



ÖĞRETMEN ADAYLARININ KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE DUYGUSAL ZEKA DÜZEYLERİNİN STRESLE BAŞA ÇIKMALARINA ETKİLERİ*

THE EFFECTS OF STUDENT TEACHERS' PERSONALITY TRAITS & EQ LEVELS ON STRESS COPING

Ayşem Seda ÖNEN**

ÖZET: Bu araştırma, yaşamdaki değişen değerlere ayak uydurabilme ve temel değerleri koruyabilme çabasına sahip, toplumda baskın bir rol oynayacak öğretmen adaylarının stresle başa çıkabilme tarzları üzerine kimlik özellikleri ve duygusal zeka düzeylerinin etkisini ortaya çıkarmak amacıyla yapılmıştır. Çalışmada, 300 öğretmen adayına kimlik özelliklerini ortaya çıkarmak amacıyla Serafini ve arkadaşları (2006) tarafından hazırlanan ve Türkçe uyarlaması Demir (2011) tarafından yapılan Kimlik İşlevleri Ölçeği; duygusal zeka düzeylerini belirlemek için orijinali Schutte ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirilmiş, Austin ve arkadaşları (2004) tarafından modifiye edilmiş versiyonu, Göçet (2006) tarafından Türkçe'ye çevrilen Duygusal Zeka Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan son ölçme aracı, Özbay (1993) tarafından geliştirilen ve Özbay & Şahin (1997) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanteri'dir. Çalışma sonucunda, öğretmen adaylarının kimlik özellikleri ve duygusal zeka düzeyleri ile stresle başa çıkma tarzları tüm boyutları ile incelenmiş ve yorumlanmıştır.

Anahtar sözcükler: kimlik işlevleri, duygusal zeka, stresle başa çıkma stratejileri, öğretmen adayları.

ABSTRACT: This study aims at revealing the effect of candidate teachers' emotional intelligence levels and personality traits on their way of coping with stress who make efforts to keep pace with the modifying values of life, preserve the basic values and who would play a dominant role in society. In the study, The Functions of Identity Scale is used to reveal 300 candidate teachers' identity functions which is originally created by Serafini et al (2006) and Turkish version is done by Demir (2011); the modified version of Emotional Intelligence Scale is also used to determine the emotional intelligence levels which is modified by Austin et al (2004) and originally created by Schutte et al (1998) and translated to Turkish by Göçet (2006). The last scale used in this study is Inventory of Coping With Stress Attitudes which is originally created by Özbay (1993) and then adapted to Turkish by Özbay & Şahin (1997). At the end of this study, candidate teachers' personality traits and emotional intelligence levels and their attitudes of coping with stress are analyzed and commented at all points.

Keywords: identity scale, emotional intelligence, attitudes of coping with stress, candidate teachers.

1. GİRİŞ

Günümüzün, insanı sadece üreten ve bunları tüketmek için bir takım genel geçer ortak kuralları işleten mekanik bir varlık olarak kabul eden anlayışı, insan doğasının birçok unsurunu göz ardı etmektedir. Bireylerin farklı yönlerinin olduğunun farkında olarak, bir bütün olarak onun gelişimine fırsat sağlayacak bir öğrenme merkezi olacak okulda bilgi, beceri ve değerlerin bir bütünlük içinde kazanılacağı bir tasarıma ihtiyaç duyulmaktadır. Eğitim sisteminin önemli unsuru şüphesiz öğretmendir. Çünkü öğretmenin öğrenci ve eğitim programlarını etkileme gücünün diğer öğelere oranla daha yüksek olduğu bilinmektedir. Diğer taraftan eğitim sisteminin başarısı, sistemi işletip uygulayacak olan öğretmenlerin niteliklerine bağlı olduğu için, öğretmen yeterlilikleri üzerinde durulması gereken önemli konulardan biri haline gelmiştir. Her meslekte olduğu gibi öğretmenlik mesleğinin de kendine özgü bazı değer, norm ve davranışları vardır. Bu özellikler, geleceğin toplumunu inşa etme rolünü üstlenen öğretmenlerin, öğretmenlik eğitimi sırasındaki diğer özellikleri yanında duyuşsal bazı özellikleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesinin önemini ortaya koymaktadır. Bilindiği gibi öğretmenlik bilgi, beceri gibi bilişsel alan yeterlilikleri gerektirmesinin yanı sıra tutum ve davranış gibi duyuşsal alan yeterlilikleri gerektiren bir meslektir. Öğretmenliğe yeni adım atacak adayların da meslekle ilgili değer ve tutum kazanmaları en az bilgi kadar gereklidir. Çünkü araştırmalar bize öğrencinin, öğretmenin tutum ve davranışlarından etkilendiğini göstermektedir.

* Bu çalışma, Değerler Eğitimi Sempozyumu'nda bildiri olarak sunulmuştur.

** Doç. Dr., Hacettepe Üniversitesi, aysemseda@gmail.com

Öğretmenin kişiliğinden, tavır ve hareketlerine kadar pek çok özelliği ile öğrenciler üzerinde olumlu veya olumsuz etkiler bırakabilmesi, onun alan bilgisi ve pedagojik formasyonu yanında, toplumun değerlerine yönelik inanç ve tutumlarıyla da yakından ilişkilidir. Elbette her davranışı, her tutumu aynı etki düzeyine sahip değildir. Fakat bazıları vardır ki etkileri hayat boyu devam edebilmektedir. Öğretmen, öğretim faaliyetlerinde uygulanması istenilen değerlere sahip değilse öğrencilerine iyi bir model değil, tam aksine öğrencilerde bulunan mevcut değerlerin körelmesine ve hatta ortadan kalkmasına sebep olabilecektir (Yazıcı, 2006). Öğretmenler, değerleri kendi rollerinin bir bölümü olarak göstermek istemeseler de, öğrenciler, öğretmenlerinin değer yargılarından mutlaka etkilenirler. Öğretmenlerin, kendi kişilik özellikleri, daha önceki yıllarda karşılaştığı ve karşılaşmaya devam ettiği mesleki problemler, başa çıkmak zorunda olduğu sorunlar, meslektaşları ve yöneticileri ile olan ilişkileri, çevre faktörü, karşılaştığı öğrenci profili vb. gibi etmenler, öğretmenlerin bu faktörleri algılama biçimleri ve bunlarla baş edebilme becerileri, duyuşsal özellikleriyle ilişkilidir. Öğretmenlerin başa çıkmak zorunda olduğu sorunlardan biri de strestir. Bireyin fiziki ve sosyal çevreden gelen olumsuz koşullar nedeni ile bedensel ve psikolojik sınırlarının ötesinde harcandığı çabaya stres denir. Lazarus ve Folkman (1984), stresi, bireylerin bilişsel değerlendirmelerine bağlı nesnel uyaranları, algısal deneyimlere çeviren bir süreç olarak tanımlamaktadır. Bu anlamda bireyler, dış dünyadan gelen uyaranları kendileri için zorlayıcı olarak değerlendirdikleri zaman, onlarla baş edebilmek için girişimlerde bulunurlar. Bu girişimler, bireyin karşı karşıya kaldığı uyaranların içsel ve dışsal zorlayıcılığının etkisini azaltmak veya kontrol etmek için bilişsel ya da davranışsal çabalar yanında duyuşsal çabaları da içermektedir (Folkman ve Lazarus, 1980). Yapılan araştırmalar, bireylerin stresle başa çıkma tarzlarını belirlemelerinde bireysel farklılıkların, sosyal beceri, sosyal destek ve kişisel kaynaklarının etkili olduğunu belirtmektedir. Stresin, bireyin kişilerarası ilişkisine zarar vereceği ve mesleki performansını olumsuz etkileyeceği bilinmektedir (Selye, 1976; Greenberg, 1984; Hall, 1997). Bireyler, iş ortamında, stresli durumlar yaşamaktadır. Bu olgu, yakın zamanlarda öğretmenler için daha çok konuşulmaktadır. Bu nedenle, hem öğretmenler için hem de öğretmen adayları için, stresin belirtilerini bilmek, nedenlerinin farkında olmak ve stres ile başa çıkma stratejileri geliştirmek çok önemlidir. Üniversite yaşamı stres yaratan bir ortam özelliği taşımaktadır. Ailevi, sosyo-ekonomik sorunlar, arkadaş grubu, üniversitenin imkânları, meslek seçimi, ergenlik sorunları, ev aileden uzak kalma, yalnızlık ve uyum sorunları, kimlik ve kişilik bulma, ulusal ve evrensel değerler, olgunlaşma vb. birçok etmen, üniversitede okuyan öğretmen adaylarının karşısına önemli birer stres kaynağı olarak çıkmaktadır (Özbay, 1996; Çuhadaroğlu, 1989; Avşaroğlu, 2007; Özyeşil vd., 2009). Stres altındaki öğrenciler; arkadaş ve aileden uzaklaşma, dikkat dağınıklığı, değersizlik, suçluluk, başarıda azalma, arkadaş ilişkilerinde sorunlar, özgüven kaybı, madde kullanımına eğilim, sevdiklerinin başına yeni bir şey gelecek kaygısı, içe çekilme, olaylara karşı aşırı uyarılma, çabuk sinirlenme, alınganlık, öfke patlamaları, vb. (Yeşilyaprak, 1986; İmamoğlu, 1993; Bilgel vd., 2007) davranışlar sergilemeye başlamaktadır. Stres altındaki öğretmen ya da öğretmen adaylarının, değerler eğitimi için çok önemli bir temel teşkil eden, değer kavramına getirmiş olduğu yaklaşımlar da karşı karşıya kaldıkları stresli ortamlardan olumsuz olarak etkilenecektir. Zira, değer kavramının, bir sosyal grup veya toplumun kendi varlık, birlik, işleyiş ve devamını sağlamak ve sürdürmek için üyelerinin çoğunluğu tarafından doğru ve gerekli oldukları kabul edilen ortak düşünce, amaç, temel ahlaki ilke ya da inançlar olduğu göze alındığında, stresli durumlarla baş etmek için gerekli stratejileri benimseyememiş öğretmen adaylarının bu ilke ve inançları iletmede yeteri kadar başarılı olamayacakları düşünülmektedir. Öğretmen adaylarının stresle başa çıkma stratejilerini belirlemede önemli olan bireysel özellikleri içinde onların kimlik özellikleri ve duyuşsal zekâ düzeyleri de büyük rol oynar. Bu özellikleri, onların hem duygu odaklı stresle başa çıkma stratejileri üzerinde etkili olurken, hem de problem odaklı stresle başa çıkma stratejilerini belirlemelerinde yardımcı olur.

Kimlik, bireyin kendisini zaman içerisinde bir süreklilik, tutarlılık ve benzerlik içinde algılamasıdır. Bireyler, kimlik kazanımı sürecinde geçmiş gelişimsel deneyimleri ile şimdiki ilgi, ihtiyaç ve sorumluluklarını bütünleştirerek kendilerine özgü ve süreklilik gösteren bir kimlik oluştururlar (Erikson, 1968). Başarılı kimlik, tutarlılık ve kesinlik gösteren, sağlıklı bütünleştirilmiş bir yapıyı ifade etmektedir ve bu haliyle bireylere kişisel yönelim duygusu, yaşamda amaç ve anlam sağlar (Schwartz, 2001). Adams ve Marshall (1996), kimliği birey için çeşitli psikolojik işlevleri olan

karmaşık bir içsel sistem olarak ele almıştır. Buna göre, kimliğin beş temel psikolojik işlevinden söz edilmektedir (Adams ve Marshall, 1996; Serafini ve Adams, 2002):

- (1) Bireyin kim olduğunu anlamasını sağlayan bir yapı sunmak,
- (2) Çeşitli bağlar, değerler ve amaçlar aracılığıyla anlam ve yön duygusu sunmak,
- (3) Bireysel kontrol duygusu sunmak,
- (4) Değerler, inançlar ve düşünceler arasında tutarlılık, süreklilik ve uyum duygusu sunmak
- (5) Gelecekle ilgili olasılıklar ve seçeneklere yönelik bir farkındalık sunmak.

Serafini ve Adams (2002)'a göre kimliğin bu işlevleri, “olabilecek en uygun kimlik duygusu” olarak tanımlanmaktadır. Bu şekilde kim olduğunu anlayan, değerleri ve inançları arasında denge kurarak bu dengeyi, gerçekleştirmek istediği hedeflere ulaşmak için de koruyabilen öğretmen adaylarının kimlik gelişimlerinin incelenmesi büyük önem taşır. Gelişmiş kimlik duygusuna sahip olan öğretmen adayları, stresle başa çıkma durumlarında kullandıkları etkili stratejiler ile hem kendi yaşamları için hem de oluşturacakları öğretim ortamlarında toplumca kabul gören değerlerin öğrencilerine aktarmada başarılı olabileceklerdir.

Öğretmen adaylarının stresle başa çıkma stratejilerini belirleyen özelliklerden biri olan duygusal zekâ düzeyleridir. Mayer ve Salovey (1997), duygusal zekâyı; “kendi ve başkalarının duygularını izleme, bunlar arasında ayırım yapma ve buradan elde ettiği bilgileri düşünce ve davranışlarına yön vermede kullanabilme yeteneğini kapsayan sosyal zekânın bir boyutu” olarak tanımlamışlardır. Goleman (2004), duygusal zekâyı “kendini harekete geçirebilme, aksiliklere rağmen yoluna devam edebilme, dürtüleri kontrol ederek tatmini erteleyebilme, ruh halini düzenleyebilme, sıkıntıların düşünmeyi engellemesine izin vermeme, kendini başkasının yerine koyabilme ve umut besleme” olarak tanımlamıştır. Öğretmen adayları, duygusal zekâlarını etkin kullanabilmeleri sayesinde etkileşim içinde oldukları öğrencileri ve diğer bireylerle ilişkilerinde, duygularını pozitif ve üretici bir tutumla etkili bir şekilde algılama, ifade etme, anlama ve kontrol etme kapasitesine sahip olacaklardır. Bu sayede, kendi farkındalıklarının bilincinde olarak, duygularını kontrol edebilecek, onları olumlu ortamlar oluşturmak için uygularken aynı zamanda bir barometre gibi iç rehberlik sistemi olarak da kullanabileceklerdir (Fuimano, 2004). Yine bu sayede, stresli durumların etkili bir şekilde üstesinden gelme sürecinde duyguları ve yapmaları gerekenler arasında uyumluluk sağlayabilecek, stresli durumlarla doğru bir şekilde başa çıkabileceklerdir. Öğretmen adaylarının, stresli durumlarla baş etmede sahip oldukları duygusal zekâ düzeyleri ve kimlik özellikleri, onların karmaşık çalışma ortamlarına motive olmalarını ve mesleklerini etkili bir şekilde icra etmelerine katkı sağlayacaktır. Bu şekilde, duygusal zekâları ve gelişmiş kimlik özellikleriyle toplumun değer yargılarının yeni jenerasyonlara aktarımında başarılı bir performans sergileyebileceklerdir.

2. YÖNTEM

Öğretmen adaylarının kimlik özellikleri ve duygusal zekâ düzeylerinin stresle başa çıkma stratejileri üzerine etkisini belirlemeyi amaçlayan bu araştırma, tarama modelinde betimsel bir araştırma niteliğindedir. Araştırmanın çalışma grubunu, 2010-2011 öğretim yılı bahar döneminde Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesinin ortaöğretim fen ve matematik alanlar bölümünün üçüncü ve dördüncü sınıflarında öğrenim görmektedir olan 300 öğretmen adayı oluşturmuştur.

2.1. Veri Toplama Araçları

2.1.1. Kimlik İşlevleri Ölçeği: Öğretmen adaylarına, onların kimlik özelliklerini ortaya çıkarmak amacıyla Serafini ve arkadaşları (2006) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Demir (2011) tarafından yapılan Kimlik İşlevleri Ölçeği uygulanmıştır. Kimlik İşlevleri Ölçeği, 5'li Likert tipi, 15 maddeden oluşan 5 faktörlü bir yapı göstermektedir. Kimlik İşlevleri Ölçeği'nin güvenilirliğini test etmek amacıyla Cronbach Alpha İç Tutarlık Katsayıları hesaplanmıştır. Kimlik İşlevleri Ölçeği'nin güvenilirlik analizinde iç tutarlık katsayıları Yapı boyutu için .70, *Uyum* boyutu için .76, *Amaç* boyutu için .80, *Gelecek* boyutu için .75 ve *Kontrol* boyutu için .77 olarak hesaplanmıştır.

2.1.2. Duygusal Zeka Ölçeği: Öğretmen adaylarının, duygusal zeka düzeylerini belirlemek için Schutte ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirilen, Austin ve arkadaşları (2004) tarafından modifiye edilen ve Göçet (2006) tarafından Türkçe'ye çevrilen Duygusal Zeka Ölçeği kullanılmıştır. Duygusal Zeka Ölçeği, 5'li Likert tipinde hazırlanmıştır. Ölçek 37 maddeden oluşmaktadır ve üç faktörlü bir yapı sergilemektedir. Ölçeğin *İyimserlik –Ruh Halini Düzenleme* boyutu 17, *Duygulardan Faydalanma* boyutu 6 ve *Duyguların İfadesi* boyutu ise 14 maddeden oluşmaktadır. Cronbach Alpha, iç tutarlılık katsayıları ölçeğin bütünü için .81, *İyimserlik –Ruh Halini Düzenleme* faktörü için .77, *Duyguların İfadesi* için .73 ve *Duygulardan Faydalanma* faktörü için .54 olarak bulunmuştur.

2.1.3. Stresle Başa Çıkma Tutum Envanteri: Çalışmada kullanılan son ölçme aracı, Özbay (1993) tarafından geliştirilen ve Özbay ve Şahin (1997) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanteri'dir. Envanterin amacı, farklı stres durumlarında bireylerin başa çıkma tutumlarını belirlemektir. Ölçek, 5'li Likert tipindedir. Madde sayısı 43 olan ölçek, altı faktörlü bir yapı sergilemektedir. Ölçeğin *Aktif Planlama* boyutu 10, *Dış Yardım Arama* boyutu 9, *Dine Sığınma* boyutu 6, *Kaçma-Soyutlama (Duygusal-Eylemsel)* boyutu 7, *Kaçma Soyutlama (Biyokimyasal)* boyutu 4 ve *Kabul-bilişsel Yeniden Yapılanma* boyutu ise 7 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin bütününe ait Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .81 olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutları için güvenilirlik katsayıları ise .56 ile .89 arasında değişmektedir (Özbay ve Palancı, 2000).

3. BULGULAR

Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının Kimlik İşlevleri Ölçeği, Duygusal Zeka Ölçeği ve Stresle Başa Çıkma Envanteri puanları arasında ilişkiler olup olmadığı, varsa ilişkilerin nasıl olduğu korelasyon analizi kullanılarak ve Pearson Korelasyon katsayısı hesaplanarak incelenmiştir. Korelasyon analizleri öncesinde tanımlayıcı statiksel metotlar kullanılmış ve Skewness ve Kurtosis değerlerinin değişkenler için (-1 – 1) değerleri arasında olduğu belirlenmiştir. Başka bir ifadeyle, yapılan istatistiksel analizler sonucunda parametrelerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiş ve değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson korelasyon testi yapılmıştır. Elde edilen veriler Tablo 1'de gösterilmektedir.

Tablo 1: Öğretmen adaylarının Kimlik İşlevleri Ölçeği, Duygusal Zeka Ölçeği ve Stresle Başa Çıkma Envanteri Puanları Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi Sonuçları

		Kimlik İşlevleri Ölçeği	Duygusal Zekâ Ölçeği	Stresle Başa Çıkma Envanteri
Kimlik İşlevleri Ölçeği	r	1	.068	.392*
Duygusal Zekâ Ölçeği	r	.068	1	.373*
Stresle Başa Çıkma Envanteri	r	.392*	.373*	1

N= 300, *anlamli, $p < .05$.

Tablo 1 incelendiğinde görüleceği gibi, araştırmaya katılan öğretmen adaylarının Stresle Başa Çıkma Envanteri ile Kimlik İşlevleri ve Duygusal Zekâ Ölçeği puanları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkilerin olduğu belirlenmiştir ($r=0.392$; $r=0.373$, $p < .05$). Ancak Duygusal Zekâ Ölçeği ile Kimlik İşlevleri Ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($r=0.068$; $p > .05$).

Araştırma kapsamında kullanılan veri toplama araçları alt boyutlu yapılara sahiptir ve araştırmacıların amacına göre alt boyutlardan elde edilecek puanlar ayrı ayrı kullanılabilir. Bu nedenle araştırmada, Stresle Başa Çıkma Envanteri ile Kimlik İşlevleri ve Duygusal Zekâ Ölçeği alt boyutlarından elde edilen verilerin birbiriyle ilişkili olup olmadığı sorusuna da yanıt aranmıştır. Öğretmen adaylarının Stresle Başa Çıkma Envanteri ile Kimlik İşlevleri Ölçeği alt boyutlarından elde ettikleri ortalama puanlar arasında anlamlı ilişki olup olmadığını saptamak amacıyla, Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayısı hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 2'de görülmektedir.

Tablo 2: Öğretmen Adaylarının Kimlik İşlevleri Ölçeği Ve Stresle Başa Çıkma Envanteri Alt Boyutları Puanları Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi Sonuçları

Kimlik İşlevleri Ölçeği Alt Boyutları	Stresle Başa Çıkma Alt Boyutları					
	Aktif Planlama	Dış Yardım Arama	Dine Sığınma	Duygusal Kaçma	Biyokimyasal Kaçma	Kabul
Yapı	r .093	.024	.038	.083	.062	.010
Uyum	r .055	.053	.091	-.084	-.106	.062
Amaç	r .047	.096	.040	-.076	-.019	.096
Gelecek Yönelimi	r 232*	*222	.017	.060	-.029	.080
Bireysel Kontrol	r 255*	.019	272*	.077	.006	209*

N= 300, * anlamlı $p < .05$.

Tablo 2 incelendiğinde görüleceği gibi, öğretmen adaylarının Stresle Başa Çıkma Envanteri ve Kimlik İşlevleri Ölçeği alt boyutları ortalama puanları arasındaki ilişkileri belirlemek üzere yapılan Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi sonucunda, istatistiksel olarak anlamlı olan ve anlamlı olmayan ilişkilerin varlığı tespit edilmiştir. Kimlik İşlevleri Ölçeği'nin "Gelecek Yönelimi" alt boyutu ile Stresle Başa Çıkma Envanterinin "Aktif Planlama" ($r=0.232$, $p<.05$) ve "Dış Yardım Arama" ($r=0.222$, $p<.05$) alt boyutları arasında istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu saptanmıştır. Ayrıca Kimlik İşlevleri Ölçeğinin "Bireysel Kontrol" alt boyutu ile Stresle Başa Çıkma Envanterinin "Aktif Planlama" ($r=0.255$, $p<.05$), "Dine Sığınma" ($r=0.272$, $p<.05$) ve "Kabul" ($r=0.209$, $p<.05$) alt boyutları arasında da anlamlı ilişkilerin olduğu belirlenmiştir. Ancak söz konusu veri toplama araçlarının diğer alt boyutları ortalama puanları arasındaki ilişkiler, istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. Araştırmanın devamında Stresle Başa Çıkma Envanteri'nin ve Duygusal Zekâ Ölçeği'nin de alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin olup olmadığı incelenmiştir. İnceleme sonucunda alt boyutlardan elde edilen sayısal değerler, Pearson Korelasyon analizi kullanılarak hesaplanmış ve elde edilen bulgular Tablo 3'te özetlenmiştir.

Tablo 3: Öğretmen Adaylarının Duygusal Zeka Ölçeği Ve Stresle Başa Çıkma Envanteri Alt Boyutları Puanları Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi Sonuçları

Duygusal Zeka Ölçeği Alt Boyutları	Stresle Başa Çıkma Alt Boyutları					
	Aktif Planlama	Dış Yardım Arama	Dine Sığınma	Duygusal Kaçma	Biyokimyasal Kaçma	Kabul
İyimserlik	r .243*	.293*	.064	.012	-.055	.278*
Duygulardan Faydalanma	r .064	.037	.058	.004	-.086	.031
Bireysel Duyguların İfadesi	r .080	.097	.077	.089	-.082	.096

N= 300, *anlamlı $p < .05$.

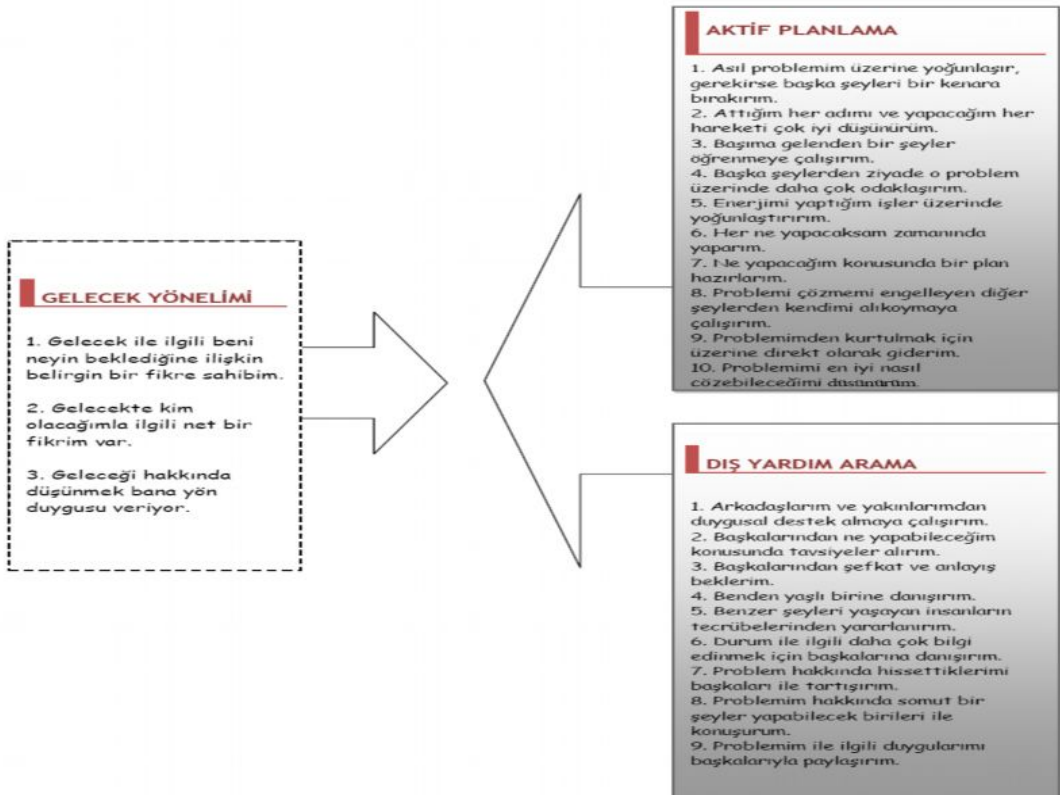
Tablo 3'te görüldüğü gibi, Duygusal Zeka Ölçeği'nin "İyimserlik" alt boyutu ile Stresle Başa Çıkma Envanteri'nin "Aktif Planlama" ($r = .243$, $p<.05$), "Dış Yardım Arama" ($r = .293$, $p<.05$) ve "Kabul" ($r = .278$, $p<.05$) alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu ortaya çıkmıştır.

4. TARTIŞMA

Eğitim sistemlerinin temel amacı o ülkenin nitelikli insan gücünü yetiştirmek ve yurttaşlarına vatandaşlık eğitimini vermektir. Öğretmenler, eğitim sisteminin en temel ögesidir. Bir ülkenin kalkınmasında, nitelikli insan gücünün yetiştirilmesinde, toplumdaki huzur ve sosyal barışın sağlanmasında, bireylerin sosyalleşmesi ve toplumsal hayata hazırlanmasında, toplumun kültür ve değerlerinin genç kuşaklara aktarılmasında başrolü oynamaları beklenmektedir. Yeni nesillerin niteliği de hiç kuşkusuz onu yetiştiren öğretmenlerin niteliği ile özdeş olacaktır. Öğretmen nitelikleri içerisinde önemli bir rolü olan ve araştırma kapsamında incelenen kimlik özellikleri ve duygusal zekâ düzeyleri, öğretmenlerin bir sorun ya da bir problemin yarattığı stresli ortamları iyi yönetmeleri ve söz

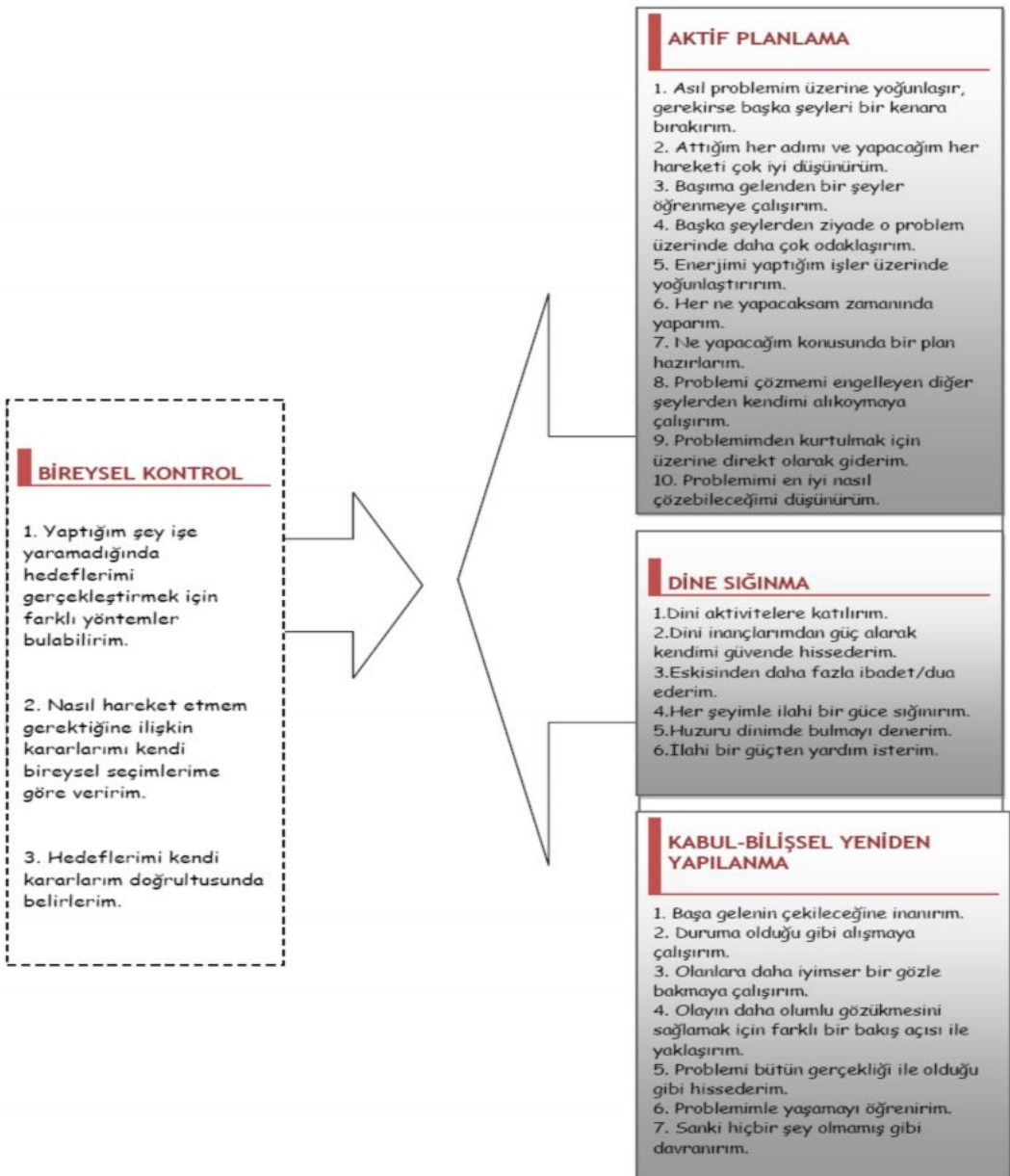
konusu durumlarla başa çıkma konusunda yardımcı olacaktır. Günümüzde bireyler, iş ortamında, stresli durumlar yaşamaktadır. Bu durumlar, önemli bir meslek grubundan olan öğretmenler için daha çok konuşulmaktadır ve bu durum öğretim ortamlarının her düzeyinde görülmektedir (Fielding & Gali, 1982). Bu nedenle, hem öğretmen adayları için hem de şu anda çalışan öğretmenler için, stresin belirtilerini bilmek, nedenlerinin farkında olmak ve stres ile başa çıkma stratejileri geliştirmek için kendi kimlik özellikleri ve duygusal zekâlarını gerektiği gibi kullanmak büyük önem taşımaktadır. Yapılan analizler sonucunda, çalışmaya katılan öğretmen adaylarının Stresle Başa Çıkma Envanteri ile Kimlik İşlevleri ve Duygusal Zeka Ölçeği puanları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkilerin olduğu belirlenmiştir. Yapılan araştırmada da, öğretmen adaylarının kimlik özellikleri ve duygusal zekâ düzeylerinin stresle başa çıkma stratejileri üzerinde etkisi olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, duygusal zekanın ve karar verme, öz saygı, benlik saygısı gibi duygusal özelliklerin stresle başa çıkma stratejileri üzerine etkisiyle ilgili yapılan diğer araştırmalarla da benzerlik göstermektedir (Eskridge & Coker, 1985; Aysan, 1988; Buluş, 1999; Çiftçi, 2002; Nikolaou & Tsaousis, 2002; Johnston, 2003; Gohm et.al, 2005; Göçet, 2006; Avşaroğlu & Üre, 2007; Hamarta et.al., 2009). Araştırma kapsamında kullanılan veri toplama araçlarının alt boyutlu yapıları ve araştırmacıların amacına göre alt boyutlardan elde edilen puanların ayrı ayrı kullanılabilirliği özelliğinden yola çıkılarak, Stresle Başa Çıkma Envanteri ile Kimlik İşlevleri ve Duygusal Zekâ Ölçeği alt boyutlarından elde edilen verilerin birbiriyle ilişkili olup olmadığı sorusuna da yanıt aranmıştır. Öğretmen adaylarının Stresle Başa Çıkma Envanteri ve Kimlik İşlevleri Ölçeği alt boyutları ortalama puanları arasındaki ilişkileri belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, Kimlik İşlevleri Ölçeği'nin "Gelecek Yönelimi" alt boyutu ile Stresle Başa Çıkma Envanterinin "Aktif Planlama" ve "Dış Yardım Arama" alt boyutları arasında istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu saptanmıştır. Söz konusu ilişkiler, Şekil 1'de görülmektedir.

Şekil 1: Kimlik İşlevleri Ölçeği'nin "Gelecek Yönelimi" Alt Boyutu ile Stresle Başa Çıkma Envanterinin "Aktif Planlama" ve "Dış Yardım Arama" Alt Boyutları Arasındaki İlişki



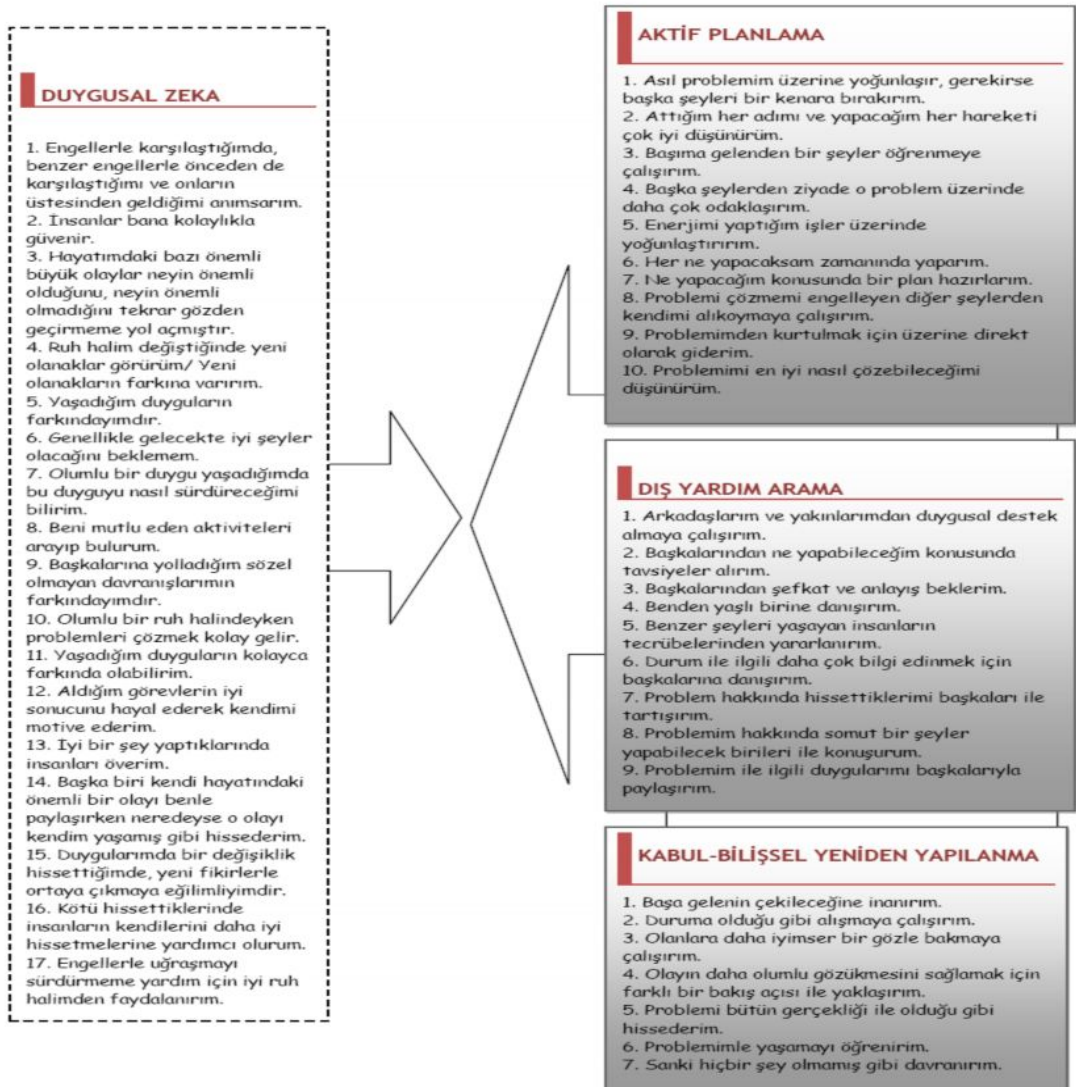
Öğretmen adayları, gelecekte nelerle karşılaşacakları, kendilerini nelerin beklediği ve alacakları kararlarla ilgili olarak karşılaşacakları problemleri çözmeye, kendi kendilerinin planlamasını yapmaları gerektiğini ve gerektiğinde sosyal çevrelerinden destek alabileceklerini belirtmektedirler. Bireyin, gelecekte kendi yaşantısının planlamasını yapması ve etkileşim içinde olduğu çevresiyle iyi ilişkiler kurabilmesi, başarılı bir kimlik yapısına sahip olmasıyla yakından ilişkilidir. Sözü edilen özelliklere sahip olan bireylerin herhangi bir sebeple karşı karşıya kaldıkları stres durumuyla başa çıkma süreçlerinde olumlu stratejilere sahip oldukları söylenebilir. Yine, Kimlik İşlevleri Ölçeğinin “Bireysel Kontrol” alt boyutu ile Stresle Başa Çıkma Envanterinin “Aktif Planlama”, “Dine Sığınma” ve “Kabul” alt boyutları arasında da anlamlı ilişkilerin olduğu belirlenmiştir. Söz konusu ilişkiler, Şekil 2’de görülmektedir.

Şekil 2: Kimlik İşlevleri Ölçeğinin “Bireysel Kontrol” Alt Boyutu İle Stresle Başa Çıkma Envanterinin “Aktif Planlama”, “Dine Sığınma” Ve “Kabul” Alt Boyutları Arasındaki İlişki



Öğretmen adayları hedeflerini belirlemede, karşılaştıkları durumlara ilgili uygun yöntemleri bulma ve kararlarını alma aşamasında kendi otokontrollerini yapabilmekte ve bunları yaparken de, karşılaştıkları stresli durumlarla ilgili olarak, problemleriyle başa çıkma konusunda iyi planlama yapma sürecinde olumlu stratejiler kullanabilmektedirler. Ayrıca, oto kontrolünü iyi yapan bireyler olarak, söz konusu stresli durumlarla başa çıkmada, manevi değerlerden biri olan, dini inançlarından da faydalanabilmektedirler. Yine kendi kontrollerinin yönetimini iyi yapan bireyler olarak, karşılaştıkları problemleri çözme sürecinde mantıklı bir kabulleniş de gösterebilmekte, sorunlarıyla barışık bir ruh hali içerisinde yaşamak gerektiğinin bilincinde olduklarını göstermektedirler. Her stresli durumun çözüme ulaşmasının mümkün olamayacağı bilincini taşıyabilmekte, bu gibi durumlarda doğru davranabilmenin ancak başarılı bir yaşam kontrolüyle sağlanacağı konusunda yeterli olabildikleri ortaya çıkmaktadır. Araştırmanın devamında Stresle Başa Çıkma Envanteri'nin ve Duygusal Zeka Ölçeği'nin de alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin olup olmadığı incelenmiştir. Duygusal Zeka Ölçeği'nin "İyimserlik" alt boyutu ile Stresle Başa Çıkma Envanteri'nin "Aktif Planlama", "Dış Yardım Arama" ve "Kabul" alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu ortaya çıkmıştır. Söz konusu ilişkiler Şekil 3'te görülmektedir.

Şekil 3: Duygusal Zeka Ölçeği'nin "İyimserlik" Alt Boyutu İle Stresle Başa Çıkma Envanteri'nin "Aktif Planlama", "Dış Yardım Arama" Ve "Kabul" Alt Boyutları Arasındaki İlişki



Öğretmen adayları, duygusal zekalarını; kendine güven, kendini iyi ifade edebilme, duyguları paylaşabilme-sempati gösterme, empati kurma, özeleştirme yapabilme ve motivasyon konularında başarılı bir şekilde kullanmakta ve bu özelliklerini stresli durumlarda; iyi ve doğru bir planlama yaparak, sosyal çevreden yardım almada ve değiştiremeyecekleri durumlarla ilgili olarak da iyi bir dengeleme yapmak için kullanmaktadırlar. Dolayısıyla duygusal zekalarını iyimser bir bakış açısıyla geliştirdikleri için, stresli durumların kontrolünde başarılı olmakta, stres yönetimini başarılı bir şekilde yürütmekte ve etkili stratejiler geliştirebilmektedirler.

Gerek fen ve matematik alanında gerekse sosyal ve beşeri alanlarda öğrenim gören öğretmen adaylarının nitelik ve yeterlilikleri, yaşadıkları toplumun beklentilerine cevap verecek öğrencileri yetiştirmede çok büyük öneme sahiptir. Çağımızın zorlayıcı koşulları, geleceğin öğretmenleri için de stresli durumlarla başa çıkma stratejileri geliştirmeyi zorunlu kılmaktadır. Kendini iyi tanıyan ve olgun bir kimlik yapısına sahip, duygusal zeka boyutunda yeterli gelişmişliğe sahip öğretmen adaylarının güç durumlarla başa çıkma stratejileri geliştirmedeki başarılarının, onların toplum tarafından doğru ve gerekli oldukları kabul edilen; aynı zamanda duygu, düşünce ve amaçlarını da yansıtan değerlerin yeni nesillere aktarılması sürecine olumlu katkıları olacaktır. Zira olgun bir kimlik yapısı ve gelişmiş duygusal zekâ düzeylerine sahip öğretmen adayları; zor durumlarla başa çıkmadaki performanslarını, çalışma hayatlarında öğrencilerinin yaşamın anlamını bulmalarında, kendi değerlerini oluşturmalarında, yaşam becerilerini geliştirmelerinde kullanarak yol gösterici rol oynayacaklardır.

KAYNAKLAR

- Adams, G. R., & Marshall, S. K. (1996). A developmental social psychology of identity: Understanding the person-in-context. *Journal of Adolescence*, 19, 429-442.
- Austin, E., Donald J., Saklofske, H. & Egan V. (2004), Personality, wellbeing and health correlates of trait emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, June.
- Avşaroğlu, S. (2007). *Üniversite öğrencilerinin karar vermede özsayı, karar verme ve stresle başa çıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Avşaroğlu, S. & Üre, Ö. (2007). Üniversite öğrencilerinin karar vermede özsayı, karar verme ve stresle başa çıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18, 85-100.
- Aysan, F. (1988). *Lise öğrencilerinin stres yaşantılarında kullandıkları başa çıkma stratejilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bilgel, N., Kabataş, B., Atalar, G., & Gündüz, Y. (2007). *Uludağ üniversitesi iktisadi ve idari bilimler fakültesi öğrencilerinin duygu durum araştırması*. 8. Türkiye Ekonometri ve İstatistik Kongresi'nde sunulan bildiri. İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Buluş, M. (1999). Öğretmenlerde stres: belirtileri, nedenleri ve başa çıkma stratejileri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5, 66-70.
- Çiftçi, M.P. (2002). *Bir grup lise öğrencisinin stresle başa çıkma yolları ile strese karşı dayanıklılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Çuhadaroğlu, F. (1989). *Üniversite gençliğinde kimlik bocalamaları*. Üniversite Gençliğinde Uyum Sorunları Sempozyumu Bilimsel Çalışmaları. Bilkent Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Araştırma Merkezi, Ankara.
- Demir, İ. (2011). Kimlik işlevleri ölçeği: Türkçe geçerlik ve güvenilirliği. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(2), 571-586.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Eskridge, D.H. (1984). Variables of teacher stress: Symptoms, causes, and stress management techniques, Unpublished research study, East Texas State University, 17-25.
- Eskridge, D. & Coker, D. (1985). Teacher stress: symptoms, causes and management techniques. *The Clearing House*, 58(9), 387-390.
- Folkman, S., & Lazarus, R.S. (1980). An analysis of coping in a middle- aged community sample. *Journal of Healthy and Social Behavior*, 21, 219-239.
- Fuimano, J. (2004). Raise your emotional intelligence. *Nursing Management*, 35(7), 10-12.
- Gohm, C.L., Corser, G.C. & Dalsky, D.J. (2005). Emotional intelligence under stress: Useful, unnecessary, or irrelevant. *Personality and Individual Differences*, 39, 1017-1028.

- Goleman, D. (2004). *Duygusal Zeka Neden IQ'dan daha önemlidir?* 26. basım, Çev. Klinik Psikolog Banu Seçkin Yüksel, Varlık Yayınları, İstanbul.
- Göçet, E. (2006). *Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zeka Düzeyleri ile Stresle Başa Çıkma Tutumları arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Greenberg, S.F. (1984). *Stres and the Teaching Profession*, Paul H. Brookes Publishing Co., Inc., London.
- Hall, C. Hall & R. Abaci (1997). The effect of human relations training on reported teacher stress, pupil control ideology and locus of control. *British Journal of Educational Psychology*, 67, 483-496.
- Halstead, J.M., & Taylor, J.M. (2000). Learning and teaching about values: A review of recent research. *Cambridge Journal of Education*, 30(2), 169-202.
- Hamarta, E., Arslan C., Saygın, Y. & Özyeşil, Z. (2009). Benlik saygısı ve akılcı olmayan inançlar bakımından üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yaklaşımlarının analizi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 7(18), 25-42.
- İmamoğlu, O. & Gültekin, Y. (1993). Önerilen dengelenmiş toplumsal birey modeli ışığında üniversite gençliğinin sorunları. *Psikoloji Dergisi*, 30, 27-41.
- Johnston, A.W. (2003). *A correlational study of emotional intelligence and aggression in adolescents*. A thesis submitted to the Faculty of Graduate Studies and Research through the Faculty of Education in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Education at University of Windsor; Windsor, Ontario, Canada.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997). What is Emotional Intelligence? (Ed.): Salovey P. ve D.J. Sluyter, *Emotional Development and Emotional Intelligence*, New York: Basic Books, 3-22.
- Nikolaou, I. & Tsaousis, I. (2002). Emotional intelligence in the workplace: exploring its effects on occupational stress and organizational commitment. *International Journal of Organizational Analysis*, 10(4), 327-342.
- Önen, A.S (2011). "Öğretmen adaylarının kişilik özellikleri ve duygusal zeka düzeylerinin stresle başa çıkmalarına etkileri". Değerler Eğitimi Sempozyumu. "Sosyal ve Kurumsal Yönleriyle Değerler Eğitimi". *Sempozyum Program Kitapçığı*, 24. 26-28 Ekim 2011- Eskişehir.
- Özbay, Y. (1996). *Üniversite Öğrencilerinin problem alanları ile yardım arama tutumları arasındaki ilişki*. IX. Ulusal Psikoloji Kongresi'nde Bildiri olarak sunulmuştur. Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Özbay, Y., & Şahin, B. (1997). *Stresle başa çıkma tutumları envanteri: Geçerlik ve güvenirlik çalışması*. IV. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde bildiri olarak sunulmuştur. Ankara.
- Özbay, Y. (1993). *An Investigation of the relationship between adaptational coping process and self-perceived negative feelings on international students*. Doctoral Dissertation Thesis , TTU, Lubbock, Texas, USA.
- Özbay, Y. & Palancı, M. (2000). *Stresle başa çıkma davranışlarının algılanan kontrol düzeyi ve cinsiyet açısından değişkenliği*. XI. Ulusal Psikoloji Kongresi'nde bildiri olarak sunulmuştur. Ege Üniversitesi, İzmir.
- Santaş, M. (2004). *Öğretmen adaylarının stres kaynakları ve stres yönetiminde başvurdukları yöntemler*. XVIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı'nda Bildiri olarak sunulmuştur. İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Schutte, N.S., Malouff, J.M., Hall, L.E., Haggerty, D.J., Cooper, J.T., Golden, C.J. & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177.
- Schwartz, S.J. (2001). The evolution of eriksonian and neo-eriksonian identity theory and research: A review and integration. *Identity*, 1, 7-58.
- Selye, H. (1976). *The stress of life*. New York: McGraw-Hill Book Co.
- Serafini, T. E. & Adams, G.R. (2002). Functions of identity. *Identity*, 2, 361-389.
- Serafini, T.E., Maitland, S.B. & Adams, G.R. (2006). *The functions of identity scale: Revisions, validation and model testing*. Poster session presented at the Biennial Meeting of the Society for Research on Adolescence, San Francisco, California.
- Yazıcı, K. (2006). Değerler eğitimine genel bir bakış. *Türklük Bilimi Araştırmaları*, 19, 499-522.
- Yeşilyaprak, B. (1986). Üniversite gençlerinin psikolojik sorunları. *Psikoloji Dergisi*, 5(20), 80-84.

Extended Abstract

Teachers are the most important elements of the education system as they have more influence on educational programs and students than the other factors. Competencies of teachers have become an important issue to be considered as the success of the education system depends mainly on the qualifications of teachers, who implement the system. Like all professions, teaching also has some unique values, norms and behaviors. These characteristics display the importance of determining some affective traits of student teachers throughout their training. The values that teachers have are effective on students along with their emotional reactions, challenging skills, field competence. Students usually pay attention to their teachers' approach to a topic rather than the instructed topic and are affected by

their teachers' comments on the topic. A teacher's positive or negative impression on students with his/her personality, attitude and behaviors depends on his/her field competence and pedagogical formation as well as beliefs and attitudes towards social values. Personal traits of teachers, their past and present professional experiences, issues they deal with, their relationship with their colleagues and administrators, their environment and the student profile they teach as well as their approaches to these elements are closely related to their affective characteristics. One of the problems that teachers have to deal with is stress. Research has shown that individual differences, social skills, social support and personal resources are important factors effective on determining an individuals' ways to deal with stress. Student teachers with advanced identity levels would be successful in affecting their own lives and their students' lives using the essential strategies they use in dealing with stress in transferring the socially accepted values to their students.

This study was planned to reveal the effects of student teachers' personality traits and their EQ levels on their ways of coping with stress in the light of the opinion that values are principles that guide individuals' lives and shape their life styles. This is a descriptive research in the scanning model, which was conducted with 300 student teachers studying at Secondary Level Math and Science Department at the Education Faculty of Hacettepe University within the spring semester of the 2010 – 2011 academic year. Student teachers were administered the *Identity Functions Scale* developed by Serafini et.al. (2006) with the aim of determining the personality traits and was adapted to Turkish by Demir (2011). In order to determine student teachers' EQ levels, *Emotional Intelligence Scale* developed originally by Schutte et.al. (1998), which was later modified by Austin et.al. (2004) and translated into Turkish by Gocet (2006), was administered. The final assessment tool that was used in the study was the *Stress Coping Attitudes Inventory* developed by Ozbay (1993) and adapted to Turkish by Ozbay & Sahin (1997).

The analysis concluded that there were positively significant relationships between student teachers' scores at the three assessment tools. Therefore, the study concluded that the personality traits and EQ levels of student teachers were effective on their stress coping strategies. This finding is in line with the research conclusions on the effects of affective characteristics such as emotional intelligence, decision making and self-respect on stress coping strategies. The data collection tools utilized in this study had sub dimensional structures, which allowed the usage of scores obtained from different dimensions as well as the comparison of data obtained from Stress Coping Inventory, Identity Functions and Emotional Intelligence Scales. The correlation analysis regarding the average scores obtained from the assessment tools showed that there was a statistically positive significant relationship between the "Future Tendencies" sub dimension of Identity Functions and the "Active Planning" and "External Support Requirement" sub dimensions of the Stress Coping Inventory. Similarly, significant relationships were determined among the "Individual Control" sub dimension of Identity Functions Scale and the "Active Planning", "Religious Tendency" and "Acceptance" sub dimensions of the Stress Coping Inventory. The "Optimism" sub dimension of Emotional Intelligence Scale and the "Active Planning", "External Support requirement" and "Acceptance" sub dimensions of the Stress Coping Scale also had significant positive relationships.

The qualifications and competence levels of student teachers training at science, math and social studies fields are of utmost importance in educating students according to the expectations of the society. The challenging conditions of our age make it an obligation for the teachers of the future to develop strategies for coping with stress. Student teachers with mature identity structures, adequate emotional intelligence levels and advanced cognitions would be successful in developing stress coping strategies. This would contribute to the transfer of values, which are required and approved by the society as well as reflecting the thoughts and emotions, to the new generations.