; KO: Kareler ortalaması. Kategoriler: 1. “45 ve altı yaş”, 2. “46-54 arası yaş”, 3. “55 ve üzeri yaş”

Tablo 4.10’da öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık düzeylerine ilişkin algılarında yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı göze çarpmaktadır ($p > .05$).

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık algılarının branş değişkenine göre manidar bir fark gösterip göstermediğine dair sonuçlar t-testi yapılarak Tablo 4.11’de sunulmaktadır.

Tablo 4.11. *Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlık Algılarının Branş Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine Dair Sonuçlar*

	Branş	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Toplam	Kültür Dersi	113	21.796	4.811	197.361	1.346	.180
	Meslek Dersi	87	20.966	3.916			

Tablo 4.11’de gruplar homojen dağılmadığı için Welch’s testi uygulanmıştır. Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık düzeylerini belirleme ölçeğinde branş değişkenine göre manidar bir fark olmadığı göze çarpmaktadır ($t = 1.346$; $p > .05$). Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık düzeylerini belirleme ölçeğinin sonuçları incelendiğinde, branşı kültür dersi olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ($\bar{X} = 21.796$; $ss = 4.811$) ile meslek dersi olanlar için puanları ($\bar{X} = 20.966$; $ss = 3.916$) ‘dır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık algılarının medeni durum değişkenine göre manidar bir fark gösterip göstermediğine dair sonuçlar t-testi yapılarak Tablo 4.12’de sunulmuştur.

Tablo 4.12. *Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlık Algılarının Medeni Durum Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular*

	Medeni Durum	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Toplam	Evli	170	21.594	4.520	198	1.204	.230
	Bekar	30	20.533	3.998			

Tablo 4.12’de öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık düzeylerini belirleme ölçeğinde medeni durum değişkenine göre farklılaşma olmadığı görülmektedir ($t = 1.204$; $p > .05$). Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık düzeylerini belirleme ölçeğinin sonuçları incelendiğinde, evli olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ($\bar{X} = 21.594$; $ss = 4.520$) ile bekar olanlar için puanları ($\bar{X} = 20.533$; $ss = 3.998$) ‘dır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık algılarının ünvan değişkenine göre manidar bir farklılaşma gösterip göstermediğine dair sonuçlar t-testi yapılarak Tablo 4.13’te verilmektedir.

Tablo 4.13. *Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlık Algılarının Ünvan Değişkenine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine Dair Sonuçlar*

	Ünvan	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Toplam	Öğretmen	139	21.151	4.189	98.942	-1.276	.205

Okul 61 22.082 4.978
Yöneticisi

Tablo 4.13'te gruplar homojen dağılmadığı için Welch's testi uygulanmıştır. Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini belirleme ölçeğinde ünvan değişkenine göre manidar bir fark olmadığı göze çarpmaktadır ($t = -1.276$; $p > .05$). Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini belirleme ölçeğinin sonuçları incelendiğinde, öğretmen olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ($\bar{X} = 21.151$; $ss = 4.189$) ile okul yöneticisi olanlar için puanları ($\bar{X} = 22.082$; $ss = 4.978$) 'dır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlamlık algılarının kıdem değişkenine göre manidar bir fark gösterip göstermediğine dair sonuçlar Tek Yönlü Varyans Analizi(ANOVA) yapılarak bulunmuştur. Bulgular Tablo 4.14'te verilmektedir.

Tablo 4.14. *Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlamlık Algılarının Kıdem Değişkenine Göre Manidar Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular Tek Yönlü Varyans Analizi(ANOVA)*

	Varyans Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Fark
Toplam	Gruplar Arası	2.519	2	1.260	.063	.939	Yok
	Gruplar İçi	3942.636	197	20.013			

KT: Kareler toplamı; KO: Kareler ortalaması. Kategoriler: 1. "20 yıl ve altı kıdem", 2. "21-29 yıl arası kıdem", 3. "30 yıl ve üzeri kıdem"

Tablo 4.14'te öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerine ilişkin algılarında kıdem değişkenine göre manidar bir farklılaşma olmadığı göze çarpmaktadır ($p > .05$).

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlamlık algılarının öğrenim durumu değişkenine göre manidar bir fark gösterip göstermediğine dair sonuçlar t-testi yapılarak Tablo 4.15'te verilmektedir.

Tablo 4.15. *Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlamlık Algılarının Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Manidar Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Sonuçlar*

	Öğrenim Durumu	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Toplam	Lisans	157	21.115	4.501	198	-1.958	.052
	Lisansüstü	43	22.605	4.112			

Tablo 4.15'te öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini belirleme ölçeğinde öğrenim durumu değişkenine göre manidar bir fark olmadığı göze çarpmaktadır

($t = -1.958$; $p > .05$). Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini belirleme ölçeğinin sonuçları incelendiğinde, lisans mezunu olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ($\bar{X} = 21.115$; $ss = 4.501$) ile lisansüstü mezunu olanlar için puanları ($\bar{X} = 22.605$; $ss = 4.112$) 'dır.

4.4. Öğretmenlerin ve Okul Yöneticilerinin Teknostres ve Psikolojik Sağlamlık Algıları Arasındaki İlişki

Bu bölümde çalışmanın üçüncü alt problemi olan “Öğretmenlerin teknostres düzeyi (öğrenme – öğretme süreci odaklı, mesleğe yönelik, teknik konu odaklı, kişisel kaynaklı, sosyal odaklı) algıları ile psikolojik sağlamlık algıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna cevap aranmıştır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres ile psikolojik sağlamlık algıları arasında manidar bir ilişkinin var olup olmadığını tespit etmek amacıyla Pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Buna göre iki değişken arasında ters yönlü ve düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r = -0.213$; $p < .05$). Bu katsayı aynı zamanda öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeyi arttıkça psikolojik sağlamlık düzeylerinin azalma eğiliminde olduğunu göstermektedir.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutları ile psikolojik sağlamlık algıları arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan Pearson momentler çarpımı korelasyon analizine ait bulgular Tablo 4.16'da sunulmuştur.

Tablo 4.16. *Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Teknostres Düzeylerini Belirleme Ölçeğinin Tüm Boyutları ile Psikolojik Sağlamlık Algıları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Amacıyla Yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizine Ait Bulgular*

Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Psikolojik Sağlık Algıları	
Öğrenme - öğretme süreci odaklı	-.175*
Mesleğe yönelik	-.272***
Teknik konu odaklı	-.062
Kişisel kaynaklı	-.263***
Sosyal odaklı	-.104
Teknostres Toplam	-.213**

n = 200, * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Tablo 4.16’da öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından; “Mesleğe yönelik” (r = -0.272; p < 0.001) ve “Kişisel kaynaklı” (r = -0.263; p < 0.001) ile psikolojik dayanıklılık algıları arasında ters yönlü düşük bir korelasyon vardır. Yine “Öğrenme – öğretme süreci odaklı” (r = -0.175; p < 0.05) ile psikolojik sağlık algıları arasında ters yönlü çok düşük bir ilişki olduğu görülmektedir.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından; “Teknik konu odaklı” (r = -0.062) ve “Sosyal odaklı” (r = -0.104) ile psikolojik sağlık algıları arasında herhangi bir ilişki olmadığı bulunmuştur.

BEŞİNCİ BÖLÜM: TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME

Çalışmanın bu bölümünde sonuçlara, sonuçlara ilişkin tartışmaya, değerlendirme ve önerilere yer verilmektedir.

5.1. Sonuçlar

5.1.1. Teknostres Düzeyi ve Psikolojik Sağlık Düzeylerine İlişkin Sonuçlar ve Tartışma

Araştırmanın ilk alt problemi “*Öğretmenlerin teknostres düzeyi (öğrenme – öğretme süreci odaklı, mesleğe yönelik, teknik konu odaklı, kişisel kaynaklı, sosyal odaklı) algıları ile psikolojik sağlamlıklarına ilişkin algıları ne düzeydedir?*” şeklindedir. Probleme ilişkin araştırma sonuçları şu şekildedir:

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres seviyeleri “Orta” düzeydedir. Öğretmenlerin ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından “Öğrenme – öğretme süreci odaklı”, “Teknik konu odaklı”, “Sosyal odaklı” algıları “Orta” ve “Kişisel kaynaklı”, “Mesleğe yönelik” algıları “Düşük” düzeydedir. Teknostres alt boyutları incelendiğinde en yüksek ortalama “Öğrenme – Öğretme Süreci Odaklı Teknostres” alt boyutunda, en düşük ortalama ise “Kişisel Kaynaklı Teknostres” alt boyutunda tespit edilmiştir. Çelik (2022)’in yaptığı çalışmaya göre öğretmenlerin teknostres ölçeğinden elde edilen puanların aritmetik ortalamasına göre ölçeğin alt boyutlarından “Öğrenme-Öğretme Süreci Odaklı” alt boyutu “Orta” düzeyde, “Teknik Konu Odaklı” alt boyutu “Orta” düzeyde, “Kişisel Kaynaklı” alt boyutu “Düşük” düzeyde, “Sosyal Odaklı” alt boyutu “Orta” düzeyde ve en düşük ortalamanın “Mesleğe Yönelik” alt boyutuna ait olduğu görülmüştür.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlamlık seviyeleri “Orta” düzeydedir.

5.1.2. Teknostres Düzeyi ile Psikolojik Sağlık Algılarının Farklı Değişkenlere İlişkin Sonuçları ve Tartışma

Araştırmanın ikinci alt problemi “*Öğretmenlerin teknostres düzeyi (öğrenme – öğretme süreci odaklı, mesleğe yönelik, teknik konu odaklı, kişisel kaynaklı, sosyal odaklı) algıları ile psikolojik sağlamlık algıları;*

- a) *cinsiyet,*
- b) *yaş,*
- c) *branş,*
- d) *medeni durum,*
- e) *görev ünvanı,*
- f) *kıdem,*
- g) *öğrenim durumuna göre anlamlı bir fark göstermekte midir?"*

şeklinde. Probleme ilişkin araştırma sonuçları şu şekildedir:

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm alt boyutlarına ilişkin algılarında cinsiyet değişkenine göre manidar bir farklılık olmadığı görülmüştür. Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarda ortalamaları incelendiğinde, kadın ve erkekler için puanlar birbirine çok yakındır. Teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından; öğrenme öğretme süreci odaklı, mesleğe dönük, teknik konu odaklı, kişisel kaynaklı ve sosyal odaklı boyutlarına ilişkin algılarında cinsiyet değişkeni açısından yapılan analizde anlamlı bir fark gözlemlenmemiştir. Ölçeğin alt boyutlarında da kadın ve erkek öğretmen ve okul yöneticilerinin ortalama puanları birbirine çok yakındır. Kıncı ve Özgür (2022)'nin çalışmasına göre, kadın ve erkek öğretmenler arasında genel teknostres puan ortalamalarında anlamlı bir fark bulunmazken, kadınların kişisel kaynaklı teknostres alt boyutundaki puan ortalamaları erkeklerin puan ortalamalarından anlamlı derecede yüksek çıkmıştır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerine ilişkin algılarında yaş değişkenine göre manidar bir fark olmadığı görülmüştür. Kıncı ve Özgür (2022)'ün araştırmasına göre, yaşı 20-29 arası olan öğretmenlerin puan ortalamaları, yaşı 40-49 ve yaşı 50 veya üstü olan öğretmenlere kıyasla daha düşük bulunmuş ve bu fark anlamlı olmuştur. Ayrıca, yaşı 30-39 arası olan öğretmenlerin puan ortalamalarının da, yaşı 50 veya üstü olan öğretmenlerin puan ortalamalarından anlamlı derecede düşük olduğu belirlenmiştir.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm alt boyutlarına ilişkin algılarında branş değişkenine göre manidar bir farklılık olmadığı görülmüştür. Teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarda ortalamaları incelendiğinde, branşı kültür dersi olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ile branşı meslek dersi olanlar için puanlar birbirine çok yakındır. Teknostres düzeylerini belirleme

ölçeğinin alt boyutlarından; Öğrenme – öğretme süreci odaklı boyutuna ilişkin algıları branş değişkenine göre incelendiğinde anlamlı bir fark gözlenmektedir. Mesleğe dönük, Teknik konu odaklı, Kişisel kaynaklı ve Sosyal odaklı boyutlarına ilişkin algıları branş değişkenine göre analiz edildiğinde anlamlı bir fark görülmemiştir.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm alt boyutlarına ilişkin algılarında medeni durum değişkenine göre bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarda ortalamaları incelendiğinde, evli olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ile bekar olanlar için puanlar birbirine yakındır. Teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından; Öğrenme öğretme süreci odaklı, Mesleğe dönük, Teknik konu odaklı, Kişisel kaynaklı ve Sosyal odaklı boyutlarına ilişkin algıları medeni durum değişkenine göre incelendiğinde manidar bir fark olmadığı görülmüştür.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarına ilişkin algılarında ünvan değişkenine göre manidar bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarda ortalamaları incelendiğinde, öğretmen olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ile okul yöneticisi olanlar için puanlar birbirine yakındır. Teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından; Öğrenme öğretme süreci odaklı, Mesleğe dönük, Teknik konu odaklı, Kişisel kaynaklı ve Sosyal odaklı boyutlarına ilişkin algıları ünvan değişkenine göre incelendiğinde manidar bir fark olmadığı bulunmuştur.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerine ilişkin algılarında kıdem değişkenine göre anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Kıncı ve Özgür (2022)'ün yaptığı çalışmaya göre öğretmenlerin teknostres düzeyi belirleme ölçeği geneli ve alt boyutlarından sosyal odaklı alt boyutundan elde edilen puan ortalaması ile kıdem değişkeni arasında manidar bir farkın varlığı tespit edilmiştir.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarına ilişkin algılarında öğrenim durumu değişkenine göre bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin tüm boyutlarda ortalamaları incelendiğinde, lisans mezunu olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ile lisansüstü mezunu olanlar için puanlar birbirine yakındır. Teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından; Öğrenme öğretme süreci odaklı, Mesleğe dönük, Kişisel kaynaklı ve

Sosyal odaklı boyutlarına ilişkin algıları ünvan değişkenine göre incelendiğinde manidar bir fark olmadığı ancak Teknik konu odaklı boyutu istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Kıncı ve Özgür (2022)'ün yaptığı çalışmaya göre öğretmenlerin teknostres seviyesi belirleme ölçeği alt boyutlarından Mesleğe dönük ve Kişisel kaynaklı alt boyutlarından elde ettikleri puan ortalaması ile eğitim düzeyi değişkeni arasında manidar bir farklılık olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini belirleme ölçeğinde cinsiyet değişkenine göre bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Psikolojik sağlamlık düzeylerini belirleme ölçeğinin sonuçları incelendiğinde, kadın olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ile erkek için puanlar birbirine oldukça yakındır. Kaçar (2022)'in yaptığı çalışmaya göre öğretmenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin cinsiyete göre manidar düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir. Yapılan çalışmada erkek öğretmenlerin psikolojik sağlamlık puan ortalamalarının kadın öğretmenlerin psikolojik sağlamlık puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Temiz ve Beyhan (2023)'in yaptığı çalışma sonuçlarına göre öğretmenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüş ve elde edilen bulgular neticesinde erkek öğretmenlerin psikolojik sağlamlık puan ortalamasının kadın öğretmenlerin puan ortalamasından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ortaya konmuştur.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerine ilişkin algılarında yaş değişkenine göre manidar bir fark olmadığı bulunmuştur.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini belirleme ölçeğinde branş değişkenine göre bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Psikolojik sağlamlık düzeylerini belirleme ölçeğinin sonuçları incelendiğinde, branşı kültür dersi olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ile meslek dersi olanlar için puanlar birbirine yakındır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini belirleme ölçeğinde medeni durum değişkenine göre bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Psikolojik sağlamlık düzeylerini belirleme ölçeğinin sonuçları incelendiğinde, evli olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ile bekar olanlar için puanları birbirine yakındır. Kaçar (2022)'in yaptığı çalışmaya göre öğretmenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin medeni durum değişkenine göre manidar düzeyde farklılaştığı görülmüş, araştırmadan elde edilen

bulgulara bakıldığında evli öğretmenlerin psikolojik sağlık puan ortalamalarının bekar öğretmenlerin puan ortalamalarına göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık düzeylerini belirleme ölçeğinde ünvan değişkenine göre bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Psikolojik sağlık düzeylerini belirleme ölçeğinin sonuçları incelendiğinde, öğretmen olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ile okul yöneticisi olanlar için puanlar birbirine yakındır.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık düzeylerine ilişkin algılarında kıdem değişkenine göre anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Temiz ve Beyhan (2023) tarafından yapılan çalışmaya göre öğretmenlerin psikolojik sağlık puanlarının kıdem yılına göre anlamlı düzeyde fark göstermemekte olduğu sonucu elde edilmiştir.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin psikolojik sağlık düzeylerini belirleme ölçeğinde öğrenim durumu değişkenine göre bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Psikolojik sağlık düzeylerini belirleme ölçeğinin sonuçları incelendiğinde, lisans mezunu olanlar için ortalama ve standart sapma puanları ile lisansüstü mezunu olanlar için puanlar birbirine yakındır.

5.1.3. Öğretmenlerin Teknostres Düzeyi Algıları ile Psikolojik Sağlık Algıları Arasında Anlamlı Bir İlişki Olup Olmadığına İlişkin Sonuçlar ve Tartışma

Araştırmanın üçüncü alt problemi “*Öğretmenlerin teknostres düzeyi (öğrenme – öğretim süreci odaklı, mesleğe yönelik, teknik konu odaklı, kişisel kaynaklı, sosyal odaklı) algıları ile psikolojik sağlık algıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?*” şeklindedir. Probleme ilişkin araştırma sonuçları şu şekildedir:

Öğretmen ve okul yöneticilerinin teknostres ile psikolojik sağlık algıları arasında kayda değer bir ilişki bulunup bulunmadığını tespit etmek için Pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Buna göre verilen değişkenler arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde manidar bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Teknostres düzeylerini belirleme ölçeğinin alt boyutlarından; “Mesleğe yönelik teknostres” ve “Kişisel kaynaklı teknostres” ile psikolojik sağlık algıları arasında ters yönlü düşük seviyede ilişkinin varlığı; “Öğrenme – öğretim süreci odaklı teknostres” ile

psikolojik sağamlık algıları arasında ters yönlü çok düşük bir ilişkinin varlığı; “Teknik konu odaklı teknostres” ve “Sosyal odaklı teknostres” ile psikolojik sağamlık algıları arasında herhangi bir ilişki olmadığı görülmüştür.

5.2. Öneriler

Öğretmenlerin dijital teknolojileri etkin ve verimli bir şekilde kullanabilmesi için düzenli olarak teknoloji eğitimi ve farkındalık seminerleri düzenlenebilir.

Teknostresin yönetilmesi için zaman yönetimi, problem çözme teknikleri ve psikolojik dayanıklılık geliştirme konularında rehberlik edici eğitim programları hazırlanabilir.

Öğretmenlerin psikolojik sağamlıklarını artırmak amacıyla okullarda psikolojik danışmanlık hizmetleri yaygınlaştırılabilir.

Teknostresle başa çıkma yolları hakkında rehberlik sağlayacak bireysel ve grup terapi seansları düzenlenebilir.

Öğretmenlerin iş yükünü azaltacak ve teknoloji kullanımına uyum sağlamalarını kolaylaştıracak idari düzenlemeler yapılabilir.

Teknoloji entegrasyonu sırasında öğretmenlerin ihtiyaç duyduğu teknik destek sağlanarak teknik sorunlar stres kaynağı olmaktan çıkarılabilir.

Okul yöneticileri, öğretmenlerin teknostres ve psikolojik sağamlık seviyelerini yakından takip ederek bu konuda destekleyici bir okul iklimi oluşturabilir.

Teknoloji kullanımının bir stres kaynağı olmaktan çıkması için öğretmenler arasında işbirliğini teşvik eden ve paylaşım kültürünü geliştiren uygulamalar başlatılabilir.

Öğretmenlerin teknostres düzeylerini ve psikolojik sağamlıklarını daha yakından izlemek için düzenli değerlendirme çalışmaları yapılarak sonuçlar ışığında yeni stratejiler geliştirilebilir.

KAYNAKÇA

- Akgün, F. (2019), “Öğretim Elemanlarının Bilgi ve İletişim Teknolojilerine Yönelik Kabulleri ve Teknostres Alguları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 9(2), 40-66.
- Bozdağ, F. (2020). Pandemi Sürecinde Psikolojik Sağlık. *Electronic Turkish Studies*, 15(6).
- Brod, C. (1984). Technostress: The human cost of the computer revolution. (*No Title*).
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.
- Çalışkan, M. ve Çoklar, A. N. (2022), “Öğretmen Adaylarının Teknostres Düzeylerinin Belirlenmesi”, *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6 (3), 341-354.
- Çelik, B. N. (2022). Teknostresin öğretmenlerin öğretme motivasyonu ve mutluluk düzeylerine etkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*.
- Çoklar, A. N., Efiltili, E., & Sahin, L. (2017). Defining Teachers' Technostress Levels: A Scale Development. *Journal of Education and Practice*, 8(21), 28-41.
- Day, A., Hartling, N., & Mackie, B. (2016). The psychologically healthy workplace: Fostering employee well-being and healthy businesses.
- Deniz, M. E., Erus, S. M., & Büyükcebeci, A. (2017). Bilinçli farkındalık ile psikolojik iyi oluş ilişkisinde duygusal zekanın aracılık rolü. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 7(47), 17-31.
- Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlık ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Effiyanti, T. & Sagala, G. H. (2018), “Technostress among teachers: a confirmation of its stressors and antecedent”, *International Journal of Education Economics and Development*, 9(2), 134-148.
- Erata, F., & Özbey, S. (2020). Okul öncesi eğitim kurumuna devam eden çocukların psikolojik sağlık düzeylerinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Pearson Journal*, 5(9), 125-151.
- Gökbulut, B. (2021), “Öğretmenlerin Teknostres ve Teknopedagojik Yeterlikleri Arasındaki İlişki”, *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 472-496.
- Gökbulut, B., & Dindaş, S. (2022). Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik ve teknostres düzeylerinin incelenmesi. *International Journal of Eurasia Social Sciences (IJOESS)*, 13(47), 42-59.

- Güloğlu, B., ve Kararımak, Ö. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık. *Ege Eğitim Dergisi*, 11(2), 73-88.
- Hoşoğlu, R., Kodaz, A. F., Bingöl, T. Y., & Batık, M. V. (2018). Öğretmen adaylarında psikolojik sağlamlık. *OPUS International journal of society researches*, 8(14), 217-239.
- Jena, R. K. (2015), "Technostress in ICT enabled collaborative learning environment: An empirical study among Indian academician", *Computers in Human Behavior*, 51, 1116-1123.
- Joo, Y. J., Lim, K. Y. & Kim, N. H. (2015), "The effects of secondary teachers' technostress on the intention to use technology in South Korea", *Computers and Education*, 95, 114-122.
- Kaçar, T. (2022). *Öğretmenlerin psikolojik sağlamlıkları, yaşam becerileri ve öz-kontrolleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, Necmettin Erbakan University (Turkey)).
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kıncı, C., ve Özgür, H. (2022). Öğretmenlerin teknostres düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre değerlendirilmesi: Edirne ili örneği. *Trakya Eğitim Dergisi*, 12(2), 1106-1132.
- L Berg, B. (2001). *Qualitative research methods for the social sciences*. Allyn & Bacon:Massachusetts.
- Lee, J. Y. (2018), "Mediating Effect of Stress Coping in the Relationship between Technostress and Teacher Efficacy of Early Childhood Teachers", *Korean Journal of Stress Research*, 26(1), 46-51.
- Li, L. & Wang, X. (2021), "Technostress Inhibitors and Creators and Their Impacts on University Teachers' Work Performance in Higher Education", *Cognition Technology and Work* 23(2), 1-16.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American psychologist*, 56(3), 227.
- Masten, A. S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity: Challenges and prospects. In *Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospects* (3-25). Lawrence Erlbaum.
- Öz, F. ve Yılmaz, E. (2009), "Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlamlık", *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 82-89.
- Ragu-Nathan, T. S., Tarafdar, M., Ragu-Nathan, B. S., & Tu, Q. (2008). The consequences of technostress for end users in organizations: Conceptual development and empirical validation. *Information systems research*, 19(4), 417-433.

- Salanova, M., Llorens, S., & Cifre, E. (2013). The dark side of technologies: Technostress among users of information and communication technologies. *International journal of psychology*, 48(3), 422-436.
- Şahan, E. (2021). Teknostres ve Teknostresin Görev Verimliliğine Etkisi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Elazığ*.
- Tarafdar, M., Tu, Q., Ragu-Nathan, B. S., & Ragu-Nathan, T. S. (2007). The impact of technostress on role stress and productivity. *Journal of management information systems*, 24(1), 301-328.
- Tarafdar, M., Tu, Q., Ragu-Nathan, T. S., & Ragu-Nathan, B. S. (2011). Crossing to the dark side: examining creators, outcomes, and inhibitors of technostress. *Communications of the ACM*, 54(9), 113-120.
- Telef, B. B. (2013), "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Türkçeye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* (H. U. Journal of Education) 28(3), 374-38
- Temiz, S. R., ve Beyhan, Ö. (2023). Öğretmenlerin Özyeterlik İnançlarının Psikolojik Sağlık Düzeyleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of personality and social psychology*, 86(2), 320.
- Weil, M. M. (1997). Technostress: Coping with technology@ work@ home@ play.

EKLER

Ek-1: Ölçekler

Değerli Meslektaşım,

Bu anket, bilimsel bir çalışmada öğretmenlerin görüşlerini belirlemek amacıyla planlanan yüksek lisans projesine veri toplamak için geliştirilmiştir. Sizden beklenen, her ifadeyi dikkatli bir şekilde okuyarak başındaki açıklamaya göre katılma durumunuzu en iyi yansıtan seçeneği işaretlemenizdir. Toplanan veriler, sadece bilimsel amaçlar için kullanılacak olup hiçbir kişi veya kurum ile paylaşılmayacaktır. Araştırmaya sağlayacağımız katkı ve desteğiniz için teşekkür ederim.

Öğretmen Nilay AKKAYA

- | | |
|--|---|
| <p>1. Cinsiyetiniz</p> <p><input type="radio"/> Kadın <input type="radio"/> Erkek</p> <p>2. Yaşınız
Lütfen yazınız:</p> <p>3. Branşınız</p> <p><input type="radio"/> Kültür Dersi Öğr. <input type="radio"/> Meslek Dersi Öğr.</p> <p>4. Medeni Durumunuz</p> <p><input type="radio"/> Evli <input type="radio"/> Bekar</p> | <p>5. Görev Ünvanınız</p> <p><input type="radio"/> Öğretmen <input type="radio"/> Okul Yöneticisi</p> <p>6. Çalıştığınız Yıl
Lütfen yazınız:</p> <p>7. Öğrenim Durumunuz</p> <p><input type="radio"/> Lisans <input type="radio"/> Lisansüstü</p> <p>8. Evinizde Bilgisayar Olma Durumu</p> <p><input type="radio"/> Var <input type="radio"/> Yok</p> |
|--|---|

Aşağıdaki maddelerin karşısında yer alan ve katılım düzeyinizi en iyi yansıtan ifadeye ait kutucuğu işaretleyiniz. Lütfen boş bırakmayınız		Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
1	Sıkıntılı zamanlardan sonra kendimi çabucak toparlayabilirim.	1	2	3	4	5
2	Stresli olayların üstesinden gelmekte güçlük çekerim.	1	2	3	4	5
3	Stresli durumlardan sonra kendime gelmem uzun zaman almaz.	1	2	3	4	5
4	Kötü bir şeyler olduğunda bunu atlatmak benim için zordur.	1	2	3	4	5
5	Zor zamanları çok az sıkıntıyla atlatırım.	1	2	3	4	5
6	Hayatımdaki olumsuzlukların etkisinden kurtulmam uzun zaman alır.	1	2	3	4	5

Aşağıdaki maddelerin karşısında yer alan ve katılım düzeyinizi en iyi yansıtan ifadeye ait kutucuğu işaretleyiniz.	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum

1	Teknoloji kullanımının zaman alması nedeniyle ders içeriğinin tamamını öğretememe düşüncesi beni tedirgin ediyor.	1	2	3	4	5
2	Teknoloji kullanımının sınıfta daha çok efor gerektirmesinin teknoloji kullanımını olumsuz etkilediğini düşünüyorum.	1	2	3	4	5
3	Eğitim sürecinde internete giderek daha çok bağımlı hale gelme konusunda üzerimde baskı hissediyorum.	1	2	3	4	5
4	Eğitim sürecinde dijital teknoloji odaklı hazır materyallerin yaygınlaşması beni endişelendirir.	1	2	3	4	5
5	Teknolojik araçların ders esnasında öğrenci tarafından ders dışı amaçlı kullanılmasından rahatsızlık duyuyorum.	1	2	3	4	5
6	Teknolojinin eğitim ortamındaki tüm bireyleri tembelliğe ve hazırcılığa sevk etmesinden rahatsızlık duymaktayım.	1	2	3	4	5
7	Teknoloji kullanımının öğrencilerin araştırma becerilerini köreltmesi beni rahatsız ediyor.	1	2	3	4	5
8	Teknoloji kullanımının öğretmenlik mesleğini zorlaştırdığını düşünüyorum.	1	2	3	4	5
9	Bilgi kaynağının teknoloji odaklı hale gelmesi nedeniyle öğretmenlik mesleğinin değerini yitirdiğini düşünüyorum.	1	2	3	4	5
10	Teknolojik araçlar dolayısıyla eğitim-öğretim anlayışının değişmesinden tedirginlik duyuyorum.	1	2	3	4	5
11	Teknoloji kullanımı nedeniyle ilerde işsiz kalma endişesi taşıyorum.	1	2	3	4	5
12	Mesleğe yeni başlayan öğretmenlerin teknolojiyi daha iyi kullanmaları nedeniyle prestij kaybetmekten endişe duyarım.	1	2	3	4	5
13	Teknoloji kullanımının öğretmenlerin iş yükünü artırdığını düşünüyorum.	1	2	3	4	5
14	Sürekli olarak teknolojilere virüs bulaşma riski yaşama düşüncesi beni rahatsız ediyor.	1	2	3	4	5
15	Dijital ortamlarda (taşınabilir bellek, internet vb.) sakladığım verileri kaybetme ve başkalarının eline geçme düşüncesi beni endişelendirir.	1	2	3	4	5
16	Teknolojik ortamlarda çok fazla hatırlanması gereken bilgi (şifre, hesap adı vb.) olması, bunları unutma riski bağlamında beni endişelendiriyor.	1	2	3	4	5
17	Teknoloji kullanımının sürekli maliyet getirmesi (satın alma, bakım onarım, ücretli siteler vb.) beni rahatsız etmektedir.	1	2	3	4	5
18	Teknolojik cihazların sınıf içerisindeki olumsuz etkisi (gürültü, ısınma vb.) beni tedirgin etmektedir.	1	2	3	4	5
19	Okulda teknolojik araçların güvenliğini sağlamasına (saklama, muhafaza etme vb.) yönelik tedirginlik duyarım.	1	2	3	4	5
20	Kullanmak istesem bile teknoloji kullanımını öğrenememe endişesi taşıyorum.	1	2	3	4	5
21	Sürekli gelişen teknolojiye ayak uydurma zorunluğu nedeniyle teknoloji kullanma konusunda endişe duyarım.	1	2	3	4	5
22	Teknolojiyi daha iyi kullanan bireylere bağımlı olmaktan rahatsızlık duymaktayım.	1	2	3	4	5
23	Teknoloji kullanımına yönelik yeterli eğitim fırsatı bulamamam nedeniyle onları kullanmaktan vazgeçebilirim.	1	2	3	4	5
24	Yeni teknolojileri tanımlamada kullanılan terminolojinin yabancı gelmesi beni rahatsız eder.	1	2	3	4	5
25	Dijital teknoloji kullanımının yaşamdan gereğinden fazla zaman alıyor olmasından rahatsızlık duymaktayım.	1	2	3	4	5
26	Teknoloji kullanımı nedeniyle öğrenim sürecinde yer alan herkesin sosyal iletişimin zarar gördüğünü düşünüyorum.	1	2	3	4	5
27	Meslektaşlarım ile teknoloji kullanımı konusunda sorun yaşamaktan endişe duyuyorum.	1	2	3	4	5
28	Teknoloji kullanımının sağlık sorunlarına (görme, işitme, ağrı vb.) neden olma düşüncesi beni endişelendirir.	1	2	3	4	5

Ek-2.

Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği İzin

Gelen Kutusu x



Nilay Akkaya <



31 May Cum 20:37 (16 saat önce)



Alıcı: tayfun

Merhabalar Sayın Hocam,

Ben Nilay Akkaya. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Yönetimi Tezsiz Yüksek Lisans öğrencisiyim. Tezsiz yüksek lisans projemde geliştirmiş olduğunuz "Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği" ni kullanmak istiyorum. Gerekli izin konusunda yardımcı olursanız sevinirim. İyi çalışmalar dilerim. Saygılarımla.



Tayfun Doğan <



31 May Cum 23:52 (12 saat önce)



Alıcı: ben

Merhaba,

Ölçeği web sitemden indirerek kullanabilirsiniz. İyi çalışmalar dilerim.

Tayfun Doğan

Öğretmenlerin Teknostres Düzeylerini Belirleme Ölçeği İzin

Gelen Kutusu x



Nilay Akkaya <



2 Şub 2024 17:41 (1 gün önce)



Alıcı:

Merhabalar Sayın Hocam,

Ben Nilay Akkaya. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Yönetimi Tezsiz Yüksek Lisans öğrencisiyim. Tezsiz yüksek lisans projemde geliştirmiş olduğunuz "Öğretmenlerin Teknostres Düzeylerini Belirleme Ölçeği" ni kullanmak istiyorum. Gerekli izin konusunda yardımcı olursanız sevinirim.

İyi çalışmalar dilerim. Saygılarımla.



Prof. Dr. Ahmet Naci ÇOKLAR

15:10 (2 saat önce)



Alıcı: ben

Nilay merhaba. İlgili ölçeği akademik çalışmada elbette kullanabilirsin. Kolaylıklar dilerim.

Prof. Dr. Ahmet Naci ÇOKLAR

Selçuk Üniversitesi

Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü

Ek-3.

MEB Araştırma İzni

arasirmaiznleri.meb.gov.tr/panel/arasirma-uygulamaları/basvurularım

T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI

NİLAY AKKAYA

Yeni Başvuru

Başvurularım

Görüş ve Öneri Bildir

Dikkat Edilecek Hususlar

Sayfada 10 kayıt göster

Ara:

BAŞVURU NO	BAŞVURU TARİHİ	ARAŞTIRMANIN ADI	NİTELİĞİ	BAŞVURU DURUMU	SONUÇ RAPORU
MEB.TT.2024.002459	02.10.2024	ÖĞRETMENLERİN TEKNOSTRES DÜZEYLERİ İLE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ALGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİ	Proje	Onaylandı	

Başvuru No Başvuru Tarihi Araştırmanın Adı Niteliği Başvuru Durumu Sonuç Raporu

1 kayıttan 1 - 1 arasındaki kayıtlar gösteriliyor

Önceki 1 Sonraki