

Depremden Etkilenen İlkokul Öğrencilerinin Algıladıkları Stres ile Okul Mutluluğu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

ARAŞTIRMA MAKALESİ

Necla KIZILARSLAN¹, Selim YİĞİT²

1. Öğretmen, Hatay İl Millî Eğitim Müdürlüğü, neclakaslan@gmail.com. ORCID: 0009-0006-8375-5397

2. Öğretmen, Hatay İl Millî Eğitim Müdürlüğü, selim.yigit@meb.gov.tr. ORCID: 0000-0002-2805-0902

Gönderilme Tarihi: 05.02.2025 Kabul Tarihi: 24.04.2025 Yayınlanma Tarihi: 31.07.2025

Atıf: Kızıllarslan, N., & Yiğit, S. (2025). Depremden etkilenen ilkököl öğrencilerinin algıladıkları stres ile okul mutluluğu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *eBilge*, 1(2), 1-13.

DOI: [10.5281/zenodo.16455007](https://doi.org/10.5281/zenodo.16455007)

Öz

Bu araştırmanın amacı, depremde etkilenen ilkököl öğrencilerinin algıladıkları stres düzeyi ile okul mutluluğu arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma, ilişkisel tarama modeli çerçevesinde yürütülmüştür. Çalışma grubu, Hatay ilinin Antakya ilçesinde Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı beş resmî ilkökulda öğrenim görmekte olan 4. sınıf düzeyindeki 180 kız ve 153 erkek öğrenci olmak üzere toplam 333 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada kullanılan veriler, Davis ve Turner-Cobb (2022) tarafından geliştirilen ve Ekşi ile Kızık (2023) tarafından Türkçeye uyarlanan 7-11 Yaş Arası Çocuklar İçin Algılanan Stres Ölçeği ile Özdemir ve arkadaşları (2020) tarafından geliştirilen İlkokul Çocukları İçin Okul Mutluluğu Ölçeği aracılığıyla elde edilmiştir. Araştırmada verilerin analizi IBM-SPSS 20 programı ile yapılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistiklerin yanında parametrik testlerden t-testi ile Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Araştırma bulgularına göre, öğrencilerin stres düzeylerinin farklı puan aralıklarında dağıldığı belirlenmiştir. Öğrencilerin büyük çoğunluğunun “bazen” ve “sıklıkla” düzeylerinde stres yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonucunda, cinsiyete göre öğrencilerin stres ve okul mutluluğu ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Öğrencilerin okul mutluluğu ortalamalarına bakıldığında, büyük çoğunluğunun okulda mutlu olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, stres ve okul mutluluğu arasındaki ilişkinin pozitif yönde, zayıf düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Stres, Okul mutluluğu, Deprem, İlkokul öğrencileri.

Investigation of the Relationship Between Stress Perceived by Primary School Students Affected by Earthquake and School Happiness

Abstract

The aim of this study is to examine the relationship between the level of stress perceived by elementary school students affected by the earthquake and school happiness. The study was conducted within the framework of relational survey model. The study group consisted of a total of 333 students, 180 female and 153 male students at the 4th grade level, studying in five official primary schools affiliated to the Ministry of National Education in Antakya district of Hatay province. The data used in the study were obtained through the Perceived Stress Scale for 7-11 Year Old Children developed by Davis and Turner-Cobb (2022) and adapted into Turkish by Ekşi and Kızık (2023) and the School Happiness Scale for Primary School Children developed by Özdemir et al. The data were analyzed with IBM-SPSS 20 program. In addition to descriptive statistics, t-test and Pearson correlation analysis from parametric tests were applied to analyze the data. According to the research findings, it was determined that students' stress levels were distributed in different score ranges. It was concluded that the majority of the students experienced stress at “sometimes” and “often” levels. As a result of the research, no significant difference was found between the stress and school happiness averages of the students according to gender. When the students' school happiness averages were analyzed, it was determined that the majority of them were happy at school. In addition, the relationship between stress and school happiness was found to be positive, weak and statistically significant.

Keywords: Stress, School happiness, Earthquake, Primary school students.

Giriş

Eğitim süreci, yalnızca bilgi ve becerilerin kazanıldığı bir dönem olmanın ötesinde, bireylerin yaşamın çeşitli alanlarında karşılaşabilecekleri güçlüklerle başa çıkma yetkinliklerinin geliştirildiği kapsamlı bir süreçtir. Günlük yaşamın pek çok boyutunda ortaya çıkabilen stres, özellikle öğrenciler açısından eğitim hayatı süresince daha belirgin bir şekilde deneyimlenmektedir. Stres, bireyin hayattan aldığı zevki, performansı ve verimliliğini düşüren, duygusal ilişkiler kurmasını ve geliştirilmesini engelleyen, bir kavramdır (Baltaş & Baltaş, 1996). Stres, genellikle kişiyi rahatsız eden uyarıcıların sebep olduğu kasılma ve gerginlik durumudur (Atkinson, 1988). En genel ifadeyle stres, bireyin gerginlik, baskı ve zorlanma durumu içerisinde bulunma hali olarak tanımlanabilir. Bu çerçevede stres hem bireysel hem de toplumsal düzeyde ele alınması gereken önemli bir kavram olup, özellikle gelişimsel ve akademik baskıların yoğun olarak deneyimlendiği öğrenci gruplarında daha belirgin ve etkili sonuçlar doğurabileceği düşünülmektedir. Stres, kişisel sorunlardan kaynaklanabileceği gibi çevresel faktörlere bağlı olarak da ortaya çıkabilmektedir. Bireyin içinde bulunduğu toplumsal yapı, aile ilişkileri ve kültürel değerleri de stresten etkilenme düzeyini önemli ölçüde belirleyebilmektedir (Gümüşbaş, 2008). Ayrıca öğrenciler açısından stres, öğrenme sürecini olumsuz yönde etkileyebilecek önemli bir faktör olarak değerlendirilmektedir. Örneğin; öğrencinin düşük not alma endişesi, ebeveyn, öğretmen ya da idareciden duyduğu korku, başarısızlık kaygısı ve zaman yönetimiyle ilgili yaşadığı problemler, öğrenme ortamında akademik başarıyı doğrudan etkileyebilmektedir (Engin vd., 2016). Bu bağlamda, öğrenme sürecine eşlik eden stres faktörlerinin doğru bir şekilde tanımlanması ve uygun stratejilerle yönetilmesi, öğrencilerin hem psikolojik iyi oluşları hem de akademik başarıları açısından büyük önem arz etmektedir.

İnsanların temel ve özel gereksinimleri, yaşamsal, barınma, beslenme, güvenlik, bilişsel, duyuşsal ve psikolojik boyutlarda sınıflandırılabilir. Bu gereksinimlerden biri de mutluluk olarak değerlendirilebilir. Maslow (1943), bireylerin ihtiyaçlarını “İhtiyaçlar Hiyerarşisi Teorisi” çerçevesinde yapılandırmış ve bu hiyerarşiyi sırasıyla, fizyolojik ihtiyaçlar, güvenlik, ait olma ve sevgi, saygı ve değer görme ile en üst düzeyde yer alan kendini gerçekleştirme basamakları şeklinde tanımlamıştır. Bu teoriye göre, hiyerarşinin ilk basamağında yer alan temel ihtiyaçlar fiziksel niteliktedir ve yeme-içme, uyuma ve barınma gibi yaşamsal gereksinimleri kapsamaktadır. Bu temel ihtiyaçlarını karşılayan bireyler, belirli bir düzeyde yaşam doyumu elde edebilirler. Ancak, bir üst basamağa geçemeyen bireyler açısından yaşam doyumu ya da mutluluktan söz etmek mümkün değildir (Sirgy, 1986). Mutluluk, kişinin yaşam kalitesinin olumlu değerlendirilme derecesi olarak düşünülebilmektedir. Bunun yanın sıra mutluluk, kişinin çevresini ve yaşamını ne kadar sevdiğini temsil eder (Veenhoven, 1991). Ayrıca mutluluk, Türk Dil Kurumu’na göre (TDK, 2011) “bütün özlemlere eksiksiz ve sürekli olarak ulaşılmaktan duyulan kıvanç durumu, mut, olgunluk, kut, saadet, bahtiyarlık ve saadetlik” olarak da tanımlanmaktadır. Bu tanım, kişinin hedeflerine ulaşmasıyla ilişkili bir içsel tatminin olduğunu ortaya

koymaktadır. Nitekim Farabi, mutluluğu bireyin iç huzuruyla doğrudan ilişkilendirmekte ve vicdani rahatlığın mutluluğun temel koşulu olduğunu savunmaktadır; bu bağlamda, vicdani bir huzursuzluk durumunda gerçek anlamda mutluluğun elde edilemeyeceğini ileri sürmektedir (Bulut, 2015).

Okul, her türlü eğitim ve öğretim faaliyetinin gerçekleştirildiği bir mekân olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2011). Okullar, bireylerin yaşamında önemli bir yer tutmakta ve bu bağlamda okulların en önemli paydaşları, şüphesiz öğrenciler olarak karşımıza çıkmaktadır (Döş, 2013). Öğrencilerin okullarını sevmeleri ve okulda mutlu olmaları beklenir. Okulda mutsuz olan öğrencilerin, eğitime karşı da olumlu duygular beslemeleri beklenemez. Öğretmenin yaklaşımı, yeterliliği ve liderlik becerileri öğrenci üzerinde olumlu ya da olumsuz etkiler yaratabilmektedir (Ekinci & Burgaz, 2009). Bu bağlamda mutluluğun, eğitimin etkililiği açısından oldukça önemli bir kavram olduğu söylenebilir. Bununla birlikte okul bağlamında mutluluğu değerlendirmek için bazı temel kavramlar üzerinde durulması gerekmektedir. Bu kavramlar arasında öznel iyi oluş, örgütsel mutluluk ve okul refahı yer almaktadır (Sezer & Can, 2019). Özetle mutluluk, bireyin çevresinde karşılaştığı sorunları kendi imkanları dahilinde sükûnet ve huzur içinde çözebilmesi ile hedeflediği yeterlilik düzeyine ulaşmanın getirdiği duygusal durumlar şeklinde ifade edilebilir (Ege, 2018).

Eryılmaz'a (2021) göre, birey temel ihtiyaçlarını karşıladıkça daha üst düzey gereksinimlere yönelerek kendini gerçekleştirme sürecinde ilerler. Bu ihtiyaçlarını tatmin eden bireyler genellikle daha yüksek düzeyde mutluluk yaşarken, barınma ya da beslenme gibi temel gereksinimleri karşılanmamış bireyler ise, bu eksiklikler giderilene kadar zihinsel olarak yalnızca bu ihtiyaçlara odaklanmakta ve dolayısıyla mutluluğa ulaşamamaktadır. Bu temel ihtiyaçların karşılanması, özellikle doğal afet gibi olağanüstü durumlarda çok daha büyük zorluklarla karşılaşabilmektedir. Doğal afetler; toplumların kültürel ve sosyo-ekonomik yapılarını derinden sarsan, ciddi can ve mal kayıplarına neden olan, çoğunlukla doğal süreçlerden kaynaklanan ve çeşitli doğal tehlikelerle birlikte ortaya çıkan olaylar olarak tanımlanmaktadır (Şahin & Sipahioğlu, 2002). Bunun yanı sıra, doğal afetler bireyde ciddi düzeyde psikolojik baskı ve stres yaşanmasına neden olmakta; birey hem fiziksel hem de duygusal açıdan zorlayıcı koşullarla baş etmek durumunda kalabilmektedir. Bu durum ise stresin ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilmektedir.

Bireyler, yaşamın her döneminde olduğu gibi çocukluk çağından itibaren çeşitli nedenlerle strese maruz kalabilmektedir. Stresin ortaya çıkmasına neden olan birçok tetikleyici unsur bulunmaktadır. Özellikle bir deprem sonucunda yaşanan yıkım, bireyin konfor alanının daralmasına yol açarak, kaygı ve stres gibi olumsuz duyguların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Ayrıca Deprem gibi, insan psikolojisi üzerinde büyük zararlara yol açabilen doğal afetler, sadece yaşanan dönemi etkilemekle kalmayıp, sonrasında da uzun süreli psikolojik etkiler gösterebilmektedir (Karakuş, 2013). Bu bağlamda, depremi yaşamış öğrencilerde ciddi düzeyde kaygı ve stres ortaya çıkabilir ve bu etkiler

uzun süre devam edebilir. Sonuç olarak, bu durum, öğrencilerin okul sürecinde strese bağlı mutsuzluk yaşamalarına neden olabilmektedir.

İlgili çalışmalar incelendiğinde, genellikle ilkökul öğrencileri üzerinde stres ve mutlulukla ilgili yapılan araştırmaların yetersiz olduğu, daha çok akademik kaygıdan kaynaklanan stres üzerine çalışmaların yoğunlaştığı görülmüştür. Depremden etkilenen öğrencilerin mutluluk ve stres düzeylerine ilişkin elde edilen bulguların, öğretmenlere, öğretmen adaylarına ve ebeveynlere rehberlik sağlayabileceği ve farkındalık yaratabileceği öngörülmektedir. Bu bağlamda, depremden etkilenen öğrencilerin algıladıkları stres ve mutluluk arasındaki ilişkinin belirlenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca, literatürde yakın tarihte yaşanan bir deprem sonrası depremi yaşamış çocukların stres ve mutlulukları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Bu çalışmada depremden etkilenen ilkökul öğrencilerinin algıladıkları stres ile okul mutluluğu arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaca ulaşmak için aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin algıladıkları stres ne düzeydedir?
2. İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin algıladıkları stres; cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
3. İlkokul 4.sınıf öğrencilerinin okul mutlulukları ne düzeydedir?
4. İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin okul mutlulukları; cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
5. İlkokul 4. Sınıf öğrencilerinin algıladıkları stres ile okul mutlulukları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, depremden etkilenen ilkökul öğrencilerinin algıladıkları stres ile okul mutluluğu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir nicel araştırmadır. Nicel araştırmalarda, veri toplama aracı olarak genellikle soru formu ve anket gibi ölçüm araçları kullanılmaktadır (Aslan, 2018). Bu çalışmada, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkinin varlığını ve gücünü belirlemeyi amaçlayan ilişkisel tarama modeli uygulanmıştır. Karasar (2005) tarafından tanımlanan bu model, değişkenler arasındaki karşılıklı değişimi ve varsa bu değişimin niteliğini ortaya koymayı hedeflemektedir.

Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evrenini, 2023-2024 eğitim-öğretim yılında Hatay ilinin Antakya ilçesinde öğrenim gören dördüncü sınıf öğrencileri oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemini ise, Hatay ili Antakya

ilçesinde Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı beş resmî ilköğretim okulunda öğrenim gören 333 dördüncü sınıf öğrencisinden oluşmaktadır. Antakya ilçesi, depremde en fazla etkilenen ve maddi ve manevi hasarın en yüksek olduğu bölgelerden biri olduğundan, araştırmanın amacı doğrultusunda bu ilçe seçilmiştir. Çalışmanın örneklemini oluştururken, amaçlı örneklem yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntem, bilgi açısından zengin olduğu düşünülen durumların daha derinlemesine incelenmesine olanak tanımaktadır. Amacı doğrultusunda belirli kriterleri karşılayan ya da belirli özelliklere sahip olan bir veya birden fazla özel durumu incelemek için kullanılan bu yöntem, Büyüköztürk ve arkadaşları (2019) tarafından tanımlanmaktadır.

Tablo 1.

Öğrencilerin Cinsiyet Durumlarının Frekans Analizi

Cinsiyet	N	%
Kız	180	54.1
Erkek	153	45.9

Tablo 1. İncelendiğinde öğrencilerin cinsiyet frekans analizinde kız öğrenci sayısının (%54.1) erkek öğrenci sayısından (%45.9) daha fazla olduğu görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Katılımcılar, "İlkokul Çocukları için Okul Mutluluğu Ölçeği - İÇİOMÖ" (EK1) ve "7-11 Yaş Arası Çocuklar için Algılanan Stres Ölçeği" (EK2) adlı ölçekleri doldurmuşlardır. Özdemir ve diğerleri (2021) tarafından geliştirilen "İlkokul Çocukları İçin Okul Mutluluğu Ölçeği", dört maddeden oluşmaktadır. Bu çalışmada, ilkokul öğrencilerinin anket ifadelerini daha kolay anlayıp yanıtlayabilmeleri için yüz ifadeleriyle desteklenen 3 dereceli bir Likert ölçeği (1 = Hiçbir zaman, 2 = Bazen, 3 = Her zaman) kullanılmıştır. Güvenirlilik analizleri sonucunda, İÇİ-OMÖ'nün Cronbach Alpha ve test-tekrar test güvenirlilik katsayısının .61 olduğu belirlenmiştir.

Davis ve Turner-Cobb (2023) tarafından geliştirilen ve Ekşi ile Kızık (2023) tarafından Türkçeye uyarlanan "7-11 Yaş Arası Çocuklar için Algılanan Stres Ölçeği", çocukların algıladıkları stres düzeyini ölçmeyi amaçlamaktadır. Bu ölçek, toplamda 10 maddeden oluşmuş ve 5 dereceli bir Likert ölçeği ("1" hiçbir zaman, "2" çok az, "3" bazen, "4" sıklıkla, "5" her zaman) ile değerlendirilmiştir. Ölçek, algılanan özyeterlilik ve algılanan çaresizlik olmak üzere iki alt boyuttan meydana gelir. İç tutarlılık güvenilirliğini belirlemek için hesaplanan Cronbach Alpha değeri .81 olarak saptanmıştır. Araştırmada kullanılacak veri toplama araçlarına ilişkin gerekli izinler çevrimiçi platformlar üzerinden temin edilmiştir. Bu çalışmada kullanılan her iki ölçek için de aralık genişliği "Dizi genişliği/Yapılacak grup sayısı" formülüne göre hesaplamalar yapılarak bulguların değerlendirilmesi gerçekleştirilmiştir (Tekin, 1996, akt. Balcı, 2012).

Verilerin Toplanması

Bu çalışma, 2023 Kahramanmaraş merkezli depremlerden en fazla etkilenen bölgelerden biri olan Hatay ilinin Antakya ilçesinde yürütülmüştür. Araştırma, ilköğretim düzeyinde öğrenim gören toplam 345 dördüncü sınıf öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara iki ayrı ölçek uygulanmış olup, her bir ölçek için öğrencilere 20 dakikalık yanıt süresi tanınmıştır. Anket uygulamaları, etik ilkelere uygun olarak ve gönüllülük esasına dayalı biçimde yürütülmüştür.

Verilerin Analizi

Verilerin normal dağılım göstermesini sağlamak amacıyla, uç değer olarak belirlenen 12 değer veri setinden çıkarılmıştır. Bu doğrultuda analizler, kalan 333 katılımcı üzerinden yürütülmüştür. “İlkokul Çocukları için Okul Mutluluğu Ölçeği (İÇİOMÖ)” ile “7-11 Yaş Arası Çocuklar için Algılanan Stres Ölçeğinden elde edilen veriler, IBM SPSS 20 programına aktarılmıştır. Verilerin analiz sürecinde, betimsel istatistiklerin yanı sıra parametrik testlerden t-testi ve Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır.

Bulgular

Çalışmanın bu bölümünde elde edilen bulgular araştırmanın amacı doğrultusunda ele alınarak yorumlanmıştır.

Araştırma kapsamında, stres ortalama seviyelerini belirlemek amacıyla Frekans analizi gerçekleştirilmiş olup bulgular Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2.

Öğrencilerin Stres Ortalamalarının Frekans Analizi

Stres Ortalama Düzeyi	Puan Aralığı	Öğrenci Sayısı	Öğrenci Yüzdesi
Her zaman	4.21 – 5.00	5	1.5
Sıklıkla	3.41 – 4.20	145	43.5
Bazen	2.61 – 3.40	164	49.3
Çok az	1.81 – 2.60	19	5.7
Hiçbir zaman	1.00 – 1.80	0	0

Öğrencilerin stres ortalamalarının dağılımına göre 5 öğrencinin 4.21-5.00 (%1.5) puan aralığında olduğu, 145 öğrencinin 3.41-4.20 (%43.5) puan aralığında olduğu, 164 öğrencinin 2.61-3.40 (%49.3) puan aralığında olduğu, 19 öğrencinin 1.81-2.60 (%5.7) puan aralığında olduğu görülmüştür. 1.00-1.80 (%0) puan aralığında ise hiç öğrenci yoktur. Bu sonuçlar, öğrenciler arasında stres düzeyinin tamamen düşük olduğu bir grubun bulunmadığını, katılımcıların büyük çoğunluğunun bazen veya sıklıkla stres yaşadığını göstermektedir.

Öğrencilerin stres ortalama puanlarının cinsiyetle ilişkili olarak anlamlı bir fark gösterip göstermediğini test etmek için T-Testi analizi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3.

Öğrencilerin Stres Ortalamalarının Cinsiyet değişkenine göre T-Testi Analizi

Stres Ortalamaları	N	$\bar{X}$	S	sd	t	p
Kız	180	3.4	.438	331	1.81	.668
Erkek	153	3.3	.447			

Tablo 3 incelendiğinde, kız öğrencilerin ortalamasının ($\bar{X}=3.4$), erkek öğrencilerin ortalamasından ($\bar{X}=3.3$) biraz daha yüksek olduğu tespit edilmiştir, ancak aradaki fark çok düşüktür. Yapılan analiz sonucunda cinsiyete göre stres ortalamalarında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Elde edilen ortalama puanlar dikkate alındığında ise hem kız hem de erkek öğrencilerin stres düzeylerinin bazen seçeneğine karşılık gelen bir aralıkta yer aldığı söylenebilir.

Araştırma kapsamında, okul mutluluk ortalama düzeylerini tespit etmek için frekans analizi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4.

Öğrencilerin Okul Mutluluk Ortalamalarının Frekans Analizi

Okul Mutluluğu Ortalama Düzeyi	Puan Aralığı	Öğrenci Sayısı	Öğrenci Yüzdesi
Her zaman	2.33 – 3.00	242	72.7
Bazen	1.67 – 2.32	85	25.5
Hiçbir zaman	1.00 – 1.66	6	1.8

Öğrencilerin okul mutluluk ortalamalarının dağılımı şu şekildedir; 242 öğrencinin (%72.7) her zaman düzeyinde, 85 öğrencinin (%25.5) bazen düzeyinde ve 6 öğrencinin de (%1.8) hiçbir zaman düzeyindedir. Bu bulgular öğrencilerin büyük çoğunluğunun okulda mutlu olduklarını göstermektedir.

Öğrencilerin okul mutluluk ortalama puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla için T-Testi analizi uygulanmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5.

Öğrencilerin Okul Mutluluk Ortalamalarının Cinsiyet değişkenine göre T-Testi Analizi

Okul mutluluk ortalamaları	N	$\bar{X}$	S	sd	t	p
Kız	180	2.61	0.40	331	1.25	.195
Erkek	153	2.55	0.44			

Tablo 5 incelendiğinde, kız öğrencilerin okul mutluluk ortalamasının (2.61) erkek öğrencilerin okul mutluluk ortalamasından (2.55) yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ancak, ortalamalar arasındaki fark oldukça düşük olup, bu durum cinsiyete göre okul mutluluğu ortalamalarında anlamlı bir fark bulunmadığını göstermektedir ($p > 0.05$). Ortalama puanlar incelendiğinde hem erkek hem de kız öğrencilerin okulda her zaman mutlu oldukları görülmektedir.

Araştırma kapsamında, stres ortalama düzeylerinin mutluluk ortalama düzeyleriyle ilişkisini incelemek için Pearson Korelasyon analizi yapılmış elde edilen sonuçlar Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6.

Stres Ortalamasının Okul Mutluluğu Ortalamasına İlişkin Pearson Correlation Analizi

Değişkenler	Stres	Okul Mutluluğu
Stres	-	.194*
Okul Mutluluğu	.194*	-

Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre, okul mutluluğu ile stres ortalamaları arasında pozitif yönde, zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir ($r = 0.194$, $p < 0.01$). Bu bulgu, okul mutluluğu arttıkça stres ortalamalarının da hafifçe artma eğiliminde olduğunu, ancak bu ilişkinin güçlü olmadığını ortaya koymaktadır. Başka bir deyişle, okulda mutlu olan öğrencilerin stres düzeylerinin biraz daha yüksek olabileceği gözlemlense de bu durum genel bir eğilim değildir ve mutluluk ile stres arasında belirgin bir bağlantı bulunmamaktadır.

Tartışma ve Sonuç

Araştırmanın bu bölümünde, elde edilen bulgular alan yazındaki verilerle karşılaştırılmıştır. Alt problemlere ilişkin sonuçlar özetlenmiş ve ilgili literatürle birlikte tartışılmıştır. Hatay ilinin Antakya ilçesinde öğrenim gören 333 ilkökul öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilen bu çalışmada, öğrencilerin stres ve okul mutluluğu düzeyleri, bu değişkenlerin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı ve stres ile okul mutluluğu arasındaki ilişki analiz edilmiştir.

Elde edilen bulgular neticesinde, kız öğrencilerinin erkek öğrencilere oranla daha mutlu oldukları tespit edilmiş, ancak aradaki farkın çok düşük olduğu sonucuna varılmıştır. Bu sonuç öğrencilerin mutluluk ortalamaları arasında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığını da göstermiştir. Özdemir ve Dedemli'nin (2023) araştırmasında, mutluluk düzeyi açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu bulgu, belirli okul faaliyetlerinin kız ve erkek öğrenciler üzerinde benzer etkiler yaratabileceğini göstermektedir. Benzer şekilde, bu çalışmada da okul uygulamalarının kız ve erkek öğrenciler üzerinde benzer etkiler yarattığı söylenebilir. Öte yandan, Demiriz ve Uluştas'ın (2016) yürüttüğü çalışmada ise erkek çocukların, kız çocuklarına kıyasla daha yüksek mutluluk düzeyine sahip oldukları ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir. Araştırmacılar, erkek ve kız çocukları arasındaki mutluluk düzeylerindeki farkın;

çevresel etkenler, mutluluğa atfedilen anlamlardaki farklılıklar ve özellikle kız çocuklarının çevreleriyle olumlu ilişkiler kurma çabaları gibi etmenlerden kaynaklanabileceğini ifade etmektedir (Giacomoni vd., 2014). Akan'ın (2024) ilkokul öğrencileriyle gerçekleştirdiği çalışmada, cinsiyete bağlı olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiş ve bu farklılığın kız öğrenciler lehine olduğu vurgulanmıştır. Cinsiyetin, bireylerin duygusal deneyimleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğu düşünülmektedir. Ayrıca, farklı araştırma sonuçlarının ortaya çıkmasında; yaş, yaşam deneyimleri ve arkadaşlık ilişkileri gibi faktörlerin çocukların mutluluk düzeylerini etkileyen değişkenler arasında yer aldığı öne sürülmektedir (Demiriz & Ulutaş, 2016).

İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin cinsiyetlerine göre stres düzeyleri incelendiğinde, kız öğrencilerin stres ortalamalarının erkek öğrencilere göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermeyecek düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Kurt ve Gülbahçe (2019), Van depreminden etkilenmiş 12. sınıf öğrencileri üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmada, kız ve erkek öğrencilerin stres ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulmuş; kız öğrencilerin stres düzeylerinin erkek öğrencilere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı biçimde daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Bu farklılığın nedenleri arasında öğrencilerin demografik özellikleri, yetiştikleri çevre, aile yapıları ve stresle başa çıkma stratejilerindeki farklılıklar gösterilebilir. Ayrıca, erkek öğrencilerin sosyal faaliyetlere erişim konusunda kız öğrencilere kıyasla daha avantajlı olmalarının, stresle baş etmede erkeklerin daha etkin olabileceği yönündeki görüşü desteklediği düşünülmektedir.

Araştırma bulgularına göre, öğrencilerin stres düzeylerine ilişkin frekans analizi incelendiğinde, stres yaşamayan herhangi bir öğrenciye rastlanmadığı ve öğrencilerin büyük çoğunluğunun stres düzeylerinin “bazen” veya “sıklıkla” kategorilerinde yer aldığı görülmüştür. Kara'nın (2009) üniversite öğrencileriyle yürüttüğü “Eğitim-Öğretim Yaşantısında Stres Yaratıcı Faktörler ve Aile Özelliklerine Göre Öğrencilerin Stresle Başa Çıkma Davranışlarının İncelenmesi” başlıklı çalışmada, öğrencilerin en yoğun stres yaşadığı durumun gelecek kaygısı olduğu tespit edilmiştir. Bu durumu, sırasıyla ekonomik sorunlar ile sınav ve ölçme-değerlendirme sistemlerinden kaynaklanan kaygılar takip etmektedir. Durna'nın (2010) gerçekleştirdiği çalışmada, üniversite öğrencilerinin stres düzeyleri çeşitli değişkenler açısından incelenmiş; sonuç olarak öğrencilerin öğrenim gördükleri okul türü (dört yıllık ya da iki yıllık fakülte) ile bireylerin sahip oldukları yakın arkadaş sayısı gibi değişkenler arasında stres düzeyleri açısından anlamlı bir fark bulunmadığı belirlenmiştir. Bunun yanı sıra, bireylerin cinsiyetleri ve bitirdikleri lise türüne göre stres düzeylerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır. Çalışma sonuçları, hedef kitlenin demografik özelliklerindeki değişkenliklere bağlı olarak farklılık gösterebilir. Kurt ve Gülbahçe'nin (2019) Van depreminden etkilenen öğrencilerle yaptığı çalışmaya göre öğrencilerin stres frekans değerleri %46,6'sının hafif düzeyde, %36,7'sinin orta düzeyde, %19,4'ünün orta-ağır düzeyde ve %1,3'ünün ağır düzeyde olduğu belirlenmiştir. Elde edilen sonuçların, bu çalışmayla benzer bulgular ortaya koyduğu sonucuna varılmıştır. Alan yazınındaki çalışmalarda gözlemlenen farklılıkların

sebepleri arasında çalışma baskısı, ders yükü, beklentiler, başarı kaygısı, öğretmenler, aile ve yöneticiler gibi değişkenler yer alabilir.

Bir diğer bulguya göre, okul mutluluğu ortalamalarının frekans analizine göre, 242 öğrencinin (%72,7) her zaman mutlu olduğu, 85 öğrencinin (%25,5) bazen mutlu olduğu ve 6 öğrencinin (%1,8) ise hiç mutlu olmadığı tespit edilmiştir. Bu bulgular, öğrencilerin büyük çoğunluğunun okulda mutlu olduğunu göstermektedir. Yalçın (2022) tarafından yapılan “İlkokul Öğrencilerinin Okula Yönelik Mutluluklarının İncelenmesi” başlıklı çalışmanın sonuçlarıyla bu çalışmanın bulgularının benzerlik gösterdiği belirlenmiş olup, öğrencilerin okula yönelik mutluluklarının olumlu yönde olduğu ortaya konulmuştur. Ayrıca, 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin okul mutluluğuna yönelik görüşlerinin olumlu ve yapıcı olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin algıladıkları stres ile okul mutluluğu arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı, araştırmamızın diğer bir sorusunu oluşturmaktadır. Elde edilen sonuçlara göre, mutluluk ve stres ortalamaları arasında pozitif yönde, zayıf ancak anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Alan yazın incelendiğinde, Kaya ve Sezgin (2017) tarafından yapılan bir çalışmada, ortaokul öğrencilerinin mutluluk seviyeleri ile eğitim stresi boyutlarından olan çalışma baskısı ve beklentiye karşı umutsuzluk arasında negatif ve orta düzeyde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, yüksek çalışma baskısının, ailelerin yüksek beklentilerinin ve öğrencilerin başarılı olamayacaklarına dair umutsuzluklarının, ortaokul öğrencilerinin mutsuzluğuna yol açtığı belirlenmiştir. Bedel ve Güler'in (2021) yaptığı bir diğer çalışmada, okul tükenmişliği ile eğitim stresi arasında yüksek düzeyde pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, Özen Karataştan'ın (2022) yüksek lisans tezinde, ergenler arasında algılanan stres ile mutluluk arasında yüksek derecede negatif bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Çalışmalarda farklı sonuçların elde edilmesinin, bireylerin yaş, cinsiyet, gelişim düzeyi, yaşantıları ve sosyal ilişkilerindeki farklılıklardan kaynaklandığı düşünülebilir.

Çalışma süresince elde edilen bulgular incelendiğinde, öğrencilerin stres düzeylerinin farklı puan aralıklarında dağıldığı, ancak büyük çoğunluğunun “bazen” ve “sıklıkla” düzeylerinde stres yaşadığı belirlenmiştir. Cinsiyete göre yapılan karşılaştırmalarda, stres ve okul mutluluğu ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Öğrencilerin okul mutluluğuna ilişkin ortalama puanları incelendiğinde ise katılımcıların büyük bir kısmının okulda mutlu oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, okul mutluluğu ile algılanan stres arasında pozitif yönlü, zayıf ancak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, araştırmada kullanılan veri toplama araçları ve analiz yöntemleri doğrultusunda elde edilmiştir.

Öneriler

Bu araştırmanın bulguları doğrultusunda çeşitli önerilerde bulunulabilir. Öncelikle, elde edilen veriler temel alınarak benzer çalışmaların farklı sınıf düzeylerinde gerçekleştirilmesi, öğrencilerin yaşa bağlı gelişimsel farklılıklarının stres ve mutluluk düzeylerine etkisini ortaya koyma açısından faydalı olacaktır. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri kapsamında, okul ortamında öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarını desteklemeye yönelik programlar geliştirilmesi önem arz etmektedir. Bu doğrultuda, stresin azaltılması ve okul mutluluğunun artırılmasına katkı sunacak grup çalışmaları, seminerler ve etkinlikler planlanabilir. Ayrıca gelecekte yapılacak araştırmalarda, okul mutluluğu ve stres düzeyleri ile ilişkili diğer psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi, mevcut bulguların daha geniş bir bağlamda değerlendirilmesine de olanak sağlayacaktır.

Yazar Katkıları: Birinci yazarın katkı oranı %70, ikinci yazarın katkı oranı %30'dur.

Etik Beyanı: Bu çalışmada “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi”nde belirtilen kurallara uyulduğunu ve “Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler”e dayalı hiçbir işlem yapmadığımızı beyan ederiz. Aynı zamanda tüm yazarların çalışmaya katkıda bulunduğu, yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışmasının bulunmadığını, tüm etik ihlallerde tüm sorumluluğun makale yazarlarına ait olduğunu beyan ederiz.

Etik Kurul İzni: Araştırmanın etik onaya ihtiyacı varsa etik kurul adı, etik kurul onay tarihi ve belge numarası gibi etik onay belgesindeki bilgileri belirtilir.

Kaynakça

- Akan, K. (2024). *İlkokul öğrencilerinin okulda mutlu olma durumlarını etkileyen değişkenlerin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Aslan, Ş. (Ed.). (2018). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri: Nicel, nitel ve karma tasarımlar için bir rehber*. Eğitim Yayınevi.
- Atkinson, J. M. (1988). *Coping with stress at work: How to stop worrying and start succeeding*. Thorsons.
- Balcı, S. (2012). *Öğretmenlerin eğitim müfettişlerinin denetim stillerine ilişkin algıları ile güven düzeyleri arasındaki ilişki* [Yüksek lisans tezi]. Niğde Üniversitesi.
- Baltaş, A., & Baltaş, Z. (1996). Stresle başa çıkma yolları ve iş hayatındaki stres. *IX. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları* (No. 15, ss. 55–70). Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Bedel, A., & Güler, G. (2021). Ortaokul öğrencilerinde okul tükenmişliğini açıklamada eğitim stresi ve okul doyumunun rolü. *Millî Eğitim Dergisi*, 50(230), 795–813. <https://doi.org/10.37669/milliegitim.698821>
- Bulut, A. (2015). *Ortaöğretim öğretmenlerinin örgütsel mutluluk algılarının incelenmesi: Bir norm çalışması* [Doktora tezi]. Gaziantep Üniversitesi.

- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2019). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri* (30.baskı). Pegem Akademi. <https://doi.org/10.14527/9789944919289>
- Davis, C., & Turner-Cobb, J. M. (2023). The Perceived Stress Scale for Kids (PeSSKi): Initial development of a brief measure for children aged 7–11 years. *Stress and Health*, 39(1), 125–136. <https://doi.org/10.1002/smi.3174>
- Demiriz, S., & Ulutaş, İ. (2016). Çocuklar ne kadar mutlu? Bazı değişkenlere göre çocuklarda mutluluğun belirlenmesi. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(1), 16–24.
- Döş, İ. (2013). Mutlu okul. *Eğitim ve Bilim*, 38(170), 266–280. <https://egitimvebilim.ted.org.tr/index.php/EB/article/view/2029>
- Durna, U. (2010). Üniversite öğrencilerinin stres düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 20(1), 319–343.
- Ege, N. (2018). *Örgütsel sessizlik ve mutluluk ilişkisinin incelenmesi: Gediz Elektrik Dağıtım A.Ş. örneği* [Yüksek lisans tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Ekinci, C. E., & Burgaz, B. (2009). İstenmeyen öğrenci davranışlarının öğretmen ve okuldan kaynaklanan nedenleri. *Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(22), 91–111.
- Ekşi, H., & Kızık, C. (2023, Mayıs). 7-11 yaş arası çocuklar için Algılanan Stres Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması [Bildiri sunumu]. *1. Uluslararası Selçuk Bilimsel Araştırmalar Kongresi*, Konya. <https://www.isarconference.org/files/ugd/6dc816fe11c0086380417f86398c3178da6cc7.pdf>
- Engin, A. O., Yıldız, S., & Polat, M. (2016). Öğrenme ve stres arasındaki ilişki. *EKEV Akademi Dergisi*, 66, 107–128.
- Eryılmaz, A. (2021). *Herkes için mutluluğun başucu kitabı: Teoriden uygulamaya pozitif psikoloji* (6. baskı.). Pegem Akademi.
- Fidan, M. (2020). Mutlu okulun bileşenleri. *JRES*, 7(1), 107–123.
- Giacomoni, C. H., Teixeira, M. A. P., & Hutz, C. S. (2014). O conceito de felicidade em crianças. *Psico-USF*, 19, 143–153. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712014000100014>
- Gümüüşbaş, B. (2008). *Stresle başa çıkma yolları eğitim programının ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Kara, D. (2009). Eğitim-öğretim yaşantısında stres yaratan faktörler ve aile özelliklerine göre öğrencilerin stresle başa çıkma davranışlarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22, 255–263.
- Karakuş, U. (2013). Depremi yaşamış ve yaşamamış öğrencilerin deprem algılarının, metafor analizi ile incelenmesi. *Doğu Coğrafya Dergisi*, 18(29), 97–116.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. Nobel Yayın Dağıtım.
- Karataştan, S. Ö. (2022). *Sahne sanatlarıyla uğraşan ve uğraşmayan ergenlerin algılanan stres, benlik saygısı ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Kaya, A., & Sezgin, M. (2017). Ortaokul öğrencilerinin mutluluklarının eğitim stresi ve okul yaşam kalitesi tarafından yordanması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(41), 245–264. <https://doi.org/10.21764/efd.42917>
- Kurt, E., & Gülbahçe, A. (2019). Van depremini yaşayan öğrencilerin travma sonrası stres bozukluğu düzeylerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23(3), 957–972.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.

- Özdemir, Y., Akın, A., Yıldırım, İ., & Atalay, A. (2021). İlkokul çocukları için Okul Mutluluğu Ölçeği'nin (İÇİOMÖ) geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Millî Eğitim Dergisi*, 50(231), 111–127.
- Özdemir, M., & Dedemli, S. (2023). Rekreatif amaçlı yüzme sporu yapan 8–14 yaş arası çocukların mutluluk, boş zaman tutumu ve yaşam tatmin düzeylerinin belirlenmesi ve aralarındaki ilişkinin incelenmesi. *TOJRAS*, 12(4), 508–515.
- Sezer, Ş., & Can, E. (2019). School happiness: A scale development and implementation study. *Eurasian Journal of Educational Research*, 19(79), 167–190. <https://doi.org/10.14689/ejer.2019.79.8>
- Sirgy, M. J. (1986). A quality-of-life theory derived from Maslow's developmental perspective: “Quality” is related to progressive satisfaction of a hierarchy of needs, lower order and higher. *American Journal of Economics and Sociology*, 45(3), 329–342.
- Şahin, C., & Sipahioğlu, Ş. (2002). *Doğal afetler ve Türkiye*. Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.
- Türk Dil Kurumu. (2011). *Türkçe sözlük*. Türk Dil Kurumu Yayınları.
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 24(1), 1–34. <https://doi.org/10.1007/BF00292648>
- Yalçın, A. (2022). İlkokul öğrencilerinin okula yönelik mutluluklarının incelenmesi. *Kapadokya Eğitim Dergisi*, 3(2), 33–47.