

SINIF  GRETMENLERİNİN İŞ ORTAMINDA YAŞAMIŞ OLDUĞU BAZI SORUNLAR ve TÜKENMİŞLİK

Some Workplace Problems and Burnout Among Class Teachers

Vedat IŐIKHAN*
Özlem K R K **
Elif GÖKÇEARSLAN  IF I***

*Doç.Dr., Hacettepe Üniversitesi İ.İ.B.F. Sosyal Hizmet Bölümü
**Dr., Pamukkale Üniversitesi Denizli Meslek Yüksekokulu İktisadi ve İdari Programlar Bölümü,  ocuk GeliŐimi Programı
***ArŐ.Gör. Ankara Üniversitesi S.B.F. Sosyal Hizmet Bölümü

ÖZET

İnsanlarla birebir, yakın bir etkileŐimi gerektiren öğretmenlik mesleği, eğitim ortamında, kiŐilerin etkisinde kaldığı  zg n ve yoğun stres yaratan durumlar nedeniyle, bireylerin özellikle ruhsal sağlıklarının ve buna bağlı olarak da çalışma yaŐamlarının kötü yönde etkilenmesinde yüksek risk grubunda yer

almaktadır. KarŐılaŐtıkları bu yıpranma süreçleri nedeniyle bu çalışmada, öğretmenlerin tükenmişlik algılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıŐtır.

Araştırmada, tarama modeline uygun olarak, Bilgi Toplama Formu ve  ğretmen Tükenmişlik  l eği ( T ) kullanılmıştır. Araştırma sonunda, Ankara Merkez İlçelerde görev yapan toplam 187 öğretmene ulaşılmıştır. Araştırmada, tükenmişlik  l eğinin dört alt boyutu olan, görülen idari destek, işe bağlı stresle başa çıkma, iş doyumunu ve öğrencilere yönelik tutumlar arasında cinsiyete göre istatistiksel açıdan anlamlı fark olduğu, yaşa, medeni duruma, eğitim durumuna ve hizmet yılına göre ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p<0,05$).

Araştırma sonunda, eğitim kalitesini etkileyen en önemli faktörlerin baŐında gelen, öğretmenlerde yaşanan tükenmişliğin  nlenbilmesi amacıyla  eŐitli d zeyde m dahalelerin yapılması gerektiği belirlenmiştir.

Anahtar S zc kler: T kenmiŐlik,  ğretmen, stres, iş doyumunu, eğitim kalitesi

ABSTRACT

The profession of teaching, which requires a close interaction with people, is a job that is in the high risk group in terms of affecting especially the psychological condition of individuals and therefore their working life because of the effects of situations which cause stress. The research below has been carried out to examine the condition, reasons and results of burnout among teachers, which is a phenomenon that has a complex structure. In this research, scanning method is used and teachers' level of burnout is determined via questionnaires and Teacher Burnout Scale (TBS). During the research, 187 teachers who work at central towns of Ankara have been reached. In the research, it is identified that there are considerable statistical differences among sex, job satisfaction and the four dimensions of burnout scale: ad-

ministrative support, dealing with stress of work, job satisfaction and attitudes towards students ($p < 0.05$).

At the end of the research, it is determined that measures must be taken at various levels with the purpose of preventing teachers from burnout, which is one of the most important elements that affects the quality of education.

Key Words: *Burnout, teacher, stress, job satisfaction, the quality of education*

GİRİŞ

Günümüzde öğretmenlik, polislik, sosyal hizmet uzmanlığı, psikologluk gibi birçok meslek alanına benzer olarak, insanlarla yüz yüze ve yakın iletişim kurmayı gerekmektedir. Bu nedenle insanlarla yüz yüze iletişimin yoğun olduğu alanlarda çalışan profesyonellerde, duygusal tükenmişliğe kadar varan düzeylerde duygusal tepkiler gözlenmektedir (Cordes, Dougherty ve Bulum, 1997). Tükenmişlik özellikle, insanlarla yoğun ilişki-iletişim gerektiren mesleklerde görülmektedir. Tükenmişlik, bu mesleklerin doğası gereği yaşanan stresle başa çıkamama sonucunda gözlenen fizyolojik ve duygusal alanlarda hissedilen tükenme hissiyle ortaya çıkan bir durumdur.

Tükenmişlik kavramı, ilk kez Freudenberg tarafından 1974 yılında ortaya atılmış ve insanların aşırı çalışmaları sonucu, işlerinin gereklerini yerine getiremez bir duruma gelmeleri anlamı taşıyan, duygusal tükenme durumu olarak tanımlanmıştır (Freudenberg, 1974). Daha sonra Maslach ve Jackson, 1981 yılında konuyu yeniden ele almış, tü-

kenmişliğin en çok kabul gören modelini geliştirmiş ve tükenmişliği, duygusal tükenme, duyarsızlaşmada artış ve kişisel başarı duygusunda azalma olarak tanımlamıştır (Maslach ve Jackson, 1981). Bir başka deyişle tükenmişlik, iş yaşamında yoğun baskı sonucu gelişebilen fiziksel ve duygusal bir çöküntü halidir. Çeşitli araştırmacıların belirttiği gibi tükenmişlik düzeyi arttıkça iş doyumunu düşer ve tükenmişlik yaşayan kişi ruhsal veya bedensel sağlığını yitirebilir (Deckard ve Hicks, 1992: 224) .

Bazı araştırmalar iş doyumunu ile tükenmişlik arasında bir ilişki olduğunu belirlemiştir. İş doyumunu, kişinin iş ile ilgili değerlerinin iş ortamında karşılandığını algılaması ve bu değerlerin bireyin ihtiyaçları ile uyumlu olması olarak tanımlanmaktadır. Izgar'ın (2001) yaptığı olduğu araştırmaya göre, iş doyumunun tükenmişliğin duyarsızlaşma boyutunda etkili olduğu ortaya çıkmıştır (Izgar 2001:6). İş doyumunu çalışma hayatının kalitesinin artırılması, çalışma koşulları ve çevrenin düzenlenmesi, çalışanların psikolojik, ekonomik ve toplumsal ihtiyaçlarının karşılanması ve çalışma yaşamı sorunlarının en aza indirilmesiyle sağlanabilmektedir (Akçamete, Kaner ve Sucuoğlu 2001: 8).

Tükenmişlik durumu 3 alt boyutta incelenmektedir. *Duygusal tükenmişlik*; enerji eksikliği ve bireyin duygusal kaynaklarının bittiği duygusuna kapılmasıyla ortaya çıkar. *Duyarsızlaşma*; çalışanların hizmet verdiği kişilere birer nesneymiş gibi davranmalarıyla kendisini gösterir. *Kişisel başarı noksanlığı* ise bu iki aşama sonucunda, bireyin kendisiyle ilgili değerlendirmelerinin olumsuz bir nitelik kazanması biçiminde belirir. Tükenmişlik gelişen bir süreçtir. Tükenmişlik sendromunun

gelişmesinde stresin anahtar bir rol oynadığı birçok araştırmacı tarafından kabul edilmektedir.

Tükenmişlik özellikle 1980'li yılların başından itibaren özel meslek gruplarını etkilediği için son yirmi yılda oldukça popüler bir kavram haline gelmiştir. Tükenmişlik özellikle insana yardım mesleklerinde (insanla bire bir çalışan mesleklerde), örneğın öğretmenlik, sosyal hizmet uzmanlığı, psikologluk, polislik gibi mesleklerde yaygın bir problem olarak görülmektedir.

Tükenmişlik, insanlarla yüz yüze ilişki içinde olan meslek  alışanlarında oldukça sık rastlanan bir durum olması nedeniyle, eğitim alanında çalışan kişiler tükenmişliğe en yatkın risk grupları içerisindedir. Örneğın, disiplin problemleri, öğrencilerin ilgisiz tavır ve tutumları, kalabalık sınıflar, gönülsüz yapılan nakiller, aşırı kağıt içi, düşük maaşlar, çok iddialı ya da destek vermeyen anne-babalar, araç gereç eksikliği,  ğretmen-yönetici ilişkilerindeki bozukluklar, yöneticilerin desteklerinin eksikliği, iş doyumsuzluğu, rol çatışmaları ve rol belirsizliği gibi olumsuz durumlar ( okluk, 2003: 109-111)  ğretmenlerin karşılaştığı stres yaratıcı etmenler olarak düşünülebilir.

Bu nedenlerden dolayı öğretmenlerin, meslek seçimi, ekonomik koşullar, boş zaman etkinlikleri ve iş koşulları göz önünde bulundurulduğunda yüksek düzeyde tükenmişlik göstermeleri beklenebilir. Model figürleri olarak öğretmenlerin uygun olmayan (başağırısı, sinirlilik, depresyon, alkol ve sigara içme gibi), başa çıkma davranışlarını göstermeleri doğrudan ya da dolaylı olarak öğrencileri de etkileyen bir durumdur (Baysal, 1995: 3-4; Işıkhan 2004: 147; Türk 2004).

Öğretmenler, genellikle öğrenciler, veliler ve yöneticilerden takdir alırlar. Ancak,  ğretmenler bu beğeniden çok daha fazla hizmet sunarlar. Öğretmenlerin stres kaynaklarının çoğu edinmiş oldukları rol ile bağlantılıdır. Öğretmenler mesleklerinin gereği olarak öğretmeyi arzu etmelerine rağmen zamanlarının çoğunu sınıf disiplini sağlamak ve sürdürmekle geçirmektedirler. Disiplinsiz ve motivasyonsuz öğrenciler öğretmenlerin yaşadığı tükenmişliği artırmaktadır (Kalker, 1984; Forber, 1984; Tümkaya, 1996; Griffith ve diğ., 1999) .

Seidman (1985), tükenmişliğin  ğrenci ve öğretmenlik mesleğinin koşullarından kaynaklanan stresli  ğretim durumlarına tepki olduğu kadar, yetersiz yönetici desteğine karşı da gösterilen olumsuz bir tepki olduğuna işaret etmektedir. Tükenmişlik sürecinde olan öğretmenlerin zihinsel ve fiziksel problemlerle karşılaşma riski yüksektir. Öyle ki bu tükenmişlik durumu onların evlilik ve aile ilişkilerinde bile probleme neden olabilmektedir (Guglielmi ve Tatrow, 1998; Kyriacou ve Sutcliffe, 1978; Pierce ve Molloy, 1990). Bir çok araştırmada ise okul sistemlerinin,  ğretmelerin isteksizliğinin artmasına neden olduğu görülmüştür (Hastings ve diğ., 2003).

 ğretmenlerde gözlenen tükenmişlik, duygusal, zihinsel ve fizyolojik boyutlarda hissedilen tükenmişlikle tanımlanmaktadır (Kyriacou, 1987). Yüksek iş stresi, insanlarda iş doyumsuzluğu, iş devamsızlığı ve işten ayrılma gibi sonuçlara neden olmaktadır. Öğretmenlik mesleğinin stresi ile psikolojik (anksiyete, uykusuzluk ve depresyon), fizyolojik (yüksek tansiyon, ülser türü rahatsızlıklar, baş ağrıları) ve/veya davranışsal (alkol ve sigara alımı, yemek yeme ya da yememe) problemler arasında pa-

ralem bir ilişki olduğu görülmektedir (Kyriacou ve Sutcliffe, 1979; Pines, 1993: Akt: Altay, 2007; Çam, 1992: 155-166).

Literatürde öğretmenlerde stres yaratan ve tükenmeyi tetikleyen unsurları belirlemeye yönelik çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmalarda, stres yaratan faktörler olarak; öğrenci sayısının fazlalığı, öğrencideki gelişim geriliği, iş yükü fazlalığı, rol çatışması, meslektaşlarla iletişim zayıflığı, yetersiz maaş, statü, zaman kısıtlılığı, kaynak yetersizliği, profesyonel olarak algılanma ihtiyacı özellikle dikkat çekmektedir (Guglielmi ve Tatro, 1998; Kyriacou, 1987; Kyriacou ve Sutcliffe, 1978; Kyriacou ve Sutcliffe, 1979). Bunlarla birlikte öğretmenin yaşı, cinsiyeti, aynı iş yerinde çalıştığı süre, sınıftaki çocuk sayısı, sınıfın düzeyi, aldığı eğitim, öğrencilerin özellikleri, öğrenci yaşı, öğrenci-öğretmen çatışmaları vb. değişkenlerin tükenmişlik ile ilgili olduğu saptanmıştır.

Öğretmenlerin tükenmişliğiyle ilgili yapılan bir başka çalışmada, öğretmenlerin yaşadığı önemli stres kaynakları arasında: görevin zamanında tamamlanma zorunluluğu, yaramaz öğrenciler, ders programı dışındaki görevler, kayıtsız-ilgisiz öğrenciler, çok yetenekli öğrencilerle, parasal sorunlar, yöneticilerden olumlu geribildirimlerin alınmaması ve ders programlarının yetersizliği belirlenmiştir (Raschke, ve diğ., 1985: 558-561).

Tümkaya (1996) öğretmenlerde, tükenmişlik sonunda görülen psikolojik belirtiler ve başa çıkma davranışları adlı çalışmasında, öğretmenlerin tükenmişliği ile cinsiyet, yaş, öğrenim derecesi, çalışılan okul, okuldaki görev, çalışma yılı ve okulun sosyo ekonomik düzeyi gibi

değişkenler arasında anlamlı bir fark olduğunu bulmuştur (Tümkaya, 1996: 149). Yukarıda ifade edilen değişkenlerin, öğretmenlerde tükenmişlik düzeyini etkilediği ortaya çıkmıştır.

Öğretmenlerin niçin tükendiklerinin araştırıldığı diğer bir çalışmada, iş doyumunu, iş stresi, işin özellikleri ile öğretmenlerin demografik değişkenleri arasında ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Tükenmeyi etkileyen en önemli değişkenlerin Maslach Burnout Inventory'e göre, *duygusal tükenme* alt ölçeğinde; iş stresi, iş doyumunu ile statü ve kabul görme, iş doyumunu ile iş yükü, iş değiştirme, iş doyumunu ile ücret ve sağlanan fayda olduğu saptanmıştır. *Duyarsızlaşmada*; iş doyumunu ile statü ve kabul görme, iş değiştirme, iş stresi, iş doyumunu ile iş yükü, iş doyumunu ile insanlararası ilişkiler, iş doyumunu ile terfinin etkili olduğu bulunurken, *düşük kişisel başarıda*; iş doyumunu ile statü ve kabul görme, iş değiştirme, iş doyumunu ile güvenlik, iş doyumunu ile terfi, iş doyumunu ile insanlararası ilişkiler olduğu belirlenmiştir (Friesen ve diğ., 1988: 9-12).

Öğretmenlerin demografik özellikleri ile tükenme arasındaki ilişkinin incelendiği bir başka çalışmada, okuldaki çalışma yılı (kıdem), çalışılan okul (kent, kır vb), evli ve çocuklu olma, bekar olma gibi değişkenlerle tükenme arasında önemli bir ilişkiye rastlanmamıştır. Tükenme ile ilişkili bulunan değişkenlerin, yaş, cinsiyet ve görev yapılan okul tipi (ilk-ortala) olduğu bulunmuştur. Genç öğretmenlerin yaşlı meslektaşlarına göre daha çok "duygusal tükenme" yaşadığı, cinsiyet ile yalnızca "duyarsızlaşma" arasında bir ilişki olduğu saptanmıştır. Erkek öğretmenler, öğrencilere yönelik olarak, kadın öğretmenlerden daha

fazla olumsuz tutuma sahip olduğunu bildirmiştir (Schwab ve Ivanicki, 1982: 5-17).

Connolly ve Sanders, (1988) yaptıkları araştırmada, ilk ve ortaöğretim okullarında görev yapan öğretmenler arasında, duygusal tükenme açısından cinsiyet ile kıdem yılının etkili olduğu saptanmıştır. Duygusal yönden erkekler ve uzun süre çalışan öğretmenler daha çok tükenme bildirmiştir.

Ülkemizde tükenmişlik konusuyla ilgili yapılan çalışmalar,  niversite  ğretim elemanlarında (Baysal, 1995;  ıtak, 1998; Murat, 2003), lise  ğretmenlerinde (Baysal, 1995; Dursun, 2000; Işıklar, 2002, Dolunay ve Piyal 2003), ilköğretim  ğretmenlerinde (Girgin, 1995; Sucuoğlu ve Kuloğlu 1996; Tümkaya, 2000; Murat, 2002; Güneri ve  zdemir, 2003) ve anaokulu  ğretmenlerinde (Tuğrul ve  elik, 2003) olmak üzere geniş bir eğitimci yelpazesinde incelenmiş, çeşitli demografik, mesleki ve psikolojik değişkenler çerçevesinde ele alınmıştır.

Öğretmenlerdeki branşlaşma dikkate alındığında her branşın kendine özgü yapısı ve zorlukları bulunmaktadır. Okula yeni başlayan bir  ocuk için okul hayatı, arkadaşları, öğretmenleriyle kurmuş olduğu iletişim vb.. açıdan bu dönem ayrı bir özellik göstermektedir. Bu döneme uyum sürecinde görev yapan öğretmenlerin diğer branş öğretmenlerinden daha farklı bir stres yoğunluğuna sahip oldukları varsayılmaktadır. Araştırmacılar sınıf  ğretmenlerinin çocuklar, veliler, meslektaşlarından kaynaklanan ve tükenmişliğine neden olan sorunların neler olduğunu merak etmiş ve bu sorunun yanıtını bulmak amacıyla aşağıdaki araştırmayı

planlayıp gerçekleştirmişlerdir. Araştırma kapsamında yer alan öğretmenlerin iş ortamında yaşamış olduğu bazı sorunlar  ğretmen Tükenmişlik  l eği ile belirlenmeye çalışılmıştır.

Aşağıda yer alan araştırma;  ğretmenlerin^{1*} tükenmişlik algılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

- 1- Öğretmenlerin tükenmişlik algılarının, görülen idari destek, işe bağlı stresle başaçıkma, iş doyumunu ve öğrencilere yönelik tutumlar alt ölçeklerinden aldığı puan ortalamaları arasında **cinsiyete** göre farklılık var mıdır?
- 2- Öğretmenlerin tükenmişlik algılarının, görülen idari destek, işe bağlı stresle başaçıkma, iş doyumunu ve öğrencilere yönelik tutumlar alt ölçeklerinden aldığı puan ortalamaları arasında **yaşa** göre farklılık var mıdır?
- 3- Öğretmenlerin tükenmişlik algılarının, görülen idari destek, işe bağlı stresle başaçıkma, iş doyumunu ve öğrencilere yönelik tutumlar alt ölçeklerinden aldığı puan ortalamaları arasında **medeni duruma** göre farklılık var mıdır?
- 4- Öğretmenlerin tükenmişlik algılarının, görülen idari destek, işe bağlı stresle başaçıkma, iş doyumunu ve öğrencilere yönelik tutumlar alt ölçeklerinden aldığı puan ortalamaları arasında **eğitim durumuna** göre farklılık var mıdır?

^{1*}  ğretmen, **sınıf  ğretmeni**ni ifade etmektedir.

- 5- Öğretmenlerin tükenmişlik algılarının, görülen idari destek, işe bağlı stresle başa çıkma, iş doyumu ve öğrencilere yönelik tutumlar alt ölçeklerinden aldığı puan ortalamaları arasında **kıdeme** göre farklılık var mıdır?
- 6- Öğretmenlerin tükenmişlik algılarının, görülen idari destek, işe bağlı stresle başa çıkma, iş doyumu ve öğrencilere yönelik tutumlar alt ölçeklerinden aldığı puan ortalamaları arasında **iş doyumuna** göre farklılık var mıdır?

Ayrıca, araştırmada öğretmenlerin yaşamış olduğu önemli sağlık sorunlarının neler olduğu da belirlenmeye çalışılmıştır.

YÖNTEM

Araştırmada tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle, hiçbir değişiklik yapmadan açıklamaya çalışan yaklaşımlardır (Karasar, 1998: 54). Bu araştırmada, *tükenmişlik* kavramı: işe bağlı tutum ve davranışlardaki değişikliklerle kendini gösteren, fiziksel-duygusal yorgunluk ve anksiyete ile karakterize olan ve sonuçta kişisel başarı ve yeterlik duygularının azalmasına yol açan bir durum olarak ele alınmıştır.

Çalışma Grubu

Ankara'da Merkez ilçelere-Mamak, Keçiören, Etimesgut, Altındağ, Yenimahalle ve Çankaya- bağlı ilköğretim okullarında eğitim faaliyetlerini sürdüren öğretmenler [Çalışmanın bundan sonraki bölümünde öğretmen kavramı *sınıf öğretmenleri* anlamında kullanılmıştır] kapsam içine alınmıştır. Ankara İl Milli

Eğitim Müdürlüğü'nden öğretmenlerle ilgili dağılımlar alınmış ve bu veriler doğrultusunda rast gele örnekleme yoluyla her ilçeden 1 okul seçilmiştir. Araştırmacılar, 14 Nisan-14 Mayıs 2005 tarihleri arasında belirlenen okullara giderek sınıf öğretmenleriyle görüşme formlarının uygulamasını gerçekleştirmiştir. Araştırma sonunda toplam 187 öğretmene ulaşılmıştır. Öğretmenlerin büyük bir kısmı kadın (%67,4), 40-49 yaş grubunda (%49,2) ve evli (%86,1), %70,1'i dört yıllık ya da daha uzun süreli yüksekokul- fakülte mezunudur.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada iki tür veri toplama aracı kullanılmıştır. Birinci veri toplama formu, araştırmacılar tarafından geliştirilen *Bilgi Toplama Formu*'dur. Bilgi Toplama Formu, öğretmenlerin sosyodemografik ve çalışma hayatıyla ilgili özelliklerini belirlemeyi amaçlayan sorulardan oluşmuştur.

Araştırmada kullanılan ikinci veri toplama aracı ise "*Öğretmen Tükenmişlik Ölçeği- Teacher Burnout Scale*" (ÖTÖ)'dir. Öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerini belirlemeyi amaçlayan ölçek Seidman ve Zager tarafından (1986-87) geliştirilmiş, Türkçe'ye Tümkaya (1996) tarafından adapte edilmiştir. Tükenmişliği belirlemek için kullanılan ÖTÖ 20 maddeden oluşan 6 dereceli Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin adaptasyonu ile geçerlik ve güvenilirlik çalışması Tümkaya (1996) tarafından yapılmıştır. ÖTÖ'nün dört alt ölçeği bulunmaktadır. Bu alt ölçeklere ilişkin Cronbach Alpha katsayıları sırasıyla şu şekildedir; Görülen İdari Destek .70; İşe Bağlı Stresle Başa Çıkma .66; İş Doyumu .67; Öğrencilere Yönelik Tutumlar .76' dir. Toplam test / tekrar – test güvenilirlik katsayısı .75'dir.

Ölçeğin puanlanması her alt ölçek için ayrı ayrı yapılmaktadır. Yüksek puan tükenmişliğin yüksekliğini, düşük puan ise düşüklüğünü yansıtır. Bu ölçekten bileşik ya da toplam bir puan elde edilmemektedir.

Sırasıyla iş doyumunu, görülen idari destek, işe bağlı stresle başa çıkma ve öğrencilere yönelik tutumlar biçiminde hazırlanan bu alt ölçeklerde öğretmenlerin yaptıkları işten doyum sağlayıp sağlayamadıkları, mesleğe yönelik düşünceleri ve işini ne derece severek yaptığını belirlemeyi amaçlayan maddeler yer almaktadır. Ölçekte yer alan alt ölçeklerin açıklaması şu şekilde yapılmaktadır (Tümkaya, 2000: 38-39):

Öğretmenlerde her bir maddede sözü edilen duruma ilişkin düşüncelerini "Tamamen Katılıyorum", "Büyük Ölçüde Katılıyorum", "Kısmen Katılıyorum", "Kısmen Katılmıyorum", "Büyük ölçüde Katılmıyorum", "Hiç Katılmıyorum" seçeneklerinde birini seçerek belirtmeleri istenmektedir. Ölçeğin puanlaması her alt ölçek için ayrı ayrı olmak üzere işaretlenen dereceler toplanarak yapılmaktadır. Dört altölçekte de hem olumlu hem de olumsuz maddeler yer almaktadır. Bu nedenle puanlama olumlu maddelerde düz (1,2,3,.....6), olumsuz maddelerde ise ters (6,5,4,....1) şeklinde dereceler toplanarak yapılmaktadır. Bu ölçekten bileşik ya da toplam bir puan elde edilmektedir. Her altölçeğin puanı o alt ölçeğe ait maddelerden alınan dereceler (1 ile 6) matematiksel biçimde toplanarak elde edilmektedir.

İş Doyumu: Bu alt ölçekte, öğretmenlerin yaptıkları işten doyum sağlayıp sağlayamadıkları, mesleğe yönelik düşünceleri ve işini ne derece severek yaptığını belirlemeyi amaçlayan

maddeler yer almaktadır. Altölçekteki 1,5,10,12,19. maddelerden alınan dereceler iş doyumunu altölçeğinin toplam puanını belirtir.

Görülen İdari Destek: Öğretmenlerin öğretim sorunlarını gidermede yöneticilerden yardım alıp almadıklarını, başarılarının karşılanmadığını ve problemlerin ortaya çıkışı nedeni olarak yöneticilerin kendilerini ne düzeyde sorumlu tuttuklarını belirleyen maddelerdir. Görülen İdari Destek altölçeğinde yer alan 3,8,11,13,15,18 ve 20. maddelerden alınan dereceler (1 ile 6 arası) görülen idari destek alt ölçeğinin toplam puanını belirtir.

İşe Bağlı Stresle Başa Çıkma: Öğretim tekniklerinden kaynaklanan sorunlarda, öğretmenlerin tahammül edebilme ve mesleğin gerektirdiği sorumlulukları yapabilme düzeylerini belirlemeye yönelik maddelerdir. Başa çıkma ölçeğindeki 2,4,6,7,9 ve 14. maddelerden alınan dereceler bu alt ölçeğe ilişkin toplam puanı belirtir.

Öğrencilere Yönelik Tutumlar: Öğretmenlerin, öğrencilerin eğitime karşı ilgileriyle davranışlarına yönelik düşünce ve tutumlarını kapsayan 16. ve 17. maddelerden alınan dereceler bu alt ölçeğin toplam puanını belirtir.

Yüksek puan tükenmişliğin yüksekliğini, düşük puan ise düşüklüğünü yansıtır.

Verilerin Analizi

Araştırmada öğretmenlerden toplanan veriler SPSS versiyon 11.0 yardımı ile bilgisayara girilmiştir. Verilerin analizi için değişkenlerin niteliğine göre, t ve tek yönlü varyans analizi (F) kullanılmıştır.

BULGULAR

Araştırma kapsamında bulunan öğretmenlerin sosyo-demografik ve çalışma hayatıyla ilgili özellikleri incelendiğinde, öğretmenlerin büyük bir kısmının (%67,4) kadın, 40-49 yaş grubunda (%49,2) ve evli (%86,1), %70,1'inin dört yıllık ya da daha uzun süreli yüksekokul-fakülte mezunu olduğu, %42,21'inin 20 yıl ve daha üstü kıdeme sahip olduğu, kıdem ortalamasının: 3,69 yıl, en fazla çalışılan kıdem yılının ise 37 yıl olduğu belirlenmiştir.

Öğretmenlerin Tükenmişlik Ölçeğinden aldıkları puanların cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadıklarına ilişkin t testi sonuçları Tablo 1 de verilmiştir.

Cinsiyet farklılığı, tükenmişlik literatüründe sık sık ele alınan bir faktördür.

Araştırmanın 1 nolu denencesi "cinsiyete göre öğretmenlerin ÖTÖ'nin alt ölçeklerinden alınan puan ortalamaları arasında fark vardır" şeklinde ifade edilmiştir. Cinsiyete göre öğretmenlerin tükenmişlik düzeyleri arasında fark olup olmadığını belirlemek amacıyla t testi yapılmıştır. Test sonucunda ÖTÖ' nin "görülen idari destek", "işe bağlı stresle başa çıkma", "iş doyumu" ve "öğrencilere yönelik tutumlar" alt ölçeklerinde grupların puan ortalamaları arasında cinsiyete göre anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir ($P < 0,05$). Görülen İdari destek, İşe Bağlı Stresle Başa Çıkma, İş Doymu ve Öğrencilere Yönelik Tutum alt ölçeklerinde kadınların puan ortalamaları (sırasıyla $x=27,13$, $x=28,90$, $x=13,61$, $x=6,00$), erkeklerin puan

Tablo 1. Cinsiyete Göre Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeyleri

Cinsiyet	GÖRÜLEN İDARİ DESTEK				
	n	%	X	SD	T Değeri
Kadın	126	67,4	27,13	5,06	3,14 *
Erkek	61	32,6	24,37	6,61	
İŞE BAĞLI STRESLE BAŞA ÇIKMA					
Kadın	126	67,4	28,90	6,00	2,09 *
Erkek	61	32,6	25,75	8,00	
İŞ DOYUMU					
Kadın	126	67,4	13,61	3,06	2,99 *
Erkek	61	32,6	11,01	4,99	
ÖĞRENCİLERE YÖNELİK TUTUMLAR					
Kadın	126	67,4	6,00	2,52	2,15 *
Erkek	61	32,6	4,93	4,18	
Toplam	187	100			

$p < 0,05$

ortalamlarından ($x=24,37$, $x=25,75$, $x=11,01$, $x=4,93$) anlamlı olarak daha büyüktür ($p<.05$). Hatırlanacağı gibi  T 'n n alt ölçeklerinden alınan yüksek puan tükenmişliği, düşük puan ise tükenmişliğin düşüklüğünü yansıtır. Araştırmada elde edilen bu sonuç

Schwab ve Ivanicki (1982), Connolly ve Sanders (1986), Girgin (1995), Sucuoğlu ve Kuloğlu-Aksaz (1995), Tüm-kaya (2000), Girgin ve Baysal (2005)'in araştırma sonuçları ile paralel bulunduğu söylenebilir. Araştırma sonuçlarının tersine Akçamete, Kaner ve Sucuoğlu

Tablo 2. Yaşa Göre  ğretmenlerin Tükenmişlik Düzeyleri

Yaş (ortl: 40,57; Min:20 Max: 58)	GÖRÜLEN İDARİ DESTEK			
	N	%	X	F Değeri
20-29	10	5,3	28,40	1,25
30-39	69	36,9	26,00	
40-49	92	49,2	26,66	
50-+	16	8,6	27,50	
İŞE BAĞLI STRESLE BAŐAŐIKMA				
20-29	10	5,3	22,70	0,232
30-39	69	36,9	26,97	
40-49	92	49,2	26,36	
50-+	16	8,6	24,93	
İŞ DOYUMU				
20-29	10	5,3	12,23	0,360
30-39	69	36,9	11,19	
40-49	92	49,2	11,85	
50-+	16	8,6	11,30	
ÖĞRENCİLERE YÖNELİK TUTUMLAR				
20-29	10	5,3	6,00	0,444
30-39	69	36,9	6,40	
40-49	92	49,2	5,71	
50-+	16	8,6	5,62	
Toplam	187	100		

$p>.05$

(2001)' çalışmasında ise iş doyumu açısından kadınların işyerinden genel olarak aldıkları doyum erkeklere oranla daha yüksek çıkmıştır. Buna karşın Akçamete, Kaner ve Sucuoğlu (2001), Kırılmaz, Çelen ve Sarp (2003) ve Besler (2006)'in yapmış olduğu araştırmada cinsiyetin tükenmişliğin hiçbir boyutu üzerinde etkili olmadığı ortaya çıkmıştır. Bu sonuç tartışılabilir.

Araştırma sonuçlarına göre öğretmenlerin büyük bir kısmının evli olması (%86,1), dolayısıyla geleneksel toplumda çalışan kadınlara verilen rol ve sorumluluğun (ev işleri, çocuk yetiştirme, yemek yapma vb) ağırlığı dikkate alındığında bayan öğretmenlerin yaşamış olduğu tükenmişliğin daha fazla olduğu kabul edilebilir. Elde edilen sonuca bu etmenlerin etkide bulunduğu söylenebilir. Araştırma sonunda cinsiyetin, öğretmenlerin yaşadığı tükenmişliği etkileyen önemli bir değişken olduğu saptanmıştır.

Araştırmanın 2 nolu denencesi "yaşa göre öğretmenlerin ÖTÖ'nin alt ölçeklerinden alınan puan ortalamaları arasında fark vardır" şeklinde ifade edilmiştir. Yaşa göre öğretmenlerin tükenmişlik düzeyleri arasında fark olup olmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (F) yapılmıştır. Tablo 2'de görüldüğü gibi yaş ile ilgili olarak öğretmenlerin ÖTÖ'nin alt ölçeklerinden aldıkları puanların istatistiksel analizi yer almaktadır. Görülen İdari destek, İşe Bağlı Stresle Başa Çıkma, İş Doyumu ve Öğrencilere Yönelik Tutum alt ölçeklerinde yaşa göre puan ortalamaları 20-29 yaş arasında puan ortalamaları (sırasıyla $x=28.40$, $x=22.70$, $x=12.23$, $x=6$), 30-39 yaş arasında puan ortalamaları (sırasıyla $x=26.00$, $x=26.97$, $x=11.19$, $x=6.40$), 40-49 yaş arası puan ortalamaları ($x=26.66$, $x=26.36$, $x(40-$

$49)=11.85$, $x=5.71$), 50+ puan ortalamaları ($x=27.50$, $x=24.93$, $x=11.30$, $x=5.62$) arasında anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Görülen idari destek alt ölçeğinde 20-29 yaş grubunda bulunan öğretmenlerin puan ortalamalarına bakıldığında daha fazla tükenme yaşadığı, aynı yaş grubundaki öğretmenlerin işe bağlı stresle başa çıkmada ise daha az tükenme yaşadıkları göze çarpmaktadır. İş doyumu ve öğrencilere yönelik tutumlar alt ölçeğinde ise yaş arttıkça öğretmenlerin işlerinden elde ettikleri doyumun arttığı ve daha az tükenmişlik yaşadığı görülmektedir. Yaşın ilerlemesiyle birlikte öğretmenlerin problemlerle başa çıkma yeteneklerinin gelişmiş olmasının bir etkisi olduğu söylenebilir. Araştırmada elde edilen bu sonucun, Schwab ve Ivanicki (1982)'nin ve Akçamete, Kaner ve Sucuoğlu (2001) ve Dolunay ve Piyal (2003), Kırılmaz, Çelen, Sarp (2003) ve Altay (2007)'in araştırma sonuçlarıyla paralel ancak Tümkiye (2000) ve Besler (2006)'nın araştırma sonuçlarıyla zıt bulunduğu söylenebilir. Sonuç olarak yaşın, öğretmenlerin yaşadığı tükenmişliği etkileyen önemli bir değişken olmadığı saptanmıştır.

Araştırmanın 3 nolu denencesi "medeni duruma göre öğretmenlerin ÖTÖ'nin alt ölçeklerinden alınan puan ortalamaları arasında fark vardır" şeklinde ifade edilmiştir. Medeni duruma göre öğretmenlerin tükenmişlik düzeyleri arasında fark olup olmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (F) testi yapılmıştır. Öğretmenlerin medeni durumlarına göre ÖTÖ'nin alt ölçeklerinden aldıkları puanların ortalamaları evli olanlar (sırasıyla $x=26.29$, $x=26.80$, $x=13.50$, $x=4.66$), bekar olanlar (sırasıyla $x=25.29$, $x=24.58$, $x=12.17$, $x=5.29$), dul, boşanmış olanlar

Tablo 3. Medeni Duruma Göre Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeyleri

Medeni Durum	GÖRÜLEN İDARİ DESTEK			
	N	%	X	F Değeri
Evli	161	86,1	26,29	0,732
Bekar	17	9,1	25,29	
Dul-Boşanmış	9	4,8	27,00	
İŞE BAĞLI STRESLE BAŞA ÇIKMA				
Evli	161	86,1	26,80	0,364
Bekar	17	9,1	24,58	
Dul-Boşanmış	9	4,8	25,26	
İŞ DOYUMU				
Evli	161	86,1	13,50	0,324
Bekar	17	9,1	12,17	
Dul-Boşanmış	9	4,8	14,22	
ÖĞRENCİLERE YÖNELİK TUTUMLAR				
Evli	161	86,1	4,66	0,177
Bekar	17	9,1	5,29	
Dul-Boşanmış	9	4,8	4,66	
Toplam	187	100		

p>.05

(sırasıyla $x=27.00$, $x=25.26$, $x=14.22$, $x=4.66$) arasındaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Alt ölçeklerden alınan puan ortalamalarında farklılıklar her ne kadar istatistiksel açıdan anlamlı görülmesede, örneğin, görülen idari destekten bekar öğretmenlerin diğer gruptakilerden (evli ve dul-boşanmış), işe bağlı stresle başa çıkmada ve iş doyumunu alt ölçekte daha az tükenme gösterdiği, öğrencilere yönelik tutumlarda ise bekar öğretmenlerin daha fazla tükenmişlik

yaşadığı söylenebilir. Ama genel olarak, medeni durumun tükenmişlikte etkili olmadığı söylenebilir. Elde edilen bu sonuç, Tümkiye (2000), Kırılmaz, Çelen ve Sarp (2003) ve Besler(2006)'nın araştırma sonuçlarıyla paralel bulunurken, Schwab ve Ivanicki (1982) ve Ergin (1992), Girgin (1995) ve Maraşlı (2005)'nin araştırma sonuçlarıyla zıt bulunmuştur. Araştırma sonunda medeni durumun, öğretmenlerin yaşadığı tükenmişliği etkileyen önemli bir değişken olmadığı saptanmıştır.

Tablo 4. Eğitim Durumunu Göre Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeyleri

Eğitim Durumu	GÖRÜLEN İDARİ DESTEK			
	n	%	X	F Değeri
İki yıllık yüksek okul-önlisans	49	26,2	27,22	0,724
Dört yıllık ya da daha uzun süreli Yüksekokul- Fakülte	131	70,1	25,94	
Üniversite üstü eğitim (master-Doktora)	7	3,7	26,42	
İŞE BAĞLI STRESLE BAŞA ÇIKMA				
İki yıllık yüksek okul-önlisans	49	26,2	26,59	0,195
Dört yıllık ya da daha uzun süreli Yüksekokul- Fakülte	131	70,1	26,31	
Üniversite üstü eğitim (master-Doktora)	7	3,7	28,14	
İŞ DOYUMU				
İki yıllık yüksek okul-önlisans	49	26,2	12,83	0,513
Dört yıllık ya da daha uzun süreli Yüksekokul- Fakülte	131	70,1	13,60	
Üniversite üstü eğitim (master-Doktora)	7	3,7	13,90	
ÖĞRENCİLERE YÖNELİK TUTUMLAR				
İki yıllık yüksek okul-önlisans	49	26,2	5,26	1,62
Dört yıllık ya da daha uzun süreli Yüksekokul- Fakülte	131	70,1	6,16	
Üniversite üstü eğitim (master-Doktora)	7	3,7	6,85	
Toplam	187	100		

p>.05

Öğretmenlerin kurumlarda, sınıf içi ortamda karşılaşacağı sorunlarla başa çıkamada eğitim düzeyinin etkili olduğu varsayılmıştır. Araştırmanın 4 nolu denencesi “eğitim durumuna göre öğretmenlerin ÖTÖ'nin alt ölçeklerinden alınan puan ortalamaları arasında fark vardır” şeklinde ifade edilmiştir. Eğitim durumuna göre öğretmenlerin tüken-

mişlik düzeyleri arasında fark olup olmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (F) testi yapılmıştır.

Tablo 4'de de görülebileceği gibi ÖTÖ'nin hiçbir alt ölçeğinde öğretmenlerin tükenmişlik puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir (p>0,05). Bu sonuç benzer literatür çalışmaları ile paralel bulun-

Tablo 5. Öğretmenlerin Hizmet Yılına Göre Tükenmişlik Düzeyleri

Hizmet Yılı (X: 12,11 Mak: 37 yıl)	GÖRÜLEN İDARİ DESTEK			
	n	%	X	F Değeri
1-5 yıl	9	4,8	22,66	1,14
6-10 yıl	40	21,4	26,17	
11-15 yıl	29	15,5	26,37	
16-20 yıl	30	16,0	25,70	
20 yıl ve üstü	79	42,21	26,82	
İŞE BAĞLI STRESLE BAŞA ÇIKMA				
1-5 yıl	9	4,8	23,11	0,781
6-10 yıl	40	21,4	26,10	
11-15 yıl	29	15,5	26,96	
16-20 yıl	30	16,0	27,40	
20 yıl ve üstü	79	42,21	26,64	
İŞ DOYUMU				
1-5 yıl	9	4,8	14,35	1,231
6-10 yıl	40	21,4	14,30	
11-15 yıl	29	15,5	12,44	
16-20 yıl	30	16,0	13,76	
20 yıl ve üstü	79	42,21	13,11	
ÖĞRENCİLERE YÖNELİK TUTUMLAR				
1-5 yıl	9	4,8	7,66	2,09
6-10 yıl	40	21,4	6,12	
11-15 yıl	29	15,5	6,00	
16-20 yıl	30	16,0	6,66	
20 yıl ve üstü	79	42,21	5,44	
Toplam	187	100		

muştur (Akçamete, Kaner ve Sucuoğlu 2001; Kırılmaz, Çelen ve Sarp 2003; Altay 2007). İki yıllık yüksek okul - ön-lisans mezunu öğretmenler, görülen idari destek alt ölçeğinden diğer grupta bulunan öğretmenlerden daha fazla tükenme belirtileri gösterirken, işe bağlı stresle başa çıkma, iş doyumu ve öğrencilere yönelik tutumlar alt ölçeğinde ise üniversite sonrası eğitim gören öğretmenlerin diğer grupta bulunan öğretmenlerden daha fazla tükendiği saptanmıştır. Bu bulgu, Tümkaya (2000), Dursun (2000) ve Maraşlı (2005)'nin araştırmasında elde edilen, eğitim düzeyi arttıkça tükenmişliğin de arttığı sonucuyla zıt bulunmuştur. Sonuçta, eğitim durumunun, öğretmenlerin yaşadığı tükenmişliği etkileyen önemli bir değişken olmadığı saptanmıştır.

Araştırmanın 5 nolu denencesi "hizmet yılına (kıdem) göre öğretmenlerin ÖTÖ'nin alt ölçeklerinden alınan puan ortalamaları arasında fark vardır" şeklinde ifade edilmiştir. Hizmet yılına (kıdem) göre öğretmenlerin tükenmişlik düzeyleri arasında fark olup olmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (F) testi yapılmıştır. Tablo 5'de de görülebileceği gibi ÖTÖ'nin hiçbir alt ölçeğinde öğretmenlerin tükenmişlik puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Baysal (1995), duygusal tükenmenin en etkili belirleyicilerinin, çalışma süresi, mesleğin toplumda hak ettiği yer, meslektaş desteği, aile desteği ve geleceğe ilişkin düşünceler olduğunu belirtmiştir. Kıdem yılı 1-5 yıl arasında olan yüksek okul mezunu öğretmenler, görülen idari destek, iş doyumu ve öğrencilere yönelik tutumlar alt ölçeğinden diğer grupta bulunan öğretmenlerden daha fazla tükenme belirtileri gösterirken, işe

bağlı stresle başa çıkma alt ölçeğinde 16-21 yıl arasında kıdem yılına sahip öğretmenlerin diğer grupta bulunan öğretmenlerden daha fazla tükendikleri saptanmıştır. Bu bulgu daha önce belirtilen yaş değişkeniyle paralellik göstermektedir. Benzer şekilde kıdem yılında da hizmet süresi arttıkça tükenmişlik azalmaktadır. Bir başka deyişle, hizmet süresi arttıkça iş doyumu ve öğrencilere yönelik olumlu tutumların da arttığı söylenebilir. Bu bulgular, Connolly ve Sanders (1986) ve Tümkaya (2000), Piyal ve Dolunay (2003) Kırılmaz, Çelen ve Sarp (2003) ve Altay (2007)'in araştırmasında elde ettiği sonuçlarla paralel ancak Schwab ve Ivanicki (1982) ve Çokluk (1999)'un araştırma sonucuyla zıt bulunmuştur. Araştırma sonunda hizmet yılı (kıdem)'nin, öğretmenlerin yaşadığı tükenmişliği etkileyen önemli bir değişken olmadığı saptanmıştır.

İş doyumu, öğretmenlerin işlerinin sonunda ortaya çıkan olumlu ya da olumsuz duygu durum olarak tanımlanabilir. Öğretmenlerin işlerini yaparken, işlerinden doyum alıp almamaları onların tükenmişlik yaşamasına katkıda bulunan faktördür. Araştırmanın 6 nolu denencesi "iş doyumuna göre öğretmenlerin ÖTÖ'nin alt ölçeklerinden alınan puan ortalamaları ile "evet" diyenler (sırasıyla $x=5.78$, $x=6.32$, $x=3.03$, $x=2.05$) ile "hayır" diyenlerin ($x=4.06$, $x=8.26$, $x=4.95$, $x=3.95$) ortalamaları arasında fark vardır" şeklinde ifade edilmiştir. İş doyumuna göre öğretmenlerin tükenmişlik düzeyleri arasında fark olup olmadığını belirlemek amacıyla t testi yapılmıştır. İşlerinden doyum alma durumuna göre öğretmenlerin ÖTÖ'nin dört alt ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Görülen

Tablo 6. Öğretmenlerin İş Doyumuna Göre Tükenmişlik Düzeyleri

İş Doyumu	GÖRÜLEN İDARİ DESTEK				
	N	%	X	SD	T Değeri
Evet	128	68,4	26,66	5,78	2,23 *
Hayır	59	31,6	24,30	4,06	
İŞE BAĞLI STRESLE BAŞAÇIKMA					
Evet	128	68,4	27,33	6,32	2,66 *
Hayır	59	31,6	24,77	8,26	
İŞ DOYUMU					
Evet	128	68,4	12,53	3,03	2,13 *
Hayır	59	31,6	15,32	4,95	
ÖĞRENCİLERE YÖNELİK TUTUMLAR					
Evet	128	68,4	5,06	2,05	2,22 *
Hayır	59	31,6	6,61	3,95	
Toplam	187	100			

* p<0,05

İdari destek ve işe bağlı stresle başa çıkma açısından işlerinden doyum alan öğretmenlerin tükenmişlik puan ortalamalarının diğer gruptakine göre daha yüksek olduğu, buna karşın iş doyum ve öğrencilere yönelik tutumlar alt ölçeğinde işlerinden doyum alan öğretmenlerin tükenmişlik puan ortalamalarının daha düşük olduğu saptanmıştır. Araştırmada elde edilen bu sonucun, Bay-sal (1995)'in araştırma sonuçlarıyla paralel bulunduğu söylenebilir. Böylece, iş doyumunun öğretmenlerin yaşadığı tükenmişliği etkileyen önemli bir değişken olmadığı saptanmıştır.

Stresli öğretim koşullarına, öğrencilere, öğretme rolüne ve yönetim desteğinin eksikliğine karşı tepki olarak ortaya çıkan öğretmen tükenmişliği, coşku ve motivasyon yetersizliği, bıkkınlık gibi olumsuz tutumlara neden olup, öğretmenlerin psikolojik ve fiziksel sağlığını olumsuz yönden etkileyebilmektedir (Seidman ve Zager, 1986). Kişiyi yüklenen aşırı yük, disiplin ve yönetici ile uyumsuzluk gibi örgütsel stres değişkenleri ile gastrit türü rahatsızlıklar, fiziksel yorgunluk, heyecan, yüksek kan basıncı gibi sağlık sorunları arasında önemli ilişki olduğu bulunmuştur (Golazewski ve diğ., 1984: 458).

Tablo 7. Tükenmişlik Nedeniyle Öğretmenlerde Ortaya Çıkan Önemli Sağlık Sorunları

Sağlık Sorunları	n	%
Başağrısı	110	30,2
Ülser, gastrit türü rahatsızlıklar	74	20,3
Uyku düzensizlikleri	57	15,6
Yüksek tansiyon	36	9,89
Aşırı sinirlilik	34	9,34
Kalp ve damar hastalıkları	33	9,86
Nefes darlığı	17	4,67
Titreme	3	0,08
Toplam puan*	364	100

*Bu soruya birden fazla yanıt verilmişti. Değerlendirmeler toplam puan üzerinden yapılmıştır.

Araştırmada elde edilen önemli sonuçlardan bir diğeri ise, öğretmenlerin tükenmişlik nedeniyle yaşamış olduğu önemli sağlık sorunlarının neler olduğunun belirlenmesidir. Araştırma kapsamındaki öğretmenlerin tükenmişlik nedeniyle yaşadığı önemli sağlık sorunları arasında; %30,2 ile baş ağrısı, %20,3 ülser, gastrit türü rahatsızlıklar ve %15,6 ile uyku düzensizliği olduğu saptanmıştır. Bulgular literatürle paralellik göstermektedir. Pines (1993 akt: Altay 2007) ve Çam (1992: 155-166) tükenmişliğin belirtilerini sürekli yinelenen nezle, başağrısı, bulantı, düşük benlik saygısı, madde bağımlılığı, uyku düzensizliği, solunum güçlüğü, yüksek kolesterol, kronik kalp rahatsızlığı, deri rahatsızlığı ile genel ağrı ve sızılar, çabuk öfkelenme olarak belirlemiştir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Tükenmişlik, özellikle insanlarla çalışmayı gerektiren mesleklerde ortaya çıkan duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve mesleki başarıda düşüş şeklinde kendini gösterir. Bu çalışmada, öğretmenlerin sosyo demografik özellikleri ve çalışma hayatı ile ilgili bazı özellikleriyle tükenmişlik puanları arasında fark olup olmadığı saptanmaya çalışılmıştır. Araştırmada, öğretmenlerin tükenmişlik durumları, görüşme formu ve Öğretmen Tükenmişlik Ölçeği (ÖTÖ) ile belirlenmiştir. Araştırma sonunda, Ankara Merkez İlçelerde görev yapan toplam 187 öğretmene ulaşılmıştır. Araştırmada, cinsiyet ile tükenmişlik ölçeğinin dört alt boyutu olan, görülen idari destek, işe bağlı stresle başa çıkma, iş

doymu ve öğrencilere yönelik tutumlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark olduğu belirlenmiştir ($p < 0,05$).

Tükenmişliğin yönetilebilmesi için tanımlanması ve nedenlerinin bilinmesi çok önemlidir. Zira bilinen ve tanımlanabilen tükenmişlikle mücadele edilebilir. Araştırmada,  ğretmenlerin çalışma hayatında yaşamış olduğu stresi azaltan ve artıran etmenlerin neler olduğunu belirlemek de mümkün olmuştur. Bunların, kurum yöneticileri veya eğitimde kalite konusuyla ilgilenenler için önemli girdiler olduğu düşünülmektedir.

Öğretmenlere göre işteki stresi azaltan etmenler:

- Huzurlu  alışma ortamı, sosyal faaliyetler, yıl içindeki tatiller, öğrencilerin başarısı, bir şeyler öğretme mutluluğu,  ğrenci ve velilerle iyi ilişkiler kurma, taktir görme, içi sevme, öğrencileri sevme, öğrencinin derse istekli ve hazırlıklı gelmesi, meslektaşlarla kurulan olumlu ilişkiler, iyi ve anlayışlı bir okul idaresi ve  zg r çalışma ortamıdır.

Öğretmenlere göre işteki stresi arttıran etmenler:

- Amir ve müfettişlerce yapılan gereksiz baskılar, bürokratik engeller, taktir edilmeme, öğrencilerin ilgisizliği, velilerinin ilgisizliği, okuldaki olumsuz ilişkiler, monotonluk, verilen emeğin karşılığını alamama, verilen derslerin  ğrenci tarafından  ğrenilmediğini ve/veya anlaşılmadığını hissetme, ücret yetersizliği, mesleğe gereken değerin verilmemesi, ders araç ve gereçlerinin yetersizliği, alanı dışındaki derslere girmek, aşırı yorgunluk,  ğrenci fazlalığı, okulların pis olması, ev ve iş me-

safesinin fazlalığı, sınıfta psikolojik ve zeka problemi olan öğrencilerin olması, yoğun çalışma, huzursuz ortam, bozulan eğitim sistemi, müfredat programının eksikliği ve hatalarıdır.

Öğretmenlerin sıklıkla ifade ettikleri en önemli konu, öğrencilerle sağlık bir iletişim ortamının kurulmasını engelleyen aşırı kalabalık sınıflardır. Ülkemiz koşulları gözden ge erildiğinde bu beklenen bir sonuçtur. Sınıflardaki  ğrenci sayıları ivedilikle mümkün olduğunca azaltılmalıdır. Kalabalık sınıflarda öğretmenlerin öğrenciler üzerindeki hakimiyeti g cleştiğinden öğrencilere yönelik tutumları olumsuzlaşmaktadır. Bu durum onların daha fazla tükenmişlik yaşamalarına neden olmaktadır. Daha az  ğrenci gruplarıyla çalışan öğretmenlerde yaşanan tükenmişlik de düşük olacaktır. Öğretmenlere, karşılaştıkları g c kl kle başedebilmeleri yönünde ilgili kurum yöneticileri yardımıdır. Çalışanların, işte stresle başa çıkma yeteneği arttıka tükenmişlik de azalmaktadır.

Eğitim kalitesini etkileyen en önemli faktörlerin başında gelen, öğretmenlerde yaşanan tükenmişliğin önlenebilmesi amacıyla çeşitli düzeyde müdahalelerin yapılması gerekmektedir. Örneğin;  d llendirme amaçlı olarak dönem sonlarında tükenmişliği azaltmak için öğretmenlere yönelik hizmet içi eğitim programları ve/veya başarılı öğretmenler için kısa süreli tatillerle düzenlenebilir.

Ülkemizde,  ğretmenlik mesleğinde tükenmişliğin yaşanması durumunda ortaya ne gibi sonuçların çıkabileceğini belirlemek, olumsuz sonuçları ortadan kaldırmak için alınması gereken önem-

leri sunmak amacıyla daha kapsamlı araştırmaların yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır. Bu araştırmadan elde edilen veriler tüm öğretmenlere genellenemez. Veriler, Ankara'da merkez ilçelerde görev yapan sınıf öğretmenlerinin iş ortamında yaşamış olduğu bazı sorunları, tükenmişlik durumları hakkında bilgiler sunmuştur.

Her okulun tükenmişlik profilinin elde edilmesi yöneticilere atılması gereken yollar hakkında ipuçları verecektir. Ayrıca öğretmenlerin yaşamış olduğu tükenmişliğin daha belirgin ve anlaşılır hale getirilmesi amacıyla, nicel araştırmalar yanında nitel araştırmaların yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Akçamete, G., Kaner, S., Sucuoğlu, B. (2001) Öğretmenlerde Tükenmişlik İş Doymu ve Kişilik, Nobel Yayıncılık, Ankara

Altay, M. (2007) Okul Yöneticilerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri İle Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişki, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tokat.

Baysal, A. (1995) Lise ve Dengi Okul Öğretmenlerinde Meslekte Tükenmişliğe Etki Eden Faktörler. (Yayınlanmamış Doktora Tezi), D.E.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Besler, E. (2006) Mesleki ve Teknik Eğitim Kurumlarında Görev Yapan Öğretmenlerde Tükenmişliğin İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Connolly, C. ve Sanders, W. (1988) The Successful Coping Strategies, the Answer to the Teacher Stress? Paper presented at the annual meeting of the Association of Teacher Educators, San Diego (ERIC document reproduction Service).

Çokluk, Ö. (1999) Zihinsel ve İşitsel Engelliler Okullarında Görev Yapan Yönetici ve Öğretmenlerde Tükenmişliğin Kestirilmesi, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara

Cordes, C. L., Dougherty, T. W. ve Bulum, M. (1997) "Pattern of Burnout Among Managers and Professionals: A Comparison of Models", *Journal of Organizational Behavior*, 18 (6), 685-701.

Çam, O. (1992) "Tükenmişlik Envanterinin Geçerlilik ve Güvenirliliğinin Araştırılması" VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları El Kitabı, 155-166.

Çam, O. ve Baysal, A. (1994) "İzmir Metropolitan Alan İçinde Bulunan Yataklı Sağlık Kurumlarında Görev Yapan Psikiyatrist ve Psikologlarda Tükenmişlik (burnout) Sendromunun İncelenmesi". VII. Ulusal Psikoloji Kongresi, İzmir.

Deckard G. J. ve Hicks L.L. (1992) "The Occurrence and Distribution of Burnout Among Infectious Disease Physicians", *Journal of Infectious Disease*, 165: 224-228.

Dolunay, Piyal, (2003) "Öğretmenlerde Bazı Mesleki Özellikler ve Tükenmişlik" Ankara: Kriz Dergisi 11 (1): 35-48

Dursun S. (2000), Öğretmenlerde Tükenmişlik ile Yükleme Biçimi, Cinsiyet, Eğitim Düzeyi ve Hizmet Süresi Değişkenleri Arasındaki Yordayıcı İlişkilerin İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.

Forber, B. A. (1984) "Stress and Burnout in Suburban Teachers", *Journal of Educational Research*, 77: 6.

Freudenberger, N.J. (1974) "Staff Burnout". *Journal of Social Issues*, 30, 159-165.

Friesen, D., Prokop, C.M ve Sarros, J.C. (1988) "Why Teachers Burnout", *Educational Research Quarterly*, 12, (3) 9-112.

Girgin, G. (1995). İlkokul Öğretmenlerinde Meslekten Tükenmişliğin Gelişimini Etkileyen Değişkenlerin Analizi ve Bir Model

-  nerisi. (İzmir İli Kırsal ve Kentsel Y re Karşılaştırması), Yayınlanmamış Doktora Tezi, D.E.  . Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Girgin, G. ve Baysal, A. "Tükenmişlik Sendromuna Bir  rnek: Zihinsel Engelli  ğrencilere Eğitim Veren  ğretmenlerin Mesleki Tükenmişlik Düzeyi", TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 2005:4(4)
- Golazewski, T.J., Milstein, M.M. ve Diğerleri. (1984) "Organizational and Health Manifestations of Teachers Stress: A Preliminary Report on T-the Buffalo Teachers Stress Intervention Project", *Journal of School Health*, 54, 458-463.
- Griffith, J., Steptoe, A., Cropley, M. (1999) "An Investigation of Coping Strategies Associate With Job Stress in Teachers", *British Journal Of Educational Psychology*, 69.
- Guglielmi, R.S. ve Tatrow, K. (1998) "Occupational Stress, Burnout, and Health in Teachers: A Methodological and Theoretical Analysis", *Review of Educational Research*, 68: 61-99.
- Hastings, P., Richard ve Mohammed, S. Bham, (2003) "The Relationship Between Student Behaviour Patterns and Teacher Burnout", *School Psychology*, 24 (1) 115-127.
- Işıkhana, V.(2004)  alıŐma Hayatında Stres ve Başa  ıkma Yolları, Ankara, Sandal Yayınları
- Izgar H. (2001), *Okul Y neticilerinde T kenmiŐlik*, Ankara, Nobel Yayın Dağıtım.
- Kalker, P. (1984) *Teacher Stress and Burnout: Causes Coping Strategies, Contemporary Education*. ProQuest Information and Learning Company, 56: 1.
- Kırılmaz, A.Y.,  elen,  ., Sarp, N. (2003) İlk retimde  alıŐan bir öğretmen grubunda "T kenmiŐlik Durumu" Araştırması.s:2-9; <http://www.ilkogretim-online.org.tr>
- Kyriacou C. ve Sutcliffe J. (1979) Theacher Stres and Satisfaction. *Educational Research*, 29 (2) 89-96.
- Kyriacou, C. (1987) "Teacher Stress and Burnout: an International Review". *Educational Research*, 29 (2) 46-152.
- Kyriacou, C. ve Sutcliffe, J. (1978) "Teacher Stress: Prevalence, Sources, and Symptoms", *British Journal of Educational Psychology*, 48: 159-67.
- Maraşlı, M. (2005) "Bazı  zelliklerine ve  ğrenilmiş G c l l k D zeylerine Göre Lise  ğretmenlerinin T kenmiŐlik Düzeyleri" T rk Tabipler Birliği Mesleki Mesleki Sağlık ve G venlik Dergisi, Temmuz, Ağustos, Eyl l 2005.
- Maslach, C. ve Jackson S.E. (1981) "The Measurement of Experienced Burnout" *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.
- Pierce, C.M. ve Molloy, G.N. (1990) "Psychological and Biographical Differences Between Secondary School Teachers Experiencing High and Low Levels of Burnout", *British Journal of Educational Psychology*, 60: 37-51
- Rasche, D.B., ve Diğerleri (1985) "Teacher Stress: the Elementary Teacher's Perspective", *The Elementary School Journal*, 85 (4) 559-564.
- Schwab, R.L. ve Iwanicki, E.F. (1982) "Who are our Burned out Teachers", *Educational Research Quarterly*, 7 (2) 5-17.
- Seidman, S.A (1985) "The Relationship Between Teacher Burnout and Media Utilization", Paper Presented at the Annual Meeting of the Association for Educational Communications and Technology, Anaheim, CA (ERIC Document Reproduction Services No: ED 256334).
- Sucuoğlu, B., Kulaksızoğlu-Aksaz N. (1996). " z rl  Çocuklarla  alıŐan  ğretmenlerde T kenmiŐliđin Değerlendirilmesi". *T rk Psikoloji Dergisi*, 10(36), 44-60.
- Türk, A. (2004)  ğretmenlerde Tükenmişlik, İnternette 04.05.2007'de elde edilmiştir: <http://www.egitim1@mynet.com>

Tümkiye, S. (1996) Öğretmenlerdeki Tükennişlik Görülen Psikolojik Belirtiler ve Başa Çıkma Davranışları. Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tümkiye, S. (2000) *İlköğretim 1. Kademesinde Görev Yapan Öğretmenlerin Sınıf içi Disiplin Anlayışları ile Tükennişlik Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Adana: Baki Kitabevi.