

Öğretmenlerin Psikolojik Esneklik ile Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki İlişkide Merhamet Doyumunun Aracılık Rolü

The Mediating Role of Compassion Satisfaction in The Relationship Between Psychological Flexibility and Life Satisfaction Levels of Teachers

ÖZET

Çalışmanın temel amacı öğretmenlerin psikolojik esneklik ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide merhamet doyumunun aracı rolünü incelemektir. Çalışmada ayrıca psikolojik esneklik ile yaşam doyumunu ve merhamet doyumunu arasındaki ilişki de ele alınmıştır. Çalışma evrenini Türkiye’de Akdeniz bölgesindeki bir ilin il milli eğitim müdürlüğüne bağlı ilköğretim okullarında görev yapan öğretmenler oluşturmaktadır. Çalışma örneklemini ise kolay ulaşılabilir örnekleme ile evrenden alınan seçilen yaşları 20 ile 58 arasında değişen ($\bar{X}=34,54$) 139’u (%53) kadın ve 123’ü (%47) erkek toplam 262 öğretmenden oluşmaktadır. Çalışmanın verileri kişisel bilgi formu, Psikolojik Esneklik ölçeği, Yaşam Doyumu ölçeği ve Merhamet Doyumu ölçeği adlı ölçme araçları kullanılarak elde edilmiştir. Elde edilen verilerin analizi neticesinde sonuçlara göre; psikolojik esneklik ile yaşam doyumunu ve merhamet doyumunu arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle öğretmenlerin psikolojik esneklik düzeyleri arttıkça yaşam doyumunu ve merhamet doyumunu düzeyleride anlamlı derecede artmaktadır. Aynı şekilde öğretmenlerin merhamet doyumunu düzeylerinin artması yaşam doyumlarının da anlamlı derecede artmasına sebep olmaktadır. Merhamet doyumunu ile yaşam doyumunu arasında ise yine pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Son olarak Psikolojik esneklik ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide merhamet doyumunun kısmi bir aracılık rolünün olduğu görülmüştür. Bootstrapping işlemi de bu kısmi aracılığın anlamlı olduğuna yönelik ek kanıt sağlamıştır.

Anahtar Kelimeler: Yaşam doyumunu, merhamet doyumunu, psikolojik esneklik, öğretmenler

ABSTRACT

The main purpose of the study is to examine the mediating role of compassion satisfaction in the relationship between teachers' psychological flexibility and life satisfaction. The study also examined the relationship between psychological flexibility and life satisfaction and compassion satisfaction. The study population consists of teachers working in primary schools affiliated to the provincial directorate of national education in a province in the Mediterranean region of Turkey. The study sample consists of a total of 262 teachers, 131 (%50.97) female and 126 (%49.03) male, aged between 20 and 58 ($\bar{X}=34.54$) selected from the population using an easily accessible sampling method. The data of the study were obtained using a personal information form, Psychological Flexibility scale, Life Satisfaction scale and Compassion Satisfaction scale. According to the results obtained as a result of the analysis of the data; a positive and moderately significant relationship was found between psychological flexibility and life satisfaction and compassion satisfaction. In other words, as the psychological flexibility levels of teachers increase, their life satisfaction and compassion satisfaction levels also increase significantly. Similarly, the increase in the compassion satisfaction levels of teachers causes their life satisfaction to increase significantly. A positive and moderately significant relationship was found between compassion satisfaction and life satisfaction. Finally, it was found that compassion satisfaction has a partial mediating role in the relationship between psychological flexibility and life satisfaction. The bootstrapping process also provided additional evidence that this partial mediation is significant.

Keywords: Life satisfaction, compassion satisfaction, psychological flexibility, teachers

GİRİŞ

Öğretmenler insan davranışını biçimlendiren en temel aktörler arasında yer almaktadır. Böylesine önemli bir eylemde aktör olmak etkili bir performansı ve daha da önemlisi sağlıklı bir psikolojiyi gerektirir. Zira sağlıklı bir psikolojik yapıya tam anlamıyla sahip olamamak ve öğretmenlik mesleğinde düşük performans sergilemek nitelikli nesillerin yetiştirilmesini sekteye uğratabilir. Öğretmenlik bu açıdan bakıldığında gerek fiziksel gerekse de psikolojik olarak yoğun enerji gerektiren zor ve yıpratıcı bir meslek olarak tanımlanabilir. Bu açıdan bakıldığında öğretmenlik mesleğinin içerisinde bir çok stres faktörünü barındırdığı söylenebilir. İş yükünün fazla oluşu, davranış

İsa Yücel İşgör¹
Gökmen Çiçek²
Adnan Süzgeç³

How to Cite This Article

İşgör, İ. Y., Çiçek, G. & Süzgeç, A. (2025). “Öğretmenlerin Psikolojik Esneklik ile Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki İlişkide Merhamet Doyumunun Aracılık Rolü” International Social Sciences Studies Journal, (e-ISSN:2587-1587) Vol:11, Issue:5; pp:842-851. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.15535609>

Arrival: 24 March 2025

Published: 30 May 2025

Social Sciences Studies Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

¹ Prof. Dr., Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Hatay, Türkiye. ORCID: 0000-0002-3110-6081

² Okul Müdürü, Şehit Muhammet Said Çelik İlkokulu, Hatay, Türkiye

³ Müdür Yardımcısı, Mehmet Akif Ersoy İlkokulu, Hatay, Türkiye

biçimlendirmenin zorluğu, sınıf mevcutlarının kalabalık oluşu, idari iş yükü ve ekonomik ve özlük hakları ile ilgili dezavantajlar barındırması temel stres kaynakları arasında sıralanabilir. Böylesine stresli bir mesleği başarılı bir şekilde sürdürmek şüphesiz empati, psikolojik esneklik, psikolojik iyi oluş, psikolojik sağlamlık, merhamet ve yaşam doyumu gibi pozitif psikolojik özelliklere sahip olmayı gerektirmektedir. Bu kavramlar içerisinde özellikle pozitif psikoloji akımının son zamanlarda üzerinde en fazla durduğu kavramlar olarak psikolojik esneklik, yaşam doyumu ve merhamet sahibi olma gibi kavramlardan söz edilebilir. Bu perspektiften bakıldığında öğretmenlik mesleği içerisinde bu mesleği yapanların en temel düzeyde psikolojik olarak esnek bir yapıya sahip olmaları beklenebilir.

Literatüre Hayes ve ark. (1999) nin katkılarıyla kazandırılan psikolojik esneklik kavramı, genel anlamda insanın bilinçli eylemlerde bulunarak seçilmiş değerler doğrultusunda davranışlar sergilemesi ve bu davranışlarda ısrarcı olarak, yeri geldiğinde bu amaç için davranış değişikliklerine de giderek an ile sıkı bir etkileşime geçme durumu olarak tanımlanır. (Hayes ve Lillis, 2021). Bu tanımın bir anlamda değerlerin yönlendirdiği, an'a odaklanan ve deneyimlere dikkatle açık olarak (Hayes ve ark., 2006) yaşamayı içerdiği söylenebilir (Harris, 2019). Psikolojik esnekliğin karşı ucunda psikolojik katılık yer alır ve kavram her biri birbiriyle etkileşim içerisinde olan altı alt bileşenden meydana gelir.

İlk bileşen olan '*bilişsel ayrışma*' içsel deneyimin tek gerçek olarak kabul edilmesinden ziyade bu düşüncelerin sadece bir düşünce olduğunu belirten bir süreçtir (Hayes ve Lillis, 2021). Bu alt bileşende kişinin kendisini rahatsız eden olumsuz duygu ve düşünceleri inkâr etmemesi aksine bu olumsuz duygu ve düşünceler ile arasına mesafe koyması önem taşımaktadır (Kul ve Türk, 2020). Psikolojik esnekliğin ikinci alt bileşeni ise '*kabul*'dür. Kabulden kastedilen hoşgörü, geri adım atma ya da yaşama tavizkar bir biçimde sürekli boyun eğme değildir (Hayes ve Lillis, 2021). Kabul, bireyin yaşamındaki durumlarla mücadeleye girmeden durumun varlığını benimsemek (Hayes ve ark., 2006) ve bireyi rahatsız eden, demoralize eden, bedensel duyumlar ve dürtülerden kendini uzak tutmak veya uzaklaşmak yerine bireyin bunlara kendi içerisinde hareket edeceği bir alan vermesi anlamına gelmektedir (Harris, 2019). Kavramın üçüncü alt bileşeni ise '*bağlamsal benlik*' olarak tanımlanmaktadır. Diğer bir adıyla perspektif alma algısı kişilerin yaşananların farkına varmasına olanak tanımaktır (Hayes ve Lillis, 2021). '*Anda olmak*' psikolojik esnekliğin bir diğer alt bileşenidir ve bu alt bileşen psikolojik olarak bireyin içinde bulunulan zaman diliminde olmasını ifade etmektedir (Harris, 2019). Bu özelliğiyle anda olmak bilinçli bir şekilde şimdiye odaklanmak, kendi isteğiyle ve esnek bir yaklaşım sergileyerek zihinsel enerjiyi hazırda bulunana vermektir (Hayes ve Lillis, 2021). Psikolojik esnekliğin beşinci alt bileşeni de '*değerler*'dir. Değerler birey için önem taşıyan şeylerin yansımaları anlamına gelmektedir. Ayrıca değerler kişinin hayatına yön verir ve bu doğrultuda önemli adımlar atmasına vesile olur (Harris, 2021). Psikolojik esneklikteki son bileşen ise "değerler doğrultusunda davranışlar"dır. Değerler doğrultusunda hareket etmek, bireyin daha tutarlı davranması için önem taşıyan bir boyuttur (Berryhill ve ark., 2018). Bu altı temel bileşeni birlikte psikolojik esneklik bireylerde pozitif bir ruh halinin en temel öncülü arasında görülebilir ve yaşam doyumu, iyi oluş ve merhamet gibi diğer pozitif tutumlar ile ilişkilendirilebilir. Bu çerçevede yaşam doyumunun psikolojik esnekliğin en yakın temas kurduğu kavramlardan biri olduğu söylenebilir.

Yaşam doyumu kavramı ilk olarak Neugarten ve ark. (1961) tarafından ele alınmış ve kavram bireyin yaşamdan beklentileri ile sahip oldukları arasında yapılan mukayese sonucunda ortaya çıkan bir olgudur. Diğer bir tanımlama ile bireyin duygusal ve düşünsel olarak iyi oluşu ile alakalıdır. Bu açıdan bakıldığında yaşam doyumunun öznel iyi oluşun düşünsel boyutunu oluşturduğu söylenebilir. (Diener, 1984; Pavot ve ark., 1991). Yaşam doyumu içerisinde bir birey yaşamına karşı pozitif bir değerlendirme süreci içerisinde (Diener ve ark., 1985). Ayrıca yaşam doyumu ile anlatılmak istenen sadece anlık bir durum karşısında yaşanan bir olgu değil aynı zamanda yaşamının tamamına ilişkin pozitif bir algı içerisinde olmasıdır (Neugarten ve ark., 1961). Bu bilgiden hareketle yaşam doyumunun hayatın tüm alanlarıyla ilgili ve hayatın tümünün olumlu olarak değerlendirilmesi olarak ifade edilebilir. İş yaşamından duyulan memnuniyet, fiziksel iyilik hali, kaygı ve stres düzeyinin düşüklüğü, yaşama yüklenen anlam, gelir düzeyi, devlet politikaları, refah koşulları vb. bir çok değişken yaşam doyumunu doğrudan etkilemektedir (Dağlı ve Baysal, 2016). Öğretmenlik mesleği büyük ölçüde iş yaşamı içerisinde yaşam doyumunun yanı sıra prososyal davranışlara sahip olmayı da gerekli kılan bir meslek olarak görülebilir. Bu doğrultuda öğretmenlik mesleği içerisinde merhamet ve merhamet doyumu gibi becerilere sahip olmak önemli bir kazanım olarak değerlendirilebilir.

Merhamet doyumu, kişinin yaptığı iş ve verdiği hizmeti en iyi biçimde yapmaktan alınan haz olarak ifade edilebilir. Diğer bir ifade ile bir başkasına veya topluma yardım etmek ve faydalı olmaktan duyulan haz ve bundan dolayı kişinin kendini iyi hissetmesidir (Stamm, 2005). Merhamet doyumu aynı zamanda zorluk yaşayan ve acı içerisinde olan insanlara yardım etmekten kaynaklı yaşanan memnuniyeti ve doyumu da kapsamaktadır (Grant ve ark., 2019). Bu özellikleriyle merhamet doyumu merhamet yorgunluğu (Coetzee ve Kloppe, 2010) ve ikincil travmadan

kaynaklı yaşanan stresin tam tersi bir kavram olarak değerlendirilebilir. Sacco ve ark. (2015)'nin tanımına göre merhamet doyumunu bireyin diğerlerine yardım etme davranışından ötürü elde edilen pozitif duygu ve düşüncenin bütünü olarak ifade edilmektedir. Nas ve Sak (2021b) ise kavramı bir başkasının veya diğer bir canlının yaşadığı acının farkında olup bu acıyı hafifletmeye yönelik eylemlerde bulunma ve bu eylemlerde bulunurken yaşanan olumlu duyguların tamamı olarak açıklamaktadır. Gerek psikoloji literatüründe gerekse de sağlık literatüründe ise merhamet doyumunu acı çekenin veya hastanın yaşadığı duygulara duyarlı olma ve bu duyarlı olma durumdan kaynaklı yaşanan doyum olarak değerlendirilmektedir. Bu bağlamda merhamet doyumunu merhametli olmaya karşı verilen bir ödül şeklinde ifade edilebilir (Coetzee ve Kloppe, 2010).

Çalışmanın temel kavramları ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında, psikolojik esneklik, yaşam doyumunu ve merhamet doyumunu değişkenlerinin birbirleriyle olan etkileşimini tek çalışmada ele alan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Psikolojik esneklik ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin farklı örneklem gruplarında ele alındığı çalışmaların olduğu görülmüştür. Çalışmaya benzer bir örneklem grubuyla yani öğretmenler üzerinde psikolojik esneklik ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin ele alındığı çalışmalarda iki değişken arasında pozitif yönde ilişkinin olduğu tespit edilmiştir (Ateş ve Sağar, 2022; Aydoğdu ve ark., 2023). Psikolojik esneklik ile yaşam doyumunu arasındaki ilişki öğretmen grubunun haricinde farklı meslek ve yaş gruplarında ele alınmış ve yine pozitif yönde ilişkilere rastlanmıştır (G. Arslan, 2024; S. Arslan, 2024; Bergquist, 2015; Bi ve Li, 2021; Çakır ve Dilmaç, 2023; Graham ve ark., 2016; Gralla, 2022; Tasa ve Mutlu, 2022; Teke ve Tunca, 2025; Wersebe ve ark., 2018). Literatür taramasında psikolojik esnekliğin merhamet doyumunu ile etkileşimini ele alan çalışmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Psikolojik esnekliğin öz-şefkat kavramı ile ilişkisini inceleyen çalışmalar sıklıkla yer almakta ancak öz-şefkat kavramına benzetmekle birlikte önemli ölçüde farklılığı olan merhamet doyumunu kavramının psikolojik esneklik ile ilişkisine dair sınırlı sayıda çalışmanın olduğu tespit edilmiştir. Çalışmaların genellikle sağlık çalışanı üzerinde yapılmış çalışmalar olduğu ve iki değişken arasında pozitif yönde ilişkinin olduğu bulgulanmıştır (Duarte ve Pinto-Gouveia, 2017; Garner ve Golijani-Moghaddam, 2021; Garner ve ark., 2023; Kent ve ark., 2019). Yapılan literatür çalışmasında ayrıca merhamet doyumunu ile yaşam doyumunu arasındaki etkileşime dair bazı çalışmaların olduğu ve bu çalışmalarda iki değişken arasında pozitif yönlü ilişkinin olduğu tespit edilmiştir (Durkin ve ark., 2016; Sak ve ark., 2024). Bununla birlikte merhamet doyumunun doğrudan yaşam doyumunu ve benzer değişkenlerle olan ilişkisi öğretmen grubunun dışında farklı yaş ve meslek çalışanları üzerinde de ele alınmış ve iki değişken arasında pozitif etkileşimin olduğu ortaya konmuştur (Jain ve Garg, 2025; Papazoglou ve ark., 2019; Stamm, 2009).

Nitelikli bir toplumun oluşturulmasında nitelikli bir eğitim öğretimin sunulması hiç şüphesiz hayati bir öneme sahiptir. Nitelikli bir eğitim öğretim ise gerek fizyolojik gerekse de psikolojik anlamda sağlıklı eğitim personelleri ile mümkündür. Bu açıdan bakıldığında psikolojik açıdan esnekliği ve yaşam doyumunu yüksek merhamet etmekten doyum elde etme gibi özellikler öğretmenlerin mesleklerini nitelikli bir biçimde yapabilmelerinin ön koşulları arasında gösterilebilir. Bu nedenle modern eğitim sisteminin eğitim personellerinin bu gibi psikolojik özelliklerini geliştirmeye yönelik çalışmalara odaklanması önem taşımaktadır. Bu çalışma nitelikli bir toplum oluşturmak için büyük önem arz eden eğitim personellerinin psikolojik esneklik, yaşam doyumunu ve merhamet doyumunu gibi pozitif psikolojik özelliklerini incelemeyi amaçlamaktadır. Öğretmenlerin bahsedilen psikolojik özelliklerinin ele alınıp bu özelliklerini geliştirmeleri adına tespitler ve öneriler ortaya koyması açısından çalışmanın özgün bir değer ve önem taşıdığı düşünülmektedir. Alan yazında öğretmenlerin yaşam doyumunu ve psikolojik esneklik düzeyleri ayrı ayrı ve farklı değişkenlerle ele alınmıştır ancak bu kavramların merhamet doyumunu gibi pozitif psikolojinin son zamanlarda geniş yer verdiği olgu ile ilişkisinin araştırıldığı çalışmaların çok sınırlı olduğu görülmüştür. Bu açıdan çalışmanın gerek elde edilen sonuçları gerekse de ortaya koyduğu önerileri ile alan yazında bu konudaki boşluğun doldurulmasına katkı sunacağı düşünülmektedir. Bu kapsamda araştırmada aşağıda belirtilen hipotezler test edilmeye çalışılmıştır.

H1: psikolojik esneklik yaşam doyumunu ile pozitif yönde anlamlı ilişki gösterecektir.

H2: psikolojik esneklik merhamet doyumunu ile pozitif yönde anlamlı ilişki gösterecektir.

H3: Merhamet doyumunu yaşam doyumunu ile pozitif yönde anlamlı ilişki gösterecektir.

H4: psikolojik esneklik ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide merhamet doyumunun aracı bir rolü vardır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Çalışmada temel modeli genel tarama modellerinden olan korelasyonel modeldir. Korelasyonel modeller içerisinde birden fazla değişkenin birbiriyle ilişki içerisinde olup olmadığı ele alınmaktadır (Karasar, 2012).

Araştırma Grubu

Çalışma evrenini Hatay’da çeşitli ilköğretim kurumlarında görev yapan öğretmenler oluşturmaktadır. Örneklem grubundaki öğretmenlerin yaşları 20 ila 58 arasında değişmektedir ve öğretmenlerin yaş ortalaması $\bar{X}=34,01$ ($SS=8.85$) olarak tespit edilmiştir.

Tablo 1: Çalışmanın Demografik Değişkenlerine Ait Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler	Frekans	%	Değişkenler	Frekans	%
<i>Cinsiyet</i>			<i>Branşı</i>		
Kadın	139	53.1	Sınıf Öğretmeni	103	39.3
Erkek	123	46.9	Branş Öğretmeni	116	44.3
<i>Mesleki Kıdem</i>			Yönetici	43	16.4
1-5 Yıl	70	26.7	<i>Çocuk Sayısı</i>		
6-15 Yıl	76	29	Çocuk Yok	78	29.8
16-25 Yıl	50	19.1	1-2 Çocuk	102	38.9
26 Yıl ve üzeri	65	24.8	3 Çocuk ve üzeri	82	31.3
<i>Medeni Durum</i>			<i>Algılanan SED</i>		
Evli	183	69.8	Düşük	62	23.7
Bekar	79	30.2	Orta	152	58
			Yüksek	48	18.3

Veri Toplama Araçları

Araştırmada verileri elde etmek amacıyla Psikolojik Esneklik Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Merhamet Doyumu Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Bu ölçme araçlarına ait ayrıntılı bilgiler aşağıda verilmiştir.

Psikolojik esneklik ölçeği

Ölçek Francis ve ark. (2016) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlaması ise Karakuş ve Akbay (2020) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışması 310 kişilik bir örneklem üzerinde yapılmıştır. Ölçek 28 maddeden oluşmakta ve beş alt boyutu bulunmaktadır. Alt boyutlar sırasıyla değerler ve değerler doğrultusunda davranma, anda olma, kabul, bağlamsal benlik ve ayrışma olarak adlandırılmıştır. Ölçeğin uyarlama çalışmasında güvenirlik katsayısı olarak, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı hesaplanmış ve bu değer toplam puan için .79; değerler ve değerler doğrultusunda davranma alt boyutu için .84; anda olma alt boyutu için .60; kabul alt boyutu için .72; bağlamsal benlik alt boyutu için .73 ve ayrışma alt boyutu için .59 olarak bulunmuştur. Bu çalışmanın ise Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı toplam puan için .96 olarak bulunmuştur.

Yaşam doyumu ölçeği

Yaşam doyumu ölçeği Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilmiş ve insanların mevcut durumlarından duydukları memnuniyeti ölçmektedir. Tek boyutlu olarak geliştirilen ölçek 5 maddeden oluşmakta ve her bir madde 7’li likert olup 5 maddeden oluşmaktadır. Tek boyutlu olarak geliştirilen ölçekteki madde ‘*kesinlikle katılmıyorum (1)*’ ile ‘*kesinlikle katılıyorum (7)*’ şeklinde değerlendirilmektedir. Ölçekteki örnek maddelerden biri ‘*hayatımdan memnunum*’ şeklindedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 5 iken en yüksek puan 35’tir. Yüksek puan yüksek yaşam doyumunu düşük puan ise düşük yaşam doyumunu ifade etmektedir. Güvenirlik çalışması için iç tutarlılık katsayısı Cronbach alfa değerine bakılmış ve .87 bulunmuştur. Ölçeğin madde toplam korelasyonları ise .66 ile .81 arasında değişmektedir. Ölçeğin test-tekrar test güvenirliği ise .82 olarak hesaplanmıştır. Yaşam Doyumu Ölçeği Durak vd. (2010) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ayrıca Durak vd. (2010), Yaşam doyumu ölçeğinin Türkçe uyarlamasında güvenirliğinin ($\alpha = .80$) ve geçerliliğinin ($CFI = .99$, $TLI = .98$, $RMSEA = .043$, $IFI = .99$ ve $SRMR = .02$) olduğunu belirtmektedir. Bu araştırmada yaşam doyumu ölçeğinin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı değeri .87 olarak elde edilmiştir.

Merhamet doyumu ölçeği:

Nas ve Sak (2021a) tarafından 504 yetişkin üzerinde geliştirilen ölçek bireylerin merhamet doyumu düzeylerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Tek boyutlu ve 5’li likert tipi bir ölçek olup 12 maddeden oluşmaktadır. Her bir item ‘*kesinlikle katılmıyorum (1)*’ ile ‘*kesinlikle katılıyorum (5)*’ arasında değişmektedir. beş potansiyel yanıttan oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 12-60 arasında değişmektedir ve alınan yüksek puanlar Merhamet Doyumunun yüksek olduğuna işaret etmektedir. Bu ölçekteki örnek maddelerden biri “İnsanlara destek olduğumda kendimi güçlü hissedirim” şeklindedir. Ölçeğin güvenirlik çalışmaları kapsamında iç tutarlılık katsayısı olarak Cronbach alfa .92 olarak tespit edilirken madde yük değerleri ise 0.62 ile 0.84 arasında değişmektedir. Geçerlik çalışmaları kapsamında yapılan DFA sonucunda elde edilen uyum değerleri ($\chi^2/sd= 2.563$; $RMSEA=.079$, $RMR=.027$, $IFI=.95$, $CFI=0.96$, $NFI=.92$, $RFI=.90$, $GFI=.92$, $AGFI=.88$) alanyazına dayalı olarak incelendiğinde, χ^2/sd , $RMSEA$, NFI , RFI ve $AGFI$ uyum değerlerinin kabul edilebilir uyum değerleri aralığında oldukları, RMR ,

IFI, CFI ve GFI uyum değerlerinin ise mükemmel uyum değerlerinde oldukları tespit edilmiştir. Bu çalışmada ise Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .86 olarak tespit edilmiştir.

Kişisel bilgi formu

Çalışmaya katılanların demografik özelliklerini (cinsiyet, mesleki kıdem, medeni durum, branş, çocuk sayısı ve algılanan sed) belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir.

Verilerin Analizi

Öğretmenlerin psikolojik esneklik, yaşam doyumu ve merhamet doyumu düzeyleri arasındaki ilişkiye odaklanan bu çalışmada öncelikle korelasyon analizi ve betimleyici istatistiklere yer verilmiştir. Sonrasında yapısal eşitlik modellemesi (YEM) ile aracılık analizi yapılmıştır. YEM birden çok değişkene ait parametrelerin analizine olanak tanıyan güçlü bir yöntemdir (Kline, 2011). YEM ile elde edilen sonuçların değerlendirilmesinde Hu ve Bentler (1999) tarafından tavsiye edilen uyum iyiliği indeksleri kullanılmıştır. Bu doğrultuda kay-kare (χ^2) ve serbestlik derecesi ile birlikte CFI, NFI, TLI, SRMR ve RMSEA indekslerine yer verilmiştir. Kritik değerler olarak, χ^2 'nin serbestlik derecesine oranı 5'ten küçük olması, CFI, NFI ve TLI değerlerinin .90'dan yüksek olması ve SRMR ile RMSEA değerlerinin ise .80'den düşük olması göz önüne alınmıştır (Hu ve Bentler, 1999; MacCallum ve ark., 1996; Tabachnick ve ark., 2007).

YEM'de psikolojik esneklik ve merhamet doyumu değişkenleri gerek tek boyutlu olmaları gerekse de daha iyi uyum indeksleri elde edebilmek için parselleme yöntemi kullanılmıştır. Kişilik özellikleriyle ilgili kavramlarda kullanılan parselleme yöntemi gözlenen değişken sayısını azaltmakta, güvenirliği artırabilmekte ve ölçeklerin normal dağılım göstermesinde yardımcı olmaktadır (Nasser-Abu Alhija ve Wisenbaker, 2006). Parselleme ile psikolojik esneklik için 3, merhamet doyumu için 2 boyut oluşturulmuştur. Yaşam doyumu değişkeni için item sayısının az olması nedeniyle parselleme yapılmamıştır. Çalışmada ayrıca bilimsel araştırmalarda yaygınlığı giderek artan ve aracılığın anlamlı olmasına ek kanıt sağlayan bootstrapping işlemine yer verilmiştir (Preacher ve Hayes, 2008). Bootstrapping işlemi ile örneklem sayısı 5000'e yükseltilmiş ve bootstrap değeri ile güven aralıkları (G.A.) oluşturulmuştur. Güven aralıkları arasında sıfırı barındırmaması ile test edilen aracılığın da anlamlı olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Verilerin analizinde SPSS 23 paket programı ile AMOS 24 kullanılmıştır.

BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde öncelikle öğretmenlerin psikolojik esneklik yaşam doyumu ve merhamet doyumu değişkenlerine ilişkin elde edilen ortalama, standart sapma, güvenirlik katsayısı, çarpıklık basıklık ve korelasyon katsayılarına ilişkin tanımlayıcı istatistiklere yer verilmiştir. Ayrıca araştırmanın yapısal modeline ilişkin uyum indeksleri ve yol analizlerine yer verilmiştir. Tanımlayıcı istatistiklere yönelik elde edilen sonuçlar tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2: Psikolojik esneklik, yaşam doyumu ve merhamet doyumu değişkenleri arasındaki korelasyon ve betimleyici istatistik sonuçları

Değişkenler	Tanımlayıcı İstatistik ve Güvenirlik					Korelasyon		
	M	SD	α	Çarpıklık	Basıklık	1	2	3
1. Psikolojik Esneklik	103.5	38.53	.96	-.123	-.658	-		
2. Merhamet Doyumu	35.03	8.10	.86	.062	-.159	.64**	-	
3. Yaşam Doyumu	16.24	7.29	.87	.645	-.493	.65**	.54**	-

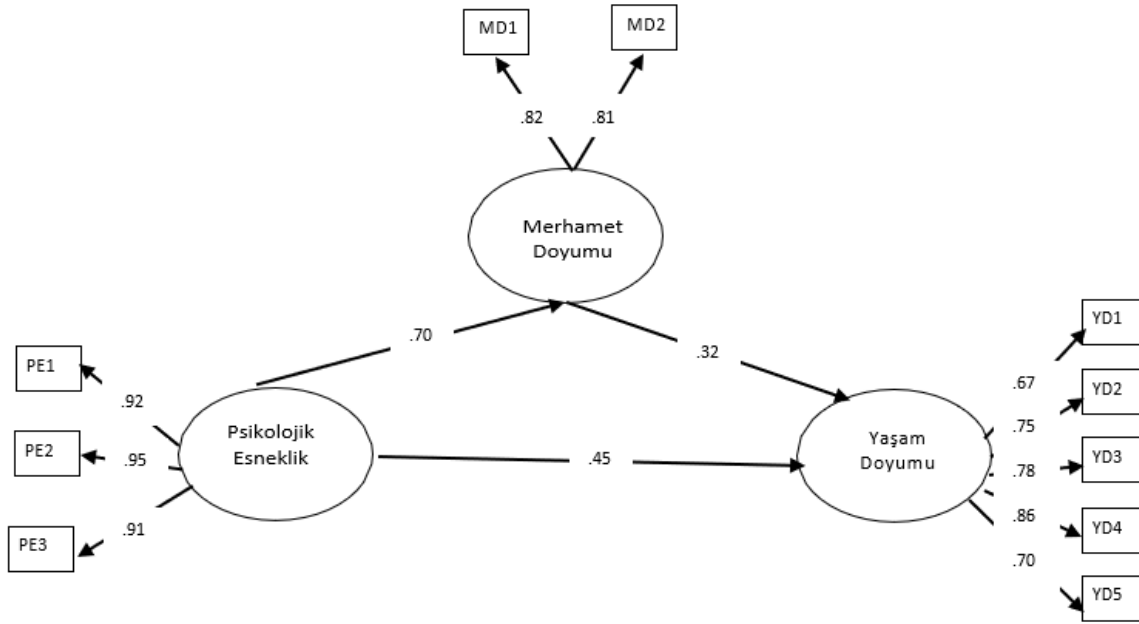
* $p < .05$

** $p < .001$

Tablo 1 incelendiğinde, değişkenlerin çarpıklık değerlerinin (-.123 ile .645) arasında ve basıklık değerlerinin ise (-.159 ile -.658) arasında olduğu görülmüştür. Bu değerlerin Finney ve DiStefano (2006)'nın belirttiği çarpıklık için ± 2 ve basıklık için ± 7 normalite kriterleri içerisinde olduğu görülmüştür. Tablo 1'deki değişkenler arası korelasyonlara bakıldığında, psikolojik esnekliğin yaşam doyumu [$r(262) = .65$ $p < .001$] ve merhamet doyumu [$r(262) = .64$ $p < .001$] ile pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki gösterdiği bulgulanmıştır. Ayrıca merhamet doyumu ile yaşam doyumu arasında da pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir [$r(262) = .54$ $p < .001$].

Yapısal Model

Analiz sonucu öğretmenlerin psikolojik esneklik ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide merhamet doyumunun kısmi bir aracılık rolü olduğunu doğrulayan modele ulaşılmıştır. Modelin uyum iyiliği indeksleri incelendiğinde tüm değerlerin kabul edilebilir düzeyde olduğu söylenebilmektedir (χ^2 (32, N = 262) = 62.916, $p < .001$; CFI = .98; NFI = .97; TLI = .98; SRMR = .055; RMSEA = .061 G.A. [.038, .083], AIC = 108.92; ECVI = 0.42). Ayrıca modelin tüm yol katsayılarının anlamlı olduğu görülmüştür. Modele ilişkin yol katsayıları Şekil 1'de verilmiştir.



Şekil 1: Kısmi aracı modele ait standardize edilmiş yol katsayıları. Not: PE; psikolojik esneklik parselleri, MD; merhamet doyumu parselleri, YD; yaşam doyumu maddeleri

Bootstrapping İşlemi

Bootstrapping işlemi neticesinde elde edşlen doğrudan ve dolaylı yollara ilişkin katsayılar ve bu katsayılarla ilişkin güven aralıkları Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 3: Kısmi modele ait bootstrapping işlemi

Yol			95% GA	
Doğrudan Etki	β	SE	AL	ÜL
PE→MD	.33*	.031	.267	.395
MD→YD	.64*	.187	.210	1.137
PE→YD	.43*	.083	.217	.665
Dolaylı Etki				
PE→MD→YD	.21*		.073	.372

*p<.001 Not: PE; psikolojik esneklik, MD; merhamet doyumu, YD; yaşam doyumu

Tablo 2 incelendiğinde, bootstrapping işlemi ardından tüm doğrudan yol katsayılarının anlamlı olduğu anlaşılmaktadır. Benzer şekilde, dolaylı yol katsayısının da anlamlı olduğu görülmektedir, (bootstrap katsayısı = .021, 95% G.A. = .073, .372). Tüm bu sonuçlar ele alındığında, öğretmenlerin merhamet doyumu, onların psikolojik esneklik ile yaşam doyumu arasında kısmi aracı rol oynadığı söylenebilmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmanın temel amacı öğretmenlerin psikolojik esneklik, yaşam doyumu ve merhamet doyumu değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışma ayrıca öğretmenlerin psikolojik esneklik düzeyi ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide merhamet doyumunun aracı bir etkisinin olup olmadığını incelemeyi amaçlamıştır.

Araştırma kapsamında elde edilen ilk sonuca göre, öğretmenlerin psikolojik esneklik düzeyleri ile yaşam doyumu ve merhamet doyumu arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Diğer bir ifade ile öğretmenlerde psikolojik esneklik düzeylerinin artması yaşam doyumları ve merhamet doyumlarının da artmasına yol açmaktadır. Bu bulgu şuna bağlanabilir. Nitekim literatürde araştırma bulgularını destekleyen çalışmalar olduğu görülmektedir. Psikolojik esneklik ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi (H1) ele alan çalışmaların birinde Teke ve Tunca (2025) yetişkinler üzerinde yaptıkları çalışmada psikolojik esneklik ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü orta düzey bir ilişki olduğunu bulgulamıştır. Lucas ve Moore (2020) tarafından yapılan çalışmada ise psikolojik esneklik ile yaşam doyumunun pozitif yönde ilişki gösterdiği ayrıca psikolojik esnekliğin yaşam doyumunun önemli unsurlarından biri olduğu belirtilmiştir. Benzer şekilde gerek psikolojik esnekliğin toplam puanları gerekse de alt boyut puanlarının yaşam doyumu ile pozitif yönde ilişki gösterdiğine dair araştırma bulgularına rastlanmıştır (G. Arslan, 2024; S. Arslan, 2024; Ateş ve Sağar, 2022; Aydoğdu ve ark., 2023; Bergquist, 2015; Bi ve Li, 2021; Çakır ve Dilmaç, 2023; Graham ve ark., 2016; Gralla, 2022; Tasa ve Mutlu, 2022; Wersebe ve ark., 2018). Psikolojik esneklik ile merhamet doyumu arasındaki ilişkiye (H2) bakıldığında bu iki değişken arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç öğretmenlerin

psikolojik esneklik düzeylerinin artmasının merhamet doyumlarını da artırdığı anlamını taşımaktadır. Psikolojik esneklik ile merhamet doyumları arasındaki etkileşimi doğrudan inceleyen araştırmaların sınırlı sayıda olduğu gözlemlenmiştir. Sağlık çalışanları ve öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalarda psikolojik esneklik ile merhamet doyumları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkinin olduğu tespit edilmiştir (Duarte ve Pinto-Gouveia, 2017; Garner ve Golijani-Moghaddam, 2021; Garner ve ark., 2023; Kent ve ark., 2019).

Merhamet doyumları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiye (H3) bakıldığında bu iki değişkenler arasında da pozitif yönde orta düzeyde bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Başka bir ifadeyle öğretmenlerin merhamet doyumları arttıkça yaşam doyumlarının da anlamlı düzeyde arttığı bulgulanmıştır. Prososyal bir davranış olarak merhamet doyumları bireylerde iyi oluşun artması (Durkin ve ark., 2016; Sak ve ark., 2024). Bir başkasına yardım etme davranışından elde edilen memnuniyet olarak adlandırılan merhamet doyumları bireyin yaşam kalitesini artırarak meslek hayatındaki verimliliği de artırmakta ve böylece yaşamdan elde edilen doyumları da artırmaktadır (Stamm, 2009). Benzer çalışmaların bir diğerinde iş yerinde çalışanlardaki merhamet düzeyinin yüksek olması çalışanların psikolojik gelişimleri ve pozitif duygularının da artmasına yol açtığı bulgulanmıştır (Jain ve Garg, 2025).

Psikolojik esneklik ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide merhamet doyumunun aracılık rolünün olup olmadığı (H4) ile ilgili olarak merhamet doyumunun bu iki değişken arasındaki ilişkide kısmi bir aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir. Bir başkasına yardım etmenin sonucunda hissedilen olumlu duygular bütünü (Sacco ve ark. 2015) olarak merhamet doyumları bireylerde psikolojik esneklikte olduğu gibi pozitif ruh hali oluşturmaktadır. Bu yanı sıra merhamet doyumunun yaşam doyumları (Stamm, 2009), iyi oluş (Papazoglou ve ark., 2019), öz bakım (Alkema ve ark., 2008), farkındalık (Decker ve ark., 2015; Martin-Cuellar ve ark., 2018), değerlerin gelişmesi (Stanfield ve Baptist, 2019), olumlu duygular/düşünceler (Kim ve ark., 2020) gibi kavramlarla pozitif yönde anlamlı korelasyonlar göstermesi psikolojik esneklik ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiye kısmi de olsa katkı sunmasını açıklayan bir durum olarak görülebilir.

Sonuç ve Sınırlılıklar

Araştırmanın neticesinde öğretmenlerin psikolojik esneklik ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide merhamet doyumunun kısmi bir aracılık rolü olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir ifade ile psikolojik esneklik hem doğrudan hemde merhamet doyumları aracılığıyla yaşam doyumlarına etki etmektedir. Çalışmada ayrıca psikolojik esneklik ile merhamet doyumları ve yaşam doyumları arasında pozitif yönde orta düzey bir ilişki bulgulanmıştır. Çalışmanın son bulgusu ise merhamet doyumları ile yaşam doyumları arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olmasıdır.

Çalışmanın sınırlılıklarına değinilecek olursa; araştırma verileri bildirim dayalı ölçme araçlarıyla elde edildiği için bu veriler ölçme araçlarının ölçmek istediği özelliklerle sınırlı olduğu söylenebilir. Bundan sonraki çalışmalarda farklı veri toplama teknikleri (nitel veriler) kullanılarak bu konudaki literatür zenginleştirilebilir. Araştırmanın bir diğer sınırlılığı da araştırmanın yönteminin kesitsel bir modelde oluşudur. Çalışma verileri deneysel ve boylamsal araştırmalarla ele alınırsa sonuçların genellenebilirliği adına daha güvenilir ve geçerli bulgulara ulaşılabilir. Bu durum bu konudaki kuramsal çerçeveye katkı sunabilir. Çalışma bulgularından hareketle öğretmen yetiştirmede psikolojik esneklik ve merhamet odaklı becerilerin geliştirilmesi öğretmen yeterliklerinin artırılmasına önemli katkılar sunabilir. Psikolojik esnekliği, merhamet doyumları ve yaşam doyumları yüksek öğretmenlerle eğitim öğretimin niteliği artırılabilir. Bu çerçevede özellikle öğretmenlerin pozitif ruh hali düzeylerini artırıcı politikalara daha geniş yer verilebilir. Öğretmen akademilerinde pozitif psikolojinin temel becerilerini (psikolojik esneklik, iyi oluş, yaşam doyumları, merhamet, azim, sabır, karakter güçleri vb.) öğretmen adaylarına kazandırıcı bir yaklaşım sergilenebilir.

Etik Standartlara Uygunluk

Çalışmada 1964 Helsinki Etik Bildirgesi ve sonraki güncellemelerinde belirtilen insan katılımcıları içeren çalışmalarda uyulması gereken tüm etik ilkelere bağlı kalınmıştır. Çalışma öncesi ilgili etik kurullardan gerekli izinler alınmıştır (17/02/2025 tarih 11 No'lu Karar. Evrak Sayı No:477690).

Çıkar Çatışması: Yazarlar aralarında herhangi bir çıkar çatışmasının olmadığını beyan eder.

KAYNAKÇA

Alkema, K., Linton, J. M., ve Davies, R. (2008). A study of the relationship between self-care, compassion satisfaction, compassion fatigue, and burnout among hospice professionals. *Journal of Social Work in End-of-Life & Palliative Care*, 4(2), 101-119.

Arslan, G. (2024). Unlocking the power of self-compassion and psychological flexibility: Enhancing emotional health, subjective wellbeing, and quality of life in college students. *Studia Psychologica*, 66(1), 50-65.

- Arslan, S. (2024). Covid-19 Salgını Sırasında Psikolojik Esneklik ve Öz-Şefkatin Yaşam Doyumu Üzerinde Rolü. *SOCIAL SCIENCES STUDIES JOURNAL (SSSJJournal)*, 8(103), 3245-3252.
- Ateş, B.,ve Sağar, M. E. (2022). Öğretmen adaylarında psikolojik esnekliğin, öz-yeterliğin ve iletişim becerilerinin yaşam doyumunu üzerindeki yordayıcı rolü. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 11(1), 219-227.
- Aydoğdu, F., Demir, M.,ve Demir, B. (2023). Öğretmenlerde Yaşam Doyumunun Bir Yordayıcısı: Psikolojik Esneklik. *Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3 (1), 78-95.
- Bergquist, J. J. (2015). *Incremental validity of psychological flexibility, anxiety sensitivity, and mindfulness in the prediction of panic disorder symptomology and life satisfaction* [Appalachian State University].
- Berryhill, M. B., Hayes, A.,ve Lloyd, K. (2018). Chaotic-enmeshment and anxiety: The mediating role of psychological flexibility and self-compassion. *Contemporary Family Therapy*, 40(4), 326-337.
- Bi, D.,ve Li, X. (2021). Psychological flexibility profiles, college adjustment, and subjective well-being among college students in China: A latent profile analysis. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 20, 20-26.
- Coetzee, S. K.,ve Klopper, H. C. (2010). Compassion fatigue within nursing practice: A concept analysis. *Nursing & health sciences*, 12(2), 235-243.
- Çakır, B.,ve Dilmaç, B. (2023). Duygusal farkındalık, psikolojik esneklik ve yaşam doyumunu arasındaki yordayıcı ilişkiler. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 142-159.
- Dağlı, A.,ve Baysal, N. (2016). Yaşam doyumunu ölçeğinin türkçe'ye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59).
- Decker, J. T., Brown, J. L. C., Ong, J.,ve Stiney-Ziskind, C. A. (2015). Mindfulness, compassion fatigue, and compassion satisfaction among social work interns. *Social Work and Christianity*, 42(1), 28.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological bulletin*, 95(3), 542.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J.,ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Duarte, J.,ve Pinto-Gouveia, J. (2017). The role of psychological factors in oncology nurses' burnout and compassion fatigue symptoms. *European journal of oncology nursing*, 28, 114-121.
- Durkin, M., Beaumont, E., Martin, C. J. H.,ve Carson, J. (2016). A pilot study exploring the relationship between self-compassion, self-judgement, self-kindness, compassion, professional quality of life and wellbeing among UK community nurses. *Nurse education today*, 46, 109-114.
- Finney, S. J., ve DiStefano, C. (2006). Non-normal and categorical data in structural equation modeling. *Structural equation modeling: A second course*, 10(6), 269-314.
- Francis, A. W., Dawson, D. L.,ve Golijani-Moghaddam, N. (2016). The development and validation of the Comprehensive assessment of Acceptance and Commitment Therapy processes (CompACT). *Journal of Contextual Behavioral Science*, 5(3), 134-145.
- Garner, E. V.,ve Golijani-Moghaddam, N. (2021). Relationship between psychological flexibility and work-related quality of life for healthcare professionals: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 21, 98-112.
- Garner, E. V., Golijani-Moghaddam, N.,ve Sabin-Farrell, R. (2023). Psychological flexibility as a predictor of professional quality of life in newly qualified psychological therapy practitioners. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 28, 139-148.
- Graham, C. D., Gouick, J., Ferreira, N.,ve Gillanders, D. (2016). The influence of psychological flexibility on life satisfaction and mood in muscle disorders. *Rehabilitation psychology*, 61(2), 210.
- Gralla, K. F. (2022). *Subjective Well-Being and its Association with Social Skills and Psychological Flexibility* [University of Twente].
- Grant, H. B., Lavery, C. F.,ve Decarlo, J. (2019). An exploratory study of police officers: Low compassion satisfaction and compassion fatigue. *Frontiers in psychology*, 9, 2793.
- Harris, R. (2019). Kabul ve Kararlılık Terapisi ACT'i kolay öğrenmek.
- Hayes, S.,ve Lillis, J. (2021). Kabul ve kararlılık terapisi (Aksoy, D. Çev.). *Okyanus Yayıncılık*.

- Hayes, S., Strosahl, K., ve Wilson, K. (1999). Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change (p. 304). In: New York, NY: The Guilford Press.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., ve Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour research and therapy*, 44(1), 1-25.
- Hu, L. t., ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1-55.
- Jain, S., ve Garg, R. (2025). The ripple effect of compassion on psychosocial flourishing: A mediational model of individual and organizational factors in Indian public sector. *Acta Psychologica*, 254, 104837.
- Karakuş, S., ve Akbay, S. E. (2020). Psikolojik esneklik ölçeği: Uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 32-43.
- Karasar, N. (2012). Bilimsel araştırma yöntemi [Scientific research method]. *Ankara: Nobel Yayıncılık*.
- Kent, W., Hochard, K. D., ve Hulbert-Williams, N. J. (2019). Perceived stress and professional quality of life in nursing staff: How important is psychological flexibility? *Journal of Contextual Behavioral Science*, 14, 11-19.
- Kim, H. J., Ha, J. H., ve Jue, J. (2020). Compassion satisfaction and fatigue, emotional dissonance, and burnout in therapists in rehabilitation hospitals. *Psychology*, 11.
- Kul, A., ve Türk, F. (2020). Kabul ve adanmışlık terapisi (ACT) üzerine bir derleme çalışması. *OPUS International Journal of Society Researches*, 16(29 Ekim Özel Sayısı), 3773-3805.
- MacCallum, R. C., Browne, M. W., ve Sugawara, H. M. (1996). Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling. *Psychological methods*, 1(2), 130.
- Martin-Cuellar, A., Atencio, D. J., Kelly, R. J., ve Lardier Jr, D. T. (2018). Mindfulness as a moderator of clinician history of trauma on compassion satisfaction. *The Family Journal*, 26(3), 358-368.
- Nas, E., ve Sak, R. (2021a). Merhamet doyum ölçeğinin geliştirilmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(80), 2019-2036.
- Nas, E., ve Sak, R. (2021b). A new compassion scale for children and its psychometric properties. *Child Psychiatry & Human Development*, 52(3), 477-487.
- Nasser-Abu Alhija, F., ve Wisenbaker, J. (2006). A Monte Carlo study investigating the impact of item parceling strategies on parameter estimates and their standard errors in CFA. *Structural Equation Modeling*, 13(2), 204-228.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., ve Tobin, S. S. (1961). The Measurement of Life Satisfaction. *J. Journal of Gerontology*, 16(2), 134-143. <https://doi.org/10.1093/geronj/16.2.134>
- Papazoglou, K., Koskelainen, M., ve Stuewe, N. (2019). Examining the relationship between personality traits, compassion satisfaction, and compassion fatigue among police officers. *Sage open*, 9(1), 2158244018825190.
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C. R., ve Sandvik, E. (1991). Further validation of the Satisfaction with Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures. *Journal of personality assessment*, 57(1), 149-161.
- Preacher, K. J., ve Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior research methods*, 40(3), 879-891.
- Sacco, T. L., Ciurzynski, S. M., Harvey, M. E., ve Ingersoll, G. L. (2015). Compassion satisfaction and compassion fatigue among critical care nurses. *Critical care nurse*, 35(4), 32-42.
- Sak, R., Skutil, M., Şahin-Sak, İ. T., Zikl, P., Nas, E., ve Herynková, M. (2024). Czech and Turkish preschool teachers' compassion and psychological well-being. *Early Childhood Education Journal*, 52(6), 1165-1179.
- Stamm, B. H. (2005). Professional quality of life scale. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*.
- Stamm, B. H. (2009). Professional quality of life: Compassion satisfaction and fatigue version 5 (ProQOL). In.
- Stanfield, M. H., ve Baptist, J. (2019). Compassion satisfaction among camp counselors: A pilot study. *Journal of Experiential Education*, 42(2), 121-139.

Tabachnick, B. G., Fidell, L. S.,ve Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics* (Vol. 5). pearson Boston, MA.

Tasa, H.,ve Mutlu, S. (2022). Psikolojik esneklik, kişilerarası reddedilme duyarlılığı ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 8(1), 41-68.

Teke, E.,ve Tunca, A. (2025). Aversion to Happiness and Life Satisfaction: Exploring the Role of Psychological Inflexibility and Vulnerability. *Journal of Happiness and Health*(FirstView Articles), 7-16.

Wersebe, H., Lieb, R., Meyer, A. H., Hofer, P.,ve Gloster, A. T. (2018). The link between stress, well-being, and psychological flexibility during an Acceptance and Commitment Therapy self-help intervention. *International journal of clinical and health psychology*, 18(1), 60-68.