

T.C.

**MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
REKREASYON ANABİLİM DALI
REKREASYON PROGRAMI**



**ÖĞRETMENLERİN REKREATİF ETKİNLİKLERE
KATILIMLARINDA SERBEST ZAMAN KATILIM ENGELLERİ
VE MESLEKİ TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Abdurrahman DÜZDEMİR

**Danışman
Doç. Dr. Pınar GÜZEL**

MANİSA-2019

**T.C.
MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
REKREASYON ANABİLİM DALI
REKREASYON PROGRAMI**

**ÖĞRETMENLERİN REKREATİF ETKİNLİKLERE
KATILIMLARINDA SERBEST ZAMAN KATILIM ENGELLERİ VE
MESLEKİ TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

Abdurrahman DÜZDEMİR

**Danışman
Doç. Dr. Pınar GÜZEL**

MANİSA-2019

	T.C. MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ	Doküman Kodu	FRYL-031
	YÜKSEK LİSANS EĞİTİMİ FORMLARI Tez Savunma Sınavı Tutanağı	Yayınlanma Tarihi	26/03/2018
		Revizyon No/Tarih	2/23/03/2018
		Sayfa	1/1

TEZ SAVUNMA SINAV TUTANAĞI

Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü 18.06.2019 tarih ve 20/Ek-8 sayılı toplantısında oluşturulan jürimiz tarafından Manisa Celal Bayar Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği'nin 9. Maddesi gereğince Enstitümüz Rekreasyon Anabilim Dalı Rekreasyon Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Abdurrahman DÜZDEMİR'in "**Öğretmenlerin Rekreatif Etkinliklere Katılımlarında Serbest Zaman Katılım Engelleri Ve Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**" konulu tezi incelenmiş ve aday 18.07.2019 tarihinde saat 11:00'da jüri önünde tez savunmasına alınmıştır.

Adayın kişisel çalışmaya dayanan tezini savunmasından sonra dakikalık süre içinde gerek tez konusu, gerekse tezin dayanağı olan anabilim dallarından jüri üyelerine sorulan sorulara verdiği cevaplar değerlendirilerek tezin,

BAŞARILI olduğuna



OY BİRLİĞİ



DÜZELTME yapılmasına



OY ÇOKLUĞU



RED edilmesine



ile karar verilmiştir.

BAŞKAN

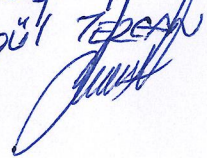
Doç. Dr. Arzu GÜZEL



ÜYE

Dr. Öğr. Üyesi Melike ESENZAY


ÜYE

Dr. Öğr. Üyesi
Nurgül TEPEBAŞI KARDAŞ


Evet

Hayır

Tez, burs, ödül veya Teşvik programına (Tüba, Fullbright vb.) aday olabilir.



Tez, mutlaka basılmalıdır.



Tez, mevcut haliyle basılmalıdır.



Tez, gözden geçirildikten sonra basılmalıdır.



Tez, basımı gereksizdir.



* Bu halde adaya 3 ay süre verilir. İkinci tez savunma sınavında da başarısız olan öğrencinin Enstitü ile ilişkisi kesilir.

** Bu halde adayın Enstitü ile ilişkisi kesilir.

Hazırlayan
Enstitü Sekreteri

Onaylayan
Enstitü Müdürü

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Öğretmenlerin Rekreatif Etkinliklere Katılımlarında Serbest Zaman Katılım Engelleri ve Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin bibliyografyada gösterilen eserlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

.../.../2019

Abdurrahman DÜZDEMİR

İmza.

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, toplum mimarı olan öğretmenlerin rekreatif etkinliklere katılımlarında serbest zaman katılım engelleri ile mesleki tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Araştırmanın çalışma grubunu Manisa ili Turgutlu ilçesinde ilkokul (130), ortaokul (182) ve lisede (265) görev yapmakta olan toplamda (577) öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan öğretmenlerden (303)'ü erkek, (274)'ü kadındır.

Araştırmaya katılan gönüllü öğretmenlere “Boş Zaman Engeli Ölçeği” Gürbüz ve diğ. (2012) ve “Maslach Tükenmişlik Ölçeği” Ergin (1992) doldurmaları istenmiştir. Verilerin istatistiksel analizi SPSS20 programı ile gerçekleştirilmiştir. Ulaşılan bulgular serbest zaman engeli ve mesleki tükenmişlik düzeyi perspektifinde tartışılmıştır.

Verilerin değerlendirilmesi aşamasında, tanımlayıcı istatistiklerle birlikte Independent t testi ve Anova t testi kullanılmıştır. Öğretmenlerde boş zaman engeli ile mesleki tükenmişlik düzeyi arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Pearson korelasyon testi kullanılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda, öğretmenlerin medeni durum, yaş, mesleki kıdem, görev yaptığı okul türü ve serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına göre boş zaman engeli ölçeği açısından ($p<.05$); yaş, mesleki kıdem, görev yaptığı okul türü ve serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına göre mesleki tükenmişlik ölçeği açısından anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir ($p<.05$).

Araştırmaya katılan öğretmenlerin boş zaman engeli ile mesleki tükenmişlik düzeyi arasındaki ilişki için yapılan korelasyon analizi sonucuna göre, pozitif yönlü ve düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir (ölçek ortalama $r: 0,140$, $p<.01$).

Çalışma sonucunda Turgutlu ilçesinde görev yapmakta olan öğretmenlerin rekreatif etkinliklere katılımlarında serbest zaman katılım engelleriyle karşılaştığı ve mesleki tükenmişlik yaşadığı saptanmıştır.

Anahtar kelimeler: Serbest Zaman, Serbest Zaman Engeli, Rekreasyon, Tükenmişlik, Mesleki Tükenmişlik, Tükenmişlik Sendromu.

ABSTRACT

As a result of the research, it was revealed that teachers working in Turgutlu district faced barriers of leisure time participation and experienced professional burnout.

The sample of the study consists of 577 teachers working in primary school (130), secondary school (182) and high school (265) in Turgutlu district of Manisa. Of the teachers participating in the research, (303) were male and (274) were female.

Volunteer teachers participating in the study “Leisure Barrier Scale” Gürbüz et al. (2012) and “Maslach Burnout Scale” Ergin (1992). Statistical analysis of the data was performed with SPSS20 program. The findings were discussed in the perspective of leisure time barrier and professional burnout level.

Independent t test and Anova t test were used together with descriptive statistics. Pearson correlation test was used to determine the relationship between teachers' leisure time disability and occupational burnout level.

As a result of the analysis, the teachers' marital status, age, occupational seniority, type of school and leisure activities according to the status of leisure disability scale ($p < .05$); It was found that there were significant differences in terms of occupational burnout scale according to age, occupational seniority, type of school and leisure activities ($p < .05$).

According to the results of the correlation analysis between the teachers' leisure time disability and occupational burnout levels, a positive and low level relationship was found (scale average $r: 0.140$, $p < .01$).

As a result of the study, it was found that teachers working in Turgutlu district faced barriers of free time participation in their participation in recreational activities and experienced professional burnout.

Key words: Leisure Time, Recreation Constraints, Recreation, Burnout, Professional Burnout, Burnout Syndrome.

TEŞEKKÜR

Çalıőmamın her aşamasında bana destek olan, bilgi ve deneyimleri ile yol gosteren, lisansüstü öğrenim hayatımın tüm zorlu aőamalarında her yönden yardımcı olan, tecrübeleri ile beni aydınlatan ve desteğini hiç eksik etmeyen, kendisini tanımaktan büyük onur duyduğum danışman hocam Doç. Dr. Sayın Pınar GÜZEL'e, bilgi ve tecrübesi ile Dr. Öğr. Üyesi Sayın Melike ESENTAŞ ve Dr. Öğr. Üyesi Sayın Nurgül TEZCAN KARDAŞ'a, literatür ve istatistik analizler konusunda katkı ve önerilerde bulunan, her daim yanımda olan, çok değerli dostum Sayın Yusuf GİDİŐ'e, çalıőmalarım sırasında manevi desteğini her zaman hissettiğim değerli dostum Dr. Öğr. Üyesi Sayın İlker Mümin ÇAğLAR'a, öğrenim hayatım boyunca beni maddi ve manevi olarak destekleyen ve hep yanımda olan sevgili eőim Neziha DÜZDEMİR'e ve bazen istemeden de olsa ihmal etmek zorunda kaldığım canım ülkemin geleceği çocuklarım Ömer ve Oğuzalp'e yürekten teşekkür ederim.

Abdurrahman DÜZDEMİR

Manisa, 2019

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ	v
ÖZET.....	vi
ABSTRACT	vii
TEŞEKKÜR	viii
İÇİNDEKİLER.....	ix
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xiii
TABLolar LİSTESİ	xiv
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xv
EKLER LİSTESİ.....	xvi
GİRİŞ	1
Araştırmanın Amacı	2
Araştırmanın Önemi	2
Sınırlılıklar	5
Sayıtlar	5
Tanımlar	5
BİRİNCİ BÖLÜM	7
1. GENEL BİLGİLER	7
1.1. Zaman Kavramı.....	7
1.1.2. Serbest Zaman Kavramı.....	8
1.1.3. Rekreasyonun Tanımı	9
1.1.3.1 Rekreasyonun Temel Fonksiyonları.....	10
1.1.3.2. Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımı Etkileyen Faktörler	11
1.1.3.3. Rekreasyonun Sınıflandırılması	12
1.1.3.4. Rekreasyonun Özellikleri	14
1.1.3.5. Rekreasyona Duyulan İhtiyaçların Nedenleri	15
1.1.3.6. Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımı Engellenen Unsurlar	16
1.1.4. Rekreasyona Katılım Engeliyle İlgili Yapılan Araştırmalar.....	18
1.2. Tükenmişlik Kavramı.....	21
1.2.1. Tükenmişliğin Boyutları	22
1.2.2. Tükenmişliğin Belirtileri	23
1.2.3. Tükenmişliğin Nedenleri.....	25
1.2.3.1. Bireysel ve Sosyal Nedenler	25
1.2.3.2. İş ve Örgütle İlgili Nedenler	25

1.2.4. Tükenmişliğin Sonuçları.....	25
1.2.5. Öğretmenlerde Tükenmişlik	27
1.2.6. Tükenmişliği Önleme ve Başa Çıkma Stratejileri	28
1.2.6.1. Bireysel Düzeyde Başa Çıkma Stratejileri	28
1.2.6.2. Organizasyon Düzeyinde Başa Çıkma Stratejileri	31
1.2.7. Mesleki Tükenmişlik İle İlgili Yapılan Araştırmalar	32
1.3. Mesleki Tükenmişlik ile Rekreasyona Katılım Engeli Arasındaki İlişki	35
İKİNCİ BÖLÜM.....	37
2.1. YÖNTEM	37
2.2. Araştırma Modeli.....	37
2.3. Çalışma Grubu	37
2.4. Veri Toplama Araçları	37
2.5. Verilerin Toplanması.....	41
2.6. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi	41
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	42
3. BULGULAR	42
3.2. Öğretmenlerin Serbest Zaman Engel Düzeylerine Yönelik Bulgular ve Yorumlar	43
3.2.1. Cinsiyet Durumlarına Göre Serbest Zaman Engel Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	43
3.2.2. Medeni Duruma Göre Serbest Zaman Engel Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	45
3.2.3. Yaş Durumlarına Göre Serbest Zaman Engel Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	46
3.2.4. Mesleki Kıdem Durumlarına Göre Serbest Zaman Engel Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	49
3.2.5. Öğretmenlerin Görev Yaptığı Okul Türü Durumlarına Göre Serbest Zaman Engel Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	51
3.2.6. Serbest Zaman Etkinlikleri İle Uğraşı Durumlarına Göre Serbest Zaman Engel Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	53
3.3. Öğretmenlerin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerine Yönelik Bulgular ve Yorumlar	56
3.3.1. Cinsiyet Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	56
3.3.2. Medeni Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	57
3.3.3. Yaş Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	57

3.3.4. Mesleki Kıdem Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	59
3.3.5. Öğretmenlerin Görev Yaptığı Okul Türü Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	60
3.3.6. Serbest Zaman Etkinlikleri İle Uğraşı Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular.....	62
3.4. Boş Zaman Engel ve Mesleki Tükenmişlik Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin (Pearson Korelasyon) Belirlenmesine Yönelik Korelasyon Analiz Bulguları	63
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	66
4. TARTIŞMA	66
4.1. HİPOTEZ 1: Öğretmenlerin Cinsiyete Göre Serbest Zaman Engelleri Düzeyleri	66
4.2. HİPOTEZ 2: Öğretmenlerin Medeni Durumlarına Göre Serbest Zaman Engelleri Düzeyleri ..	67
4.3. HİPOTEZ 3: Öğretmenlerin Yaş Durumu Değişkenine Göre Serbest Zaman Engelleri Düzeyleri	67
4.4. HİPOTEZ 4: Öğretmenlerin Mesleki Kıdem Değişkenine Göre Serbest Zaman Engelleri Düzeyleri.....	68
4.5. HİPOTEZ 5: Öğretmenlerin Görev Yapılan Okul Türü Değişkenine Göre Serbest Zaman Engelleri Düzeyleri.....	69
4.6. HİPOTEZ 6: Öğretmenlerin Serbest Zaman Etkinlikleri İle Uğraşı Durumlarına Göre Serbest Zaman Engelleri Düzeyleri	70
4.7. HİPOTEZ 7: Öğretmenlerin Cinsiyet Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri	71
4.8. HİPOTEZ 8: Öğretmenlerin Medeni Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri	71
4.9. HİPOTEZ 9: Öğretmenlerin Yaş Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri	72
4.10. HİPOTEZ 10: Öğretmenlerin Mesleki Kıdem Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri.....	73
4.11. HİPOTEZ 11: Öğretmenlerin Okul Türü Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri. 74	
4.12. HİPOTEZ 12: Öğretmenlerin Serbest Zaman Etkinlikleri İle Uğraşı Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri.....	75
4.13. HİPOTEZ 13: Öğretmenlerin Serbest Zaman Katılım Engelleri İle Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri.....	76
BEŞİNCİ BÖLÜM.....	77
5. SONUÇLAR VE ÖNERİLER	77
5.1. Sonuçlar	77
5.1.1. Boş Zaman Engel Ölçeğine Ait Sonuçlar	77
5.1.2. Mesleki Tükenmişlik Ölçeğine Ait Sonuçlar	78
5.1.3. Boş Zaman Engel Düzeyleri ile Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Ait Sonuçlar	80

5.2. Öneriler.....	81
5.2.1. Alana Yönelik Öneriler.....	81
5.2.2. Araştırmacılara Yönelik Öneriler	82
ALTINCI BÖLÜM.....	83
6. KAYNAKÇA VE EKLER	83
6.1. Kaynakça.....	83
6.2. Ekler	95



KISALTMALAR LİSTESİ

BZEÖ	: Boş Zaman Engel Ölçeği
DKAB	: Din Kültürü Ahlak Bilgisi
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
DSZRB	: Dünya Serbest Zaman ve Rekreasyon Birliği
İHL	: İmam Hatip Lisesi
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
MTÖ	: Maslach Tükenmişlik Ölçeği
SPSS	: Statistical Package For The Social Sciences
TDK	: Türk Dil Kurumu

TABLolar LİSTESİ

TABLO 1: REKREASYON FAALİYETLERİNE KATILIMI ETKİLEYEN FAKTÖRLER.....	11
TABLO 2: MESLEKİ TÜKENMİŞLİK ÖLÇEĞİ GÜVENİRLİK KATSAYILARI	39
TABLO 3: MESLEKİ TÜKENMİŞLİK ÖLÇEĞİ ORTALAMA PUAN ARALIĞI TABLOSU	39
TABLO 4: BOŞ ZAMAN ENGEL ÖLÇEĞİ GÜVENİRLİK KATSAYILARI	40
TABLO 5: BOŞ ZAMAN ENGEL ÖLÇEĞİ ORTALAMA PUAN ARALIĞI TABLOSU.....	41
TABLO 6: DEMOGRAFİK VERİLERE İLİŞKİN FREKANS VE YÜZDE TABLOSU	42
TABLO 7: ARAŞTIRMAYA KATILAN KATILIMCILARIN CİNSİYET DEĞİŞKENİNE GÖRE SERBEST ZAMAN ENGELİ DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASINA AİT INDEPENDENT T TESTİ SONUÇLARINA İLİŞKİN BULGULAR	44
TABLO 8: ARAŞTIRMAYA KATILAN KATILIMCILARIN MEDENİ DURUM DEĞİŞKENİNE GÖRE SERBEST ZAMAN ENGELİ DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASINA AİT INDEPENDENT T TESTİ SONUÇLARINA İLİŞKİN BULGULAR	45
TABLO 9: YAŞ DEĞİŞKENİNE GÖRE SERBEST ZAMAN ENGELİNİN ALT BOYUTLARINA YÖNELİK ANOVA TESTİNE İLİŞKİN BULGULAR	46
TABLO 10: MESLEKİ KIDEM DEĞİŞKENİNE GÖRE SERBEST ZAMAN ENGELİNİN BOYUTLARINA YÖNELİK ANOVA TESTİNE İLİŞKİN BULGULAR.....	49
TABLO 11: ÖĞRETMENLERİN GÖREV YAPTIĞI OKUL TÜRÜ DEĞİŞKENİNE GÖRE SERBEST ZAMAN ENGELİNİN ALT BOYUTLARINA YÖNELİK ANOVA TESTİNE İLİŞKİN BULGULAR .	51
TABLO 12: SERBEST ZAMAN ETKİNLİKLERİ İLE UĞRAŞI DURUMLARINA GÖRE SERBEST ZAMAN ENGELİNİN ALT BOYUTLARINA YÖNELİK ANOVA TESTİNE İLİŞKİN BULGULAR .	54
TABLO 13: ARAŞTIRMAYA KATILAN KATILIMCILARIN CİNSİYET DEĞİŞKENİNE GÖRE MESLEKİ TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASINA AİT INDEPENDENT T TESTİ SONUÇLARINA İLİŞKİN BULGULAR	56
TABLO 14: ARAŞTIRMAYA KATILAN KATILIMCILARIN MEDENİ DURUM DEĞİŞKENİNE GÖRE MESLEKİ TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASINA AİT INDEPENDENT T TESTİ SONUÇLARINA İLİŞKİN BULGULAR	57
TABLO 15: ÖĞRETMENLERİN YAŞ DURUMLARINA GÖRE MESLEKİ TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİNİN ALT BOYUTLARINA YÖNELİK ANOVA TESTİNE İLİŞKİN BULGULAR.....	58
TABLO 16: ÖĞRETMENLERİN MESLEKİ KIDEM DURUMLARINA GÖRE MESLEKİ TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİNİN ALT BOYUTLARINA YÖNELİK ANOVA TESTİNE İLİŞKİN BULGULAR.....	59
TABLO 17: ÖĞRETMENLERİN OKUL TÜRÜ DURUMLARINA GÖRE MESLEKİ TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİNİN ALT BOYUTLARINA YÖNELİK ANOVA TESTİNE İLİŞKİN BULGULAR.....	61
TABLO 18: SERBEST ZAMAN ETKİNLİKLERİ İLE UĞRAŞI DURUMLARINA GÖRE MESLEKİ TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİNİN ALT BOYUTLARINA YÖNELİK ANOVA TESTİNE İLİŞKİN BULGULAR	62
TABLO 19: BOŞ ZAMAN ENGEL BOYUTLARI VE MESLEKİ TÜKENMİŞLİK BOYUTLARI ARASINDAKİ İLİŞKİYİ GÖSTEREN KORELASYON ANALİZ TABLOSU.....	64

ŞEKİLLER LİSTESİ

ŞEKİL:

ŞEKİL 1: Öğretmenlerde Tükenmişliği Anlamada Profesyonel Verimlilik Uyuşmazlığı Yaklaşımı ..27



EKLER LİSTESİ

EK 1: Araştırma İzni

EK 2: Etik Kurul Onay Formu

EK 3: Kişisel Bilgi Formu

EK 4: Boş Zaman Engeli Ölçeği

EK 5: Maslach Tükenmişlik Ölçeği

EK 6: Özgeçmiş



GİRİŞ

Yaşamakta olduğumuz yüzyılda bireylerin aşırı çalışma temposu içerisinde buldukları ve uzun çalışma saatlerine sahip oldukları yadsınamaz bir gerçektir. Bireylerin yoğun iş temposuyla karşılaşmaları, çalışma zamanı dışındaki mesai saatlerinde kendilerine vakit ayırma ve serbest zamanlarını güzel değerlendirme mecburiyetine neden olmaktadır. Dolayısıyla bireylerin yaşamlarının önemli bir bölümünü çalışarak tüketmeleri, bireylerin sahip olduğu serbest zamanın önemini de arttırmaktadır (Güner, 2015, s.22). Ayrıca son zamanlarda bireylerin kültürel ve sosyo-ekonomik durumlarındaki artış nedeniyle sahip oldukları serbest zamanlarını daha faydalı, farkında, bilgili ve birikimli bir şekilde değerlendirmeye çalıştıkları görülmektedir. Bu sebeple bireyler yaşamakta oldukları toplum içerisinde sıradanlıktan uzaklaşma, stresten kaçınma, değişmekte olan çevre koşullarına uyum sağlama, ruhsal ve fiziksel sağlıklarını koruma ve geliştirmelerinin yanı sıra bireyler aşırı iş tempolarının dışında kalan zamanlarını en mükemmel şekilde değerlendirerek, kendilerini yenilenmiş, enerjik, zinde ve motive olmuş bir şekilde tekrardan çalıştıkları kuruma dönme arzusundadırlar (Albayrak, 2012, s.44).

Çalışma ve iş hayatı, insan yaşamının önemli bir parçasıdır. İnsanlar, günlük yaşantılarının büyük bir bölümünü işte ve iş ile ilgili faaliyetlerini planlayarak geçirirler. İş hayatındaki bireylerin stres yaşamaları ise kaçınılmazdır. Özellikle toplumsal rollerin farklılaşması, kişiler arasındaki ilişkilerde anlaşmazlıklar yaşanması, çalışma ortamlarında rekabetin ön plânda olması, bireylerin kendini gösterme, kanıtlanma arzusu, kurum çalışanlarının beklentilerinin azami düzeyde oluşu gibi durumlar da çalışanların ruh sağlığının bozulmasına ve stresle karşılaşmalarına sebep olmaktadır. Yaşamakta olan çalışma stresi, bireylerin özel yaşamlarındaki zorlukları ve sorunları arttırmakta hem bireysel hem de örgütsel açıdan ciddi problemleri tetiklemektedir (Cemaloğlu ve Şahin, 2007, s.466).

Eğitim ve öğretim hizmet sektöründe; öğrenci ile öğretmen, okul ile aile çatışmaları, öğrencilerin disiplin problemleri, aşırı kalabalık sınıflar, yetersiz fiziki şartlar, bürokratik engeller, düşük ücret, terfi etmede yaşanan zorluklar, toplumsal eleştirilerin ağırlığının yanı sıra toplumsal desteğin azlığı, politika belirleyicilerin eğitim kurumlarına baskıları, ödüllendirmede ve çalışılan kurumda karar alma sürecine katılımında yetersiz kalınması gibi pek çok sorun yer almaktadır (Çokluk, 2003; akt. Çatır, 2014, s.4).

Son zamanlarda, eğitim sürecinde farklı türden gelişimler ve yapısal yenilikler önem arz etmektedir. Bu sürecin sağlıklı ve doğru yürütülmesindeki anahtar unsur öğretmenlerdir.

Öğretmenlerin çalışma performanslarını genel olarak hayata bakış açıları etkilemektedir (Aslan ve Yılmaz, 2013, s.588). Bu nedenle öğretmenlerin serbest zamanlarını değerlendirmek amacıyla yaptığı girişimler sonuçsuz kalmamalıdır.

“Dünya Serbest Zaman ve Rekreasyon Birliği” nin tanımına göre: “Serbest zaman; seçme şansı, yaratıcılık, hoşnutluk veren, memnuniyet içeren ve kişisel doyumunu arttıran eğlencelere öncülük eden yararları ile insan hayatının özel bir alanıdır.” (Çakır ve diğ. 2016: s.136). Jensen ve Naylor (2000)’ a göre rekreasyon, iş hayatı ve günlük yaşantının sonrasında bir yenilenme biçimidir. Yenilenebilmenin, enerjik ve deşarj olmanın öğretmenlerde gerçekleşebilmesi için öğretmenlerin rekreasyonel etkinliklere katılmaları gerekmektedir. Bireylerin rekreasyonel aktivitelere katılımı son derece önemli olmasına rağmen bireylerin farklı nedenler sebebiyle bu tür aktivitelere katılmadıkları ya da hayat şartlarındaki kısıtlamalar sebebiyle katılmadıkları görülmektedir (Çebi ve diğ. 2018: s.24). Rekreasyon en basit ifadeyle kişinin serbest zamanını nasıl geçireceğiyle ilgilendiğinden, öğretmenlerin rekreasyona olan ihtiyacı mesleki tükenmişliğin azalmasını sağlayabilir.

Araştırmanın Amacı

Öğretmenlerin gündelik yaşamları esnasında karşılaştıkları serbest zaman katılım engelleri ile mesleki tükenmişlik düzeyi arasındaki ilişkinin varlığını ve yönünü belirlemek, aralarındaki etkileşimi tespit etmeye çalışmak bu araştırmanın birincil amacını oluşturmaktadır. İkincil olarak serbest zaman katılım engelleri faktörlerinin, mesleki tükenmişlik boyutları üzerinde ne tarz bir ilişki oluşturacağına incelenmesidir.

Bu araştırma sonucunda “ Öğretmenlerin mesleki tükenmişliklerinin azaltılabilmesi için ne gibi önlemler alınabilir? ” sorusunun yanı sıra alınabilecek önlemlerin Milli Eğitim Bakanlığı’na bağlı birimler ile paylaşılması planlanmaktadır.

Araştırmanın Önemi

Toplumun mimarı olan öğretmenler çalıştıkları eğitim kurumlarında kendilerinden, yöneticilerinden, çalıştıkları kurumun imkânsızlıklarından ya da olumsuz şartlarından ve bazen de meslektaşlarının olumsuz tutum, davranışlarından kaynaklı sorunlar yaşamaktadır.

Sayılan bu olumsuz yaşantıların yanı sıra bir de öğretmenlerin serbest zamanlarında katılmak isteyip de bir takım zorunluluklarından kaynaklı katılmadıkları engeller, sınırlamalar vardır. Dolayısıyla ülkemizin önemli bir çalışan kitlesini oluşturan öğretmenlerimizin, mesleki tükenmişlik yaşamaları ve serbest zaman etkinliklerine katılmamaları onları daha da yıpratmaktadır.

Bu araştırma, serbest zaman katılım engelleriyle mücadele etmek zorunda kalan öğretmenlerin, çalışma hayatındaki hizmet kalitesinin mükemmelleştirilmesi ve çok daha etkili, verimli çalışma olanaklarının sağlanması mesleki tükenmişliklerini azaltabilir. Hatta zamanla mesleki tükenme ve yıpranma düzeylerini yok edebilir. Ancak bu hususların gerçekleşebilmesi mesleki tükenmişliği engelleyici çalışmaların yetkili organlarca yapılması ve bu konuda gerekli tedbirlerin alınmasıyla mümkündür.

Mesleki tükenmişliği engelleyici çalışmalar ve alınan tedbirler sonucunda, öğretmenlerin sağlık sorunlarında azalma olacağı, eğitim öğretim kurumlarındaki hizmet kalitesi artacağı, öğretmenlerin çok daha verimli hale geleceği, motivasyon düzeylerinin artacağı düşünülmektedir. Muasır medeniyetler seviyesine ulaşma hedefindeki ülkemizin, öğretmenlerine sağlayacağı imkânlar ile okullarımızda öğrenim görmekte olan öğrenciler çok daha başarılı olacak ve kendilerini çok daha kısa bir zaman içerisinde gerçekleştirebileceklerdir.

Problem Cümlesi

“Öğretmenlerin rekreatif etkinliklere katılımlarında serbest zaman engelleri ile mesleki tükenmişlik durumları arasında bir ilişki var mıdır?” şeklindeki soru bu akademik çalışmanın problem cümlesidir.

Araştırma Alt Problemleri

1. Öğretmenlerin cinsiyet durumları ile serbest zaman engel düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?
2. Öğretmenlerin medeni durumları ile serbest zaman engel düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?
3. Öğretmenlerin yaş durumları ile serbest zaman engel düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?
4. Öğretmenlerin mesleki kıdem durumları ile serbest zaman engel düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?
5. Öğretmenlerin görev yaptıkları okul türleri ile serbest zaman engel düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?
6. Öğretmenlerin serbest zaman etkinlikleriyle uğraşı durumları ile serbest zaman engel düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?

7. Öğretmenlerin cinsiyet durumları ile mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?

8. Öğretmenlerin medeni durumları ile mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?

9. Öğretmenlerin yaş durumları ile mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?

10. Öğretmenlerin mesleki kıdem durumları ile mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?

11. Öğretmenlerin görev yaptıkları okul türleri ile mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?

12. Öğretmenlerin serbest zaman etkinlikleriyle uğraşı durumları ile mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?

13. Öğretmenlerin boş zaman engel durumları ile mesleki tükenmişlik durumları arasında bir ilişki var mıdır?

Hipotezler:

Araştırmada şu hipotezler kurulmuştur;

1. Öğretmenlerin *serbest zaman engellerine ilişkin tüm alt boyutları ile cinsiyet durumları arasında* anlamlı bir farklılık vardır.

2. Öğretmenlerin *serbest zaman engellerine ilişkin tüm alt boyutları ile medeni durumları arasında* anlamlı bir farklılık vardır.

3. Öğretmenlerin *serbest zaman engellerine ilişkin tüm alt boyutları ile yaş durumları arasında* anlamlı bir farklılık vardır.

4. Öğretmenlerin *serbest zaman engellerine ilişkin tüm alt boyutları ile mesleki kıdem durumları arasında* anlamlı bir farklılık vardır.

5. Öğretmenlerin *serbest zaman engellerine ilişkin tüm alt boyutları ile görev yaptıkları okul türleri arasında* anlamlı bir farklılık vardır.

6. Öğretmenlerin *serbest zaman engellerine ilişkin tüm alt boyutları ile serbest zaman etkinlikleriyle uğraşı durumları arasında* anlamlı bir farklılık vardır.

7. Öğretmenlerin *mesleki tükenmişlik düzeylerine ilişkin tüm alt boyutları ile cinsiyet durumları arasında* anlamlı bir farklılık vardır.

8. Öğretmenlerin *mesleki tükenmişlik düzeylerine ilişkin tüm alt boyutları ile medeni durumları arasında* anlamlı bir farklılık vardır.

9. Öğretmenlerin *mesleki tükenmişlik düzeylerine ilişkin tüm alt boyutları ile yaş durumları arasında* anlamlı bir farklılık vardır.

10. Öğretmenlerin *mesleki tükenmişlik düzeylerine ilişkin tüm alt boyutları ile mesleki kıdem durumları arasında* anlamlı bir farklılık vardır.

11. Öğretmenlerin *mesleki tükenmişlik düzeylerine ilişkin tüm alt boyutları ile görev yaptıkları okul türleri arasında* anlamlı bir farklılık vardır.

12. Öğretmenlerin *mesleki tükenmişlik düzeylerine ilişkin tüm alt boyutları ile serbest zaman etkinlikleriyle uğraşı durumları arasında* anlamlı bir farklılık vardır.

13. Öğretmenlerin *serbest zaman engel durumları ile mesleki tükenmişlik durumları arasında* anlamlı bir ilişki vardır.

Sınırlılıklar

Bu araştırma 2017-2018 eğitim öğretim yılında Manisa ili Turgutlu ilçesinde ilkokul, ortaokul ve lisede görev yapanlar ile sınırlıdır.

Sayıtlar

Akademik çalışma kapsamındaki tüm veriler gerçeği yansıtmaktadır. Araştırma kapsamında kullanılacak olan ölçme araçları araştırma problemine ve konu başlığına cevap arayan bulguları sağlayacak niteliktedir. Öğretmenler ölçme aracını yanıtlarken görüşlerini içtenlikle yansıtmışlardır.

Bu çalışmada “Boş Zaman” ve “Serbest Zaman” kavramları eş anlamda kullanılmıştır.

Tanımlar

Serbest Zaman: “Serbest zaman işin zorunluluklarından ayrı olarak, rahatlama, eğlence, bilgi kazanımı ve sosyal katılımı arttırmak amacını taşıyan, yaratıcı kapasitenin özgür etkinliğidir” (Tekin, 2016, s. 48).

Rekreasyon: “İnsanoğlunun doğasına uygun ve uygulamaktan haz duyacağı bir etkinlik içerisinde bulunması ile sıradanlaşan ve aynı rutini tekrar edencesine “iş-ev” arasında

yaşadığı hayatı bir tarafa bırakarak, bu zorunlu hallerden ayrı olarak ruhsal ve zihinsel dinlenmeyi gerçekleştirerek diğer insanlarla kaynaşarak sosyal yaşam içerisinde yer almasıdır” (Mirzeoğlu, 2006’dan aktaran Gül, 2014: 10-11).

Mesleki Tükenmişlik: Meslekten, kişilerin mesleğin özgün anlamı ve amacından kopması ve hizmet götürdüğü insanlarla artık gerçekten ilgilenemiyor oluşu ya da aşırı stres ve doyumsuzluğa tepki olarak kişinin kendini psikolojik olarak işinden geri çekmesidir (Kaçmaz, 2005, s. 29).

Öğretmen: “Öğretmen, geniş anlamda, öğrenciyi grup içinde birey olarak tanıyabilen, onun öğrenmesini etkileyen etkenlerle ilişkisini yorumlayan, istenen performansa en iyi hangi yolla ulaşabileceğini yordayabilen, bu anlamda geliştirdiği planı başarıyla uygulayabilen kişidir” (Ülgen, 1995, s. 251).

Serbest Zaman Katılım Engelleri: “Bireyler tarafından algılanan serbest zaman tercihlerinin oluşumunu engelleyen ve serbest zaman katılımını önleyen ya da engelleyen faktörler” olarak adlandırılmaktadır (Jackson 1997’den aktaran Karaca, 2015).

BİRİNCİ BÖLÜM

1. GENEL BİLGİLER

Bu bölümde araştırmayla ilgili genel kavramlara yer verilmiştir.

1.1. Zaman Kavramı

Zaman günümüzde insanlar için en değerli ve bir o kadar da kıt kaynaklardan bir tanesidir. Zaman kavramı birçok araştırmacı tarafından tanımlanmaya çalışılmıştır. Drucker'a göre zaman "en kıt" ve "en eşsiz", Mackenzie'e göre "son derece nazik", Lakien'e göre "temel" kaynaktır (Sabuncuoğlu ve Tüz, 1998, s. 225). Bu tanımlamalar beraberinde anlam farklılığına yol açmıştır. Bu yüzden zamanı tek bir tanımla açıklamak oldukça zordur. Kelime anlamı olarak zaman, olayların geçmişten bugüne gelip, geleceğe doğru birbirini takip ettiği, bireyin kontrolü dışında kesintisiz devam eden bir süreçtir. Bu tanıma göre bir işe ara vermek istediğimizde, zamanı durduramayız, biz işe dinlenmek için ara versek bile zaman ilerlemeye devam eder. Zaman kullanmadığımızda durdurup saklayabileceğimiz bir olgu değildir (Akatay, 2003, s. 282).

Zamanın ne olduğu sorusuna cevap vermek konusunda literatüre bakıldığında bu sorunun cevabına ilişkin farklı görüş ve yaklaşımların olduğu görülmektedir. Örneğin: Türk Dil Kurumu (TDK) zamanı; "bir işin, bir oluşun içinde geçtiği, geçeceği veya geçmekte olduğu süre, vakit olarak açıklamaktadır" (Türk Dil Kurumu, 2019).

Abay (2000) ise zamanın maksat olamadığını, zamanın insan için yaratılmış, hem de hakça herkese bahşedilmiş bir kaynak olduğunu belirtmektedir. Zaman kaynağı kendi irademizle aldığımız kararlarla ve yaptığımız tercihlerle şekillenmektedir (Abay, 2000, s. 26).

Newton, zamanın mutlak olduğunu ve oluşumunun evrene bağlı olmadığını ifade etmektedir. Newton'un tanımının tersine, zamanı başka bir açıdan ele alan Leibnitz, zamanın kendi başına bir varlık olmadığını ve olayların sırası olduğunu ifade etmektedir. Zaman, "Tasarruf edilemeyen, ödünç alınamayan, kiralanamayan, satın alınamayan, çoğaltılamayan, sadece kullanılan ve kaybedilen aktifimiz veya varlığımızdır" (Eren, 1991, s. 95).

Zaman göreceli bir kavramdır ve göreceli olduğundan dolayı insanların zamanı yönlendirme konusundaki yaklaşımları birbirinden oldukça farklıdır. Ancak genel olarak bakıldığında insanlar zaman yönetimi konusunda oldukça güçsüzdür. Zaman bir algılama olayıdır. İnsanlar güzel bir tatil deyken günlerin nasıl geçtiğini bile anlamazken, kırmızı ışıkta

bekleyen bir sürücüye 1 dakika bile çok uzun bir süre gibi gelebilir (Karaoğlan, 2006, s. 31). Zamanın bizim için anlamı, o zaman diliminde yaşadıklarımızla veya hissettiklerimizle ilgilidir. Sözelimi; paraşütçü için 10 saniyenin anlamı ile otobüs durağında otobüs bekleyen birisi için 10 saniyenin anlamı ve sürenin geçme hızının algılanması birbirinden farklıdır. Çok önemli bir futbol maçında maçın son 5 dakikası galip takım seyircileri için bitmek bilmezken, malup takımın seyircileri için hemen bitecektir. Bahsedilen tüm durumlarda zamanın anlamının farklılaştırılmasının sebebi zamanı hangi sıklıkla kontrol ettiğimiz ve hangi aralıklarda ölçtüğümüzle ilgilidir (Ardahan, 2004, s. 3). Bir başka ifadeyle zamanın anlam ve algılanış biçimi ifade edilecek olursa; kreşe yeni başlayan ve anne babasından ilk defa ayrılacak bir çocuk için günün 1 saatinin anlam ve algılanışı ile bayramlaşmak için özlem duyduğumuz ailemizle vedalaşmaya 1 saat kalmasının anlam ve algılanışı farklılık gösterecektir.

Jensen (2006)'e göre zaman, üç farklı parçadan oluşmaktadır:

- Var olma zamanı-biyolojik ihtiyaçlar (uyuma, yemek yeme ve kişisel bakım)
- Geçim zamanı-Bireyin işinde çalışmasıyla ilgili ekonomik gereklilikler.
- İsteğe bağlı veya “serbest” zaman - geriye kalan zaman

Zamanın bu şekilde sınıflandırılması toplumdaki bireylerin zamanlarını nasıl harcadıklarının farkında olmasına yardımcı olur. Zamanın farkında olmak zamanın iyi kullanılması gerekliliğini ortaya koyar (Karaküçük ve Gürbüz, 2007, s. 18).

Zamanı tanımlamak gerekirse; kaybedildiğinde ya da boşa geçirildiğinde insanların pişmanlıklarına, mutsuzluklarına hatta keşkelerine sebebiyet verecek kadar anlamlı, bir o kadar da acımasız bir kavramdır.

1.1.2. Serbest Zaman Kavramı

Serbest zaman kavramının orijini; ingilizcede “leisure” kelimesi Latinceye ise “licere” kelimesinden gelmektedir. “İzin verilmiş olmak” ya da “boş olmak” anlamındadır. Dilimizde, leisure kelimesinin birçok karmaşık anlam bağlantıları vardır. Genel olarak, “kısıtlamalardan özgürlüğe geçmek”, “seçme özgürlüğü-şansı”, “işten arta kalan vakit”, “zorunlu sosyal sorumluluklar yerine getirildikten sonra kalan boş vakit” olarak tanımlanmaktadır (Tezcan, 2007, s. 9).

Serbest zaman; günlük gereksinim için harcanandan arta kalan zamandır. Çalışma dışı zaman; yaşamı kazanma amacı ile nedensel ve düşünsel çabalar ya da iş için harcanan zorunlu

zamanın dışında kalan zamanı oluşturur. Serbest zamanın olması, yapacak hiçbir şeyin olmaması anlamına gelmez (Kılbaş, 2010, s. 4). Bu nedenle serbest zamanlar bireylerin kendini geliştirebileceği, hobileri ile uğraşıp mutlu edebileceği, dolayısıyla kendini ve yeteneklerini keşfedebileceği en özel zaman dilimleridir.

Kemp ve Pearson (1997) serbest zaman kavramını çalışma, uyku, yemek yeme ve diğer zorunlu işler için ayrılan (harcanan) zaman sonrasında artan zaman dilimi olarak tanımlar ve önemli olan noktanın bu zaman diliminde bireyin kaliteli bir takım etkinlikler yaparak bu süreyi verimli bir şekilde geçirmesi olduğunu belirtmiştir. Günümüzde pek çok insan bu zamanı daha çok yürümek, futbol oynamak veya TV izleme gibi aktiviteler yaparak geçirmektedir (Kemp ve Pearson, 1997'den aktaran Karaküçük ve Gürbüz, 2007: 19).

Howe ve Carpenter (1985) 'e göre serbest zaman kelimesi en basit anlamda bireyin özgürce, dilediği gibi harcayabileceği zaman dilimini ifade eder. serbest zaman engellerden/zorunluluktan kurtulmak, seçme hakkına sahip olmak, işten artan zaman veya yapılması zorunlu bazı sosyal davranışlardan artan zaman olarak da tanımlanabilir (Howe ve Carpenter, 1985'ten aktaran Karaküçük ve Gürbüz, 2007: 19).

1.1.3. Rekreasyonun Tanımı

Latince'de, "yeni bir şeyler yaratmak", "yenilenmek" anlamına gelen "recreate" kelimesinden türetilmiş rekreasyon; sözlük anlamına göre, "yeniden yaratılma", "yenilenme", "ruhsal açıdan yenilik" anlamına gelmektedir. Rekreasyon, hayatın sıradanlığından ve işten ayrılarak yenilenmek demektir (Jensen, 1999, s. 2).

Tarih boyunca çalışma zamanı insanoğlunu yıpratırken, çalışma dışı zaman ise, insanın kendisi için bir şeyler yapması, yenilenmesine, onun güç tazelemesine ve hayata yeniden başlamasına imkân vermiştir. Bu nedenle insanlar çalışma zamanına verdikleri önemin yanında, çalışma dışı zamanın kullanımına da ayrı bir önem vermişlerdir. Çalışma dışı zamanın yani boş zamanın kullanımı rekreasyon kavramını ortaya koymuş ve insanlar bu kavramı her geçen gün daha da geliştirerek zenginleştirmişlerdir (Soyer ve Can, 2003, s. 102-120).

İnsanlar, çeşitli büyüklük ve zamanlarda ortaya çıkan serbest zamanlarında; uzaklaşmak, dinlenmek, hava değişimi, gezme-görme, sağlık, beraber olma, heyecan duyma, farklı yaşantılar elde etme gibi pek çok amaçla, ev dışında veya ev içinde, açık veya kapalı alanlarda ya da pasif-aktif şekillerde, kent içinde veya kırsal alanlarda etkinliklere katılmaktadırlar. Rekreasyon, insanların serbest zamanlarında yaptıkları bu etkinlikleri ifade

eden bir kavramdır ve insanın çalışma saatleri dışındaki serbest zamanında katıldığı faaliyetlerle ilgilidir. Serbest zamanın günlük, hafta sonları, yıllık izinler ve daha uzun tatiller ile emeklilik gibi dönemlerinde birçok alanda yapılan ve çok çeşitliliği olan aktiviteler söz konusudur. Aktiviteler, insanların ayrı ayrı amaç ve istekleri doğrultusunda anlam kazanır. Bu özellik, rekreasyonun kesin bir tanımının yapılmasını zorlaştırır. Ancak, geniş bir perspektiften ve çeşitli yaklaşımlarla bazı tanımları yapılmıştır (Karaküçük, 2008, s.58-59).

İnsanın yoğun çalışma yükü, rutin hayat tarzı veya olumsuz çevresel etkilerden tehlikeye giren veya olumsuz etkilenen bedeni ve ruhi sağlığını tekrar elde etmek, korumak veya devam ettirmek aynı zamanda zevk ve haz almak amacıyla, kişisel doyum sağlayacak, tamamen çalışma ve zorunlu ihtiyaçlar için ayrılan zaman dışında kalan bağımsız ve bağlantısız serbest zaman içinde, isteğe bağlı ve gönüllü olarak ferdi veya grup içinde seçerek yaptığı etkinliklere rekreasyon denir (Karaküçük, 2008, s. 61).

Geniş anlamda rekreasyon; kişinin serbest zamanında, bireysel ya da grup olarak yapmış ya da katılmış olduğu herhangi bir etkinliktir. Rekreasyonun doğuştan gelen bir değeri vardır; anlık gereksinimlerin ya da ertelenmiş bir ödülün sonucu değildir. Toplumsal dürtüler, kitle ilgisi, toplumsal süreçler ve sınıf kültürü gibi çevresel etkenlerin de rolü vardır (Kılbaş, 2010, s. 11).

Stebbins (2005)'e göre rekreasyon, kişinin serbest zamanlarında, zorunluluk olmaksızın, isteği ile katıldığı, bireysel tatmin sağlayan, kendi yetenek ve becerilerini kullanabildiği aktiviteler şeklinde tanımlamıştır.

Güngörmüş (2007) ise rekreasyonu; sadece serbest zamanda yapılan, bireye göre bir amacı bulunan, kişisel tatmin ve gönüllülük esasına dayalı, başkasına devredilemeyen, bireyi canlandıran ve mutluluk veren, aktif ve pasif olarak yapılan ve her türlü fiziksel, sosyal, zihinsel ve ruhsal etkinlikler olarak ifade etmektedir.

Sonuç olarak rekreasyon birçok araştırmacı tarafından çok uzun bir şekilde açıklanmaya, tanımlanmaya çalışılmıştır. Halbuki rekreasyon en basit ve kısa haliyle tanımlanacak olursa; katılımcılar ile etkinliklerin buluşmasıdır.

1.1.3.1 Rekreasyonun Temel Fonksiyonları

Rekreasyonun temel fonksiyonları dinlenme, eğlenme, gelişim ve iyileştirme şeklinde 4 başlıkta toplanabilmektedir.

1. Dinlenme Fonksiyonu: serbest zamanı en fazla karakterize eden ve farklı algılamalarla, çalışma hayatı tarihi boyunca değerlendirilen temel bir fonksiyondur (Karaküçük, 2008, s. 47). Başka bir ifadeyle dinlenme fonksiyonu günümüz çalışma yaşamı dikkate alındığında bireyin deşarj olmasını sağlamakta, yoğun çalışma sonucunda kişinin yıpranmasını engellemektedir.

2. Eğlenme Fonksiyonu: Rekreasyon olgusunun temel fonksiyonlarından bir tanesidir. Eğlenmek, zamanı hoş bir şekilde geçirmek ve bunu bazen can sıkıntısından kurtulmak için değil, ayrıca, tasayı, merakı gidermek için yapmak anlamını da taşımaktadır (Foulquie, 1994, s. 142). Eğlenmenin gerçekleşmesiyle birey sıkıntılarını unutmakta, anlık da olsa kaygılarından kurtulmaktadır.

3. Gelişim Fonksiyonu: İnsan düşüncesini, günlük eylemlerin otomatizminden kurtaran, daha geniş sosyal katılıma zemin hazırlayan, insanın kişiliğini geliştirmesine ve göstermesine eğilimli, aynı zamanda çıkarıcı olmayan faaliyetleri içerir (Karaküçük, 2008, s. 48). Böylece bireyin rekreasyonel etkinlikler eşliğindeki gelişimi, toplumun gelişimini tetikler.

4. İyileştirme Fonksiyonu: İlk olarak akıl hastanelerindeki hastalar üzerinde uygulanan rekreasyonun iyileştirme fonksiyonu günümüzde terapatik rekreasyon olarak adlandırılmaktadır. Terapatik rekreasyon kişilerin iyi olma durumunu ve yaşam kalitesini yükseltme amacıyla kullanılmaktadır (Robertson ve Long, 2008'den aktaran Çelik, 2011: 11).

1.1.3.2. Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımı Etkileyen Faktörler

Rekreasyon faaliyetlerine katılımı etkileyen faktörler Torkildsen tarafından 3 başlık altında incelenmiştir. Bunlar; bireysel faktörler, sosyal faktörler ve fırsatlar şeklindedir.

Tablo 1: Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımı Etkileyen Faktörler

BİREYSEL FAKTÖRLER	SOSYAL FAKTÖRLER	FIRSATLAR
1. Yaş	16. Meslek	31. Tesislerin Türü Ve Kalitesi
2. Yaşam Döngüsü	17. Gelir	32. Farkındalık
3. Cinsiyet	18. Harcanabilir Gelir	33. Fırsatları Algılama
4. Medeni Durum	19. Servet	34. Rekreasyon Hizmetleri
5. Yükümlü Olunan Kişi Ve Yaşları	20. Araç Sahipliği ve Hareketlilik	35. Tesislerin Dağılımı

6. İstekleri ve Hayat Amacı	21. Uygun Zaman	36. Erişim ve Konum
7. Bireysel Engeller	22. Görevler ve Sorumluluklar	37. Aktivite Seçimi
8. Beceriklilik	23. Ev ve Sosyal Çevre	38. Ulaşım
9. Boş Zaman Algısı	24. Arkadaşlar ve Akran Grubu	39. Faaliyet Öncesi ve Sonrası Maliyet
10. Tutumlar ve Motivasyon	25. Sosyal Roller ve Bağlantılar	40. Yönetimsel Politikalar ve Destekler
11. İlgiler ve Kaygılar	26. Çevresel Faktörler	41. Pazarlama
12. Fiziksel, Sosyal ve Entelektüel Yet.	27. Kitlelele Boş Zaman Faktörleri	42. Programlama
13. Kişilik ve Güven	28. Eğitim ve Kazanımlar	43. Örgütleme ve Liderlik
14. Doğduğu Kültür	29. Nüfus Etkeni	44. Sosyal Ulaşılabilirlik
15. Yetiştirme Tarzı ve Geçmiş	30. Hazır Kaynaklar	45. Siyasi Politikalar

Kaynak: Torkildsen, 2005’den aktaran Paslı ve diğ. 2014: 139).

1.1.3.3. Rekreatyonun Sınıflandırılması

Eroğlu (2000)’a göre rekreatyonun birçok araştırmacı tarafından çok farklı ve karmaşık tanımlamalarının ve özelliklerinin olması, bu alandaki araştırmacıları rekreatyonun sınıflandırılması gerekliliğine yönlendirmiştir. Kültürel farklılıklar nedeniyle rekreatyonun sınıflandırılmasının çeşitlilik gösterebileceği düşünülmektedir. Buna göre rekreatyon farklı araştırma grupları ele alınarak incelenmiştir. Örneğin, Tribe’e (1995) göre; rekreatyon faaliyetleri evde yapılan rekreatif faaliyetler, ev dışında yapılan rekreatif faaliyetler, seyahat ve turizm şeklinde 3 grupta toplanmıştır (Çoruh, 2013, s. 16-17).

Rekreatyonun sınıflandırılmasında, esas alınan prensip, genellikle, kişinin rekreatyon faaliyetlerine katılmasına sebep olan amaçlar, istekler ve zevkler olmaktadır. (Karaküçük 2008, s. 76). Bu açıklamalar doğrultusunda Karaküçük’e (2008, s. 77) göre;

a) Amaçlarına Göre Rekreatyonun Sınıflandırılması

- Sanatsal etkinlik amacıyla katılımın sağlandığı,
- Turizm amacıyla katılımın sağlandığı,
- Sportif etkinlik amacıyla katılımın sağlandığı,
- Toplumsallaşma amacıyla katılımın sağlandığı,
- Kültürlenme amacıyla katılımın sağlandığı,

- Dinlenme amacıyla katılımın sağlandığı,

b) Çeşitli Kriterlere Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması

- Yaş faktörüne göre rekreasyon sınıflandırması
- Faaliyete katılanların sayısına göre rekreasyon sınıflandırması
- Zamana göre rekreasyon sınıflandırması
- Kullanılan mekana göre rekreasyon sınıflandırması
- Sosyolojik muhtevaya göre rekreasyon sınıflandırması

şeklindedir (Karaküçük 2008, s.78).

c) Rekreasyon Özel İşlevleri Dikkate Alınarak Belirli Eylem ve Durgunluk Hallerine Göre de sınıflandırılabilir (Karaküçük, 2008, s. 78-79). Buna göre;

- Ticari rekreasyon
- Sosyal rekreasyon
- Uluslararası rekreasyon
- Estetik rekreasyon
- Fiziksel rekreasyon
- Orman rekreasyonu şeklindedir.

d) Yerel Sınıflamaya Göre Rekreasyon Çeşitleri: Gelişen teknoloji ve modern yaşam, getirdiği faydaların yanında stres ve stres kaynaklı rahatsızlıklar ile hareketsizlik sonucu ortaya çıkan rahatsızlıklar ile bazı olumsuzlukları da beraberinde getirmektedir. İnsanlar olumsuz etkilerden kaçmak, arınmak ve kurtulmak için serbest zamanlarını şehir dışındaki doğal alanlarda çeşitli etkinliklere katılırlar veya bu etkinlikleri yapmak için bu alanları ziyaret ederler. Şehir yaşamından kurtulma imkânı bulamayan bireyler ise kendilerine şehir merkezine en yakın rekreasyonel alanlarda rekreasyon etkinliklerine aktif veya pasif olarak katılırlar (Ardahan vd. 2016, s. 32-33). Buna göre;

- Kentsel rekreasyon
- Kırsal rekreasyon şeklindedir.

e) Yaşam Biçimine Göre Rekreasyon Çeşitleri: Rekreasyonun yaşanma biçimi boyutuna göre, rekreasyonun sınıflandırılmasında iki alt boyut vardır (Ardahan ve diğ. 2016, s. 35-36). Buna göre;

- Ciddi Serbest Zaman
- Gündelik Rekreasyon şeklindedir.

1.1.3.4. Rekreasyonun Özellikleri

Rekreasyonun özellikleri birçok bilim adamı tarafından araştırılmıştır. Bireyin rekreasyon ihtiyacından kaynaklanan sebepler çoğaldıkça, rekreasyonun özellikleri de çeşitlilik göstermektedir. Karaküçük'e (2008, s. 69-75) göre rekreasyonun temel özelliklerini şu şekilde açıklamak mümkündür.

- Rekreasyon faaliyetlerinin seçimi gönüllü olmalıdır.
- Rekreasyon faaliyetleri özgürlük hissi verir.
- Rekreasyon, serbest zamanda yapılır.
- Rekreasyon faaliyetlerinde insiyatif, kişinin kendisine bırakılmalıdır.
- Faaliyetlere devam ve iştirak etme zorunluluğu bulunmamalıdır.
- Rekreasyon faaliyetleri, her yaştaki ve cinsiyetteki insanların katılımına imkân verir.
- Rekreasyonel faaliyetler, her türlü açık veya kapalı alanlar ile her mevsim ve iklim şartlarında uygulanabilmektedir.
- Rekreasyon, bir faaliyeti gerektirir.
- Rekreasyon, çok çeşitli faaliyetler, alternatifler içerir.
- Rekreasyon, haz ve neşe sağlayan bir faaliyettir.
- Rekreasyon, evrensel olarak uygulanmaktadır.
- Rekreasyon, kişinin kendisini ifade edebilme ve yaratıcı olabilmesine imkân sağlayıcı faaliyetler içermelidir.
- Rekreasyonun her kişiye göre bir amacı vardır.
- Rekreasyonel faaliyetlerin katılımcıya kişisel ve toplumsal özellikleri kazandırması beklenir.
- Rekreasyon, toplumun geleneklerine, törelerine, ahlâki ve manevi değerlerine uygun olmalı ve sosyal değerlere ters düşmemelidir.
- Rekreasyon, bir faaliyet yapılırken, ikinci veya daha fazla faaliyetlere de ilgi duyma veya gerçekleştirme imkânı verir.
- Rekreasyon eylemi, planlı veya plansız, beceri sahibi kişilerle veya beceri sahibi olmayan kişilerle ya da organize veya organize olmamış mekânlarda yapılabilmektedir.

- Rekreasyon etkinlikleri, rekreasyonistler tarafından üstlenilir.
- Rekreasyon, rekreatif etkinliklere katılma sonucu ortaya çıkan bir deneyimdir.

1.1.3.5. Rekreasyona Duyulan İhtiyaçların Nedenleri

Rekreasyona duyulan ihtiyaç, rekreasyonel faaliyetlerin kişisel ve toplumsal olarak sağladığı faydalardan kaynaklanmaktadır. Kişisel yönden; fiziki sağlık gelişiminin sağlanması, ruh sağlığı kazandırılması, bireyi sosyalleştirmesi, üretkenliğini, kişisel beceri ve yeteneğini geliştirmesi, çalışma başarısı ve iş verimine etkisi, ekonomik hareketlilik, insanı mutlu etmesi, toplumsal yönden ise; toplumsal dayanışma ve birlikteliği sağlaması ve demokratik toplum yaratılması, rekreasyona duyulan ihtiyacın bazılarını temsil etmektedir (Karaküçük, 2008, s. 94). Dolayısıyla rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenleri kişisel yönden ve toplumsal yönden iki gruba ayrılmaktadır.

1.1.3.5.1. Kişisel Yönden Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri

- a) Kişinin fiziki sağlık gelişimini güçlendirir,
- b) Kişinin ruh sağlığını olumlu yönde etkiler,
- c) Kişinin sosyalleşmesini sağlar,
- d) Kişisel beceri ve yeteneğin gelişmesini sağlar,
- e) Kişideki yaratıcı gücün gelişmesini sağlar,
- f) Kişinin iş verimini ve çalışma başarısını artırır,
- g) Kişinin ekonomik kazancının artmasını sağlar,
- h) Kişinin mutlu olmasını sağlar (Karaküçük, 2008, s. 94-100).

1.1.3.5.2. Toplumsal Yönden Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri

Demokratik bir toplum yapısının oluşmasının yanı sıra toplumsal yönden bireylerin birbirleri arasındaki dayanışmayı ve bütünleşmeyi kuvvetlendirir.

Toplumsal anlamda rekreasyonel ihtiyacın meydana gelmesindeki temel faktör, toplumun tüm kesimindeki insanların, birbirlerini tanımalarına, dostluklar kurmalarına, ortak amaçlar etrafında çalışmalarına olanak sağlamasıdır (Karaküçük ve Gürbüz, 2007, s. 51). Rekreasyon, insanın öz benliğine uygun ve yapmaktan memnun kaldığı toplumsal, kültürel ve sportif faaliyetlere katılarak; günlük hayatın sıklığından kurtulması ve başka insanlarla etkileşerek toplumsal bir kişilik kazanmasını sağlar (Kılbaş, 2010, s. 3).

Rekreasyonel aktiviteler, kişinin birlikte olmaktan haz alacağı ve ilgilerinin benzer olduğu diğer kişiler ile tanışmasına veya beraber olmasına yardımcı olur (Karaküçük ve Gürbüz, 2007, s. 48). Bu sebeple kişinin, rekreasyonel aktiviteler aracılığıyla sosyalleşmesi-toplumsallaşması kaçınılmazdır.

1.1.3.6. Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımı Engelleyen Unsurlar

Engel kavramı serbest zaman değerlendirme veya rekreasyon literatürüne bakıldığında, bireyin serbest zamana ve rekreatif etkinliklere en fazla ihtiyaç duyduğu anlar ile ailevi, çevresel ve sosyal zorunlulukların aynı zaman diliminde çakışması nedeniyle serbest zamandan ve rekreatif etkinliklerden vazgeçmek zorunda kalınması şeklinde ifade edilebilir.

Rekreasyon etkinliklerine katılmaya yönelten her etken aynı zamanda engelleyen etkenler arasında da gösterilebilir. Rekreasyon etkinliklerine uzaklık, mevsimsel engelleyiciler, rekreasyon araçlarının çekiciliği, kişilerin beklentilerinde ve tercihlerinde meydana gelebilecek değişiklikler vb. etkenler katılmayı engelleyici rol oynayabilir (Ardahan ve diğ. 2016, s.106).

Rekreasyon etkinliklerine katılımı engelleyen unsurlar; (Darendelioğlu, 2008, 18-19) tarafından 4 kısımda incelenmiştir.

- Mevsimlik engeller,
- Finansal kaynaklar ve rekreasyon alanlarının ulaşılabilir seviyede olması,
- Cinsiyet ve sosyal sınırlama
- Kaynaklar ve moda

1.1.3.6.1. Mevsimlik engeller

İklim koşulları, güneşli gün sayısı, gündüz sürelerinin uzunluğu, hava sıcaklığının derecesi gibi etkiler yapılacak olan rekreasyon etkinliğine katılımı olumlu ya da olumsuz etkilemektedir. Lakin kapalı alanlarda yapılan rekreasyon etkinlikleri sezonluk hava değişimlerinden çok fazla etkilenmezler. Mevsimsel değişiklikleri inceleyecek olursak soğuk ve yağışlı günlerde kapalı alan rekreasyon aktiviteleri daha fazla tercih edilmektedir. Sıcak günlerde ise kapalı mekanlarda rekreatif faaliyetlerde bulunmaktansa bireyler sahilleri, parkları ve ormanlık alanları daha fazla tercih ederler (Darendelioğlu, 2008, s.19). Mevsimlik engelleri bir sorun olarak görmeyen bireyler de vardır. Bu tarz düşünceye sahip olan bireyler için önemli olan o an ne yapmak istedikleridir. Örneğin, ağustos ayında ülkemizde yaşanan sıcaktan bunalan bireyler, güney yarım kürede kış mevsiminin yoğun yaşandığı bölgelere

seyahat ederek, açık alan rekreasyon etkinliği olarak kayak ya da snowboard yaparlar veya somestr tatilinde ülkemizde kış mevsiminin yoğun yaşandığı dönemde soğuk havaların olumsuz etkilerinden biraz olsun kurtulmak isteyen bireyler, uluslararası rekreasyon organizasyonu olan Rio karnavalına katılırlar.

1.1.3.6.2. Finansal kaynaklar ve rekreasyon alanlarının ulaşılabilir olması

İnsanlar evlerinde dinlenerek, ev dışındaki açık alanlarda egzersiz yaparak, gezintiye çıkarak rekreasyon etkinliklerine katılırken bedel ödemek zorunda değildirler. Ancak bu rekreasyon etkinliklerinin haricinde kalan bazı rekreasyon etkinlikleri; sinema, tiyatro, buz pateni, maça gitme-izleme, rüzgar sörfü, yamaç paraşütü, tenis kulüplerine üye olma gibi) belirli miktarda bedel ödenerek gerçekleştirilebilmektedir. Yapılan birçok araştırma sonucunda toplumun sosyo-ekonomik gelirin düşük olması rekreatif etkinliklere katılımı ilk sırada yer almaktadır. Oysaki birçok bilim adamının yapmış olduğu araştırmaya göre, toplumda yüksek düzeyde sosyo-ekonomik seviyede yaşayan bireylerin aktif rekreasyon etkinliklerine katılmayı, pasif rekreasyon etkinliklerinin (maç izlemek, sinema-tiyatro seyretmek gibi) aksine daha fazla tercih ettikleri bilinmektedir. Sosyo-ekonomik açıdan yüksek gelire sahip olan bireylerin kararlarını alırken daha rahat hareket edebilmeleri nedeniyle rekreasyon etkinliklerinin gerçekleştirildiği uzak alanlara ulaşmaları ve katılımları daha kolaydır. (Darendelioğlu, 2008, s.19).

1.1.3.6.3. Cinsiyet ve Sosyal Sınırlamalar

Ülkelerin yaşam tarzları, kültür düzeyleri, yaşayış şekilleri, gelenek, görenek, örf ve adetleri birbirinden farklılık göstermektedir. Bu durum rekreatif etkinliklere katılımı önemli ölçüde etkilemektedir. Bilhassa ülkemizde okumamış ve ekonomik serbestiyetini elde edememiş kadınların rekreatif etkinliklere katılmadıkları, zaman ayırmakta dahi güçlükler çektikleri ve hatta bu konularda bilgisiz oldukları görülmektedir. Çalışma hayatına kadınların katılmasının yanı sıra çalışan kadınların ev işleriyle de ilgilenmek zorunda olmaları neredeyse kendilerine ait serbest zamanlarının olmamasına sebep olmaktadır. Dolayısıyla çalışma hayatında yer alan kadınların rekreatif etkinliklere katılımını engellemektedir. Gelişmemiş ya da gelişmekte olan ülkelerde çalışma hayatına katılan kadınların özellikle dini konuların, toplumsal ve mahalle baskısı olarak kullanılması yaşanmakta olan engellenmeleri arttırmaktadır (Darendelioğlu, 2008, s.19-20).

1.1.3.6.4. Kaynaklar ve Moda

Rekreasyon alanlarının yakınlığı, bireylerin rekreatif etkinliklere katılımını sağlar. Ancak şehir merkezinden uzakta olan rekreasyon alanları da bireyleri şehrin gürültüsünden, kalabalığından, stresinden, monotonluğundan kurtulmak amacıyla cezbetmektedir. Günümüzde şehirlerin cazibe merkezi olarak tasarlanan rekreasyon alanları bireylerin birçok ihtiyaç, istek ve beklentilerini karşılamaktadır.

1.1.4. Rekreasyona Katılım Engeliyle İlgili Yapılan Araştırmalar

Kamu çalışanlarının serbest zaman engelleri ile yaşam tatmini düzeylerinin incelenmesi isimli araştırma sonucunda cinsiyet değişkeninin serbest zaman engel düzeyleri açısından önemli ve anlamlı farklılık yaratan bir değişken olduğu, fakat aylık gelir değişkeninin etken bir faktör olmadığı tespit edilmiştir (Çakır ve diğ. 2000).

Kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılım sorunlarının değerlendirilmesi ismiyle yapılan araştırma sonucunda, kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılımlarını etkileyen birçok unsur bulunmaktadır. Sosyal ve ekonomik açıdan ele alındığı zaman kadınların ekonomik gelir düzeylerinin düşük olmasının hem spor hem de serbest zaman etkinliklerine katılımı olumsuz yönde etkilediği söylenebilir. Aile unsuru açısından ele alındığı zaman kadınların evli, özellikle de çocuk sahibi olmalarının kendilerine spor ve serbest zaman aktivitelerine katılım için yeterli zaman ayırma konusunda sorun yaşamalarına neden olmaktadır. Küçük yaş grubunda bulunan bekâr kadınların ise çeşitli sosyal ve ahlaki kaygılar nedeniyle aileleri tarafından spor ve serbest zaman etkinliklerine katılımları engellenmektedir (Güner, 2015).

Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesiyle ilgili gerçekleştirilen çalışma sonucunda, bilgi eksikliği ve bireysel psikoloji düzeyi ile engelleri algılama düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Sonuç olarak, katılımcıların serbest zaman aktivitelerine katılımdaki en büyük engel olarak sosyal ortam ve bilgi eksikliğini gördükleri, bunu ise tesis/hizmet/ulaşım ve birey psikolojisi faktörlerinin takip ettiği söylenebilir (Demirel ve Harmandar, 2009).

Spor bilimleri ve diğer fakülte öğrencilerinin serbest zaman faaliyetlerine katılım engellerinin incelenmesi ismindeki araştırmalarıyla spor bilimleri öğrencileri ile diğer fakülte öğrencilerinin serbest zaman engelleri karşılaştırıldığında bireysel psikoloji, bilgi eksikliği, zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Dolayısıyla spor bilimleri fakültesi ve diğer fakülte öğrencileri arasında anlamlı bir farklılığının tespit

edilmemiş olması, öğrencilerin serbest zaman faaliyetlerine katılım engeli açısından ölçeğin alt boyutlardaki bireysel ve çevresel şartlardan benzer şekilde etkilendikleri görülmektedir. Öğrencilerin serbest zaman faaliyetlerine katılım engeli açısından en yakın faktörün arkadaş eksikliğinin olması, fiziksel aktivitelere katılımında arkadaş faktörü, arkadaşlarla birlikte hareket etme ve teşvik-tavsiye etmenin önemli olduğu ve bunun eksik kaldığı sonucuna ulaşılmaktadır (Çebi ve diğ. 2018).

Sedanter kadınların rekreatif etkinliklere katılımlarının önündeki engellerin incelenmesiyle ilgili gerçekleştirilen araştırma sonucunda, sedanter kadınların serbest zamanlarını engelleyen faktörlerin başında, bilgi eksikliği ve zaman alt boyutlarının yer aldığı ve bu faktörü sırasıyla, bireysel psikoloji ve tesis alt boyutlarının izlediği, son olarak, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarının yer aldığı görülmektedir. Sedanter kadınlar medeni durumlarına göre incelendiğinde; bireysel psikoloji, bilgi eksikliği, tesis ve zaman alt boyutlarında ve toplam puanlamada anlamlı fark olduğu görülmektedir (Yaşartürk ve diğ. 2016).

Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel eğilimleri ve rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörler şeklinde yapılan araştırma sonucunda, öğrencilerin serbest zamanlarını engelleyen faktörlerin başında, birey psikolojisi alt boyutunun yer aldığı ve bunu sırasıyla, zaman ve ilgi eksikliği, bilgi eksikliği, ulaşım eksikliği ve tesis yetersizliği alt boyutlarının izlediği ve arkadaş eksikliği alt boyutunun ise sıralamanın sonunda yer aldığı tespit edilmiştir (Çoruh, 2013).

Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel eğilimleri ve rekreasyonel etkinliklere katılımlarına engel olan faktörlerin incelenmesiyle ilgili yapılan araştırma sonucunda, Üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılımını etkileyen faktörlerde büyük bir farklılığın olmadığı saptanmıştır. “Cinsiyet” değişkenine göre karşılaştırıldığında alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. “Sınıflar arası fark” değişkenine göre karşılaştırıldığında ise alt boyutlardan zaman ve ilgi eksikliği ile birey psikolojisi alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur (Bosna ve diğ. 2018).

Beden eğitimi öğretmeni adaylarında serbest zaman algısı ve engelleriyle ilgili yapılmış olan araştırma sonucunda, katılımcıların toplam puanları faktör bazında incelendiğinde; en yüksek puan ortalamasının tesis alt boyutunda, en düşük puan ortalamasının ise birey psikolojisi alt boyutunda olduğu görülmektedir. Katılımcıların toplam

puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmazken, yaş, gelir durumu, rekreatif etkinliklere katılım sıklığı, değişkenlerine göre toplam puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaştığını göstermektedir (Atasoy ve diğ. 2015).

Serbest zamanda sıkılma algısı ve serbest zaman engelleri arasındaki ilişkinin incelenmesiyle ilgili gerçekleştirilmiş araştırma sonucunda, cinsiyet ana etkisi açısından ‘tesis’, ‘arkadaş eksikliği’ ve ‘ilgi eksikliği’ alt boyutlarının anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmış ve tüm alt boyutlarda kadın katılımcıların puanları erkek katılımcılara oranla daha yüksek olarak saptanmıştır. Ayrıca, analizler, medeni durum değişkeninin, ‘birey psikolojisi’ alt boyutunda anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmış, bekâr katılımcıların puanları evli bireylere göre daha yüksek olarak hesaplanmıştır. Bununla birlikte, yaş değişkeninin sadece ‘ilgi eksikliği’ alt boyutunda anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır (Kara ve Özdeoğlu, 2017).

Üniversite öğrencilerinin sportif ve sportif olmayan rekreatif etkinliklere katılmalarına engel olabilecek unsurların incelenmesiyle ilgili yapılan araştırma sonucunda katılımcıların serbest zaman engelleri cinsiyet değişkenine göre bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği ve zaman alt boyutlarında anlamlı farklılıklar, serbest zaman engellerinin yaş değişkenine göre zaman alt boyutunda anlamlı bir farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır. Çalışmada ayrıca katılımcıların serbest zaman engellerinin aylık ortalama gelir seviyelerine göre tesisler/hizmet alt boyutunda anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna varılmıştır (Ekinci ve diğ. 2014).

Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Engellerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesiyle ilgili yapılan araştırma sonucunda, cinsiyet değişkenine göre birey psikolojisi alt boyutunda istatistiki açıdan bayanlardan kaynaklanan anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ayrıca yaş değişkenine göre birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis yetersizliği ve arkadaş eksikliği alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık saptanmıştır. Bunlara ilaveten gelir düzeyi değişkenine göre zaman ve ilgi eksikliği ve tesis yetersizliği alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur. Buna göre, gelir düzeyi faktörünün serbest zaman engelleri düzeyini anlamlı ölçüde etkilediği söylenebilmektedir (Polat, 2017).

Beden eğitimi öğretmeni adaylarında serbest zaman algısı ve engelleriyle ilgili gerçekleştirilmiş araştırma sonucunda, yaş değişkenine göre serbest zaman engelleri ölçęü puanları tesis alt boyutunda önemli bir farklılık göstermektedir. Ancak bilgi ve ilgi eksikliği alt boyutlarında farklılaşma görülmemiştir. Analizler sonucunda serbest zaman engelleri

ölçeği puanlarının gelir durumu değişkenine göre farklılaştığı saptanmıştır. Alt boyutlar bazında değerlendirildiğinde birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu; arkadaş eksikliği ve zaman alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir (Lakot, 2015).

1.2. Tükenmişlik Kavramı

İlk kez, klinik psikolog Freudenberger tarafından “Tükenmişlik” kavramı ortaya atılmıştır (Freudenberger, 1974, s.159). Freudenberger, tükenmişliği “başarısızlık, yıpranma veya enerji, güç ve potansiyel üzerindeki aşırı zorlanma sonucunda ortaya çıkan bir tükenme durumu” olarak tanımlamaktadır. Freudenberger’e göre bu tükenme durumu, kişiyi sebebi ne olursa olsun nötr hale getirmektedir. (Turnipseed ve Turnipseed, 1991, s.473).

Tükenmişlik kavramı, Edelwich ve Brodsky (1980) tarafından “idealizm, enerji, amaç ve düşüncenin, iş koşulları ile bağlantılı olarak ilerlemesinin, gelişmesinin sona ermesi” şeklinde tanımlanmıştır (Farber, 1984, s.325). Ergin (1993) tarafından tükenmişlik kavramı, duygusal açıdan tükenme, duyarsızlaşma, kişisel başarıda azalma ya da kişisel başarısızlık olarak ortaya çıkan ve “insan-işi” hizmet sektöründe çalışanlarda görülen bir sendrom olduğunu belirtmektedir. Leiter ve Maslach (2005) tükenmişliği bir enerji yoksunluğu olarak tanımlayarak sürekli olarak görmezden gelinmiş, stresli ve yorgun olma hali şeklinde belirtmektedirler. DSÖ’nün raporuna göre tükenmişlik; gereğinden fazla çalışma ile kendini gösteren, duygusal yönden yorgunluk sonucunda kişinin kendisi tarafından yapılması istenen görev ve sorumlulukları yerine getirememesi durumu olarak tanımlanmıştır (Metin ve Akın, 1998, s. 46).

Tükenmişliğin, birçok kavramla ilişkili olduğu açıktır. Yaşam kalitesi ve yaşam doyumunun iş doyumunu ve iş stresini ne kadar tetiklediği de ortadadır. Bu kavramların birbiriyle ilişkili olduğunu, bireylerin yaşam şartlarındaki değişik tepki ve tutumlarından rahatlıkla gözlemleyebilmekteyiz. (Avşaroğlu ve diğ. 2005, s. 117). Rekreatif etkinlikler kapsamında bireylerin serbest zamanlarını değerlendirmeleri, çalışma ortamında ya da dışında hobi ve ilgi alanları doğrultusunda eğlenceli hale getirilmesinin olumlu sonuçlarla karşılaşılacağı tahmin edilmektedir. Tam tersi durumda ise kişilerin olumsuz etkileneceği düşünülmektedir.

Tükenmişlik yaşayan bireylerde ümitsizlik, umutsuzluk, hayal kırıklığı ve olumsuz düşünceler oluşmaya başlamaktadır. Tükenmişlik yaşayan bireyler, iş sahasında kendilerini huzursuz eden, sürekli ters giden durumların, olayların olduğuna, yaşandığına inanan ve

kendisinde bu yaşananlar nedeniyle yeterli enerjiyi hissedemeyen kişilerdir. Bu kişiler iş ortamında ya da günlük yaşanan sıradan olaylar karşısında da sürekli ümitsiz davranışlar sergilerler (Çam Kırılancı, 1995, s. 19).

Tükenmişlik kavramı, çeşitli nedenler yüzünden yaşanan bir tükenme durumudur. En önemli nedenlerin başında ise kişilerin iş yerindeki başarısızlık algısı, kişilerin isteklerinin karşılık bulamaması ya da bulmaması algısı, sonucunda enerji kaybının yüksek olması ve yıpranma gelmektedir (Freudenberger, 1974'den aktaran Çolakoğlu, 2014: 12).

Genellikle mesleki tükenmişlik durumuyla hizmet sektöründe (eğitim, sağlık, güvenlik güçleri vb.) çalışanların karşı karşıya kaldığı görülmektedir.

1.2.1. Tükenmişliğin Boyutları

Maslach ve Jackson, mesleki tükenmişliğin alt boyutlarını:

- Duygusal Tükenme dönemi,
- Duyarsızlaşma dönemi,
- Kişisel Başarı dönemi olmak üzere üçe ayırmıştır (Aslan ve diğ. 1996, s.48).

Duygusal Tükenme: Duygusal tükenme bu alt boyutlar arasında merkezi bir yere sahiptir. Çünkü duygusal tükenme (çöküntü) yaşayan kimseler mesleki yaşamlarında çözümü zor olan sorunlarla karşı karşıya kalabilir, duygusal yıpranma yaşayabilirler. Duygusal tükenme yaşamakta olan bireyler, hem fiziksel hem de duygusal olarak kendilerini güçsüz hissederler. Kendilerini yorgun, yıpranmış ve halsiz hisseden bireyler yeni bir hedefe motive olma, yönelme sinerjisini kendisinde bulamazlar (Maslach ve Leiter, 1997'den aktaran Çolakoğlu, 2014: 14). Dolayısıyla duygusal tükenme kişinin mutsuz olmasına neden olmaktadır.

Ergin (1992)'e göre duygusal tükenmenin bu denli yoğun yaşanmasında mesleki ortamda gerçekleşmiş problemler, kişinin serbest zamanlarında sürekli aklına gelmesi olabileceğini belirtmiştir. Tükenmişliğin sonuçları birey ve çalışma hayatı üzerinde yaptığı olumsuz etkilerle bitmemekte, tükenmişlik sonucu ortaya çıkan ruhsal sıkıntılar, davranış bozukluklarına ve kişilerarası anlaşmazlıklara yol açtığından aile hayatını da olumsuz etkilemektedir (Ardıç ve Polatçı, 2008, s.75). Sürekli iş yaşamında karşılaşılan bu sorunlar giderek kişinin kendine ve mesleki çevresine saygısında azalmaya sebep olmaktadır.

Duyarsızlaşma: Sönmez (2006)'e göre, duyarsızlaşma yaşanmasında 4 temel unsur bulunmaktadır.

Bunlar;

- Bireyleri kendinden uzaklaştırma eğilimi,
- Diğer bireylere düşmanca davranma ve olumsuz tepkiler gösterme eğilimi,
- Diğer bireylere karşı ilgisizlik eğilimi,
- Diğer bireyleri reddetme eğilimi şeklinde belirlenmiştir.

Duyarsızlaşma yaşayan kimseler başkalarını cezalandırdıklarını düşünebilir ancak aslında en büyük zararı kendilerine verdiklerini göremeyebilecekleri tahmin edilmektedir.

Kişisel Başarı: Tükenmişliğin diğer bir boyutu, kişisel başarı duygusunun azalmasıdır. Kişisel başarı duygusunun azalması sonucunda olumsuz düşünceler meydana gelir. Bu olumsuz düşünceler, sadece kişinin kendisi hakkında değil, başkaları hakkındaki duygu ve düşüncelerini de içermektedir. Başkaları hakkındaki olumsuz düşünceleri nedeniyle kişi suçu kendisinde aramaya başlar ve kendisinin başkaları tarafından sevilmediği düşüncesine kapılır. Bütün bunların sonucunda ise benlik saygısı, benlik algısı, kendine güven duygusu düzeyinde azalma olur ve tükenmişliğe kapı aralanmış olur (Dinler, 2010, s.40).

1.2.2. Tükenmişliğin Belirtileri

Tükenmişlik yavaş ve sinsi başlayan, ortaya çıkışı birden bire de olsa sürekli olumsuz yönde gelişen bir olgudur. Bireyin günlük rutin işleri sırasında karşılaştığı bir olay, yaşanan tükenmişliğin belirtisi haline gelebilir (Dalkılıç, 2014, s.27)

Tükenmişlik verilen hizmetin niteliğinde ve niceliğinde bozulmaya yol açtığı gibi hizmeti veren kişilerin sağlığını da olumsuz şekillerde etkilemektedir (Izgar, 2014, s.7). Tükenmişliğin belirtileri araştırıldığında, çok çeşitli belirtilerle ortaya çıktığı görülmektedir. İlgili literatür dahilinde Çam Kırılancık (1991, s.9-11) bu belirtilerden bazıları aşağıdaki gibi sıralamaktadır.

Fiziksel Belirtiler

- Yorgunluk ve bitkinlik hissi
- Sık sık baş ağrısı
- Kronik soğuk algınlığı ve gripler
- Uykusuzluk
- Solunum güçlüğü

- Kilo kaybı
- Uyuşukluk
- Deri şikayetleri
- Genel ağrı ve sızılar
- Yüksek kolesterol
- Koroner kalp rahatsızlığı insidansının artışı

Davranışal Belirtiler

- Çabuk öfkelenme
- İşe gitmek istemeyiş hatta nefret etme
- Birçok konuyu şüphe ve endişe ile karşılama
- Alınganlık, takdir edilmediğini düşünme
- İş doyumsuzluğu, işe geç gelmeler, gelmemeler
- Başarısızlık hissi
- Hevesin kırılması (çaresizlik)
- Unutkanlık ve konsantrasyon güçlüğü
- Rol çatışması, görev ve kurallarla ilgili
- Kendi kendine zihinsel uğraş içinde olma
- Öz-saygı ve öz-güvende azalma
- Kuruma yönelik ilginin kaybı
- Görevlilere fazla güvenmeme veya onlardan kaçınma
- Çalışmaya yönelmede direnç
- Arkadaşlarla iş konusunda tartışmaktan kaçınma, alaycı olma ve suçlayıcı olma

Psikolojik Belirtileri

- Aile sorunları
- Uyku düzensizliği

- Depresyon
- Psikolojik hastalıklar (Sabuncuoğlu, 1996'dan aktaran Izgar, 2014: 9).

1.2.3. Tükenmişliğin Nedenleri

Tükenmişlikle çalışma hayatında sıklıkla karşılaşılmasının sonucunda, tükenmişliğin nedenleri en çok merak edilen konular arasındaki yerini korumaktadır. Yapılan araştırmaların sonucunda tükenmişliğin nedenleri, bireysel ve sosyal nedenler ile işle ve örgütle ilgili nedenler şeklinde gruplandırılmaktadır.

1.2.3.1. Bireysel ve Sosyal Nedenler

Kişisel özellikler, bazı durumlarda tükenmişlik düzeyinin artmasına doğrudan ya da dolaylı bir şekilde neden olan, bazı durumlarda ise tam tersi etki sağlayan, yani tükenmişliği ve olumsuz etkilerini azaltıcı bir rol oynayan özellikleri ifade etmektedir. Cinsiyet, yaş faktörü, eğitim durumu, medeni durum gibi demografik değişkenler açısından bakıldığında tükenmişliği etkileyen bireysel ve sosyal özellikler haricinde amirlerinden ve iş arkadaşlarından gördüğü destek, kişilik yapısı (öz benlik-saygısı) ve beklenti düzeyinin yüksekliği, kişisel yaşamdaki stres ve performans düşüklüğü gibi faktörler sayılabilmektedir.

Sosyal faktörler tükenmişlik kapsamında incelendiğinde en önemli kriterlerin ailenin yapısı, sağladığı destek ve yakın çevresinden aldığı sosyal destek olduğu görülmektedir. Dolayısıyla anlayış ve iletişim eksiliğinin olmadığı bir aile yaşamına sahip olmak, iş arkadaşları ve yakın çevresiyle günlük yaşamda karşılaştığı problemleri paylaşarak çözüme kavuşturması tükenmişliği azaltmada etkili olmaktadır (Torun, 1995'ten aktaran Çolakoğlu, 2014: 35).

1.2.3.2. İş ve Örgütle İlgili Nedenler

Tükenmişlik, bireylerin iletişim ve etkileşim becerileri ile çalışılmakta olan işyeri ortamının bir sonucudur. İş ve örgütle ilgili faktörler incelendiğinde, bireylerdeki tükenmişliğe özellikle yoğun iş yükü, kontrol fazlalığı ya da kontrol eksikliği, ödüllendirmenin hiç yapılmaması ya da eksikliği, aidiyet hissinin hissettirilmemesi, haksızlık yapılması ve çalışma saatlerinin uygunsuzluğu, etik değer noksanlığı, çelişkisi ve çatışması gibi sıralanabilmektedir.

1.2.4. Tükenmişliğin Sonuçları

Yapılan araştırmalar incelendiğinde tükenmişliğin çalışma hayatında bulunan kişilerde ve iş yaşamlarında birçok olumsuz sonuçlara neden olduğu bilinmektedir. Bu sonuçların neler

olduğunu sıralamak gerekirse; iş yaşamında bireylerin yaptıkları işten soğuma duygusu, işini eksik yapma, aksatma, yapılan işin kalitesinde azalma, rahatsızlıklar ve hastalıklar sebebiyle izin kullanma ya da iznini uzatma, işe geç kalmada artış ya da işe gelmeme, işten ayrılma düşüncesi, çalışma arkadaşlarıyla ve çalışma dışında kalan arkadaşlarıyla anlaşamama, çatışma, çelişme, uyumsuzluk hatta tartışma, iş tatminsizliği, iş yapma kapasitesinde azalma gibi çalışma yaşamını olumsuz etkileyen sonuçlara yol açtığı görülmektedir (Çam Kırılma, 1995, s. 48, Izgar, 2003, s. 22, Solmuş, 2010, s. 62). Tükenmişlik duygusu nedeniyle iş yaşamı olumsuz etkilenen kişinin verimsizleşeceği, artık kendine ve çevresine fayda sağlayamayacağı düşünülmektedir.

Çalışan bireylerde duygusal yorgunluğa neden olan tükenmişlik kavramı sonucunda fiziksel yorgunluk da meydana gelmektedir. Maalesef yaşanan fiziksel yorgunluk çalışanlarda sabah erken kalkmak ve işe gitmek zorunda olmak aşırı bir gerginliğe sebep olmaktadır. Yaşanan gerginliğin devamında kişide uyku sorunları ortaya çıkmaktadır. Uykusuzluğun yanı sıra fiziksel tükenmişlikten kaynaklanan bitkinlik, yorgunluk, boyun, baş ve sırt ağrıları, nefes almada yaşanan zorluklar, cilt hastalıkları, alerji, geçmeyen grip, ülser gibi rahatsızlıklar oluşmakta iken duygusal ve psikolojik açıdan depresyon, paranoya, alınganlık, öz saygıda azalma, şüphecilik ve aniden öfkelenme gibi durumlarla da karşılaşabilmektedir. Bireyler yaşadıkları bu sorunların üstesinden gelmekte zorlanmakta, sonucunda alkol, sigara, uyuşturucu, sakinleştirici, ağrı kesici ve uyku ilaçları kullanımı gibi zararlı alışkanlıklara başlamakta hatta zamanla bağımlı hale gelebilmektedirler (Çam Kırılma, 1995, s. 17, Izgar, 2003, s. 21 Solmuş, 2010, s. 61). Öyleyse tükenmişlik duygusunun çok ciddi sorunlara neden olduğu ve mutlaka çözülmesi gereken önemli bir durum olduğu sonucuna varılmaktadır.

Yaşanan tükenmişlik kişinin sadece çalışma yaşantısını değil, aynı zamanda özel yaşantısını da olumsuz yönde etkilemektedir. Duygusal açıdan çöküntü yaşayan kişi, evine bitkin, gergin ve mutsuz gelecek, ailesine çalışma yaşantısında karşılaştığı problemlerden bahsedecek ve aile üyelerinin kişiden beklentilerinde azalma olacaktır. Sonuç olarak ailede telafisi olmayan kırgınlıklar yaşanacak ve aile üyeleri giderek birbirlerinden soğuyacaktır (Dalkılıç, 2014, s. 144-145). Bu yaşanan olumsuz gelişmelerin toplumun mihenk taşı olan ailelerin parçalanmasına, dağılmasına belki de yok olmasına neden olacağı düşünülmektedir.

1.2.5. Öğretmenlerde Tükenmişlik

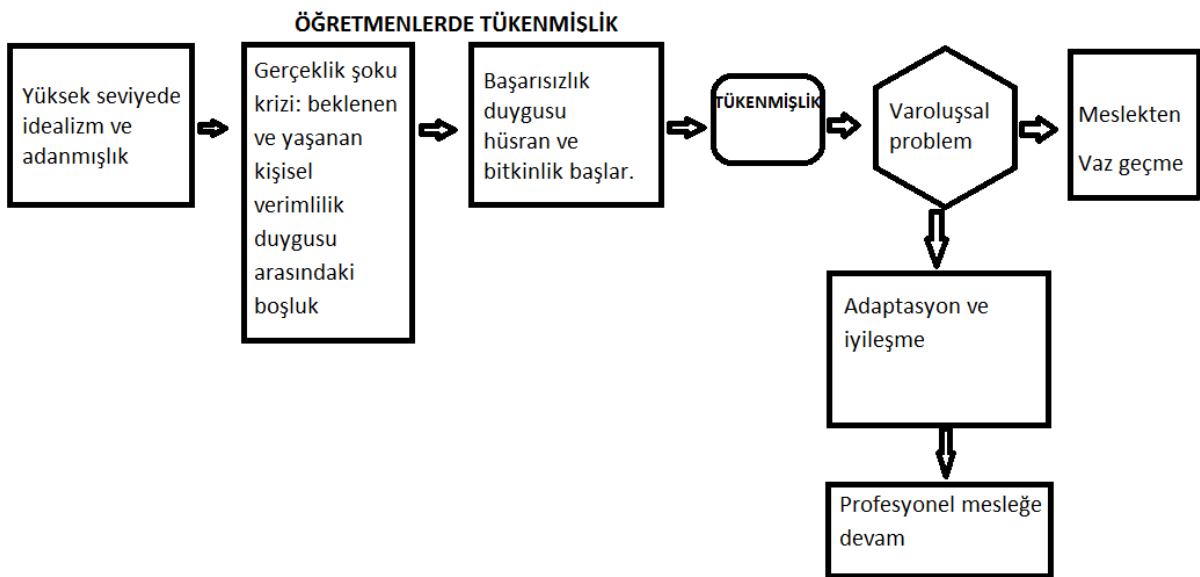
Öğretmenlerde tükenmişlik, stresli öğretim şartlarına, öğrencilere, öğretme mesleğine ve yönetim desteğinin eksikliğine ya da yoksunluğuna tepki şeklinde geliştirilen olumsuz bir örnek olarak gösterilebilir (Dolunay ve Piyal, 2001, s. 37).

Öğretmenleri tükenmişliğe sürükleyen sebepler ekonomik, sosyal-davranışsal, psikolojik olabilmektedir. Sınıf mevcudunun kalabalık olması, mesai arkadaşları ile yaşanan sorunlar, tecrübesiz okul yöneticileri, veli ile yaşanan problemler, sağlık sorunları, iş tatminsizliği, ailevi problemler, memleketi veya ailesinden uzakta yaşamak, ücret yetersizliği vb. birçok neden öğretmen tükenmişliğini tetiklemektedir (Kapar, 2016, s. 3)

Öğretmenlerde tükenmişliğin artması nedeniyle hizmet verdikleri öğrencilere karşı, istemeden ilgisiz, duyarsız ve umursamaz davranışlarda bulunabilmektedirler. Sınıf ortamında bu tarz olumsuz davranışların sergilenmesi de öğrencilerin o derse, öğretmene ve öğrenmeye olan olumlu duygularının törpülenmesine, eğitim ve öğretimin kalitesinin düşmesine neden olmaktadır.

Cemaloğlu ve Şahin, “Öğrencilerin motivasyon eksikliği, problemleri davranışları, yaşları, ilgisizlikler, ebeveynlerin aşırı istekleri, yönetim desteğinin olmaması, istek dışı tayinler ile aşırı bürokrasi gibi faktörlerin öğretmenlerdeki tükenmişliği yaratan etkenler olduğunu belirtmektedirler” (Cemaloğlu ve Şahin, 2007, s. 468).

Öğretmelerde tükenmişliği Friedman (2000) Şekil 1’de ki gibi ifade etmektedir.



Tükenmişliği anlamada profesyonel verimlilik tutarsızlığı yaklaşımını gösteren illüstrasyon.

Şekil 1: Öğretmenlerde Tükenmişliği Anlamada Profesyonel Verimlilik Uyuşmazlığı Yaklaşımı

Kaynak: Friedman (2000, s. 601).

Günümüzde, ülkemizde görev yapmakta olan öğretmenlerimizin tükenmişlik seviyelerinin hiç de azımsanmayacak ölçüde olduğu görülmektedir. Birçok yapılmakta olan fedakârlıklara rağmen olumsuz şartlar nedeniyle, akıntıya karşı kürek çekmek olarak da tanımlanabilecek olan tükenmişliği ülkemiz öğretmenleri yoğun bir şekilde yaşamaktadır. Öğretmenlerdeki tükenmişlik durumu çeşitli faktörlerden kaynaklanmaktadır. Bu faktörleri gruplandırmaya çalışacak olursak;

- Öğretmenin kendi iç motivasyon durumu,
- Öğretmenin çalıştığı yöneticileri,
- Öğretmenin çalıştığı mesai arkadaşları,
- Öğretmenin çalıştığı kurumun fiziksel, çevresel, finansal olumsuz koşulları şeklinde sıralanabilir.

1.2.6. Tükenmişliği Önleme ve Başa Çıkma Stratejileri

“Genellikle bireysel, kurumsal ve hatta sistemden kaynaklanan etmenlerin bir arada rol oynaması ile ortaya çıkan tükenmişlik, bir sendrom ve sistem sorunu olarak ele alınmalıdır. Etkili müdahale, hem bireysel hem de örgütsel zeminde olmalıdır. En önemlisi baştan ortaya çıkarıcı etmenlerin giderilmesi, bu olmuyorsa erken dönemde tanınarak hızla müdahale edilmesidir” (Kaçmaz, 2005, s. 31).

“Tükenmişlikle mücadele teknikleri değerlendirildiğinde, çalışılan kurumdaki aksaklıkların giderilmesinin önemi fark edilecektir. Tükenmişlikle örgütsel düzeyde mücadele etmede; çalışma ortamının fiziksel şartlarının iyileştirilmesi, iş yükünün azaltılması, iş tanımlarında değişikliklere gitme vb. birçok yöntemden söz etmek mümkündür” (Girgin, 1995, s. 21).

1.2.6.1. Bireysel Düzeyde Başa Çıkma Stratejileri

“Tükenmişlikle mücadele etmede, geliştirilen bireysel mücadele teknikleri; kendini tanıma, gerçekçi hedefler belirleme, işin yapılış tarzını değiştirme, psikolojik geri çekilme, işe ara verme, kendi kendine diyalog kurma / iç konuşma, olumlu yanları görme, sorunları içselleştirme, zaman yönetimi, stres yönetimi, solunumun kontrolü, dinlenme ve gevşeme, doğru beslenme, egzersiz ve uyku, mizah duygusu ve gülme, iş değiştirme olarak sıralanabilir” (Dalkılıç, 2014, s. 153-183).

Izgar'a (2003) göre tükenmişlikle başa çıkmada alınabilecek bireysel önlemler:

- Bireyin kısa sürede ulaşılabileceği gerçekçi hedefler belirlemesi,
- Bireyin dinlenmek için zaman ayırması, yorgunlukla mücadele edebilmek için bazı gevşeme ve rahatlama tekniklerini uygulaması,
- İşle ilgili yenilikçi ve yaratıcı bir strateji uygulayamıyorsa alternatifler bazında iş değiştirmesi,
- İşte kısa süreli molalar vermesi, ağır iş yükü altında oluşan baskı, stres ve beklentilerden uzaklaşması,
- Bireyin kendini tanıması ve ihtiyaçlarının farkına varması,
- Bireyin kendini gerçekleştirme ve iç görü geliştirip çevresiyle ilişkiler kurması şeklinde sıralamıştır (Izgar, 2003, s. 43-50).

Maslach (1982) tarafından tükenmişlikle başa çıkmada alınabilecek bireysel önlemler şöyle sıralanmaktadır.

Gerçekçi amaçlar belirleyin: Bireyin gerçekleşmesi mümkün olmayan amaçlar doğrultusunda çalışma hayatına başlaması, beklentilerini yüksek düzeyde tutmasına neden olur. Bireyin bu beklentileri karşılamak için çok çalışması ve büyük fedakârlıklar yapması bile bu amaçlara ulaşmasında yeterli olmayabilmektedir. Bu durumda bireyin uzun sürede bile gerçekleştirilemeyecek amaçlar koymak yerine kısa sürede gerçekleştirilebilecek somut amaçlar ortaya koyması tükenmişlik sendromu yaşamasını engelleyecektir.

İşinizi yaparken farklı yöntemler deneyin: Çalışan, çalışma yaşamında örgütsel kurallarla hareket etmektedir. Tekrar eden bu kurallar, bireyi zamanla endişelendirir ve bireyin çalışma performansını düşürür. Çalışanın daha verimli olabilmesi için sıkıcı, sıradan çalışma yaşamından sıyrılarak daha yenilikçi, daha yaratıcı yöntemler denemesi gerekmektedir. Bunu yapabilen çalışan bir şekilde kendini keşfeder ve tükenmişliğe karşı daha kuvvetli olur.

Çalışma ortamında kısa süreli molalar verin: Aşırı düzeyde çalışma yükü çalışanı çok yorar ve çalışanın dinlenmesine imkân vermez. Bireyin dinlenememesi çalışma performansını düşürürken, fiziksel yönden tükenmesine neden olur. Bu durumda çalışanın işinde kısa molalar vermesi; çalışmasından kaynaklanan gerginliğinin kaybolmasına, dinlenmesine ve enerji toplamasına yardımcı olacaktır.

Olayları kişisel algılamayın: Çalışma hayatında birey, çalışma esnasında yaşanan sorunları şahsi problemleri gibi algılayabilir. Bu durum çalışanın işini fazla sahiplendiğini ve

işini yaşamının büyük bir bölümüne yaydığını gösterir. Bütün sorunları bireyselleştiren çalışan, zamanla tükenmeye başlar. Bireyin bunu önleyebilmesi ancak olaylara objektif bakması ve olaylarda akılcı davranması ile mümkündür.

İşinizde başarılı olduğunuz tarafları görün: Ağır çalışma şartları altında yoğun bir şekilde çalışan birey, zamanla çalışmaya olan motivasyonunu kaybeder. Bireyin kaybettiği motivasyonu tekrar kazanabilmesi için güdülenmesi gerekmektedir. Bireyin çalışmaya güdülenmesiyle ilgili farkındalık düzeyinin yükseltilmesi, yaptığı işi olumlu yönleriyle değerlendirir. Bu durum bir yandan çalışanın mutlu olmasını sağlarken diğer taraftan çalışma performansını artırır.

Kendinizi tanımaya çalışın: Bireyin kendini tanıması, bağımsız ve özgün bir kişiliğe sahip olduğunun farkına varmasıdır. Bireyin kim olduğunu, hayattan ne beklediğini, hangi yöne doğru ilerlemesi gerektiğini bilmesi kendisini tanımasına bağlıdır. Bireyin kendini tanıması öncelikle duygu ve düşüncelerinin, istek ve amaçlarının, güçlü ve zayıf yönlerinin farkına varması ve dolayısıyla davranışlarını kontrol etmesi anlamına gelmektedir. Kendini tanımayan birey ise çevresinin etkisiyle yönetilmeye müsaittir.

Dinlenin ve rahatlayın: Çalışan bireyin olumsuz duyguları sonucunda korku, stres ve kaygı meydana gelmektedir. Bu tür olumsuz duyguları yaşayan çalışan tedirginlik hisseder. Tedirginlik, kişinin bazen terlemesi ya da üşümesi şeklinde ortaya çıkar. Çalışan bireyin olumsuz duygularını, düşüncelerini, kontrol edememesi rahatlamak istemesini ve sıkıcı durumdan kurtulmaya çalışmasını tetiklemektedir. Dolayısıyla örgütün verilen aralarda çalışanına dinlenme ve rahatlama imkânı sağlaması çok önemlidir.

Hobiler edinin, arkadaşlarınızla zaman geçirin: Bireyin hobi edinin arkadaşlarıyla vakit geçirmesi yoğun çalışma ortamından, ağır çalışma yükünden, stresten uzaklaşmasını sağlar. Bireyin hayatında üstesinden gelmek zorunda kaldığı şeylerin dışında eğlendiği, zevk aldığı etkinliklerde bulunması bireyin hayatına renk katarak hayatını daha yaşanılır kılar. Böylesine mutlu bir hayat, bireyin tükenmişlik sendromuyla karşılaşmasını engeller.

İşinizi değiştirin: Tükenmişlik çalışma atmosferi ile bireyin etkileşim içinde olduğu bir durumdur. Çalışanların iş değiştirmesi tükenmişliği engellemede yetersiz kalabilir. Bu yüzden çalışma yükü, denetim, ödüllendirme, aidiyet duygusu, örgütsel adalet ve değerler gibi faktörleri bireyin yeni işinde göz önünde bulundurması gerekmektedir (Maslach, 1982, s. 90-107).

1.2.6.2. Organizasyon Düzeyinde Başa Çıkma Stratejileri

Organizasyon düzeyinde başa çıkma stratejileri iki şekilde açıklanabilmektedir.

1.2.6.2.1. Devlet Yönetimince Yapılması Gerekenler

Ülkemizde hizmet veren kurumların çağdaş yönetim ilkelerine uygun olarak teşkilatlanması için çalışanların görevlerini ve yetkilerini belirleyen gerekli yasal düzenlemelerin yapılması ve yaşama geçirilmesi gerekmektedir. Demokratik, yatay sorumluluk ve yetkileri paylaştıran yönetim yaklaşımı benimsenmelidir. Uygulanmakta olan ödül kaynaklarının arttırılması, uzun çalışma saatlerinin kısaltılması, yetersiz ücret probleminin çözülmesi, tatil ve sosyal aktivite olanaklarının çoğaltılması, personel yetersizliği sorununun giderilmesi gerekmektedir (Kaçmaz, 2005, s. 31). Ayrıca çalışanları yöneten yöneticiler belirlenirken liyakat ve ehliyet şartlarını sağlayan, adalet duygusu gelişmiş, görev ve yetkilerini kötüye kullanmayan bireylerden seçilebilir. Layık görülen yöneticiler deneme süresine tabi tutulabilir. Bu süreci başarıyla tamamlayanlar görevlerine devam eder ve ödüllendirilebilir. Başarısız olanlar ise tekrardan yönetici olarak görevlendirilmemeli ve mümkünse cezalandırılmalıdır.

1.2.6.2.2. İş Yeri Yöneticilerince Yapılması Gerekenler

İş yerindeki verimliliği, kaliteyi ve performansı arttırabilmek için öncelikle iş yerinde çalışmakta olan bireylerin tümünün katılım gösterebileceği etkinlikler çalışanların görüşleri de alınarak planlanmalı ve uygun atmosfer oluşturulmalıdır. Bu tarz programlar sunan organizasyonların araştırılması, çalışanların aktif katılım sağlayıp sağlamamaları ya da çalışanları hangi etmenlerin etkilediğinin belirlenmesi gerekmektedir. Ayrıca bu duruma yönetimin bakış açısı da önem arz etmektedir (Tavazar ve diğ. 2018, s. 59). Bu doğrultuda; görev tanımlamaları açık, net ve anlaşılır olmalıdır. Çalışmaya yeni başlayan bireyin yabancılaşma yaşamaması için gerekli hazırlık programına katılımı ve rehberliğin sağlanması gerekmektedir. Çalışma atmosferi ve yapılmakta olan iş, çalışanın gereksinimlerine göre şekillendirilmelidir. Departmanların özelliklerine ve ihtiyacına uygun istihdam planı yapılmalıdır. Düzenli takım toplantıları gerçekleştirilmesi sonucunda takım ruhunun oluşması sağlanmalıdır. Çalışanların teklifleri ve eleştirilerinin dinlenmesi, problemleri çözmede kalıcı mekanizmaların oluşturulması, problemlerin ortaya çıktığı ilk anda ele alınması, yöneticilerin çalışanı destekledikleri, çalışanın sıkıntılı bir durumla karşılaştığında rahatlıkla kendilerinden yardım alabilecekleri, yine çalışanların ihtiyaç duyduğu hizmet içi ve sürekli eğitim olanaklarının sağlanması, sistemdeki ödül kaynaklarının çoğaltılması, çalışanların bireysel ihtiyaçlarının karşılanmasına önem verilmesi ve kolaylıklar sağlanması, alınan ortak kararlara

katılımın sağlanması gerekmektedir. Hoşgörülü, esnek, adaletli, katılımcı bir yönetim anlayışı ve dinleyen, değer veren bir yönetici, tükenmişliğin engellenmesi ve giderilmesinde önem arz etmektedir (Kaçmaz, 2005, s. 31).

1.2.7. Mesleki Tükenmişlik İle İlgili Yapılan Araştırmalar

1999-2002 yılları arasında, Özdemir ve diğ. (2003) tarafından diş hekimliği fakültesinde görev yapmakta olan akademik personelin tükenmişlik durumları incelenmiştir. İnceleme sonucunda akademik personelin tükenmişlik değerlerinde anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bunun yanı sıra cinsiyet ve akademik unvan yönünden de tükenmişlik seviyesinde herhangi bir farklılık tespit edilmemiştir.

Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik durumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi isimli araştırma, Polat ve diğ. (2012) tarafından yapılmıştır. Bu çalışma göstermiştir ki öğretmenlerin, cinsiyet durumlarına göre mesleki tükenmişlik düzeylerinin farklılaşmamasına rağmen, okulda görev yapmakta olan öğretmen mevcuduna, öğretmenlerin medeni durumlarına, yaşına ve mesleki tecrübelerine göre mesleki tükenmişlik düzeylerinde farklılaşmanın olduğu tespit edilmiştir.

Akçamete ve diğ. (2001) tarafından öğretmenlerde tükenmişlik, iş doyumunu ve kişilik isimli araştırmada, dezavantajlı öğrencilerle çalışan öğretmenler ile dezavantajlı öğrencilerle çalışmayan öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerini araştırmışlardır. Çalışma sonucunda, dezavantajlı olmayan öğrencilerle çalışan öğretmenlerin tükenmişlik boyutunun dezavantajlı öğrencilerle çalışan öğretmenlerden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Öğretmenlerin mesleki tükenmişliklerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi isimli araştırmada, öğretmenlerin yaşının, duygusal tükenme alt boyutunu ve duyarsızlaşma alt boyutunu etkilediğini, öğretmenlerin eğitim seviyesi düştükçe duygusal ve duyarsızlaşma alt boyutlarında tükenme düzeyinin yükseldiğini tespit etmişlerdir. Öğretmenlerin amirlerinden takdir görmelerinin, öğrenci mevcudunun, öğretmenlerin mesleklerini isteyerek yapmalarının, öğretmenlikten hissettikleri manevi doyumun duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı alt boyutlarını etkilediğini saptamışlardır (Cemaloğlu ve Şahin, 2007).

Naktiyok ve Karabey (2005), tükenmişlik sendromu ve işkoliklik isimli araştırma sonucunda, yöneticilik görevi olanlarda, yaşça büyük olanlarda ve doktor öğretim üyesi unvanına sahip olan öğretim üyelerinde tükenmişlik düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Ancak, cinsiyet ve gelir düzeyi bakımından öğretim üyelerinin tükenmişlik düzeylerinde önemli bir farklılığın olmadığı belirtilmiştir.

Tükenmişlik sendromuyla ilgili akademisyenler üzerinde yapılan araştırma sonucunda, akademik personelin duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutları bakımından orta düzeyde, kişisel başarı alt boyutu bakımından ise yüksek düzeyde tükenmişlik yaşadıkları saptanmıştır (Ardıç ve Polatçı, 2008)

Liselerde ve ilköğretim okullarında görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeyleri ile iş doyum düzeylerini araştıran Gencay (2007), bu kurumlarda çalışan beden eğitimi öğretmenlerinin günlük çalışma süreleri ile iş doyumları ve tükenmişlik düzeyleri arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna karşın iş doyum düzeyi yükseldikçe, tükenmişlik düzeylerinin azaldığı saptanmıştır.

Budak ve Sürgevil (2005), tarafından “Tükenmişlik ve Tükenmişliği Etkileyen Örgütsel Faktörlerin Analizine İlişkin Akademik Personel Üzerinde Bir Uygulama” isimli araştırmalarında, duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutları düzeylerinin düşük, kişisel başarı alt boyutu düzeyinin ise yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca akademisyenlerin tükenmişlik düzeylerinin, taşıdıkları unvanlara göre farklılık gösterdiğini ancak tükenmişlik düzeylerinin az olduğunu belirtmişlerdir.

Ortaokul öğretmenlerinin iş doyumlarının mesleki tükenmişlik düzeylerine etkisiyle ilgili araştırma sonucunda, ortaokul öğretmenlerinin en çok duygusal tükenme boyutunda sonrasında ise sırasıyla kişisel başarı ve duyarsızlaşma boyutlarında tükenmişlik yaşadıkları söylenebilir. Öğretmenlerin duygusal tükenme boyutu “orta” düzeyde iken; duyarsızlaşma ve kişisel başarı boyutları “düşük” düzeydedir. Ayrıca öğretmenlerin branşına, kıdemine, eğitim durumuna, çocuk sayısına, çalışılan okuldaki hizmet yılına ve görev yaptıkları okulun sosyo-ekonomik durumuna göre tükenmişlik düzeylerinde; duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Diri ve Kırıl, 2016).

Beden eğitimi öğretmenlerinin farklı değişkenlere göre tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi isimli araştırma sonucunda beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeylerinin meslekteki hizmet yılı, görev yaptığı okul sayısı ve görev yerine göre değişmediğini gösterirken öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerinin yaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Ancak beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeylerinin eğitim durumu değişkenine göre değişmediğini göstermiştir (Türkçarpar, 2011).

Beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeylerinin saptanması ve karşılaştırılması isimli araştırma sonucunda, beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik

düzeyleri duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarında düşük iken, kişisel başarı alt boyutunda yüksektir. Ayrıca beden eğitimi öğretmenlerinin cinsiyetlerine, medeni durumlarına göre tükenmişlik düzeylerine bakıldığında, öğretmenlerin tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür (Kelgökmen ve diğ. 2016).

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin duygusal zekâ ile mesleki tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesiyle ilgili yapılan çalışma sonucunda, çalışmaya katılan beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerinin ve alt boyutlarının cinsiyet, yaş ve medeni durum değişkenlerine göre anlamlı olarak değişmediği görülmekteyken, çalışmaya katılan beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerinin ve alt boyutlarının meslekte çalışma süresi değişkenine göre anlamlı olarak değiştiği görülmektedir (Adiloğulları ve Gencay, 2016).

Çalışanların İş Doyumları ile Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkiler: Öğretmenler Üzerine Örnek Bir Uygulama, şeklindeki araştırma sonucunda, duygusal tükenme alt boyutunun, iş doyum düzeyinin artması halinde duygusal tükenmişlik düzeyinin azalması ya da duygusal tükenmişlik düzeyinin artması halinde iş doyum düzeyinin azalması ön görülmektedir. Kişisel başarısızlık alt boyutunun, işin kendisinden duyulan doyum düzeyinin artması halinde kişisel başarısızlık hissini azalacağı ya da kişisel başarısızlık hissi düzeyinin artması halinde iş doyum düzeyinin azalacağı ön görülmektedir. Duyarsızlaşma alt boyutunda, iş doyum düzeyinin artması halinde duyarsızlaşma düzeyinin azalması ya da duyarsızlaşma düzeyinin artması halinde iş doyum düzeyinin azalması ön görülmektedir (Ertürk ve Keçecioğlu, 2012).

Çınar (2015) tarafından, Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi ve İmam Hatip Lisesi Meslek Dersleri Öğretmenlerinin Tükenmişlik ve İş Doyumu Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi şeklindeki araştırma sonucunda, DKAB ve İHL meslek dersleri öğretmenlerinin iş doyum boyutları arasında pozitif yönlü bir ilişki varken, mesleki tükenmişliğin kişisel başarı alt boyutu ile duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutları arasında negatif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Öğretmenlerin iş doyum düzeyleri ve mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında kişisel başarı alt boyutu açısından pozitif yönde ilişki varken, mesleki tükenmişlik alt boyutlarından duygusal tükenme ve duyarsızlaşma ile ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Buna göre DKAB ve İHL meslek dersleri öğretmenlerinin iş doyumları arttıkça mesleki tükenmişlikleri azalmaktadır.

Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretmenlerinin Mesleklerinden Beklentileri ve Mesleki Tükenmişlik Algıları ismiyle yapılan nitel araştırma sonucunda, kendisiyle mülakat yapılan mesleki tükenmişlik düzeyi diğerlerinden yüksek DKAB öğretmenlerinin önemli bir kısmının söz konusu hedeflerine ulaşma durumlarına ilişkin kanaatlerinin olumsuz olduğu ve bu nedenle çalışma şevklerini zamanla kaybettikleri anlaşılmıştır. Kendisiyle mülakat yapılan mesleki tükenmişlik düzeyi diğerlerinden düşük DKAB öğretmenleri ise söz konusu hedeflerine büyük ölçüde ulaştıkları kanaatinde olduklarını ve bu nedenle kendilerini vicdanen rahat ve huzurlu hissettiklerini, yaptıkları çalışmalardan zevk aldıklarını, mesleki çalışmalara daha iyi motive olabildiklerini belirtmişlerdir (Bayrakdar, 2014).

İlköğretim okulu öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile örgütsel vatandaşlık davranışları arasındaki ilişki isimli araştırma sonucunda öğretmenlerin nadiren de olsa duygusal tükenme ve duyarsızlaşma yaşadıkları, kişisel başarılarına ilişkin algılarının ise daha olumlu olduğu saptanmıştır. Ayrıca bu çalışmada, erkek ve bayan öğretmenlerin tükenmişliğin duyarsızlaşma boyutuna ilişkin görüşleri arasında anlamlı farklılıkların olduğu belirlenmiştir. Medeni durum değişkenine göre tükenmişliğin duyarsızlaşma alt boyutunda evli ve bekâr öğretmenlerin görüşleri arasında anlamlı farklılığa rastlanırken, öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerinin branşa göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Sezgin ve Kılınç, 2012).

1.3. Mesleki Tükenmişlik ile Rekreyasyona Katılım Engeli Arasındaki İlişki

Tükenmişlik yaşayan bireylerin, yaptığı işten verim alamaması, işe gitmek istememesi ya da işe geç gitmesi, çalıştığı kurumda normalde yapabileceği işleri zorlanarak yapmaya başlaması, vücudunda çeşitli ağrılar hissetmesi, benlik algısının, saygısının olumsuz olması; yaşam kalitesinin düşmesine sebep olabilir. Yaşam kalitesinin düşmesi ise psikolojik iyi oluş düzeylerinde azalmaya sebep olabilir (Çelebi, 2016).

Aşık ise tükenmişlik yaşanması durumunda, “çalışanların kendilerini çok az veya hiç katkıları olmayan bir düzen içinde bulmaları, çalışanlar arasında huzursuzluklara ve direnmelere yol açmaktadır. Çalışanların düşük morale sahip olması sonucu işi yavaşlatma, işi durdurma, aşırı ölçüde devamsızlık, çalışan rotasyon hızının yükselmesi, iş veriminin düşmesi, çalışanlar arasında geçimsizlik, iş kurallarına ve yöneticilerin emir ve beklentilerine uyum sağlayamama gibi sorunların ortaya çıkmasına yol açmaktadır” (Aşık, 2010).

Mesleki tükenmişliği engelleyerek, rekreasyona katılım engellerini bir bir ortadan kaldıracak strateji, yöntem ve teknikler, Güzel (2016) tarafından, profesyonel performans gösterimi gerektirmeyen yani amatörce ve gönüllü katılımı ile gerçekleştirilen, fakat düzenli yapıldığında yaşam kalitesini arttırmaya destek olan rekreasyonel etkinliklere katılımın bireyler üzerinde fiziksel (dış görünüş, zayıflık, fit olma, vb.), ve psikolojik sağlık ve iyi olma halini (benlik saygısı, kaygı, depresyon, gerginlik ve stres azaltımı, canlılık, enerji) de sağladığı belirtilmektedir (Güzel, 2016).

Ayrıca, bireyler rekreasyonel fiziksel etkinliklere aktif katılım sağlayarak serbest zamanlarını aktif geçirerek özellikle bilişsel ve sosyal yönden gelişimlerini destekleyici etkinlikler ile meşgul olmaları sonucunda, bireylerde sağlıklı bir yaşam, fiziksel ve zihinsel sağlığın korunması, geliştirilmesi, çeşitli kronik hastalıkların tedavilerinin desteklenmesi, obezitenin azaltılması, hareketli yaşam tarzında artış ve sosyalleşme gibi sonuçları beraberinde getirerek yaşam kalitesinde de artış sağlanması beklenmektedir (Dinç ve diğ. 2018).

İKİNCİ BÖLÜM

2.1. YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ve veri toplama süreci ile toplanan verilerin değerlendirilmesinde kullanılan istatistiksel yöntemler üzerinde durulmuştur. Araştırılan konuya ilişkin, evreni temsil eden örneklemden sayısal sonuçlar elde edilmiştir.

2.2. Araştırma Modeli

Bu araştırmada, sosyal bilimler saha çalışmalarında yaygın bir şekilde kullanılan olgu ve olayları nesnel, ölçülebilir ve sayısal olarak ifade edebilen araştırma türü olan Nicel araştırma yöntemlerinden, Tarama Modeli kullanılmıştır.

2.3. Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini, Manisa İli, Turgutlu ilçesinde görev yapmakta olan 23 ile 62 yaş aralığındaki öğretmenler oluşturmaktadır.

Araştırmanın örneklemini, Manisa İli, Turgutlu İlçesinde 2017-2018 Eğitim-Öğretim yılında İlkokul, Ortaokul ve Lisede görev yapmakta olan öğretmenler oluşturmaktadır. Araştırmaya 274'ü kadın öğretmen, 303'ü erkek öğretmen olmak üzere toplamda 577 öğretmen gönüllü bir şekilde katılmıştır.

2.4. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ile Karaküçük ve Gürbüz (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan Boş Zaman Engelleri Ölçeği ve Türkçe uyarlama çalışması Ergin (1992) tarafından yapılan Maslach Tükenmişlik Ölçeği kullanılmıştır.

Katılımcı Bilgilendirme Formu

Bu bölümde araştırmaya katılan öğretmenlere çalışmanın kapsamı hakkında bilgi verilmiştir. Ayrıca öğretmenlere çalışmadan elde edilen verilerin sadece bilimsel amaçlı kullanılacağı, kişisel bilgilerin tamamının saklı kalacağı, isterlerse bu çalışmaya katılmaktan derhal vazgeçebilecekleri belirtilmiştir.

Kişisel Bilgi Formu

Çalışmada öğretmenlerin, demografik bilgilerini tespit etmek amacıyla kullanılan kişisel bilgi formunda, yaş, cinsiyet, medeni durum, mesleki kıdem, görev yapılan okul yeri

ve türü, haftalık ortalama ders saati gibi sorular sorulmuştur. Bunun yanı sıra öğretmenlere, serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumları konularında sorular yöneltilmiştir. (Ek 3).

Mesleki Tükenmişlik Ölçeği;

Maslach ve Jackson (1981) tarafından geliştirilmiş olan Maslach Tükenmişlik Ölçeği, 22 madde ve üç alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar; duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarıdır. Türkçe uyarlama çalışması Ergin (1992) tarafından yapılmış ve alt boyutların Cronbach-Alpha katsayılarının duygusal tükenmede, 0.87, duyarsızlaşmada, 0.63 ve kişisel başarıda 0.74 olduğu belirtilmiştir.

Öğretmenlerin bulunduğu örneklem grubunda ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması ilk kez Girgin (1995) ile Sucuoğlu ve Kuloğlu (1996) tarafından ayrı ayrı yapılmıştır. Girgin'in yaptığı araştırma sonucunda mesleki tükenmişlik ölçeğinin güvenilirliğini tespit edebilmek için, test-tekrar test yöntemi ve iç tutarlık katsayısının hesaplanması yöntemlerini kullanılmıştır. Yapılan test-tekrar test yöntemi ile duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı alt boyutları için elde edilen güvenilirlik katsayılarının sırasıyla 0.86, 0.68 ve 0.83 bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bir diğer işlemde ise alt boyutların Cronbach-Alpha katsayılarına bakılmış ve sonuç duygusal tükenmede, 0.87, duyarsızlaşmada, 0.63 ve kişisel başarıda 0.74 bulunmuştur (Gündüz, 2005, s. 157).

Sucuoğlu ve Kuloğlu'nun yaptığı çalışmalarda ise mesleki tükenmişlik ölçeğinin güvenilirlik çalışması için Cronbach-Alpha katsayıları hesaplanmış ve testi yarılama tekniği kullanılmıştır. Buna göre mesleki tükenmişlik ölçeğinin alt boyutlarının Cronbach-Alpha katsayıları duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı için sırasıyla; 0.82, 0.73 ve 0.60 oranında bulunmuştur. Testi yarılama yöntemi sonucunda elde edilen güvenilirlik katsayıları ise sırasıyla duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı için 0.77, 0.75 ve 0.42 oranında olduğu görülmüştür (Gündüz, 2005, s. 157). Bu çalışmada güvenilirlik katsayıları duygusal tükenme için 0.85, duyarsızlaşma için 0.77 ve kişisel başarı için 0.76 bulunmuştur. (Tablo 2). Mesleki tükenmişliğin genel güvenilirliğinin ise 0.86 olduğu görülmüştür.

Geçerliliğe yönelik yapılan analiz sonucunda Ergin (1992) tarafından ölçeğin yedili derecelendirme biçiminin Türk kültürüne uygun olmadığını ve beşli derecelendirmenin daha kullanışlı olduğunu belirtmiştir. Ölçeğin yapı geçerliliğini bulmak için yapılan çalışmada varimax rotation yöntemi uygulanmış ve sonuçta, üç temel faktör ortaya çıkmıştır. Bu da,

mesleki tükenmişlik ölçeğinin Türkçe'ye uyarlamasının, özgün İngilizce uyarlamasıyla tutarlı olduğunu göstermiştir (Gündüz, 2005, s. 157).

Tablo 2: Mesleki Tükenmişlik Ölçeği Güvenirlik Katsayıları

<i>Faktörler</i>	<i>Orijinal çalışma</i> <i>Güvenirlik (α)</i>	<i>Mevcut araştırma için</i> <i>Güvenirlik (α)</i>
<i>Duygusal Tükenmişlik</i>	0.83	0.85
<i>Duyarsızlaşma</i>	0.65	0.77
<i>Kişisel Başarı</i>	0.72	0.76

Alanyazında mesleki tükenmişliğin sürekli bir değişken olarak düşük, orta ve yüksek düzeylerde yaşanan bir kavram olduğu görülmektedir (Izgar, 2003: 90). Tablo 3'de görüldüğü gibi ölçek alt boyutlarının puan ortalamalarının yorumlanmasında, (1 - 2.33) arasında ise düşük düzeyde tükenmişlik, (2.34 - 3.66) arasında ise orta düzeyde tükenmişlik, (3.67 - 5) arasında ise yüksek düzeyde tükenmişlik şeklindedir (Arabacı ve Akar, 2010, s. 82-83; Yeğin, 2014, s. 320). Mesleki tükenmişlik ölçeğinden elde edilen puanların yorumlanmasında Tablo 3'deki puan aralığı kullanılmıştır.

Tablo 3: Mesleki Tükenmişlik Ölçeği Ortalama Puan Aralığı Tablosu

Ölçek Ortalama Puanı	Mesleki Tükenmişlik Düzeyi
1,00 – 2,33	Düşük
2,34 – 3,66	Orta
3,67 – 5,00	Yüksek

Boş Zaman Engel Ölçeği

Öğretmenlerin serbest zamanlarında etkinliklere katılımının önündeki engelleri öğrenci algısına göre belirlemede Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen, Karaküçük ve Gürbüz (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan, Gürbüz ve diğ. (2012) tarafından doğrulayıcı faktör analizi ile faktör yapısı yeniden test edilen “Boş Zaman

Engelleri Ölçeği-18” (Ek 4) veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Bu araştırmada kullanılacak ölçek formu ise 18 madde ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar; Birey Psikolojisi, Bilgi Eksikliği, Tesis Yetersizliği, Arkadaş Eksikliği, Zaman Eksikliği ve İlgililik Eksikliği şeklindedir. Gürbüz ve diğ. (2012) tarafından yapılmış ve alt boyutların Cronbach-Alpha katsayılarının birey psikolojisinde, 0.77, bilgi eksikliğinde, 0.86, tesis yetersizliğinde 0.80, arkadaş eksikliğinde 0.81, zaman eksikliğinde 0.65 ve ilgi eksikliğinde 0.76 olduğu belirtilmiştir. Ayrıca boş zaman engelinin genel güvenilirliğinin ise 0.85 oranında olduğu açıklanmıştır. Bu araştırmada ise güvenilirlik katsayıları birey psikolojisi için 0.64, bilgi eksikliği için 0.83, tesis yetersizliği için 0.79, arkadaş eksikliği için 0.85, zaman eksikliği için 0.61 ve ilgi eksikliği için 0.76 bulunmuştur. (Tablo 4). Boş zaman engelinin genel güvenilirliğinin ise 0.82 olduğu saptanmıştır.

Tablo 4: Boş Zaman Engel Ölçeği Güvenirlik Katsayıları

<i>Faktörler</i>	<i>Orijinal çalışma Güvenirlik (α)</i>	<i>Mevcut araştırma için Güvenirlik (α)</i>
<i>Birey Psikolojisi</i>	0.77	0.64
<i>Bilgi Eksikliği</i>	0.86	0.83
<i>Tesis Yetersizliği</i>	0.80	0.79
<i>Arkadaş Eksikliği</i>	0.81	0.85
<i>Zaman Eksikliği</i>	0.65	0.61
<i>İlgililik Eksikliği</i>	0.76	0.76

Tablo 5’de görüldüğü gibi ölçek alt boyutlarının puan ortalamalarının yorumlanmasında öğretmenlerin engellenmişlik düzeyleri açısından (1 - 1.74) arasında ise kesinlikle önemsiz, (1.75 - 2.49) arasında önemsiz, (2.50 – 3,24) arasında önemli, (3.25 – 4,00) arasında ise çok önemli düzeyde engellenmişlik şeklinde kullanılmıştır (Oğuz ve Karakuş, 2017, s. 1836; Özdoğru ve Aydın, 2012, s. 361). Boş zaman engel ölçeğinden elde edilen puanların yorumlanmasında Tablo 5’deki puan aralığı kullanılmıştır.

Tablo 5: Boş Zaman Engel Ölçeği Ortalama Puan Aralığı Tablosu

Ölçek Ortalama Puanı	Boş Zaman Engeliyle Karşılaşma Düzeyi
1,00 – 1,74	Kesinlikle Önemsiz
1,75 – 2,49	Önemsiz
2,50 – 3,24	Önemli
3,25 – 4,00	Çok Önemli

2.5. Verilerin Toplanması

Manisa Valiliğinin onayı (Ek 1), İl Milli Eğitim Müdürlüğü ve Turgutlu İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü'nün izni doğrultusunda ders saatlerini engellemeyecek şekilde Manisa İli, Turgutlu İlçesinde bulunan İlkokul, Ortaokul ve Liselerde görev yapmakta olan öğretmenlere Boş Zaman Engel Ölçeği ve Mesleki Tükenmişlik Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmacı tarafından toplanan anket formları, kontrol edilerek yanlış veya eksik doldurulanlar araştırmaya dahil edilmeden, öğretmenlere uygulanan anketlerin geçerli ve kabul edilebilir nitelikte olanları (577), değerlendirilmek üzere bilgisayar ortamına aktarılmıştır.

2.6. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi

Verilerin analizinde SPSS 20 (IBM SPSS Base) paket programı kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel gösterimlerinde frekans, aritmetik ortalama, yüzde ve standart sapmaya yer verilmiştir. Ölçeğin alt boyutları için Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı ve bağımsız gruplar için t-Testi uygulanmıştır. Daha sonra, ilişkisiz gruplar arasında parametrik verileri kıyaslamak amacıyla tek yönlü varyans analizi (Anova) yöntemi kullanılmıştır. Ayrıca Boş Zaman ölçeği alt boyutları ile Mesleki Tükenmişlik Ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkilerin tespitinde Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmaya katılan öğretmenlerin demografik özelliklerine ilişkin bulguların frekans, yüzde ve aritmetik ortalama dağılımları ile öğretmenlerin boş zaman engelleri ve mesleki tükenmişlik düzeyleri ortalamalarının demografik değişkenlere ilişkin farkını gösteren One Way Anova test sonuçları yer almaktadır. Ayrıca boş zaman engelleri ve mesleki tükenmişlik düzeyi alt boyutları arasındaki ilişkilerin tespitinde Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır.

3.1. Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğretmenlerin demografik özellikleriyle ilgili bulguların yüzde ve frekans dağılımları gösterilmiştir. Bu çalışmaya toplam 577 öğretmen katılım göstermiştir.

Tablo 6: Demografik Verilere İlişkin Frekans ve Yüzde Tablosu

Demografik Özellikler		Sayı	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	274	47,5
	Erkek	303	52,5
Medeni Durum	Evli	475	82,3
	Bekar	102	17,7
Yaş	30 ve Altı	69	12,0
	31-35	134	23,2
	36-40	122	21,1
	41-45	107	18,5
	46 ve Üzeri	145	25,1
Mesleki Kıdem	0-5 Yıl	72	12,4
	6-10 Yıl	98	17,0
	11-15 Yıl	132	22,9
	16 Yıl ve Üzeri	275	47,7
Okul Türü	İlkokul	130	22,5
	Ortaokul	182	31,5
	Lise	265	46,0
Serbest Zaman İle Uğraşı Durumu	Yeterli	120	20,8
	Kısmen	306	53,0
	Yetersiz	151	26,2

Tablo 6' da yer alan veriler **cinsiyet durumları** açısından incelendiğinde, araştırmaya katılan 577 öğretmenden, 274'ü kadın, 303'ünün ise erkek olduğu görülmektedir. Cinsiyet dağılımının toplam öğretmen içindeki payına bakıldığında, erkek öğretmenlerin araştırmamıza konu olan gözlem içerisindeki payının (%52,5) kadın öğretmenlerin ise (%47,5) olduğu görülmektedir. Bu değerler sonucunda araştırmaya katılan öğretmenlerin cinsiyet dağılımının birbirine yakın olduğu görülmektedir.

Medeni durumları açısından incelendiğinde, araştırmaya katılan 577 öğretmenden, 475 (%82,3) öğretmenin evli, 102 (%17,7) öğretmenin ise bekar olduğu görülmektedir. Medeni durum dağılımına bakıldığında araştırmaya konu olan öğretmenlerin büyük çoğunluğunun evli olduğu görülmektedir.

Yaş durumlarına bakıldığında (69) öğretmenin 30 yaş ve altında, (134) öğretmenin 31-35 yaş aralığında, (122) öğretmenin 36-40 yaş aralığında, (107) öğretmenin 41-45 yaş aralığında ve (145) öğretmenin 46 yaş ve üzerinde olduğu görülmektedir.

Mesleki kıdemleri açısından incelendiğinde 275 (%47,7) öğretmenin 16 yıl ve üzerinde, 132 (%22,9) öğretmenin 11-15 yıl, 98 (%17,0) öğretmenin 6-10 yıl, 72 (12,4) öğretmenin ise 0-5 yıl mesleki tecrübeye sahip oldukları görülmektedir.

Araştırmaya katılan öğretmenlerin görev yaptıkları **okul türleri** incelendiğinde öğretmenlerin 130 (%22,5)'inin ilkokulda, 182 (%31,5)'unun ortaokulda ve 265 (%46)'sının lisede çalıştıkları görülmüştür.

Öğretmenlerin **serbest zaman etkinlikleriyle ilgilenme, uğraşı** durumlarına bakıldığında, 306 (%53,0) oran ile kısmen, 120 (%20,8) oran ile yeterli ve 151 (%26,2) oran ile yetersiz düzeyde olduğunu göstermektedir.

3.2. Öğretmenlerin Serbest Zaman Engel Düzeylerine Yönelik Bulgular ve Yorumlar

Araştırmaya katılan öğretmenlerin cinsiyet durumlarına göre serbest zaman engel düzeylerine yönelik açıklamalar aşağıda verilmiştir.

3.2.1. Cinsiyet Durumlarına Göre Serbest Zaman Engel Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğretmenlerin cinsiyet değişkenine göre serbest zaman engeli düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 7'de gösterilmiştir.

Tablo 7: Araştırmaya katılan katılımcıların cinsiyet değişkenine göre serbest zaman engeli düzeylerinin karşılaştırılmasına ait Independent t testi sonuçlarına ilişkin bulgular

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t-Testi		
					t	Sd	p
Birey Psikolojisi	Kadın	274	2,6485	.54761	2,492	574,948	.013*
	Erkek	303	2,5283	.61145			
Bilgi Eksikliği	Kadın	274	2,7607	.65961	,641	575	.522
	Erkek	303	2,7244	.69597			
Tesis Yetersizliği	Kadın	274	3,0620	.61322	-1.164	575	.245
	Erkek	303	3,1189	.56034			
Arkadaş Eksikliği	Kadın	274	2,6742	.70139	-.178	575	.859
	Erkek	303	2,6842	.63874			
Zaman Eksikliği	Kadın	274	2,2492	.76074	-2.684	575	.007*
	Erkek	303	2,4222	.78489			
İlgi Eksikliği	Kadın	274	2,5555	.62698	.865	575	.387
	Erkek	303	2,5085	.67049			
Serbest Zaman Engel (Toplam)	Kadın	274	2,8041	.37481	.958	575	.338
	Erkek	303	2,7745	.36707			

* $p < .05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 7'ye bakıldığında, öğretmenlerin cinsiyetlerine göre serbest zaman engel düzeylerine yönelik puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız örneklem t-Testi sonucunda “Birey Psikolojisi” [$t(574,948) = 2,492, p < .05$], “Zaman Eksikliği” [$t(575) = -2.684, p < .05$] alt boyutlarına ilişkin öğretmen engellenme durumlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Ancak “Bilgi Eksikliği” [$t(575) = ,641, p < .05$], “Tesis Yetersizliği” [$t(575) = -1.164, p < .05$], “Arkadaş Eksikliği” [$t(575) = -.178, p < .05$] ve “İlgi Eksikliği” [$t(575) = .865, p < .05$] alt boyutlarına ilişkin öğretmen engellenme durumlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Serbest zaman engelinin tamamına yönelik kadın ve erkek öğretmen engellenme durumları arasında da anlamlı bir farklılık görülmemiştir [$t(575) = .958, p < .05$].

3.2.2. Medeni Duruma Göre Serbest Zaman Engel Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğretmenlerin medeni durum değişkenine göre serbest zaman engel düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 8’de gösterilmiştir.

Tablo 8: Araştırmaya katılan katılımcıların medeni durum değişkenine göre serbest zaman engeli düzeylerinin karşılaştırılmasına ait Independent t testi sonuçlarına ilişkin bulgular

Değişken	Medeni Durum	N	\bar{X}	Ss	t-Testi		
					t	Sd	p
Birey Psikolojisi	Evli	475	2,5970	.56690	,935	134,684	.352
	Bekar	102	2,5312	.61145			
Bilgi Eksikliği	Evli	475	2,7481	.65961	,499	575	.618
	Bekar	102	2,7112	.69597			
Tesis Yetersizliği	Evli	475	3,1123	.56596	1.810	575	.071
	Bekar	102	2,9967	.66748			
Arkadaş Eksikliği	Evli	475	2,6885	.66412	.702	575	.483
	Bekar	102	2,6373	.69114			
Zaman Eksikliği	Evli	475	2,3583	.76807	1.219	575	.223
	Bekar	102	2,2549	.81942			
İlgi Eksikliği	Evli	475	2,5402	.64288	.751	575	.453
	Bekar	102	2,4869	.68405			
Serbest Zaman Engel (Toplam)	Evli	475	2,8048	.35741	2.061	133.992	.041*
	Bekar	102	2,7125	.42103			

* $p < .05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 8’e bakıldığında öğretmenlerin medeni durumlarına göre serbest zaman engel düzeylerine yönelik puanlarının farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız örneklem t-Testi sonucunda “Birey Psikolojisi” [$t(134,684) = ,935, p < .05$], “Bilgi Eksikliği” [$t(575) = ,499, p < .05$], “Tesis Yetersizliği” [$t(575) = 1,810, p < .05$], “Arkadaş Eksikliği” [$t(575) = ,702, p < .05$], “Zaman Eksikliği” [$t(575) = 1.219, p < .05$] ve “İlgi Eksikliği” [$t(575) = ,751, p < .05$] alt boyutlarına ilişkin öğretmen engellenme durumlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Ancak serbest zaman engel düzeyinin

tamamına yönelik medeni durum açısından öğretmen engellenme düzeylerinde arasında ise anlamlı bir farklılık görülmüştür [$t(133.992) = 2.061, p < .05$].

3.2.3. Yaş Durumlarına Göre Serbest Zaman Engel Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğretmenlerin serbest zaman engel düzeylerine ilişkin engellenme durumlarının yaş değişkenine göre birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis yetersizliği, arkadaş eksikliği, zaman yetersizliği ve ilgi eksikliği alt boyutları açısından anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 9'da verilmiştir. Ayrıca, yaş değişkenine göre anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında oluştuğunu belirlemek amacıyla gerçekleştirilen TUKEY testinin sonuçları da aynı tabloda gösterilmiştir. Öğretmenlerin yaş düzeyi; 30 yaş ve altı (69 Öğretmen), 31-35 yaş (134 Öğretmen), 36-40 yaş (122 Öğretmen), 41-45 yaş (107 Öğretmen) ve 46 yaş ve üzeri (145 Öğretmen) olmak üzere beş kategoride ele alınmıştır.

Tablo 9: Yaş Değişkenine Göre Serbest Zaman Engelinin Alt Boyutlarına Yönelik ANOVA Testine İlişkin Bulgular

Değişken	Yaş	N	\bar{X}	Ss	ANOVA Testi		
					F	p	Fark
Birey Psikolojisi	30 ve Altı (1)	69	2,5169	.53485	.385	.819	Yok
	31-35 (2)	134	2.5909	.63286			
	36-40 (3)	122	2.6230	.58281			
	41-45 (4)	107	2,5708	.57784			
	46 ve Üzeri (5)	145	2,5920	.57200			
	Toplam	577	2,5854	.58461			
Bilgi Eksikliği	30 ve Altı (1)	69	2,6678	.67069	.831	.506	Yok
	31-35 (2)	134	2.7354	.63569			
	36-40 (3)	122	2.7459	.77363			
	41-45 (4)	107	2,6885	.74009			
	46 ve Üzeri (5)	145	2,8180	.62473			
	Toplam	577	2,7416	.67861			

Tesis Yetersizliği	30 ve Altı	(1)	69	3,0338	.53485	.808	.521	Yok
	31-35	(2)	134	2.0521	.63286			
	36-40	(3)	122	3.1093	.58281			
	41-45	(4)	107	3,1682	.57784			
	46 ve Üzeri	(5)	145	3,0851	.57200			
	Toplam		577	3,0918	.58461			
Arkadaş Eksikliği	30 ve Altı	(1)	69	2,5121	.70382	3,707	.005*	1-5
	31-35	(2)	134	2.6249	.70548			
	36-40	(3)	122	2.7094	.64900			
	41-45	(4)	107	2,6096	.68952			
	46 ve Üzeri	(5)	145	2,8358	.58794			
	Toplam		577	2,6795	.66865			
Zaman Eksikliği	30 ve Altı	(1)	69	2,0773	.78413	2,767	.027*	1-5
	31-35	(2)	134	2.3080	.76341			
	36-40	(3)	122	2.3689	.80837			
	41-45	(4)	107	2,3832	.76452			
	46 ve Üzeri	(5)	145	2,4387	.75179			
	Toplam		577	2,3401	.77767			
İlgi Eksikliği	30 ve Altı	(1)	69	2,4106	.68395	3,015	.018*	1-5
	31-35	(2)	134	2.4517	.70184			2-5
	36-40	(3)	122	2.5000	.66434			
	41-45	(4)	107	25460	.57460			
	46 ve Üzeri	(5)	145	2,6759	.58794			
	Toplam		577	2,5308	.65005			

* $p < .05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 9'dan da anlaşılacağı üzere öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri "Birey Psikolojisi" boyutu puanlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(572) = .385, p < .05$].

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Bilgi Eksikliği” boyutu puanlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(572) = .831, p < .05$].

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Tesis Yetersizliği” boyutu puanlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(572) = .808, p < .05$].

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Arkadaş Eksikliği” boyutu puanlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur [$t(572) = 3,707, p < .05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık 30 yaş ve altı öğretmenler ile 46 yaş ve üzeri öğretmen görüşleri arasındadır.

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Zaman Eksikliği” boyutu puanlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur [$t(572) = 2,767, p < .05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık 30 yaş ve altı öğretmenler ile 46 yaş ve üzeri öğretmen görüşleri arasındadır.

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “İlgi Eksikliği” boyutu puanlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur [$t(572) = 3,015, p < .05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık 30 yaş ve altı öğretmenler ile 46 yaş ve üzeri öğretmenler ve 31-35 yaşta olan öğretmenler ile 46 yaş ve üzeri öğretmenler arasındadır.

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Zaman Eksikliği” boyutu puanlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur [$t(572) = 2,767, p < .05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık 30 yaş ve altı öğretmenler ile 46 yaş ve üzeri öğretmen görüşleri arasındadır.

3.2.4. Mesleki Kıdem Durumlarına Göre Serbest Zaman Engel Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğretmenlerin serbest zaman engel düzeylerine ilişkin engellenme durumlarının mesleki kıdem değişkenine göre birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis yetersizliği, arkadaş eksikliği, zaman yetersizliği ve ilgi eksikliği alt boyutları açısından anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 10'da verilmiştir. Ayrıca, mesleki kıdem değişkenine göre anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında oluştuğunu belirlemek amacıyla gerçekleştirilen TUKEY testinin sonuçları da aynı tabloda gösterilmiştir. Öğretmenlerin mesleki kıdem süreleri; 0-5 yıl, 6-10 yıl, 11-15 yıl ve 16 yıl ve üzeri olmak üzere dört kategoride ele alınmıştır.

Tablo 10: Mesleki Kıdem Değişkenine Göre Serbest Zaman Engelinin Boyutlarına Yönelik ANOVA Testine İlişkin Bulgular

Değişken	Mesleki Kıdem	N	\bar{X}	Ss	ANOVA Testi		
					F	p	Fark
Birey Psikolojisi	0-5 Yıl (1)	72	2,6574	.58669	2,524	.057	Yok
	6-10 Yıl (2)	98	2.4731	.62277			
	11-15 Yıl (3)	132	2.6667	.54173			
	16 Yıl ve Üzeri (4)	275	2,5675	.58505			
	Toplam	577	2,5854	.58461			
Bilgi Eksikliği	0-5 Yıl (1)	72	2,7974	.63570	,512	.674	Yok
	6-10 Yıl (2)	98	2.6825	.71491			
	11-15 Yıl (3)	132	2.7197	.68404			
	16 Yıl ve Üzeri (4)	275	2,7586	.67537			
	Toplam	577	2,7416	.67861			
Tesis Yetersizliği	0-5 Yıl (1)	72	3,0926	.59529	,387	.762	Yok
	6-10 Yıl (2)	98	3.0371	.65462			
	11-15 Yıl (3)	132	3.0910	.59417			
	16 Yıl ve Üzeri (4)	275	3,1116	.55556			
	Toplam	577	3,0918	.58622			

Arkadaş Eksikliği	0-5 Yıl (1)	72	2,5953	.67216	2,180	.089	Yok
	6-10 Yıl (2)	98	2,5600	.74136			
	11-15 Yıl (3)	132	2,6894	.66052			
	16 Yıl ve Üzeri (4)	275	2,7393	.63956			
	Toplam	577	2,6795	.66865			
Zaman Eksikliği	0-5 Yıl (1)	72	2,0694	.76287	3,751	.011*	1-4
	6-10 Yıl (2)	98	2,3163	.77085			
	11-15 Yıl (3)	132	2,3607	.83727			
	16 Yıl ve Üzeri (4)	275	2,4095	.74198			
	Toplam	577	2,3401	.77767			
İlgi Eksikliği	0-5 Yıl (1)	72	2,5000	.76287	2,335	.073	Yok
	6-10 Yıl (2)	98	2,4067	.77085			
	11-15 Yıl (3)	132	2,5000	.83727			
	16 Yıl ve Üzeri (4)	275	2,5979	.74198			
	Toplam	577	2,5308	.77767			

* $p < .05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 10'dan da anlaşılacağı üzere öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Birey Psikolojisi” boyutu puanlarının mesleki kıdem değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(573) = 2,524$, $p < .05$].

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Bilgi Eksikliği” boyutu puanlarının mesleki kıdem değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(573) = ,512$, $p < .05$].

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Tesis Yetersizliği” boyutu puanlarının mesleki kıdem değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(573) = ,387$, $p < .05$].

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Arkadaş Eksikliği” boyutu puanlarının mesleki kıdem değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(573) = 2,180, p < .05$].

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Zaman Eksikliği” boyutu puanlarının mesleki kıdem durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur [$t(573) = 3,751, p < .05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık 0-5 yıl ile 16 yıl ve üzerinde öğretmenlik mesleğini yapanlar arasındadır.

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “İlgi Eksikliği” boyutu puanlarının mesleki kıdem durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(573) = 2,335, p < .05$].

3.2.5. Öğretmenlerin Görev Yaptığı Okul Türü Durumlarına Göre Serbest Zaman Engel Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğretmenlerin serbest zaman engellenme düzeylerinde görev yaptıkları okul türü değişkenine göre birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis yetersizliği, arkadaş eksikliği, zaman yetersizliği ve ilgi eksikliği alt boyutları açısından anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar, Tablo 11’de verilmiştir. Ayrıca, okul türü değişkenine göre anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında oluştuğunu belirlemek amacıyla gerçekleştirilen TUKEY testinin sonuçları da aynı tabloda gösterilmiştir. Öğretmenlerin görev yaptıkları okul türleri; ilkokul, ortaokul ve lise olmak üzere üç kategoride ele alınmıştır.

Tablo 11: Öğretmenlerin Görev Yaptığı Okul Türü Değişkenine Göre Serbest Zaman Engelinin Alt Boyutlarına Yönelik ANOVA Testine İlişkin Bulgular

Değişken	Okul Türü	N	\bar{X}	Ss	ANOVA Testi		
					F	p	Fark
Birey Psikolojisi	İlkokul (1)	130	2,5413	.58049	2,168	.115	Yok
	Ortaokul (2)	182	2.5370	.60986			
	Lise (3)	265	2,6403	.56606			
	Toplam	577	2,5854	.58461			

Bilgi Eksikliği	İlkokul (1)	130	2,7586	.67554	,057	.945	Yok
	Ortaokul (2)	182	2,7331	.63001			
	Lise (3)	265	2,7391	.71374			
	Toplam	577	2,7416	.67861			
Tesis Yetersizliği	İlkokul (1)	130	3,1256	.67554	,329	.720	Yok
	Ortaokul (2)	182	3,0713	.63001			
	Lise (3)	265	3,0894	.71374			
	Toplam	577	3,0918	.67861			
Arkadaş Eksikliği	İlkokul (1)	130	2,6989	.68397	6,897	.001*	2-3
	Ortaokul (2)	182	2,5342	.68033			
	Lise (3)	265	2,7696	.63771			
	Toplam	577	2,6795	.66865			
Zaman Eksikliği	İlkokul (1)	130	2,1867	.74986	6,797	.001*	1-3
	Ortaokul (2)	182	2,2689	.76148			2-3
	Lise (3)	265	2,4642	.78528			
	Toplam	577	2,3401	.77767			
İlgi Eksikliği	İlkokul (1)	130	2,6553	.58343	4,303	.014*	1-2
	Ortaokul (2)	182	2,4377	.62736			
	Lise (3)	265	2,5337	.68715			
	Toplam	577	2,5308	.65005			

* $p < .05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 11'den de anlaşılacağı üzere öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri "Birey Psikolojisi" boyutu puanlarının okul türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(574) = 2,168, p < .05$].

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri "Bilgi Eksikliği" boyutu puanlarının okul türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(574) = ,057, p < .05$].

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Tesis Yetersizliği” boyutu puanlarının okul türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(574) = ,329, p <.05$].

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Arkadaş Eksikliği” boyutu puanlarının okul türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur [$t(574) = 6,897, p <.05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık ortaokul ile lisede görev yapmakta olan öğretmen görüşleri arasındadır.

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Zaman Eksikliği” boyutu puanlarının okul türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur [$t(574) = 6,797, p <.05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık ilkokul ile lisede ve ortaokul ile lisede görev yapmakta olan öğretmen görüşleri arasındadır.

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “İlgi Eksikliği” boyutu puanlarının okul türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur [$t(574) = 4,303, p <.05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık ilkokul ile ortaokulda görev yapmakta olan öğretmen görüşleri arasındadır.

3.2.6 Serbest Zaman Etkinlikleri İle Uğraşı Durumlarına Göre Serbest Zaman Engel Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğretmenlerin serbest zaman engel düzeylerine ilişkin engellenme durumlarının serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 12’de verilmiştir. Ayrıca, serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı değişkenine göre anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında oluştuğunu belirlemek amacıyla gerçekleştirilen TUKEY testinin sonuçları da aynı tabloda gösterilmiştir. Öğretmenlerin serbest zaman etkinlikleri ile uğraşları; yeterli düzeyde, kısmen ve yetersiz düzeyde olmak üzere üç kategoride ele alınmıştır.

Tablo 12: Serbest Zaman Etkinlikleri İle Uğraşı Durumlarına Göre Serbest Zaman Engelinin Alt Boyutlarına Yönelik ANOVA Testine İlişkin Bulgular

Değişken	Serbest Zaman				ANOVA Testi		
	Uğraşı Durumu	N	\bar{X}	Ss	F	p	Fark
Birey Psikolojisi	Yeterli (1)	120	2,4478	.61999	4,447	.012*	1-3
	Kısmen (2)	306	2,6094	.57301			
	Yetersiz (3)	151	2,6460	.56551			
	Toplam	577	2,5854	.58461			
Bilgi Eksikliği	Yeterli (1)	120	2,7374	.70193	,278	.758	Yok
	Kısmen (2)	306	2,7262	.65791			
	Yetersiz (3)	151	2,7763	.70401			
	Toplam	577	2,7416	.67861			
Tesis Yetersizliği	Yeterli (1)	120	3,0140	.58992	2,508	.082	Yok
	Kısmen (2)	306	3,1416	.56580			
	Yetersiz (3)	151	3,0529	.61740			
	Toplam	577	3,0918	.58622			
Arkadaş Eksikliği	Yeterli (1)	120	2,4769	.74085	7,140	.001*	1-2
	Kısmen (2)	306	2,7264	.60755			
	Yetersiz (3)	151	2,7453	.69943			
	Toplam	577	2,6795	.66865			
Zaman Eksikliği	Yeterli (1)	120	2,1162	.80848	8,425	.000*	1-3
	Kısmen (2)	306	2,3486	.77468			
	Yetersiz (3)	151	2,5007	.71921			
	Toplam	577	2,3401	.77767			
İlgi Eksikliği	Yeterli (1)	120	2,4535	.68190	1,352	.259	Yok
	Kısmen (2)	306	2,5671	.64303			
	Yetersiz (3)	151	2,5188	.63670			
	Toplam	577	2,5308	.65005			

* $p < .05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 12'den de anlaşılacağı üzere öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Birey Psikolojisi” boyutu puanlarının serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur [$t(574) = 4,447$,

$p < .05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu yeterli düzeyde olan öğretmenler ile serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu yetersiz düzeyde olan öğretmenler, serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu kısmen olan öğretmenler ile serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu yeterli düzeyde olan öğretmenler arasındadır.

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Bilgi Eksikliği” boyutu puanlarının serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(574) = ,278, p < .05$].

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Tesis Yetersizliği” boyutu puanlarının serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(574) = 2,508, p < .05$].

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Arkadaş Eksikliği” boyutu puanlarının serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur [$t(574) = 7,140, p < .05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu yeterli düzeyde olan öğretmenler ile serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu kısmen olan öğretmenler ve serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu yeterli olan öğretmenler ile serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu yetersiz düzeyde olan öğretmenler arasındadır.

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “Zaman Eksikliği” boyutu puanlarının serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur [$t(574) = 8,425, p < .05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu yeterli düzeyde olan öğretmenler ile serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu yetersiz düzeyde olan öğretmenler ve serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu kısmen olan öğretmenler ile serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu yeterli düzeyde olan öğretmenler arasındadır.

Öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri “İlgi Eksikliği” boyutu puanlarının serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek

için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(574) = 1,352, p < .05$].

3.3. Öğretmenlerin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerine Yönelik Bulgular ve Yorumlar

Araştırmaya katılan öğretmenlerin cinsiyet durumlarına göre mesleki tükenmişlik düzeylerine yönelik açıklamalar aşağıda verilmiştir.

3.3.1. Cinsiyet Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan katılımcıların cinsiyet değişkenine göre mesleki tükenmişlik düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 13’de gösterilmiştir.

Tablo 13: Araştırmaya Katılan Katılımcıların Cinsiyet Değişkenine Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Karşılaştırılmasına Ait Independent T Testi Sonuçlarına İlişkin Bulgular

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t-Testi		
					t	Sd	p
Duygusal	Kadın	274	2,3596	.68786	-,587	575	.557
	Erkek	303	2,3939	.71212			
Duyarsızlaşma	Kadın	274	1,8292	.66786	-1,773	575	.077
	Erkek	303	1,9330	.73164			
Kişisel Başarı	Kadın	274	2,2183	.61322	1.105	575	.270
	Erkek	303	2,1722	.50405			
Mesleki Tükenmişlik (Toplam)	Kadın	274	2,1877	.47233	-.515	575	.607
	Erkek	303	2,2085	.49770			

* $p < .05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 13’e bakıldığında, öğretmenlerin cinsiyet durumlarına göre mesleki tükenmişlik düzeylerine yönelik puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız örneklem t-Testi sonucunda “Duygusal” [$t(575) = -,587, p < .05$], “Duyarsızlaşma” [$t(575) = -1.773, p < .05$] ve “Kişisel Başarı” [$t(575) = 1.105, p < .05$], alt boyutlarına ilişkin öğretmen tükenme durumlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Ayrıca mesleki tükenmişlik düzeyinin tamamına yönelik kadın ve erkek

öğretmen tükenme durumları arasında da anlamlı bir farklılık görülmemiştir [$t(575) = -.515, p < .05$].

3.3.2. Medeni Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan katılımcıların medeni durum değişkenine göre mesleki tükenmişlik düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 14’de gösterilmiştir.

Tablo 14: Araştırmaya Katılan Katılımcıların Medeni Durum Değişkenine Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Karşılaştırılmasına Ait Independent T Testi Sonuçlarına İlişkin Bulgular

Değişken	Medeni Durum	N	\bar{X}	Ss	t-Testi		
					t	Sd	p
Duygusal	Evli	475	2,3979	.68764	1,502	575	.134
	Bekar	102	2,2832	.75288			
Duyarsızlaşma	Evli	475	1,8933	.70275	.704	575	.482
	Bekar	102	1,8392	.70811			
Kişisel Başarı	Evli	475	2,1765	.47904	-1.824	575	.069
	Bekar	102	2,2760	.58739			
Mesleki Tükenmişlik (Toplam)	Evli	475	2,2027	.47849	.434	575	.664
	Bekar	102	2,1797	.51900			

* $p < .05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 14’e bakıldığında, öğretmenlerin medeni durumlarına göre mesleki tükenmişlik düzeylerine yönelik puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız örneklem t-Testi sonucunda “Duygusal” [$t(575) = 1,502, p < .05$], “Duyarsızlaşma” [$t(575) = .704, p < .05$], “Kişisel Başarı” [$t(575) = -1.824, p < .05$], alt boyutlarına ilişkin öğretmenlerin tükenme durumlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Ayrıca mesleki tükenmişlik düzeylerinin tamamına yönelik evli ve bekar öğretmen tükenme durumları arasında da anlamlı bir farklılık görülmemiştir [$t(575) = .434, p < .05$].

3.3.3. Yaş Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeylerine ilişkin tükenme durumlarının yaş değişkenine göre duygusal, duyarsızlaşma, kişisel başarı alt boyutları

açısından anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 15’de verilmiştir. Ayrıca, yaş değişkenine göre anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında oluştuğunu belirlemek amacıyla gerçekleştirilen TUKEY testinin sonuçları da aynı tabloda gösterilmiştir. Öğretmenlerin yaş düzeyi; 30 yaş ve altı (69 Öğretmen), 31-35 yaş (134 Öğretmen), 36-40 yaş (122 Öğretmen), 41-45 yaş (107 Öğretmen) ve 46 yaş ve üzeri (145 Öğretmen) olmak üzere beş kategoride ele alınmıştır.

Tablo 15: Öğretmenlerin Yaş Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Alt Boyutlarına Yönelik ANOVA Testine İlişkin Bulgular

Değişken	Yaş	N	\bar{X}	Ss	ANOVA Testi		
					F	p	Fark
Duygusal	30 Yaş ve Altı (1)	69	2,2432	.76774	2,341	.054	Yok
	31-35 Yaş (2)	134	2.2732	.69898			
	36-40 Yaş (3)	122	2,4135	.68706			
	41-45 Yaş (4)	107	2,4905	70035			
	46 Yaş ve Üzeri (5)	145	2,4246	66545			
	Toplam	577	2,3776	.70031			
Duyarsızlaşma	30 Yaş ve Altı (1)	69	1,9478	.72408	,704	.590	Yok
	31-35 Yaş (2)	134	1.9276	.71076			
	36-40 Yaş (3)	122	1,8475	.69705			
	41-45 Yaş (4)	107	1,9150	66981			
	46 Yaş ve Üzeri (5)	145	1,8200	71877			
	Toplam	577	1,8837	.70339			
Kişisel Başarı	30 Yaş ve Altı (1)	69	2,3460	.56480	4,159	.002*	1-4
	31-35 Yaş (2)	134	2.2059	.52466			
	36-40 Yaş (3)	122	2,2172	.44461			
	41-45 Yaş (4)	107	2,2255	45894			
	46 Yaş ve Üzeri (5)	145	2,0681	49875			
	Toplam	577	2,1941	.50078			

* $p < .05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 15’den de anlaşılacağı üzere öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri “Duygusal” boyutu puanlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek

için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(572) = 2.341, p < .05$].

Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri “Duyarsızlaşma” boyutu puanlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(572) = .704, p < .05$].

Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri “Kişisel Başarı” boyutu puanlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur [$t(572) = 4.159, p < .05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık 30 yaş ve altı öğretmenler ile 41-45 yaş aralığında olan öğretmen görüşleri arasındadır.

3.3.4. Mesleki Kıdem Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeylerine ilişkin tükenme durumlarının mesleki kıdem değişkenine göre duygusal, duyarsızlaşma, kişisel başarı alt boyutları açısından anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 16’da verilmiştir. Ayrıca, mesleki kıdem değişkenine göre anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında oluştuğunu belirlemek amacıyla gerçekleştirilen TUKEY testinin sonuçları da aynı tabloda gösterilmiştir. Öğretmenlerin mesleki kıdemleri; 0-5 yıl, 6-10 yıl, 11-15 yıl ve 16 yıl ve üzeri olmak üzere dört kategoride ele alınmıştır.

Tablo 16: Öğretmenlerin Mesleki Kıdem Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Alt Boyutlarına Yönelik Anova Testine İlişkin Bulgular

Değişken	Mesleki Kıdem	N	\bar{X}	Ss	ANOVA Testi			
					F	p	Fark	
Duygusal	0-5 Yıl	(1)	72	2,1574	.70932	3,682	.012*	1-3
	6-10 Yıl	(2)	98	2,3046	.75325			1-4
	11-15 Yıl	(3)	132	2,4224	.69166			
	16 Yıl ve Üzeri	(4)	275	2,4398	.67195			
	Toplam		577	2,3776	.70031			

	0-5 Yıl	(1)	72	1,8806	.64800	1,197	.310	Yok
	6-10 Yıl	(2)	98	1.9133	.77721			
Duyarsızlaşma	11-15 Yıl	(3)	132	1,9696	.72485			
	16 Yıl ve Üzeri	(4)	275	1,8327	.67804			
	Toplam		577	1,8837	.70339			
	0-5 Yıl	(1)	72	2,2403	.54543	2,500	.059	Yok
	6-10 Yıl	(2)	98	2.2602	.56352			
Kişisel Başarı	11-15 Yıl	(3)	132	2,2432	.45046			
	16 Yıl ve Üzeri	(4)	275	2,1348	.48359			
	Toplam		577	2,1941	.50078			

* $p < .05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 16'dan da anlaşılacağı üzere öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri “Duygusal” boyutu puanlarının mesleki kıdem durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur [$t(573) = 3,682, p < .05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık 0-5 yıl ile 11-15 yıl ve 0-5 yıl ile 16 yıl ve üzerinde öğretmenlik mesleğini yapanlar arasındadır.

Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri “Duyarsızlaşma” boyutu puanlarının mesleki kıdem durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(573) = 1,197, p < .05$].

Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri “Kişisel Başarı” boyutu puanlarının kıdem durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(573) = 2,500, p < .05$].

3.3.5. Öğretmenlerin Görev Yaptığı Okul Türü Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeylerine ilişkin tükenme durumlarının görev yaptıkları okul türü değişkenine göre duygusal, duyarsızlaşma, kişisel başarı alt boyutları açısından anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 17'de verilmiştir. Ayrıca, okul türü

değişkenine göre anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında oluştuğunu belirlemek amacıyla gerçekleştirilen TUKEY testinin sonuçları da aynı tabloda gösterilmiştir. Öğretmenlerin görev yaptıkları okul türleri; ilkokul, ortaokul ve lise olmak üzere üç kategoride ele alınmıştır.

Tablo 17: Öğretmenlerin Okul Türü Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Alt Boyutlarına Yönelik Anova Testine İlişkin Bulgular

Değişken	Okul Türü	N	\bar{X}	Ss	ANOVA Testi		
					F	p	Fark
Duygusal	İlkokul (1)	130	2,1840	.63332	9,569	.000*	1-3
	Ortaokul (2)	182	2.3381	.68934			
	Lise (3)	265	2,4998	.71674			
	Toplam	577	2,3776	.70031			
Duyarsızlaşma	İlkokul (1)	130	1,6984	.59770	5,960	.003*	1-2
	Ortaokul (2)	182	1.9269	.71988			
	Lise (3)	265	1,9449	.72639			
	Toplam	577	1,8837	.70339			
Kişisel Başarı	İlkokul (1)	130	2,1081	.43465	2,722	.067	Yok
	Ortaokul (2)	182	2.1995	.48960			
	Lise (3)	265	2,2325	.53419			
	Toplam	577	2,1941	.50078			

* $p < .05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 17’den de anlaşılacağı üzere öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri “Duygusal” boyutu puanlarının okul türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur [$t(574) = 9,569, p < .05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık ilkokul ile lisede ve ortaokul ile lisede görev yapmakta olan öğretmen görüşleri arasındadır.

Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri “Duyarsızlaşma” boyutu puanlarının okul türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur [$t(574) = 5,960, p < .05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık ilkokul ile ortaokul ve ilkokul ile lisede görev yapmakta olan öğretmen görüşleri arasındadır.

Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri “Kişisel Başarı” boyutu puanlarının okul türüne göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(574) = 2,722, p < .05$].

3.3.6. Serbest Zaman Etkinlikleri İle Uğraşı Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeylerine ilişkin tükenme durumlarının serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı değişkenine göre duygusal, duyarsızlaşma, kişisel başarı alt boyutları açısından anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 18’de verilmiştir. Ayrıca, serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı değişkenine göre anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında oluştuğunu belirlemek amacıyla gerçekleştirilen TUKEY testinin sonuçları da aynı tabloda gösterilmiştir. Öğretmenlerin serbest zaman etkinlikleri ile uğraşları; yeterli düzeyde, kısmen yeterli düzeyde ve yetersiz düzeyde olmak üzere üç kategoride ele alınmıştır.

Tablo 18: Serbest Zaman Etkinlikleri İle Uğraşı Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Alt Boyutlarına Yönelik Anova Testine İlişkin Bulgular

Değişken	Serbest Zaman Uğraşı Durumu	N	\bar{X}	Ss	ANOVA Testi			
					F	p	Fark	
Duygusal	Yeterli (1)	120	2,1072	.67561	16,620	.000*	1-2	
	Kısmen (2)	306	2.3798	.68397				1-3
	Yetersiz (3)	151	2,5881	.68324				2-3
	Toplam	577	2,3776	.70031				
Duyarsızlaşma	Yeterli (1)	120	1,7766	.76169	1,770	.171	Yok	
	Kısmen (2)	306	1.9088	.68661				
	Yetersiz (3)	151	1,9179	.68510				
	Toplam	577	1,8837	.70339				
Kişisel Başarı	Yeterli (1)	120	2,1106	.04498	2,968	.052	Yok	
	Kısmen (2)	306	2.1946	.02814				
	Yetersiz (3)	151	2,2593	.04211				
	Toplam	577	2,1941	.02085				

* $p < .05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 18'den de anlaşılacağı üzere öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri “Duygusal” boyutu puanlarının serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur [$t(574) = 16,620, p <.05$]. Test sonucuna göre, anlamlı farklılık serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu yeterli düzeyde olan öğretmenler ile serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu kısmen olan öğretmenler, serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu kısmen olan öğretmenler ile serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu yetersiz düzeyde olan öğretmenler ve serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu kısmen olan öğretmenler ile serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu yetersiz düzeyde olan öğretmenler arasındadır.

Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri “Duyarsızlaşma” boyutu puanlarının serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(574) = 1,770, p <.05$].

Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri “Kişisel Başarı” boyutu puanlarının serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır [$t(574) = 2,968, p <.05$].

3.4. Boş Zaman Engel ve Mesleki Tükenmişlik Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin (Pearson Korelasyon) Belirlenmesine Yönelik Korelasyon Analiz Bulguları

Korelasyon katsayısı, iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla kullanılan bir analiz yöntemidir. Korelasyon katsayısı 1.00 ile -1.00 arasında değişmektedir. 1.00 olması mükemmel pozitif bir ilişkiyi, -1.00 olması mükemmel negatif bir ilişkiyi gösterir. Korelasyon katsayısının mutlak değeri olarak 0.70-1.00 arasında olması yüksek, 0.30-0.70 arasında olması orta, 0.00-0.30 arasında olması düşük düzeyde ilişki olduğu anlamına gelmektedir (Büyüköztürk, 2016, s:32).

Tablo 19: Boş Zaman Engel Boyutları Ve Mesleki Tükenmişlik Boyutları Arasındaki İlişkiyi Gösteren Korelasyon Analiz Tablosu

	Duygusal	Duyarsızlaşma	Kişisel Başarı	Mesleki Tükenmişlik
Birey Psikolojisi	.200**	.188**	.079	.209**
Bilgi Eksikliği	.067	.046	.000	.055
Tesis Yetersizliği	.073	-.020	-.077	.007
Arkadaş Eksikliği	.212**	.139**	.041	.186**
Zaman Eksikliği	.744**	.633**	.118**	.691**
İlgi Eksikliği	.081	.091*	-.074	.050
Boş Zaman Engel	.186**	.119**	-.025	.140**

** . Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır.

* . Korelasyon 0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 19'dan da anlaşılacağı üzere öğretmenlerin serbest zaman engel durumlarının “Birey Psikolojisi” alt boyutu düzeyine yönelik engellenmişlik durumları ile mesleki tükenmişlik düzeylerinin “Duygusal” ($r=.200$) ve “Duyarsızlaşma” ($r=.188$) alt boyutlarına yönelik tükenmişlik durumları arasında anlamlı pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir.

Öğretmenlerin serbest zaman engel durumlarının “Arkadaş Eksikliği” alt boyutu düzeyine yönelik engellenmişlik durumları ile mesleki tükenmişlik düzeylerinin “Duygusal” ($r=.212$) ve “Duyarsızlaşma” ($r=.139$) alt boyutlarına yönelik tükenmişlik durumları arasında anlamlı pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir.

Öğretmenlerin serbest zaman engel durumlarının “Zaman Eksikliği” alt boyutu düzeyine yönelik engellenmişlik durumları ile mesleki tükenmişlik düzeylerinin “Duygusal” ($r=.744$) alt boyutuna yönelik tükenmişlik durumları arasında anlamlı pozitif yönlü yüksek düzeyde, “Duyarsızlaşma” ($r=.633$) alt boyutuna yönelik tükenmişlik durumları arasında anlamlı pozitif yönlü orta düzeyde, “Kişisel Başarı” ($r=.118$) alt boyutuna yönelik tükenmişlik durumları arasında anlamlı pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir.

Öğretmenlerin serbest zaman engel durumlarının “İlgi Eksikliği” boyutu düzeyine yönelik engellenmişlik durumları ile mesleki tükenmişlik düzeylerinin “Duyarsızlaşma”

($r=.091$) alt boyutuna yönelik tükenmişlik durumları arasında anlamlı pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir.

Korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde, öğretmenlerin serbest zaman engel durumları ile mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında düşük düzeyli ($r=0,140$), pozitif yönlü 0,01 düzeyinde anlamlı bir ilişki mevcuttur. Öğretmenlerin serbest zaman katılım engel düzeylerinin artması, mesleki tükenmişlik düzeylerini arttırmaktadır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. TARTIŞMA

Bu çalışmada, Manisa ili Turgutlu ilçesinde görev yapmakta olan 577 öğretmenin serbest zaman engel düzeyleri ile mesleki tükenmişlik düzeylerinin cinsiyet, medeni durum, yaş, mesleki kıdem, görev yaptıkları okul türleri, serbest zaman etkinlikleriyle uğraşı durumları arasında farklılıklar olup olmadığına bakılarak incelenmiştir.

Çalışma sonucunda, öğretmenlerin serbest zaman engel durumları medeni durum, yaş, mesleki kıdem, görev yapmakta olduğu okul türü ve serbest zaman etkinlikleriyle uğraşı düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunurken; öğretmenlerin sadece cinsiyet durumlarına göre istatistiki açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Ayrıca öğretmenlerin mesleki tükenmişlik durumları yaş, mesleki kıdem, görev yapmakta olduğu okul türü ve serbest zaman etkinlikleriyle uğraşı düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunurken; öğretmenlerin cinsiyet ve medeni durumlarına göre istatistiki açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

4.1. HİPOTEZ 1: Öğretmenlerin Cinsiyete Göre Serbest Zaman Engelleri Düzeyleri

Cinsiyet durumlarına göre serbest zaman engel düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olup olmadığını tespit edebilmek için bağımsız iki grup için Bağımsız Örneklem T-testi uygulanmıştır.

Araştırma sonuçlarının ortalamaları incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre öğretmenlerin “Birey Psikolojisi” ve “Zaman Eksikliği” alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur. Ancak öğretmenlerin serbest zaman engelinin tamamına yönelik kadın ve erkek öğretmen engellenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. (Tablo 7). Bu duruma öğretmenlerin planladıkları rekreatif etkinlikler sonrasında yorgunluk hissetmeleri, eğitim öğretim faaliyetlerinin aksaması ve sağlık problemleriyle karşılaşma kaygılarının fazla olması, çalışma sürelerinin, destekleme ve yetiştirme kurslarının ve ders dışı egzersiz faaliyetlerinin çok fazla zamanlarını alması gibi nedenlerin yanı sıra aileleri için zaman ayırmak zorunda kalmaları da bu sonucu doğrular.

Bu sonuca göre hipotez 1 reddedilmiştir. Buna göre, cinsiyet faktörünün serbest zaman engelleri düzeyini etkilemediği söylenebilir.

Bu çalışma ile paralel olarak, Çelik (2011), Altın ve Barsbuğa (2014), Lakot (2015) tarafından yapılan çalışmalar bu araştırmayı desteklemekte, cinsiyet değişkeninin serbest zaman engellerinin istatistiki açıdan anlamlı bir etken olmadığını söylemektedir. Ancak

Gürbüz ve arkadaşlarının (2012), Lakot ve arkadaşlarının (2013), Şahin ve Kacabulut'un (2014) yapmış oldukları çalışmalar sonucunda cinsiyet değişkeninin serbest zaman engellerine anlamlı bir etkisi olduğunu tespit etmişlerdir. Ayrıca Pala ve Dinç (2013) ve Çakır, Şahin, Serdar ve Parlakkılıç (2016)'ın kamu personelinin serbest zaman engeline yönelik yapılan araştırmada "Birey Psikolojisi" alt boyutunda anlamlı farklılıklar olduğu belirtilmiştir.

4.2. HİPOTEZ 2: Öğretmenlerin Medeni Durumlarına Göre Serbest Zaman Engelleri Düzeyleri

Medeni durumlarına göre serbest zaman engel düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olup olmadığını tespit edebilmek için bağımsız iki grup için Bağımsız Örneklem T-testi uygulanmıştır.

Medeni durum değişkenine göre serbest zaman engellerine ilişkin alt boyutların hiç birinde öğretmenlerin engellenmişlik düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Buna karşın serbest zaman engel düzeyinin tamamına yönelik evli ve bekar şeklindeki medeni durumlarına ilişkin öğretmen engellenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. (Tablo 8). Dolayısıyla medeni durumlarına bakılmaksızın öğretmenlerin serbest zaman kısıtlılıklarının olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

Bu sonuca göre hipotez 2 kabul edilmiştir. Buna göre, medeni durum faktörünün serbest zaman engelleri düzeyini önemli ölçüde etkilediği söylenebilmektedir.

Bu çalışma ile paralel olarak, Dalay (2018) tarafından yapılan çalışmada, serbest zaman engelleri alt boyutlarının tümünde medeni durum değişkenine göre karşılaştırılması sonucunda bekâr ve evli katılımcılar arasında istatistiki açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı belirtilmiştir (Dalay, 2018).

4.3. HİPOTEZ 3: Öğretmenlerin Yaş Durumu Değişkenine Göre Serbest Zaman Engelleri Düzeyleri

Yaş durumu değişkenine bağlı olarak serbest zaman engelleri düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi uygulanmıştır. Yapılan analizlere göre, yaş değişkenine göre arkadaş eksikliği, zaman eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Ancak birey psikolojisi, bilgi eksikliği ve tesis yetersizliği alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p<0.05$). (Tablo 9).

Bu sonuca göre hipotez 3 de kabul edilmiştir.

Araştırma sonuçlarının ortalamaları incelendiğinde tesis yetersizliği alt boyutunun haricindeki tüm alt boyutlarda yani birey psikolojisi, bilgi eksikliği, ilgi eksikliği, zaman yetersizliği ve arkadaş eksikliği alt boyutlarında en düşük ortalamalara sahip yaş grubunun 30 yaş ve altı olduğu anlaşılmaktadır. Arkadaş eksikliği, zaman eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık 30 yaş ve altı ile 46 yaş ve üstü yaş gruplarından; ilgi eksikliği alt boyutunda ise anlamlı farklılık 31-35 yaş ile 46 yaş ve üstü yaş grup ortalamalarından kaynaklanmaktadır. Bunun sebebinin 30 yaş ve altı yaş grubu öğretmenlerin heyecan arayışları ile serbest zaman faaliyetlerini çeşitlendirebildikleri ve serbest zaman engellerini engel olmaktan çıkardıkları düşünülmektedir.

Bu akademik çalışma ile paralellik gösteren Demir ve Demir (2007) araştırmasında daha düşük yaşta olan kişilerin daha fazla serbest zaman etkinliklerine katılım eğiliminde olduklarını belirtmişlerdir. Ayrıca Torkildsen (2005) tarafından serbest zaman etkinliklerine katılımda yaşın önemli bir faktör olduğu ve yaşın artması sonucunda serbest zaman etkinliklerine katılımın da olumsuz etkilendiği belirtilmektedir.

4.4. HİPOTEZ 4: Öğretmenlerin Mesleki Kıdem Değişkenine Göre Serbest Zaman Engelleri Düzeyleri

Öğretmenlerin mesleki kıdem durumu değişkenine bağlı olarak serbest zaman engel düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi uygulanmıştır. Yapılan analizlere göre, mesleki kıdem değişkenine göre sadece zaman eksikliği alt boyutunda istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Ancak arkadaş eksikliği, ilgi eksikliği, birey psikolojisi, bilgi eksikliği ve tesis yetersizliği alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p<0.05$). (Tablo 10).

Bu sonuca göre hipotez 4 de kabul edilmiştir.

Araştırma sonuçlarının ortalamaları incelendiğinde öğretmenlerin serbest zaman katılım engeli açısından sadece zaman eksikliği alt boyutunda 0-5 yıl ile 16 yıl ve üzerinde öğretmenlik mesleğini yapanlar arasında olduğu saptanmıştır. Mesleki kıdem değişkeninde anlamlı fark olarak ortaya çıkan zaman eksikliği puanlarının mesleki açıdan daha tecrübeli, kıdemli ve yaşlı öğretmenlerin, mesleki açıdan daha tecrübesiz ve genç öğretmenlere oranla daha yüksek çıkma sebebinin; mesleki kıdemi fazla olan öğretmenlerin uzun zamandır eğitim kurumlarında çalışmalarından kaynaklı yaşam meşguliyetlerinin fazla olması nedeniyle bu tür etkinliklere ayıracak zamanlarının daha az olması; buna karşın mesleki kıdemi daha az, tecrübesiz ve genç öğretmenlerin ise; serbest zaman etkinlikleriyle ilgili olarak zaman

sıkıntısı ve yetersizliği yaşamadıklarından ve daha fazla serbest zamana sahip olduklarından kaynaklandığını tahmin etmekteyiz.

Pala ve Dinç (2013)'in kamu personelinin serbest zaman engellerine ilişkin yaptığı çalışmada “Arkadaş Eksikliği” ve “Zaman Eksikliği” alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu belirtilmiştir. Ayrıca Dalay (2018) tarafından yapılan çalışmada da akademik personelin mesleki unvan değişkenine göre zaman eksikliği alt boyutundaki analiz sonuçları çalışmamızı mesleki kıdem değişkenine göre desteklemektedir. Bu anlamda Pala ve Dinç (2013), Dalay (2018) tarafından yapılan çalışmalar bu çalışmanın sonuçlarıyla paralellik göstermektedir.

4.5. HİPOTEZ 5: Öğretmenlerin Görev Yapılan Okul Türü Değişkenine Göre Serbest Zaman Engelleri Düzeyleri

Öğretmenlerin görev yaptığı okul türü değişkenine bağlı olarak serbest zaman engel düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi uygulanmıştır. Yapılan analizlere göre, öğretmenlerin görev yaptığı okul türü değişkenine göre zaman eksikliği, arkadaş eksikliği, ilgi eksikliği alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Ancak, birey psikolojisi, bilgi eksikliği ve tesis yetersizliği alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p<0.05$). (Tablo 11).

Bu sonuca göre hipotez 5 de kabul edilmiştir.

Araştırma sonuçlarının ortalamaları incelendiğinde öğretmenlerin serbest zaman katılım engeli açısından zaman eksikliği, arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği alt boyutlarında görev yapmakta olunan okul türüne göre en fazla farklılığın ortaokul öğretmenlerinde olduğu tespit edilmiştir. Zaman eksikliği alt boyutuna göre incelendiğinde ortaokul öğretmenlerinin yanı sıra ilkokul öğretmenlerinin de bu farklılığa maruz kaldığı görülmektedir. Lisede görev yapmakta olan öğretmenlerin ise ortalama puan aralıklarına sahip oldukları görülmektedir. Ortaokulda çalışmakta olan öğretmenlerin lise ve ilkokulda çalışan öğretmenlere nazaran serbest zaman engel ve kısıtlılıklarıyla çok daha fazla karşı karşıya geldikleri düşünülmektedir. Bu durumun sebebi olarak çalışma zamanının yoğun olması, aileleriyle zaman harcamak durumunda kalmaları, ilgi duymamaları, rutin programlarını bozmak istememelerinin yanı sıra beraber katılacak arkadaşlarının olmaması söylenebilir.

Kesim (2003) tarafından yapılan araştırma sonucunda, özellikle erkek çalışanların serbest zaman etkinliklerine katılmama sebebi olarak zaman eksikliği olduğu tespit edilmiştir. Bu nedenle bu çalışmanın çalışmamız ile paralellik gösterdiği söylenebilir.

4.6. HİPOTEZ 6: Öğretmenlerin Serbest Zaman Etkinlikleri İle Uğraşı Durumlarına Göre Serbest Zaman Engelleri Düzeyleri

Öğretmenlerin serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına bağlı olarak serbest zaman engel düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi uygulanmıştır. Yapılan analizlere göre, serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı değişkenine göre birey Psikolojisi, arkadaş eksikliği ve zaman eksikliği alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Ancak bilgi eksikliği, ilgi eksikliği ve tesis yetersizliği alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p<0.05$). (Tablo 12).

Bu sonuca göre hipotez 6 da kabul edilmiştir.

Araştırma sonuçlarının ortalamaları incelendiğinde öğretmenlerin serbest zaman katılım engeli açısından birey psikolojisi, zaman eksikliği ve arkadaş eksikliği alt boyutlarında öğretmenlerin serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına göre en fazla farklılığın serbest zamanı yeterli düzeyde olduğunu belirten öğretmenlerde olduğu tespit edilmiştir. Birey psikolojisi alt boyutuna göre serbest zamanının yeterli düzeyde olduğunu belirten öğretmenler incelendiğinde, kendilerini eğitim öğretim faaliyetleri bittikten sonra yorgun hissetmelerine, katılım sağlanacak aktiviteler sonucunda sakatlanmaktan korkmalarına, kendilerini güvende hissetmemelerine ve ciddi sağlık problemleriyle karşılaşabilmelerine rağmen serbest zaman uğraşı durumlarını risk almayı seven, tehlikeli aktivitelerden kaçınmayan, heyecan arayışları yüksek kişilik yapısından kaynaklandığı söylenebilir. Zaman Eksikliği ve arkadaş eksikliği alt boyutuna göre incelendiğinde ise serbest zamanı yeterli düzeyde olduğunu belirten öğretmenlerin çalışma zamanlarının yoğun olmasına, aileleriyle zaman harcamak ve ilgilenmek durumunda kalmalarına, rutin programlarını bozmak istememelerinin yanı sıra beraber katılacak arkadaşlarının olmaması gibi olumsuz durumlarla karşılaşmalarına rağmen diğer meslek guruplarının çalışma şartlarıyla ve özel sektörde çalışan eğitim öğretim sınıfındaki meslektaşlarıyla kıyaslamalarından kaynaklandığı söylenebilir.

Lakot (2015) tarafından yapılan çalışma bu araştırmayı desteklemekte, rekreatif aktivitelere katılım sıklığı değişkenine göre BZEÖ puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaştığını göstermektedir. Ayrıca, birey psikolojisi, tesis ve zaman alt boyutlarında sıklık guruplarına göre anlamlı bir farklılık olduğu çalışmamızla paralellik olduğunu kanıtlamaktadır.

4.7. HİPOTEZ 7: Öğretmenlerin Cinsiyet Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri

Cinsiyet durumlarına göre öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olup olmadığını tespit edebilmek için bağımsız iki grup için Bağımsız Örneklem T-testi uygulanmıştır.

Araştırma sonuçlarının ortalamaları incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre öğretmenlerin “Duygusal”, “Duyarsızlaşma” ve “Kişisel Başarı” alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p<0.05$). (Tablo 13). Bu durumun nedeninin kadın ve erkek öğretmenlerin mesleki tükenmişliği yaşadığı ve tükenmişliğin üstesinden gelmeye çalıştıkları ortam ve şartların cinsiyet ayrımı gözetilmeksizin benzerlik göstermesi ile ilgili olduğu söylenebilir.

Bu sonuca göre hipotez 7 reddedilmiştir. Buna göre, cinsiyet faktörünün mesleki tükenmişlik düzeyini etkilemediği söylenebilir.

Çokluk (1999), Güllüce (2006), Özdoğan (2008), Gencay ve Gencay (2011) ve Çatır'ın (2014) yapmış oldukları çalışmalar araştırmamızı cinsiyet değişkenine göre desteklemektedir.

4.8. HİPOTEZ 8: Öğretmenlerin Medeni Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri

Medeni durumlarına göre öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olup olmadığını tespit edebilmek için bağımsız iki grup için Bağımsız Örneklem T-testi uygulanmıştır.

Araştırma sonuçlarının ortalamaları incelendiğinde medeni durum değişkenine göre öğretmenlerin “Duygusal”, “Duyarsızlaşma” ve “Kişisel Başarı” alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p<0.05$). (Tablo 14). Bu durumun nedeni olarak öğretmenlerin medeni durumlarının ya da bir başka deyişle evli veya bekâr olmalarının öğretmenlik mesleğine olan bağlılıkları, mesleki başarı, mesleki haz, mesleki verimlilik, mesleki duyarlılık, mesleki sorumluluk, mesleki fedakârlık ve mesleki heyecan algıları üzerinde önemli bir etkisinin olmadığı şeklinde yorumlanabilir.

Bu sonuca göre hipotez 8 reddedilmiştir. Buna göre, medeni durum faktörünün mesleki tükenmişlik düzeyini etkilemediği söylenebilir.

Basım ve Şeşen (2006), Çavuşoğlu (2005), Dolunay (2002), Emlek (2005), Ertürk ve Keçecioğlu (2012), Gündüz (2004), Oruç (2007), Otacıoğlu (2008), Şanlı (2006) ve Türker'in (2007) yapmış oldukları çalışmalar araştırmamızı medeni durum değişkenine göre desteklemektedir.

4.9. HİPOTEZ 9: Öğretmenlerin Yaş Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri

Yaş durumu değişkenine bağlı olarak mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi uygulanmıştır. Yapılan analizlere göre, yaş değişkenine göre sadece kişisel başarı alt boyutunda istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Ancak duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p<0.05$). (Tablo 15).

Bu sonuca göre hipotez 9 da kabul edilmiştir.

Araştırma sonuçlarının ortalamaları incelendiğinde kişisel başarı ve duyarsızlaşma alt boyutlarında en düşük ortalamalara sahip yaş grubunun 46 yaş ve üzeri öğretmen grubun olduğu, en yüksek ortalamalara sahip yaş grubunun 30 yaş ve altı öğretmenler olduğu görülmektedir. Ancak duygusal tükenme alt boyutunun sahip olduğu ortalamalar incelendiğinde en düşük ortalamanın 30 yaş ve altı öğretmen grubunda, en yüksek ortalamanın ise 41-45 yaş aralığındaki öğretmen grubunda olduğu tespit edilmiştir. Yani yaş arttıkça, tükenmişliğin azaldığı söylenebilir. Bu araştırma gibi yaş durum değişkeni açısından mesleki tükenmişliğin genç öğretmenlerde daha fazla olduğuna ulaşan, Babaoğlu (2006), Engin (2006), Gümüş (2006), Şanlı (2006), Çimen (2007) ve Oruç'un (2007) yaptıkları çalışmalar ile araştırmamızı desteklemektedirler.

Mesleki tükenmişlik ile ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında, yaş durum değişkeni ile sadece duygusal tükenme alt boyutunu anlamlı bir şekilde etkilediğini Demirkol (2006) ve Çimen (2007), sadece duyarsızlaşma alt boyutunu anlamlı bir şekilde etkilediğini Türker (2007) ve Babaoğlu (2006), sadece kişisel başarı alt boyutunu anlamlı bir şekilde etkilediğini ise Oruç (2007), Şanlı (2006) ve Basım ve Şeşen (2006) yaptıkları araştırma sonuçları ile ifade etmektedirler. Yaş değişkeninin mesleki tükenmişliğin tüm alt boyutlarında anlamlı bir şekilde farklılaştığını ise Dolunay (2002), Gümüş (2006), Engin (2006) ve Dilsiz (2006) yaptıkları araştırma sonuçları ile ifade etmektedirler.

Mesleki tükenmişliğin genç öğretmenlerde görülmesi; mesleğin başında olan öğretmenlerin yüksek beklentileri ve bu beklentilerinin karşılanmaması, deneyimsiz olmalarının yanı sıra aşırı düzeyde idealist olmaları, eğitim öğretim faaliyetlerinin gerçekleşmesi esnasında karşılaşılan problemlerin üstesinden gelememeleri gibi etmenler genç öğretmenlerin kendilerini işinde yetersiz, başarısız şekilde değerlendirmesine neden olabilir. Bu tarz olumsuz duygu ve düşünceler sonucunda genç öğretmenler kendilerini suçlu

hissetmekle kalmaz çalışma performanslarını ve motivasyonlarını düşürerek başarı için azimli çalışmalarını engelleyebilir.

Bazı araştırmalar ise yaş durum değişkeninin mesleki tükenmişliği etkilemediğini Çavuşoğlu (2005), Emlek (2005), Kırılmaz ve diğerleri (2003), Topaloğlu, Koç ve Yavuz (2007) araştırma sonuçları ile tespit etmişlerdir.

4.10. HİPOTEZ 10: Öğretmenlerin Mesleki Kıdem Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri

Mesleki kıdem durum değişkenine bağlı olarak mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi uygulanmıştır. Yapılan analizlere göre, mesleki kıdem değişkenine göre sadece duygusal tükenme alt boyutunda istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Ancak duyarsızlaşma ve kişisel başarı alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p<0.05$). (Tablo 16).

Bu sonuca göre hipotez 10 da kabul edilmiştir.

Araştırma sonuçlarının ortalamaları incelendiğinde kişisel başarı ve duyarsızlaşma alt boyutlarında en düşük ortalamalara sahip mesleki kıdem grubunun 16 yıl ve üzeri öğretmenlerde olduğu, en yüksek ortalamalara sahip mesleki kıdem grubunun duyarsızlaşma alt boyutunda 11-15 yıl görev yapan öğretmenlerde, kişisel başarı alt boyutunda ise 6-10 yıl görev yapan öğretmenlerde olduğu görülmektedir. Ancak duygusal tükenme alt boyutunun sahip olduğu ortalamalar incelendiğinde en düşük ortalamanın 0-5 yıl görev yapan öğretmenlerde, en yüksek ortalamalara sahip mesleki kıdem grubunun duygusal tükenme alt boyutunda 11-15 yıl görev yapan öğretmenler ile 16 yıl ve üzeri öğretmenlik yapanlarda olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda öğretmenlerin mesleki kıdemleri arttıkça duyarsızlaşma ve kişisel başarı tükenmişlik düzeyleri azalırken, mesleki kıdem açısından anlamlı farklılığın olduğu duygusal tükenme düzeyinin arttığı görülmektedir. Yani mesleki kıdem arttıkça, mesleki tükenmişliğin de arttığı görülmektedir. Buna göre mesleki kıdem arttıkça öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyinin arttığı söylenebilir. Yazıcı ve Avcı (2011) yapmış oldukları araştırma sonucunda duygusal tükenme alt boyutunda anlamlı farklılık tespit etmişlerdir. Dolayısıyla çalışmamız ile paralellik göstermektedir. Mesleki kıdem mesleki tükenmişliği etkilediğine yönelik birçok çalışma bulunmaktadır. Örneğin; Ergin (1993), Tümkaya (1996), Sucuoğlu, Kuloğlu-Aksaz (1996), Kulaksız, Dilmaç ve Aydın (2003), Gündüz (2004) Cemaloğlu ve Şahin (2007), Öktem (2009), Çağlayan (2012) ve Aydemir'in (2013). Yine Karahan ve Balat (2011) yapmış oldukları araştırma sonucunda

duygusal tükenme ve kişisel başarı alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit etmişlerdir. Dolayısıyla çalışmamızla örtüşmektedir.

Mesleki kıdemi fazla olan öğretmenlerin mesleki tükenmişlikle daha çok karşı karşıya gelmelerinde öğretmenin itibarına yönelik olumsuz saldırılar sonucunda kendini çaresiz hissetmesi, özlük haklarıyla ilgili bir takım açıklamaların yapılması ancak uygulamaya geçilmemesi, olumsuz öğrenci davranışlarının geçmiş tecrübeleriyle kıyaslandığında çözümsüz kalması, mesleki heyecanlarını yitirmeleri ve çalışma sürelerinin mesleki kıdemi fazla olan öğretmenlere ağır gelmesi şeklinde açıklanabilir.

Mesleki kıdem ile ilgili diğer araştırma sonuçları incelendiğinde; Kale (2007), Çavuşoğlu (2005) ve Gencay (2007) tarafından gerçekleştirilen çalışmalar sonucunda mesleki kıdem değişkeninin mesleki tükenmişliğe etki etmediği belirtilmiştir.

4.11. HİPOTEZ 11: Öğretmenlerin Okul Türü Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri

Öğretmenlerin görev yaptıkları okul türü durum değişkenine bağlı olarak mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi uygulanmıştır. Yapılan analizlere göre, okul türü göre duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0.05$). Ancak kişisel başarı alt boyutunda istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p<0.05$). (Tablo 17).

Bu sonuca göre hipotez 11 de kabul edilmiştir.

Araştırma sonuçlarının ortalamaları incelendiğinde duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı alt boyutlarının tümünde en düşük ortalamalara sahip okul türü grubunun ilkokulda görev yapmakta olan öğretmenlerde olduğu, en yüksek ortalamalara sahip okul türü grubunun ise lisede görev yapmakta olan öğretmenlerde olduğu görülmektedir.

Bu doğrultuda öğretmenlerin görev yaptıkları okul türüne göre mesleki tükenmişliği en fazla yaşadıkları, hissettikleri okul türünün tüm alt boyutlarda lisede, öğretmenlerin görev yaptıkları okul türüne göre mesleki tükenmişliği en düşük yaşadıkları, hissettikleri okul türünün ise tüm alt boyutlarda ilkokulda olduğu belirlenmiştir. Buna göre okul türü değiştikçe, öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeylerinin de değiştiği görülmektedir. Özkaya (2006) ve Dericioğulları, Konak, Arslan ve Öztürk (2007) yapmış oldukları çalışmalar bizim çalışmamızla tutarlılık göstermektedir.

Okul türü değişkenine göre lisede görev yapmakta olan öğretmenlerin mesleki tükenmişlikle daha çok karşı karşıya gelmelerinde hitap ettikleri hedef kitlenin yaşlarının büyük olması, ergenlik döneminin karmaşık ve yoğun yaşanması ve öğretmenlerin ders içi ve okul içi olumsuz öğrenci davranışlarıyla karşılaşmaları, karşılaşılan sorunları çözüme kavuşturmak için yoğun çaba harcamaları hatta bu sorunları çözüme kavuştururken öğrencilerle ya da aileleriyle bazen her iki grupta çatışmaları, ikna edememeleri gibi etmenler etkili olmuş olabilir. Öğretmenlerin kendilerini yorgun, duygusal yönden aşırı yıpranmış hissetmelerinin sonucunda hizmet verdiği öğrencilere geçmişte olduğu kadar içten, fedakâr ve sorumlu davranamayabilir. Ancak okul türü değişkenine göre ilkokulda görev yapmakta olan öğretmenlerin mesleki tükenmişlikle daha az karşı karşıya gelmelerinde ise hitap ettikleri hedef kitlenin yaşlarının küçük olması, çocukluk döneminin verdiği model alma ihtiyacından kaynaklı okul kurallarına koşulsuz uymaları, olumsuz öğrenci davranışlarının liseye nazaran daha az görülmesi, olumsuz öğrenci davranışlarıyla karşılaşılsa dahi kolaylıkla çözüme kavuşturulması gibi etmenler etkili olmuş olabilir. İlkokulda karşılaşılan küçük sorunlar öğretmenlerin daha dinamik, çalışkan, verimli, samimi, sorumlu ve üretken davranışlarını pekiştirebilir. Cemaloğlu ve Şahin (2007) tarafından yapılan araştırmada ise çalışmamızın aksine okul türü değişkenine göre ilköğretimde çalışan öğretmenlerin orta öğretimde çalışan öğretmenlerden duyarsızlaşma alt boyutunda şanssız olduğu tespit edilmiştir.

Bazı araştırmalar ise okul türü değişkeninin mesleki tükenmişliği etkilemediğini Çavuşoğlu (2005) ve Özcan (2008) araştırma sonuçları ile tespit etmişlerdir.

4.12. HİPOTEZ 12: Öğretmenlerin Serbest Zaman Etkinlikleri İle Uğraşı Durumlarına Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri

Öğretmenlerin serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına bağlı olarak mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi uygulanmıştır. Yapılan analizlere göre, serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı değişkenine göre duygusal tükenme alt boyutunda istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur ($p < 0.05$). Ancak duyarsızlaşma ve kişisel başarı alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p < 0.05$). (Tablo 18).

Bu sonuca göre hipotez 12 kabul edilmiştir.

Araştırma sonuçlarının ortalamaları incelendiğinde öğretmenlerin mesleki tükenmişlikleri açısından duygusal tükenme alt boyutunda öğretmenlerin serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına göre en fazla farklılığın serbest zamanı yetersiz düzeyde olduğunu belirten öğretmenlerde olduğu tespit edilmiştir. Duygusal tükenme alt boyutuna

göre serbest zamanının yetersiz düzeyde olduğunu belirten öğretmenler incelendiğinde, kendilerini yorgun ve duygusal yönden aşırı yıpranmış hissetmelerinin yanı sıra çalıştığı eğitim kurumunda hizmet ettiği öğrencilere geçmişte olduğu kadar içten, fedakâr ve sorumlu davranmadığından kaynaklandığı söylenebilir. Dolayısıyla öğretmenlerin eğitim kurumuna gitmeme ya da zamanında gelmeme gibi durumlar sebebiyle mesleğinden soğuması hatta mesleğinden ayrılması yaşanabilir.

Araştırmamız serbest zaman etkinlikleriyle uğraşı durumunun yetersizliğinin sonucunda mesleki tükenmişliğin yaşanabileceği bulgusunu ortaya koyan ilk çalışmadır. Ayrıca araştırma sonuçlarının alt boyutlarının ortalamaları incelendiğinde öğretmenlerin mesleki tükenmişlikleri açısından duyarsızlaşma ve kişisel başarı alt boyutlarının ortalamalarında öğretmenlerin serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumlarına göre en fazla farklılığın anlamlı farklılık olmasa dahi serbest zamanı yetersiz düzeyde olduğunu belirten öğretmenlerde olduğu tespit edilmiştir. Dalğar ve Tekşen (2014) tarafından muhasebecilere yönelik yapmış oldukları çalışma sonucunda muhasebecilerin günlük çalışma sürelerinin artmasının duygusal tükenmeyi arttırdığı bulgusu çalışmamızı desteklemektedir.

4.13. HİPOTEZ 13: Öğretmenlerin Serbest Zaman Katılım Engelleri İle Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri

Yapılan analizler, öğretmenlerin serbest zaman engelleri ile mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. (Tablo 19). Araştırmamız öğretmenlerin serbest zaman engel durumları arttıkça mesleki tükenmişliklerinin de arttığını göstermektedir. Bu durum serbest zaman engellerinin öğretmenler için önemli olmasından ve mesleki tükenmişlikleri üzerinde etkisinin bulunmasından kaynaklanıyor olabilir. Sonuç olarak, öğretmenlerin toplam serbest zaman engellerinin, mesleki tükenmişlikleri üzerinde anlamlı bir yordayıcı oldukları söylenebilir.

Bu sonuca göre hipotez 13 kabul edilmiştir.

Dolayısıyla öğretmenlerin serbest zaman katılım engel düzeylerinin artmasının, mesleki tükenmişlik düzeylerini arttırdığı saptanmıştır. Arabacı ve Akar (2010) yapmış oldukları ilköğretim müfettişlerinin sosyal ve kültürel faaliyetlere katılıp katılmamalarıyla ilgili çalışma bizim çalışmamızı desteklemektedir. Aracı, Apalı ve Bekçi (2016)'nin muhasebe finansman akademisyenleri ile ilgili yapmış oldukları araştırma, günlük çalışma süreleri, ders yüklerinin fazla olması ve ikinci öğretimdeki görevlerden dolayı sosyal hayata zaman ayıramamalarının tükenmişlik seviyelerini etkilediği sonucuyla araştırmamızı desteklemektedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

5. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırmanın bulgularına göre elde edilen sonuçlara yer verilmiştir. Ayrıca ulaşılan sonuçlar doğrultusunda bir takım öneriler geliştirilmiştir.

5.1. Sonuçlar

Bu çalışmada ilkököl, ortaokul ve lisede görev yapmakta olan öğretmenlerin serbest zaman katılım engelleri ile mesleki tükenmişlik düzeyleri tespit edilerek, bu özelliklerin hangi değişkenlere bağlı olarak (cinsiyet, medeni durum, yaş, mesleki kıdem, okul türü, serbest zaman etkinlikleri ile uğraşı durumu vb.) anlamlı farklılık olup olmadığı ve öğretmenlerin serbest zaman katılım engelleri ile mesleki tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişki belirlenmiştir. Araştırmaya 577 ilkököl, ortaokul ve lise öğretmeni katılmıştır. Çalışmada yer alan öğretmenlerin %46'sı (265 kişi) liselerde, %31.5'i (182 kişi) ortaokullarda, % 22,5'i (130 kişi) ilkökullarda çalışmaktadır. Araştırma kapsamında serbest zaman katılım engelleri ve mesleki tükenmişlik ölçeklerine ait sonuçlar aşağıda belirtilmektedir.

5.1.1. Boş Zaman Engel Ölçeğine Ait Sonuçlar

Araştırma kapsamında boş zaman katılım engelleri ölçeğinden elde edilen bulgular doğrultusunda aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır:

- Öğretmenlerin serbest zaman engel durumları alt boyutlar bakımından cinsiyet değişkenine göre karşılaştırıldığında en yüksek engelin tesis yetersizliği alt boyutunda ortaya çıktığı; bunu bilgi eksikliği ve arkadaş eksikliği alt boyutlarının izlediği tespit edilmiştir. Ancak öğretmenlerin serbest zaman engel durumları zaman eksikliği alt boyutu bakımından karşılaştırıldığında önemsiz düzeyde olduğu, engel olmaktan çıktığı saptanmıştır. (Tablo 5 ve 7).
- Araştırmaya katılan öğretmenlerin serbest zaman engel durumları bakımından cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde değişmediği tespit edilmiştir. Öğretmenlerin erkek ya da kadın olmaları serbest zaman engellenmişlik düzeylerini etkilememektedir. Ancak öğretmenlerin serbest zaman engel durumları cinsiyet değişkenine göre alt boyutları ortalamasının karşılaştırılması bakımından önemli düzeydedir. (Tablo 5 ve 7).
- Araştırmaya katılan öğretmenlerin serbest zaman engel durumları bakımından medeni durumları değişkenine göre anlamlı düzeyde değiştiği tespit edilmiştir.

Öğretmenlerin evli ya da bekar olmaları serbest zaman engel engellenmişlik düzeylerini etkilemektedir. Ancak öğretmenlerin serbest zaman engel durumları medeni durumları değişkenine göre alt boyutları ortalamasının karşılaştırılması bakımından önemli düzeydedir. (Tablo 5 ve 8).

- Araştırmaya katılan öğretmenlerin serbest zaman engel durumları bakımından yaş durumları değişkenine göre anlamlı düzeyde değiştiği tespit edilmiştir. Ayrıca öğretmenlerin serbest zaman engellenmişlik düzeyleri yaş durumları değişkenine göre alt boyutları ortalamasının karşılaştırılması bakımından önemli düzeydedir. (Tablo 5 ve 9).
- Araştırmaya katılan öğretmenlerin serbest zaman engel durumları bakımından mesleki kıdem durumları değişkenine göre anlamlı düzeyde değiştiği tespit edilmiştir. Ayrıca öğretmenlerin serbest zaman engellenmişlik düzeyleri mesleki kıdem durumları değişkenine göre alt boyutları ortalamasının karşılaştırılması bakımından önemli düzeydedir. (Tablo 5 ve 10).
- Araştırmaya katılan öğretmenlerin serbest zaman engellenmişlik düzeyleri bakımından çalışılmakta olan okul türü durumları değişkenine göre anlamlı düzeyde değiştiği tespit edilmiştir. Ayrıca öğretmenlerin serbest zaman engellenmişlik düzeyleri çalışılmakta olan okul türü durumları değişkenine göre alt boyutları ortalamasının karşılaştırılması bakımından önemli düzeydedir. (Tablo 5 ve 11).
- Araştırmaya katılan öğretmenlerin serbest zaman engellenmişlik düzeyleri bakımından serbest zaman ile uğraşı durumları değişkenine göre anlamlı düzeyde değiştiği tespit edilmiştir. Ayrıca öğretmenlerin serbest zaman engel durumları öğretmenlerin serbest zaman ile uğraşı durumları değişkenine göre alt boyutları ortalamasının karşılaştırılması bakımından önemli düzeydedir. (Tablo 5 ve 12).

5.1.2. Mesleki Tükenmişlik Ölçeğine Ait Sonuçlar

Araştırma kapsamında mesleki tükenmişlik ölçeğinden elde edilen bulgular doğrultusunda aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır:

- Araştırmaya katılan öğretmenlerin mesleki tükenmişlik durumları bakımından cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde değişmediği tespit edilmiştir. Öğretmenlerin erkek ya da kadın olmaları mesleki tükenmişlik düzeylerini

etkilememektedir. Ancak öğretmenlerin mesleki tükenmişlik durumları cinsiyet değişkenine göre alt boyutları ortalamasının karşılaştırılması bakımından düşük düzeydedir. (Tablo 3 ve Tablo 13).

- Araştırmaya katılan öğretmenlerin mesleki tükenmişlik durumları bakımından medeni durumları değişkenine göre anlamlı düzeyde değişmediği tespit edilmiştir. Öğretmenlerin evli ya da bekar olmaları mesleki tükenmişlik düzeylerini etkilememektedir. Ancak öğretmenlerin mesleki tükenmişlik durumları cinsiyet değişkenine göre alt boyutları ortalamasının karşılaştırılması bakımından düşük düzeydedir. (Tablo 3 ve Tablo 14).
- Araştırmaya katılan öğretmenlerin mesleki tükenmişlik durumları bakımından yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde değiştiği tespit edilmiştir. Öğretmenlerin yaşları arttıkça Duygusal Tükenme alt boyutunun da arttığı, Duyarsızlaşma ve Kişisel Başarı alt boyutları düzeylerinin azaldığı tespit edilmiştir. Öğretmenlerin yaşları mesleki tükenmişliği etkilemektedir. Ancak öğretmenlerin mesleki tükenmişlik durumları yaş değişkenine göre alt boyutları ortalamasının karşılaştırılması bakımından Duyarsızlaşma alt boyutunda düşük düzeyde olduğu, Duygusal Tükenme ve Kişisel Başarı alt boyutlarında ise orta düzeyde olduğu görülmektedir. (Tablo 3 ve Tablo 15).
- Araştırmaya katılan öğretmenlerin mesleki tükenmişlik durumları bakımından mesleki kıdem durumları değişkenine göre anlamlı düzeyde değiştiği tespit edilmiştir. Öğretmenlerin meslekteki görev yapma süreleri mesleki tükenmişlik düzeylerini etkilemektedir. Ancak öğretmenlerin mesleki tükenmişlik durumları mesleki kıdem değişkenine göre alt boyutları ortalamasının karşılaştırılması bakımından düşük düzeydedir. (Tablo 3 ve Tablo 16).
- Araştırmaya katılan öğretmenlerin mesleki tükenmişlik durumları bakımından görev yapmakta oldukları okul türü değişkenine göre anlamlı düzeyde değiştiği tespit edilmiştir. Öğretmenlerin görev yapmakta oldukları okul türü mesleki tükenmişlik düzeylerini etkilemektedir. Ancak öğretmenlerin mesleki tükenmişlik durumları okul türü değişkenine göre alt boyutları ortalamasının karşılaştırılması bakımından düşük düzeydedir. (Tablo 3 ve Tablo 17).
- Araştırmaya katılan öğretmenlerin mesleki tükenmişlik durumları bakımından serbest zaman uğraşı değişkenine göre anlamlı düzeyde değiştiği tespit

edilmiştir. Öğretmenlerin serbest zaman uğraşı durumları mesleki tükenmişlik düzeylerini etkilemektedir. Ancak öğretmenlerin mesleki tükenmişlik durumları serbest zaman uğraşı değişkenine göre alt boyutları ortalamasının karşılaştırılması bakımından düşük düzeydedir. (Tablo 3 ve Tablo 18).

5.1.3. Boş Zaman Engel Düzeyleri ile Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Ait Sonuçlar

Öğretmenleri boş zaman engelleri ile mesleki tükenmişlik alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır:

- “Birey Psikolojisi” ile “Duygusal Tükenme” ve “Duyarsızlaşma” alt boyutları arasında anlamlı pozitif yönde ve düşük düzeyde doğrusal bir ilişki tespit edilmiştir. (Tablo 19).
- “Arkadaş Eksikliği” ile “Duygusal Tükenme” ve “Duyarsızlaşma” alt boyutları arasında anlamlı pozitif yönde ve düşük düzeyde doğrusal bir ilişki tespit edilmiştir. (Tablo 19).
- “Zaman Eksikliği” ile “Duygusal Tükenme” alt boyutuna yönelik anlamlı pozitif yönlü yüksek düzeyde, “Duyarsızlaşma” alt boyutuna yönelik anlamlı pozitif yönlü orta düzeyde, “Kişisel Başarı” alt boyutuna yönelik anlamlı pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir. (Tablo 19).
- “İlgi Eksikliği” ile “Duyarsızlaşma” alt boyutuna yönelik anlamlı pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir. (Tablo 19).
- Korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde, öğretmenlerin serbest zaman engel düzeyleri ile mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki mevcuttur. Dolayısıyla öğretmenlerin serbest zaman katılım engel düzeylerinin artması, mesleki tükenmişlik düzeylerini arttırmaktadır. (Tablo 19).

Sonuç olarak, öğretmenlerin serbest zamanlarını çalıştıkları kurumun yanı sıra çalışma dışı zamanlarda daha aktif, etkin ve çok çeşitli aktivitelerle değerlendirebilmeleri için sunulan olanaklar çeşitlendirilmeli ya da yeniden yapılandırılmalıdır. Özellikle bayan öğretmenlerin hem çalışma hayatında hem de ev işleriyle meşgul olmaları zaman eksikliğinin ne denli bireysel psikolojilerini olumsuz etkileyeceği sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Ayrıca öğretmenlerin gelir düzeylerinin iyileştirilmesi, öğretmenlik meslek kanunun çıkarılması, öğretmenlerin toplum önündeki itibarının artırılması ve özlük haklarında yapılacak

iyileştirmeler serbest zaman katılım engellerini ortadan kaldıracak, öğretmenlerdeki mesleki tükenmişliği, yıpranmayı engelleyecektir. Ayrıca okul bahçelerinde serbest zaman değerlendirme etkinlik istasyonlarının kurulmasıyla hem okulda çalışan öğretmenlerin hem de okulda öğrenim gören öğrencilerin serbest zamanlarını nasıl değerlendireceklerine yönelik bilgilenmeleri sağlanabilir. Bu durum okuldaki öğrencilerin serbest zaman değerlendirme alışkanlığını küçük yaşta kazanmalarına olanak sağlayabilir. Yerel yönetimlerin de rekreasyon alanları, yeşil alanlar, koşu-yürüyüş parkurları, bisiklet yolları, macera parkları, tematik parklar gibi çalışmalarla sürece dahil olması öğretmenlerin ve yetiştirmekte oldukları neslin serbest zamanlarını daha verimli ve hareketli bir şekilde geçirmelerini sağlayacak, bu konudaki bilinci arttıracaktır. Örneklemin Turgutlu ilçesinde görev yapmakta olan öğretmenlerden oluşması araştırmanın sınırlılığı olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu yüzden, ülkemizin farklı bölgelerinde ya da şehirlerinde çok daha geniş örneklem üzerinde yapılacak çalışmalar, literatüre katkı sağlayacaktır.

5.2. Öneriler

Bu bölümde alana ve araştırmacılara ilişkin öneriler sunulmuştur.

5.2.1. Alana Yönelik Öneriler

1. Araştırma sonucunda Turgutlu ilçesinde görev yapmakta olan öğretmenlerin serbest zaman katılım engelleriyle karşılaştığı ve mesleki tükenmişlik yaşadığı ortaya çıkmıştır. Öğretmenlerin mesleki tükenmişliklerini azaltmak ya da ortadan kaldırmak için ilk olarak politika belirleyicilere, mesleki tükenmişliği engelleyici politika ve stratejiler geliştirmeleri önerilebilir.

2. Araştırma sonuçlarına göre mesleki tükenmişlik daha çok duygusal tükenme boyutunda yaşanmaktadır. Bu sebeple yoğun bir şekilde yöneticilerinden, meslektaşlarından, velilerinden ya da hizmet etmeye çalıştığı öğrencilerinden kaynaklı yıpranan öğretmenlere psikolojik destek verilebilir, öğretmenlerin iş yükü azaltılabilir ve stresle başa çıkma yöntemleri hakkında bilgilendirilmeleri sağlanabilir.

3. Araştırma sonucunda serbest zaman katılım engelinin ve mesleki tükenmişliğin yaşı ilerlemiş, mesleki kıdemi fazla olan öğretmenlerde daha fazla görüldüğü saptanmıştır. Bu yüzden mesleki kıdemi fazla olan öğretmenlerin haftalık derse girme yükümlülüğünün yeniden düzenlenmesi, olumsuz öğrenci davranışlarının çözümünde caydırıcı mahiyette ceza uygulamalarının belirlenmesi, mesleki heyecanlarını korumaları ve deneyimlerini genç meslektaşlarıyla paylaşabilmeleri amacıyla samimi ortamlar oluşturulabilir.

4. Mesleki tükenmişlikle mücadelede etmenin yanı sıra yüksek lisans ve doktora öğrenimi gören öğretmenler hem maddi hem de manevi yönden desteklenebilir, ödüllendirilebilir ve yapılan bu çalışmalardan MEB'in yararlanması sağlanabilir.

5.2.2. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

1. Boş zaman engeli ve mesleki tükenmişlik ile ilgili araştırmaların ülke genelinde yapılması, nicel yöntemlerle birlikte nitel yöntemleri de kullanması eğitimin kalitesinin ve verimliliğinin artması açısından tavsiye edilebilir.

2. Araştırmacılar serbest zaman engeli ve mesleki tükenmişlik üzerinde etkili olabilecek başka demografik değişkenlerin (aylık gelir, sahip olunan çocuk sayısı, yaşanılan bölge veya şehir, çalışılan il, ilçe, köy okulu ve okuldaki ortalama sınıf mevcudu ya da sahip olunan serbest zaman değerlendirme olanakları vb.) üzerinde yeni araştırmalar yapabilir.

ALTINCI BÖLÜM

6. KAYNAKÇA VE EKLER

6.1. Kaynakça

Abay, M. (2000). Zamanı Değerlendirmek. İstanbul: Babiali Kültür.

Adiloğulları, G. ve Gencay, S. (2016). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Duygusal Zekâ ile Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *International Journal of Sport, Exercise & Training Sciences*. 2(1): 7-21.

Akatay, A. (2003). Örgütlerde Zaman Yönetimi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (10): 281-300.

Akçamete, G., Kaner, S. ve Sucuoğlu B. (2001). Öğretmenlerde Tükenmişlik, İş Doyumu ve Kişilik, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Albayrak, A. (2012). İstanbul'daki Konaklama İşletmelerinin Rekreasyon Faaliyetlerinin Değerlendirilmesi. *Online Academic Journal of Information Technology*, 3(8): 43-58.

Altın, M. ve Barsbuğa, Y. (2014). Serbest Zaman Faaliyetlerine Üniversite Öğrencilerinin Katılımı İle İlgili Kısıtlamaların Belirlenmesi (Selçuk Üniversitesi Örneği). 13. *International Sport Sciences Congress (ss. 193-194)*. Selçuk Üniversitesi. Konya. 7-9 Kasım 2014.

Angerer, J. M. (2003). Job Burnout. *Journal of Employment Counseling*, 40(3): 98-107.

Arabacı, İ. B. ve Akar, H. (2010). Eğitim Müfettişlerinin Bazı Sosyal Demografik ve Mesleki Özelliklerine Göre Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Belirlenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15: 78-91.

Ardahan, F. Turgut, T. ve Kaplan Kalkan, A. (2016). Her Yönüyle Rekreasyon, Ankara: Detay Yayıncılık.

Ardahan, F. (2003). Küçük ve Orta Boy İşletmeler İçin Zaman Yönetimi, Antalya: Akdeniz Üniversitesi Yayınları.

Ardıç, K. ve Polatci, S. (2008). Tükenmişlik Sendromu Akademisyenler Üzerinde Bir Uygulama (GOÜ Örneği). *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 10(2): 69-96.

- Arı, G. S. ve Bal, E. Ç. (2008). Tükenmişlik Kavramı: Birey ve Örgütler Açısından Önemi. *Yönetim ve Ekonomi: Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 15(1): 131-148.
- Aslan, H. ve Yılmaz, E. (2013). The Study Of Teachers' General Cynicism Inclinations İn Term Of Life Satisfaction And Other Variables. *Creative Education*, 4(9): 588-591.
- Aslan, H. Ünal, M. Aslan, O. Gürkan, S. B ve Alparslan, N. (1996). Pratisyen Hekimlerde Tükenme Düzeyleri. *Düşünen Adam*, 9(3): 48-52.
- Aşık, N. A. (2010). Çalışanların İş Doyumunu Etkileyen Bireysel ve Örgütsel Faktörler İle Sonuçlarına İlişkin Kavramsal Bir Değerlendirme. *Türk İdare Dergisi*, 467(6): 31-51.
- Atasoy, L. K. Öncü, E. ve Kılıç, K. S. (2015). Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarında Serbest Zaman Algısı ve Engelleri. *3. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi (ss. 18-23)*. Anadolu Üniversitesi. Eskişehir. 5-7 Kasım 2015.
- Avşaroğlu, S. Deniz, M. E. ve Kahraman A. (2005). Teknik Öğretmenlerde Yaşam Doyumu, İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (14): 115-129.
- Aydemir, H. (2013). *Özel Eğitim Alanında Çalışan Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeyleri ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Babaoğlu, E. (2006). *İlköğretim Okulu Yöneticilerinde Tükenmişlik (Düzce İli Örneği)* Enstitüsü. (Yayınlanmış Doktora Tezi). Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler
- Basim, H. N. ve Şeşen, H. (2006). Mesleki Tükenmişlikte Bazı Demografik Değişkenlerin Etkisi: Kamu'da Bir Araştırma. *Ege Akademik Bakış Dergisi*, 6(2): 15-23.
- Bayrakdar, N. (2014). Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretmenlerinin Mesleklerinden Beklentileri ve Mesleki Tükenmişlik Algıları. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(37): 40-60.
- Bosna, O. Bayazıt, B. ve Yılmaz, O. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Eğilimleri ve Rekreasyonel Etkinliklere Katılımlarına Engel Olan Faktörlerin İncelenmesi (Üsküdar Üniversitesi Örneği). *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2): 200-211.

- Budak, G. ve Sürgevil, O. (2005). Tükenmişlik ve Tükenmişliği Etkileyen Örgütsel Faktörlerin Analizine İlişkin Akademik Personel Üzerinde Bir Uygulama. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 20(2): 95-108.
- Büyüköztürk, Ş. (2016). Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Cemaloğlu, N. ve Şahin, D. E. (2007). Öğretmenlerin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(2): 465-484.
- Çağlayan, A. (2012). *Birleştirilmiş Sınıf Öğretmenlerinin Tükenmişlik Düzeyleri*. (Yayılanmış Yüksek Lisans Tezi). Erzurum: Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Çakır, V. O. Şahin, S. Serdar, E. ve Parlaklıç, Ş. (2016). Kamu Çalışanlarının Serbest Zaman Engelleri İle Yaşam Tatmini Düzeylerinin İncelenmesi. *Journal of Tourism Theory and Research*, 2(2): 135-141.
- Çam Kırancı, O. M. (1995). Tükenmişlik, İzmir: Saray Medikal Yayıncılık San. Ve Tic. Ltd. Şti.
- Çatır, V. (2014). *İkili Öğretim Yapan İlköğretim Kurumlarında (İlkokul-Ortaokul) Görevli Yöneticilerin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri İle Örgütsel Bağlılıkları Arasındaki İlişki*. (Yayılanmış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çavuşoğlu, İ. (2005). *Endüstri Meslek Liselerinde Çalışan Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeyleri İle Bazı Kişisel Değişkenler Arasındaki İlişki (Bolu İli Örneği)*. (Yayılanmış Yüksek Lisans Tezi). Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çebi, M. Eliöz, M. Yamak, B. ve Satıcı, A. (2018). Spor Bilimleri ve Diğer Fakülte Öğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerine Katılım Engellerinin İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1): 23-30.
- Çelebi, E. (2016). *Yaşlı ve Çocuk Grupları İle Çalışan Psikologlarda Mesleki Tükenmişlik, Psikolojik İyi Oluş ve Yaşam Kalitesi Düzeylerinin İncelenmesi*. (Yayılanmış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çelik, G. (2011). *Kamu Kuruluşlarında Çalışan Engelli Bireylerin Serbest Zaman Engellerinin ve Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi (Antalya Merkez Örneği)*. (Yayılanmış Yüksek Lisans Tezi). Antalya: Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Çınar, F. (2015). Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi ve İmam Hatip Lisesi Meslek Dersleri Öğretmenlerinin Tükenmişlik ve İş Doyumu Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (22): 235-282.
- Çimen, S. (2007). *İlköğretim Öğretmenlerinin Tükenmişlik Yaşantıları ve Yeterlik Algıları*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çokluk, Ö. (1999). *Zihinsel ve İşitme Engelliler Okulunda Görev Yapan Yönetici ve Öğretmenlerde Tükenmişliğin Kestirilmesi*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çokluk, Ö. (2003). Örgütlerde Tükenmişlik. *Yönetimde Çağdaş Yaklaşımlar Uygulamalar ve Sorunlar (ss.109-111)*. Editörler Cevat Elma, ve Kamile Demir. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Çolakoğlu, İ. (2014). *Ortaokullarda Görev Yapan Müzik Öğretmenlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: İstanbul Aydın ve Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çoruh, Y. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinlikleri Ve Rekreatif Etkinliklere Katılımına Engel Olan Faktörler Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Örneği*. (Yayınlanmış Doktora Tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Dalay, Y. (2018). *Akademik Personelin Rekreatif Faaliyetlere Katılımlarını Engelleyen Faktörlerin Belirlenmesi. (Batman Üniversitesi Örneği)*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Batman: Batman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dalğar, H. ve Tekşen, Ö. (2014). Muhasebecilerin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri ile Rol Çelişkisi Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Bir Araştırma. *Muhasebe ve Finansman Dergisi*, 62: 37-54.
- Dalkılıç, O. (2014). Çalışma Hayatında Tükenmişlik Sendromu Tükenmişlikle Mücadele Teknikleri, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık Tic. Ltd. Şti.
- Darendelioğlu, R. (2008). *Bir Rekreatif Faaliyeti Olarak Basketbol Maçlarına Katılımı Etkileyen Faktörler (Beko Basketbol Ligi Antalya Örneği)*. Antalya: (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Demir, C. ve Demir, N. (2007). Bireylerin Boş Zaman Faaliyetlerine Katılmalarını Etkileyen Faktörler İle Cinsiyet Arasındaki İlişki: Lisans Öğrencilerine Yönelik Bir Uygulama. *Ege Akademik Bakış Dergisi*, 6(1): 36-48.
- Demirel, M. ve Harmandar, D. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Etkinliklere Katılımlarında Engel Oluşturabilecek Faktörlerin Belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1): 838-846.
- Demirkol, İ. (2006). *Avukatlarda İş Doyumu, Tükenmişlik ve Denetim Odağının Bazı Demografik Değişkenler Bağlamında İncelenmesi*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Mersin: Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dericioğulları, A. Konak, Ş. Arslan, E. ve Öztürk, B. (2007). Öğretim Elemanlarının Tükenmişlik Düzeyleri. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 2(5): 13-23.
- Dilsiz, B. (2006). *Konya İlindeki Ortaöğretim Okullarında Çalışan Öğretmenlerin Tükenmişlik ve İş Doyumu Düzeylerinin Bölgelere Göre Değerlendirilmesinin Çok Değişkenli İstatistiksel Analizi*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Konya: Selçuk Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Dinç, N. Güzel, P. ve Özbey, S. (2018). Rekreasyonel Fiziksel Aktiviteler ile Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişki. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5(4): 181-186.
- Dinler, A. (2010). *Isparta İli Otel İşletmelerinde Çalışanların İş Doyumu ve Tükenmişlik Düzeyleri İle Etkileyen Etmenler*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Diri, M. S. ve Kırıl, E. (2016). Ortaokul Öğretmenlerinin İş Doyumlarının Mesleki Tükenmişlik Düzeylerine Etkisi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(39): 125-149.
- Dolunay, A. B. ve Piyal, B. (2001). Öğretmenlerde Bazı Mesleki Özellikler ve Tükenmişlik. *Kriz Dergisi*, 11(1): 35-48.
- Dolunay, A. B. (2002). Keçiören İlçesi Genel Liseler ve Teknik-Ticaret – Meslek Liselerinde Görevli Öğretmenlerde Tükenmişlik Durumu Araştırması. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası*, 55(1): 56.

- Durmuş, M. Gerçek, A. ve Çiftci, N. (2018). Hemşirelerin Yaşam Kaliteleri İle Tükenmişlik Düzeylerinin Değerlendirilmesine Yönelik Bir Araştırma. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(2): 279-286.
- Ekinci, N. E. Kalkavan, A. Üstün, Ü. D. ve Gündüz, B. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Sportif Ve Sportif Olmayan Rekreatif Etkinliklere Katılmalarına Engel Olabilecek Unsurların İncelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1(1): 1-13.
- Emlek, S. (2005). *İlköğretim Okullarında Görev Yapan Yönetici ve Öğretmenlerin İş Doyum ve Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişki*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Emir, E. Öncü, E. ve Gürbüz, B. (2012). Rekreatif Etkinliklere Katılımın Önündeki Engellerin Belirlenmesi: Üniversite Öğrencileri Örneği Examination of Constraints to Leisure Activities in Turkish University Students. *Journal of Human Sciences*, 14(4): 3895-3904.
- Engin, A. (2006). *Milli Eğitim Bakanlığı İlköğretim Müfettişlerinin Tükenmişlik Duygusu Üzerine Bir Araştırma*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Şanlıurfa: Harran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eren, E. (1991). Yönetim Organizasyonu, İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Yayınları, No.286
- Ergin, C. (1993). Doktor Ve Hemşirelerde Tükenmişlik Ve Maslach Tükenmişlik Ölçeğinin Uyarlanması. R. Bayraktar ve İ. Dağ (Ed.), VII. Ulusal Psikoloji Kongresi içinde (s. 143- 154). Ankara: VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Düzenleme Kurulu ve Türk Psikologlar Derneği Yayını.
- Ertürk, E. ve Keçecioğlu, T. (2012). Çalışanların İş Doyumları İle Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkiler: Öğretmenler Üzerine Örnek Bir Uygulama. *Ege Akademik Bakış*, 12(1): 39-52.
- Farber, B. A. (1984). Stress And Burnout In Suburban Teachers. *Journal Of Educational Research*, 77(6): 325-332.
- Friedman, I. A. (2000). Burnout In Teachers: Shattered Dreams Of Impeccable Professional Performance. *Journal Of Clinical Psychology*, 56(5): 595-606.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff Burn-Out. *Journal of Social Issues*, 30: 159-165.

- Gençay, A. Ö. (2007). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişliklerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(2): 765–780.
- Gencay, S. ve Gencay, O. A. 2011. Burnout Among Judo Coaches İn Turkey, *J Occup Health*, 53: 365-370.
- Girgin, G. (1995). *İlkokul Öğretmenlerinde Meslekten Tükenmişliğin Gelişimini Etkileyen Değişkenlerin Analizi ve Bir Model Önerisi*. (Yayınlanmış Doktora Tezi). İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Gül T, Karaçar E, Kement Ü, Paslı M. M, Yayla Ö, Erol E, Göker G (2014). Rekreasyona Giriş. *Rekreasyon Olgusuna Makro Çevre Yaklaşımı* (ss. 137-154). Editör Ali Yaylı Ankara: Detay Yayıncılık.
- Güllüce, A.Ç. (2006). *Mesleki Tükenmişlik ve Duygusal Zekâ Arasındaki İlişki*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Erzurum: Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gümüş, H. (2006). *Farklı Mesleklerde Çalışanların İş ve Yaşam Doyumlarının Tükenmişlik Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması*. (Yayınlanmış Doktora Tezi). Erzurum: Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gündüz, B. (2004). *Öğretmenlerde Tükenmişliğin Akılcı Olmayan İnançlar ve Mesleki Bazı Değişkenlere Göre Yordanması*. (Yayınlanmış Doktora Tezi). Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gündüz, B. (2005). İlköğretim Öğretmenlerinde Tükenmişlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1): 152-166.
- Güner, B. (2015). Kadınların Spor ve Serbest Zaman Etkinliklerine Katılım Sorunlarının Değerlendirilmesi. *Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1): 22-29.
- Güngörmüş, H. A. (2007). *Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreasyonel Egzersize Güdüleyen Faktörler*. (Yayınlanmış Doktora Tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Güzel, P. (2016). Rekreasyonel Spor. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 3(2): 251-252.
- Izgar, H. (2003). Okul Yöneticilerinde Tükenmişlik, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Jensen, C. R. ve Guthrie, S. (2006). Outdoor Recreation İn America, Human Kinetics.

- Jensen C, Naylor J. (1999). Opportunities in Recreation and Leisure Careers, USA: Contemporary Publishing Company.
- Jensen C, ve Naylor J. (2000). Opportunities in Recreation and Leisure Careers, VGM Career Horizons, Lincolnwood, IL, UK.
- Kaçmaz, N. (2005). Tükenmişlik (Burnout) Sendromu. *İstanbul Tıp Fakültesi Dergisi*, 68(1): 29-32.
- Kapar, G. (2016). *Lise Öğretmenlerinin Mesleki Tükenmişlik Ve İş Doyumu Düzeyleri Üzerine Bir Çözümleme Van Örneği*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Van: Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kale, F. (2007). *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İş Doyumu ve Tükenmişlik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Niğde: Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kara, F. M. ve Özdeoğlu, B. (2017). Examination of Relationship Between Leisure Boredom and Leisure Constraints. *Sport Sciences*, 12(3): 24-36.
- Karaca, A. A. (2015). *Serbest Zaman Katılımı, Psikolojik İyi Olma ve Serbest Zaman Engelleri İle Baş Etme Stratejilerinin Üniversite Öğrencileri Üzerinde İncelenmesi*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Antalya: Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Karahan, Ş. ve Balat, G. U. (2011). Özel Eğitim Okullarında Çalışan Eğitimcilerin Öz-Yeterlik Algılarının ve Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(29): 1-14.
- Karaküçük, S. ve Gürbüz, B. (2007). *Rekreasyon ve Kentlileşme*, Ankara: Gazi Kitabevi.
- Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon, Boş Zamanları Değerlendirme*, Ankara: Gazi Kitabevi.
- Karaoğlan, A.D. (2006). *Üst Düzey Yöneticilerin Zaman Yönetimi*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir: Balıkesir Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Karataş Aracı, Ö. Apalı, A. Bekçi, İ. (2016). Muhasebe ve Finansman Öğretim Üyelerinin Tükenmişlik Seviyelerinin Kopenhag Tükenmişlik Envanteri ile Belirlenmesine Yönelik Bir Alan Araştırması. *Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 9(4): 229-250.

- Kelgökmen, A. H. Uzunöz, F. S.ve Demirhan, G. (2016). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Tükenmişlik Düzeylerinin Saptanması ve Karşılaştırılması. *Kastamonu Education Journal*, 24(3): 1503-1516.
- Kesim, Ü. (2003). *Türkiye’de İş yerlerinde Rekreasyon Uygulamaları*, (Yayınlanmamış Doktora Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kılbaş, Ş. (2010). Rekreasyon, Boş Zamanı Değerlendirme, Ankara: Gazi Kitabevi.
- Kırılmaz, A.Y. Çelen, Ü. ve Sarp, N. (2003). İlköğretim’de Çalışan Bir Öğretmen Grubunda “Tükenmişlik Durumu” Araştırması. *İlköğretim-Online*, 2(1): 2-9.
- Kulaksızoğlu, A. Dilmaç, B. ve Aydın, A. (2003). Özel Eğitim Alanında Çalışan Öğretmenlerin Tükenmişlik Duygusu Üzerine Karşılaştırmalı Bir İnceleme. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(1): 15-27.
- Lakot, K. Korur, E. N. Öncü, E. ve Gürbüz, B. (2013). Bireyler Rekreatif Etkinliklere Neden Katılmazlar? Akademisyenler Örneği. *II. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi*, (ss. 351-358). Dokuz Eylül Üniversitesi. Kuşadası. 31 Ekim - 03 Kasım 2013.
- Lakot, K. (2015). *Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarında Serbest Zaman Algısı ve Engelleri*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Leiter, M. P. Maslach, C. (2005). *Banishing Burnout Six Strategies for Improving Your Relationship with Work*, San Francisco: Jossey-Bass.
- Maslach, C. (1982). *Burnout The Cost Of Caring*, New Jersey: Prentice-Hall, Inc. Englewood Cliffs.
- Metin, B. Akın, A. ve Güngör, G. (1998), Sağlık Bakanlığı Sağlık Projesi Genel Koordinatörlüğü Dünya Sağlık Örgütü. Dünya Sağlık Raporu. Ankara: ss.45-57.
- Mirzeoğlu N, Doğu Y, Aşçı H, Yaman H, Kirazcı S, Özbey S, Mirzeoğlu D (2006).Spor Bilimine Giriş, Ankara: Bağırğan Yayınevi.
- Naktiyok, A. ve Karabey, C. N. (2005). İşkoliklik ve Tükenmişlik Sendromu, *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 19(2): 179-198.
- Oğuz, A. ve Karakuş, G. (2017). Öğretmen Adaylarının Öğrenme Yaklaşımları ile Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(2): 1831-1847.

- Oruç, S. (2007). *Özel Eğitim Alanında Çalışan Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Adana İli Örneği)*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Otacıoğlu, S. G. (2008). Müzik Öğretmenlerinde Tükenmişlik Sendromu ve Etkileyen Faktörler. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(15): 103 –116.
- Öktem, E. (2009). *İlköğretimde Görev Yapan Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi (Afyonkarahisar- Sandıklı Örneği)*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özcan, T. (2008). *Pendik Bölgesinde Görev Yapan Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeylerinin Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi*, (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özdemir, A. K. Kılıç, E. Özdemir, D. Öztürk, M. ve Sümer, H. (2003). Cumhuriyet Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Akademik Personelinde Tükenmişlik Ölçeğinin Üç Yıllık Arayla Değerlendirilmesi. *Cumhuriyet Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Dergisi*, 6(1): 14-18.
- Özdoğan, H. (2008). *Beden Eğitimi Öğretmenlerinde Mesleki Tükenmişlik*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Özdoğru, M. ve Aydın, B. (2012). İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Karara Katılma Durumları ve İstekleri ile Motivasyon Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2): 357-367.
- Özkaya, H. (2006). *Yatılı İlköğretim Bölge Okulu Ve İlköğretim Okullarında Görev Yapan Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeylerinin Öğretmen Görüşleri Açısından Karşılaştırılması*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Çanakkale: Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Pala, F. ve Dinç S. C. (2013). Kamu Kurumlarında Görev Yapan Personelin Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımını Engelleyen Faktörlerin Belirlenmesi. *II. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi*, (ss. 632-637). *Dokuz Eylül Üniversitesi. Kuşadası. 31 Ekim - 03 Kasım 2013*.
- Polat, S. Ercengiz, M. ve Tetik, H. (2012). Öğretmenlerin Mesleki Tükenmişliklerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1): 152-173.

- Robertson, T. ve Long, T. (2008). Foundations Of Therapeutic Recreation, Human Kinetics.
- Sezgin, F. ve Kılınç, A. Ç. (2012). İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri İle Örgütsel Vatandaşlık Davranışları Arasındaki İlişki. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(3): 103-127.
- Solmuş, T. (2010). İşyeri Terapisi, İstanbul: Papatya Yayıncılık.
- Soyer, F. ve Can, Y. (2003). Üniversite Öğrencilerinin Boş zaman Alışkanlıkları ve Sportif Eğilimlerinin Mesleki Yönelişlerine Göre Karşılaştırılması. *I. Gençlik, Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu (ss. 102-120)*. Türk Hava Kurumu Basımevi. Ankara: 21-22 Mayıs 2003.
- Sönmez, D. Z. (2006). *Acil Servislerde Çalışan Hemşirelerin Tükenmişlik Düzeylerinin Belirlenmesi*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Sucuoğlu, B. ve Kuloğlu, N. (1996). Özürlü Çocuklarla Çalışan Öğretmenlerde Tükenmişliğin Değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(36): 44-60.
- Stebbins R. A. (2005). Choice and Experiential Definitions of Leisure. *Leisure Sciences*, 27(4): 349-352.
- Şahin, İ.ve Kocabulut, Ö. (2014). Sportif Rekreasyon Aktivitelerine Düzenli Katılımı Engelleyen Faktörlerin İncelenmesi: Akdeniz Üniversitesi Turizm Fakültesi Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Journal of Recreation and Tourism Research*, 1(2): 46-67.
- Şanlı, S. (2006). *Adana İlinde Çalışan Polislerin İş Doyumu ve Tükenmişlik Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tavazar, H. Güzel, P. ve Esentaş, M. (2018). Özel Sektörde Çalışan Yönetici ve Müdürlerin “Sürdürülebilirlik” Kavramına İlişkin Metaforik Algıları. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 8(1/1): 58-68.
- Tekin, A. (2016). Rekreasyon Bilimi. *Serbest Zaman Bağlamında Oyun Teorileri (ss. 43-66)*. Editör Suat Karaküçük. Ankara: Gazi Kitabevi Tic. Ltd. Şti.

- Tezcan, N. (2007). *Rekreasyon Etkinliklerinin Çalışanların Performansları Üzerine Etkilerinin İncelenmesi*, (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Topaloğlu, M. Koç, H. Ve Yavuz, E. (2007). Öğretmenlerin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma. *Kamu-İş Dergisi*, 9(3): 31-52.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and Recreation Management*. Routledge.
- Torun, A. (1995). *Tükenmişlik, Aile Yapısı ve Sosyal Destek İlişkileri Üzerine Bir İnceleme*. (Yayınlanmış Doktora Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tribe, J. (1995). *The Economics of Leisure and Tourism: Environments, Markets and Impacts*. Oxford: Butterwood-Heinemann Ltd.
- Turnipseed, D. L. ve Turnipseed, P. H. (1991). Personal Coping Resources And The Burnout Syndrome. *Journal of Social Behavior and Personality*, 6(3): 473-488.
- Tümkiye, S. (1996). *Öğretmenlerdeki Tükenmişlik Görülen Psikolojik Belirtiler ve Başa Çıkma Davranışları*. (Yayınlanmış Doktora Tezi). Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Türk Dil Kurumu (2019). 20.04.2019 tarihinde <http://sozluk.gov.tr/> adresinden erişilmiştir.
- Türkçapar, Ü. (2011). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Farklı Değişkenlere Göre Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 15(3): 135-146.
- Türker, P. (2007). *İlköğretim 1.Kademe Öğretmenlerinin Algıladıkları Problem Davranış Düzeylerinin Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler ve Tükenmişliğe Göre İncelenmesi*. (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ülgen, G. (1995). *Eğitim Psikolojisi Birey ve Öğrenme*. Ankara: Bilim Yayınları.
- Yaşartürk, F. Uzun, M. İmamoğlu, O. ve Yamaner, F. (2016). Sedarer Kadınların Rekreatif Etkinliklere Katılımlarının Önündeki Engellerin İncelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4(3): 789-803.
- Yazıcı, K. ve Avcı, E. (2011). Sosyal Bilgiler Öğretmenlerinin Mesleki Tükenmişlik Durumlarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 1(4): 29-37.

6.2. Ekler

EK 1: Araştırma İzni

EK 2: Etik Kurul Onay Formu

EK 3: Kişisel Bilgi Formu

EK 4: Boş Zaman Engeli Ölçeği

EK 5: Maslach Tükenmişlik Ölçeği

EK 6: Özgeçmiş



EK-1



T.C.
MANİSA VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 46949512-605.01-E.7595015
Konu : Araştırma İzni

13.04.2018

TURGUTLU KAYMAKAMLIĞINA
(İlçe Millî Eğitim Müdürlüğü)

İlgi: Millî Eğitim Bakanlığı Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 22.08.2017 tarih ve 12607291 sayılı 2017 / 25 No'lu genelgesi.

Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon Anabilim Dalı Rekreasyon tezli yüksek lisans programı öğrencisi Abdurrahman DÜZDEMİR'e ait "Öğretmenlerin Rekreatif Etkinliklere Katılmalarında Serbest Zaman Katılım Engelleri ve Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu tez çalışması için Müdürlüğünüze bağlı ilkokul, ortaokul ve lise öğretmenlerine yönelik bir araştırma yapmak istediği Müdürlüğümüze bildirilmiştir.

Söz konusu çalışmanın 2017 - 2018 eğitim öğretim yılında, eğitim öğretimi aksatmadan, yazımız ekinde bulunan onaylı formların kullanılması koşuluyla, gönüllülük esasına dayalı olarak uygulanması ilgi genelge doğrultusunda, Müdürlük Makamından alınan 11.04.2018 ve 7391543 sayılı Olur ile uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

İsmail ÇETİN
Vali a.
İl Millî Eğitim Müdürü

EKLER:

Onay (1 sayfa)
Ölçekler (3 sayfa)

Nişancıpaşa Mh. Atatürk Blv. No:36/A Şehzadeler/MANİSA
Elektronik Ağ: www.meb.gov.tr
e-posta: strateji45@meb.gov.tr

Ayrıntılı Bilgi: Ar-Ge Birimi
Tel: (0 236) 231 46 08 (105)
Faks: (0 236) 231 12 51

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 58ac-7e84-38f6-be63-6de8 kodu ile teyit edilebilir.

T.C.
MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK
KURULU KARARLARI

Toplantı Tarihi	: 28.12.2017
Toplantı Sayısı	: 2017/ 06
Toplantıda Alınan Karar Sayısı	: 12

Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu 28.12.2017 tarih ve saat 10:30'da Rektörlük Yönetim Kurulu Toplantı odasında toplanmış, aşağıdaki kararlar alınmıştır.

KARAR:

11- Üniversitemiz Spor Bilimleri Fakültesi Öğretim Üyesi Doç.Dr.Pınar GÜZEL'in 25.12.2017 tarih ve E.61496 numarasıyla evrak kayda giren başvurusu, (Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon Anabilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Abdurrahman DÜZDEMİR'in "Öğretmenlerin rekreatif etkinliklere katılımlarında serbest zaman katılım engelleri ve mesleki tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi adlı tez çalışmasının") araştırma dosyasının Etik yönden uygunluğuna,

Toplantıya katılan üyelerin oy birliği ile karar verildi.

(e-İmzalıdır)
 Prof.Dr.Muzaffer TEPEKAYA
 Başkan
 (Katılmadı)

(e-İmzalıdır)
 Prof.Dr.Tuncer TAŞKIN
 Üye

(e-İmzalıdır)
 Prof.Dr.Halit EV
 Üye

(e-İmzalıdır)
 Prof.Dr.Tulin CANBAY
 Üye
 (Başkan Yardımcısı)

(e-İmzalıdır)
 Prof.Dr.Kenan ERDOĞAN
 Üye

(e-İmzalıdır)
 Prof.Dr.Ali Rıza GÖKBUNAR
 Üye

(e-İmzalıdır)
 Prof.Dr.Doğan UYSAL
 Üye

EK-3

Değerli Meslektaşımız,

Bu çalışma **“Öğretmenlerin rekreatif etkinliklere katılımlarında serbest zaman katılım engelleri ve mesleki tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi”** amacıyla hazırlanmakta olan bir Yüksek lisans tez çalışmasıdır. Elde edilen veriler sadece bu amaçla kullanılacaktır. Sorulara cevap verirken **olması gereken durumu değil, var olan durumu** size en uygun şıkı işaretleyerek cevaplayınız. Vereceğiniz samimi ve içten cevaplar için şimdiden teşekkür ederiz.

Abdurrahman DÜZDEMİR

Doç. Dr. Pınar GÜZEL

Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon ABD

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Yaşınız:

Cinsiyet: () Kadın () Erkek

Medeni Durum: () Evli () Bekâr

Mesleğinizi kendi isteğinizle mi seçtiniz? () Evet () Hayır

Kaç yıldır öğretmenlik yapmaktasınız? İşaretleyiniz.

() 0-9 ay () 1-5 yıl () 6-10 yıl () 11-15 yıl () 16 yıl ve üzeri

Aylık ortalama geliriniz, işaretleyiniz.

() 2500 ve altı () 2500-3000 () 3000-3500 () 3500-4000 () 4000 ve üzeri

Görevli olduğunuz okulun yeri ve türünü işaretleyiniz.

İlçe merkezinde : () İlkokul () Ortaokul () Lise

İlçe merkezinden uzakta : () İlkokul () Ortaokul () Lise

Haftalık ortalama ders saatinizi işaretleyiniz.

() 15-20 () 20-25 () 25-30 () 30-35 () 35 ve üzeri

Görevli olduğunuz okuldaki velilerinizin sosyo-ekonomik durumunu işaretleyiniz.

() Çok Kötü () Kötü () Normal () İyi () Çok İyi

Serbest zaman etkinlikleri ile uğraş durumunuz: () Evet, yeterli () Kısmen yeterli () Hayır, yetersiz

BU ARAŞTIRMAYA GÖNÜLLÜ OLARAK KATILYORUM:

BOŞ ZAMAN ENGELLERİ ÖLÇEĞİ

Her bir ifadeyi dikkatli bir şekilde okuduktan sonra, bu ifadelerin sizin rekreasyonel etkinliklere katılımınızı engellemedeki önem derecesini liste üzerinde ayrılan alana işaretleyiniz. Aşağıdaki ölçekte öğretmenlik mesleğinizle ilgili tutumlarınızı yansıtan ifadeler yer almaktadır. Lütfen her ifadeyi bir kez işaretleyiniz ve cevaplanmamış hiçbir ifade bırakmayınız.	Kesinlikle Önemli	Önemli	Orta	Az Önemli
1. Aktivitelerin yorgunluk hissi vermesi				
2. Kendini yorgun hissetmek				
3. Sakatlanmaktan korkmak				
4. Nerden öğreneceğini bilmemek				
5. Nerde katılacağını bilmemek				
6. Öğretecek kimsenin olmaması				
7. Tesis donanımının yetersiz olması				
8. Tesislerin yetersiz olması				
9. Tesislerin kalabalık olması				
10. Arkadaşlarının zamanının olmaması				
11. Beraber kimsenin katılacak kimsenin olmaması				
12. Arkadaşlarının bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanmaması				
13. Aile için zaman ayırmak zorunda olmak				
14. Sosyal etkinlikler için zaman ayırmak zorunda olmak				
15. Program zamanlarının uygun olmaması				
16. Geçmişte bu tür Etkinlikleri sevmemek				
17. İlgili olmamak				
18. Rutin programı bozmak istememek				

EK-5

MASLACH MESLEKİ TÜKENMİŞLİK ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki ölçekte öğretmenlik mesleğinizle ilgili tutumlarınızı yansıtan ifadeler yer almaktadır. Bunun için ifadelerin yanında "hiçbir zaman" dan, "her zaman" a kadar uzanan 5 basamaklı bir ölçek verilmiştir. Sizden istenen, her bir ifadeye ilişkin yaşadığınız sıklık düzeyini ilgili cevap basamağının altındaki kutuya (X) işaretlemenizdir.	Hiçbir Zaman	Çok Nadir	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
1. İşimden soğuduğumu hissediyorum.					
2. İş dönüşü kendimi ruhen tükenmiş hissediyorum.					
3. Sabah kalkıp, yeni bir iş günü ile karşılaşmak zorunda kaldığımda bir gün daha bu işi kaldıramayacağımı düşünüyorum.					
4. İşim gereği karşılaştığım insanların ne hissettiğini kolayca anlarım.					
5. İşim gereği karşılaştığım bazı kimselere sanki insan değilmiş gibi davrandığımı fark ediyorum.					
6. Bütün gün insanlarla uğraşmak benim için çok yıpratıcı oluyor.					
7. İşim gereği karşılaştığım insanların sorunlarına en uygun çözüm yollarını bulurum.					
8. İşimin beni tükettiğini hissediyorum.					
9. Yaptığım iş sayesinde insanların yaşamına katkıda bulunduğuma inanıyorum.					
10. Bu işte çalışmaya başladığımdan beri insanlara karşı sertleştiğimi hissediyorum.					
11. Bu işin beni duygusal olarak katılaştırmasından endişe duyuyorum.					
12. Çok şey yapabilecek güçteyim.					
13. İşimin beni kısıtladığını düşünüyorum.					
14. İşimde çok fazla çalıştığımı düşünüyorum.					
15. İşimin gereği karşılaştığım insanları umursamadığımı hissediyorum.					
16. Doğrudan doğruya insanlarla çalışmak bende çok fazla stres yaratıyor.					
17. İşim gereği karşılaştığım insanlarla aramda rahat bir hava yaratırım.					
18. İnsanlarla yakın bir çalışmadan sonra kendimi canlanmış hissediyorum.					
19. Bu işte kayda değer birçok başarı elde ettim.					
20. İşimde yolun sonuna geldiğimi hissediyorum.					
21. İşimde karşılaştığım duygusal sorunlara serinkanlıkla yaklaşıyorum.					
22. İşim gereği karşılaştığım insanların, bazı problemlerinden dolayı beni suçladıklarını hissediyorum.					

EK-6

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler:

Adı- Soyadı: Abdurrahman DÜZDEMİR

Doğum Yeri: Amasya / Merzifon

Doğum Tarihi: 24.01.1982

Eğitim Hayatı:

Yüksek Lisans: 2015-2019 Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalı, Rekreasyon Yüksek Lisans Programı, Manisa.

Lisans: 2002-2006: Gazi Üniversitesi, Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme Öğretmenliği, Ankara.

Lise: 1996-2000: Anadolu Otelcilik Turizm Meslek Lisesi, Perşembe / Ordu.

Bildiği Yabancı Diller: İngilizce.

İş Tecrübesi:

2012-.....: Hasan Ferdi Turgutlu Ortaokulu – Teknoloji ve Tasarım Öğretmeni, Turgutlu / Manisa.

2010-2012: Irlamaz Refik Pınar Ortaokulu – Teknoloji ve Tasarım Öğretmeni, Turgutlu / Manisa.

2007-2010: Dumlupınar İlköğretim Okulu - Teknoloji ve Tasarım Öğretmeni, Merkez / Van.