



**JOURNAL OF ACADEMIC PERSPECTIVE ON
SOCIAL STUDIES (JAPSS)
SOSYAL ÇALIŞMALAR ÜZERİNE AKADEMİK PERSPEKTİF
DERGİSİ**

E-ISSN: 2667-5889

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/japss>

Paper Type: Research, Makale Türü: Araştırma

Sayı:1, Nisan 2023

Issue:1, April 2023

Received Date / Geliş Tarihi: 11.08.2022

Accepted Date / Kabul Tarihi:25.08.2022

**SINIF ÖĞRETMENLERİNİN İŞ STRESİNİN PSİKOSOSYAL RİSK FAKTÖRLERİNE
GÖRE İNCELENMESİ: İĞDIR TUZLUCA ÖRNEĞİ¹**

**EXAMINATION OF CLASS TEACHERS' WORK STRESS ACCORDING TO
PSYCHOSOCIAL RISK FACTORS: THE CASE OF İĞDIR TUZLUCA**

Atf/ to Cite (APA): Doğmuş, I. ve Yıldırım, S. (2023). Sınıf Öğretmenlerinin İş Stresinin Psikososyal Risk Faktörlerine Göre İncelenmesi: İğdir Tuzluca Örneği, Journal of Academic Perspective on Social Studies, (1), 38-53.

DOI: <https://doi.org/10.35344/japss>.

**İşlay DOĞMUŞ²
Sait YILDIRIM³**

ÖZ

Bu çalışmanın amacı İğdir ilinin Tuzluca ilçesine bağlı köy ve ilçe merkezinde çalışan sınıf öğretmenlerinin iş stres düzeylerini incelemektir. Aynı zamanda bu öğretmenlerin cinsiyet, yaş, medeni durum, memleket ve çalışma yılına göre iş stres düzeyleri karşılaştırılmıştır. Yapılan bu çalışmada nicel araştırma kapsamında Tuzluca ilçe merkezinde görev yapan 60 ve Tuzluca ilçesine bağlı köylerde görev yapan 62 olmak üzere toplam 122 sınıf öğretmeni dâhil edilmiştir. Nitel araştırma kapsamında ise İlçe merkezinden 5 ve köylerden 5 olmak üzere 10 katılımcı ile nitel görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Araştırmada veriler Kişisel Bilgi Formu, Yarı Yapılandırılmış Nitel Görüşme Formu ve İş Stresi Ölçeği yoluyla elde edilmiştir. İş Stresi Ölçeğinden elde edilen veriler değerlendirilirken SPSS 22.0 programı kullanılmıştır. Gruplar arasındaki farklılıkları elde ederken T- testi ve Anova analizi kullanılmıştır. Bunların yanında betimsel istatistikler ve faktör analizinden de verilerin analiz aşamasında yararlanılmıştır. Nitel ve Nicel boyutta yapılan analizler sonucunda; sınıf öğretmenlerinin çalıştığı konum, cinsiyet, yaş, medeni durum, memleket ve çalışma yılı iş stres düzeylerini anlamlı düzeyde farklılaştırmaktadır. Öyle ki merkezde çalışmak ve yaş ile birlikte çalışma yılının da artması iş stresi için koruyucu faktör olarak görülmüştür. Bunun yanında, erkeklerin ve evli sınıf öğretmenlerinin iş stres puanları daha düşük bulunmuştur. Coğrafi olarak yakınlık ve benzer kültürel özelliklere sahip olmak da iş stresi düzeyini düşürmektedir. Sonuç olarak köyde görev yapan sınıf öğretmenlerinin iş stres düzeyi, ilçe merkezinde çalışanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda çalışmaya katılan öğretmenlerin orta düzeyde iş stresi yaşadığı elde edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: İş Stresi, Eğitim, Toplumsal Değişim, Öğretmenlik.

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the work stress levels of classroom teachers working in the village and district center of Tuzluca district of İğdir province. At the same time, the levels of work stress among these teachers were compared by gender, age, marital status, hometown, and working year. In this study, a total of 122 classroom teachers, 60 working in Tuzluca town center and 62 working in the villages of Tuzluca district, were included within the scope of quantitative research. Within the scope of the qualitative research, qualitative interviews were conducted with 10 participants, 5 from the district center and 5 from the villages. In the research, the data were obtained through Personal Information Form, Semi-Structured Qualitative Interview Form and Work Stress Scale. The SPSS 22.0 program was used while evaluating the data obtained from the Work Stress Scale. T-test and Anova analysis were used to obtain the differences between the groups. Additionally, descriptive statistics and factor analysis were also used during the data analysis. As a result of qualitative and quantitative analyzes; the position, gender, age, marital status, hometown and working year of the classroom teachers significantly differentiate their work stress levels. So much so that working in the center, as well as the rise in working years with age, were found to be protective factors against work stress. Furthermore, males and married classroom teachers were shown to have lower work stress levels. The degree of work stress is also reduced by being geographically close and having

¹ Bu çalışma Doç. Dr. Sait YILDIRIM danışmanlığında İğdir Üniversitesi İSG Anabilim Dalı programında savunulmuş olan yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

² Uzman, İğdir Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Fakültesi İş Sağlığı ve Güvenliği Anabilim Dalı, isilaydogmus@gmail.com, ORCID ID <https://orcid.org/0000-0002-2100-0849>

³ Doç. Dr. İğdir Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü Sosyal Psikoloji Anabilim Dalı, saityildirim.erz@gmail.com, ORCID ID <https://orcid.org/0000-0002-6044-2447>

similar cultural characteristics. As a result, it was found that classroom teachers working in the village experienced higher levels of work stress than those working in the district center. At the same time, it was found that the teachers who took part in the study were under moderate work stress.

Keywords: Job Stress, Education, Social Change, Teaching

1. GİRİŞ

Günlük hayat koşuşturması içinde bireyler birçok zorlukla karşı karşıya kalmaktadır. Bireylerin aynı anda birden fazla işle uğraşması, özel hayatın karmaşık hale gelmesi kişide zorluk ve baskı oluşturmaktadır. Bireyin zorluk ve baskılara karşı gerçekleştirdiği uyum süreci “*stres*” olarak nitelendirilmiştir. (Palmer ve Cooper, 2021: 23-27). Stres kavramı günlük hayatta kişilerin karşısına sıkça çıkan bir kavramdır. Bireylerin sağlık durumunu etkileyen stres, iş durumunu da etkilemektedir. Stres türleri, kaynakları, sonuçları ve başa çıkma teknikleri ile çalışanların yaşadığı stres üzerine birçok çalışma yapılmıştır. Stres, türleri ve kaynakları açısından birçok şekilde ele alınmıştır. Genel olarak bakıldığında yaşam ile mücadele ifadesi olarak kullanılan stres, olumlu ve olumsuz stres diye iki farklı şekilde ele alınmıştır. Olumlu stres, bireyin yaşamda kalmasını sağlayan yapıcı stres olarak da nitelendirilen harekete geçirici strestir. Olumsuz stres ise bireyde uzun süreli ve yoğun bir şekilde görülürken bireyde birçok probleme sebep olan strestir (Yüksel, 2014: 114-115).

Stres yaşayan mesleklere bakıldığında stresli meslekler arasında öğretmenlik mesleği yer almaktadır (Farley ve Chamberlain, 2021: 305-310). Eğitim-öğretim süreci içerisinde amaçlara ulaşmakta öğretmenlere büyük görev ve sorumluluklar düşmektedir ancak, bu görev ve sorumlulukların yerine getirilmesinde stres, engel teşkil etmektedir (Altınok, 2009: 516). Öğretmen stresinin kaynaklarına bakıldığında; uygun olmayan fiziki koşullar, öğrencilerin disiplinsiz davranışları, idarecilerin destek olmaması, istenilmeyen tayinler, destek olmayan veliler ve toplumun eleştirileri olarak sıralanmaktadır (Balaban, 2000: 189). Etkili bir eğitim-öğretim süreci için öğretmen stresi, ele alınması gereken önemli bir meseledir.

2. TEMEL KAVRAMLAR

2.1. Stres

İlk defa 1950 yılında Hans Selye tarafından kullanılan stres kelimesi, günlük yaşamda yoğun olarak karşılaşılan bir kavramdır. Çağın getirdiği sanayileşme ve kentleşme ile birlikte bireyler, bir takım sıkıntılarla karşılaşmakta ve bu duruma uyum sağlamakta zorlanmaktadır. Birey, fiziki ve sosyal çevreden gelen olumsuzluklara karşı gerginleşir. Bu yeni duruma uyum sağlaması için bedensel ve psikolojik olarak olduğundan daha fazla çaba göstermesi gerekir. Bu durumda ortaya çıkan gerginliğe stres olarak tanımlanmaktadır. Stres durumunda bireyin karşılaştığı tehdit ve zorlanmalar, bireyde tepkisel davranışları ortaya çıkarmaktadır. Burada birey “*Savaş veya kaç!*” tepkisini göstermektedir. Üstesinden gelebileceğine inandığı durumlarla savaşırken, başa çıkamayacağı durumlarda bireyin konudan uzaklaştığı görülmektedir (Yüksel, 2014: 110-112). Stres nedenlerine bakıldığında genel olarak kaynak tüketimi, farklılaşma gösterme ve uyum sağlama olmak üzere ele alınırken bireyin maruz kaldığı olay ve durumlar bilişsel ve duyuşsal olarak anlamlandırılan yaşantılar, stres faktörü olarak algılanmaktadır. Gündelik yaşantıda karşılaşılan her durum stres verici bir potansiyele sahiptir. Farklılık gösteren durumlar, olayın üstesinden gelenebilirlik düzeyine göre stres seviyesinin değişmesinde ortaya çıkmaktadır (Taylor vd., 2015: 462-463). Stres, tamamen olumsuz olarak görülen bir etken değildir. Bireyin hayatta kalması ve harekete geçmesi için güdüleyici bir durum olarak yapıcı özelliği de ön plana çıkartılabilir. Stresin performansı arttırması ve motivasyonu sağlaması başarıyı beraberinde getirmektedir (Rowshan, 2003: 11).

Stres, her canlının mutlak olarak yaşadığı psikolojik bir durumdur. Stresi olumsuz hale getiren durumlar, stresörlere verilen tepkilerin uzun süreli ve şiddetli olmasıdır (Tarhan, 2019: 21-24). Stres belirtilerine baktığımızda; fiziksel belirtiler, psikolojik belirtiler ve davranışsal belirtiler olarak incelenmektedir. Bireyin stres ile karşılaştığında gösterdiği fizyolojik tepkiler, fiziksel belirtilerdir. Fiziksel belirtilerin başlıca olanlarına bakıldığında; “*yorgunluk, sinirlilik, aşırı terleme, baş ağrısı, titreme, kalp hastalıkları, ülser vb.*” gibi fiziksel tepkiler görülmektedir (Taborsky vd., 2021: 40-42). Bireyin olası bir stres karşısında stresörlere baş edebilmesi için gösterdiği duygusal tepkiler, psikolojik tepkilerdir. Psikolojik belirtilerin başlıca olanlarına bakıldığında; “*öfke kontrolü, kaygı, panik, depresyon, unutkanlık, uyku bozukluğu vb.*” gibi psikolojik tepkiler görülmektedir (Özdemir, Tarım, 2022; Paşa, 2007: 62-70). Fiziksel ve Psikolojik tepkilere nazaran çevreden de fark edilebilen tepkiler, davranışsal tepkilerdir. Bu tepkiler ise “*sosyalleşmeden kaçınmak, öfke nöbetleri, aşırı davranışsal hareketlilik ya da hareketsizlik, odaklanma problemi vb.*” gibi davranışsal tepkilerdir (Özel ve Karabulut, 2018: 52).

21.yüzyıl modern hayatın bir parçası olan stres, çağın insanlarında ağır bedellere neden olmaktadır. Bireyler, uzun ve şiddetli strese maruz aldığında ağır psikolojik ve fizyolojik etkilere sebep olmaktadır. Stres, her bireyde farklı tepkilerle ortaya çıkarken aynı bireyde farklı zamanlarda farklı tepkilerle de ortaya çıkmaktadır. Stres düzeyi, bireydeki tepkiler üzerinde etkilidir. Hafif düzeydeki stres, bireye motivasyon ve yaratıcılık konusunda katkı sunarken stres düzeyi arttıkça başarı ve dikkat seviyesi düşmekte dolayısıyla iş kazalarına sebep olmaktadır. Burada stresin sadece bireysel olarak değil örgütsel olarak sonuçlarından söz etmek de mümkündür (Sabuncuoğlu ve Tüz, 1995: 148-154).

2.2. Stresin İlişkili Olduğu Diğer Kavramlar

Literatür incelendiğinde stresin kaygı, engelleme, tükenmişlik, rol belirsizliği ve çatışması, iş doyumu, psikolojik sağlık ve kültürleşme kavramlarıyla ilişkisi ele alınmaktadır. Kaygı kavramı ve stres, genel olarak birlikte ele alınırken bu kavramların temeline inildiğinde kaygı belirsiz bir temele sahiptir. Stresin nedenleri kolaylıkla betimlenmektedir (Craske vd., 2011: 370). Stres ve kaygı tepkilerinde farklılıklar mevcuttur. Bu farklılıklar strese genel olarak endişe ve üzüntü ile ortaya çıkarken kaygıda önü alınamayan korku olarak görülür (Miller and Massie: 389-389). Stres sebebiyle ortaya çıkan endişe ve üzüntünün kontrol edilememesi sebebiyle meydana gelen psikolojik zorluk, tükenmişliği beraberinde getirir. Tükenmişliğin tanımına bakıldığında, özel hayat ve iş arasında yoğun olarak ortaya çıkan stresin kontrol altına alınmadaki yetersizlik yaşama olarak tanımlanmaktadır (Dolgun, 2010: 287). İş hayatında tükenmişlik ile ilgili yapılan araştırmalarda öncelikle sağlık çalışanları ve daha sonrasında polislik ve öğretmenlik mesleklerinde dikkat çekmiştir. Tükenmişliğin nedenleri araştırıldığında iş stresi ve iş doyumu ile ilişkisi görülmüştür (Gündüz, 2005: 153-154). İş doyumu kavramına baktığımızda ise, kişinin yaptığı işten aldığı tatmin ile ifade edilmektedir. İşe gösterilen özveri ile ilişkilendirilen iş doyumu, kişinin yaptığı iş ile ilgili iyi oluşunu de etkilemektedir (Ceyhun, 2009: 40-42).

Modern zamanın insanı var olabilmek için bir takım ihtiyaçlara sahiptir. Bu ihtiyaçların karşılanması sırasında içten ve dışarıdan kaynaklı hedefe ulaşamama durumu söz konusu olmaktadır. Bu durum, engellenme olarak tanımlanmaktadır. Engellenme ile karşılaşan birey, bazı davranış bozukluğu ve düşünce karmaşası yaşamaktadır (Norwood, 2018:7). Engellenme durumunda birey, bu engellerin üstesinden gelebilmek için bir takım hedef ve davranış analizi yapmaktadır. Stres tepkisi olarak adlandırılan “savaş ya da kaç!” tepkisi engellenme durumunda da bireyin algıladığı duruma adaptasyonu sağlamaktadır (Dasinger ve Gibson, 2022: 2-3). Gerekli uyumu sağlayamayan birey, psikolojik sağlamlığı sarsan yaşantılarla karşı karşıya kalmaktadır. Psikolojik dayanıklılığı yüksek olan bireylerin stres karşısında daha dirençli oldukları ve bu süreci daha sağlıklı atlattığı görülmektedir (Deveci, 2017: 48). Bu sebeplerle stres kelimesi, literatürde yapılan araştırmalarda engellenme ve psikolojik sağlamlık kavramlarıyla birlikte ele alınabilmektedir.

Her bireyin günlük hayatta sahip olduğu birçok rol mevcuttur. Sanayileşmenin de getirdiği roller ile birey, rol çatışması yaşamaktadır. Kişiye yüklenen rollerin yerine getirilmesinde karşılaşılan sıkıntılar ile birey stresle karşı karşıya kalmaktadır. Özellikle kişinin belirlenen rolleri yerine getirirken; farklı roller üstlenmesi, farklı topluluklarla çalışması ve kimi zaman kuralların yok sayılması bireyde rol çatışmasına sebep olmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2014: 89). Çatışmanın ortaya çıkarmış olduğu stres literatürde rol stresi olarak ele alınmaktadır. Bu kavram ayrıca iş doyumu ve tükenmişlik kavramlarıyla ilişkilendirilmiştir.

Bireyin ait olduğu topluluğa dair normlar, değerler o topluluğun kültürünü oluşturmaktadır. 21.yüzyıl toplumlarında sosyal medya ve kitle iletişim araçlarının gelişmişliği ile birlikte farklı kültürler etkileşim içine girmiştir. Farklı kültürler arasında karşılıklı gerçekleştirilen etkileşime ise kültürleşme denilmektedir. Modern zaman içerisinde çokça karşılaşılan kültürel etkileşim literatüre kültürleşme stresi kavramını kazandırmıştır. Kültürleşme stresi kavramı, bireyin kültürel etkileşim ve kazanım prosesinde gösterdiği tepkiler olarak ele alınmaktadır (Sam ve Berry, 2010: 472-475).

2.3. Stres Kuramları

Stres kuramlarına ilişkin alanyazın incelendiğinde 3 ana başlık; psikolojik, fizyolojik ve sosyal temelli kuramlar olarak incelendiği görülmektedir (Akman, 2004: 44). İlk olarak Hans Selye, stresin bedende ortaya çıkardığı fizyolojik etkileri incelemiştir. Fizyolojik kuramlar olarak incelenen etkiler, otonom sinir sisteminde ortaya çıkan tepkilerdir. Bireyin stres karşısında verdiği tepkiler sınıflandırıldığında; alarm, direnç ve tükenme olarak aşamalandırılmıştır. Hans Selye bu süreci “*Genel Uyum Sendromu*” olarak adlandırmıştır (Shadid ve Nauman, 2019: 255).

2.4. İş Stresi

İş stresi genel olarak, çalışanın görevini yerine getirirken kendi kişilik yapısından ya da işin yapısından kaynaklanan uyumsuzluğa verilen tepki olarak tanımlanmaktadır (Şenyiğit, 2004: 104). Yaşamın her alanında olduğu gibi iş yaşantısında da potansiyel stres kaynaklarıyla karşı karşıya kalınması kaçınılmazdır. Her çalışanın stres kaynaklarını algılayışı, etkilenme düzeyleri ve stres durumu sonucunda ortaya çıkan belirtileri farklı olabilmektedir. İş yerindeki stres vericilerden etkilenme derecesi ve tepkilerdeki bireysel farklılıklara rağmen çalışanların iş yaşantısından doyum sağlayabilmesi iş yerindeki stres kaynaklarını kontrol edebilmesiyle ilişkilidir (Ceyhun, 2009: 32).

Strese neden olan etkenleri 3 başlık altında inceleyebiliriz. Bunlar; çevresel stres faktörleri, örgütsel stres faktörleri ve bireysel stres faktörleridir. Çalışan kişinin çalışma ortamı ergonomisi kişinin fizyolojisini ve psikolojisini yakından etkilemektedir. Çalışma ortamındaki gürültü, aydınlanma, ısınma ve havalandırma sistemleri, işyerindeki fiziksel çevre şartlarına girmektedir. Bu gibi olumsuzluklar kişide iş stresine neden olmaktadır. Gürültü, aydınlık ve ısınma gibi faktörler çevresel faktörlere örnektir (Öztürk, 2008: 20). Bireyler çalışma ortamında kendilerini rahat hissetmek istemektedir. Çevreden gelen ışık, ses gibi etkenler dikkati etkilediği gibi iş verimini de etkilemektedir. Dolayısıyla çevresel faktörlerin stres üzerindeki etkisinden bahsedilmektedir. Ortamdaki uyarıcıların aşırı uyarılma gerçekleştirilmesi ile kişide fizyolojik ve psikolojik birtakım sorunlar ortaya çıkmaktadır.

Zorlama ve baskı altında ortaya çıkan stres, ciddi sağlık sorunlarına sebep olmaktadır. Gününün çoğunu işte geçiren bireylerde, stres kaynağının iş kaynaklı mı yoksa iş dışı mı olduğunun ayırımını yapmak zordur. Yapılan araştırmalarda sağlık sorunlarının çoğunun temelinde stres görülmektedir. Stresin yüksek düzeyde görüldüğü meslek grupları araştırılmış ve polis, doktor gibi meslek gruplarının yüksek düzeyde stresin yaşandığı görülmüştür. Stresin olmadığı bir meslek grubu bulmak çok zordur (Tekkoyun, 2008: 12). Her mesleğin içinde bulunduğu koşullara stres düzeyi değişmektedir. Yüksek stres yaşayan meslekler vardır fakat hiç stresin olmadığı bir çalışma hayatından bahsetmek pek mümkün

görülmemektedir. Çalışma yaşamındaki organizasyon, bireylerde farklı sebepler ortaya çıkarmaktadır. Örgütsel stres kaynaklarında 3 ana başlık altında incelemek mümkündür. Bu başlıklar; Görev yapısına ilişkin, yetke yapısına ilişkin ve üretim yapısına ilişkin stres kaynakları olarak ele alınmaktadır. Bu ana başlıklar altında; aşırı iş yükü, sorumluluklar, kişiler arası iletişim, iş monotonluğu gibi etkenler incelenmektedir (Ok, 2006: 15-16).

Stres faktörlerinden olan bireysel faktörlerin kaynağında çalışanın bedensel, psikolojik ve kişisel durumları etkili olmaktadır. Bireyde var olan fiziksel ve biyolojik yapı, sağlık durumları, ekonomik durum, yaşama beklentisi ya da içinde bulunduğu psikolojik dönem kaynaklı bunalım ve krizler stres düzeyini değiştirmektedir (Yıldız, 2013: 6). Her bireyin farklı bir yapıya sahip olması ile durumdan etkilenme düzeyleri farklılık göstermektedir. Bireysel faktörler iki temel kişilik özelliklerine göre ele alınmaktadır.

Stres her bireyi etkilemektedir fakat etki düzeyleri farklılık göstermektedir. Etki düzeyindeki farklılıklara göre bireyler iki grupta toplanmaktadır. Bu iki grup A tipi kişilik ve B tipi kişilik olarak ayrılmıştır. Bu iki grubun çevreyi algılama düzeyleri ve gösterdikleri tepkiler farklılık göstermektedir. A tipi kişilik özelliğine sahip bireylerin streslerini yüksek düzeyde yaşadıkları görülmektedir. Bu tipteki kişiler; benmerkezci, kararlı ve yüksek hedefler koyarak kendilerini sürekli yarış halinde gören kişilerdir. Dolayısıyla üstlerinde daha fazla baskı ve zorluk hissederler. Bu durum da stres düzeylerini arttırmaktadır. B tipi kişilik özelliğine sahip bireyler ise diğerleriyle yarışmak yerine olurlarına bırakma eğiliminde olan kişilerdir. Baskı ve sınırlamaları hissetmeyen bu kişiler, kendi isteklerine ve diğerlerine daha fazla vakit ayırarak iş ile ilgili fazla sorumluluk almak istememektedir. Başkalarının takdir edilmeyi beklemeyerek kusursuza ulaşmak gibi hedefleri yoktur. Çalışma arkadaşlarını rahatlatıcı davranış sergileyen bu kişiler hoşgörülü ve anlayışlıdır (Tekkoyun, 2008: 10-11). Bir işi kusursuz yapma isteğinin ve mükemmeliyetçi yaklaşımın bireydeki stres seviyesine etkisi görülmektedir. Kişilerin işe yaklaşımı farklılaştıkça etkileri de değişmektedir.

2.5. Öğretmenlerin İş Stresi

Eğitimin temel yapı taşlarından biri olan öğretmenlerde de iş stresinden bahsetmek mümkündür. Eğitim sürecindeki etkinliğin büyük bir bölümü öğretmenlere aittir (Karaca, Şenel, 2022). Eğitim sürecini planlaması ve uygulaması üzerine süreç üzerinde büyük bir sorumluluk yüklenmektedirler. Diğer meslek gruplarıyla karşılaştırıldığında öğretmenlik mesleğinde yüksek seviyede stresin yaşandığı görülmektedir. Yaşanılan stres üzerinde birçok etken görülmektedir. Eğitim sisteminin kalitesi, öğrenci-veli-okul ilişkileri ve yüklenen sorumluluk stres üzerindeki başlıca etkenlerdir. Yaşanılan stres sonucunda öğretmenlerin sağlıklarını etkilemesinin yanı sıra eğitim ortamına, öğrencilere, ailelere ve topluma yansımalarını görmek de mümkündür (Gökpınar, 2018: 29-30). Toplumda etkili ve göz önünde olan bir meslek olarak üstlenilen sorumluluk ve süreç içerisindeki işleyişler öğretmenleri etkilemektedir.

Öğretmenlerde görülen temel stres kaynakları; öğretmenlere bakanlığın sahip çıkmaması, eğitim sistemindeki kalitenin giderek düşmesi, öğrenci kalitesinin her yıl giderek azalması, kalabalık sınıflar, siyasetin eğitime karışması, eğitime verilen önemin azlığı olarak sıralanmaktadır (Soytürk, 2011: 52-53). Öğretmenlerde görülen stres kaynaklarına bakıldığında öğretmenlerin kendilerine destek bulamadığını ve yalnız bırakıldığını görülmektedir. Nüfus oranlarının artması ve öğretmen atamalarının azalması ile ortaya çıkan kalabalık sınıflar beraberinde fazla iş yükünü getirmektedir. Bu kaynaklara bakıldığında öğretmenlerin örgütsel stresörlerini; rol belirsizliği, rol yükü, rol yetersizliği ve diğerleri için sorumluluk olarak sıralanabilir. En yüksek stres düzeyi ise kişiler arası etkileşimde görülmektedir (Eskridge ve Coker, 1999: 67).

3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu çalışmanın⁴ temel amacı, Iğdır ilinin Tuzluca ilçesindeki köy ve ilçe merkezinde çalışan sınıf öğretmenlerinin iş stres düzeylerini incelemektir. Araştırmaya katılan öğretmenlerin çalışma konumu, çalışma yılı, yaş, cinsiyet, memleket ve medeni durumlarına göre iş stres düzeyleri karşılaştırılmıştır. Araştırmanın amacı doğrultusunda “*Çalışma konumu, cinsiyet, yaş, medeni durum, memleket ve çalışma yılı değişkenlerine göre öğretmenlerin iş stres düzeyleri farklılaşmış mıdır?*” sorusuna cevap aranmıştır.

Eğitim-öğretim sürecinde aktif role sahip olan öğretmenler, görev ve sorumluluklarını yerine getirirken bir takım engellerle karşılaşmakta ve dolayısıyla öğretmenlerin stres yaşamalarına sebep olmaktadır. Öğretmen stresine ilişkin literatürde birçok araştırma yapılmıştır. Strese neden olan etkenler; velilerin ilgisizliği, öğrencilerin disipline aykırı davranışları, idarecilerin destek olmamaları, yaşam koşullarının farklılaşması ve zorunlu hizmet görevleri olarak saptanmıştır (Balaban, 2000: 189). Bu çalışmada da öğretmenlerin yaşadığı iş stresi, toplumsal değişim argümanlarına göre incelenmeye çalışılmıştır. Çünkü stres düzeyi öğretmen verimliliği ve motivasyonunu belirlemekte ve bu durum öğrencilerin başarı ve gelişimini belirlemektedir. Öğretmenler arasında çalışma konumunun, memleketin, cinsiyetin, medeni durumun, yaşın ve çalışma yılının stres düzeyleri üstünde nasıl bir farklılaşmaya sebep olduğu araştırılmıştır.

3.2. Araştırmanın Yöntemi ve Modeli

Araştırma, karma araştırma yöntemi ile yapılmıştır. Araştırmaya ilişkin nicel veriler, 2021-2022 eğitim-öğretim yılında Iğdır ilinin Tuzluca ilçesinde görev yapan 76 kadın ve 46 erkek olmak üzere 122 sınıf öğretmenin katılımıyla elde edilmiştir. Bunun yanında nitel veriler ise; yine aynı eğitim-öğretim yılı içerisinde Tuzluca’da görev yapan 5 köy okulu sınıf öğretmeni (3 Kadın, 2 Erkek) ve 5 ilçe merkezi okul sınıf öğretmeni (3 Kadın, 2 Erkek) katılımıyla toplanmıştır. Veriler; Google formlar, yüz yüze ve çevrimiçi ortam görüşmeleri kullanılarak toplanmıştır. Nitel çalışmada, amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmış ve veriler betimsel analiz tekniği kullanılarak değerlendirilmiştir. Araştırmanın hipotezlerine ilişkin nicel veriler, SPSS 22.0 programı aracılığıyla test edilmiş ve verilerin analizinde, tanımlayıcı frekans ve aritmetik ortalama istatistiklerin yanında T testi ve Anova analizi yapılmıştır.

3.3. Verilerin Toplanması ve Veri Toplama Araçları

Araştırmaya ilişkin veri toplama süreci öncesinde Iğdır İl Milli Eğitim Müdürlüğü ile Iğdır Üniversitesi’nden gerekli tüm etik kurul ve yasal izinler alınmıştır. Araştırmada; kişisel bilgi formu, iş stresi ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış nitel görüşme formu kullanılarak veriler toplanmıştır.

Kişisel bilgi formu, öğretmenlerin kişisel ve mesleki niteliklerine göre iş stres düzeylerinin farkını ortaya koymak için kişisel bilgilerini içeren 4, mesleki özelliklerini içeren 2 soru olmak üzere 6 sorudan oluşmaktadır. Nicel verilerin toplanmasında, Özdayı (1990)’nın çevirmiş ve düzenlemiş olduğu “İş Stresi” ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, “1=Hiç stres yok; 5=Her zaman stres var” arasında değişen 5’li likert tipi bir yapıya sahiptir. Nitel verilerin toplanmasında, araştırmacı tarafından hazırlanan soru görüşme formu “*rol belirsizliği, tükenmişlik, iş doyumu, iş bölümü, mobbing, kültür çatışması ve kır-kent*” değişkenlerini içeren toplam 8 adet açık uçlu sorudan oluşmaktadır.

⁴ Çalışma için etik kurul belgesi alınmıştır.

4. BULGULAR

4.1. Nitel Araştırma

Yarı yapılandırılmış nitel görüşmeye dâhil edilen katılımcıların sosyo-demografik değişkenlerine göre dağılımı tabloda verilmiştir.

Tablo 1. Yarı Yapılandırılmış Nitel Görüşmeye Katılan Öğretmenlerin Sosyo-Demografik Değişkenlerine göre Dağılımı

	Çalışma Konumu	Yaş	Cinsiyet	Çalışma Yılı	Medeni Durum	Memleket
Öğretmen1	Köy	27	Erkek	2	Bekâr	Karadeniz
Öğretmen2	Köy	28	Kadın	4	Bekâr	Marmara
Öğretmen3	Köy	27	Kadın	4	Evli	Akdeniz
Öğretmen4	Köy	28	Erkek	1	Bekâr	Doğu Anadolu
Öğretmen5	Köy	28	Kadın	3	Evli	Karadeniz
Öğretmen6	Merkez	28	Erkek	5	Bekâr	Doğu Anadolu
Öğretmen7	Merkez	27	Kadın	5	Evli	Ege
Öğretmen8	Merkez	28	Kadın	4	Evli	Marmara
Öğretmen9	Merkez	29	Erkek	5	Bekâr	Ege
Öğretmen10	Merkez	27	Kadın	2	Bekâr	İç Anadolu

(Soru 1: Eğitim-öğretim yılı içerisinde mesleki yükümlülükleriniz dışında yapmak durumunda olduğunuz işler var mı? Cevabınız evet ise, bu işler sizin verimliliğinizi nasıl etkilemektedir?)

Kişilerde stres yaratan bir diğer unsur rol belirsizliğidir. Çalışanın iş yerindeki konumunu ve görevini bilmemesinden kaynaklanmaktadır. İş belirsizliğinden kaynaklanan durumlarda kimi çalışanın daha az iş yapmasıyla kimi çalışanın daha çok iş üstlenmesi durumu ortaya çıkmaktadır. Bu durum çalışanlarda aşırı iş yükünü de beraberinde getirmektedir (Kayhan, 2015: 29-30). Öğretmenlerin yaşadığı strese neden olan etkenlerde rol belirsizliği vardır. “Evrak işlerinin yoğunluğu kimi zaman beni bunaltıyor. Takip etmem ve yetiştirmem gereken evraklar olduğunda sıkıntı yaşıyorum. Kâğıt israfının yanında bir şeylerin kanıtının istenmesi beni yoruyor.” (Merkez, 27, Kadın, 2). Öğretmenin eğitim-öğretim faaliyetlerinin yanında evrak işlerinin fazlalığı stres yaşamasında etkili olmaktadır. Ayrıca evrak işlerindeki yoğunluk öğretmenin iş tatminini de etkilemektedir. “Evet. Müdür yetkililik. Derslerle resmi evraklar arasında boğuluyorsun.” (Köy, 27, Kadın, 4) Ayrıca köyde çalışan öğretmenlerin, müdür yetkililiği göreviyle birlikte rol belirsizliğini yaşadığı görülüyor. Evrak işlerinin fazlalığı, öğretmen stresinde dikkat çekici bir durumdur.

4.1.2. İş Doyumu

(Soru 2: Okulunuzun bulunduğu fiziki ortam sizin verimliliğinizi nasıl etkiliyor?)

(Soru 3: Çalıştığınız okulun öğrenci ve veli profili, sizin motivasyonunuzu nasıl etkiliyor?)

İş Doyumu, iş ortamında çalışanın geliştirdiği olumlu ya da olumsuz geliştirilen duygulardır. Çalışanın, iş ve iş ortamına karşı geliştirdiği tutumların bileşkesinden oluşmaktadır ve işten elde edilen maddi kazançla birlikte manevi kazanç da önemlidir (Ceyhun, 2009: 40-42). Kişinin işten duyduğu haz ve olumlu duygular arttıkça işten aldığı doyum da artmaktadır. Rol belirsizliğinin ve rol çatışmasının arttığı ortamlarda kişilerin olumlu duygularında ve iş doyumunda azaldığı yapılan çalışmalarda görülmüştür (Kayhan, 2015: 43-45). “Yeterli materyal ve teknolojik ürünlerin olmayışı, kaynak kitap eksikliği, öğrencilerin yaşadıkları ortamdaki kaynaklı okula olan ilgisizlikleri hem öğretmen hem öğrenciyi fiziksel ve psikolojik açıdan yoruyor.” (Köy, 28, Kadın, 3). Fiziki ortamın ve imkanların kısıtlı olması öğretim faaliyetlerini de kısıtlamaktadır. “Okulumuzun fiziki şartları iyi olup bu durum verimliliğimi olumlu etkilemekte.” (Merkez, 27, Kadın, 5) Fiziki ortamın ve bulunduğu çevrenin imkanları elverişli olduğunda ise eğitim-öğretim faaliyetlerinde kullanılan materyalin fazla ve etkili olması sağlanmaktadır. Eğitim-öğretim faaliyetlerinin etkili olması öğretmenin iş doyumunu arttırırken, kısıtlı imkânlarla eğitim-öğretim faaliyetleri öğretmenleri fiziksel ve psikolojik olarak yorarak iş doyumunu düşürmektedir.

4.1.3. Kır-Kent Değişkeni

(Soru 4: Çalıştığınız okulun iletişim-ulaşım olanakları yeterli mi? Yeterli değilse; bu eksiklik sizin fiziksel, bilişsel ve duygusal durumunuzu nasıl etkilemektedir?)

Kır kavramı, tarımsal ekonomik faaliyetlerin daha etkin olduğu ve nüfus yoğunluğunun düşük olduğu bölgelere verilen addır. Kent kavramı ise nüfus yoğunluğunun daha yüksek ve çeşitli ekonomik faaliyetlerin olduğu bölgeleri tanımlamaktadır. Kırsal alan yerlerin dışında kalan nüfus yoğunluğuna dikkat edilmeden il ve ilçe merkezlerine kent adı verilmektedir. Kentlerde ekonomik faaliyetler ve hizmetler daha çeşitlidir. Kırsal alanlarda bu hizmet ve faaliyetler daha azdır (Çiftçi ve Aydın, 2015: 193-195). Faaliyet ve hizmetlerin daha kısıtlı olması imkânları da kısıtlamıştır. Eğitim-öğretim faaliyetlerine de elde edilebilen kısıtlı imkânlarla devam edilmeye çalışılmaktadır. “Çalıştığımız kurumun ulaşım anlamında uzak olması ve telefonun çekmemesi çok büyük sorun. Bu sorunlar ister istemez motivasyonu düşürmektedir.” (Köy, 27, Erkek, 2). Kısıtlı imkânlar öğretmenlerin stresini arttırırken motivasyonunu da düşürmektedir. “Hayır. Her sene servis ayarlama olayları yoruyor insanı. Okulda internet olmaması ön çalışma gerekliliğini daha fazla arttırıyor.” (Köy, 27, Kadın, 4). Köyde çalışan öğretmenler, okulun ulaşım ve iletişim imkânlarını yeterli bulmamaktadır. İnternet imkânının olmaması eğitim faaliyetlerinde etkilidir. Daha kalıcı ve aktif öğrenme için internet ortamında bulunan etkinliklere ulaşamamak öğretmenlerin daha fazla çalışmasını gerektirmektedir. Bu durum da öğretmenlerin iş doyumunu ve stresi üzerinde etkilidir. “Çalıştığım kurumda akıllı tahta gibi teknolojik aletler bulunmuyor. Böyle olunca daha fazla yorulabiliyorum.” (Köy, 28, Erkek, 1). İnternet ve akıllı tahtalar eğitim faaliyetlerinde güncel eğitim sisteminde aktif bir rol almaktadır. Bu imkânının olmaması da öğretmenlerin eğitim faaliyetlerinde stres yaşamasına neden olmaktadır. Ders araç-gereçleri için önemli bir yerde olan internet etkeninin yokluğu verimliliği düşürmektedir. Verimliliğin düşmesiyle birlikte öğretimde tükenmişlik düzeyinde artış görülmektedir.

4.1.4. Kültür Çatışması

(Soru 5: Bulduğunuz çevredeki değer ve normlara uymada zorluklar yaşıyor musunuz? Cevabınız evet ise; kültürel farklılıklar, kişisel ve iş yaşamınızı nasıl etkiliyor?)

Kişilerin sahip oldukları ve yaşama şeklini belirleyen kültürel değerler, çatışma ve zorluklarda nasıl tepki göstereceklerini belirler. Çatışma durumunda bireyin göstereceği tepkiler; kaçınma, uyum sağlama, güç kullanma, uzlaşma ve işbirliği şeklinde gerçekleşmektedir. Bu tepkiler kişisel tepkiler olsa da çalışma ortamına yansımaktadır (Yalçın ve Erçen, 2004: 201-212). Yapılan araştırmalarda

öğretmenlerin iş stresine neden olan sosyo-kültürel etkenlerde veli desteğinin payı yüksek olurken kültür çatışmasının etkisinin düşük olduğu görülmüştür (Karayel, 2017: 7-11). Öğretmenlerin çalışma ortamlarında karşılaştıkları farklı kültürel değerlerin, stres üzerinde olan etkisinin düşük olması yaşadığı yere uyum sağlamak zorluk yaşamadıkları gözlenmiştir. “İlk zamanlar çevredeki kültür, kendi kültürümden farklı gelse de zamanla alışılıyor ve o ortama göre zamanla ayak uyduruyorsun.” (Köy, 28, Kadın, 4). Öğretmenlerin kendi kültürlerinden farklı bir kültürle karşılaştığında uyum sağlamak zorluk yaşamadıkları ve kolay adapte oldukları gözlenmiştir. “Tabi ki kültürel farklılıklar var fakat iş ya da kişisel yaşamıma pek etkisi olmadı. Hatta farklı kültür bilmek, tanımak, görmek hoşuma gidiyor.” (Köy, 28, Kadın, 3). Farklı kültürlerle tanışmak öğretmenlerin ilgisini ve dikkatlerini çekmekte ve öğrenmek istemektedirler.

4.1.5. Tükenmişlik

(Soru 6: Eğitim-öğretim yılı içerisinde mesleki verimliliğinizi düşüren etkenler nelerdir?)

(Soru 7: Derslerinize girerken istekli girmediğiniz zamanlar oluyor mu? Cevabınız evet ise nedenini açıklayınız?)

Stresle baş etmekte zorlandığı zaman ortaya çıkan etkenlerden biri tükenmişliktir. Tükenmişlik, iş hayatı ve özel hayat arasında yaşanan stresin kontrol edilebilmesindeki yetersizlik olarak tanımlanmaktadır (Dolgun, 2010: 287). Öncelikle sağlık çalışanlarında araştırılan tükenmişlik, zamanla polislik ve öğretmenlik mesleklerinde de dikkat çekmiştir. Öğretmenlerde görülen tükenmişliğin sebeplerine bakıldığında zamanla değişen toplumsal ve teknolojik gelişmeler sonucunda değişen eğitim felsefesi ve politikalar ele alınmıştır. Bu süreçle birlikte bazı olumsuz gelişmeler ve artan gerilim altında çalışma, öğretmenlerin eğitimde verimsizliğine yol açmaktadır. Dolayısıyla eğitimde bozulmalar ortaya çıkarak öğretmenlerin sadece meslek hayatını değil, kişisel hayatını da etkilemektedir (Gündüz, 2005: 153-154). Eğitim sürecinde öğretmenlerin tükenmişliğini etkileyen birçok etken mevcuttur. Bu etkenlerden biri öğrenci ve velilerin ilgisizliğinden kaynaklanmaktadır. “Çocukların velilerden dolayı derslerinin desteklenmemesi ve bu yüzden ilgili velilerin çocukları ilerlerken aynı doğrultuda vurdumduymaz velilerin çocuklarının geriye doğru gitmesi verimliliğimi azaltıyor.” (Merkez, 29, Erkek, 5). Eğitim sürecinin girdilerinden olan veli, öğrenci başarısında önemli bir yere sahiptir. İlgisiz velilerin öğrencilerinde başarı seviyesinin düşük olması ve öğrencinin daha fazla ilgiye ihtiyaç duyması öğretmen üzerindeki sorumluluğu arttırmaktadır. Sorumluluğun artmasıyla yaşanan stres sonucunda öğretilerde isteksizlik ve verimsizlik ortaya çıkmaktadır. “En büyük etkenler; öğrencinin derslere ve sorumluluklarına olan ilgisizliği, velinin öğretmenle iş birliği içinde olmayışı.” (Köy, 28, Kadın, 3). Velinin eğitimdeki desteği önemlidir. Ayrıca öğrencinin sorumluluğu ve ilgisizliği de eğitimi etkilemektedir. Öğretmenler, bu durumlarda isteksizliklerini belli etmeyerek derslere devam etmektedirler. “Derslerde öğrenciler için zevkli hale getirmek ve daha iyi öğrenmeleri için herhangi isteksizliği ve mutsuzluğu yansıtmıyorum.” (Köy, 27, Erkek, 2). Öğrencilerin derse ilgisini çekmek ve dersten kopmalarını engellemek için öğretmenler, yaşadıkları duygu durumlarını sınıfın içine yansıtmamaya çalışmaktadır.

4.1.6. İş Bölümü

(Soru 8: Mesai arkadaşlarınız iş verimliliğinizi nasıl etkiliyor?)

Kişilerin diğer kişilerle olan etkileşimi, iş organizasyonunda karmaşık yapılara sebep olabilmektedir. Çalışma ortamındaki organizasyon ve yürütmek mecburiyetinde olunan iş ilişkileri iş stresine kaynaklık edebilmektedir. Etkileşimde bulunulan ortamda strese neden olan genellikle bir başka kişidir (İstengel, 2006: 30). Çalışma hayatında bireysel ilişkiler kurulan iş arkadaşlıkları mevcuttur. Bu ilişkiler iş doyumunu etkileyerek iş yaşamının kalitesinin bir etkenidir. Çalışma arkadaşlarından gelen sosyal ve

psikososyal destek bireyin stresini ve gerginliği azaltmaktadır (Kösterelioğlu, 2011: 28-29). “*Olumlu, küçük okulda kardeş gibi olmak her işi birlikte yapma hissi iyi geliyor insana.*” (Köy, 27, Kadın, 4). Kişilerin iş yaşamındaki birliktelikleri destek bulduğunda stresi azaltarak iş verimliliğini arttırmaktadır. “*Mesai arkadaşlarımla çok iyi anlaşıyorum. Onlar motivasyonumu yükseltiyor.*” (Köy, 28, Erkek, 1). İş ilişkilerinin sağlıklı olması kişilerin çalışma hayatında morallerini yüksek tutmasını sağlamaktadır. Zorluklarla karşılaşılsa da birlikte üstesinden gelenebilirlik düşüncesi kişiyi rahatlatarak motivasyonunu arttırmaktadır. “*Büyük okulda genelde rekabet ortamı insanı strese sokuyor ve bir baskı hissediyor üstünde.*” (Merkez, 28, Kadın, 4). İş ilişkilerinde rekabet durumu ve baskılar kişilerde strese sebep olmaktadır. Kalabalık okulda çalışan öğretmenler, iş bölümünde zorluklar yaşadığını belirtmişlerdir. “*Büyük ve kalabalık bir okulda çalışmak daha fazla yorucu geliyor bana. Okul işlerinin genellikle iş yapan öğretmenlere yıkılması ise adaletsizliği ve sıkıntıları getiriyor.*” (Merkez, 27, Kadın, 2). İş ilişkilerinde görev paylaşımının adaletli olmaması kişilerde iş yükünün artmasına sebep olarak stres yaratmaktadır. Öğretmenlerde de öğretmenler odasındaki samimi ilişkiler motivasyonu arttırırken, ortamdaki gerilimin varlığı strese sebep olmaktadır.

4.1.7. Yeni Toplumsal Değişimler

(Öğretmelerden elde edilen veriler doğrultusunda farklı alt boyutlarda iş stresini etkileyen unsur “Covid-19” salgını olarak bulunmuştur.)

Tüm dünyada ve Türkiye’de etkili olan Covid-19 Pandemisi, sosyal ve ekonomik yaşamın yanısıra eğitim üzerinde de ciddi etkilere sebep olmuştur. Salgın bir hastalık olan Korona virüsün bulaş oranlarının azaltılması için toplu olarak bulunan ortamlar kapatılmıştır. Bu ortamlardan biri olan eğitim yuvaları okullarda eğitim, uzaktan yapılmaya başlanmıştır. 21.yüzyılda sahip olunan teknolojik imkânlar ile eğitim, televizyon ve internet üzerinden verilmeye başlanmıştır. Canlı dersler ile öğrencilerin çevrimiçi olarak eğitim almaları için öğretmen ve öğrenciler, ekranlar üzerinde etkileşim sağlamıştır. Uzaktan eğitim, öğretmen ve öğrencilerin aynı fiziksel ortamda bulunmadan, çeşitli iletişim teknolojileri ile eğitim faaliyetlerinin yürütüldüğü bir eğitim modelidir. Planlama, kontrol ve değerlendirme aşamaları, uzaktan eğitim sürecinde büyük bir oranda öğrencinin sorumluluğu üzerindedir (Gören, Gök, Yalçın, Göregen ve Çalışkan, 2020: 71). Öğrencilerin sahip olduğu imkânlar burada ön plana çıkmaktadır. Köy okulları ile ilçe merkezindeki okulların sahip olduğu materyal konusundaki farklar azalmıştır, fakat eğitim konusunda bu sefer öğrencinin sahip olduğu imkânların farklılığı ortaya çıkmıştır. Bu süreç içerisinde öğretmen stres etkenleri de değişmiştir. İlgisiz veli ve ilgisiz öğrenci etkeninin artması, fırsat eşitliğinin ortadan kalkması ile öğretmenin görev ve sorumlulukları daha da artarak stres düzeyini etkilemiştir. Köy öğretmenleri ile ilçe merkezindeki öğretmenlerin stres etkenlerinin farklılığının azaldığı söylenebilir. “*Pandemi.*” (Merkez, 28, Erkek, 5). “*İçinde bulunduğumuz Pandemi süreci şu an en büyük etken. Uzaktan eğitimin vermiş olduğu sorumluluk daha fazla ve daha yorucu. Normal süreçte öğrencilerin başarı seviyeleri ve isteksizlikleri beni de isteksiz hale getiriyor.*” (Merkez, 27, Kadın, 2). Pandemi sürecinde öğretmenler, mesleki verimliliklerinin düştüğünü dile getirmiştir. Son dakika gelişmeleri, uygulama sürekliliğinin sağlanamaması gibi nedenlerle de öğretmenlerin sürekli değişen uygulamaları stres düzeyini arttırmaktadır. Eğitim düzeyinin yanı sıra öğretmenler bu süreçte hastalığa yakalanmaktan korkmaktadır. “*Şu an içinde bulunduğumuz salgın süreci çocuk yetişkin hepimizi etkiledi. Uzaktan eğitim sürecinde sınıf katılımı çok az oluyor. Çocuklar eğitimden geri kalıyor. Yüz yüze eğitim yapınca da dikkat ediliyor fakat yine de hasta olma endişesi yaşıyorum.*” (Köy, 28, Kadın, 4). Velilerin de bulaşma ihtimaline karşı öğrencilerini okula göndermeme durumu mevcuttur. Bu durumda derslerden geri kalan öğrencilerin olması öğretmenler üzerinde bir endişe oluşturarak strese sebep olmaktadır.

4.2. Nicel Araştırma

Nicel araştırmaya 2021-2022 eğitim-öğretim yılında Iğdır ilinin Tuzluca ilçesinde çalışan 122 sınıf öğretmenin hepsine ulaşılmıştır. Elde edilen veriler, normallik varsayımını karşılamıştır. İş stresi ölçeği verilerine ilişkin güvenilirlik analiz sonuçlarında, iç tutarlılık katsayısı olan Cronbach's Alpha değeri .94 olarak elde edilmiştir. Katılımcıların sosyo-demografik değişkenlerine göre dağılımı tabloda verilmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların Sosyo-Demografik Değişkenlerine Göre Dağılımı

Değişkenler		N	%
Çalışma Konumu	İlçe Merkezi	60	49.2
	Köy	62	50.8
Yaş	25-30	70	57.4
	31-35	40	32.8
	36 ve Üstü	12	9.8
Çalışma Yılı	1-4	84	68.9
	5 ve Üstü	38	31.1
Cinsiyet	Kadın	76	62.3
	Erkek	46	37.7
Medeni Durum	Evli	24	19.7
	Bekâr	98	80.3
Memleket	Ege B.	24	19.7
	Marmara B.	20	16.4
	Akdeniz B.	17	13.9
	İç Anadolu B.	18	14.8
	Karadeniz B.	19	15.6
	Doğu Anadolu B.	15	12.3
	Güneydoğu Anadolu B.	9	7.4
Toplam		122	100

Çalışmaya katılan 122 sınıf öğretmenin iş streslerinin ortalaması "orta" düzeyde ($\bar{x}=3.30$) bulunmuştur. Verilere bakıldığında öğretmenler arasında çok düşük ($\bar{x}=1.45$) ve çok yüksek ($\bar{x}=4.61$) seviyede iş stresine sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Katılımcıların Çalışma Konumuna Göre T Testi Sonuçları

Çalışma Konumu	N	\bar{x}	Ss	t	P
İlçe Merkezi	60	3.03	.77	-4.200	.000
Köy	62	3.57	.64		

Tablo 3 incelendiğinde çalışma konumuna göre köyde çalışan sınıf öğretmenlerinin, ilçe merkezinde sınıf öğretmenlerine göre iş streslerinin anlamlı düzeyde farklı olduğu bulunmuştur ($p<.001$). Köyde çalışan sınıf öğretmenlerinin yüksek ($\bar{x}=3.57$), ilçe merkezinde çalışan sınıf öğretmenlerinin ise orta ($\bar{x}=3.03$) düzeyde iş stresinde sahip olduğu bulunmuştur.

Tablo 4. Katılımcıların Çalışma Yılına Göre T Testi Sonuçları

Çalışma Yılı	N	\bar{x}	Ss	t	P
1-4	84	3.64	.52	9.546	.000
5 ve Üstü	38	2.57	.67		

Tablo 4 incelendiğinde çalışma yılı 1-4 arasında olan sınıf öğretmenlerinin, 5 yıl ve üstü olan sınıf öğretmenlerine göre iş streslerinin anlamlı düzeyde farklı olduğu bulunmuştur ($p<.001$). Çalışma yılı 1-4 arasında olan sınıf öğretmenlerinin yüksek ($\bar{x}=3.64$), 5 yıl ve üstü olan sınıf öğretmenlerinin ise düşük ($\bar{x}=2.57$) düzeyde iş stresine sahip olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 5. Katılımcıların Cinsiyetine Göre T Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	\bar{x}	Ss	t	P
Kadın	76	3.53	.75	4.455	.000
Erkek	46	2.94	.62		

Tablo 5 incelendiğinde kadın sınıf öğretmenlerinin, erkek sınıf öğretmenlerine göre iş streslerinin anlamlı düzeyde farklı olduğu bulunmuştur ($p<.001$). Kadın sınıf öğretmenlerinin yüksek ($\bar{x}=3.53$), erkek sınıf öğretmenlerinin ise orta ($\bar{x}=2.94$) düzeyde iş stresine sahip olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 6. Katılımcıların Medeni Durumuna Göre T Testi Sonuçları

Medeni Durum	N	\bar{x}	Ss	t	P
Evli	24	2.66	.75	-5.112	.000
Bekâr	98	3.46	.67		

Tablo 6 incelendiğinde bekâr sınıf öğretmenlerinin, evli sınıf öğretmenlerine göre iş streslerinin anlamlı düzeyde farklı olduğu bulunmuştur ($p<.001$). Bekâr sınıf öğretmenlerinin yüksek ($\bar{x}=3.46$), evli sınıf öğretmenlerinin ise orta ($\bar{x}=2.66$) düzeyde iş stresine sahip olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 7. Katılımcıların Yaş Grubu Değişkenine Göre Anova Analizi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Df	Kareler Ortalaması	F	P	Farkın Kaynağı
İş Stresi Ölçeği	Gruplar Arası	17.598	2	8.799	20.215	.000	A> B,C B> C
	Gruplar İçi	51.797	119	.435			
	Toplam	69.395	121				

Not: Katılımcılar yaş değişkenine göre "A=25-30, B=31-35, C=36 ve üstü" şeklinde gruplandırılmıştır.

Tablo 7 incelendiğinde sınıf öğretmenlerinin yaş değişkenine göre iş streslerinin anlamlı düzeyde farklı olduğu bulunmuştur ($F= 20.215, p<.001$). Yaşı 23-30 aralığında olan sınıf öğretmenlerinin yüksek ($\bar{x}=3.59$), 31-35 aralığında olan sınıf öğretmenlerinin orta ($\bar{x}=3.08$) ve 36 ve üstü olan sınıf öğretmenlerinin düşük ($\bar{x}=2.39$) düzeyde iş stresine sahip olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 8. Katılımcıların Memleket Değişkenine Göre Anova Analizi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Df	Kareler Ortalaması	F	P	Farkın Kaynağı
İş Stresi Ölçeği	Gruplar Arası	26.690	6	4.448	11.979	.000	A> E,F,G B> ,E,F,G C> E,F,G
	Gruplar İçi	42.705	115	.371			
	Toplam	69.395	121				

Not: Katılımcılar yaş değişkenine göre “A= Ege Bölgesi, B=Marmara Bölgesi, C= Akdeniz Bölgesi, D= İç Anadolu Bölgesi, E= Karadeniz Bölgesi, F= Doğu Anadolu Bölgesi, G= Güneydoğu Anadolu Bölgesi” şeklinde gruplandırılmıştır.

Tablo 8 incelendiğinde sınıf öğretmenlerinin memleket değişkenine göre iş streslerinin anlamlı düzeyde farklı olduğu bulunmuştur ($F=11.979, p<.001$). Memleketi Ege ($\bar{x}=3.61$), Marmara ($\bar{x}=3.92$) ve Akdeniz Bölgesi ($\bar{x}=3.65$) olan sınıf öğretmenlerin “yüksek”; İç Anadolu ($\bar{x}=3.22$), Karadeniz ($\bar{x}=2.96$) ve Güneydoğu Anadolu Bölgesi ($\bar{x}=2.61$) olan öğretmenlerin “orta”; son olarak Doğu Anadolu Bölgesi ($\bar{x}=2.54$) olan öğretmenlerin ise “düşük” düzeyde iş stresine sahip olduğu bulgulanmıştır.

5. TARTIŞMA ve SONUÇ

Çalışmada, köy ve ilçe merkezinde çalışan öğretmenlerin stres faktörlerinde farklılıklar ve benzerlikler görülmüştür. Köyde ve merkezde çalışan öğretmenler; ilgisiz veli-öğrenci etkisi, Pandemi süreci ve kültürel uyum başlıklarında benzer düşüncelere sahiptir. Rol belirsizliği, iş doyumu, iş bölümü ve okulun sahip olduğu çevresel-fiziksel etkenler açısından öğretmenlerin stres düzeylerinde farklılıklar gözlenmiştir. Öğretmenlerin iş stresi incelendiğinde ve daha önce yapılan çalışmalara bakıldığında temel etkenin öğrenci ve veli ilgisizliğinin çoğunlukta olduğu gözlenmiştir. Köyde ve ilçe merkezinde çalışan öğretmenler, ilgisiz veli ve öğrencilerin stres düzeylerini arttırdığını söylemektedir. Her iki okul türünde de öğretmenlerin mesleki verimliliğine etki eden faktör, ilgisiz veli-öğrencilerdir. Bu durumun getirmiş olduğu stres ile öğretmenler, mesleki verimsizlik ve tükenmişlik duygusunu yaşamaktadır. Öğretmenlerin bu duygularını sınıf ortamına yansıtmaktan kaçındıkları gözlenmiştir. Pandemi sürecinin etkisiyle uzaktan eğitimde her iki okul türündeki öğretmenler, stres düzeylerinin arttığını belirtmiştir. Öğretmenler arasındaki şartlar, uzaktan eğitimde büyük çoğunlukla eşitlenmiştir. Fakat öğrencilerin sahip olduğu imkânların farklılıkları, öğrencilerin ilgisizliklerinin daha gözle görülür hale gelmesi ile eğitim öğretim faaliyetlerinde aksaklıklar yaşanması stres düzeylerinin artmasındaki önemli etkindir.

Köy ve ilçe merkezinde çalışan öğretmenlerin stres faktörlerinin farklılıklarına baktığımızda ise rol belirsizliği, iş doyumu ve iş bölümü faktörleri dikkat çekmektedir. Buradaki farklılığın ortaya çıkmasında köy okulu ve ilçe merkezindeki okulların imkânları, kadroları ve fiziki koşulları etkilidir. Köy okullarına baktığımızda daha az kişiyle çalışma olumlu etki yaratırken; okulun imkânlarının kısıtlı olması, ulaşım ve iletişim sorunları öğretmenlerde strese sebep olmaktadır. Okul kadrosunun az kişiden oluşması öğretmenler arası birlikteliği arttırmakta ve samimi ilişkilerle sorunlara karşı çözüm üretiminin, iş bölümünün gerçekleştirilmesini sağlamaktadır. Köy okullarının kendi içerisinde oluşan bir fark mevcuttur. Müdür yetkili olarak görev yapan öğretmenler, iş yükünün fazlalığı ve yaşadıkları rol belirsizliği dolayısıyla stres yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Ayrıca okulun ulaşım ve iletişim sıkıntıları, fiziki koşulları öğretmen iş yükünü arttırırken, eğitim sürecinin materyal eksikliği sebebiyle verimini düşürmektedir. Buna karşı, merkez okulun sahip olduğu imkânlar, kolay ulaşım ve iletişim ile eğitim-öğretim sürecinde bir zorluk yaşamamaktadır. Öğretmenler, okulun sahip olduğu imkânlarla daha verimlidir ve sıkıntı yaşamamaktadır. Merkez okuldaki öğretmenlerin stres etkeni, kalabalık ortamda çalışmanın vermiş olduğu rekabet ortamıdır. İş bölümündeki dengesizlikler, öğretmenlerin iş

doyumunu düşürmektedir. Farklı bölge ve illerden gelen öğretmenler, görev yaptıkları ilde kültürel farklılıklardan dolayı sıkıntı yaşamamaktadırlar. Farklı kültürlerle tanışmak öğretmenlerin daha çok dikkatini çekmektedir. Bu farklılıklara uyum sağlamakta zorlanmamışlardır. Genel olarak bakıldığında, iş stresinde sosyo-ekonomik yapılar, köyde ve ilçe merkezinde çalışan öğretmenlerde stres farklılıkları oluştururken; kültürel yapılar öğretmenlerde herhangi bir farklılığa sebep olmamaktadır.

KAYNAKÇA

- Akman, S., (2004). Stresin Nedenleri ve Açıklayıcı Kuramlar. *Türk Psikoloji Bülteni*, 34-35: 40-55.
- Altınok, V., (2009). İş Stresinin Ortaöğretim Öğretmenleri Üzerindeki Etkisi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29 (2), 513-532.
- Balaban, J., (2000). Temel Eğitimde Öğretmenlerin Stres Kaynakları ve Başa Çıkma Teknikleri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(7), 188-195.
- Baltaş, Z. ve Baltaş, A., (2014). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. Remzi Kitabevi, İstanbul, 328.
- Ceyhun, A.T., (2009). *Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuklarla Çalışan Öğretmenlerde İş Stresi, Algılanan Sosyal Destek ve İş Doyumunu*. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Özel Eğitim Anabilim Dalı, Bolu, 209.
- Craske, M. G., Rauch, S. L., Ursano, R., Prenoveau, J., Pine, D. S. and Zinbarg, R. E., (2011). What Is An Anxiety Disorder?. *Focus*, 9(3), 369-388.
- Çiftçi, S, Aydınli, H., (2015). *Türkiye’de Kır-Kent Kavramlarının Değişen Niteliği ve Mevzuatın Sürece Etkisi*. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 14(54), 192-200.
- Dasinger, T. M. and Gibson, D. J., (2022). Perceptions of Mental Health and Need Satisfaction/Frustration Among Rural University Students. *Journal of American College Health*, 1-8.
- Deveci, B., (2017). İş Stresi ve Turizm İşletmelerinde Yapılan Araştırmalara İlişkin Bir Değerlendirme. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(20), 39-53.
- Dolgun, U., (2010). Tükenmişlik Sendromu. Özler, D.E. (ed), *Örgütsel Davranışta Güncel Konular İçinde*. Ekin Yayınları, Bursa, 287- 308.
- Eskridge, D. H. and Coker, D. R., (1999). The Causes and Signs of Stress Experienced By Teachers. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5, 67-70.
- Farley, A. N. and Chamberlain, L. M., (2021). The Teachers Are Not Alright: A Call for Research and Policy on Teacher Stress and Well-Being. *The New Educator*, 17(3), 305-323.
- Gökpınar, İ., (2018). *Eğitim Yöneticilerinin ve Sınıf Öğretmenlerinin Kişilik Özellikleri ile İş Stres Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Eğitim Yönetimi ve Denetimi Ortak Yüksek Lisans Programı, İstanbul, 107.
- Gören, S., Gök, F., Yalçın, M., Göregen, F., Çalışkan, M., (2020). Küresel Salgın Sürecinde Uzaktan Eğitimin Değerlendirilmesi: Ankara Örneği. *Milli Eğitim Dergisi, Salgın Sürecinde Türkiye’de ve Dünyada Eğitim*, 69-94.
- Gündüz, B., (2005). İlköğretim Öğretmenlerinde Tükenmişlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 152-166.
- İstengel, A., (2006). *Okul Rehber Öğretmenlerinin Kişilik Özellikleri ve İş Stresleri Arasındaki İlişki Düzeyinin İncelenmesi*. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Eğitim Yönetimi ve Denetimi Bilim Dalı, İstanbul, 153.

- Karaca, A. & Şenel, S. (2022). Duygusal Bağlılık İle İşten Ayrılma Niyeti Arasındaki İlişkide Örgütsel Kimliğin Aracı Rolü: Devlet Okullarında Bir Alan Araştırması. *Journal of Academic Perspective on Social Studies*, (1), 19-42.
- Karayel, E., (2017). Birleştirilmiş Sınıf Uygulaması Olan İlkokullarda Görevli Öğretmenlerin Yaşadığı Sorunlar. *Uluslararası Liderlik Eğitimi Dergisi*, 1(1), 26-39.
- Kayhan, S., (2015). *Lise Öğretmenlerinde Stresin Nedenleri*. Yüksek Lisans Tezi, Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 85.
- Kösterelioğlu, M. (2011) *İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin İş Yaşam Kalitesi İle İşe Yabancılaşma Arasındaki İlişki*. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu, 190.
- Miller, K. and Massie, M. J., (2006). Depression and Anxiety. *The Cancer Journal*, 12(5), 388-397.
- Norwood, J. M., (2018). *Psychological Uncertainty, Stress, Frustration, and Their Relationship With Counterproductive Workplace Behavior*. Doctoral dissertation, Walden University, 190.
- Ok, İ., (2006). *İş Stresinin İlköğretim Okullarında Okul Yöneticileri Üzerindeki Etkisi: Konya Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya, 77.
- Özdayı, N., (1990). *Resmi ve Özel Liselerde Çalışan Öğretmenlerin İş Tatmini ve İş Stresinin Karşılaştırmalı Analizi*. Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 442.
- Özdemir, B. & Tarım, K. (2022). Psikolojik Sermayenin Duygusal Bağlılık Üzerindeki Etkisinde Duygusal Emegın Aracı Rolü: Öğretmenler Üzerine Bir Araştırma. *Milli Eğitim Dergisi*. 51 (234), 1305-1326.
- Özel, Y. ve Karabulut, A. B., (2018). Günlük Yaşam ve Stres Yönetimi. *Türkiye Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 48-56.
- Öztürk, N., (2008). *Evli Bayan Öğretmenlerde İş-Aile Çatışmasının İş Stresi ve Performansa Etkileri*. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 100.
- Palmer, S., and Cooper, C., (2021). *Stres Yönetimi: Başarıya Ulaşmak İçin Etkili Stratejiler*. Nova Kitap, İstanbul, 253.
- Paşa, M., (2007). *Stresin Bireysel Performans Üzerindeki Etkileri Ve Bir Uygulama*. Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa, 246.
- Rowshan, A., (2003). *Stres Yönetimi*. (Çev.: Şahin Cüceloğlu). Sistem Yayıncılık, İstanbul, 192.
- Sabuncuoğlu, Z. ve Tüz, M., (1995). *Örgütsel Psikoloji*. Ezgi Kitapevi Yayınları, Bursa, 239.
- Sam, D. L. and Berry, J. W., (2010). Acculturation: When Individuals and Groups of Different Cultural Backgrounds Meet. *Perspectives on Psychological Science*, 5(4), 472-481.
- Shadid, A. and Nauman, S., (2019). Job Stress Among ECE Teachers of Karachi. *Journal of Education and Educational Development*, 6(2), 254- 268.
- Soytürk, K., (2011). *Eğitim Yönetiminde Stres*. Akademik Kitaplar, İstanbul, 256.
- Şenyiğit, G., (2004). Çalışma Hayatında Stres. *Verimlilik Dergisi*, (3), 103-120.
- Taborsky, B., English, S., Fawcett, T. W., Kuijper, B., Leimar, O., McNamara, J. M. and Sandi, C., (2021). Towards an evolutionary theory of stress responses. *Trends in Ecology and Evolution*, 36(1), 39-48.
- Tarhan, N., (2019). *Mutluluk Psikolojisi ve Stresle Başa Çıkma*. Timaş Yayınları, İstanbul, 184.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A. and Sears, D. O., (2015). *Sosyal Psikoloji*. Çev. Dönmez, A., İmge Yayınları, Ankara, 591.

- Tekkoyun, M., (2008). *Sınıftaki Öğrenci Sayısının İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinin Stres ve Kaygısı Üzerine Etkisinin Küçükçekmece İlköğretim Okulları Örneğinde İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 116.
- Yalçın, D, Erçen, A., (2004). Kültür ile Şekillenen Çatışma Tepkileri Üzerine Bir Uygulama. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13 (2), 201-218.
- Yıldız, B., (2013). *İlkokul ve Ortaokul Öğretmenlerinin İş Stresi, Örgütsel Bağlılık ve İş Doyumuna Yönelik Algılarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 121.
- Yüksel, H., (2014). Çalışma Yaşamı ve Stres Kavramı: Durumsal Bir Yaklaşım. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(3), 109-131.

EK: Etik Kurul Kararı

TC
İĞDIR ÜNİVERSİTESİ
BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK KURULU BAŞKANLIĞI


ETİK KURUL KARARI

Toplantı Tarihi: 09.04.2021 Toplantı Sayısı:2021/13

İğdir Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu, Prof. Dr. Recep GÜLŞEN başkanlığında toplanarak aşağıdaki kararı almıştır.

Karar: Kurulumuza başvuruda bulunan; İğdir Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesinde görev yapan Dr.Öğr.Üyesi Sait YILDIRIM'ın danışmanı olduğu Yüksek Lisans öğrencisi 2011080001 numaralı Işılay DOĞMUŞ'un yapacağı seminer, tez ve bilimsel çalışmalarında kullanılmak üzere ekte hazırladığı "Öğretmenlerin İş Stresi Nitel Görüşme Soru Formu" ve "İş Stresi Ölçeği" anket ve nitel görüşme sorularının, İğdir Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesinin 10/1. maddesi uyarınca, bilimsel araştırma ve yayın etiğine uygun olduğuna karar verilmiştir.

Etik Kurulu Başkanı	Prof. Dr. Recep GÜLŞEN	
Etik Kurulu Üyesi	Prof. Dr. İbrahim DEMİRTAŞ	(İdari İzinli)
Etik Kurulu Üyesi	Prof. Dr. Selahattin ÇELEBİ	
Etik Kurulu Üyesi	Prof. Dr. Genber KERİMLİ	
Etik Kurulu Üyesi	Prof. Dr. Senayi DÖNMEZ	
Etik Kurulu Üyesi	Prof. Dr. Ahmet Emre TEKELİ	
Etik Kurulu Üyesi	Prof. Dr. Şükrü İsmail İPEK	(İdari İzinli)



Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. [Digisistem Adresi: https://www.turkiye.gov.tr/igdir-universitesi](https://www.turkiye.gov.tr/igdir-universitesi)