

## Bölüm 8

# ÖĞRETMEN ADAYLARININ ALGILANAN STRESİNDE MİZAH TARZLARI VE İLETİŞİM BECERİLERİN ROLÜ: BİR YAPISAL EŞİTLİK MODELLEMESİ

Lütfü BİLDİK<sup>1</sup>  
Özge ÖZSABAN<sup>2</sup>

### GİRİŞ

Bu araştırma öğretmen adaylarının mesleklerinin en temel becerilerinden olan iletişim becerileri ile algılanan stres düzeyinin sahip oldukları mizah tarzlarıyla ilişkisi ortaya koymayı amaçladığından ilişkilerin incelenmesinden önce stres, iletişim gibi kavramlardan bahsetmek gerekmektedir. Stres; bireyin kendi içerisinde ve dış dünyasında sağladığı işleyişi sekteye uğratma ihtimaline karşı bireyin kurduğu dengenin zarar görmesini engellemek için bireyi çeşitli davranışlara koşullayan itici güçtür (Budak, 2001; akt. Eşigül, 2013). Stresin belirtilerine bakıldığında çoğunlukla çelişik ve karmaşık oldukları görülmektedir. Braham'a göre stres bireylerde sosyal, zihinsel, duygusal fiziksel belirtiler (Braham, 1998; akt. Güçlü, 2001) ortaya çıkarırken, Caplan ve Harrison (1998) çalışmalarında, stresin bireylerde psikolojik olarak en sık görülen sonuçlarının uykusuzluk, tatminsizlik ve endişe olduğunu belirtirken, fizyolojik olarak bağıklık sistemi, kan basıncı ve kolesterol seviyesiyle ilgili şikayetlerin, davranışsal olarak ise madde bağımlılığı, yeme bozuklukları, işe gitmeme gibi problemlerin en sık görülen sonuçlardan olduğunu vurgulamaktadırlar (akt. Yalçın, 2013). Ayrıca kişinin stresli olaylara maruz kalmasıyla birlikte algıladığı stresin madde kullanım riskini de arttığı bilinmektedir (Pilowsky ve ark. 2008, Simmons ve ark. 2009, Siqueira ve ark. 2000; akt. Eskin ve ark. 2013). Stres uyaranları ve stres tepkilerindeki farklılıklar, stresle başa çıkmada da kendini göstermektedir (Aysan, 1988; akt. Aydın ve İmamoğlu, 2001). Bu yüzden stres bazı insanlar için üstesinden kolay gelinebilen bir şey bazılarının da hayatını kuşatarak olumsuz etkiler yaratabilen bir etki haline gelebilmektedir.

<sup>1</sup> Öğr., Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, lutfubildik@gmail.com

<sup>2</sup> Öğr. Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, ozge.ozsabann@gmail.com

## KAYNAKLAR

- Akça-Erdoğan, B. (2018). *Okul psikolojik danışmanlarının (rehber öğretmenlerin) kullandıkları mizah tarzlarına göre duygu yönetimi becerilerinin ve psikolojik iyi oluşlarının incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Akyol, Ü. (2011). *Ergenlerde iletişim becerilerinin yordayıcıları olarak öz-duyarlılık ve mizah tarzları* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Muğla Üniversitesi, Muğla.
- Atabay, E. (2019). *Üniversite öğrencilerinde mizah ve iletişim becerilerinin bağlanma stilleriyle ilişkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Aydın, B., ve İmamoğlu, S. (2001). Stresle başa çıkma becerisi geliştirmeye yönelik grup çalışması. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 14, 41-52.
- Azad-Mohammed, A. (2019). *Takım sporları ve bireysel sporlar ile ilgilenen bireylerin stres algılarının ve iletişim becerilerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.
- Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (yirmi dördüncü baskı). Ankara: Pegem Akademi
- Dursun, N. (2019). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu ve bazı fakülte öğrencilerinin mizah tarzlarının karşılaştırılması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yozgat Bozok Üniversitesi, Yozgat.
- Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F. ve Dereboy, Ç. (2013). Algılanan stres ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: güvenirlik ve geçerlik analizi. *New Symposium Journal*, 51(3), 132-140
- Eşigül, E. (2013). *Üniversite öğrencilerinin algıladıkları stres ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişkide sosyal problem çözmenin aracı ve düzenleyici rolünün incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Fırat, E.R. (2017). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile kullandıkları mizah tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Güçlü, N. (2001). Stres yönetimi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 91109
- Karagöz, Y. (2019). *Spss-amos-meta uygulamalı istatistiksel analizler* (ikinci baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Korkut-Owen, F. ve Bugay, A. (2014). İletişim becerileri ölçeği'nin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(2), 51-64.
- Özer, G. (2014). *Orta öğretim kurum yöneticilerinin mizah tarzlarının incelenmesi (Kayseri ili örneği)* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi, Kayseri.
- Reisoğlu, S. (2014). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarını yordamada beş faktör kişilik özellikleri, mizah tarzları ve duygusal zekânın rolü* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Satıcı, B. (2014). *Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterlik algılarının mizah tarzları ve süpervizyon yaşantıları açısından incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Şener, C. (2018). *Lise öğrencilerinde okul tükenmişliğinin yordayıcısı olarak mizah tarzlarının ve beş faktör kişilik özelliklerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Uluoğlu, C., Şahin, F., Yüce, S., Yamaç, D., Güney, H.Z., Yalınay-Çırak, M., Tekin, E., Çakır, N., Dursun, A. ve Tunaoglu, F.S. (2007). Temel iletişim becerileri: amaç ve öğrenim hedefleri "Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesinde dönem 1 uygulamaları". *Tıp Eğitimi Dünyası*, 24(24), 39-45.

- Yalçın, S. (2013). *İlköğretim okulu öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile stres, psikolojik dayanıklılık ve akademik iyimserlik arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Yerlikaya, E.E. (2003). *Mizah tarzları ölçeği'nin (the humor styles questionnaire) uyarlama çalışması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Yılmaz-Karagülle, S. (2018). *Öğretmen adaylarının mizah, iletişim becerileri ve kişilik özellikleri arasındaki yordayıcı ilişkiler* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.