



## Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi

Dergi Web sayfası: <http://dergipark.gov.tr/usakead>

### OKUL ÖNCESİ ÖĞRETMEN VE ÖĞRETMEN ADAYLARININ STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARI

### PRE-SCHOOL TEACHERS' AND TEACHER CANDIDATES' COPING STYLES WITH STRESS

Kazım Biber\* Hülya Cankorur\*\* Elif Asena Aydemir\*\*\* Rabia Sultan Güler\*\*\*\*

\* Dr. Öğretim Üyesi, Balıkesir Üniversitesi, kbiber@balikesir.edu.tr.

\*\* Öğretmen, Rahmi Kula Anadolu Lisesi, cankorur.emin@gmail.com.

\*\*\*Öğrenci, İstanbul Aydın Üniversitesi, asena1397@gmail.com.

\*\*\*\*Öğrenci, Rahmi Kula Anadolu Lisesi, rabiaglr260@gmail.com.

Gönderilme Tarihi: 26 Mayıs 2019

Yayınlanma Tarihi: 21 Ekim 2019

**Özet:** Stres, bir bütün olarak bireyi tehdit eden çevresel faktörlerin bir bileşimi olarak düşünülebilir. Stresle baş etme, içsel ve dışsal talepleri dengelemek için bireyin bilişsel ve davranışsal çabalarını ifade etmektedir. Bu çalışmanın amacı, okul öncesi öğretmenlerinin ve öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarını bazı değişkenlere göre incelemesidir. Araştırmada, öğretmenlerinin stresle başa çıkma tarzlarının cinsiyet, yaş ve toplam mesleki kıdem gibi demografik değişkenler açısından incelenmesi, öğretmen adaylarının ise yaş, cinsiyet ve sınıf düzeyi açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Aynı branştaki öğretmen ve öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarını ortaya koyan araştırmanın çalışma grubunu, Balıkesir ilinde görev yapan 143 okul öncesi öğretmeni ve Balıkesir Üniversitesi Necatibey Eğitim Fakültesi okul öncesi eğitimi anabilim dalında eğitim gören 180 okul öncesi öğretmen adayı oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Şahin ve Durak (1995) tarafından geliştirilen "Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği" kullanılmıştır. Kullanılan ölçek ve alt boyutlarının güvenilirlik katsayıları, çalışmaya esas değişkenlerin ortalama, mod, medyan, çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanmıştır. Verilerin analizinde, bağımsız grup t testi, tek yönlü varyans analizi, varyansın homojenliği için Levene testi ve farklar için Post-hoc testleri uygulanmıştır. Araştırma sonucuna göre, öğretmen

adaylarının stresle başa çıkma tarzlarında kadınların, sosyal destek arama puanları erkeklere oranla daha yüksek olduğu, 4. sınıfların stresle başa çıkma tarzlarından sosyal destek arama puanlarının 2. sınıflara oranla daha yüksek olduğu, Öğretmenlerin Stres ile başa çıkma tarzlarının yaşa göre Kendine Güvenli Yaklaşım, Boyun Eğici yaklaşım ve İyimser yaklaşım tarzlarında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu, öğretmenlerin stresle başa çıkma tarzlarından kendine güvenli yaklaşım ve İyimser yaklaşım tarzına ilişkin ortalama puanlarının öğretmen adaylarına oranla daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

---

**Anahtar Kelimeler:** Stresle başa çıkma tarzları, öğretmen adayı, okul öncesi öğretmeni.

---

**Abstract:** Stress can be considered as a combination of environmental factors that threaten the individual as a whole. Coping with stress expresses the individual's cognitive and behavioral efforts to balance internal and external demands. The aim of this study is to examine the ways in which preschool teachers and teacher candidates cope with stress according to some variables. In this study, it has been aimed to examine the attitudes of teachers to cope with stress in terms of demographic variables such as gender, age, and professional seniority, and to examine the attitudes of teacher candidates to cope with stress in terms of age, gender, and grade level. The study group of the research that reveals coping styles of teachers and teacher candidates from the same field with stress consisted of 143 pre-school teachers working in the province of Balıkesir and 180 pre-school teacher candidates who were educated in Balıkesir University Necatibey Faculty of Education pre-school education department. "Coping Styles with Stress Scale" developed by Şahin and Durak (1995) was used as data collection tool. The reliability coefficients of the scale and its sub-dimensions and the mean, mode, median, skewness and kurtosis values of the variables were calculated. In the analysis of the data, independent sample t-test, one-way analysis of variance, Levene test for the homogeneity of variance and Post-hoc tests for the differences were applied. According to the results of the study, it was found out that female teacher candidates' social support search scores were higher than the males in the coping styles with stress, and that 4th grade students' social support search scores were higher than the 2nd grade students in the coping styles with stress. It was concluded that there was a statistically significant difference between the groups based on teachers' age in terms of self-confident approach, complying approach, and optimistic approach to their coping styles with stress, and that the average scores of teachers regarding self-confident approach and optimistic approach to their coping styles with stress were higher than teacher candidates.

---

**Keywords:** Coping styles with stress, teacher candidates, pre-school teachers.

---

## Giriş

Yaşamın vaz geçilmezi olan stres, insan yapımı olan bir ürünün ağır yükleri taşıyabilmesi ve deformasyona karşı koyabilmesi için nasıl tasarlanması gerektiği sorununu analiz etmek için önce fizikte kullanılan bir terimken, davranış bilimlerine geçişle birlikte, kullanımı da değişmiştir (Krohne, 2002). Wheeler (2007)'e göre stres, bir nesneye uygulanan kuvvet miktarı olarak ifade etmekte, insanlara uygulanışını açıklarken de baskı ve güç kavramlarını kullanmaktadır. Maddi zorluklar, sağlık sorunları, kişisel çatışmalar ve iş sorunları gibi durumların insanın, bedeni, zihni ve ruhu üzerinde baskı oluşturduğunu belirtmektedir. Günlük yaşamın bir gerçeği olan stres, insan dengesini bozan uyaranlar (Köknal, 1998), Schermerhorn (1989) göre, olağan üstü talepler, sınırlamalar ya da fırsatlarla yüz yüze gelindiğinde bireysel olarak yaşanan gerilim durumu olarak tanımlanmaktadır. Kişinin bedensel ve ruhsal sınırlarının tehdit edilmesi ve zorlanması ile ortaya çıkan durum olan stres, belirli bir seviyede kaldığında yaşamdan tat alma, hayata meydan okuma, fırsatlar görme, hedefe yönelme gibi olumlu etkileri olmakla birlikte (Ivanecovich ve Matteson, 1980), belirli bir seviyenin ötesine geçildiğinde endişe, sinirlilik, yorgunluk, vücut metabolizmasında dengesizlik ve bağımsızlık sisteminin bozulması gibi rahatsızlıklara neden olmakta, fizyolojik ve zihinsel sağlığı olumsuz etkilemektedir (Bartlett, 1998). İnsan yaşamının büyük bölümü çalışma ortamında geçmektedir. Meslek bireye; statü, toplumsal rol, ekonomik güç sunmakla birlikte fizyolojik ve psikolojik yönden de bazı olumsuzluklara da neden olabilmektedir (Yılmaz ve Ekici, 2006). Çalışma ortamında iş stresi, bireyin yeteneklerindeki yetersizliklere, fiziksel ya da psikolojik nedenlere bağlı olarak ortaya çıkan ve bireyde gerilim yaratan durum olarak belirtilmektedir (Clegg, 2001). İş yükünün fazlalığı, kurum içi ve kurum dışı ilişkiler, kurum çalışanlarının görev tanımlarındaki belirsizlik, yöneticilerin olumsuz tutumları, monotonluk, çalışma ortamının fiziksel koşulları gibi (Aytaç, 2002; Erdem, 2004; Gümüştekin & Öztemiz, 2005; Soysal, 2009) kurumdan kaynaklanan; ayrıca bireyin aile, ekonomik sorunlar ve kişiliğinden kaynaklı kişisel faktörler de strese neden olabilmektedir.

Öğretmen olmak, alan yazında yapılan çok sayıda çalışma ile de ortaya konduğu gibi güzel ama aynı zaman da stresli işlerden biridir (Boyle, Borg, Falzon & Baglioni, 1995; Clipa, 2015; Dick & Wagner, 2001; Ignat & Clipa, 2012; Kitchen et al., 2017; Neves de Jesus vd., 2014). Son zamanlarda yapılan çalışmalar, öğretmenlik stresinin diğer mesleklerle ilgili streslerden daha derin olduğunu göstermektedir (Travers ve Cooper, 1996).

Avrupa'da Öğretmenlik Mesleği: Uygulamalar, Algı ve Politikalar (2015) raporunda, öğretmenliğin insanlarla etkileşim içeren bir iş olduğu bu nedenle iş piyasasında yüksek talep gören bir meslek olarak görülürken son zamanlarda bu talebin azaldığı, eğitim sistemi içinde bu durumun krize yol açmaması için öğretmen yetiştiren kurumların ve okulların stresten uzak güvenli ortamlar olması gerektiğine dikkat çekilmektedir (Kitchen et al., 2017). Yüksek stres, öğretmenlerin performanslarını olumsuz etkilediği gibi bu durum öğrencilerin sınıftaki uyumunu, kabulünü, yönlendirilmesi ve cesaretlendirilmesinde eğitimsel başarısızlığa yol açabilir (Cozolino, 2017).

Gençlik dönemi, insanın hayatında değişimin en ön planda olduğu dönem olarak dikkat çekmektedir (Aşçı, vd., 2015). Bu dönemde birey sosyal, fiziksel ve toplumsal birçok çatışma yaşamakta, psiko-sosyal ve cinsel olgunlukla birlikte kimlik bulma çabaları artmaktadır (Kaya, Genç, Kaya ve Pehlivan, 2007). Lisans düzeyindeki öğrenciler için üniversite, onları bir mesleğe hazırlamakla birlikte, öğrenme, beklenen akademik başarıyı karşılama, dahil oldukları akademik ve sosyal ortama uyum sağlama, sosyal özgürlük, akran ilişkilerini yürütme, okul bittiğinde iş bulabilme gibi bir çok konuyla baş etmeyi gerektirmektedir. Gençlerin kaygı bozukluğu, huzursuzluk, gereksiz riske girme, kolay heyecana kapılma, heyecansal patlamalar, üretkenliğin düşmesi, eleştiriye duyarlılık, kurallara önem vermeme, hastalıkların artışı, itaatsizlik gibi stres belirtilerini ve sonuçlarını öğrencilik dönem yoğun yaşadıkları bilinmektedir (Aydın, 2008). Öğrencilerin algıladıkları stres durumları ve bu duruma karşı eğilimleri üzerinde yapılan çalışmaların sonuçları da endişe vericidir (Sax, 1997). Üniversite öğrencileri arasında ruh sağlığı sorunlarının artması, okul, akran, aile üyelerini ve çevresini de olumsuz etkilemektedir (Britz & Pappas, 2010).

Stresle başa çıkma, çevreye uyumu arttırma çabaları veya stresli koşullar altında olumsuz sonuçlardan kaçınma çabaları olarak tanımlanmaktadır (Julkunen, Gustavsson-Lilius, Hietanen, 2009). Lazarus ve Folkman (1984) göre, başa çıkma, stresli bir olayla ya da olumsuz sonucunu en aza indirmeyi amaçlayan bir durumla başa çıkmak için kullanılan bir dizi bilinçli davranış ve zihinsel çaba olarak tanımlanmaktadır. Her iki tanımlama da stresle başa çıkma becerilerinin bilişsel ve davranışsal bileşenleri olduğu dikkat çekmektedir. Ho, Chan ve Ho (2004) göre stresle baş etme stratejisi iki tanedir. İlki stresli bireyin istenmeyen ve strese neden olan duyguları kontrol etmesi duyguyu odaklı başa çıkma stratejisi, ikincisi ise strese neden olan veya tehdit eden koşulları değiştirmesi veya bu koşulların bulunduğu ortama girmemesi problem odaklı başa çıkma stratejisidir. Yaratıcı düşünme, problem çözme, esnek davranışlar ve verilen herhangi bir durumda doğru geri bildirim verme gibi beceriler, durumun doğasına ve bireyin zayıflıklarına ve yeteneklerine bağlı olarak stresle baş etmede bireye yardımcı olabilmektedir.

Stresin doğasını ve önemini tartışmak yerine, son zamanlarda odak, bireyin psikolojik boyutunun stres faktörleriyle ya da bu faktörlerden kaynaklanan duygusal değişikliklerle yüzleşmedeki rolüne yönelmiştir. Aynı meslek grubundaki öğretmen adayları ve öğretmenler de çeşitli stres kaynakları nedeniyle baskı, tehdit ve gerilim gibi duygusal zorlanmalarla karşı karşıya kalmaktadır. Bu durumda içsel ve dışsal talepleri dengelemek için bilişsel ve davranışsal çabalarıyla stresle başa çıkma stratejileri kullanılmaktadır. Ayrıca stresle başa çıkma tarzı bireyin kişisel özelliklerine göre farklılık gösterebilmektedir. Bu noktadan hareketle çalışmanın amacı; okul öncesi öğretmenlerinin ve öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarının bazı değişkenler açısından incelenerek aralarındaki ilişkinin belirlenmesidir.

## Yöntem

### Araştırmanın Modeli

Okul öncesi öğretmen ve öğretmen adaylarının algılanan stresle başa çıkma tarzları arasında bir ilişkinin olup olmadığını belirlemeyi amaçlayan bu çalışmada; nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. İlişkisel tarama modeli “iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir” (Karasar, 2012).

### Çalışma Grubu

Bu araştırmanın evrenini 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Balıkesir ilinde okul öncesi eğitim kurumlarında görev yapan öğretmenler ve Balıkesir Üniversitesi Necatibey Eğitim Fakültesinde öğrenim gören öğretmen adayları oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubunu ise Balıkesir ilinde görev yapan 143 okul öncesi öğretmeni ve Balıkesir Üniversitesi Necatibey Eğitim Fakültesi okul öncesi eğitimi anabilim dalında eğitim gören 180 okul öncesi öğretmen adayı oluşturmaktadır. Çalışma grubunun demografik özellikleri Tablo 1, 2 ve 3 de verilmiştir.

**Tablo 1.** Çalışma grubunun özellikleri (cinsiyet).

Kategori	Tanım	Okul Öncesi Öğrt.		Öğretmen Adayı		Toplam	
		N	%	N	%	N	%
Cinsiyet	Kadın	143	100	156	86.7	299	92.6
	Erkek	0	0	24	13.3	24	7.4
	Toplam	143	100	180	100	323	100

Tablo 1’de görüldüğü gibi çalışma grubundaki okul öncesi öğretmenlerinin tamamı kadın (%100), öğretmen adaylarının ise yaklaşık %14’ü erkektir.

**Tablo 2.** Okul öncesi öğretmenlerinin özellikleri.

Kategori	Tanım	Okul Öncesi Öğrt.	
		N	%
Yaş	24-30	29	20.3
	31-37	59	41.3
	38-44	33	23.1
	45-51	13	9.1
	51-57	8	5.6
	58+	1	.7
	Toplam	143	100
Eğitim Durumu	Önlisans	9	6.3
	Lisans	128	89.5
	Lisansüstü	6	4.2
	Toplam	143	100
Aktif Çalışma Süresi	1-5	9	6.3
	6-10	49	34.3
	11-15	50	35
	15+	35	24.5
	Toplam	143	100

Çalışma grubundaki okul öncesi öğretmenlerinin %62'si 38 yaşın altında, yaklaşık %90'ı lisans mezunu ve %40'ı 11 yılın altında mesleki kıdeme sahiptir.

**Tablo 3.** Okul öncesi öğretmen adaylarının özellikleri.

Kategori	Tanım	Öğretmen Adayı	
		N	%
Sınıf	2. Sınıf	94	52.2
	4. Sınıf	86	47.8
	Toplam	180	100
Yaş	18-20	28	15.6
	21-22	92	51.1
	23-24	35	19.4
	24+	25	13.9
	Toplam	180	100
Kaçınıcı Lisans Eğitimi	1.	148	82.2
	2.	28	15.6
	3.	4	2.2
	Toplam	180	100
Lise Türü	Öğretmen Lisesi	28	15.6
	Anadolu Lisesi	64	35.6
	Meslek Lisesi	61	33.9
	Diğer	27	15
	Toplam	180	100
Kardeş Sayısı	0	33	18.3
	1	70	38.9
	2	76	42.2
	3 ve üzeri	1	.6
	Toplam	180	100.0

Okul öncesi öğretmen adaylarının %52'si 2. Sınıf, %50'si 21-22 yaş aralığında, %15'i ikinci lisans eğitimini almakta, %34'ü meslek lisesi mezunu ve %42 sinin 2 kardeşi vardır.

### Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak birinci bölümde araştırmacı tarafından hazırlanmış olan öğretmen ve öğretmen adaylarının demografik özelliklerini içeren "Kişisel Bilgi Formu" ve öğretmen ile öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarını belirlemek için Şahin ve Durak (1995) tarafından geliştirilen "Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçekte kendine güvenli yaklaşım (7 madde), iyimser yaklaşım (5 madde), çaresiz yaklaşım (8 madde), boyun eğici yaklaşım (6 madde) ve sosyal destek arama (4 madde) olmak üzere 5 boyuttan toplam 30 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddeleri "0 = Hiç uygun değil" ve "3 = Tamamen uygun" şeklinde puanlanan dördümlü Likert tipi dereceleme kullanılmıştır. Alt ölçeklerden alınan puanların yüksek olması bu boyutta belirtilen başa çıkma tarzının daha fazla kullanıldığına işaret etmektedir. Araştırmada kullanılan stresle başa çıkma tarzları ölçeği ve alt boyutlarının güvenilirlik katsayıları yeniden hesaplanmış olup tablo 4'de verilmiştir.

**Tablo 4.** Stresle başa çıkma tarzları ölçeği ve ölçeğe ait faktörlerin cronbach  $\alpha$  katsayıları.

$\alpha$ Değeri		
	Faktörler	Ölçeğin Tamamı
Kendine Güvenli Yaklaşım	.86	
Çaresiz Yaklaşım	.78	
Boyun Eğici Yaklaşım	.71	.76
İyimser Yaklaşım	.79	
Sosyal Destek Arama	.70	

Tablo 4'de görüldüğü gibi, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeğine ilişkin iç tutarlık katsayıları; kendine güvenli yaklaşım için .86, çaresiz yaklaşım için .78, boyun eğici yaklaşım için .71, iyimser yaklaşım için .79, sosyal destek arama için .70 ve ölçeğin tamamı için .76 olarak hesaplanmıştır. Ölçek geçerliklerine ait  $\alpha$  katsayılarının .70 üzerinde olduğu dolayısıyla ölçeğin güvenilir olduğu kanısına varılmıştır (Büyüköztürk, 2006).



### Verilerin Analizi

Çalışmaya esas değişkenlerin, ortalama, mod, medyan, çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanmıştır. Bir seriye frekans dağılımında ortalama, mod ve medyan değerlerinin birbirine eşit olması durumunda verilerin merkezi eğilim ölçüleri etrafında simetrik dağıldığını söyleyebiliriz. Bu değerlerin birbirine eşit olmadığı durumlarda çarpıklık ve basıklık değerlerine bakarak serinin normal dağılıp dağılmadığına karar verilebilir. Çarpıklık ve basıklık katsayılarının (+-1) aralıklarında kalması verilerin normal dağılım sergilediğini göstermektedir (Büyüköztürk, 2006). Ölçeğe ilişkin normallik ve Kullanılan Stresle Başa Çıkma Tarzları ölçeğine ilişkin normallik testleri tablo 5’de verilmiştir.

**Tablo 5.** Stresle başa çıkma tarzları ölçeği normallik testleri.

	Ortalama	Mod	Medyan	Çarpıklık	Basıklık
Kendine Güvenli Yaklaşım	5.04	5.00	5.10	-0.514	-0.109
Çaresiz Yaklaşım	3.23	2.30	3.00	0.448	-0.253
Boyun Eğici Yaklaşım	1.69	2.00	1.60	0.459	0.137
İyimser Yaklaşım	2.99	3.10	3.10	-0.290	-0.493
Sosyal Destek Arama	2.74	3.10	2.70	-0.262	-0.363

Algılanan stres düzeyi ve stresle başa çıkma tarzlarının demografik değişkenlere göre farklılık gösterme durumu; iki değişkenli demografik özelliklerde bağımsız t-testi, ikiden fazla değişkenli demografik özelliklerde tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile analiz edilmiştir. Tek yönlü varyans analizi sonucunda istatistiksel bir farklılık bulunduğu bu durumda bunun hangi gruplardan kaynaklandığı Post Hoc testleriyle belirlenmiştir (Yurtkoru ve Çinko, 2010: 128; Öztürk, 2006: 135). Bağımsız Grup t Testi sonuçlarına göre var olan farklılığın etki düzeyini belirtmek için etki düzeyi referans aralıkları alınmıştır (Sawilowsky, 2009; Cohen, 1988; Sawilowsky, 2009). Çalışma verilerinin analizinde “SPSS 17.0” istatistik paket programı kullanılarak yapılmıştır.

### Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde analizi sonucunda ulaşılan bulgulara yer verilmiştir.

Öğretmenlerin Stres ile başa çıkma tarzlarının yaşa göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan tek yönlü varyans analizi testi sonuçları tablo 6’da verilmiştir

**Tablo 6.** Öğretmenlerin stresle başa çıkma tarzlarının yaşa göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan tek yönlü varyans analizi testi sonuçları.

	Grup	N	$\bar{X}$	ss	Var. Kar.	Anova Sonuçları					Etki D. ( $\eta^2$ )
						KT	Sd	KO	F	P	
Kendine Güvenli Yaklaşım	24-30	29	4,62	1,56	Gruplar Arası	21,951	4	5,488	3,562	,008	.09
	31-37	59	5,64	1,04	Gruplar İçi	212,578	138	1,540			
	38-44	33	5,57	1,17	Toplam	234,528	142				
	45-51	13	5,42	1,03							
	51-58	9	5,20	1,77							
	Toplam	143	5,37	1,29							
Çaresiz Yaklaşım	24-30	29	2,93	1,51	Gruplar Arası	7,676	4	1,919	1,002	,409	
	31-37	59	2,65	1,43	Gruplar İçi	264,221	138	1,915			
	38-44	33	2,62	1,25	Toplam	271,896	142				
	45-51	13	3,36	1,16							
	51-58	9	2,47	1,37							
	Toplam	143	2,75	1,38							
Boyun Eğici Yaklaşım	24-30	29	1,48	0,76	Gruplar Arası	7,722	4	1,930	2,556	,042	.06
	31-37	59	1,54	0,74	Gruplar İçi	104,218	138	,755			
	38-44	33	1,54	1,08	Toplam	111,940	142				
	45-51	13	2,33	1,05							
	51-58	9	1,53	0,85							
	Toplam	143	1,60	0,89							
İyimser Yaklaşım	24-30	29	2,79	1,04	Gruplar Arası	13,331	4	3,333	3,694	,007	.09
	31-37	59	3,56	0,99	Gruplar İçi	124,513	138	,902			
	38-44	33	3,15	0,98	Toplam	137,844	142				
	45-51	13	3,59	0,69							
	51-58	9	3,24	0,36							
	Toplam	143	3,29	0,99							
Sosyal Destek Arama	24-30	29	2,94	0,68	Gruplar Arası	1,917	4	,479	1,085	,367	
	31-37	59	2,79	0,60	Gruplar İçi	60,971	138	,442			
	38-44	33	2,75	0,76	Toplam	62,888	142				
	45-51	13	2,62	0,59							
	51-58	9	2,49	0,77							
	Toplam	143	2,78	0,67							

Tablo 6'da görüldüğü gibi öğretmenlerin stres ile başa çıkma tarzlarının yaşa göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan tek yönlü varyans analizi testi sonunda Kendine Güvenli Yaklaşım ( $F=3,562$ ,  $p<0,05$ ), Boyun Eğici yaklaşım ( $F=2556$ ,  $p<0,05$ ) ve İyimser yaklaşım tarzlarında ( $F=3694$ ,  $p<0,05$ ) gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlemlenmiştir. Gözlemlenen farkların etkisi için eta-kare değerleri ( $\eta^2$ ) hesaplanmış ve etki düzeylerinin düşük olduğu gözlemlenmiştir. Farkın

hangi gruplar arasında olduğunu incelemek için tamamlayıcı istatistikler yapılmıştır. Varyansın homojenliği için Levene testi ve farklar için Post-hoc testleri yapılmıştır. Test sonuçları tablo 7’de verilmiştir.

**Tablo 7.** Levene Testi sonuçları ve Post-Hoc analizleri.

		Levene istatistiği	sd1	sd2	p	Post-Hoc
Kendine Yaklaşım	Güvenli	1,095	4	138	.362	Scheffe
Boyun Eğici Yaklaşım		1,500	4	138	.206	Scheffe
İyimser Yaklaşım		2,553	4	138	.042	Tamhane T2

Levene testi sonucunda varyansların homojenliği test edilmiş ve varyanslar homojen dağılan; Kendine Güvenli Yaklaşım ve Boyun Eğici yaklaşım için Post-hoc testlerinden Scheffe, homojen dağılmayan İyimser Yaklaşım için Tamhane T2 testi uygulanmıştır. Öğretmenlerin kendine güvenli yaklaşım tarzlarının yaş değişkenine göre hangi gruplar arasında farklılaştığını belirlemek üzere yapılan scheffe testi sonuçları tablo 8’de verilmiştir.

**Tablo 8.** Öğretmenlerin kendine güvenli yaklaşım tarzlarının yaş değişkenine göre hangi gruplar arasında farklılaştığını belirlemek üzere yapılan scheffe testi sonuçları.

	Gruplar (i)	Gruplar (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p	Fark
Kendine Güvenli Yaklaşım	24-30	31-37	-1.01*	.28	.014	31-37> 24-30
		38-44	-0.95	.32	.068	
		45-51	-0.79	.41	.459	
		51-58	-0.58	.47	.830	
	31-37	24-30	1.01*	.28	.014	31-37> 24-30
		38-44	0.07	.27	1.000	
		45-51	0.22	.38	.987	
		51-58	0.44	.44	.914	
	38-44	24-30	0.95	.32	.068	
		31-37	-0.07	.27	1.000	
		45-51	0.15	.41	.997	
		51-58	0.37	.47	.960	
	45-51	24-30	0.79	.41	.459	
		31-37	-0.22	.38	.987	
		38-44	-0.15	.41	.997	
		51-58	0.22	.54	.997	

51-58	24-30	0.58	.47	.830
	31-37	-0.44	.44	.914
	38-44	-0.37	.47	.960
	45-51	-0.22	.54	.997

Tablo 8 incelendiğinde Kendine güvenli yaklaşım tarzında farkın 31-37 ile 24-30 yaş grupları arasında olduğu ve farkın 31-37 yaş grubu lehine olduğu gözlemlenmiştir. Öğretmenlerin boyun eğici yaklaşım tarzlarının yaş değişkenine göre hangi gruplar arasında farklılaştığını belirlemek üzere yapılan Scheffe testi sonuçları tablo 9 da verilmiştir.

**Tablo 9.** Öğretmenlerin boyun eğici yaklaşım tarzlarının yaş değişkenine göre hangi gruplar arasında farklılaştığını belirlemek üzere yapılan scheffe testi sonuçları.

	Gruplar (i)	Gruplar (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	P	Fark
Boyun Eğici Yaklaşım	24-30	31-37	-.06	.20	.998	
		38-44	-.06	.22	.999	
		45-51	-.85	.29	.031	45-51 > 24-30
		51-58	-.05	.33	1.000	
	31-37	24-30	.06	.20	.998	
		38-44	.00	.19	1.000	
		45-51	-.79	.27	.029	45-51 > 31-37
		51-58	.01	.31	1.000	
	38-44	24-30	.06	.22	.999	
		31-37	.00	.19	1.000	
		45-51	-.79	.28	.049	45-51 > 38-44
		51-58	.01	.33	1.000	
	45-51	24-30	.85	.29	.031	45-51 > 24-30
		31-37	.79	.27	.029	45-51 > 31-37
		38-44	.79	.28	.049	45-51 > 38-44
		51-58	.80	.38	.219	
51-58	24-30	.05	.33	1.000		
	31-37	-.01	.31	1.000		
	38-44	-.01	.33	1.000		
	45-51	-.80	.38	.219		

Tablo 9'a göre, boyun eğici yaklaşım tarzlarının yaş değişkenine göre farkın 45-51 ile 24-30, 31-37 ve 38-44 yaş grupları arasında olduğu ve farkın 45-51 yaş grubu lehine

olduğu sonucuna varılmıştır. Öğretmenlerin iyimser yaklaşım tarzlarının yaş değişkenine göre hangi gruplar arasında farklılaştığını belirlemek üzere yapılan tamhane t2 testi sonuçları tablo 10'da verilmiştir.

**Tablo 10.** Öğretmenlerin iyimser yaklaşım tarzlarının yaş değişkenine göre hangi gruplar arasında farklılaştığını belirlemek üzere yapılan tamhane t2 testi sonuçları.

	Gruplar (i)	Gruplar (j)		$Sh_{\bar{x}}$	P	Fark
İyimser Yaklaşım	24-30	31-37	-0,77	,23	,017	31-37>
		38-44	-0,36	,26	,845	
		45-51	-0,80	,27	,059	
		51-58	-0,45	,23	,430	
	31-37	24-30	0,77	,23	,017	31-37>
		38-44	0,41	,21	,459	
		45-51	-0,03	,23	1,000	
		51-58	0,32	,18	,568	
	38-44	24-30	0,36	,26	,845	
		31-37	-0,41	,21	,459	
		45-51	-0,44	,26	,637	
		51-58	-0,09	,21	1,000	
	45-51	24-30	0,80	,27	,059	
		31-37	0,03	,23	1,000	
		38-44	0,44	,26	,637	
		51-58	0,35	,23	,781	
	51-58	24-30	0,45	,23	,430	
		31-37	-0,32	,18	,568	
		38-44	0,09	,21	1,000	
		45-51	-0,35	,23	,781	

Öğretmenlerin iyimser yaklaşım tarzlarının yaş değişkenine göre hangi gruplar arasında farklılaştığını belirlemek üzere yapılan Tamhane T2 Testi Sonuçlarına göre

İyimser yaklaşım tarzında farkın 31-37 ile 24-30 yaş grupları arasında olduğu ve farkın 31-37 yaş grubu lehine olduğu (Tablo 10) gözlemlenmiştir. Öğretmenlerin Stresle Başa Çıkma Tarzlarının mezun olunan okula göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere tek yönlü varyans analizi yapılmış sonuçlar tablo 11 'de verilmiştir.

Tablo 11'e bakıldığında öğretmenlerin stresle başa çıkma tarzları istatistiksel olarak mezun olunan okul türüne göre farklılaşmadığı görülmüştür. Öğretmenlerin Stresle Başa Çıkma Tarzlarının aktif olarak çalışılan süresi yani mesleki kıdeme göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere tek yönlü Varyans analizi yapılmış, sonuçlar tablo 12 de verilmiştir.

Okul öncesi öğretmenlerinin stresle başa çıkma tarzları aktif olarak sürdürdükleri çalışma süresine göre istatistiksel anlamda farklılaşmamaktadır (tablo 12). Okul öncesi öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarının yaş değişkenine göre değişip değişmediğine ine ilişkin sonuçlar tablo 13'de verilmiştir.

Okul öncesi öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarının yaş değişkenine göre farklılığına bakıldığı tablo 13'de görüldüğü gibi öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzları yaşa göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır. Öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik yapılan Bağımsız Grup t Testi sonuçları tablo 14'de verilmiştir.

Öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi sonunda tablo 14'de görüldüğü gibi Sosyal destek arama tarzına ilişkin ortalama puanlar arasında  $p < .05$  anlamlılık düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Ortalama puanlara bakıldığında bu farkın kadınlar lehine olduğu gözlemlenmiştir. Bir başka deyişle kadınların stresle başa çıkma tarzlarından sosyal destek arama puanlarının erkeklere oranla daha yüksek olduğu ve bu farkın anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır. Cinsiyet değişkeninin bu farklılaşma üzerindeki etkisinin orta düzeyde olduğu söylenebilir. Öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarının eğitim gördükleri sınıf seviyesine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi sonuçlarına tablo 15'de yer verilmiştir.

Tablo 15'de, öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarının eğitim gördükleri sınıf seviyesine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi sonunda iyimser yaklaşım tarzına ilişkin ortalama puanlar arasında  $p < .05$  anlamlılık düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Ortalama puanlara bakıldığında bu farkın 4. sınıflar lehine olduğu gözlemlenmiştir. Bir başka deyişle 4. sınıfların stresle başa çıkma tarzlarından İyimser Yaklaşım, puanlarının 2. sınıflara oranla daha yüksek olduğu ve bu farkın anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır. Eğitim görülen sınıf düzeyinin bu farklılaşma üzerindeki etkisinin düşük düzeyde olduğu söylenebilir. Öğretmen ve öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarının alt boyutlardaki ortalama ve standart sapma değerleri tablo 16'da verilmiştir.

**Tablo 11.** Öğretmenlerin stresle başa çıkma tarzlarının mezun olunan okula göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan tek yönlü varyans analizi testi sonuçları.

		Anova Sonuçları									
Grup		N	$\bar{X}$	ss	Var. Kar.	KT	Sd	KO	F	P	Etki D.
Kendine Güvenli Yaklaşım	Önlisans	9	5.23	1.84	Gruplar Arası	3.304	2	1.652	1.000	.370	
	Lisans	128	5.34	1.26	Gruplar İçi	231.225	140	1.652			
	Lisansüstü	6	6.08	0.66	Toplam	234.528	142				
	Toplam	143	5.37	1.29							
Çaresiz Yaklaşım	Önlisans	9	2.97	1.70	Gruplar Arası	1.387	2	.694	.359	.699	
	Lisans	128	2.76	1.35	Gruplar İçi	270.509	140	1.932			
	Lisansüstü	6	2.35	1.75	Toplam	271.896	142				
	Toplam	143	2.75	1.38							
Boyun Eğici Yaklaşım	Önlisans	9	2.13	1.42	Gruplar Arası	2.949	2	1.474	1.894	.154	
	Lisans	128	1.56	0.84	Gruplar İçi	108.991	140	.779			
	Lisansüstü	6	1.75	0.77	Toplam	111.940	142				
	Toplam	143	1.60	0.89							
İyimser Yaklaşım	Önlisans	9	3.18	0.40	Gruplar Arası	1.906	2	.953	.981	.377	
	Lisans	128	3.28	1.02	Gruplar İçi	135.939	140	.971			
	Lisansüstü	6	3.83	0.67	Toplam	137.844	142				
	Toplam	143	3.29	0.99							
Sosyal Destek Arama	Önlisans	9	2.41	0.84	Gruplar Arası	1.291	2	.646	1.468	.234	
	Lisans	128	2.80	0.66	Gruplar İçi	61.597	140	.440			
	Lisansüstü	6	2.82	0.50	Toplam	62.888	142				
	Toplam	143	2.78	0.67							

**Tablo 12.** Öğretmenlerin stresle başa çıkma tarzlarının aktif olarak çalışılan süreye göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan tek yönlü varyans analizi testi sonuçları.

	Gruplar	N	$\bar{X}$	ss	$Sh_{\bar{X}}$	t Testi			Fark	Etki Düzeyi (Cohen's d)
						t	sd	p		
Kendine Güvenli Yaklaşım	Öğretmen	143	5.37	1.29	0.11	4.076	321	.000	Öğrt. > Aday Öğrt.	.46
	Aday Öğrt.	180	4.77	1.32	0.10					
Çaresiz Yaklaşım	Öğretmen	143	2.75	1.38	0.12	-5.195	318	.000	Aday Öğrt. > Öğrt.	.58
	Aday Öğrt.	180	3.62	1.60	0.12					
Boyun Eğici Yaklaşım	Öğretmen	143	1.60	0.89	0.07	-1.562	321	.119		
	Aday Öğrt.	180	1.76	0.96	0.07					
İyimser Yaklaşım	Öğretmen	143	3.29	0.99	0.08	4.564	321	.000	Öğrt. > Aday Öğrt.	.51
	Aday Öğrt.	180	2.75	1.11	0.08					
Sosyal Destek Arama	Öğretmen	143	2.78	0.67	0.06	.954	321	.341		
	Aday Öğrt.	180	2.70	0.74	0.05					



**Tablo 13.** Öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarının yaşa göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan tek yönlü varyans analizi testi sonuçları.

	Grup	N	$\bar{X}$	ss	Var. Kar.	Anova Sonuçları					Etki D.
						KT	Sd	KO	F	P	
Kendine Güvenli Yaklaşım	18-20	28	4.61	1.67	Gruplar Arası	8.238	3	2.746	1.592	.193	
	20-22	92	4.63	1.31							Gruplar İçi
	22-24	35	5.09	1.10							Toplam
	24+	25	5.06	1.14							
	Toplam	143	4.77	1.32							
Çaresiz Yaklaşım	18-20	28	4.00	1.51	Gruplar Arası	6.758	3	2.253	.882	.452	
	20-22	92	3.49	1.59							Gruplar İçi
	22-24	35	3.52	1.44							Toplam
	24+	25	3.79	1.92							
	Toplam	143	3.62	1.60							
Boyun Eğici Yaklaşım	18-20	28	1.70	1.23	Gruplar Arası	5.323	3	1.774	1.968	.121	
	20-22	92	1.73	0.90							Gruplar İçi
	22-24	35	1.61	0.90							Toplam
	24+	25	2.18	0.83							
	Toplam	143	1.76	0.96							
İyimser Yaklaşım	18-20	28	2.58	1.31	Gruplar Arası	4.857	3	1.619	1.329	.266	
	20-22	92	2.67	1.03							Gruplar İçi
	22-24	35	2.91	1.21							Toplam
	24+	25	3.07	0.96							
	Toplam	143	2.75	1.11							
Sosyal Destek Arama	18-20	28	2.63	0.80	Gruplar Arası	.662	3	.221	.403	.751	
	20-22	92	2.67	0.77							Gruplar İçi
	22-24	35	2.79	0.69							Toplam
	24+	25	2.77	0.58							
	Toplam	143	2.70	0.74							

**Tablo 14.** Öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi sonuçları.

		Anova Sonuçları									
	Grup	N	$\bar{X}$	ss	Var. Kar.	KT	Sd	KO	F	P	Etki D.
Kendine Güvenli Yaklaşım	18-20	28	4.61	1.67	Gruplar Arası Gruplar İçi Toplam	8.238	3	2.746	1.592	.193	
	20-22	92	4.63	1.31		303.599	176	1.725			
	22-24	35	5.09	1.10		311.837	179				
	24+	25	5.06	1.14							
	Toplam	143	4.77	1.32							
Çaresiz Yaklaşım	18-20	28	4.00	1.51	Gruplar Arası Gruplar İçi Toplam	6.758	3	2.253	.882	.452	
	20-22	92	3.49	1.59		449.619	176	2.555			
	22-24	35	3.52	1.44		456.376	179				
	24+	25	3.79	1.92							
	Toplam	143	3.62	1.60							
Boyun Eğici Yaklaşım	18-20	28	1.70	1.23	Gruplar Arası Gruplar İçi Toplam	5.323	3	1.774	1.968	.121	
	20-22	92	1.73	0.90		158.680	176	.902			
	22-24	35	1.61	0.90		164.003	179				
	24+	25	2.18	0.83							
	Toplam	143	1.76	0.96							
İyimser Yaklaşım	18-20	28	2.58	1.31	Gruplar Arası Gruplar İçi Toplam	4.857	3	1.619	1.329	.266	
	20-22	92	2.67	1.03		214.409	176	1.218			
	22-24	35	2.91	1.21		219.266	179				
	24+	25	3.07	0.96							
	Toplam	143	2.75	1.11							
Sosyal Destek Arama	18-20	28	2.63	0.80	Gruplar Arası Gruplar İçi Toplam	.662	3	.221	.403	.751	
	20-22	92	2.67	0.77		96.337	176	.547			
	22-24	35	2.79	0.69		96.999	179				
	24+	25	2.77	0.58							
	Toplam	143	2.70	0.74							

**Tablo 15.** Öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarının sınıf düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi sonuçları.

		Anova Sonuçları									
	Grup	N	$\bar{X}$	ss	Var. Kar.	KT	Sd	KO	F	P	Etki D.
Kendine Güvenli Yaklaşım	18-20	28	4.61	1.67	Gruplar Arası Gruplar İçi Toplam	8.238	3	2.746	1.592	.193	
	20-22	92	4.63	1.31		303.599	176	1.725			
	22-24	35	5.09	1.10		311.837	179				
	24+	25	5.06	1.14							
	Toplam	143	4.77	1.32							
Çaresiz Yaklaşım	18-20	28	4.00	1.51	Gruplar Arası Gruplar İçi Toplam	6.758	3	2.253	.882	.452	
	20-22	92	3.49	1.59		449.619	176	2.555			
	22-24	35	3.52	1.44		456.376	179				
	24+	25	3.79	1.92							
	Toplam	143	3.62	1.60							
Boyun Eğici Yaklaşım	18-20	28	1.70	1.23	Gruplar Arası Gruplar İçi Toplam	5.323	3	1.774	1.968	.121	
	20-22	92	1.73	0.90		158.680	176	.902			
	22-24	35	1.61	0.90		164.003	179				
	24+	25	2.18	0.83							
	Toplam	143	1.76	0.96							
İyimser Yaklaşım	18-20	28	2.58	1.31	Gruplar Arası Gruplar İçi Toplam	4.857	3	1.619	1.329	.266	
	20-22	92	2.67	1.03		214.409	176	1.218			
	22-24	35	2.91	1.21		219.266	179				
	24+	25	3.07	0.96							
	Toplam	143	2.75	1.11							
Sosyal Destek Arama	18-20	28	2.63	0.80	Gruplar Arası Gruplar İçi Toplam	.662	3	.221	.403	.751	
	20-22	92	2.67	0.77		96.337	176	.547			
	22-24	35	2.79	0.69		96.999	179				
	24+	25	2.77	0.58							
	Toplam	143	2.70	0.74							

**Tablo 16.** Okul öncesi öğretmeni ve öğretmen adaylarını stresle başa çıkma tarzlarına ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri.

	Okul Öncesi Öğrt.		Öğretmen Adayı	
	Ortalama	Ss.	Ortalama	Ss.
Kendine Güvenli Yaklaşım	5.37	1.29	4.77	1.32
Çaresiz Yaklaşım	2.75	1.38	3.62	1.60
Boyun Eğici Yaklaşım	1.60	0.89	1.76	0.96
İyimser Yaklaşım	3.29	0.99	2.75	1.11
Sosyal Destek Arama	2.78	0.67	2.70	0.74

Okul öncesi öğretmeni ve öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarına bakıldığında Kendine Güvenli Yaklaşımı, öğretmenlerde 5.37, öğretmen adaylarında 4.77 olarak en yüksek ortalamaya sahiptir. Boyun Eğici yaklaşım ortalaması ise her iki grup içinde (öğretmenler; 1.60, öğretmen adayları; 1.76) en düşük değer olarak hesaplanmıştır (Bknz, Tablo 16). Stresle başa çıkma tarzlarının öğretmen ve öğretmen adayları arasındaki farklılığın ortaya konması için yapılan Bağımsız Grup t Testi sonuçları tablo 17’de verilmiştir.

Tablo 17’deki Stresle başa çıkma tarzlarının öğretmen olma ve öğretmen adayı olma durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi sonunda: Kendine güvenli yaklaşım tarzına ilişkin ortalama puanlar arasında  $p < .05$  anlamlılık düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Ortalama puanlara bakıldığında bu farkın öğretmenler lehine olduğu bir başka deyişle öğretmenlerin stresle başa çıkma tarzlarından kendine güvenli yaklaşım puanlarının öğretmen adaylarına oranla daha yüksek olduğu ve bu farkın anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır. Öğretmen olma ve aday öğretmen olma değişkeninin bu farklılaşma üzerindeki etkisinin orta düzeyde olduğu söylenebilir. Çaresiz yaklaşım tarzına ilişkin ortalama puanlar arasında  $p < .05$  anlamlılık düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Ortalama puanlara bakıldığında bu farkın öğretmen adayları lehine olduğu bir başka deyişle aday öğretmenlerin stresle başa çıkma tarzlarından çaresiz yaklaşım puanlarının öğretmenlere oranla daha yüksek olduğu ve bu farkın anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır. Öğretmen olma ve öğretmen adayı olma değişkeninin bu farklılaşma üzerindeki etkisinin orta düzeyde olduğu söylenebilir. İyimser yaklaşım tarzına ilişkin ortalama puanlar arasında  $p < .05$

**Tablo 17.** Stresle başa çıkma tarzlarının öğretmen ve öğretmen adayı durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız grup t testi sonuçları.

	Gruplar	N	$\bar{X}$	ss	$S_{h\bar{X}}$	t Testi			Fark	Etki Düzeyi (Cohen's d)
						t	sd	p		
Kendine Güvenli Yaklaşım	Öğretmen	143	5.37	1.29	0.11	4.076	321	.000	Öğrt. > Aday Öğrt.	.46
	Aday Öğrt.	180	4.77	1.32	0.10					
Çaresiz Yaklaşım	Öğretmen	143	2.75	1.38	0.12	-5.195	318	.000	Aday Öğrt. > Öğrt.	.58
	Aday Öğrt.	180	3.62	1.60	0.12					
Boyun Eğici Yaklaşım	Öğretmen	143	1.60	0.89	0.07	-1.562	321	.119		
	Aday Öğrt.	180	1.76	0.96	0.07					
İyimser Yaklaşım	Öğretmen	143	3.29	0.99	0.08	4.564	321	.000	Öğrt. > Aday Öğrt.	.51
	Aday Öğrt.	180	2.75	1.11	0.08					
Sosyal Destek Arama	Öğretmen	143	2.78	0.67	0.06	.954	321	.341		
	Aday Öğrt.	180	2.70	0.74	0.05					

anlamlılık düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Ortalama puanlara bakıldığında bu farkın öğretmenler lehine olduğu bir başka deyişle öğretmenlerin stresle başa çıkma tarzlarından iyimser yaklaşım puanlarının öğretmen adaylarına oranla daha yüksek olduğu ve bu farkın anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır. Öğretmen olma ve öğretmen adayı olma değişkeninin bu farklılaşma üzerindeki etkisinin orta düzeyde olduğu söylenebilir.

### **Tartışma Sonuç ve Öneriler**

Okul öncesi öğretmenlerinin, yaş, mezun olunan okul türü, aktif olarak çalışma süresi ve okul öncesi öğretmen adaylarının; yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi değişkenlerinin stresle başa çıkma tarzları açısından incelenerek aralarındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yürütülen bu çalışma, 143 okul öncesi öğretmeni ve 180 okul öncesi öğretmen adayının katılımı ile tamamlanmıştır. Araştırmanın bulguları doğrultusunda aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır.

Öğretmenlerin stresle başa çıkma tarzlarının yaş değişkenine göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Bu farklılık, Sağlıklı bir başa çıkma tarzı olan Kendine Güvenli Yaklaşım, İyimser Yaklaşım alt boyutlarında 31-37 ile 24-30 yaş grupları arasında ve 31-37 yaş grubunun lehine olduğu sonucuna varılmıştır. Sağlıksız tarzlar olan Boyun Eğici Yaklaşım, alt boyutlarındaki farklılık 45-51 ile 24-30, 31-37 ve 38-44 yaş grupları arasında ve farkın 45-51 yaş grubu lehine olduğu görülmektedir. Bu sonuç öğretmenlerin 40 yaş altında stresle başa çıkarken daha sağlıklı yaklaşımlar içerisinde olduğu, dirençli, güçlü, öncelikle kendine güvendiği, stres kaynaklarına karşı sakin ve iyimser tutum sergilediği, 40 yaş sonrası ise, boyun eğici bir yaklaşım sergilediği, mücadeleden vaz geçtiği, stres kaynaklarına karşı kadercilerle yaklaştığı, çözüm için çaba göstermediği strese karşı dirençlerini kayb ettikleri, şeklinde yorumlanabilir. Araştırma sonucu alan yazın tarafından da desteklenmektedir. Gökgöz (2013) göre kişi yaşlandıkça strese karşı direnme gücü azalmaktadır. Yaşlanma sürecinde beyin ve bedensel kapasitenin dışarıdan gelen baskılara karşı dayanabilme kapasitesi giderek zayıflamaktadır. Araştırma sonuçlarını destekleyen bir çalışmada Barlı (2010) göre en fazla stres baskısının hissedildiği orta yaş döneminde, bir de kadınlarda menopoz, erkelerde de andropoz dönemleriyle birlikte bir takım hormonal değişikliklerin oluşması ve eski fiziksel ve zihinsel dengenin bozulması nedeniyle birey daha fazla gerilim altında kalmaktadır.

Öğretmenlerin stresle başa çıkma tarzları mezun olunan okul türüne ve aktif olarak sürdürdükleri çalışma süresine göre istatistiksel anlamda farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır. Bu sonuç, öğretmenlerin mesleki kıdemleri sürecinde deneyimlerinin artmasına karşılık, yaşamdaki stres kaynaklarına yönelik yaklaşımlarının değişmediği şeklinde yorumlanabilir. Erkman ve Çetin (2008) yapmış oldukları “Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Bazı Değişkenlerle İlişkisi” başlıklı çalışmada, Beden Eğitimi Öğretmenlerinin hizmet sürelerine göre Stresle Başa Çıkma Tutumları arasında farklılığa rastlanmamış olması araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir. Literatürde mesleki kıdem ile stresle başa çıkma tarzı arasında farklılığa rastlayan çalışmalarda mevcuttur. Bulut’un (2005), yapmış olduğu çalışmada,

mesleklerinde 16–20 yıl arasında çalışan öğretmenlerin, mesleklerinde 6–10 yıl çalışanlara göre stresle başa çıkmada, olumlu yöntem olan kendine güvenli başa çıkma tarzını daha fazla düzeyde kullandığı sonucuna varmıştır. Bu durumu öğretmenlerin meslekte çalışma süreleri arttıkça, deneyimin de artması, öğretmenlere, stresle başa çıkmada problem çözme ve aktif yöntemleri kullanmada avantaj teşkil ettiği şeklinde yorumlamıştır.

Okul öncesi öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarının yaş değişkenine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Bu sonuç öğretmen adaylarının yaş aralığının öğretmenlere göre daha az olduğu, yaşanan çevre ve maruz kalınan stres kaynaklarının benzer olduğu, bu nedenle farklılaşmadığı şeklinde yorumlanabilir. Taşkın ve Çağlayan (2011) yapmış oldukları çalışmada öğrencilerin farklı yaş gruplarında olmaları, stresle başa çıkma tarzlarında bir farklılık yaratmadığını ve karşılaşılabilecekleri stresli durumların ve sergiledikleri tutumlarında hemen hemen aynı olduğu sonucuna varmıştır. Aşçı, Hazar, Kılıç ve Korkmaz'ın (2015) yaptıkları çalışmada ise öğrencilerin stresle baş etme yöntemlerinin yaş, okunan fakülte/yüksekokul, üniversite eğitimi esnasında yaşanan yer, aylık gelir, anne baba eğitimi değişkenleri açısından farklılık göstermediği belirlenmiş olması araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir.

Mevcut çalışmada, öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarının cinsiyet değişkenine göre kadınların Sosyal Destek Arama alt boyutundaki puanlarının erkeklere oranla daha yüksek olduğu, cinsiyet değişkeninin bu farklılaşma üzerindeki etkisinin orta düzeyde olduğu sonucuna varılmıştır. Bu durum kadınların, stres kaynaklarına yönelik kaldıkları durumlarda çevrelerinden destek aldıkları ayrıca çevreleriyle paylaştıkları şeklinde yorumlanabilir. Savcı ve Aysan (2014) yaptıkları çalışmada, kız öğrencilerin algıladığı stres düzeyi erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu; kız öğrencilerin stresle başa çıkma stratejilerinden Planlı Problem Çözme ve Sorumluluğu Kabul Etme stratejilerini erkeklere göre daha fazla kullandığı saptanmıştır. Bazı araştırmacılar erkeklerle kadınların stresle başa çıkma stilleri arasında anlamlı bir fark bulamamışlardır (Pritchard ve Wilson, 2006; Hamilton ve Fagot, 1988). Bazı çalışmalarda ise kadınların daha fazla duygusal odaklı başa çıkma stratejileri kullanırken erkeklerin sorun odaklı stratejiler kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır (Miller ve Kirsch, 1987; Matud, 2004; Folkman, vd., 1986; Day ve Livingstone, 2003).

Öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarının eğitim gördükleri sınıf seviyesine göre farklılaştığı sonucuna varılmıştır. Okul Öncesi öğretmen adayı 4. Sınıf öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarında İyimser Yaklaşım, puanlarının 2. Sınıf öğrencilerine oranla daha yüksek olduğu ve bu farkın anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır. Eğitim görülen sınıf düzeyinin bu farklılaşma üzerindeki etkisi düşük düzeydedir. Bu durum, son sınıf öğrencilerinin meslek hayatına atılma aşamasına geldikleri için kendilerine daha fazla güvenmelerinden ve eğitim hayatları boyunca birçok stres kaynaklarıyla başa çıkmayı öğrenmiş olmalarından kaynaklandığı düşünülebilir. Güler ve Çınar'ın (2010) yapmış olduğu bir çalışmada son sınıf öğrencilerinin sosyal destek arama puanlarının, üçüncü sınıfta eğitim gören öğrencilerin ise boyun eğici yaklaşım puanlarının diğer sınıflara göre daha düşük

olduğu saptanmıştır. Yine üniversite öğrencileri ile yapılmış olan diğer bir çalışmada birinci sınıf öğrencilerinin, çaresizlik ve sığınma, dördüncü sınıf öğrencilerinin ise iyimser yaklaşımla başa çıkmaya yönelik puan ortalamalarının daha yüksek olduğu sonucu (Demirüstü, vd., 2009) araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir.

Okul öncesi öğretmeni ve öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzlarına bakıldığında Kendine Güven Yaklaşımı ortalaması diğer alt boyutlara göre daha yüksek bulunmuştur. Buna karşılık Boyun Eğici Yaklaşım ise her iki grup için en düşük ortalamaya sahiptir. Bu durum öğretmen ve öğretmen adaylarının stresle başa çıkmada sağlıklı yöntemleri tercih ettikleri şeklinde yorumlanabilir. Okul öncesi öğretmeni ve öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tarzları arasında farklılığa rastlanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, öğretmenlerin stresle başa çıkma tarzlarında Kendine Güven Yaklaşımı ve İyimser Yaklaşım puanları öğretmen adaylarına göre daha yüksektir. Bu farklılaşmanın etkisi ise orta düzeydedir. Okul öncesi öğretmen adaylarının ise Çaresiz Yaklaşım alt boyutundaki puanları okul öncesi öğretmenlerine göre daha yüksek, bulunan fark anlamlı ve etkisinin orta düzeyde olduğu bulunmuştur. Bu sonuçlar, okul öncesi öğretmenlerinin, öğretmen adaylarına göre yaş farkı, yaşanmışlıkları, meslek edinme, statü, ekonomik kaygı gibi farklılıklar öğretmenlerin, yaşantısında belli alanlarda düzen, istikrar sağlamış olması kendine güvenerek ve stres kaynaklarına iyimser yaklaşarak çözüm getirdiği şeklinde yorumlanabilir. Okul öncesi öğretmen adaylarının çaresiz Yaklaşım puanlarının yüksek olması ise, mezun olma, atanma ve iş bulmalarını belirleyecek sınavlarla karşı karşıya kalacak olmaları, çevre ve ailenin beklentileri, onların üniversite sonrası maddi kazanç elde etmelerini sağlayacak bir işe girme durumuna ilişkin kaygıları, öğrencilerin kendilerine bu faktörlere hazır görmemeleri nedeniyle stresle başa çıkmada çaresiz yaklaşım sergiliyor olabilirler. Savcı ve Aysan (2014) yapmış olduğu çalışmada, mezuniyete yakın üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejisi olarak doğaüstü güçlere inanış stilini kullandıklarını saptamıştır. Kılınç, Reçepoğlu ve Koşar (2015), ilköğretim kurumu öğretmenlerin stresle baş etme de kendine güvenli yaklaşımı daha çok kullandıkları sonucu, Lewis (1999) yaptığı çalışmada öğretmenler tarafından stresle mücadelede en çok kullanılan unsurların karşılıklı diyalog ve destek olduğu bulgusu araştırma sonuçlarıyla örtüşmektedir.

Araştırmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda şu önerilerde bulunulabilir. Eğitim süreci ailede başlayıp okulda devam ederken çocukların ilk öğretmenleri okul öncesi eğitimi öğretmenleridir. Öğretmenlerin stresle baş edebilmeleri ve sağlıklı yaklaşımlarla stresi yönetebilmeleri, çalıştıkları okula, eğitim verdikleri sınıfa, çocuklara ve ailelere olumlu yansıtacaktır. Lisan eğitimi sürecinde yoğun olarak yaşanan stres ve stres kaynaklarını belirlemeye yönelik bilimsel araştırmalar yapılarak öğretmen adaylarına stres kaynakları, stres yönetimi, stresle baş edebilme gibi başlıklar altında uygulamalı eğitim ve danışmanlık hizmeti verilebilir. Zaman yönetimi ve kariyer planlama yönünde öğrenciler desteklenebilir. Öğretmenlik mesleği sürecinde karşılaşılan ve etkileri açısından yüksek olan stres kaynakları bilimsel araştırmalarla ortaya konulabilir. Belirlenen bu stres kaynaklarına yönelik olarak okulun tüm bileşenlerini kapsayacak şekilde önlemler alınabilir. Mevcut stres faktörleri güçlenmeden önlenmesi eğitimin sürecini ve kalitesi olumlu etkileyebilir.



### Kaynakça

- Aşçı, Ö., Hazar, G., Kılıç, E. & Korkmaz, A. (2015) Üniversite Öğrencilerinde Stres Nedenlerinin ve Stresle Başa Çıkma Biçimlerinin Belirlenmesi, *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(4): 213-231.
- Aydın, H. (2008). Ergenlerin kişilik özelliklerinin stresle başa çıkma ve bazı özlük niteliklerine göre karşılaştırmalı olarak incelenmesi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Konya.
- Aytaç, S. (2002). İş Yerindeki Kronik Stres Kaynakları. <http://www.isguc.org/saytac3.htm> adresinden 12.03.2019 tarihinde indirilmiştir.
- Barlı, Ö. (2010) Davranış Bilimleri ve Örgütlerde Davranış.(Genişletilmiş ve Geliştirilmiş 4.Baskı) Erzurum: Aktif Yayıncılık.
- Bartlett, D. (1998). Stress Perspectives And Processes. Buckingham. Philadelphia: Open University Press.
- Boyle, G. J., Borg, M. G., Falzon, J. M. & Baglioni, A. J. (1995). A Structural Model Of The Dimensions of Teacher Stress. *British Journal of Educational Psychology*, 65, 49–67.
- Britz, J. & Pappas, E. (2010). Sources and outlets of stress among university students: correlations between stress and unhealthy habits. *URJHS*, 9, Retrieved from <http://www.kon.org/urc/v9/britz.html>
- Bulut, N. (2005). İlköğretim Öğretmenlerinde, Stres Yaratan Yaşam Olayları Ve Stresle Başa çıkma Tarzlarının Çeşitli Değişkenlerle İlişkisi, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 13:2, 467-478.
- Büyüköztürk, Ş. (2006). Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı. İstatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum (6. baskı). Ankara: Pegem A yayıncılık.
- Clegg, A. (2001) Occupational Stress in Nursing: A Review of the Literature. *Journal of Nursing Management*, 9: 101-106.
- Clipa, O.(2015) Roles and strategies of Teacher Evaluation: Teacher perspectives. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*,180: 916-923.
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. Routledge. ISBN 1-134-74270-3.
- Cozolino, L. (2017). Predarea bazată pe ataşament. Cum să creezi o clasă tribală.Ed. Trei, Bucureşti.
- Day, A. L., & Livingstone, H. A. (2003). Gender differences in perceptions of stressors and utilization of social support among university students. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 35(2), 73-83.

- Demirüstü, C., Binboğa, D., Öner, S., & Özdamar, K. (2009). "Üniversite Öğrencilerinin Genel Sağlık Anketi Skorları ve Stresle Baş Etme Yöntemleri Arasındaki İlişki". *Türkiye Klinikleri Tıp Bilimleri Dergisi* 29 (1): 6- 70.
- Dick, R.,& Wagner, U. (2001) Stress And Strain İn Teaching: A Structural Equation Approach, *British Journal of Educational Psychology*, 71: 243-259.
- Erdem. C. (2004). Çalışma yaşamında stres ve kamu kesiminde kadın çalışanlar. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 1303-6334.
- Erkmen, N. & Çetin, M. Ç. (2008). Beden eğitimi öğretmenlerinin stresle başa çıkma tarzlarının bazı değişkenlerle ilişkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (19), 231-242.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 992-1003.
- Güler Ö., & Çınar S. (2010). Hemşirelik Öğrencilerinin Algıladıkları Stresörler Ve Kullandıkları Baş Etme Yöntemlerinin Belirlenmesi. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, Sempozyum Özel Sayısı, 253-61.
- Gümüştekin, E. G. & Öztemiz B. (2005). Öğütlerde stresin verimlilik ve performansla etkileşimi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 14/1.
- Gökgöz, H. (2013). Stresin Çalışanların Performansı Üzerine Etkisi: Öğretim Elemanları Üzerine Bir Araştırma, Yüksek lisans tezi, Trakya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne.
- Hamilton, S., & Fagot, B. I. (1988). Chronic stress and coping styles: A comparison of male and female undergraduates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(5), 819-823.
- Ho RT, Chan CL, Ho SM. (2004). Emotional Control in Chinese Female Cancer Survivors. *Journal of Psychosocial Oncology*, 13(11):808-817.
- Ignat, A. A., & Clipa, O. (2012). Teachers Satisfaction With Life, Job Satisfaction And Their Emotional İntelligence. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 33: 498-502
- Ivancevich, J. M., & Matteson, M. T. (1980). Optimizing human resources: A case for preventive health and stress management. *Organizational Dynamics*, 5-25.
- Julkunen J, Gustavsson-Lilius M, Hietanen P. (2009). Anger Expression, Partner Support, and Quality of Life İncancer Patients. *Journal of Psychosomatic Research*, 66(3):235-244.
- Karasar, N. (2012). Bilimsel araştırma yöntemi. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kaya, M., Genç, M., Kaya, B. & Pehlivan, E. (2007). Tıp Fakültesi Ve Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinde Depresif Belirti Yaygınlığı, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ve Etkileyen Faktörler, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(2): 137-146.

- Kılınç, A.Ç., Recepoğlu, E., & Koşar, S. (2015). Sınıf öğretmenlerinin başa çıkma tarzlarının incelenmesifarklı değişkenlere göre stres ile. Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi, 5(1), 01-14
- Kitchen; H.,et al (2017). Romania OECD Reviews of Evaluation and Assessment in Education, OECD Publishing, Paris.
- Krohne, H. W. (2002). Stress And Coping Theories, Available online - document /56298659/ Krohne-Stress-26-Mrc-2019, pp.1-2.11.03.2019 tarihinde edinilmiştir.
- Köknel, Ö. (1998). Zorlanan İnsan. Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul; s.36-38.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal and coping. New York: Springer.
- Lewis, R. (1999). Teachers Coping with the Stress of Classroom Discipline. Social Psychology of Education 3:155–171.
- Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. Personality and Individual Differences, 37, 1401-1415.
- Miller, S. M., & Kirsch, N. (1987). Sex differences in cognitive coping with stress. In R. C. Barnett, L. Biener, & G. K. Baruch (Eds.), Gender & stress (pp. 278-307). New York: The Free Press.
- Neves de Jesus, S., Miguel-Tobal, J.J., Rus, C.L., Viseu, J., & Gamboa, V. (2014). Evaluating the effectiveness of a stress management training on teachers and physicians' stress related outcomes. Clinica y Salud, 25: 111-115.
- Pritchard, M. E., & Wilson, G. S. (2006). Do coping styles change during the first semester of college? The Journal of Social Psychology, 146(1), 125-127.
- Sawilowsky, S. (2009). New effect size rules of thumb. Journal of Modern Applied Statistical Methods. 8 (2): 467–474. <http://digitalcommons.wayne.edu/jmasm/vol8/iss2/26/>
- Sax, L. J. (1997). Health trends among college freshmen. Journal of American College Health, 45, 252–262.
- Savcı, M. & Aysan, F. (2014). Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Stres Düzeyi ile Stresle Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişki, Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 2(3): 44-56.
- Schermerhorn, J.R. (1989), Management for Productivity (3), Newyork: John Willey and Sons.
- Soysal A. (2009). İş yaşamında stres. Çimento İşveren, 17-40. Erişim: [www.ceis.org](http://www.ceis.org). Süleyman Göksoy ve Türkan Argon 271 tr/dergiDocs/ makale237.pdf adresinden 17.03.2019 tarihinde indirilmiştir.
- Şahin, N. H. & Durak, A. (1995). Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: Üniversite Öğrencileri İçin Uyarlanması. Türk Psikoloji Dergisi, 10(34), 56–73.

- Taşkın, Ö. & Çağlayan, S.H. (2011). Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Tarzlarının İncelenmesi, Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğrt. Kongresi 25-27 Mayıs 2011, VAN/YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi Özel Sayısı,73-82 73.
- The Teaching Profession in Europe: Practices, Perceptions and Policies, Eurydice Raport, 2015, ([http://bookshop.europa.eu/is-bin/INTERSHOP.enfinity/WFS/EU-Bookshop-Site/en\\_GB/-/EUR/ViewPublication-Start?PublicationKey=EC0115389](http://bookshop.europa.eu/is-bin/INTERSHOP.enfinity/WFS/EU-Bookshop-Site/en_GB/-/EUR/ViewPublication-Start?PublicationKey=EC0115389)),
- Travers, C.J., & Cooper, C.L. (1996). Teachers under pressure: Stress in the teaching profession. London, UK: Routledge
- Yılmaz, A. & S. Ekici, (2006) Örgütsel Yaşamda Kamu Çalışanlarının Örgütsel Stres Kaynakları Üzerine Bir Araştırma, Süleyman Demirel Üniversitesi. İ.İ.B.F. Dergisi, 11, (1): 31-58
- Wheeler, C. M. (2007). Ten simple solutions to stress, how to maintain tension. Start enjoying our life. USA: New harbinger publications Inc., p.2.

### **Extended Abstract**

Stress, which is an indispensable part of life, is defined as the state of individual tension when faced with stimuli, extraordinary demands, limitations or opportunities that disturb the human balance. Stress, which is caused by the threatening and coercion of the physical and mental limits of the person, has positive effects such as taste in life, challenge to life, seeing opportunities and aiming at the target when it stays at a certain level. Stress when going beyond a certain level; anxiety, nervousness, fatigue, imbalance in body metabolism and disruption of the immune system causes such disorders, physiological and mental health adversely affect. Being a teacher is one of the most beautiful but also stressful works as shown by many studies in the literature. Recent studies show that teaching stress is deeper than that of other professions. The role of the psychological dimension of the individual in dealing with stress factors or emotional changes caused by these factors is of great importance. The prospective teachers and teachers in the same occupational group face emotional stresses such as pressure, threats and tension due to various sources of stress. In this case, it uses strategies to cope with stress through its cognitive and behavioral efforts to balance internal and external demands. In addition, the style of coping with stress may vary according to the individual characteristics of the individual. The aim of this point of study; The aim of this study is to determine the relationship between preschool teachers and prospective teachers' coping styles with some variables.

### **Method**

In the research, relational scanning model, one of the quantitative research methods, was used. The study group consisted of 143 preschool teachers working in Balıkesir province and 180 preschool teacher candidates studying in preschool education department of Necatibey Faculty of Education in Balıkesir University in 2018-2019 academic year. In the first part of the study, the Personal Information Form which includes the demographic characteristics of the teachers and trainees prepared by the researcher in the first part and the "Stress Coping Styles Scale" developed by Şahin and Durak (1995) were used to determine the coping styles of teachers and prospective teachers. Mean, mode, median, skewness and kurtosis values of the study variables were calculated. The level of perceived stress and the ways of coping with stress differ according to demographic variables; Independent t-test was used for two-variable demographic characteristics and one-way analysis of variance (ANOVA) was used for demographic characteristics with more than two variables. When there was a statistical difference in one-way analysis of variance, it

was determined by Post Hoc tests. SPSS 17.0 statistical package program was used to analyze the study data.

### **Findings**

A directional analysis of variance was used to determine whether the coping styles of teachers differed according to age. As a result of the analysis, the Intrinsically Safe Approach ( $F = 3,562$ ,  $p < 0.05$ ), Submissive Approach ( $F = 2556$ ,  $p < 0.05$ ) and Optimistic Approach ( $F = 3694$ ,  $p < 0.05$ ) were statistically significant among the groups. a significant difference was observed. It was observed that the teachers' coping styles did not differ statistically according to the type of school they graduated and the duration of their active work. Teacher candidates to cope with stress by age style do not differ statistically. At the end of the independent group t test to determine whether the coping styles of teacher trainees differed according to gender, a statistically significant difference was found between  $p < .05$  significance level between the mean scores of seeking social support. Statistically significant difference was found between  $p < .05$  significance level of mean scores of optimistic approach style at the end of independent group t test which was done according to class level of teacher trainees coping styles. When the pre-school teachers and prospective teachers coped with stress, Self-Confidence Approach had the highest average of 5.37 for teachers and 4.77 for prospective teachers. The mean of the submissive approach was calculated as the lowest value in both groups (teachers; 1.60, prospective teachers; 1.76). There was a statistically significant difference in the  $p < .05$  level of significance between the mean scores.

### **Conclusions and Discussion**

It has been determined that teachers' coping styles differ according to age variable. This difference was found to be in favor of the 31-37 age group and between 31-37 and 24-30 age groups in the sub-dimensions of Self-Safe Approach, Optimistic Approach, which is a healthy coping style. Submissive approaches, which are unhealthy styles, differ in sub-dimensions between 45-51 and 24-30, 31-37 and 38-44 age groups and the difference is in favor of 45-51 age group. It was concluded that teachers' coping styles did not differ statistically according to the type of school they graduated and their active working time. This result can be interpreted as the increase in the experiences of teachers in their professional seniority process, but their approach to stress sources in life has not changed. Preschool teacher

candidates' coping styles did not differ according to age. This result can be interpreted as the age range of the prospective teachers is lower than the teachers, the environment experienced and the sources of stress exposed are similar and therefore do not differ. It was concluded that the scores of women in the Social Support Search subscale were higher in terms of coping styles of prospective teachers compared to gender and the effect of gender variable on this differentiation was moderate. This situation can be interpreted as the fact that women get support from their environment and share it with them when they stay in stress environments. It was concluded that the coping styles of teacher trainees differed according to the level of class they were educated. It was concluded that Preschool teacher candidate 4th grade students had higher Optimistic Approach scores in coping with stress scores than the 2nd grade students and this difference was significant. The effect of the level of education on this differentiation is low. When the pre-school teachers 'and prospective teachers' coping styles were examined, the average of Self-Confidence Approach was found to be higher than the other sub-dimensions. On the other hand, the submissive approach has the lowest average for both groups. This situation can be interpreted as that teachers and prospective teachers prefer healthy methods for coping with stress. In line with the results of the study, scientific researches are conducted to determine the stress and stress sources that are experienced intensively during the language education process, and applied training and consultancy services can be given to prospective teachers under the headings such as stress sources, stress management and stress coping.