



ARAŞTIRMA MAKALESİ

Resim İş Öğretmen Adaylarının Kendini Gerçekleştirme Algıları

Prof. Dr. Sefa BULUT, İbn Haldun Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, İstanbul, e-posta: sefabulut22@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2622-4390>

Öz

Kendini gerçekleştirme kavramı gerek psikoloji literatüründe ve gerekse gündelik dilde çok kullanılan kavramlardan biridir. Bu kavramı ortaya atan hümanistlik psikologlarıdır. Onlara göre bireylere yetenek ve üretkenliklerini ortaya çıkarabilecek imkan ve ortamlar sağlanırsa her birey kendi içindeki potansiyeli ortaya çıkarma ve üretken olma eğitimindedir. Maslow kendini gerçekleştiren insanın on bir özelliğini belirlemiştir. Bu çalışmada da bu on bir özellik temel alınarak, resim-iş öğretmenliğinde eğitim gören 19 öğrenciye kendilerini gerçekleştirme hedefleri sorulmuş ve bunları yazmaları istenmiştir. Cevaplar içerik analizi yöntemiyle değerlendirilmiş ve 18 ana tema, 2 alt tema ve 2 dominant tema belirlenmiştir. Öğrencilerin çalışmaya büyük bir gönüllülükle katıldıkları ve içerik açısından çok zengin cevaplar verdikleri görülmüştür. Özellikle de yaratıcılık başlığı altında çok ilginç cevaplar verdikleri, mesleklerini sevdikleri ve bu alanda özgün ürünler vermek istedikleri görülmüştür. Yine cevaplarda toplumsal gelişmeyi öncelendikleri, topluma sanatı sevdirmek istediklerini ve iyi birer öğretmen olmak istediklerini belirtmişlerdir. Kavramsal olarak bazı öğrencilerin kendini gerçekleştirme hedeflerine ulaştıkları görülürken, diğerlerinde bu sürecin devam ettiği görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Kendini Gerçekleştirme, Resim-iş ve Kendini Gerçekleştirme, Üniversite Öğrencileri ve Kendini Gerçekleştirme.

Makale Gönderme Tarihi: 19.01.2022

Makale Kabul Tarihi: 01.10.2022

Önerilen Atf:

Bulut, S. (2022). Resim İş Öğretmen Adaylarının Kendini Gerçekleştirme Algıları, *Sosyal, Beşerî ve İdari Bilimler Dergisi*, 5(10): 1332-1344.



Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences

2022, 5(10): 1332-1344. DOI:[10.26677/TR1010.2022.1102](https://doi.org/10.26677/TR1010.2022.1102)
ISSN: 2667-422X Dergi web sayfası: www.sobibder.org



RESEARCH PAPER

The Perception of Self Actualization of Art Teacher Students

Prof. Dr. Sefa BULUT, Ibn Haldun University, Faculty of Educational Sciences, İstanbul, e-mail:
sefabulut22@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2622-4390>

Abstract

The concept of self-actualization is widely used in psychology literature as well as in daily life. The term was first introduced to humanistic psychologists. According to them, when the appropriate conditions are provided to the individuals, they can utilize their inner potential and become productive individuals. Maslow listed 11 features of self-actualized people. By using these 11 characteristics, 19 art teacher candidates were asked to write about their self-actualization goals. The responses were analyzed by content analysis. The results revealed 18 main theme, 2 sub-theme, and 2 dominant themes. Students voluntarily and willingly participated to the study and provided rich in-depth insights. They loved their professions and wanted to produce unique art works. Additionally, they expressed sincere concern for social, cultural and intellectual development of the society. It appears that while some of the students have already reached their self-actualization goals, some of them were still in the process of search and self-understanding.

Keywords: Self-Actualizations, Art Teacher and Self-Actualizations, University Students and Self-Actualizations.

Received: 19.01.2022

Accepted: 01.10.2022

Suggested Citation:

Bulut, S. (2022). The Perception of Self Actualization of Art Teacher Students, *Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 5(10): 1332-1344.

GİRİŞ

Kendini gerçekleştirme kavramı son yıllarda psikologların, davranış bilimcilerinin ve kişisel gelişim uzmanlarının dikkatini çeken ve üzerinde çokça konuşulan konularda bir tanesidir. Aslında bu kavramın ortaya çıkışı insanoğlunun bilimsel, teknolojik ve sanayide elde ettiği başarı ve gelişmelerin bir sonucudur. Birinci dünya savaşı olmuş, büyük insan kitleleri bundan zarar görmüş yıkıcı sonuçlarını deneyimlemiş, arkasından kısa bir süre sonra tekrardan bir dünya savaşı olmuş, gene büyük yıkım ve kayıplar yaşanmış. Daha sonra müthiş bir sanayileşme, kentleşme ve korkunç bir kapitalizm doğmuş insanlar belli bir süre bu yeni kapitalizmin getirileri ile çok mutlu ve doyumlu bir hayat sürmüşler daha sonra bu tüketim koşuşturmasından da yorulmuşlar ve kendi iç dünyalarına yönelmişler.

Özellikle Amerikan toplumunda Vietnam savaşının etkisi, 1960'lı yıllarda ortaya çıkan hippie "çiçek çocuklar", insan hakları, sivil hak ve hürriyetler ve kadın hareketlerinin de etkisi olmuştur. Tüm bu sosyal hareketlerin temelinde de insana verilen değer ve önem yatmaktadır. İnsan, tüm tarihi boyunca ilk defa ilgisini dış dünyadan, kendi iç dünyasına çevirmiş ve kendini dinlemeye, anlamaya ve tanımaya başlamıştır. İşte tam da bu sırada Abraham Maslow "İnsanın İhtiyaçları Hiyerarşisi" teorisini ortaya çıkarmıştır. Bu teorinin gelişmesi ve yaygınlaşmasında Carl Rogers'ın "Danışan merkezli danışma" yaklaşımı da etkili olmuştur. Bu iki isim, insancıl psikolojinin en temel taşlarını oluşturacak teori ve kavramları geliştirmiş ve oldukça kabul görmüşlerdir. Daha sonraları onların psikolojide öncülük ettiği bu yaklaşım eğitim alanını da etkilemiş ve insancıl eğitim anlayışı ortaya çıkmıştır.

KURAMSAL ÇERÇEVE

Kendini Gerçekleştirme (Self-Actualization) 60'lı,70'li yıllardan sonra insancıl psikologlardan Abraham Maslow'un ortaya attığı bir kavramdır. Maslow'a göre 6 basamaktan oluşan piramidin ilk 4 basamağında temel ihtiyaçlar son 2 basamağında da daha üst düzey entelektüel ihtiyaçlar vardır. Maslow'a göre ihtiyaçlar; 1) Fizyolojik ihtiyaçlar, 2) Güvenlik-Güven duyma ihtiyacı, 3) Bir gruba ait olma ve sevme-sevilme yakınlık ihtiyacı, 4) Statü kazanma-kendine saygı duyma ihtiyacı 5) Merakını giderme ve bilme-tanuma-anlama ihtiyacı ve 6) Estetik ve entelektüel ihtiyaçlar vardır. Bu teoriye göre, insanlar önce fiziksel ihtiyaçlarını karşılar, sonra sosyal ihtiyaçları gelir ve en sonda bireysel entelektüel ihtiyaçları karşılanır. Böylece alt seviyedeki ihtiyaçlar karşılandıktan sonra erişilen en üst basamak ise "kendini gerçekleştirme" dir.

Kendini gerçekleştirme bireyin kendi yeteneklerini kullanarak, hayallerini gerçekleştirmesi ve istediği hedeflere ulaşabilme sürecidir. Uygun çevresel şartlar sağlandığında, demokratik, izin verici, anlayışlı ve kabul edici bir ortamda birey yeteneklerini test eder ve en iyi yapabildiklerine yönelir. Yaptığını daha iyi ve daha mükemmel yapmak ister ve bunu kendi yeteneklerini zorlayarak en üst düzeye gelinceye kadar sürdürür. Bu arayış ancak birey kendi gerçek doğasını bulduğunda son bulur.

Bu kendini arama sürecinde, Maslow ihtiyaçlar hiyerarşisinde sıranın önemli olduğuna inanır. Ancak birey alt düzeydeki ihtiyaçlarını karşılamışsa, daha üst basamaklara yönelebilir. Maslow ihtiyaçların aşamalı olarak basamaklar halinde olduğunu ve bireylerin tam olarak orta yaşlarda kendilerini gerçekleştireceğini belirtmektedir.

Yine Maslow'a göre insan davranışlarına yön veren en temel güdü kendini gerçekleştirme güdüsüdür (Maslow, 1954). O nedenle bireylerin hayatlarına yön veren temel güdülerini anlamak önemlidir. Bunu anlayabilirsek eğitim ortamlarında da bunu kullanabiliriz ve eğitimin kalitesini arttırabiliriz.

Hümanistik kuramcılardan Carl Rogers (1970)'ın "tam kapasite olarak çalışabilen insan" (fully functioning person) ile kendini gerçekleştirme kavramı benzerlik göstermektedir. Rogers (1961) kendini gerçekleştiren kimseye "kapasitesini tam olarak kullanan" (kişi demektir. Yine Rogers' a göre kendini gerçekleştiren insanların 4 özelliği vardır. 1) Yeni yaşantılara açık olma (duyguları tam olarak anlama ve yaşama) 2) Varoluşsal bir hayat sürme (katı olmama, esnek olma, hayatın her anını yaşama) 3) Bireyin kendine güvenmesi (iç tepkileri, iç uyarıcıları dikkate alma) 4) Değişime istekli olabilme (yeni uyarıcılara açık olması, merak etme, araştırma gibi). Tam kapasite olarak çalışan insanlar ve kapasitesini iyi kullanabilen insanlar esnektir, şimdiki zaman odaklıdır ve zamanlarını iyi kullanırlar.

Maslow (1970) tarihteki etkili ve güçlü insanlara ve güncel seçkin insanlara odaklanmış ve bunlar üzerine klinik vaka incelemesi yöntemiyle derinlemesine incelemelerde bulunmuş ve kendini gerçekleştiren insanların 11 özelliğini belirlemiştir. Bunlar;1) Gerçeği olduğu gibi algılayabilme, 2) İçten geldiği gibi davranma, 3) Bir probleme dönük olma, 4) Kendi kendine yeterli olma, 5) Çevreden bağımsız olma, 6) Takdir edebilme, 7) İnsanlıkla özdeşleşme, 8) Demokratik olabilme, 9) Nüktedanlık, 10) Yaratıcılık ve 11) Sosyal kalıplaşmaya karşı direniş olmak üzere 11 özellik belirlemiştir.

Amaç

Bu çalışmanın amacı da resim öğretmenliği bölümü son sınıfta öğrenim gören öğretmen adaylarının 1) kendini gerçekleştirme düzeylerini ve 2) kendini gerçekleştirme algılarını onların bakış açısından nitel araştırma yöntemiyle incelemektir.

YÖNTEM

Bu çalışmanın kuramsal temelini Abraham Maslow'un ihtiyaçlar teorisi oluşturmaktadır. Maslow'un teorisinde öne sürdüğü 6 basamaktan oluşan, ihtiyaçlar hiyerarşisine ve kendini gerçekleştiren insanın 11 özelliğine dikkat edilmiştir. Nitel araştırma yöntemlerinden içerik analizi yöntemi kullanılmıştır (Karasar, 2000). Önce bu teoriden bağımsız olarak ortaya çıkan ana temalar ve alt temalar belirlenmiş ve daha sonra bu temaların Maslow'un belirlediği kendini gerçekleştiren insanda bulunan 11 özellik ile karşılaştırılarak uygunluklarına bakılmıştır. Uygun olan yeni temalar, bahsedilen özelliklerle eşleştirilmiştir. Bunlar arasında bir benzerlik ve örtüşme olup olmadığı ve bulunan kavramların Maslow'un teorisinde ileri sürdüğü 11 özelliği karşılayıp karşılamadığına bakılmıştır.

Bu çalışma nitel araştırma olarak planlanmıştır. Üniversite son sınıf öğrencisi olan resim-iş öğretmenliği öğrencilerine "rehberlik" dersi müfredatı içerisinde kendini gerçekleştirme kavramı kapsamlı bir şekilde anlatılmış ve tartışılmıştır. Daha sonra kendilerine, "kendilerini gerçekleştirme hedeflerinin ne olduğu" açık uçlu bir soru ile sorulmuş ve bunu ders kapsamında ve bir ders saatinde yaklaşık olarak 40 dakika içerisinde yazmaları istenmiştir. Öğrenciler çalışmaya gönüllü olarak katılmış ve katılmayan öğrenciler herhangi bir olumsuzluk, ceza ya da not kırıklığı gibi bir işlemlerle karşılaşmamışlardır. Pek çok öğrenci bunu 15 dakika gibi kısa bir süre içerisinde, hiçbir zorluk çekmeden gayet kolay ve eğlenceli bir süreçle yazmıştır.

Katılımcılar

Çalışmaya katılma gönüllülük esası ile yapılmış ve yalnızca katılmak isteyen 19 gönüllü öğrenci katılmıştır. Katılımcılardan 8 tanesi erkek, 11 tanesi de kız öğrenciden oluşmakta ve yaşları 19 ile 24 arasında değişmektedir. Öğrenciler resim iş öğretmenliği bölümüne özel yetenek sınavı ile

girmişlerdir. Öğrencilere kimliklerini belirtecek hiçbir şey yazmamaları söylenmiş, anonimite ve gizlilik konusunda garanti verilmiştir. Daha sonra katılımcılara birer A4 kâğıdı sağlanmış ve bir ders saati içerisinde “kendilerini gerçekleştirme” hedeflerini yazmaları istenmiştir.

Yazılan bu materyaller nitel olarak değerlendirilmiş ve içerik analizine tabi tutulmuştur. Yazılanların ortak özelliklerine bakılarak ana temalar ve alt temalar oluşturulmuştur. Çalışma 2016-2017 eğitim öğretim yılı güz döneminde Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesinde yapılmıştır.

Bulunan temalar frekanslarına göre sıralanmış ve örnek alıntılar yapılmıştır.

Bu yazıda, temalar kolay okuma ve takip edilebilmesi açısından Abraham Maslow’un önerdiği kendini gerçekleştiren insanın özellikleri 1 den 11’e kadar numaralandırılarak büyük harflerle başlık halinde verilmiş ardından da bu çalışmanın sonucunda ortaya çıkan ana temalar ve alt temalar italik olarak yazılmış ve yanına kaç kişinin bu yönde cevap verdiği belirtilmiştir. Tema cümlelerini en iyi tarif ve temsil eden öğrenci cümlelerinin başına bunların hangi katılımcıya ait olduğunu gösteren numaralar verilmiştir. Toplam olarak 18 bağımsız tema ve bunların da üstünde, 2 dominant kapsayıcı tema belirlenmiştir. Daha sonra da her temanın altına o tema ile ilgili yorumlar yazılmıştır.

BULGULAR

1. Gerçeği Olduğu Gibi Algılama: Bu kategoriye girebilecek, “tam olarak ne istediğini anlamak”, “eğitimine devam etme”, ve “kendini geliştirme olarak” üç ana tema belirlenmiştir. Bu temalarında birbiriyle çok yakın ilişkili olduğu görülmektedir. Bunların ortak özelliği ise, öğrencilerin tam olarak ne istediklerini anlamaları ve bunları nasıl elde edeceklerini bilmeleri ve kendilerini geliştirme yönünde duydukları yoğun istekleridir.

Tam Olarak Ne İsteddiğini Anlamak: 6 kişi

5 “Üniversite öğrencilerine hem okul hem iş hem de yaşama dair yeni şeyler öğretmek istiyorum. Gözlerimi kapatıp kendimi bu yerde hayal ettiğimde mutlu oluyorum” 6 “Mesleğe ilk başladığımda kendimi gerçekleştirebileceğimi ve ifade edebileceğimi düşünüyorum” 15 “Öğretmenliğin bana göre olmadığını anladığım için grafik tasarım üzerine yoğunlaşmak. Reklam uzmanı olmak ve isim yaptıktan sonra işimi evimden halledebilecek düzeye çıkmak” 18 “Milli Eğitimde öğretmenlik yapıp, her ay maaş alıp yatan bir öğretmen olmak istiyorum.

Eğitimine Devam Etme (Kurs, Eğitim, Yüksek Lisans): 8 kişi

7 “...yüksek lisans yapmayı... akademisyen olmakla önümün daha açılacağını düşünüyorum” 15 “...daha kapsamlı kurslar almak ve kendimi geliştirmek” 16 “... okul bittikten sonra yüksek lisans kazanabilmek ve bunu devam ettirip akademisyenlikte en üst noktaya çıkmak”. 18 “ Milli Eğitim’de değil de daha üst kademelere adım adım ilerleyerek...”

Kendini Geliştirme: 7kişi

4 “Öğrencilerime örnek bir öğretmen olmak isterim ve bunun için kendimi geliştirip daha dinamik bir öğretmen olmayı hedefliyorum” 6 “Empati kurabildiğimde, öğrencilerimi anlayabildiğimde KG düşünüyorum” 9 “...yöntem ve teknik olarak kendimi geliştirmek ve doyurmak” 12 “Gerektiğinde taktir edilmeyi hak edenlere kendimce taktir ettiğimi iletme” 13 “Okulu bitirdikten sonra kendi yeteneğim doğrultusunda kendimi geliştirip...” 15 “Gerekliyse dil geliştirmek.” 19 “Şu anda aldığım resim eğitiminin üzerine biraz daha eğitim alıp...”

Bu başlık altında birbirine benzer 3 tema ortaya çıkmıştır. Bunlar “eğitime devam etme”, “kendini geliştirme” ve “tam olarak ne istediğini anlama” temalarıdır. Öğrenciler üniversite yaşantılarını bitirdikten sonra da çeşitli kurslar ve seminerler yoluyla kendileri daha fazla geliştirmek için formal ya da informal yollarla yeni eğitim olanakları aramaktadırlar.

2. İçten Geldiği Gibi Davranma: Bu özellikle ilgili olarak bir kişiden yorum gelmiştir. Bu özelliğe karşılık gelebilecek tek bir tema belirlenmiş ve spontan olma diye adlandırılmıştır. Bu tema için tek bir öğrenci yorum yapılmıştır.

“Spontan olma”, içinden geldiği gibi olma ve davranma.

14 “Kendimi gerçekleştirmek için kimsenin yönlendirmesi olmadan, yeteneğim kısıtlanmadan, ilgilerim sorgulanmadan, içimden geldiği gibi ya da boyayı şöyle kullan, böyle kullan denilmeden öyle bir ortamda kendimi gerçekleştireceğime inanıyorum”

Kendini gerçekleştirme hayat boyunca devam eden bir durumdur. Bireyler hayatlarının belli dönemlerinde kendini gerçekleştirme açısından farklı düzeylerde olabilir ve kendini gerçekleştirme açısından bireysel farklılıklar olabilir (Kuzgun, 1972). Aynı zamanda kendini gerçekleştirme açısından kolaylaştırıcı ya da engelleyici çevre koşulları da olabilir.

3. Bir Probleme Dönük Olma: Bir probleme odaklanma açısından öğrenciler “öğretmen olmayı” ve “başarılı olmayı” ifade etmişlerdir.

Öğretmen Olmak (İdealist Öğretmen): Çalışmaya katılan 7 öğrenci, öğretmen olmakla ilgili olumlu ifadeler kullanmıştır. Bunlar şu şekilde ifade edilmiştir.

2 “Öncelikle hedefim idealist bir öğretmen olmak” 4 “Öğrencilerime örnek bir öğretmen olmak isterim” 3 “Hayatta hedefim insanlara karşı anlayışlı, empati algısı yüksek, affetmeyi bilen, küçük olayları çok fazla büyütmeyen, iyi bir insan olmak ve hatırlanmak.” 5 “Üniversite öğrencilerine hem okul, hem iş, hem de yaşama dair yeni şeyler öğretmek istiyorum” 13 “...İlk hedef, resim öğretmeni olmak, bir okulda çalışmaya başlamak... Sadece ilk ve orta öğretim öğrencilerinin geldiği, çocukların hayallerini özgürce yada sözle ifade edemediklerini resme döktüklerini görmek. Çocukların resim ve kendi psikolojileri arasında ifade etmede farklılık olduğunu anlamak ve anlatabilmek istiyorum. 14 “...öğrencilere faydalı olabilecek seviyeye gelirim...” “...böylelikle öğrencilerimi ve kendime daha faydalı bir birey olacağıma inanıyorum.” 9 “...birikimlerimi öğrencilerime aktarabilmek”

Öte yandan, çalışmaya katılan 3 öğrenci de öğretmen olmakla ilgili olumsuz fikir beyan etmiştir. Öğrencilerin söyledikleri kısaca aşağıdaki gibidir.

7 “Öğretmenlik yapmanın beni kısırlaştıracağını düşünüyorum.” 15 “...öğretmenliğin bana göre olmadığını anladığım için...” 18 “Milli Eğitim’de değil de...”

Başarı: 4 kişi

6 “Sanat dalında iyi şeyler başarabildiğimde...” 15 “Okulu güzel bir ortalama ile bitirmek”. 16 “...yaptığım sergilerde başarılı olmak”. 18 “Başarmayı seven bir insan olarak...”.

Öğretmen olma konusunda hedeflerinin netleştiği anlaşılmaktadır. Bunu belirten öğrencilerin idealist düzeyde öğretmen olmak istedikleri tespit edilmiş ve bu ana tema idealist öğretmen diye adlandırılmıştır. Öğretmen olmanın yanında başarı teması da vurgulanmaktadır öyle ki, katılımcılar başarılı bir öğretmen olmak istemektedirler. Burada gözlemlenen sadece öğretmen olmak değil, idealist düzeyde ve insancıl düzeyde iyi bir insan, örnek bir insan ve başkalarını düşünen bireysel düzeyde de başkalarının gelişimine katkıda bulunan iyi bir insan ve öğretmen

olmak istemektedirler. Öğretmen olma ile beraber, iyi bir insan olmakta önemli hedefler arasındadır. Bununla beraber, üç öğrencide öğretmen olma konusunda tam karar verememiş ve bu konuda nötr olarak yorum yapmıştır.

4. Kendi Kendine Yeterli Olma: “Kendi kendine yeterli olma” kavramının “çevreden bağımsız olma” kavramı ile çok iç içe geçtiği ve birbirini tamamladığı ve birbiriyle ilişkili olduğu görünmektedir. Fakat yine de ayırıcı özellikleri olması açısından bu iki özellikte ayrı ayrı değerlendirilmiştir. Bu kategorideki ifadelerde kendini yönetmek ana teması olarak isimlendirilmiştir. Bu tür ifadeler veren 5 öğrenci tespit edilmiştir.

Kendini Yönetebilme Kapasitesi, 5 kişi bu yönde cevaplar vermiştir.

6 “Kendi ayaklarım üstünde durabildiğimde ve bağımsız olduğumda KG düşünüyorum, 7 “Kendi başıma kararlar vermeye başladığımda, KG düşünüyorum” 9 “Benim öncelikli olarak hedefim sosyal ve ekonomik olarak sadece kendime ihtiyaç duyacağım bir seviyeye gelmektir”. 12 “Kendime belli hedefler koymak o hedeflerimi çevremdeki insanlar ne diyor diye düşünmeden o hedeflerimi gerçekleştirebilmek” 17 “Başkasının yönlendirmesine bağlı kalmadan kararlar almak önemli benim için. Kendi başıma bir şeyler yapabiliyor olmak, yalnız kalabilmek önemli. Kitabımı alıp bir kafeye yalnız başıma kahve içmeye gidebilmek”

5. Çevreden Bağımsız Olma: Bu da “bağımsızlık” ana temasına karşılık gelmektedir. Bu temada “duygusal” ve “ekonomik bağımsızlık” diye iki alt temaya ayrılmıştır.

Bağımsızlık (Duygusal ve Ekonomik Bağımsızlık) temasından 4 kişi bahsetmiştir. Sanatçılar için bağımsız olabilmek, spontan olabilmek ve kendileri olabilmek önemli niteliklerdendir. Bu özellikleri buradaki alıntılardan da görebilmekteyiz.

1 “Ben bir resim öğretmeni öğrencisi olarak küçüklükten etkilendiğim biri vardı. Benim kendi resim öğretmenim onu kendime idol olarak görürdüm. Görmemin nedeni ise kendini gerçekleştirmiş olmasıydı. Tek başına para kazanırdı. Tek başında gezer kendi kararlarını kendi verirdi. Ve bu benim küçüklüğümde beri yapmak istediğim şeydi.”

1 “Ben şu an kararlarımı tek başına veren biriyim...”

Bu tema altında 2 öğrencinin de tam olarak netleşmeyen, daha doğrusu ailesine bağlı kalmak ve bağımsız olmak konusunda tam olarak anlamlandıramadıkları bağımsızlık algıları vardır.

16 “İlk öncelikle ailemden maddi ve manevi yani kararlarımı onlara bağlı olarak değil, kendi isteklerim doğrultusunda vermem gerekiyor”. 3 “...aileme bağlı biriyim. O şekilde devam edecekmiş gibi hissediyorum. İçimde hissettiğim sorumluluklardan belki”

Diğer yandan bir öğrencide eğitim sisteminin onların kendilerini gerçekleştirmelerine engel olduğu ve sınırlandırma hissettiğini aşağıdaki gibi belirtmiştir.

14 “ ...okul hayatında KG’ze pek müsaade edilmiyor, ana sanat dalımızda ilerlemek kendi alanımızı kendi yeteneğimize göre geliştirmemize pek olanak verilmiyor...” KG için kimsenin yönlendirmesi olmadan, yeteneğim kısıtlanmadan, ilgilerim sorgulanmadan, içimden geldiği gibi ya da boyayı şöyle kullan, böyle kullan denilmeden öyle bir ortamda KG inanıyorum”

Bu çalışmaya katılan öğrencilerde, öğrenimlerine devam ettikleri için daha ekonomik bağımsızlıklarını kazanamamışlardır ama bu onlar için önemlidir. Bununla beraber duygusal olarak ta ayrı ve farklı bir birey olmak ve kendilerini öyle görmek istemektedirler. Ancak belki de bizim toplumumuzdan kaynaklanan kültürel sebeplerden dolayı bazı öğrenciler de ailesel

değerlere önem vermekte ve karar verirken onlarla olan duygusal bağlarından etkilenmektedirler.

Rogers'a (1970) göre kendini geliştiren ve gerçekleştiren bireyler bağımsızlıklarına düşkündür, kendi kararlarını alabilecek ve kendi yaşamlarına yön verebilecek yetenek ve kapasiteye sahiptir. Burada da öğrenciler hem duygusal hem de ekonomik olarak kendi kararlarını kendileri vermek istemektedir.

6. Taktir Edebilme: Bu özelliğe direk karşılık gelebilecek bir yorum olmamıştır. Fakat sanatı kendisi zaten güzel ve estetik olanı beğenme ve taktir etme yetisidir. Öğrencilerde güzeli beğenme, orijinal ve kaliteli ürünler yapma isteği vardır ancak bunu sözel olarak dile getirmemişlerdir.

7. İnsanlıkla Özdeşleşme: Burada da 2 tema ortaya çıkmıştır. Topluma faydalı olma ve ürün bırakma.

Topluma Faydalı Olma: 7 kişi

6 "Topluma faydam olmaya başladığımda KG düşünüyorum" 2 "... Gelecek nesillerin kendini seven, insanı seven, doğayı tüm canlıları seven bireyler, saygı duyan bireyler yetiştirmeyi de kendime bir görev, borç biliyorum. Toplumsal olarak ülkeme katkı sağlayabilmeyi amaçlıyorum." 7 "...ülkemi kalkındırmak ve iyi işler yapmak ..." 18 "... ortaya bir ürün koyabilen yada farkındalık sahibi olan bireyler yetiştirmek".

Ürün Bırakma: 5 kişi

7 "...daha sonra kitap çıkarabilirim". 8 "Hayatta kendime felsefe olarak benimsediğim, yarına ne bırakacağım gayesi ile yürüyorum." 11 "...ne yapmalıyım da geleceğe bir katkım bulunsun". 18 "... ortaya bir ürün koyabilen ya da farkındalık sahibi olan bireyler yetiştirmek. Ne statü ne maddiyat. Sadece iç huzur ve dünyaya kalıcı bir şeyler bırakmak."

Öğrenciler çok üst düzeyde bir aşkınlık göstererek toplum yararını düşünmekte ve geriye iz bırakmak istemektedirler. Toplumun ve ülkenin kalkınması için neler yapılabilir diye düşünmektedirler.

Rogers (1970) bireyleri sosyal olarak motive olmuş, gerçekçi, yaratıcı ve güvenilir olarak tanımlar. Resim iş öğretmen adayları da toplumsal gelişimi incelemişler ve mutlaka toplumsal olarak bir ürün çıkarma ve sosyal kültürel gelişmeye katkıda bulunmak istemişlerdir.

8. Demokratik Olabilme: Demokratik olma diye direk bir tema ortaya çıkmamıştır ancak demokratik karakter özelliği diğer pek çok tema ile ilgilidir. Örneğin, öğrenciler iyi anlayışlı ve empatik bir öğretmen olmak istediklerini belirtmişlerdir. Toplumsal katkı sağlamayı ve toplumda sanat sevgisinin gelişmesini istemişlerdir. Ayrıca sanat için toplumsal ve ailevi değerlerle çatışarak kendilerine yol açmışlardır.

9. Nüktedanlık: Nüktedanlık ince şakalar yapabilen, bazen hayatla ve kendisi ile şakalar yapabilme yetisi olan, humor ve espri yapabilmeyi tanımlayan bir özelliktir. Bu özelliğe karşılık gelebilecek bir tema ortaya çıkmamıştır. Bunun nedeni de kültürel özelliklerimizden olabileceği düşünülmektedir. Öğrenciler bu araştırmayı ciddiye almış olabilirler ve şaka ya da espri türü yorumların saygısızlık olabileceği düşüncesi ile yazmamış olabilirler.

10. Yaratıcılık: Bir şeyler yapma ve üretme arzusu, kendini gerçekleştiren insanların en büyük özelliklerindedir. Bu başlık altında da farklılık arayışı, atölye açma, sergi açma, mükemmellik, kaliteli ve özgün yapıtlar bırakma gibi 6 özgün tema ortaya çıkmıştır.

Farklılık Arayışı: 5 kişi

7 “Yurtdışına çıkıp çalışmalarımı ve düşüncelerimi uluslararası alanda da kanıtlamak istiyorum”
11 “ilk önce büyük bir şehre gidip en alttan başlayarak bir matbaa yada reklam ajansında çalışarak CV mi geliştirmek istiyorum...” 15 “ Türkiye veya işimi daha iyi bir ülkede yapabileceğimi düşündüğüm bir ülkede yapmak.” 19 “ ...aynı eğitimi farklı kültürden ve farklı dilden de aldıktan sonra bana yakın ve asıl benim benimsediğim toplumda sanat yaptığım zaman hedeflerime tam anlamıyla ulaşmış olurum. Ben tamamım dediğim zaman o zamandır.”

Atölye Açma: 3 kişi

7 “yüksek lisans yaparken atölye açmayı ve bunu da devam ettirebilirim” 10 “sadece resim öğretmenliği yapmayı düşünmüyorum, bunun yanında kendime bir resim atölyesi de açmayı düşünüyorum”. 13 “...öğretmen olarak atanmak ve kendi atölyemi açıp...”

Sergi Açma: 3 kişi

7 “... alan da iyi şeyler yapmış, sergiler açmış bu nokta da doyum noktasına ulaşmış...” 13 “...daha sonra sergi açmayı hedefliyorum”. 16 “Akademisyen olduktan sonra sergiler yapabilmek ve bu yaptığım sergilerde başarılı olmak”

Mükemmellik: 3 kişi

15 “İyi bir firmada meslek sahibi olmak ve orada gelebileceğim en iyi seviyede olmak. En iyisi olana kadar yalnızca buna (kendini geliştirmeye) odaklanmalıyım. 18 “Başarmayı seven bir insan olarak yaptığım mesleği en üst seviyede de gerçekleştirmek”

Kalite: 1 kişi

17 “İşimde kaliteye önem vererek piyasa işi ürünler (eserler) yaratmaktır.

Özgünlük: 1 kişi

17 “Ressam ve resim öğretmenliği alanında ilk olarak KG için düşündüğü kriterler de öncelik olarak özgünlük gelir. Özgün olmayan bir ressam, ressam değildir. Kendini bulmak kendi tarzını oluşturmak ortaya bir sanat eseri çıkartmam benim için daha çok önemlidir”.

En karmaşık olan tema gurubu yaratıcılık adı altında ortaya çıkmıştır. Yaratıcılıkla ilgili olan farklılık arayış, sergi açma, atölye açma, özgün, kaliteli ve mükemmel ürünler yapma ve bırakma isteği hepsi yaratıcılık özelliği ile ilgili olur birbiriyle çok yakından ilgili olan ve birbirini tamamlayan kavramlardır.

Hümanistlik psikologlar her bireyin tek, biricik ve özgün olduğuna inanmaktadırlar. Kendi yaşantılarında ve ürünlerinde de özgünlük aramaktadırlar. Kendini gerçekleştirme güdüsüne sahip olan bireyler, kendini ve çevresini gerçekçi olarak değerlendiren, zamanı iyi kullanan, verimli, üretken ve yaratıcı bireylerdir. Anı yaşamaya, yeni deneyimlere ve zihinsel uyarılara açık bireylerdir. Burada ortaya çıkan temalardan da resim öğretmeni adayların aslında üretmeye, kaliteli ve orijinal ve özgün ürünler vermeyi istedikleri görülmektedir. Bu öğrencilerde üretkenlikle beraber bir farklılık arayışı da gözlemlenmiştir.

11. Sosyal Kalıplaşmaya Karşı Direniş: Kişinin içinde büyüdüğü ve ilişki içinde bulunduğu sosyal kurumların da bireyin potansiyellerini açığa çıkarmada büyük etkisi vardır. Bununla ilgili olarak ta “tabuları ve önyargıları yıkma” ve “ailesinden tepki alma ve tepki verme” diye iki ana tema çıkmıştır. Her bir tema için 3 öğrenci yorum yapmıştır.

Tabuları-Önyargıları Yıkma: 3 kişi

4 “Resim öğretmenliği ve sanat konusundaki kalıplaşmış tabuları yıkmak adına elimden geleni yaparım “Resim dersi boş ders” gibi algıları bir okulda bile olsa ortadan kaldırdığım zaman mesleğim hakkındaki benliğime ulaşırım”. 10 “...resmin boş işler olmadığını, insanı ne kadar rahatlattığını ve ufukumuzu genişleteceğini açıklarsam... İnsanların sanata karşı “bu boş işler” diyerek söyledikleri ön yargıları kıracağıma inanıyorum”

Ailesinden Tepki Alma ve Tepki Verme: 3 kişi

1 “...bu mesleği seçerken ailemden ilk başlarda tepki aldım. Ama zamanla kendimi onlara kabul ettirdim.” 8 “...en başta ailem olmak üzere çevremdeki olumsuz düşüncelerden sıyrılarak inat ve hırsla buraya gelmeyi başardım”

Rogers’a (1970) göre, birey yaşam enerjisini ve motivasyonunu içten almaktadır. Toplumsal kurallara körü körüne uyan “conformist” değildir.

Merakını Giderme, Bilme, Tanıma ve Anlama: Bu aşama Maslow’un ihtiyaçlar (motivasyon) hiyerarşisindeki 5.aşamadır. Bu aşamada bireylerde okuma, anlama ve öğrenmeye yoğun bir çaba ve ilgi vardır. Bireyler öğrenme sevgisiyle hareket etmektedirler. Bilgi açlığını doyurma peşindedirler. Elde edilen alıntılardan bu aşama içinde bilgi-sanat sevgisi diye bir ana tema oluşturulmuştur. Bu yönde cevap veren öğrenci sayısı 6 kişidir.

Bilgi-Sanat Sevgisi: 6 kişi

2 “Resim dersinin amacı, çocukları ressam yapmak değil, hayal güçlerini geliştirmek, zihinsel olarak gelişmelerini, problem çözebilme kabiliyetlerinin artmasını ve kültürel anlamda gelişmesini sağlamaktır.” 4 “Sanatın insanları nasıl aydınlatacağı hakkında bilgiler verip sanat düşmanı olmayan bireyler yetiştireceğim” 5 “İleride akademisyen olduğumda dersine girdiğim öğrencilerin severek okula geldiği, benimle sorunlarını konuşabilecekleri, saygı çerçevesi içerisinde süren bir iletişime sahip olduğumda kendimi gerçekleştirmiş göreceğim. 10 “resim alanında daha çok uğraşmak istiyorum, sadece öğrencilere o dersi vermek değil bunu isteyen, seven herkese gösterip uygulamak istiyorum...” 12 “...olumsuz olarak karşıma çıkabilecek sorunların bana bir şeyler öğrettiğinin farkında olurum.”. 18 “Milli Eğitim’de değil de daha üst kademelere adım adım ilerleyerek öğrenmeyi sevmeyi, bir şeyleri başarmayı aşılama. Benim gibi birçok öğretmen resim yapmayı öğretebilir; fakat mesleğini seven, severek icra eden, ortaya bir ürün koyabilmek ya da farkındalık sahibi olan bireyler yetiştirmek”.

Öğrencilerde üst düzeyde bir araştırma tanıma anlama ve kendini gerçekleştirme isteği tespit edilmiştir. Hümanistlik yaklaşımı ve Maslow (1954)’ a göre insanın doğası iyidir, insan güvenilir ve değerli bir varlıktır. İnsanın içinde gizli güçleri (potansiyelleri) ve kendi problemlerini çözebilecek kabiliyetler vardır. Uygun ortamlar ve destekleyici çevre şartları oluştuğunda birey bu gizli güçlerini ortaya çıkarabilecektir.

Kendini Gerçekleştirme: Maslow’un hiyerarşi listesinde en üst seviyede, 6. aşamada “kendini gerçekleştirme” vardır. Bu basamakta daha çok felsefi, sanatsal ve entelektüel ilgiler vardır. İnsanlar daha çok bu alanlardaki soyut konulara ve ihtiyaçlarına odaklanmaktadır. Buradaki ihtiyaçların karşılanması ise bireylerde engin bir coşku, mutluluk ve doyumluk oluşturur. Bu çalışmaya katılan 4 öğrencide en üst düzeyde mutluluk ve memnunluk belirtmiştir. Bu temada Son Nokta-Nirvana diye isimlendirilmiştir. Bu en üst düzeyin özelliği ise insanların tam olarak hedeflerine ulaşması, gerçekten yapmak istediklerini yapması ve amaçlarına ulaşmasıdır. Bunu gerçekleştirdiğine inanan 4 öğrenci, bu konuda yorum yapmıştır.

Son Nokta (Nirvana): *(Tam Olarak İstediyini Yapmış Olmak, Yapmak): 4 kişi*

1 “Bence ben de kısmen de olsa kendimi gerçekleştirdiğimi biliyorum. Ben şu an kararlarımı tek başına veren biriyim... Bu mesleği seçerken ailemden ilk başlarda tepki aldım. Ama zamanla kendimi onlara kabul ettirdim. Bence şu ana kadar yaptığım en iyi kendini gerçekleştirme buydu.” 6 “Yapabileceğim en iyi mesleğin öğretmenlik olduğunu düşünerek ve sanat dalında çocukluğumdan beri ilgimden dolayı resim öğretmenliği konusunda yeterli olabileceğimi düşünüyorum.” 8 “Benim ilkokuldan beri hedefim resim öğretmeni olmaktı... Üniversitenin kedi başında bir evren olduğunu ve bu evrende mesleğimin gerektirdiği şeylere uygun olarak kendimi buldum”. 11 “Resim yapmayı çok seven birisi olarak hem resim yapıp hem de ileride para kazanabilmek için bu bölümü seçtim... Ana sanat olarak grafik tasarım bölümünü seçtim. Bu bölümü seçmemin sebebi ileride bu bölümle ilgili düşüncelerimin olmasıydı...”

Maslow’a göre kişilik gelişimini, bireyin kendi yaşam amacına bir karar vermesi ve neleri başarması gerektiğini netleştirmesiyle tamamlanır. Bu içsel süreçleri tamamlayan birey kendini gerçekleştirmiş sayılır (1943). Yukarıdaki alıntıda da görüldüğü gibi bazı öğrenciler gerçekten de mesleklerinde ne aradıklarını bulmuşlar ve bunun mutluluğunu yaşamaktadırlar. Kendilerini dinlemekte ve iç dünyalarıyla iletişime geçebilmektedirler. Bu anlamda kendini gerçekleştirme seviyesine yani 6. Aşamaya ulaşmışlardır.

SONUÇ ve TARTIŞMA

Maslow önceleri kendini gerçekleştirmenin 60 yaşlarında olabileceğini söylerken daha sonra bunun daha genç yaşlarda da olabileceğini belirtmiştir. Günümüzde yapılan araştırmalar bunun daha erken yaşlarda da olabileceğini hatta daha erken ya da genç yetişkinlikte de olabileceğini belirtmektedir. Yapılan bu çalışmada bu görüşü destekler niteliktedir. Öğrencilerden bazıları hayat amaçlarından bazılarını ulaştıklarını belirtmişlerdir. Özellikle mesleki olgunluk ve mesleki kimlik açısından belli seviyelere ulaştıklarını belirtmişlerdir.

Kendini gerçekleştirme sürecinin belli bir yaş ile sınırlandırılması doğru değildir (Fuller, 1994). Bu çalışmada da resim-iş öğretmenliği alanında eğitim alan gençlerden bazıları hedeflerine ulaştıklarını yapmak istedikleri şeyleri yaptıklarını belirtmişlerdir. Bir anlamda kendilerini gerçekleştirme hedeflerine ulaşmışlardır.

Diğer yandan, kendini gerçekleştirme bitmiş, tamamlanmış bir durum değildir, bireyin tüm yaşamı boyunca kendini farklı boyutlarda geliştirdiği bir süreçtir (Ayten, 2005). Bu çalışmada kendi hedeflerine ulaştığını belirten gençlerin daha sonra farklı hedefler belirlemeleri ve kendilerine yeni amaçlar belirlemeleri ve farklı arayışlara girmeleri de beklenmektedir.

İnsanların deneyimledikleri kendini gerçekleştirme süreçleri farklı olduğu için, kendini gerçekleştirme de bireysel farklılıklar olmaktadır. Bazı öğrencilerin tam anlamıyla ne istediklerini bildikleri ve bunun için çalıştıkları gözlemlenirken, bazı öğrencilerde de bu sürecin netleşmediği ve halen bir arayış içinde oldukları gözlenmiştir. Örneğin, farklılık arayışı, eğitime devam etme, geleceği planlama, iyi bir öğretmen olmak isteme gibi temalar kendini gerçekleştirme süreçlerinin devam ettiğini göstermektedir. Benzer şekilde Maslow’da zaten kendini gerçekleştirmenin bir sonu olmadığını, bunun bir süreç olduğunu ve bireylerin her zaman böyle bir çaba içerisinde olduklarını bildirmiştir.

Özellikle modern dünyada ve gelişmiş toplumlarda bireyler temel ihtiyaçlarını karşıladıkları halde, üst düzeydeki ihtiyaçlarını karşılamakta zorlanmaktadır. Bu nedenle yalnızlık, yabancılaşma, depresyon, intihar ve boşanmalarda artış olmaktadır. Çünkü bu ihtiyaçlar ancak

başkaları ile iletişim ve etkileşim halinde doyurulabilir. Oysaki modern dünyada gelişen teknoloji, endüstrileşme, sosyal medya ve kentleşme insanları doğal ve sessiz bir şekilde birbirinden ve kendi özünden uzaklaştırmaktadır.

Bireylerin içinde yaşadıkları aile ortamı, sosyo-ekonomik düzeyi ve kültürel değerleri bir anlamda da onların ihtiyaçlarını belirler. Bu nedenle de mikro düzeyde ailenin kültürel özellikleri, bireyin kendini gerçekleştirme hedeflerine de etki eder. Kendini gerçekleştirme daha yaşamın ilk günlerinde başlar, anne-baba tutumları ve içinde yaşanılan kültürel ortama bireyin kendini gerçekleştirme için bir başlangıç noktasıdır.

Bireyin ihtiyaçlarının doyurulamaması, bireyin kendini gerçekleştirme engellemekte ve ruh sağlığını ve mutluluğunu olumsuz etkilemektedir (Maslow, 1954). Kendini gerçekleştirme aynı zamanda ruh sağlığı ile de ilişkili olduğu görülmektedir. Bireylere kendini gerçekleştirme fırsatları tanındığında birey hem üretken hem verimli hemde daha mutlu ve huzurlu olmaktadır. O nedenle bu kavramın iyi anlaşılması ve okullarda ya da iş yerlerinde bireylere kendilerini ortaya koyabilecekleri, kendi yetenek, potansiyel ve yaratıcılıklarını ortaya çıkarabilecek, ortamlar hazırlanmalı ve fırsatlar verilmelidir.

Kuzgun'a (1972) göre sevgi ve anlayışın olduğu, çocuğa seçme şansı tanıyan demokratik anne-baba tutumuna sahip aileler, çocuğa kendini gerçekleştirmeleri için ideal ortamı sunarlar. Bunun tersine katı, anlayışsız, esneklikten yoksun, otoriter anne-baba tutumları ise çocukların kendini gerçekleştirmelerini engellemektedir. Otoriter anne-babalar çocuktan mutlak itaat isterler ve cezaya başvururlar, çocuğun ihtiyaçlarına eğilmezler. Bu çocuklarda büyüdüklerinde; güven eksikliği, kendi kendine karar verememe, başkalarının etkisinde kalma ve sosyalleşme sorunları yaşarlar. Bu çalışma da bazı öğrencilerin toplumsal tabulara ve anne babalarının ya da çevrelerinin istek ve yönlendirmelerine karşı çıkmışlardır. Bunun da yaratıcı özelliğe sahip kişiliklerde bulunan özelliklerden biri olduğu görülmektedir.

O nedenle Maslow, çocuk yetiştirmede orta yol bir özgürlük sağlanmasına inanmaktadır. Çocuğa yaşına ve ihtiyaçlarına uygun bir özgürlük tanınmalı ama bu sınırsız ve amaçsız olmamalıdır. Bu bağlamda erken yaşlardan itibaren çocukların meslekleri tanınması özendirilmeli ve çocuğun kendi yeteneklerini test edebileceği sanatsal fırsatlar sunulmalıdır. Hem sanat eğitiminde hem de diğer eğitim kademelerimizde çocuklara ve gençlere merak duygularını giderebilecek ve teşvik edecek ortamlar hazırlamalıyız. Kendilerini bulmaları ve tanımaları, aynı zamanda ilgi ve yeteneklerini keşfedebilecekleri fırsatları sunmalıyız. Geleneksel ve otoriter öğelere sahip olan eğitim ve kültürel sistemimizin biraz daha dikkatli bir şekilde kendi varsayımlarını gözden geçirmesi gerekir.

KAYNAKÇA

Akbaş, A. (1989). Ergenlerin kendini gerçekleştirme düzeylerini etkileyen bazı faktörler. (Yayınlanmamış doktora tezi). Ankara, Hacettepe Üniversitesi.

Ayten, A. (2005). Kendini gerçekleştirme ve dindarlık: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 29(2), 185-204.

Dağlı, G. ve Beyazsaçlı, M. (2010). Ana-baba tutumu ve kendini gerçekleştirme düzeyleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Mediterranean Journal of Educational Research*, 7, 1-16.

Fuller, A. R. (1994). *Psychology and Religion: Eight Points of View*, 3rd ed., Lanham (Littlefield Adams Quality Paperbacks).

- Karasar, N. (2000). Bilimsel Araştırma Yöntemi. (10. Basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kuzgun, Y. (1972). Kendini gerçekleştirme. *Araştırma Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Felsefe Bölümü Dergisi*, 10, 162-172.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation, *Psychological Review*, 50, 370-396.
- Maslow, A. (1954-1970). Motivation and Personality. New York: Harper and Row Publisher.
- Rogers, C. R. (1970). Carl Rogers on encounter groups by Carl Rogers. New York: Harpar and Row Pub.
- Rogers, R. C. (1959). A theory of therapy, Personality and interperonal relationships as developed in a client-centered frameworks. New York: McGraw-Hill.
- Özkan, S. ve Yılmaz, E. (2008). Hastanede çalışan hemşirelerin sağlıklı yaşam biçim davranışları. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 3(7), 89-105.
- Özdoğan, Ö. (1995). Dindarlıkla ilgili bazı faktörlerin kendini gerçekleştirme düzeyine etkisi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ünsar, S., Akgün-Kostak, M, Kurt, S. ve Erol, Ö. (2011). Hemşirelerin kendinin gerçekleştirme düzeyleri ve etkileyen etmenler. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 4(1), 2-6.
- Yalçınkaya, M., Özer, F. G. ve Karamanoğlu, A. Y. (2007). Sağlık çalışanlarında sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının değerlendirilmesi. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6 (6),409-420.