

İLKÖĞRETİM OKULU BİRİNCİ KADEME ÖĞRETMENLERİNİ ETKİLEYEN STRES FAKTÖRLERİ

Türkan ARGON *
Hadiye ATEŞ **

ÖZET

Aşırı kalabalık sınıflar, disiplin problemleri, öğrencilerin istenmeyen davranışları, saldırganlıkları, programların sürekli değişmesi, meslektaşları ile çatışma yaşaması, yönetici desteğinin az olması gibi problemlerin ortaya çıkardığı stres faktörü, performans açısından öğretmenleri tehdit eden etmenlerin başında gelmektedir. Stres düzeyinin kontrol altına alınabilmesi ise stres faktörlerin bilinmesi ile mümkündür. Bu araştırmada ilköğretim okulu öğretmenlerinin okulda etkilendikleri stres faktörlerini ortaya çıkartmak ve bu faktörlerin bireysel özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amaçlanılmıştır. Betimsel nitelik taşıyan araştırma, Bolu ili Gerede ilçesinde bulunan ilköğretim I. kademe öğretmenlerine uygulanmıştır. Araştırma verileri; sosyal çevre, iş çevresi, fiziksel çevre ve kendini yorumlama olmak üzere 4 boyuttan oluşan "Stres Kaynağı Ölçeği" ile toplanılmıştır. Araştırma sonucunda; öğretmenlerin etkilendikleri stres faktörleri içerisinde, sosyal çevreden kaynaklanan faktörler ilk sırayı alırken, iş çevresiyle ilgili faktörler de son sırada yer almıştır. Kişisel özelliklere göre etkilendikleri stres faktörlerine ilişkin öğretmen görüşleri arasındaysa anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Anahtar Kelimeler: Stres, stres faktörleri, öğretmen

STRESS FACTORS AFFECTING FIRST LEVEL PRIMARY SCHOOL TEACHERS

ABSTRACT

Overcrowded classes, discipline problems, undesired student behaviour, the continuous change of programs, problems between and among the colleagues in offices, and low administrative support can be considered among the causes and factors of stress, they have effects upon teachers' performances and they threat teachers in general. To control stress at work, its level and the factors that cause have to be known. Within this framework, the aim of this study is to identify the stress factors of primary school teachers and to identify whether these factors change according to personal characteristics. The subjects (n=98) of this study were primary school teachers who were teaching at primary schools' first grade levels in 2006-2007 academic year in the Gerede district of Bolu. The data were collected through the "Stress Sources Inventory" that has four dimensions: "Social environment, School environment, Physical environment, and Self-recognition". The results revealed that even though the stress factors from social environment are considered as primary sources of stress, the stress factors related to school environment are considered as the least important sources of stress and no significant difference was found between teachers' perceptions and their personal characteristics when stress factors are concerned.

Key Words: Stress, stress factors, teacher.

*Yrd.Doç.Dr., AİBÜ Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü
**Öğretmen, Halil Nom İlköğretim Okulu/ Gerede

1. GİRİŞ

Her şeyin hızla değişip giderek karmaşıklaştığı toplumlarda çevresel değişime uyum sağlayıp, yaşamak zorunda olan örgütler kendilerini yenilemek zorundadırlar. Toplumlar ve bilim adamlarının hemen hemen en çok ilgi gösterdikleri örgütlerin başında ise okullar gelmektedir (Gümüşeli, 1996). Çünkü okullar nitelikli üretimin, akılcı tüketimin, gelişmenin, uygarca ve birlik içinde yaşamının, huzur ve güvenin vazgeçilmez koşulu olan bilgili ve becerili insanı yetiştiren nadir örgütlerdendir. Okulların ve içinde yer aldıkları eğitim sisteminin gelişmesi için göz önünde bulundurulması gereken en önemli faktör kalitedir (Günbayı & Çevik, 2004). Eğitimin kalitesini belirleyen temel unsurların başında ise öğretmen niteliği değişkeni gelmektedir. Nitelikli ve etkili bir öğretmen olmadan yapılan eğitimin, hedeflerine ulaşmasını beklemek pek akılcı bir davranış değildir. Amaca uygun kaliteli öğrenciler yetiştirilmesi, toplumsal standartların yükseltilmesi ve kalkınmanın gerçekleşmesinde mesleğinde yeterli ve nitelikli olan öğretmenler yaşamsal önem taşımaktadır.

Günümüz öğretmeninden bir yandan öğrencilerini belirtilen hedefler doğrultusunda yetiştirmeleri beklenirken, diğer yandan birey olarak kendilerini geliştirip, problemlerini çözebilmesi, yaşam koşullarına uyum sağlayabilen sağlıklı bireyler olabilmeleri de istenilmektedir (Bulut Bozkurt, 2005). Öğretmenin içinde bulunduğu koşullar ve yaşam standartları göz önüne alındığında ise, gerek örgütsel gerekse bireysel ihtiyaçları karşılama bakımından bir takım problemler yaşadığı bilinmektedir. Öğretmenlerin çalıştığı kurumlar olan okulların özellikleri göz önüne alındığında hem insan ilişkileri hem de örgütsel ilişkiler açısından belki de toplumun en stresli kurumlarından birisi olması bu problemleri arttırabilmektedir. Bu ve benzeri problemler ise aslında insan yaşamının her anında olan stres faktörünü istenmeyen boyutlara getirebilmektedir. Özellikle kişinin büyük bir zamanını dolduran iş yaşamındaki stres, onu en fazla etkileyen faktörlerin başında gelmektedir. Evde ve işte geçirilen süre ve yapılan etkinlikler göz önüne alındığında, iş stresi ile özel sorunların bir araya gelmesi çalışan açısından olumsuz sonuçlar olarak karşısına çıkabilmektedir.

Güncelliğini yitirmeyen bir konu olan çalışma yaşamındaki stres ya da iş stresi hakkında yapılan çalışmalar her geçen gün artmaktadır. Bu çalışmaların bazıları doğrudan stres konusu üzerine yoğunlaşırken; bazıları da çalışanların çalışma ortamında yaşadıkları sorunlar ve bu sorunların etkileri üzerinde yoğunlaşmaktadır. Toplumsal ve örgütsel yaşamın bir gerçeği olan stres, performans açısından çalışanları, yapı ve işleyiş açısından örgütleri, nitelik açısından da yaşamı zayıflatan günümüzün en büyük tehlike kaynaklarından birisi (Aslan, 2002; akt: Bulut Bozkurt, 2005) olup, çağdaş insanın yaşamını karartan bir hastalıktır (Balci, 2000). Stres, ilgili literatürde çok yaygın kullanılan bir kavram olmasına rağmen ele alınan ortak bir tanımının olmadığı görülmektedir. H. Selye (1946, akt: Pehlivan Aydın, 2002)'ye göre stres, memnuniyet verici olup olmadığına bakılmaksızın her türlü isteme, beden uyum sağlamak için gösterdiği biyolojik bir tepki olarak görülmektedir. Bir başka tanımda stres, bir eylem ya da durumun birey üzerinde yarattığı fiziksel ve psikolojik zorlanmaya verilen tepki (Işıkhan, 2002) olarak belirtilmiştir. Görüldüğü gibi stres genellikle sıkıntı veren, olumsuzluk durumundaki tepkiler için kullanılmaktadır. Yine H. Selye (akt: Pehlivan Aydın, 2002)'ye göre strese tepkinin uyanmasında hem memnuniyet verici, hem de sıkıntılı oluşumların etkili olduğu belirtilmektedir. Çünkü insan bedeni zevkli ve zararlı olaylar arasındaki farkı her zaman doğru bir şekilde ayırt edememektedir.

Çok genel olarak çalışma yaşamında ortaya çıkan stres, çalışan ile çevresi arasındaki etkileşim sonucunda meydana gelen gerilim durumu olup, çalışanın normal fonksiyonlarını yerine getirmesine engel olarak onun fiziksel ve duygusal tepkilerinin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Diğer bir ifade ile iş stresi, bireyin yeteneklerindeki yetersizliklere, fiziksel ya da

psikolojik nedenlere bağlı olarak ortaya çıkan ve bireyde gerilim yapan durum olarak tanımlanır (Clegg, 2001). Koç ve Yeğen (2002), iş stresini, işin gerekleri ile çalışanın yetenekleri, kaynakları ya da gereksinimleri arasında uyumsuzluk olduğunda ortaya çıkan zararlı fiziksel ve duygusal cevaplar olarak tanımlamışlardır. Bireyin verdiği fiziksel ve duygusal tepkiler aynı zamanda onun verimliliğini ve yapılan işin kalitesini de etkileyen ruhsal, fiziksel ve davranışsal sonuçlu bir yaşam gerçeğidir (Bingöl ve Naktiyok, 2001). Yani bireyin ortaya çıkan bu tip davranışları, onun işteki uyumunu bozduğu gibi, beraberinde bir çok olumsuz sonucu da getirebilmektedir. Örneğin, bireylerin işe başlamadan önce kafalarında canlandırdıkları işle ilgili senaryolar, çoğu zaman işe girdikten sonra yaşanmamaktadır. Beklentilerini iş yaşamında bulamayan birey düş kırıklığına uğrayarak, bazen bunalıma girebilmekte ve örgüt içi verimliliği düşmektedir (Başaran, 1991). Diğer taraftan iş stresi her zaman olumsuz sonuçlar vermez. Optimum seviyede bir stres çalışanı motive ederek, performansını artırabilmektedir (Griffin, 1990; Çelik ve Fettahoğlu, 1999). Yani belli oranda stresin başarı için kaçınılmaz olduğu söylenebilir (Eren, 1998). Çalışanın örgüt içinde ekonomik, toplumsal ve psikolojik anlamda gereksinimlerinin karşılanmaması, onun örgüt amaçları doğrultusunda göstereceği çabayı olumsuz yönde etkileyecektir. Dolayısıyla çalışanın potansiyeli oranında verimli ve etkili bir şekilde çalışabilmesi ile onun bireysel ve örgütsel uyumu arasında yakın ilişki söz konusudur. Bu durumda yaşanılacak stres, bireyin iyi çalışmamasına ve başarısızlığına neden olabilmektedir (Ivancevich & Matteson, 1993). Bunların yanında örgütün zorlayıcı değer ve kuralları, istekleri ve örgüt içinde oluşan grup desteğinin birey tarafından görülmemesi (Gümüşeli, 2001) gibi çeşitli sebepler uyumu zorlaştırdığı gibi örgütte stres yaratan faktörlerdir. Yani iş ortamı çalışan üzerinde baskı oluşturarak çalışanın kapasitesinde uyumsuzluk yaratmakta, bu durum çalışanın iş stresi yaşamamasına neden olmaktadır. Ayrıca iş stresinin, koşullar ve değişkenler göz önüne alındığında, değişken yapıda olduğu bir gerçektir (Lazarus, 1991). Çünkü çalışma ortamı ve birey durağan bir yapıda değil, sürekli değişmektedir. Bu durumda birbirlerine olan etkileri de sürekli değişecektir.

Diğer taraftan işgören ile örgütün işlevsel ve toplumsal çevresi arasında doğrudan bir ilişki bulunmaktadır. Çünkü işgörenler, işlevsel ve toplumsal çevre ile etkileşerek örgütsel davranışı oluşturmaktadırlar. İşgörenlerin örgütsel davranış içinde karşılaşacakları istenmeyen davranışları da örgüt içerisinde strese neden olmaktadır (Pehlivan Aydın, 2002). İşgörenlerden beklenen davranış veya tutumların belirsizliği rol çatışmalarına ve rol belirsizliklerine neden olabilmektedir. Kişiyle rolü arasındaki uyumsuzluk ise yine stres için önemli bir faktördür (Gümüşeli, 2001; Bursalıoğlu, 1999). Bütün bu durumlarda stres, işgörenin uyumunu zorlaştırırken aynı zamanda onun bedensel ve ruhsal sağlığını tehdit edip verimini düşürmektedir (Pehlivan, 1993).

Belirtilen faktörler göz önüne alındığında insan ilişkilerinin yoğun bir şekilde yaşandığı eğitim kurumlarının, en çok stres yaşanan ortamlardan biri olması kaçınılmazdır. Ayrıca çalışma konusunun insan olup, insan davranışlarının çok kompleks ve bireysel farklılıklara sahip olması, davranış değiştirme ve yeni davranış oluşturma süreçlerinin önemi, eğitim örgütlerini diğer örgütlerden ayıran özelliklerdir. Bu süreç içerisinde bilginin sürekli çoğaldığı ve öneminin arttığı günümüzde okullara düşen görevler ise her geçen gün artmaktadır. Okullarımızdaki bu sorumluluğu gerçekleştiren asıl işgörenler öğretmenlerdir. 1980'li yıllardan itibaren öğretmenlik mesleği dünyanın en stresli üç mesleğinden birisi olarak görülmeye başlanılmış olmasına rağmen ülkemizdeki öğretmenlerdeki stres faktörleriyle ilgili araştırmalar daha çok 1990'lı yıllardan sonra yapılmaya başlanılmıştır (Gümüşeli, 1996). Bireysel, toplumsal, ekonomik, siyasal, kültürel vb. alanlardaki gelişmelere bağlı olarak öğretmenlerin etkisinde kaldıkları stres faktörleri de hızla değişmekte ve artmaktadır. Stresin

olumsuz etkilerinden öğretmenleri korumak ve bu olumsuz etkilerle başa çıkabilmelerini sağlayabilmek için öncelikle stres faktörleri sonra buna bağlı olarak stresle başa çıkma yollarının ortaya çıkartılması gerekmektedir. Bu durum olumlu bir eğitim ortamı oluşturulabilmesi için de bir gerekliliktir.

Gümüşeli (1996)'nin aktardığına göre öğretmenlerin stres ile iç içe yaşamasındaki temel etmenler aşırı kalabalık sınıflar, disiplin problemleri, öğrencilerin sorumsuz davranışları, saldırganlıkları, programların sürekli değişmesi, yönetici desteğinin az olması (Potersan, 1994; Rusel, Altmaier, Wilce 1996), denetim biçimi, mesleki görünüm, iletişim sorunları, velilerin tutum ve davranışları gibi etmenler gelmektedir. Belirtilen etmenler düşünüldüğünde stresin çoğunlukla kaçınılmaz bir durum olduğu görülür. Yaşantılan mesleki stresin öğretmenlerde mesleki doyumsuzluğa sebep olacağı ve sınıf ve okul içi verimini düşüreceği ya da onların farklı alan ve kariyere yönelmesine neden olacağını söylemek çok da yanlış bir yargı olmayacaktır. Aynı zamanda stresli ortam öğretmenin ve buna bağlı olarak eğitim öğretim sürecinin etkililiğini azaltmaktadır. Öğretmen ve öğretim süreci arasındaki ilişkisel bağ düşünüldüğünde stresli bir ortamda çalışan öğretmenlerin verim düşüklüğü yaşamalarının sonuçları kısa dönemde öğrencilere uzun dönemde ise giderek topluma yansımaktadır. Oysa eğitimde niteliğin temeli olan öğretmenlerin, bilimsel ve toplumsal kalkınmaya katkıda bulunabilmeleri, öncelikle işlerinde doyuma ulaşmalarına ve stressiz bir ortamda çalışmalarına bağlıdır. Bu sebeple öğretmenlerin stres sorunları, gittikçe önem kazanmaya başlamış bir konudur.

Eğitimdeki olumsuzlukların ortadan kalkarak, öğretmenlerin eğitimdeki katkılarının en üst düzeyde olması, onların stres düzeylerini en iyi şekilde kontrol altına alabilmeleri ile mümkündür. Bu kontrolü sağlamaları ise öncelikle stres yaratan faktörleri bilmeleri ile olanaklıdır. Bu doğrultuda araştırmanın amacını; ilköğretim okulu öğretmenlerinin okullarında etkilendikleri stres faktörlerini ortaya çıkartarak, bu faktörlerin bireysel özelliklere göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek oluşturmaktadır. Bu amaca yönelik olarak;

1. İlköğretim okulu öğretmenlerinin işlerinde en sık ve en az stres yaratan faktörlerin hangileri olduğu,

2. Cinsiyet, yaş, mezun olunan okul, unvan ve kıdem grupları değişkenlerine göre en sık ve en az etkilendikleri stres faktörlerinin hangileri olduğu ortaya konularak etkilendikleri stres faktörleri bakımından aralarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olup olmadığı tespit edilmeye çalışılmıştır.

2. YÖNTEM

Betimsel bir araştırma olan çalışmanın evrenini Bolu ili Gerede ilçesi merkezinde bulunan resmi ilköğretim okullarındaki I. kademe öğretmenleri oluşturmaktadır.

Araştırma verileri, Z.Batlaş tarafından geliştirilen ve A.İ. Gümüşeli (2001)'nin yapmış olduğu çalışmada kullanılan "Stres Kaynağı Ölçeği" ile toplanılmıştır. Kullanılan ölçeğin güvenilirlik bakımından yeterlilik çalışması Gümüşeli tarafından yapılmış ve Cronbach Alpha değeri .88 olarak tespit edilmiştir. Araştırma ölçeğinde yer alan stres kaynakları sosyal çevre, iş çevresi, fiziksel çevre ve kendini yorumlama olmak üzere 4 ana gruptur.

Araştırmanın çalışma grubunu, Gerede ilçesi merkezinde bulunan resmi ilköğretim okullarındaki I. kademedeki 98 öğretmen oluşturmuştur. Uygulanan ölçek sonucunda 95'i geri dönmüş, bunlar içinde hatalı doldurulan 4'ü ayıklanmış, geri kalan 91 ölçek üzerinde gerekli çalışmalar yapılmıştır. Bu çalışmada Cronbach Alpha değeri .89 olarak bulunmuştur. Verilerin çözümünde SPSS programı kullanılmıştır. Ölçeğin I. Bölümünde kişisel özelliklerin çözümlenmesinde yüzde ve frekans dağılımları alınmıştır. II. Bölümde ölçekte yer alan

maddeler, faktör bazında gruplandırılarak deneklerin cevaplarının her bir faktör için ağırlık aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları hesaplanmıştır. Bu hesaplamalar sonucunda öğretmenlerin okullarında etkilendikleri stres faktörlerine ilişkin bulgular elde edilmiştir. Öğretmenler bireysel özelliklerine göre verdikleri cevapların aritmetik ortalamaları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için t-testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi olarak 0.5 düzeyi kabul edilmiştir.

3. BULGULAR VE YORUM

Araştırmada elde edilen verilerin analizi sonucunda, ortaya çıkan bulgular ve yorumlar şu şekildedir.

Kişisel Özelliklere İlişkin Bulgular

Araştırmada, veri toplanan 91 öğretmenin %51.3'si bayan (54 kişi), %40.7'si bay (37 kişi) öğretmendir. Öğretmenlerin %40.7'si (37 kişi) 21-30 yaş arasında, %53.8'i (49 kişi) 31-50 yaş arasında, %5.5'i (5 kişi) 51-60 yaş aralığındadır. Bu öğretmenlerin %51.6'sı (47 kişi) 1-10 yıl, %23.1'i (21 kişi) 11-20 yıl, %20.9'u (19 kişi) 21-30 yıl, %4.4'ü (4 kişi) 31 yıl ve üstü mesleki kıdeme sahiptir. Yine bu öğretmenlerin %28.6'sı (26 kişi) 2-3 yıllık eğitim enstitüsü, %49.5'i (45 kişi) eğitim fakültesi, %22'si (20 kişi) 4 yıllık diğer fakültelerden mezundur.

Öğretmenlerin Etkilendikleri Stres Faktörlerine İlişkin Bulgular

Öğretmenlerin stres faktörlerinin her birinden etkilenme derecelerine ilişkin olarak elde edilen bulgular Tablo.1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Öğretmenlerin Stres Faktörlerinden Etkilenme Derecelerine İlişkin Bulgular

Stres Yaratici Faktörler ve Etki Dereceleri							
Sosyal Çevre		İş Çevresi		Kendini Yorumlama		Fiziksel Çevre	
\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S
3.117	.984	2.337	.695	2.380	.569	2.396	.633

* p < .05

Tablo 1'e göre, öğretmenler en fazla "sosyal çevre" faktörlerinden dolayı stres yaşamakta olup, bunu "fiziksel çevre" ve "kendini yorumlama"yla ilgili faktörler izlemektedir. Öğretmenlerde en az stres yaratan faktör ise "iş çevresi"ndeki faktörlerdir. Sosyal çevre açısından bakıldığında; bireyin özel ve iş yaşantısında diğer bireylerle, iş arkadaşlarıyla ve yöneticileriyle ilişkilerinde ve iletişimde yaşadığı sorunlar, aile fertlerinin çeşitli sorunları, bireyin çevresinden yeterli sosyal desteği görmemesi strese neden olabilmektedir (Baltaş & Baltaş, 1998). Diğer taraftan, örgütün yakın ve uzak çevresi de örgütün kendisi gibi strese neden olabilmektedir. Araştırma grubunda bulunan öğretmenlerin yaşadıkları yerin küçük bir yerleşim yeri olması, buna bağlı olarak toplumsal çevrenin gelenek, görenek, alışkanlıkları ve yaptırım gücü öğretmenlerde stres yaratabilir. Buna ek olarak iş yerinde yaşanan olumsuzluklar, iletişim bozuklukları ve çatışmalar gibi sebepler de strese neden olan sosyal çevre faktörleri içerisinde gösterilebilir. Yine öğretmenlerin iş yaşamı dışında sosyal çevreye ait fazla alternatiflerinin olmaması, onların iletişim ve etkileşimini kısıtlayıp, sosyal aktivitelerden uzaklaşmalarına neden olup, stres yaratabilmektedir. Fiziksel çevre açısından bakıldığında ise, bireyin özel ve iş yaşamındaki fiziksel çevre koşullarının ve çalışma ortamının yetersiz olması onda strese neden olabilmektedir. Ya da stres kaynaklarının birbirini etkilediği düşünülürse, bireysel ve örgütsel stres birbirini besleyip (Spiers, 2003) tetikleyebilmektedir. İş çevresi açısından değerlendirildiğinde örgütün kendisi stres kaynağı

olabildiği gibi işi sevmeme, yükselme ve gelişme olanaklarının kısıtlılığı, yönetimin baskısı, yöneticilerin olumsuz tutumları, aşırı kontrol mekanizması strese neden olabilmektedir. Fakat araştırma kapsamındaki öğretmenlerin iş çevresiyle ilgili stresi en düşük düzeyde yaşadıkları görülmektedir.

Öğretmenlerin Bireysel Özelliklerine Göre Etkilendikleri Stres Faktörlerine İlişkin Bulgular

Öğretmenlerin bireysel özelliklerine göre etkilendikleri stres faktörlerine ilişkin bulgular şu şekildedir.

a. Cinsiyete Göre Stres Yaratan Faktörler

Tablo 2. Cinsiyete Göre Stres Yaratan Faktörlere İlişkin Bulgular

Stres Faktörleri	Cinsiyet				t
	Bay		Bayan		
	\bar{x}	S	\bar{x}	S	
Sosyal Çevre	34.729	8.694	33.574	8.236	0.54
İş Çevresi	20.405	5.272	18.592	5.018	.644
Kendini Yorumlama	13.378	3.738	12.981	3.584	.082
Fiziksel Çevre	10.756	4.418	9.981	3.853	.420

* $p < .05$

Tablo 2'ye göre hem bay hem de bayan öğretmenlerin stres yaratıcı faktörler içerisinde "sosyal çevreyi" ilk sırada, "fiziksel çevre" faktörünü de en son sırada algıladıkları anlaşılmaktadır. Görüldüğü gibi, her iki öğretmen grubunda da stres yaratan faktörler aynıdır. Bu durumda cinsiyet fark etmeksizin öğretmenlerin benzer durum ve olaylarla karşılaşmış, benzer stres durumları yaşadıkları söylenebilir.

Diğer yandan, öğretmenlerin cinsiyet grubuna göre etkilendikleri stres faktörleri bakımından aralarında anlamlı bir fark olup olmadığı için yapılan t-testi sonucunda, hesaplanan t değerleri, tablo t değerinden küçük olduğundan ve $p > .05$ düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Bu da cinsiyet değişkenine göre, öğretmenlerin benzer düşüncüklerini göstermektedir.

b. Yaşa Göre Stres Yaratan Faktörler

Tablo 3. Yaşa Göre Stres Yaratan Faktörlere İlişkin Bulgular

Stres Faktörleri	Yaş Grupları						P
	21-30 yaş		31-50 yaş		51-60 yaş		
	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S	
Sosyal Çevre	32.216	8.907	35.265	8.050	35.600	6.426	.229
İş Çevresi	18.108	5.114	20.469	5.070	17.200	4.764	.070
Fiziksel Çevre	9.324	3.257	10.775	4.435	12.800	4.969	.097
Kendini Yorumlama	13.135	3.675	13.326	3.555	11.400	4.393	.533

Tablo 3'e göre, tüm yaş gruplarında en fazla etkili olarak stres oluşturan etmen "sosyal çevre" faktörüdür. En az stres yaratan faktör ise 21-30 yaş grubunda "fiziksel çevre" faktörü olarak algılanırken, 51-60 yaş grubunda ise "kendini yorumlama" faktörüdür.

Yaş gruplarına bakıldığında, 21-30 yaş arası öğretmenler, işe yeni başlayan, çalıştığı ve yaşadığı ortamın örgütsel ve sosyal yaşamına ait çok fazla deneyimi olmayan, dolayısıyla sosyal çevreyi tanıyamayan öğretmenler olabilir. Onların yeterli tecrübeye sahip olmamaları olayları nasıl kontrol altına alıp, tepki vereceklerini zorlaştırmakta olabilir. Bunun yanında yaşla birlikte mesleki tecrübelerin artması beklentilerinin ona verilen çıktılarla denk hale

gelmesi ya da beklenti düzeylerini düşürmeleri stres yaratan faktörleri kontrol altına almalarını kolaylaştırmaktadır.

Tablo.4 Yaşa Göre Stres Yaratan Faktörler Arasındaki Farklılığın Kaynağının Belirlenmesine İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

Stres Faktörleri		Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	f	p
Sosyal Çevre	Gruplar Arası	208.803	2	104.401	1.497	.229
	Grup İçi	6.137.021	88	69.739		
	Toplam	6.345.824	90			
İş Çevresi	Gruplar Arası	141.538	2	70.769	2.748	.070
	Grup İçi	2.266.572	88	25.756		
	Toplam	2.408.110	90			
Fiziksel Çevre	Gruplar Arası	77.550	2	38.775	2.394	.097
	Grup İçi	1.425.439	88	16.198		
	Toplam	1.502.989	90			
Kendini Yorumlama	Gruplar Arası	16.843	2	8.422	.633	.533
	Grup İçi	1.170.300	88	13.29		
	Toplam	1.187.143	90			

* p < .05

Öğretmenlerde yaş değişkenine göre etkilendikleri stres faktörleri bakımından anlamlı farklılık olup olmadığını bulmak için yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonucunda, Tablo.4'teki bulgular elde edilmiştir. Tablo.4'e göre, p değerlerinin hiçbirisi .05 düzeyinde anlamlı bir fark göstermemektedir. (p>.05) Bu durumda yaş değişkeninin, stres yaratıcı faktörlerden etkilenmede öğretmen görüşleri arasında anlamlı farklılık ortaya çıkarmadığı söylenebilir.

c. Mezun Olunan Okula Göre Stres Yaratan Faktörler

Tablo.5 Mezun Olunan Okullara Göre Stres Yaratan Faktörlere İlişkin Bulgular

Stres Faktörleri	Mezun Olunan Okul						P
	Eğit. Enst. (N:26)		Eğit. Fak. (N:45)		Diğer Fak. (N:20)		
	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S	
Sosyal Çevre	37.461	8.645	32.666	8.538	32.700	6.665	.040
İş Çevresi	20.730	5.929	18.800	5.065	18.700	4.156	.265
Fiziksel Çevre	12.230	4.456	9.666	3.942	9.200	3.105	.014
Kendini Yorumlama	13.923	3.297	12.777	3.740	12.950	3.817	.430

* p < .05

Tablo 5'e göre, öğretmenlerin mezun oldukları okul türü değişkenine göre etkilendikleri stres kaynağı olarak her üç grupta da "sosyal çevre" faktörü ilk sırada yer almıştır. Bu durumda "sosyal çevre" en fazla stres yaratan faktördür ve önceki bulguları destekler niteliktedir. Bu faktörü her üç grupta da "iş çevresi", "kendini yorumlama" ve son sırada ise "fiziksel çevre" faktörleri takip etmiştir.

Tablo. 6 Mezun Olunana Okullara Göre Stres Yaratan Faktörler Arasındaki Farklılığın Test Edilmesine İlişkin Varyans Analiz Sonuçları

Stres Faktörleri		Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	f	p
Sosyal Çevre	Gruplar Arası	425.163	2	212.581 67.280	3.160	.047
	Grup İçi	5920.662	88			
	Toplam	6345.824	90			
İş Çevresi	Gruplar Arası	71.595	2	35.797 26.551	1.348	.265
	Grup İçi	2336.515	88			
	Toplam	2408.110	90			
Fiziksel Çevre	Gruplar Arası	139.174	2	69.587 15.498	4.490	.014
	Grup İçi	1363.815	88			
	Toplam	1502.989	90			
Kendini Yorumlama	Gruplar Arası	22.569	2	11.284 13.234	.853	.430
	Grup İçi	1164.574	88			
	Toplam	1187.143	90			

* $p < .05$ Öğretmenlerde mezun olunan okul değişkenine göre, etkilendikleri stres faktörleri bakımından farklılık olup olmadığını belirlemek için Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmış ve bu analizin sonuçları Tablo.6'da verilmiştir. Buna göre, p değerlerinin hiçbiri .05 düzeyinde anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Bu durumda mezun olunan okul değişkeni, stres yaratıcı faktörlerden etkilenmede, öğretmen görüşleri arasında farklılık ortaya çıkarmamıştır.

d. Kıdeme Göre Stres Yaratan Faktörler

Tablo. 8. Kıdeme Göre Stres Yaratan Faktörlere İlişkin Bulgular

Stres Faktörleri	Kıdem Grupları								p
	1-10yıl (N:47)		11-20yıl (N:21)		21-30yıl (N:19)		31yılıüstü (N:4)		
	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S	
Sosyal Çevre	33.063	8.268	32.857	9.001	37.842	8.043	33.750	4.716	.175
İş Çevresi	18.723	4.723	18.714	5.377	22.578	5.025	14.250	1.500	.005
Fiziksel Çevre	9.425	3.449	8.857	3.650	13.947	3.964	10.750	4.924	.000
Kendini Yorumlama	13.425	3.826	11.904	3.096	14.105	3.462	11.750	3.862	.200

* $p < .05$ Tablo 8'e göre, tüm kıdem grupları "sosyal çevre" faktörünü en ön sırada stres yaratan faktör olarak algılamakta, "fiziksel çevre" en az stres yaratan faktör olarak belirtilmiştir.

Tablo. 9. Kıdeme Göre Stres Yaratan Faktörler Arasındaki Farklılığın Test Edilmesine İlişkin Varyans Analiz Sonuçları

Stres Faktörleri		Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	f	p
Sosyal Çevre	Gruplar Arası	349.168	3	116.389 68.927	1.689	.175
	Grup İçi	5996.656	87			
	Toplam	6345.824	90			
İş Çevresi	Gruplar Arası	329.038	3	109.679 23.897	4.590	.005
	Grup İçi	2079.072	87			
	Toplam	2408.110	90			
Fiziksel Çevre	Gruplar Arası	333.281	3	111.077 13.445	8.261	.000
	Grup İçi	1169.758	87			
	Toplam	1502.989	90			
Kendini Yorumlama	Gruplar Arası	61.304	3	20.435 12.941	1.579	.200
	Grup İçi	1125.838	87			
	Toplam	1187.143	90			

* $p < .05$

Kıdem değişkenine göre stres yaratan faktörler bakımından, gruplar arasında anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek için Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmıştır. Tablo 9'a göre grupların stres yaratan faktörlere ilişkin grupların ortalamaları arasındaki farklılıkların hiç birisinin istatistiksel bakımdan anlamlı olmadığı ortaya çıkmıştır. Bu durumda öğretmenlerin kıdem değişkenine göre stres faktörlerinden etkilenme düzeyine ait görüşleri arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır.

4. SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuçlar

Öğretmenlerin stres kaynaklarını belirlemek amacıyla yapılan bu çalışmada elde edilen sonuçları şu şekildedir;

1. Öğretmenlerin etkilendikleri stres faktörleri içerisinde, sosyal çevreden kaynaklanan faktörler ilk sırayı alırken, bunu fiziksel çevre, kendini yorumlama ve iş çevresiyle ilgili faktörler izlemektedir.

2. Kişisel özelliklere göre etkilendikleri stres faktörleri;

a. Cinsiyet, yaş, mezun olunan okul, kıdem değişkenlerine göre, öğretmenlerin etkilendikleri stres faktörlerine ilişkin görüşleri arasında anlamlı farklılık yoktur.

b. Cinsiyet, yaş, mezun olunan okul ve kıdem değişkenlerine göre, öğretmenler stres faktörü olarak sosyal çevreyi ilk sırada, fiziksel çevreyi son sırada algılamaktadır. Yaş değişkenine göre 21-30 yaş arası öğretmenler fiziksel çevreyi en az stres yaratan faktör olarak algılamakta, 51-60 yaş arası öğretmenler kendini yorumlama olarak algılamışlardır.

Öneriler

Araştırmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda şu öneriler geliştirilebilir;

1. Öğretmenlerde en fazla stres yaratan sosyal çevre faktörünün nedenleri daha ayrıntılı olarak araştırılabilir.

2. Aile ve çalışma ortamında yaşanabilecek sorunların daha kolay çözümü ve aşılmasını sağlayacak, sosyal ilişkileri geliştirici hizmet içi eğitim programları planlanıp, uygulanabilir.

3. Çevre ilişkilerinde ve kendini yorumlamada sorun yaşayan öğretmenleri desteklemek amacıyla, kurumsal bünye içerisinde açılacak hitabet, diksiyon, kendini tanıma, düşünce ve duygularını ifade etme becerisini geliştirici rehberlik hizmetleri ve kurslar öğretmenlerin yaşadıkları stres faktörleri azaltıcı etki yaratabileceği düşünülmüştür.

KAYNAKÇA

- Baltaş, A. & Z. Baltas. (1998). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. (18. Basım). Remzi Kitabevi.
- Balci, A. (2000). *Öğretim Elemanlarının İş Stresi Kuram ve Uygulama*. Ankara: Nobel Yay.
- Başaran, İ. E. (1991). *Örgütsel Davranış*. Ankara : Gül Yayın Evi.
- Bingöl, D. & A.Naktiyok. (2001). "Yönetici Akademisyenlerin Temel Stres Kaynakları Ve Stresle Mücadele Teknikleri". *9.Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi Bildirileri*. 24-26.Mayıs. ss:323-336.
- Bulut, Bozkurt, N. (2005). "İlköğretim Öğretmenlerinde Stres Yaratan Yaşam Olayları ve Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Çeşitli Değişkenlerle İlişkisi". *Kastamonu Eğitim Dergisi*, Cilt:13.
- Bursahoğlu, Z. (1999). *Okul Yönetiminde Yeni Yapı ve Davranış*. Ankara: Pegem Yay.
- Clegg, A. (2001). Occupational Stress in Nursing: Areview of the Literature". *Journal of Nursing Management*, 9. pp:101-106.
- Çelik, A., Ö.A. Fettahloğlu & H.S. Fettahloğlu. (1999). "İşletmelerde Veya Kuruluşlarda Stres Yönetimi: Kahramanmaraş Özel İşletme Ve Kamu Kuruluşlarda Yapılan Bir

- Uygulama". *Standart Dergisi*, Yıl: 38, Mart, ss:447.
- Eren, E. (1998). *Örgütsel Davranış ve Yönetimi*. İstanbul: Beta Yayın.
- Griffin, R.W. (1990). *Management*. (Third edition). Houghton Mifflin Company.
- Gümüşeli, A. İ. (1996). *İstanbul İli İlköğretim Okulları Müdürlerinin Öğretim Liderliği Davranışları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Yıldız Teknik Üniversitesi.
- Gümüşeli, A. İ. (2001). *Öğretmenlerde Stres Yaratan Faktörler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Yıldız Teknik Üniversitesi.
- Günbayı, İ. & V. Çelik. (2004). "Yönetici ve Öğretmenlerin Toplam Kalite Yönetimine İlişkin Görüşleriyle İlgili Bir Araştırma". *Milli Eğitim Dergisi*. 163.
- Işıkhan, V. (2002). "Çalışma Hayatında Stres Olgusu ve Başa Çıkma Yolları". <http://www.tisk.org.tr/isverderg/06200001/çalışmah.htm>.-02.10.2002.
- Ivancevich, J.M. & M.T. Mateson. (1993). *Organizational Behavior on Management*. (Third Edition) Richard D. Irwin Inc.: USA.
- Koç, S. & Ö. Yeğen. (2002). "İşyeri Stresi, Hemşirelikte İşle İlgili Stres ve Stres Yönetimi" <http://www.acibademhastanesi.com.tr/TipBilgi/stres.htm>.-04.10.2002.
- Lazarus, R.S. (1991). "Psychological Stress in The Workplace". *Journal of Social Behavior and Personality*. 6. pp:1-13.
- Pehlivan, İ. (1993). *Eğitim Yönetiminde Stres Kaynakları*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Pehlivan Aydın, İ. (2002). *İş Yaşamında Stres*. Ankara : Pegem A Yayıncılık.
- Spiers, C. (2003). "Tools to Tackle Workplaces Stres". *Occupational Health*. December, Vol:55, Issue:12, pp:22-26.