

A QUALITATIVE RESEARCH ON THE PERCEPTION OF SUBJECT VITALITY OF TEACHER CANDIDATES

Gönül ŞENER

*Assist. Prof. Dr., Munzur University, Turkey, gonulsener@munzur.edu.tr
ORCID: 0000-0003-3212-7703*

Seda GÜNDÜZALP

*Assist. Prof. Dr., Munzur University, Turkey, sedagunduzalp@munzur.edu.tr
ORCID: 0000-0003-3546-5644*

Received: 18.12.2019

Accepted: 14.05.2020

Published: 07.06.2020

ABSTRACT

The subjective vitality approach, which is the presence of mental positive energy, refers to alive, cheerful, stimulated, energetic, and dynamic individuals. In other words, this approach, which is regarded as a sign of the spontaneous energy of individuals along with their aliveness and alertness, has recently become one of the important study subjects of positive psychology. It is inevitable to determine the reflections of studies related to psychology in the field of education where the individual is the most important factor. The fact that the teacher, who is the cornerstone stone of education, has a positive and energetic perspective on life and also reflects the same positive feelings in his profession is important in this respect. In this context, the determination of subjective vitality states of preservice teachers who apply to the formation program with the aim of becoming a teacher constitutes the purpose of the research. In the study where qualitative data was collected and analyzed, the phenomenology design was used. In the research, 80 students receiving formation training in the Department of Educational Sciences of Firat University during the 2018-2019 academic year were determined by using the typical sampling method, which is among the purposive sampling methods. The method of "content analysis" which is used for the analysis of qualitative researches has been used in this study for the analysis of the data obtained taking into account the teacher candidates' opinions. As a result of the research, it was observed that the subjective vitality states of preservice teachers related to school, student, and teaching profession were generally high.

Keywords: Subject vitality, education, teacher candidate.

INTRODUCTION

We continue our lives by playing different roles in working life, at school, at home, on the street. When we have positive energy, we feel more alive, happier, and harder. In the opposite case, that is, when our energy is low, we get into negative moods such as lethargy, weakness, and laziness. We say that the energy status, vitality, and positivity of the people around us also affect us. Energetic people positively affect both themselves and those around them. So much so that when we feel that our energy is low, when we meet people with high energy around us, we express that the person's energy-filled, lively mood also increases our own energy. In this context, it is possible to foresee that the energy conditions of ourselves and those around us affect us psychologically, and accordingly, they will have a negative impact on our work, motivation, performance and efficiency.

The attitude of subjective vitality which is described as presence of mental positive energy and was suggested first by Ryan and Frederick (1997) refers to alive, cheerful, stimulated, energetic and active individuals. This concept is an attitude which is accepted as an indicator of aliveness, alertness and inherent energy of people and it has become an important study field of positive psychology recently. Defined by Ryan and Frederick (1997) as subjective experience of joy of living and full of energy, the concept of subjective vitality is associated with various indicators of physical and mental health (Cuğ, 2015). In other words, it is the feeling of the energy coming from an internal resource, e.g. the essence of individuals, not environmental threats (Bostic, Robia & Hood, 2000: 313; Çelik & Topçuoğlu; 2017: 1223). Such aliveness and feeling of energy cover the psychological experience of soul rather than just physical activity and alertness and even feeling calorically full. Individuals have vital experience as a function of psychological factors not just physical effects (Ryan & Frederick, 1997: 530). Defining Nobody says this, but it affects the salary energy that teachers receive. More money means more energy. I think this is the same in every profession. I think the increase in teacher salaries in our country will cause many things to change. The reputation of the teaching profession will increase, more people will want to become teachers, and it will be a hard-earned profession like a doctor. For the concept of subjective vitality as the feeling of alertness and aliveness that functions completely, Malik and Macintosh (2015) suggested that the resource of these feelings is both physical and psychological factors. A person's subjective vitality is closely related to positive energy and joy of living and feeling cheerful, comfortable and alive (Fini, Kavousian, Beigy & Emami, 2010; Rouse, Veldhujen, Metsios, Ntoumanis, Kitas & Duda, 2014). Aliveness, excitement and being full of energy are the fundamental aspects of subjective vitality (Nix, Ryan, Manly & Deci, 1999).

Theoretical Framework

As an indicator of feeling good, subjective vitality is a variable based on an individual's both biological and psychological condition (Ryan & Frederick, 1997; Salama-Younes, 2011). Also, it is a concept that refers to having positive feelings and feeling full of life (Greenglass, 2006). Aleksandrova (2011) suggested that subjective vitality plays a significant role in process and personality development. While subjective vitality is associated with happiness and life satisfaction, it differs from these concepts. That is because happiness and life satisfaction are

rather based on external stimulus whereas subjective vitality depends on internal motivation. Nevertheless, Salama-Younes & Hashim (2017) put forward that subjective vitality plays a mediator role between passion and life satisfaction.

Subjective vitality is related to an individual's having positive energy and ability to control it himself/herself. Also, the emotions such as anxiety, pressure, and boredom that aren't relevant with personal control are expected to have no relationship or negative relationship with subjective vitality. Likewise, the health-based stress sources and potential threats that affect especially a person's efficiency and autonomy have a negative impact on subjective vitality. Also, physical difficulties, injuries and illnesses are among the factors influential on subjective vitality, but the effects of these factors can be mitigated by focusing on the difficulty level and significance of these factors (Ryan & Frederick, 1997: 530). Stress is claimed to be related not only to the individual's physical health but also to irrational beliefs and well-being (Tagay, Çalışandemir & Ünüvar, 2018).

Subjective vitality reflects an individual's self-relaxing feeling (Holderness & Hunton, 2015: 144). As a subjective feeling, vitality helps a person be more vigorous, productive, active and cope with stress and have a good physical health condition (Ryan & Deci, 2008; Kacker, 2015: 929). Being aware of individuals' levels of vitality helps to get an idea of their welfare, wellbeing and physical comfort (Uysal, Sarıçam & Akın, 2014). People in h level of vitality have strong energy to perform the actions required to be carried out in daily life and achieve their goals and they can cope with stress more efficiently and have a healthier condition psychologically (Akın & Akın, 2015). Vitality and lack of energy can be one of the main symptoms of depression and burnout (Rubtcova & Pavenkov, 2017; Elçi, Yıldız & Erdilek Karabay, 2018). Therefore, people with high subjective vitality are expected to hold on to life tightly, do their actions vigorously and endeavour more to cope with the difficulties they encounter compared to other persons.

In this regard, subjective vitality once again brings to mind the importance of human capital in being an effective school in educational organizations. In educational organizations, which is one of the places where individual organization harmony should be seen most frequently, it is possible to establish the soundness of this structure with the energy of human capital. Reaching, strengthening and maintaining subjective vitality plays a role to affect an individual's private and professional life. The starting point of this study is the suggestion that people's subjective vitality is positively influential on their energy, work commitment, performance, and efficiency in their professional life. Also, it is considered important to identify the teacher's candidates' levels of subjective vitality and the factors influential on these levels.

Subjective vitality seems to be preferable for both teachers and prospective teachers, and it is beneficial for both teachers and students during educational and training activities (Özkara, Kalkavan, Alemdağ & Çavdar, 2017). It is foreseeable that there will be an increase in the motivation, performance and accordingly student achievement of teachers who have subjective vitality in educational organizations as well as employees in all organizations. Acting with the positive feelings brought by subjectivity, they show a constructive attitude towards their

students, colleagues, parents, and school management, and contribute positively to the subjective vitality of the people around them.

During university years in which work life and private life are shaped, students' need for satisfaction with life, coping with stress and motivation increases (Kumar, Shaheen, Rasool & Shafi 2016; Arık, Kürtül & Özdere, 2018). It is inevitable to identify the implications of psychological studies, which are performed in this area, on the field of education in which individual is the most important factor. As the building blocks of education, teachers' positive and energetic perspective on life and reflection of such positive feelings in their profession are significant in this respect. The purpose of this study is to identify the level of subjective vitality of teacher candidates, who have applied to the formation program with the intent of being a teacher, and the factors influential on subjective vitality. Based on this purpose, this study has sought answers for the following questions:

1. What is the energy perception of pre-service teachers related to the concept of "school"?
2. What is the energy perception of prospective teachers regarding the concept of "the teaching profession"?
3. What is the energy perception of pre-service teachers related to the concept of "student"?
4. What are the situations that decrease the energies of teacher candidates regarding the teaching profession?
5. What are the situations that increase the energies of teacher candidates regarding the teaching profession?

METHOD

In the study where qualitative data was collected and analysed, the phenomenology design has been used. "Phenomenology", one of the frequently-used qualitative research methods has been used in this study which was designed in order to identify the level of subjective vitality of teacher candidates, who have applied to the formation program with the intent of being a teacher. Phenomenology focuses on the phenomenon which we are aware of but we don't have a deep and comprehensive understanding. It is a method suitable for researching the phenomenon that is not completely unfamiliar to us but we aren't able to comprehend its meaning (Yıldırım & Şimşek, 2011).

Participants

For the identification of the study group of the research, the typical case sampling method involved in the purposeful sampling method has been used. The study group of the research consists of 80 students who attend the formation program at the Educational Sciences Department in 2018-2019 academic year. The typical case sampling is to form the research sample by a case which is typical with respect to the research problem among a great number of cases within the research population (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz & Demirel, 2008).

Data Collection and Analysis

The interview form used in this study has been developed in line with the purpose of the research and by examination of the literature. The questions prepared in order to define the teacher candidates' general opinions have been asked to them to receive their opinions. The interview form developed consists of three close-ended and two open-ended questions. The interview forms were handed out to the teacher candidates and the necessary clarifications were made to them. They were asked to fill in these forms and submit them. These filled-in interview forms were regarded as the basic data source of this research. The created form is given attachment.

Data Analysis

The method of "content analysis" which is used for the analysis of qualitative researches was used in this study for the analysis of the data obtained taking into account the teacher candidates' opinions. The content analysis method used to obtain objective and systematic results from certain characters defined in the text was used as a research technique (Stone, Dunphy, Smith & Ogilvie, 1966). The content analysis findings are quantitatively revealed through a text (Koçak & Arun, 2006). The aim is to make sense of the collected data and concepts and relationships (Yıldırım & Şimşek, 2011).

In the study, the answers given by the teacher candidates to the interview form were firstly examined and all data collected from them (80 interview forms) was deemed valid. Then, these questionnaires were analysed. A serial number was given to each of 80 interviews in order. A word document was created for each question and the answers was analysed by statistical data analysis program. For measuring the reliability of the research, the following formula developed by Miles & Heberman (1994) has been used:

$$\text{Reliability percent} = \frac{\text{Consensus (Na)}}{\text{Consensus (Na) + Disagreement}} \times 100$$

In qualitative studies, reliability is deemed to have been ensured when the ratio of consistency between the assessments of specialists and researchers is 90% and above. Accordingly, the specialist who has been asked his/her opinion has put just twenty three expressions in the categories different from those selected by the researchers. After this calculation, reliability of the research has been found as $P = 777 / (777 + 23) \times 100 = 97\%$.

FINDINGS

Figure 1 shows the analyses related to the following question that is asked to the teacher candidates to make assessment in the context of metaphor of battery, "Indicate the energy you feel when you hear the concept of "school" by ticking one of the batteries suitable for you".

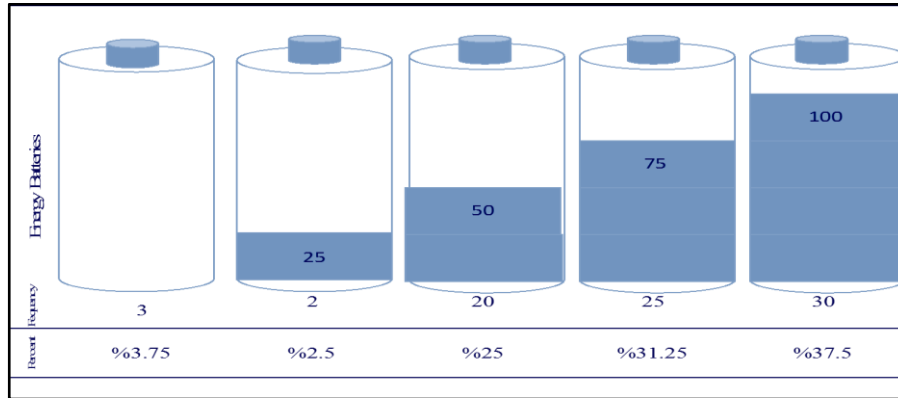


Figure 1. The Energy with Respect to the Concept of School of Teacher Candidates

In the analysis which has been made in order to identify the energy, with respect to the concept of school, felt by the teacher candidates attending the formation training, 3 teacher candidates have stated that they have no energy for the concept of school while 2 candidates have had 25% loaded energy; 20 candidates with 50% and 25 candidates with 75% as well as 30 candidates with 100% loaded energy. This finding shows that the school-related energy of most of the teacher candidates is generally high although there are teacher candidates who have low energy.

Figure 2 shows the analyses related to the following question that is asked to the teacher candidates to make assessment in the context of metaphor of battery, “Indicate the energy you feel when you hear the concept of “teaching profession” by ticking one of the batteries suitable for you”.

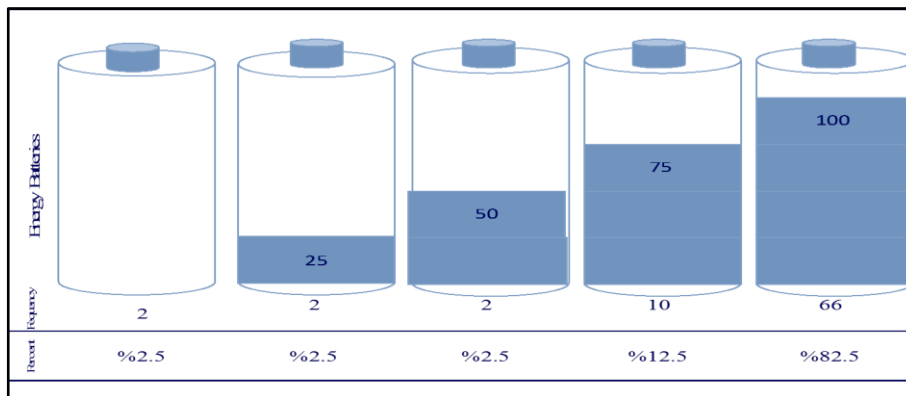


Figure 2. The Energy with Respect to the Concept of Teaching Profession of Teacher Candidates

In the analysis which has been made in order to identify the energy, with respect to the concept of teaching profession, felt by the teacher candidates, 3 teacher candidates have stated that they have no energy for the concept of teaching profession while 2 candidates have had 25%loaded energy; 2 candidates with 50% and 10 candidates with 75% as well as 66 candidates with 100%loaded energy. This finding shows that the teaching profession-related energy of the teacher candidates is mostly high.

Figure 3 shows the analyses related to the following question that is asked to the teacher candidates to make assessment in the context of metaphor of battery, “Indicate the energy you feel when you hear the concept of “student” by ticking one of the batteries suitable for you”.

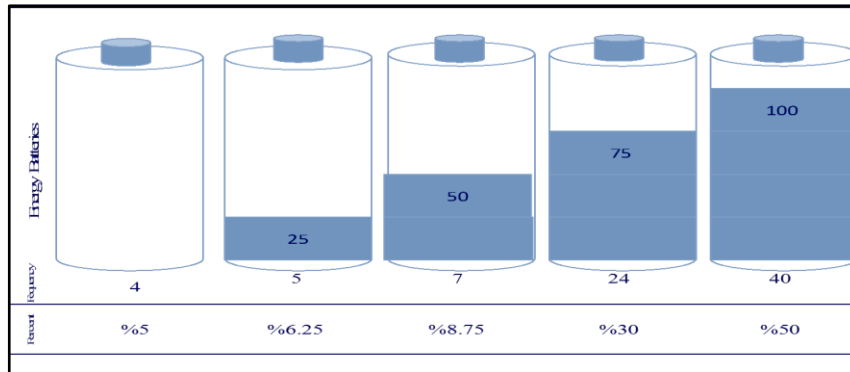


Figure 3. The Energy with Respect to the Concept of Concept of Student of Teacher Candidates

In the analysis which has been made in order to identify the energy, with respect to the concept of student, felt by the teacher candidates, 4 teacher candidates have stated that they have no energy for the concept of student while 5 candidates have had 25% loaded energy; 7 candidates with 50% and 24 candidates with 75% as well as 40 candidates with 100%loaded energy. Half of the teacher candidates who have taken part in the research have informed that their energy related to the concept of student is high whereas another half one has had lower energy. This finding can be interpreted in the way that the teacher candidates have anxiety about students.

Based on the answers given by the teacher candidates to the following question, “What are the conditions that decrease your energy for teaching profession?”, it is seen that such conditions are listed in course/class-related themes (Figure 4), external themes (Figure 5) and personal themes (Figure 6).

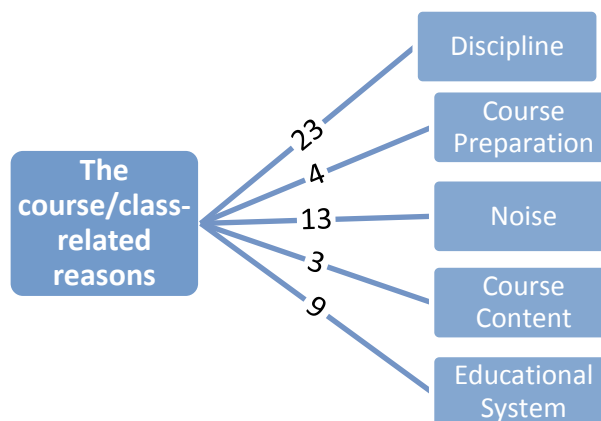


Figure 4. The Course/Class-Related Reasons That Decrease Their Energy

The teacher candidates have presented their opinion that discipline problems, noise, uncertainties related to the educational system, unpreparedness of students for courses, and insufficiency of course content are the course/class-related reasons that decrease their energy for the profession they've selected. Sample statements about prospective teachers are given below:

"One of the most difficult aspects of teaching is to ensure discipline in the classroom. When I think of discipline problems in classrooms, my energy drops and this scares me. The students who throw paper at each other come alive in my eyes and the question of how to ensure discipline comes to my mind." K(8)

"In high school and middle school years, I was heading home from the noise in the classroom. Some teachers knew how to silence students, while others were teaching in noise. That noise environment definitely lowers energy.." K(21)

"The constant change of the education system and the fact that everything is suddenly upside down causes my belief in this profession, my love and therefore my energy to drop. Always asking what will happen tomorrow is an incredibly worrying situation. Your education system is this situation, everyone's anxiety, we always talk about it with my friends." K(18)

"If I am appointed in the future, I have full confidence that I will be a good teacher. I love this job. My energy is high, but it may decrease my energy for students to come to class without preparing for the lesson and fulfilling the tasks I have given." K(67)

"When we look at our education system, I do not find the curriculum meaningful at all. To date, we have been filled with unnecessary information. Course curricula should definitely change. We are told that we have a system of constructivist philosophy in formation education, but I do not believe it at all. Unfortunately, the facts are not like those described in papers ..." K(9)

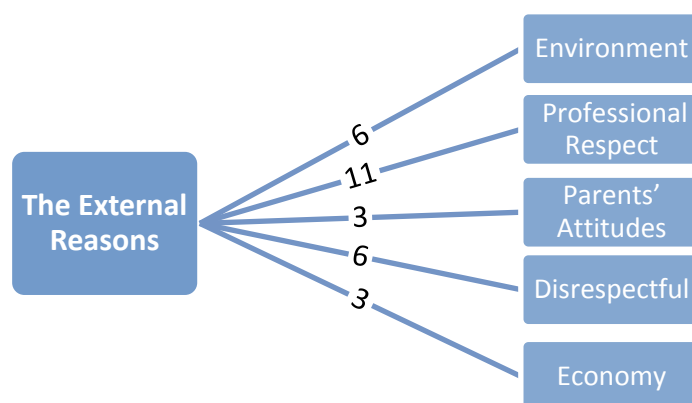


Figure 5. The External Reasons That Decrease Their Energy

The teacher candidates have stated that lack of professional respect, negative environment and disrespectful behaviours as well as economy and parents’ attitudes are the external reasons that decrease their energy for the profession they’ve selected. Sample statements about prospective teachers are given below:

“I chose the part I read because I was a teacher. I wanted to be a teacher since childhood, I hope I will be appointed. But in our society, there is the perception that “nothing happened, be a teacher”. I don't like the people around me pitying me or belittling my profession, which lowers the energy. The teaching profession should be more respected.” (K23)

“The situation of teacher salaries is obvious in our country. Obviously, the salary that I will receive in the future reduces my motivation and energy. Teachers should get the salary they deserve so that their dignity increases...” (K54)

“...Frankly, the parents around me make me think a lot. There is a lot of trouble in their attitude towards teachers, they deserve everything. If I become a teacher in the future, this behavior of parents affects me very negatively, thus lowering my energy..”(K33)

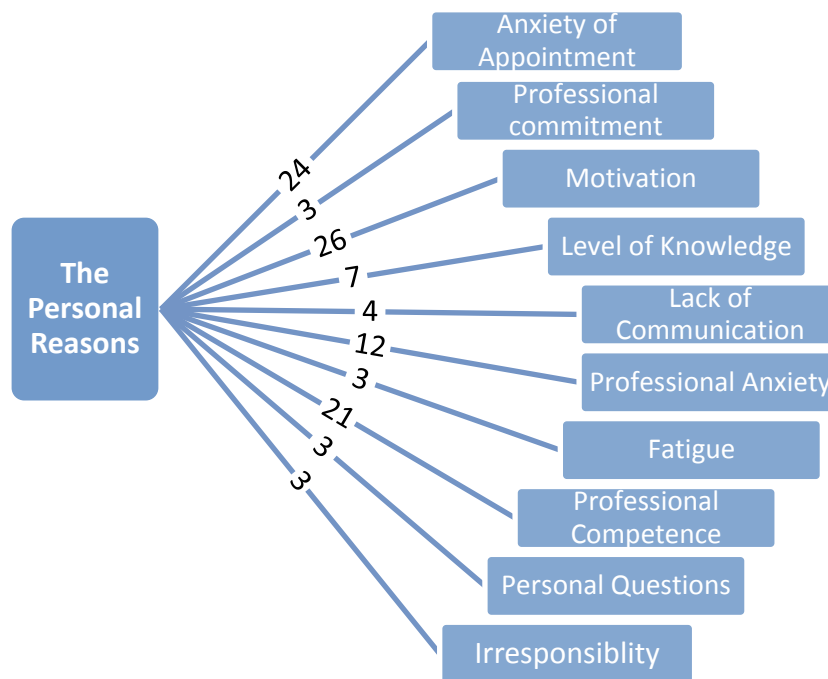


Figure 6. The Personal Reasons That Decrease Their Energy

The teacher candidates have expressed their opinion that lack of motivation, appointment anxiety , and professional competence are the personal reasons that decrease their energy for the profession they’ve selected. They have also stated that professional anxiety, level of knowledge, lack of communication, professional commitment, fatigue, personal questions, and irresponsibility decrease their energy. Sample statements about prospective teachers are given below:

“One of the reasons that lowered my energy related to the teaching profession is that I do not have much interest and motivation towards the profession. I am more obliged to this profession.” (K2)

“The anxiety that I can be assigned is the main reason for the low level of energy, even now my energy for lessons is not complete. If I knew there was a high chance of being appointed, I would hug the classes with four hands... (K54)

“I think if I become a teacher one day, will I be able to afford the students? Will I be efficient enough, will I be able to answer the questions they ask can cause my energy to drop..” (K1)

“Can I be appointed so that my energy is high!”(K79)

“Low energy equals my irresponsibility ...” (K7)

The answers given by the teacher candidates to the following question, “What are the conditions that increase your energy for teaching profession?” were examined and it is seen that such conditions are listed in course/class-related themes (Figure 7), personal themes (Figure 8) and external themes (Figure 9).

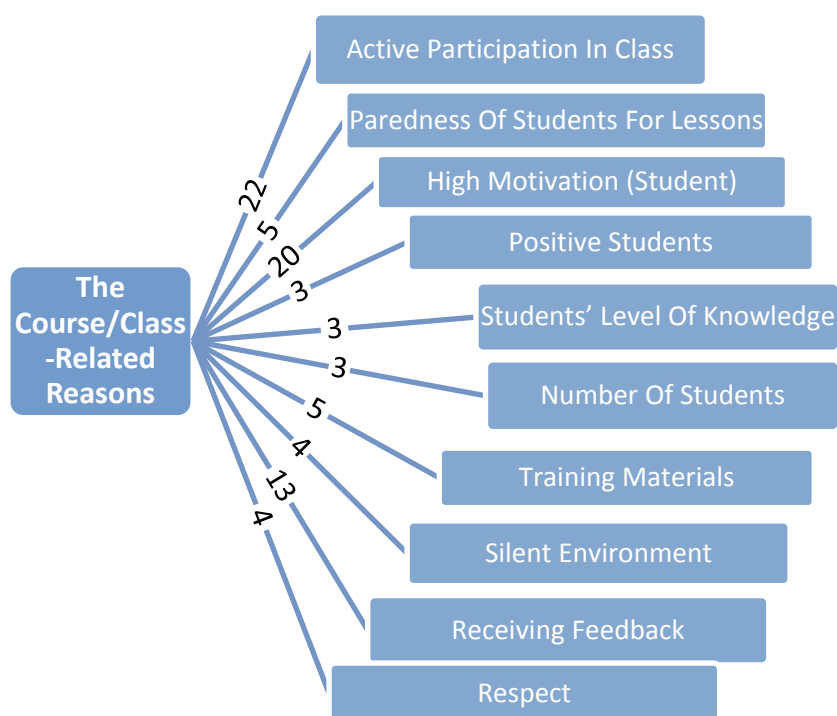


Figure 7. The Course/Class-Related Reasons That Increase Their Energy

The teacher candidates have presented their opinion that students' active participation in class and high motivation and receiving feedback from them as well as availability of training materials, preparation of students for lessons, provision of silent environment, respect, positive students, students' level of knowledge and number of students are the course/class-related reasons that increase the teacher candidates' energy for teaching profession. Sample statements about prospective teachers are given below:

"I am appointed and have very good students. They attend the lesson and answer my questions. That's when I become a full teacher, a high-energy teacher ... "(K66)

"Highly motivated students cause the lesson to be productive and the teacher to be more effective. This, of course, increases energy. If the energy of the teacher is high, the student also increases, if the student's energy is high, the teacher rises. It is a cycle that definitely affects each other." (K59)

"The best part of the teaching profession is to get good feedback from students. I am very happy when I see that the students understand and get good grades from the exams when I teach. Remember, happiness gives energy!" (K44)



Figure 8. The Personal Reasons That Increase Their Energy

The teacher candidates have presented their opinion that professional competence and commitment and effective communication as well as professional development, success, love of students, efficiency, positive mental state, responsibility and starting day as alive are the personal reasons that increase the teacher candidates' energy for teaching profession. Sample statements about prospective teachers are given below:

"I dream of being a good teacher in my field. I work hard for this. Because when I was in high school, my friends would make fun of some teachers when they couldn't teach. This is a very bad situation. I would never want to fall into this situation. I want my expertise to be my energy source." (K72)

"It is important to be able to communicate effectively in teaching, as in any profession. When I can express myself comfortably, I feel very good." (K50)

“One of the lecturers who said in our lesson said that teaching is the work of the heart, that it is necessary to love this job and that commitment to the profession is very important in this job. I definitely agree. Those who do not like this job should not. Energy is also affectionate and very important.” K(71)

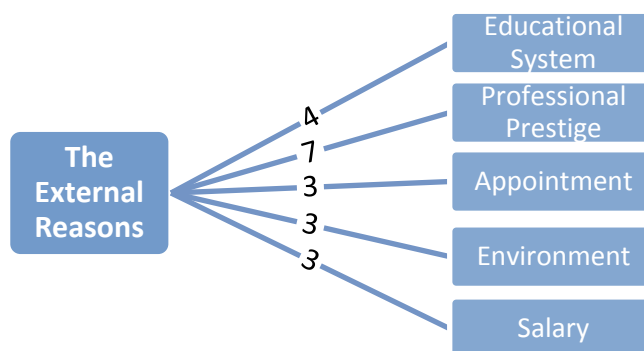


Figure 9. The External Reasons Increase Their Energy

The teacher candidates have put forward in their answers that professional prestige, educational system, appointment, environment and salary are the external reasons increase their energy for teaching profession. Sample statements about prospective teachers are given below:

“I believe that if the reputation of teaching profession, its place and perception in society changes, my energy will increase.” K(49)

“The only thing that increases my energy would be to be appointed.”K(19)

“Nobody says this, but it affects the salary energy that teachers receive. More money means more energy. I think this is the same in every profession. I think the increase in teacher salaries in our country will cause many things to change. The reputation of the teaching profession will increase, more people will want to become teachers, and it will be a hard-earned profession like a doctor...” K(13)

CONCLUSION and DISCUSSION

The level of energy, regarding the concept of school, felt by the teacher candidates attending the formation training has been defined in this study which has been made in order to identify the level of subjective vitality of teacher candidates and the factors influential on these levels. It has been seen that 3 teacher candidates have no energy for the concept of school while 2 candidates have had 25% loaded energy; 20 candidates with 50% and 25 candidates with 75% as well as 30 candidates with 100% loaded energy. This finding shows that the school-related energy of most of the teacher candidates is generally high although there are teacher candidates who have low energy.

The level of energy, with respect to the concept of teaching profession, felt by the teacher candidates, has been examined. It has been concluded that 3 teacher candidates have no energy for the concept of teaching profession while 2 candidates have had 25%loaded energy; 2 candidates with 50% and 10 candidates with 75% as well as 66 candidates with 100%loaded energy. This finding shows that the teaching profession-related energy of the teacher candidates is mostly high.

In the analysis which has been made in order to identify the energy, with respect to the concept of student, felt by the teacher candidates, it has been concluded that 4 teacher candidates have no energy for the concept of student while 5 candidates have had 25% loaded energy; 7 candidates with 50% and 24 candidates with 75% as well as 40 candidates with 100%loaded energy. Half of the teacher candidates who have taken part in the research have informed that their energy related to the concept of student is high although another half one has had lower energy. This finding can be interpreted in the way that the teacher candidates have anxiety about students.

It has been seen in the study that discipline, noise, educational system, preparedness for courses and course content are the course/class-related reasons that decrease the teacher candidates' energy for the profession they've selected, while professional respect, environment and disrespectful behaviours as well as economy and parents' attitudes are the external reasons that decrease their energy. It has also been seen that motivation, anxiety of appointment and professional competence as well as professional anxiety, level of knowledge, lack of communication, professional commitment, fatigue, personal problems and irresponsibility are the personal problems that decrease the energy of teacher candidates. Tunçkol (2015) has found out a positive correlation between the classroom teacher candidates' happiness and subjective vitality.

It has been concluded in the study that students' active participation in class and high motivation and receiving feedback from them as well as training materials, preparedness of students for lessons, silent classroom environment, respect, positive students, students' level of knowledge and number of students are the course/class-related reasons that increase the teacher candidates' energy for teaching profession, while professional competence and commitment and effective communication as well as professional development, success, love of students, efficiency, positive mental state, responsibility and starting day as alive are the personal reasons that increase their energy. It is seen that similar studies support these conclusions. In the study performed by Li (2010), it was concluded that sportsmen's passionate commitment to their goals had indirect impact on their level of subjective vitality. Malik & Macintosh (2015) showed in their study that the level of commitment to goals of the academic personnel who work in higher education institutions carried value for creation of the feeling of subjective vitality. The answers given by teacher candidates have revealed that professional respect, education system, appointment, working environment and salary are the external reasons that improve the teacher candidates' energy. Also, it has been determined that success, professional development and studying are the educational reasons that increase their energy. Akin and Akin (2015)

suggested that academic intensity and motivation as well as commitment to school affected subjective vitality positively.

It is necessary to provide an appropriate, positive and energizing working environment for the best development of employees' personal capacities (Sood and Bakshshi, 2015). The situations that will increase the energy of teacher candidates may be created based on their opinions with the purpose of ensuring that their level of subjective vitality reaches the desired level.

ETHICAL TEXT

"In this article, journal writing rules, publishing principles, research and publishing ethics rules, journal ethics rules are followed. The authors are responsible for all kinds of violations related to the article."

REFERENCES

- Akın, A. & Akın, U. (2015). Do School Experiences Predict Subjective Vitality in Turkish College Students?. *Education Science and Psychology*, 2(34).
- Arık, S., Kürtül, N. & Özdere, M. (2018). The Investigation of Candidate Teachers' Opinions Towards Quality of Life at University in Terms of Different Variables, *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 6, 154-166.
- Aleksandrova L. A. (2011). Subjective Vitality as A Personal Resource. *Psikhologicheskie Issledovaniya*, 3(17), 5.
- Bostic, T.J., Rubio, D.M. & Hood, M. (2000). A Validation of the Subjective Vitality Scale Using Structural Equation Modeling, *Social Indicators Research* 52, 313-324.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2008). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Yayınları.
- Cuğ, F. D. (2015). *Self-Forgiveness, Self-Compassion, Subjective Vitality, and Orientation to Happiness as Predictors of Subjective Well-Being*. A Thesis Submitted To the Graduate School of Social Sciences of Middle East Technical University.
- Çelik, E. & Topçuoğlu, P. (2017). Proaktif Kişiliğin Öznel Zindelik ile Merak Arasındaki İlişkide Aracılık Etkisi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (3), 1221-1240.
- Elçi, M., Yıldız, B. & Erdilek Karabay, M. (2018). How Burnout Affects Turnover Intention? The Conditional Effects of Subjective Vitality and Supervisor Support. *International Journal of Organizational Leadership*, 7, 47-60
- Fini, A.A.S., Kavousian, J., Beigy, A. & Emami, M. (2010). Subjective Vitality and its Anticipating Variables on Students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 150-156.
- Greenglass, E. R. (2006). Vitality and Vigor: Implications for Healthy Functioning. In P. Buchwald (Ed.), *Stress and Anxiety Application to Health, Work Place, Community, And Education* (Pp. 65-86). Newcastle: Cambridge Scholars Press.

- Holderness, Jr. D. & Hunton, J. E. (2015). Examining the Antecedents and Consequences of Regular Exercise in the Audit Profession: How CPA Firms Can Promote Auditors' Psychological and Physical Healthiness. *Advances in Accounting Behavioral Research*, 13, 143-168.
- Kacker, P. (2015). Hypnotherapy as an Effective Modulation for Enhancing Subjective Vitality of People Living with Hiv/Aids and Dermatitis. *International Journal of Advanced Research*, 3(4), 928-935.
- Koçak, A. & Arun, Ö. (2006). İçerik Analizi Çalışmalarında Örneklem Sorunu. *Selçuk İletişim*, 4(3), 21 - 28.
- Kumar, H., Shaheen, A., Rasool, I. and Shafi, M. (2016). Psychological Distress and Life Satisfaction Among University Students, *Journal of Psychology & Clinical Psychiatry*, 5(3), 1-7, 00283, DOI: 10.15406/jpcpy.2016.05.00283.
- Li, Ch. (2010). Predicting Subjective Vitality and Performance in Sports: The Role of Passion and Achievement Goals. *Percept Mot Skills*. 110(3),1029-1047.
- Malik, S.Z. & Macintosh, R. (2015). Role of Energizing Relationships in Creating Subjective Vitality and Goal Commitment in Uk Academics. *Journal of Research and Reflections in Education*, 9(1), 62-74.
- Miles, M.B. & Huberman, A.M. (1994). *Qualitative data analysis*. Sage Publication, London.
- Nix, G., Ryan, R. M., Manly, J. B., & Deci, E. L. (1999). Revitalization Through Self-Regulation: The Effects of Autonomous and Controlled Motivation on Happiness and Vitality. *Journal of Experimental Social Psychology*, 25, 266-284.
- Özkara, A. B., Kalkavan, A., Alemdağ, S., Alemdağ, C. & Çavdar, S. (2017). The Role of Physical Activity in Pre-Service Teachers' Subjective Vitality. *Physical Education of Students*, 3, 134-139.
- Rouse, P., Veldhuijzen, V.Z.J., Metsios, G., Yu, C-A., Ntoumanis, N., Kitas, G. & Duda, J.L. (2014). The Subjective Vitality Scale is An Indicator of Physical and Psychological Health Amongst Rheumatoid Arthritis Patients. *Annals of The Rheumatic Diseases*, 73(2).
- Rubtcova, M. & Pavenkov, O. (2017). Subjective Vitality of Coaches-Feminists in Russia and Spain: The Experience of Qualitative Research. *Proceedings of the Feminist Art Conference 2017: Embodied Resistance, Toronto*, 21 January 2017. Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=3042250>
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2008). A Self-Determination Theory Approach to Psychotherapy: *The Motivational Basis for Effective Change*. *Canadian Psychology*, 49(3), 186.
- Ryan, R.M. & C. Frederick (1997). On Energy, Personality and Health: Subjective Vitality as A Dynamic Reflection of Well-Being, *Journal of Personality* 65, 529-565.
- Salama-Younes, M. (2011). Positive Mental Health, Subjective Vitality and Satisfaction with Life for French Physical Education Students. *World Journal of Sport Sciences*, 4, 90-97.
- Salama-Younes, M. & Hashim, M. (2017). Passion, Vitality and Life Satisfaction for Physically Active Old Adults, *The Journal of Positive Psychology*, 1(11).
- Sarıçam, H. (2106). Examining the Relationship Between Self-Rumination and Happiness: The Mediating and Moderating Role of Subjective Vitality. *Universitas Psychologica*, 15(2).
- Sood, S. & Bakhshi, A. (2015). Psychological Capitalas Predictorofsubjective Vitalityin Bank Employees. *Journal of Indian Health Psychology*, 10(1).

- Stone, P.J., Dunphy, D.C., Smith, M.S. & Ogilvie, D.M. (1966). *The General Inquirer: A Computer Approach to Content Analysis*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Tagay, Ö., Çalışandemir, F. & Ünüvar, P. (2018). Genç Yetişkinlerin Algılanan Stres Düzeyleri ile Akılcı Olmayan İnançları ve Benlik Saygıları Arasındaki İlişki, *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, Issue: 7, pp. (167-175).
- Tunçkol, H. M. (2015). Relationship of Happiness and Subjective Vitality in University Students, *International Journal of Development Research*, 5(4), 4219-4222.
- Uysal, R., Sarıçam, H. & Akın, A. (2014). Öznel Zindelik Ölçeği Türkçe Formunun Psikometrik Özellikleri, *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 33, 136-146.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2011). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara:Seçkin Yayıncılık.

ÖĞRETMEN ADAYLARININ ÖZNEL ZİNDELİK ALGILARI ÜZERİNE NİTEL BİR ARAŞTIRMA

ÖZ

Zihinsel pozitif enerjinin varlığı olan öznel zindelik yaklaşımı canlı, neşeli, uyarılmış, enerji dolu ve diri bireyleri ifade etmektedir. Diğer bir ifadeyle bireylerin canlılık ve uyanıklık hali ile kendiliğinden var olan enerjisinin göstergesi olarak kabul edilen bu yaklaşım, son zamanlarda pozitif psikolojinin önemli çalışma konularından biri olmuştur. Bireyin en önemli unsur olduğu eğitim alanında da psikoloji ile ilgili çalışmaların bu alandaki yansımaları belirlemek kaçınılmazdır. Eğitimin temel taşı olan öğretmenin hayata pozitif ve enerji dolu bakması ve mesleğinde de aynı olumlu duyguları yansıtması bu açıdan önem taşımaktadır. Bu bağlamda öğretmen olma niyetiyle formasyon programına başvuran öğretmen adaylarının öznel zindelik durumlarının belirlenmesi araştırmanın amacını oluşturmaktadır. Araştırmada amaçlı örnekleme yöntemi içinde yer alan tipik örnekleme yöntemi kullanılarak 2016-2017 eğitim öğretim yılında Fırat Üniversitesi'ne bağlı Eğitim Bilimleri Bölümü'nde formasyon öğrenimi gören 80 öğrenci belirlenmiştir. Araştırmada öğretmen adaylarının görüşleri dikkate alınarak elde edilen verilerin analizinde, nitel araştırmaların çözümlenmesinde kullanılan "içerik analizi" yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda; öğretmen adaylarının okul, öğrenci ve öğretmenlik mesleğine ilişkin öznel zindelik durumlarının genel olarak yüksek olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Öznel zindelik, eğitim, öğretmen adayı.

GİRİŞ

Çalışma hayatında, okulda, evde, sokakta farklı roller üstlenerek yaşamamızı sürdürürüz. Pozitif enerjiye sahip olduğumuzda daha canlı, daha mutlu ve daha çalışkan hissederiz. Tam tersi durumda yani enerjimizin düşük olduğu durumlarda ise uyuşukluk, halsizlik, tembellik gibi olumsuz ruh hallerine bürünürüz. Etrafımızdaki insanların enerji durumlarının, canlılığının, pozitif olma durumlarının da bizleri etkilediğini söyleriz. Enerji dolu insanlar hem kendilerini hem de çevresindekilerini olumlu anlamda etkilerler. Öyle ki enerjimizin düşük olduğunu hissettiğimiz zamanlarda etrafımızda yüksek enerjili insanlarla karşılaştığımız vakit o kişinin enerji dolu, canlı ruh halinin kendi enerjimizi de yükselttiğini ifade ederiz. Bu bağlamda kendimizin ve etrafımızdakilerin enerji durumlarının bizleri psikolojik anlamda etkilediğini, buna bağlı olarak gün içerisinde yapacağımız işlere, motivasyonumuza, performansımıza ve verimliliğimize de olumsuz yansıtacağını ön görmek mümkündür.

Zihinsel pozitif enerjinin varlığı olan ve ilk olarak Ryan ve Frederick (1997) tarafından ortaya atılan öznel zindelik yaklaşımı; canlı, neşeli, uyarılmış, enerji dolu ve diri bireyleri ifade etmektedir. Bu kavram, bireylerin canlılık ve uyanıklık hali ile kendiliğinden var olan enerjisinin göstergesi olarak kabul edilen bir yaklaşımdır ve son zamanlarda pozitif psikolojinin önemli çalışma konularından biri olmuştur. Ryan ve Frederick (1997) tarafından yaşama sevinci ve enerjiyle dolu olmanın öznel deneyimi olarak tanımlanan öznel zindelik, fiziksel ve zihinsel sağlığın çeşitli göstergeleriyle ilişkilidir (Cuğ, 1025: 35). Bir başka deyişle, çevreye özgü tehditlerden ziyade içsel kaynaktan yani bireyin özünden gelen bir enerji hissidir (Bostic, Robia ve Hood, 2000: 313; Çelik ve Topçuoğlu; 2017: 1223). Bu canlılık ve enerji hissi sadece fiziksel anlamda aktif, uyanık olmak ve hatta kalorik olarak doygun hissetmekten öte, ruhun sahip olduğu psikolojik deneyimi de içeren bir duygudur. Bireyler, yalnızca fiziksel etkilerin değil, aynı zamanda psikolojik faktörlerin bir işlevi olarak yaşamsal deneyim sergilerler (Ryan ve Frederick, 1997: 530). Tam anlamıyla işleyen uyanıklık hissi ve canlı hissetme durumu olarak öznel zindeliği tanımlayan Malik ve Macintosh (2015) da benzer şekilde, bu duyguların kaynağının hem fiziksel hem de psikolojik faktörlerin olduğunu belirtmişlerdir. Kişinin öznel zindelik durumu pozitif enerjiyle ve yaşam sevinciyle dolu, neşeli, rahat ve canlı olmasıyla yakından ilgilidir (Fini, Kavousian, Beigy ve Emami, 2010; Rouse, Veldhuijen, Metsios, Ntoumanis, Kitas ve Duda, 2014). Canlı, heyecan ve enerji dolu olma, öznel zindeliğin temel boyutlarından (Nix, Ryan, Manly ve Deci, 1999).

İyi hissetmenin bir göstergesi olarak öznel zindelik, bireyin hem biyolojik hem de psikolojik durumlara bağlı olan bir değişkendir (Ryan ve Frederick, 1997: 530; Salama-Younes, 2011). Ayrıca olumlu duygulara sahip olma ve hayat dolu hissetmeye de karşılık gelen bir kavramdır (Greenglass, 2006: 66). Aleksandrova (2011) öznel zindeliğin baş etme sürecinde ve kişilik gelişiminde önemli bir rol oynamakta olduğunu belirtmiştir. Öznel zindelik mutluluk, yaşam memnuniyeti kavramlarıyla ilişkili olsa da bu kavramlardan farklılık göstermektedir. Çünkü mutluluk, yaşam doyumunu daha çok dışsal uyarılara; öznel zindelik ise içsel motivasyona bağlı olan bir durumdur (Sarıçam, 2015: 384). Buna karşın Salama-Younes ve Hashim (2017) öznel zindeliğin tutku ve yaşam memnuniyetinin arasında arabulucuk rolü olduğunu belirtmişlerdir.

Öznel zindelik, bireyin pozitif enerjiye sahip olması ve bunu kendi kendine kontrol edebilmesiyle ilgilidir. Ayrıca kişinin kaygı, baskı, can sıkıntısı gibi kişisel kontrolle ilgili olmayan duyguların öznel zindelik ile ilgisiz veya negatif ilişkili olması beklenir. Aynı şekilde sağlığa bağlı stres kaynakları, özellikle kişinin etkililiğini ve özerkliğini etkileyen potansiyel tehditler öznel zindeliği olumsuz yönde etkiler. Aynı zamanda fiziksel anlamda yaşanan zorluklar, yaralanmalar veya hastalık durumları da öznel zindeliği etkileyen faktörler arasında olmakla birlikte, bu faktörlerin zorluk derecesi ve önemine bağlı olarak etkileri hafifletilebilir (Ryan ve Frederick, 1997: 530). Stres sadece bireyin fiziksel sağlığı ile değil, aynı zamanda irrasyonel inançlar ve iyi oluşla da ilişkili olduğu iddia edilmektedir (Tagay, Çalışandemir ve Ünüvar, 2018).

Öznel zindelik bir bireyin kendi kendini rahatlattığı duyguyu da yansıtır (Holderness ve Hunton, 2015: 144). Öznel bir duygu olarak zindelik, kişilerin daha istekli, üretken ve aktif olmasını, stresle baş edebilmelerini, iyi bir zihinsel sağlığa sahip olmasına yardımcı olur (Ryan ve Deci, 2008; Kacker, 2015: 929). Bireylerin kendini zinde hissetme düzeylerine yönelik bilgi sahibi olmak, refah içinde, iyi olma ve fiziksel rahatlığı hakkında fikir sağlamasına yardımcı olur (Uysal, Sarıçam ve Akın, 2014). Öznel zindelik düzeyi yüksek olan bireyler günlük hayatta yapılması gereken eylemlerini yerine getirmek ve amacına ulaşmak için güçlü bir enerjiye sahiptir, stresle daha etkili biçimde başa çıkabilir ve psikolojik açıdan daha sağlıklı bir yapıya sahiptir (Akın ve Akın, 2015). Canlılık ve enerji eksikliği depresyon ve tükenmişliğin temel belirtilerinden biri olabilir (Rubtcova ve Pavenkov, 2017; Elçi, Yıldız ve Erdilek Karabay, 2018). Bu sebeple öznel zindeliği yüksek olan kişilerin yaşama sıkı sıkı bağlı olmaları, yaptıkları işi istekle yapmaları ve diğer kişilere göre karşılaştıkları zorluklarla daha fazla mücadele etme gayreti içinde olmaları beklenir.

Bu doğrultuda öznel zindelik, eğitim örgütlerinde beşeri sermayenin etkili okul olma yolundaki önemini bir kez daha akıllara getirmektedir. Birey örgüt uyumunun en sık görülmesi gereken yerlerden biri olan eğitim örgütlerinde bu yapının sağlamlığını oluşturma, beşeri sermayenin enerjisiyle mümkün olmaktadır. Öznel zindeliğe ulaşma, onu güçlendirilme ve koruma kişinin hem özel hayatında hem de çalışma hayatındaki durumlarını etkileyen bir role sahiptir. Kişilerin öznel zindelik durumlarının çalışma hayatındaki enerjilerini, işe bağlılığını, performansını ve verimliliğini pozitif yönde etkilemesi çalışmanın çıkış noktasını oluştururken, öğretmen adaylarının öznel zindelik düzeylerinin ve öznel zindelik düzeylerini etkileyen faktörlerin neler olduğunu belirlenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Öznel zindelik hem öğretmenler hem de öğretmen adayları için tercih edilebilir gibi görünmektedir ve eğitim ve öğretim faaliyetleri sırasında hem öğretmenler hem de öğrenciler için faydalı olduğu kabul edilmektedir (Özkara, Kalkavan, Alemdağ ve Çavdar, 2017). Öznel zindelik diğer örgütlerde olduğu gibi eğitim örgütlerinde de öğretmenlerin performansı ve öğrenci başarısını arttıracığı tahmin edilmektedir. Öğretmenler öznel zindelikten kaynaklanan olumlu duygularla hareket ederek, öğrencilerine, meslektaşlarına, ebeveynlerine ve okul yönetimine karşı yapıcı bir tutum sergilerler ve çevrelerindeki insanların refahına olumlu katkıda bulunurlar.

Çalışma hayatının ve özel hayatın şekillendiği üniversite yıllarında öğrencilerin yaşamdan memnuniyet, stres ve motivasyonla başa çıkma ihtiyacı artmaktadır (Kumar, Shaheen, Rasool ve Shafi 2016; Arık, Kürtül ve Özdere, 2018). Bireyin en önemli unsur olduğu eğitim alanında da psikoloji ile ilgili çalışmaların bu alandaki yansımaları belirlemek kaçınılmazdır. Eğitimin temel taşı olan öğretmenin hayata pozitif ve enerji dolu bakması ve mesleğinde de aynı olumlu duyguları yansıtması bu açıdan önem taşımaktadır. Öğretmen olma niyetiyle formasyon programına başvuran öğretmen adaylarının öznel zindelik durumlarının ve öznel zindeliği etkileyen faktörlerin belirlenmesi araştırmanın amacını oluşturmaktadır. Bu amaçtan yola çıkılarak çalışmada aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Öğretmen adaylarının “okul” kavramına ilişkin enerji algısı nedir?
2. Öğretmen adaylarının “öğretmenlik mesleği” kavramına ilişkin enerji algısı nedir?
3. Öğretmen adaylarının “öğrenci” kavramına ilişkin enerji algısı nedir?
4. Öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin enerjilerini düşüren durumlar nelerdir?
5. Öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin enerjilerini yükselten durumlar nelerdir?

YÖNTEM

Öğretmen olma niyetiyle formasyon programına başvuran öğretmen adaylarının öznel zindelik durumlarının belirlenmesi amacıyla tasarlanan bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinde sıklıkla kullanılan olgubilim “fenomenoloji” deseni kullanılmıştır. Olgubilim deseni, farkında olduğumuz ancak derinlemesine ve ayrıntılı bir anlayışa sahip olmadığımız olgulara odaklanır. Olgubilim bize tamamen yabancı olmayan ancak tam olarak anlamını kavrayamadığımız olguları araştırmada uygun bir yöntemdir (Yıldırım ve Şimşek, 2011:72).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunun belirlenmesinde amaçlı örnekleme yöntemi içinde yer alan tipik örnekleme yöntemi kullanılmıştır. 2016-2017 eğitim öğretim yılında Fırat Üniversitesi'ne bağlı Eğitim Bilimleri Bölümü'nde formasyon öğrenimi gören 80 öğrenci çalışma grubu olarak belirlenmiştir. Tipik örnekleme; örneklemin araştırma problemi ile ilgili olarak evrende yer alan çok sayıda durumdan tipik olan biriyle oluşturulmasıdır (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2008).

Veri Toplama Araçları

Çalışmada kullanılan görüşme formu araştırmanın amacına paralel olarak ve alan yazın incelenerek geliştirilmiştir. Öğretmen adaylarının genel görüşlerini belirlemeye yönelik olarak hazırlanan sorular görüşleri alınmak üzere öğretmen adaylarına sorulmuştur. Oluşturulan görüşme formunda üç adet kapalı, dört adet açık uçlu soru yer almaktadır. Öğretmen adaylarının, görüşme formları verilerek, gerekli açıklamalar yapılmış bu formları doldurup teslim etmeleri istenmiştir. Doldurulan bu görüşme formları araştırmanın temel veri kaynağı olarak kabul edilmiştir. Oluşturulan form ekte yer almaktadır.

Verilerin Analizi

Nitel verilerin toplanıp analiz edildiği çalışmada araştırma tekniği olarak, metin içinde tanımlanan belirli karakterlerden tarafsız ve sistematik sonuçlar elde etmek amacıyla kullanılan içerik analizi yöntemi kullanılmıştır (Stone, Dunphy, Smith ve Ogilvie, 1966). İçerik analiziyle bir metin üzerinden soruna ilişkin bulguları niceliksel olarak ortaya koyulur (Koçak ve Arun, 2006). Amaç, toplanan verilerin ve kavramlar ve ilişkilerle anlamlandırılmasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2011).

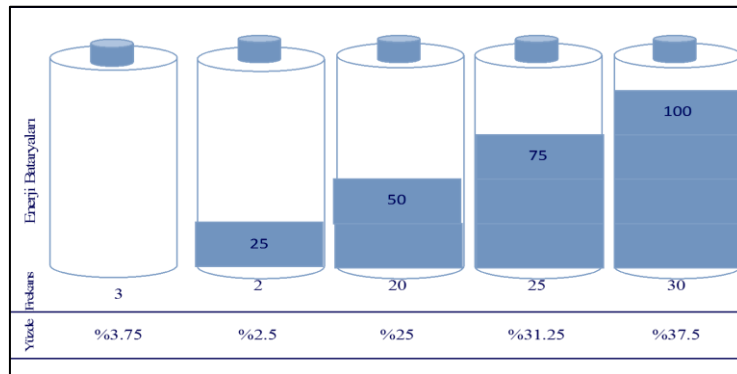
Bu çalışmada öğretmen adaylarının görüşleri dikkate alınarak elde edilen verilerin analizinde nitel araştırmaların çözümlemesinde kullanılan "içerik analizi" yöntemi kullanılmıştır. Çalışmada ilk olarak öğretmenlerin görüşme formuna vermiş oldukları yanıtlar incelenmiş ve öğretmenlerden toplanan bütün veriler 80 görüşme formu geçerli kabul edilmiştir. Daha sonra bu anketler üzerinde çözümlemeler yapılmıştır. 80 formun her birine sırayla sayı numarası verilerek her bir soru için bir Word belgesi oluşturulmuş ve yanıtlar istatistiksel veri analiz programında analiz edilmiştir. Araştırmanın güvenilirliğini ölçmek için Miles ve Heberman'ın (1994) geliştirdiği aşağıdaki formül kullanılmıştır.

$$\text{Uzlaşma Yüzdesi} = \frac{\text{Görüş Birliği (Na)}}{\text{Görüş Birliği (Na) + Görüş Ayrılığı}} \times 100$$

Nitel çalışmalarda, uzman ve araştırmacı değerlendirmeleri arasındaki uyumun %90 ve üzeri olduğu durumlarda güvenilirlik sağlanmış olmaktadır (Saban, 2004: 467). Buna göre görüşüne başvurulmuş uzman sadece yirmi üç ifadeyi araştırmacılardan farklı bir kategoriye yerleştirmiştir. Bu hesaplamanın ardından araştırmanın güvenilirliği; $P = 777 / (777 + 23) \times 100 = \%97$ olarak bulunmuştur.

BULGULAR

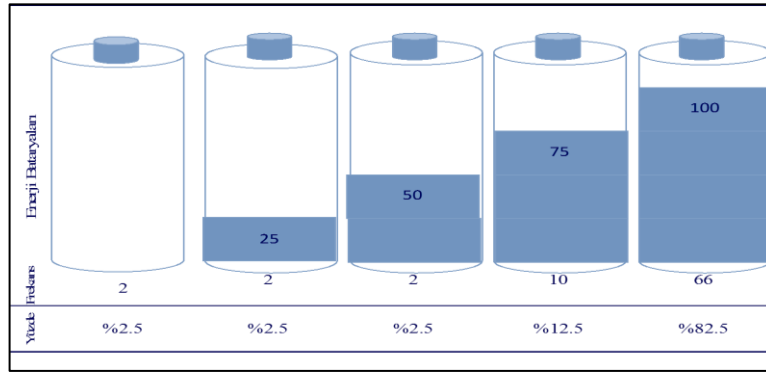
Öğretmen adaylarına yöneltilen "Okul kavramını duyunca içinizde beliren enerjiyi aşağıdaki bataryalardan size uygun olanı işaretleyerek gösteriniz." Batarya metaforu bağlamında değerlendirilen bu soruya ilişkin analizler Şekil 1'de yer almaktadır.



Şekil 1. Öğretmen Adaylarının Okul Kavramına İlişkin Enerji Bataryaları

Formasyon eğitimi alan öğretmen adaylarının okul kavramına ilişkin içlerinde beliren enerji durumlarının tespiti için yapılan analizde 3 öğretmen adayı okul kavramına ilişkin enerjilerinin hiç olmadığı, 2 aday enerjilerinin %25 doluluk oranına sahip olduğu, 20 aday %50, 25 aday %75, 30 aday ise enerjilerinin %100 doluluk oranına sahip olduğu yönünde görüş bildirmişlerdir. Bu bulgu her ne kadar düşük enerjiye sahip öğretmen adayları olsa da genel olarak öğretmen adaylarının okula ilişkin enerji durumlarının çoğunlukla yüksek olduğunu göstermektedir.

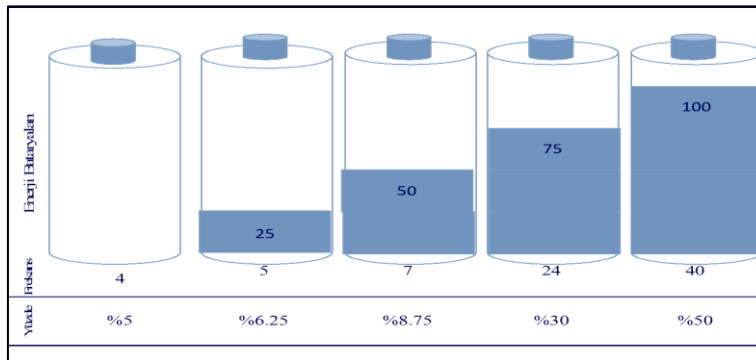
Öğretmen adaylarına yöneltilen “Öğretmenlik Mesleği kavramını duyunca içinizde beliren enerjiyi aşağıdaki bataryalardan size uygun olanı işaretleyerek gösteriniz.” Batarya metaforu bağlamında değerlendirilen bu soruya ilişkin analizler Şekil 2’de yer almaktadır.



Şekil 2. Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleğine İlişkin Enerji Bataryaları

Öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin içlerinde beliren enerji durumlarının tespiti için yapılan analizde 2 öğretmen adayı öğretmenlik mesleğine ilişkin enerjilerinin hiç olmadığı, 2 aday enerjilerinin %25 doluluk oranına sahip olduğu, 2 aday %50, 10 aday %75, 66 aday ise enerjilerinin %100 doluluk oranına sahip olduğu yönünde görüş bildirmişlerdir. Bu bulgu öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin enerjilerinin çoğunlukla yüksek olduğunu göstermektedir.

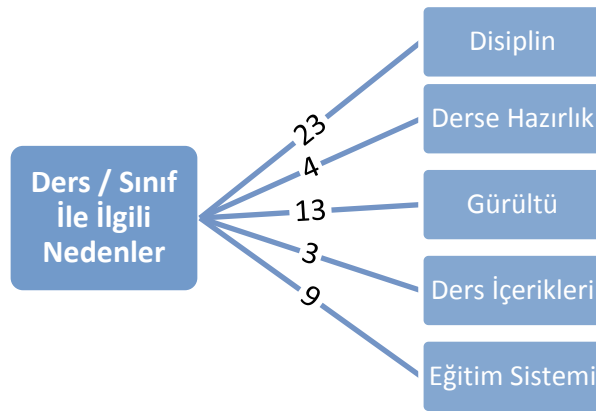
Öğretmen adaylarına yöneltilen “Öğrenci kavramını duyunca içinizde beliren enerjiyi aşağıdaki bataryalardan size uygun olanı işaretleyerek gösteriniz.” Batarya metaforu bağlamında değerlendirilen bu soruya ilişkin analizler Şekil 3’te yer almaktadır.



Şekil 3. Öğretmen Adaylarının Öğrenci Kavramına İlişkin Enerji Bataryalar

Öğrenci kavramına ilişkin içlerinde beliren enerji durumlarının tespiti için yapılan analizde 4 öğretmen adayı öğretmenlik mesleğine ilişkin enerjilerinin hiç olmadığı, 5 aday enerjilerinin %25, 7 aday %50, 24 aday %75, 40 aday ise enerjilerinin %100 doluluk oranına sahip olduğu yönünde görüş bildirmişlerdir. Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının yarısı öğrenci kavramına ilişkin enerjilerinin yüksek olduğunu diğer yarısı ise enerjilerinin daha düşük olduğu yönünde görüş bildirmişlerdir. Bu bulgu öğretmen adaylarının öğrencilere ilişkin kaygılarının olduğunu şeklinde yorumlanabilir.

“Seçtiğiniz mesleğe ilişkin enerjinizi düşüren durumlar nelerdir” sorusuna öğretmen adaylarının vermiş olduğu yanıtlardan yola çıkarak, enerjiyi düşüren durumların dersle/sınıfla ilgili (Şekil 4), dışsal (Şekil 5) ve kişisel (Şekil 6) temalar etrafında sıralandığı görülmektedir.



Şekil 4. Enerjiyi Düşüren Ders/Sınıf ile ilgili Nedenler

Öğretmen adayları seçtikleri mesleğe ilişkin enerjilerini düşüren ders/sınıf ile ilgili nedenlerin daha çok disiplin sorunları, gürültü, eğitim sistemindeki belirsizlikler olduğu, öğrencilerin derse hazırlıksız gelmesi, ders içeriklerinin yetersiz olması yönünde görüş bildirmişlerdir. Bu temayı oluşturan görüşlerden bazılarını aşağıda yer verilmiştir:

“Öğretmenliğin en zor yanlarından biri sınıfta disiplini sağlamaktır. Sınıflardaki disiplin sorunlarını düşündüğümde enerjim düşüyor ve bu beni korkutuyor. Birbirlerine kağıt fırlatan öğrenciler gözümde canlanıyor ve disiplini nasıl sağlarım sorusu aklıma geliyor.” K(8)

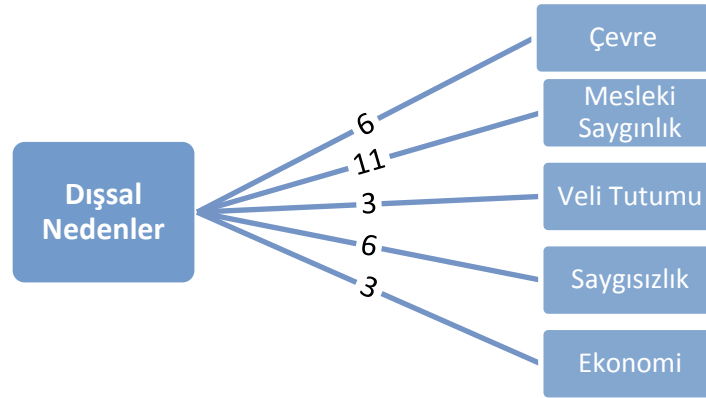
“Lise ve ortaokul yıllarımda sınıftaki gürültüden başım ağrıyarak eve gidiyordum. Bazı öğretmenler öğrencileri susturmayı iyi biliyordu, bazıları ise gürültünün içinde ders anlatıyordu. O gürültü ortam kesinlikle enerji düşürür.” K(21)

“Eğitim sisteminin sürekli değişmesi, her şeyin bir anda tepe taklak olması bu mesleğe olan inancımı, sevgimi ve dolayısıyla enerjimin düşmesine sebep oluyor. Yarın ne olacak sorusunu hep sormak inanılmaz

derecede insanı kaygılandıran bir durum. Eğitim sistemimizin bu durumu herkesin kaygısı, arkadaşlarımla bunu sürekli konuşuyoruz.” K(18)

“İlerde atanırsam eğer iyi bir öğretmen olacağıma ilişkin güvenim tam. Bu mesleği çok seviyorum. Enerjim yüksek ama öğrencilerin derse hazırlık yapmadan, verdiğim görevleri yerine getirmeden derse gelmesi enerjimi düşürebilir.” K(67)

“Eğitim sistemimize baktığımızda ders müfredatlarını hiç anlamlı bulmuyorum. Bugüne kadar biz gereksiz bilgilerle doldurulduk. Kesinlikle ders müfredatları değişmeli. Formasyon eğitiminde yapılandırmacı felsefeye dayalı bir sistemimiz olduğu bize anlatılıyor ama ben buna hiç inanmıyorum. Gerçekler kağıtlarda anlatılanlar gibi değil maalesef...” K(9)



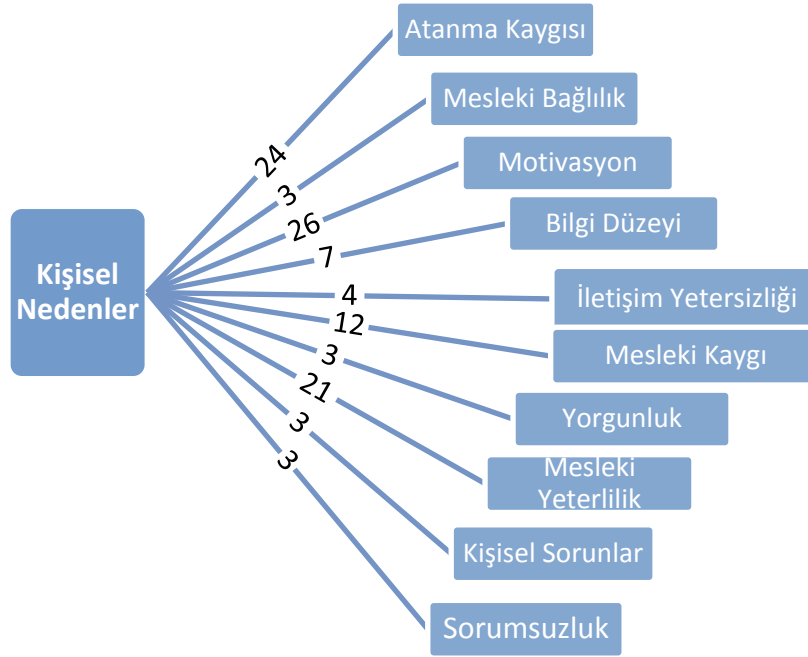
Şekil 5. Enerjisi Düşüren Dışsal Nedenler

Dışsal nedenler bağlamında ele alındığında öğretmen adaylarının seçtikleri mesleğe ilişkin enerjilerini düşüren durumların; mesleki saygınlığın olmaması, olumsuz çevre ve saygısız davranışların olduğu ayrıca ekonomi ve veli tutumlarının enerjilerini düşürdüğü yönünde görüş bildirmişlerdir.

“Ben okuduğum bölümü öğretmen olma ihtimalim olduğu için tercih ettim. Çocukluğumdan beri öğretmen olmak istedim, inşallah atanırım. Ama toplumumuzda “Hiçbir şey olmadın bari öğretmen ol” algısı var. Çevremdekilerin bana acıması, ya da mesleğimi küçümsemesi hiç hoşuma gitmiyor, tabi bu da enerjimi düşürür. Öğretmenlik mesleği daha saygın olmalı.”(K23)

“Ülkemizde öğretmen maaşlarının durumu ortada. Açıkçası ilerde alacağım ücret motivasyonumu ve enerjimi düşürüyor. Öğretmenler hak ettiği maaşı almalı ki saygınlığı da artsın...”(K54)

“...Çevremdeki veliler beni çok düşündürüyor açıkçası. Onların öğretmenlere karşı gösterdikleri tavırlarda çok sıkıntı var her şeyi hak görüyorlar kendilerine. Gelecekte öğretmen olursam velilerin bu davranışları beni çok olumsuz etkiler, dolayısıyla enerjimi düşürür.”(K33)



Şekil 6. Enerjisi Düşüren Kişisel Nedenler

Seçtikleri mesleğe ilişkin enerjilerini düşüren kişisel nedenlere öğretmen adayları daha çok motivasyon eksikliği, atanma kaygısı, mesleki yeterlilik yönünde görüş bildirirken, mesleki kaygı, bilgi düzeyi, iletişim yetersizliği, mesleki bağlılık, yorgunluk, kişisel sorunlar ve sorumsuzluk gibi durumların da enerjilerini düşürdüğü yönünde görüş bildirmişlerdir.

“Öğretmenlik mesleği ile ilgili enerjimi düşüren nedenlerin biri mesleğe karşı ilgi ve motivasyonumun çok olmaması. Daha çok bu mesleğe mecburum.” (K2)

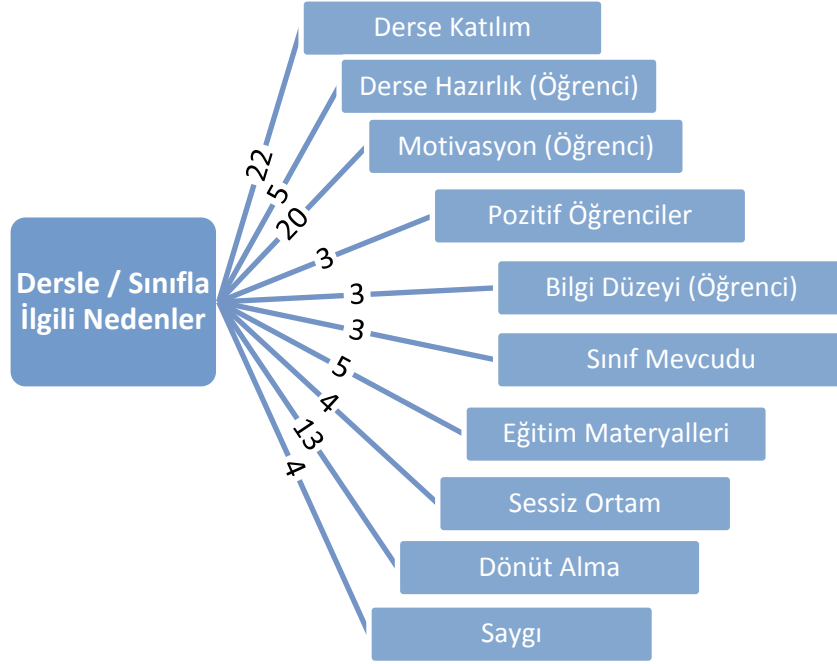
“Atanabilecek miyim kaygısı enerji düşüklüğünün en temel sebebi, şu an derslere yönelik bile enerjim tam değil. Atanma ihtimalinin yüksek olduğunu bilsem derslere dört elle sarılırdım...(K54)

“Bir gün öğretmen olursam acaba öğrencilere yetebilecek miyim diye düşünüyorum. Yeterince verimli olacak mıyım, sordukları sorulara cevap verebilecek miyim soruları ben de enerjimin düşmesine sebep olabiliyor.” (K1)

“Atanabilecek miyim ki enerjim yüksek olsun!” (K79)

“Enerji düşüklüğü eşittir sorumsuzluğum...” (K7)

“Seçtiğiniz mesleğe ilişkin enerjinizi yükseltecek durumlar nelerdir?” sorusuna öğretmen adaylarının vermiş olduğu yanıtlar incenmiş, enerjisi yükselten durumların dersle/sınıfla ilgili (Şekil 7), kişisel (Şekil 8) ve dışsal (Şekil 9) temalar etrafında sıralandığı görülmektedir.



Şekil 7. Enerjiyi Yükselten Ders/Sınıf ile ilgili Nedenler

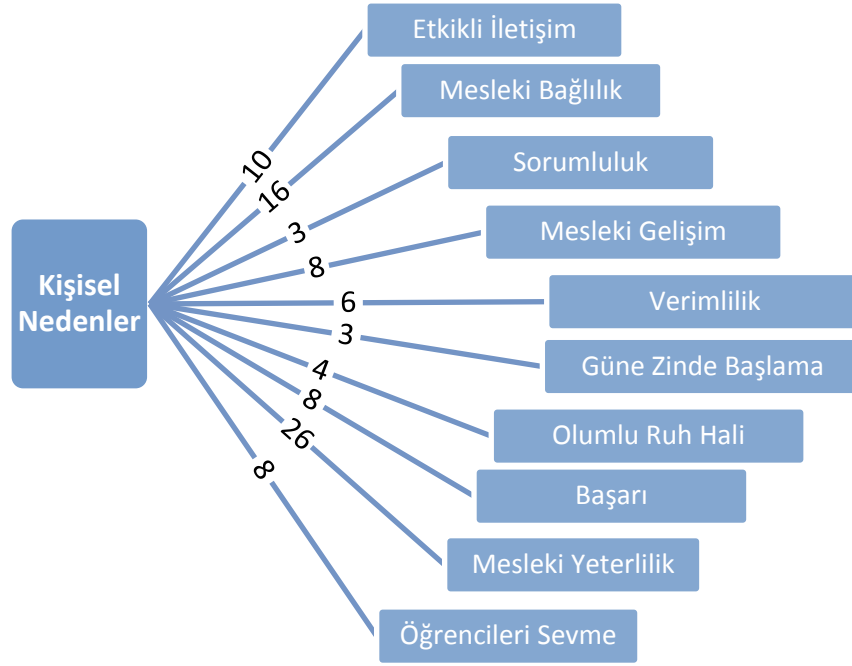
Öğretmen adayları öğretmenlik mesleğine ilişkin enerjilerini yükselten dersle ya da sınıfla ilgili nedenlerin daha çok öğrencilerin derse katılımı, öğrencinin yüksek motivasyona sahip olması, öğrencilerden dönüt alma olduğunu ayrıca eğitim materyallerinin varlığı, öğrencilerin derse hazırlıklı gelmesi, sessiz ortamın sağlanması, saygı, pozitif öğrenciler, öğrencilerin bilgi düzeyi ve sınıf mevcudu olduğuna ilişkin görüşler belirtmişlerdir.

"Atanmışım ve çok iyi öğrencilerim var. Derse katılıyorlar, sorularıma cevap veriyorlar. İşte o zaman tam bir öğretmen olurum, yüksek enerjili öğretmen..." (K66)

"Motivasyonu yüksek öğrenciler hem dersin verimli geçmesine hem de öğretmenin daha etkili olmasına neden olur. Bu da tabii ki enerjiyi yükseltir. Öğretmenin enerjisi yüksek olursa öğrenci de yükselir, öğrencinin enerjisi yüksek olursa öğretmen yükseler. Kesinlikle birbirini etkileyen bir döngüdür bu." (K59)

"Öğretmenlik mesleğinin en güzel yanı öğrencilerden güzel dönütler almaktır. Ben ders anlattığımda öğrencilerin anladığını ve sınavlardan güzel notlar aldığını gördüğümde çok mutlu olurum. Unutmayın mutluluk enerji verir!" (K44)

"Kalabalık sınıflar çok sıkıntı. Ne disiplini sağlayabilirsin, ne de ders anlatabilirsin. Az mevcutlu sınıflar lazım. Ülkemizde bunu sağlarsak öğretmenlerin enerjisi yüksek olur tabii benim de..." (K45)



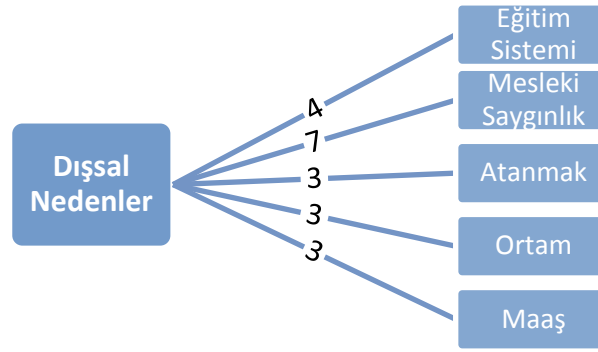
Şekil 8. Enerjiyi Yükselten Kişisel Nedenler

Öğretmen adayları öğretmenlik mesleğine ilişkin enerjilerini yükselten kişisel nedenlerin ise daha çok mesleki yeterlilik, mesleki bağlılık ve etkili iletişim olduğunu bunun yanında mesleki gelişim, başarı, öğrencileri sevmek, verimlilik, olumlu ruh hali, sorumluluk ve güne zinde başlama gibi durumların da enerjilerini yükselttiği yönünde görüşleri yer almıştır.

“Alanımda iyi bir öğretmen olmayı hayal ediyorum. Bunun için de çok çalışıyorum. Çünkü lisedeyken arkadaşlarım bazı öğretmenlerle dalga geçirdi ders anlatamadıklarında. Bu çok kötü bir durum. Asla bu duruma düşmek istemem. Uzmanlığım benim enerji kaynağım olsun istiyorum” (K72)

“Öğretmenlikte etkili iletişim kurabilmek önemlidir her meslekte olduğu gibi. Kendimi rahat ifade edebildiğimde, kendimi çok iyi hissediyorum.” (K50)

“Dersimize giren hocalardan biri öğretmenliğin gönül işi olduğunu, bu işi sevmek gerektiğini ve mesleğe bağlılığın bu işte çok önemli olduğunu söylemişti. Ben de kesinlikle aynı fikrideyim. Bu işi sevmeyen yapmamalı. Enerji de sevgiye bağlı ve çok önemli.” K(71)



Şekil 9. Enerjiyi Yükselten Dışsal Nedenler

Öğretmen adayları öğretmenlik mesleğine ilişkin enerjilerini yükselten dışsal nedenlerin ise mesleki saygınlık, eğitim sistemi, atanmak, ortam ve maaş gibi durumların olduğunu verdikleri yanıtlarda ortaya konulmuştur.

“Öğretmenlik mesleğinin itibarı, toplumdaki yeri ve algısı değişirse inanın enerjim çok artar.” K(49)

“Enerjimi yükselten tek şey atanmış olmam olur.”K(19)

“Kimse bunu söylemez belki ama öğretmenlerin aldığı maaş enerjisini etkiler. Daha çok para daha çok enerji demektir. Her meslekte de bu böyle bence. Ülkemizde öğretmen maaşlarının artması bence bir çok şeyin değişmesine neden olacaktır. Öğretmenlik mesleğinin itibarı artacak, daha çok kişi öğretmen olmak isteyecek ve doktorluk gibi zor kazanılan bir meslek olacak...” K(13)

SONUÇ ve TARTIŞMA

Öğretmen adaylarının öznel zindelik düzeylerini ve bu düzeylerini etkileyen faktörlerin neler olduğunu belirlemek amacıyla yapılan bu çalışmada, formasyon eğitimi alan öğretmen adaylarının Okul kavramına ilişkin içlerinde beliren enerji durumları tespit edilmiş, 3 öğretmen adayının okul kavramına ilişkin enerjilerinin hiç olmadığı, 2 adayın enerjilerinin %25 doluluk oranına sahip olduğu, 20 aday %50, 25 adayın %75, 30 adayın ise enerjilerinin %100 doluluk oranına sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu her ne kadar düşük enerjiye sahip olsa da genel olarak öğretmen adaylarının okula ilişkin enerji durumlarının yüksek olduğunu göstermektedir.

Öğretmen adaylarının Öğretmenlik Mesleğine ilişkin içlerinde beliren enerji durumları incelenmiş, 2 öğretmen adayının öğretmenlik mesleğine ilişkin enerjilerinin hiç olmadığı, 2 adayın enerjilerinin %25 doluluk oranına sahip olduğu, 2 adayın %50, 10 aday %75, 66 adayın ise enerjilerinin %100 doluluk oranına sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgu öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin enerjilerinin çoğunlukla yüksek olduğunu göstermektedir.

Öğrenci kavramına ilişkin içlerinde beliren enerji durumlarının tespiti için yapılan analizde 4 öğretmen adayının öğretmenlik mesleğine ilişkin enerjilerinin hiç olmadığı, 5 aday enerjilerinin %25, 7 aday %50, 24 aday %75, 40

aday ise enerjilerinin %100 doluluk oranına sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının yarısı öğrenci kavramına ilişkin enerjilerinin yüksek olduğu, diğer yarısı ise enerjilerinin daha düşük olduğu yönünde görüş bildirmişlerdir. Bu bulgu öğretmen adaylarının öğrencilere ilişkin kaygılarının olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Öğretmen adayları seçtikleri mesleğe ilişkin enerjilerini düşüren ders/sınıf ile ilgili nedenlerin; disiplin, gürültü, eğitim sistemi, derse hazırlık, ders içerikleri olduğu, enerjilerini düşüren dışsal nedenlerin; mesleki saygınlık, çevre, saygısızlık, ekonomi ve veli tutumu olduğu enerjilerini düşüren kişisel nedenlerin; motivasyon, atanma kaygısı, mesleki yeterlilik, mesleki kaygı, bilgi düzeyi, iletişim yetersizliği, mesleki bağlılık, yorgunluk, kişisel sorunlar ve sorumsuzluk olduğu görülmüştür. Tunçkol (2015) sınıf öğretmeni adaylarının mutlu olmalarıyla öznel zindelikleri arasında pozitif yönlü bir kolerasyon olduğunu tespit etmiştir.

Öğretmen adayları öğretmenlik mesleğine ilişkin enerjilerini yükselten dersle/sınıfla ilgili nedenlerin; öğrencilerin derse katılımı, motivasyonu, onlardan dönüt alma, eğitim materyalleri, öğrencilerin derse hazırlıklı gelmesi, sessiz sınıf ortamı, saygı görme, pozitif öğrenciler, öğrencilerin bilgi düzeyi ve sınıf mevcudu olduğu, enerjilerini yükselten kişisel nedenlerin; mesleki yeterlilik, mesleki bağlılık etkili iletişim, mesleki gelişim, başarı, öğrencileri sevme, verimlilik olumlu ruh hali, sorumluluk ve güne zinde başlama gibi durumların olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer çalışmaların bu sonuçlar desteklediği görülmektedir. Li (2010) tarafından yapılan çalışmada sporcuların hedeflerine tutkuyla bağlı olanlarının öznel zindelik durumları üzerinde dolaylı bir etkisi olduğu sonucudur. Malik ve Macintosh (2015) yaptıkları çalışmada, yüksek öğretim kurumlarında çalışan akademik personelin hedeflere bağlılık düzeylerinin doğrudan veya dolaylı olarak öznel zindelik duygusu oluşturmada değer taşıdığını göstermiştir. Yine öğretmen adaylarının enerjilerini yükselten dışsal nedenlerin ise mesleki saygınlık, eğitim sistemi, atanmak, çalışma ortamı ve maaş gibi durumların olduğunu verdikleri yanıtlarla ortaya konulmuştur. Enerjilerini yükselten eğitsel nedenlerin ise başarı, mesleki gelişim, ders çalışmak olduğu belirlenmiştir. Akın ve Akın (2015) olumlu okul deneyimi boyutları olan akademik yoğunluk, akademik motivasyon ve okula bağlanışlığın öznel zindeliği olumlu yönde etkilediğini ortaya koymuştur.

Çalışanların kişisel kapasitelerin en iyi şekilde geliştirilmesi için uygun, pozitif ve enerji verici çalışma ortamı sağlamak gereklidir (Sood ve Bakshshi, 2015). Öğretmen adaylarının öznel zindelik durumlarının istenen düzeye ulaşmasını sağlamak amacıyla, öğretmen adaylarının görüşlerinden yola çıkarak belirlenen unsurlar doğrultusunda enerjilerini arttırıcı durumların oluşturulması sağlanabilir.

ETİK METNİ

“Bu makalede dergi yazım kurallarına, yayın ilkelerine, araştırma ve yayın etiği kurallarına, dergi etik kurallarına uyulmuştur. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazarlara aittir.”

KAYNAKÇA

- Akın, A. ve Akın, U. (2015). Do School Experiences Predict Subjective Vitality in Turkish College Students?. *Education Science And Psychology*, 2015, 2(34).
- Arık, S., Kürtül, N. ve Özdere, M. (2018). The Investigation of Candidate Teachers' Opinions Towards Quality of Life at University In Terms of Different Variables, *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 6, 154-166.
- Aleksandrova L. A. (2011). Subjective Vitality as A Personal Resource. *Psikhologicheskie Issledovaniya*, 3(17), 5.
- Bostic, T.J., Rubio, D.M. ve Hood, M. (2000). A Validation of the Subjective Vitality Scale Using Structural Equation Modeling. *Social Indicators Research* 52, 313-324.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2008). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Yayınları.
- Cuğ, F. D. (2015). *Self-Forgiveness, Self-Compassion, Subjective Vitality and Orientation to Happiness as Predictors of Subjective Well-Being*. A Thesis Submitted To the Graduate School of Social Sciences Of Middle East Technical University.
- Çelik, E. ve Topçuoğlu, P. (2017). Proaktif Kişiliğin Öznel Zindelik ile Merak Arasındaki İlişkide Aracılık Etkisi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (3), 1221-1240.
- Elçi, M., Yıldız, B. ve Erdilek Karabay, M. (2018). How Burnout Affects Turnover Intention? The Conditional Effects of Subjective Vitality and Supervisor Support. *International Journal of Organizational Leadership*, 7, 47-60
- Fini, A.A.S., Kavousian, J., Beigy, A. ve Emami, M. (2010). Subjective Vitality and its Anticipating Variables on Students. *Procedia Social And Behavioral Sciences*, 5, 150-156.
- Greenglass, E. R. (2006). Vitality and Vigor: Implications for Healthy Functioning. In P. Buchwald (Ed.), *Stress and Anxiety Application to Health, Work Place, Community, and Education* (Pp. 65-86). Newcastle: Cambridge Scholars Press.
- Holderness, Jr. D. ve Hunton, J. E. (2015). Examining the Antecedents and Consequences of Regular Exercise in the Audit Profession: How CPA Firms Can Promote Auditors' Psychological and Physical Healthiness. *Advances in Accounting Behavioral Research*, 13, 143-168.
- Kacker, P. (2015). Hypnotherapy as an Effective Modulation for Enhancing Subjective Vitality of People Living with Hiv/Aids and Dermatitis. *International Journal of Advanced Research*, 3(4), 928-935.
- Koçak, A. ve Arun, Ö. (2006). İçerik Analizi Çalışmalarında Örneklem Sorunu. *Selçuk İletişim*, 4(3), 21 - 28.
- Kumar, H., Shaheen, A., Rasool, I. ve Shafi, M. (2016). Psychological distress and life satisfaction among university students., *Journal of Psychology & Clinical Psychiatry*, 5(3), 1-7, 00283, DOI: 10.15406/jpcpy.2016.05.00283.
- Li, Ch. (2010). Predicting Subjective Vitality and Performance in Sports: The Role of Passion and Achievement Goals. *Percept Mot Skills*. 110(3), 1029-1047.
- Malik, S.Z. ve Macintosh, R. (2015). Role of Energizing Relationships in Creating Subjective Vitality and Goal Commitment in Uk Academics. *Journal of Research and Reflections in Education*, 9(1), 62-74.

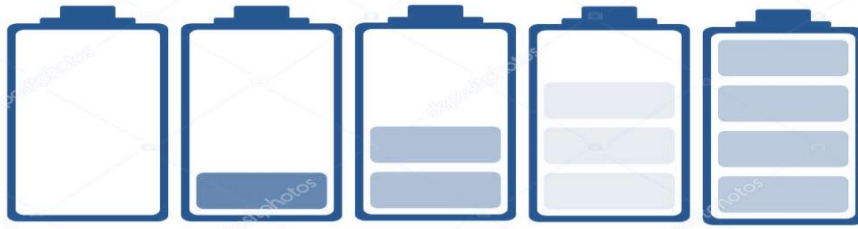
- Miles, M.B. ve Huberman, A.M. (1994). *Qualitative data analysis*. Sage Publication, London.
- Nix, G., Ryan, R. M., Manly, J. B. ve Deci, E. L. (1999). Revitalization Through Self-Regulation: The Effects of Autonomous and Controlled Motivation on Happiness and Vitality. *Journal of Experimental Social Psychology*, 25, 266-284.
- Özkara, A. B., Kalkavan, A., Alemdağ, S., Alemdağ, C. ve Çavdar, S. (2017). The Role of Physical Activity in Pre-Service Teachers' Subjective Vitality. *Physical Education of Students*, 3, 134-139.
- Rouse, P., Veldhuijzen, V.Z.J., Metsios, G., Yu, C-A., Ntoumanis, N., Kitas, G. ve Duda, J.L. (2014). The Subjective Vitality Scale is An Indicator of Physical and Psychological Health Amongst Rheumatoid Arthritis Patients. *Annals of The Rheumatic Diseases*, 73(2).
- Rubtcova, M. ve Pavenkov, O. (2017). Subjective Vitality of Coaches-Feminists in Russia and Spain: The Experience of Qualitative Research. *Proceedings of the Feminist Art Conference 2017: Embodied Resistance, Toronto*, 21 January 2017. Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=3042250>
- Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2008). A Self-Determination Theory Approach to Psychotherapy: *The Motivational Basis for Effective Change*. *Canadian Psychology*, 49(3), 186.
- Ryan, R.M. ve C. Frederick (1997). On Energy, Personality and Health: Subjective Vitality as A Dynamic Reflection of Well-Being, *Journal of Personality* 65, 529-565.
- Salama-Younes, M. (2011). Positive Mental Health, Subjective Vitality and Satisfaction With Life for French Physical Education Students. *World Journal of Sport Sciences*, 4, 90-97.
- Salama-Younes, M. ve Hashim, M. (2017). Passion, Vitality and Life Satisfaction for Physically Active Old Adults. *The Journal of Positive Psychology*, 1(11).
- Sarıçam, H. (2106). Examining the Relationship Between Self-Rumination and Happiness: The Mediating and Moderating Role of Subjective Vitality. *Universitas Psychologica*, 15(2).
- Sood, S. ve Bakhshi, A. (2015). Psychological Capitalas Predictorofsubjective Vitalityin Bank Employees. *Journal of Indian Health Psychology*, 10(1).
- Stone, P.J., Dunphy, D.C., Smith, M.S. ve Ogilvie, D.M. (1966). *The General Inquirer: A Computer Approach to Content Analysis*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Tagay, Ö., Çalışandemir, F. ve Ünüvar, P. (2018). Genç Yetişkinlerin Algılanan Stres Düzeyleri İle Akılcı Olmayan İnançları ve Benlik Saygıları Arasındaki İlişki, *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, Issue: 7, pp. (167-175).
- Tunçkol, H. M. (2015). Relationship of Happiness and Subjective Vitality in University Students. *International Journal of Development Research*, 5(4), 4219-4222.
- Uysal, R., Sarıçam, H. ve Akın, A. (2014). Öznel Zindelik Ölçeği Türkçe Formunun Psikometrik Özellikleri, *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 33, 136-146.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2011). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara:Seçkin Yayıncılık.

Cinsiyet: () Kadın () Erkek
Yaş: () 15-20 () 21-25 () 26+...
Bölüm:

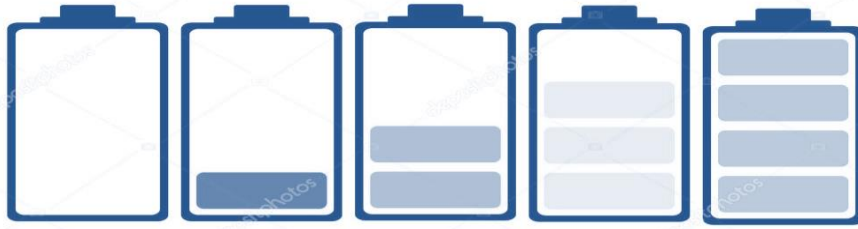
EK-1

Zihinsel pozitif enerjinin varlığı olan öznel zindelik yaklaşımı canlı, neşeli, heyecanlı, uyarılmış, enerji dolu ve diri olma durumlarını ifade etmektedir. Belli kavramlar bireyde bu enerjiyi yükselten veya düşüren etkilere sahiptir. Bu bağlamda;

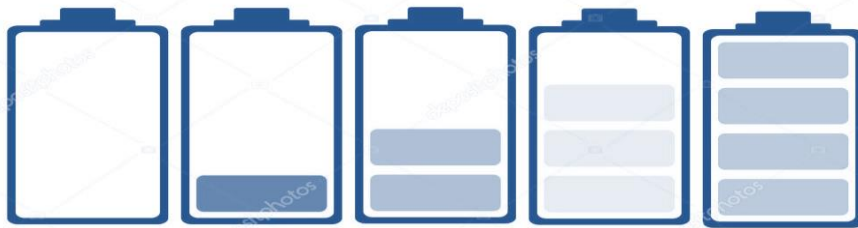
1. **OKUL** kavramını duyunca içinizde beliren enerjiyi aşağıdaki bataryalardan size uygun olanı işaretleyerek gösteriniz.



2. **ÖĞRETMENLİK MESLEĞİ** kavramını duyunca içinizde beliren enerjiyi aşağıdaki bataryalardan size uygun olanı işaretleyerek gösteriniz.



3. **ÖĞRENCİ** kavramını duyunca içinizde beliren enerjiyi aşağıdaki bataryalardan size uygun olanı işaretleyerek gösteriniz.



4. Öğretmenlik mesleğine ilişkin enerjinizi düşüren durumlar nelerdir?
•
•
•
5. Öğretmenlik mesleğine ilişkin enerjinizi yükseltecek durumlar nelerdir?
•
•
•