

T.C.  
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
İŞLETME YÖNETİMİ ANABİLİM DALI  
EĞİTİM YÖNETİMİ VE DENETİMİ BİLİM DALI

**SINIFTAKİ ÖĞRENCİ SAYISININ İLKÖĞRETİM BİRİNCİ  
KADEME ÖĞRETMENLERİNİN STRES VE KAYGISI  
ÜZERİNE ETKİSİNİN K. ÇEKMECE İLKÖĞRETİM  
OKULLARI ÖRNEĞİNDE İNCELENMESİ**  
(Yüksek Lisans Tezi)

Tezi Hazırlayan: **Musa TEKKOYUN**

İSTANBUL, 2008

T.C.  
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
İŞLETME YÖNETİMİ ANABİLİM DALI  
EĞİTİM YÖNETİMİ VE DENETİMİ BİLİM DALI

**SINIFTAKİ ÖĞRENCİ SAYISININ İLKÖĞRETİM BİRİNCİ  
KADEME ÖĞRETMENLERİNİN STRES VE KAYGISI  
ÜZERİNE ETKİSİNİN K. ÇEKMECE İLKÖĞRETİM  
OKULLARI ÖRNEĞİNDE İNCELENMESİ**  
(Yüksek Lisans Tezi)

Tezi Hazırlayan:  
**Musa TEKKOYUN**  
Öğrenci No:  
**050712053**

Danışman:  
**Yard. Doç. Dr. Ferda Şule KAYA**

İSTANBUL, 2008

## YEMİN METNİ

Sunduğum Yüksek Lisans Tezimi, Akademik Etik İlkelerine bağlı kalarak, hiç kimseden akademik ilkelere aykırı bir yardım almaksızın bizzat kendimin hazırladığına and içerim. 21/01/2008

Aday: Musa TEKKOYUN

## TEŞEKKÜR

Bu araştırmanın planlanması, yürütülmesi süresince ilgi ve bilgisiyle beni yönlendiren, katkılarıyla bana destek veren Danışman Hocam Sayın Yard. Doç. Dr. Ferda Şule KAYA'ya en içten teőekkürlerimi sunarım.

Araştırmaya katılarak böyle bir eserin ortaya çıkmasını sağlayan K. Çekmece'de görev yapan ilköğretim birinci kademe öğretmenlerine; İngilizce konusunda katkı sağlayan dilbilimci Selime SOYUÇOK'a; düzeltmelerde emeği geçen ve beni destekleyen eőim Őükran TEKKOYUN'a teşekkür ederim

Musa TEKKOYUN

T.C.  
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ  
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

29/02/2008

Enstitümüz *İşletme Yönetimi* Anabilim dalı *Eğitim Yönetimi ve Denetimi* Bilim dalı yüksek lisans öğrencilerinden 050712053 numaralı *Musa Tekkoyun'un* "Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim - Öğretim ve Sınav Yönetmeliği"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "**SINIFTAKİ ÖĞRENCİ SAYISININ İLKÖĞRETİM BİRİNCİ KADEME ÖĞRETMENLERİNİN STRES VE KAYGISI ÜZERİNE ETKİSİNİN KÜÇÜKÇEKMECE İLKÖĞRETİM OKULLARI ÖRNEĞİNDE İNCELENMESİ**" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 25.01.2008 tarih ve 2008/3 sayılı toplantısında seçilen ve Taksim Kampüsünde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, ilgili yönetmeliğin (c) bendi gereğince (55) dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında ~~oyçakluğu/oybirliği~~ ile ~~Kabul/Ret veya Düşeltme~~ kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 4 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.

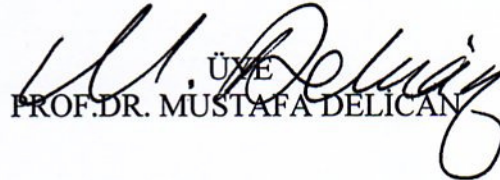
DANIŞMAN  
YRD.DOÇ.DR. ŞULE KAYA



ÜYE  
YRD.DOÇ.DR. SEVAL AKBIYIK



ÜYE  
PROF.DR. MUSTAFA DELİCAN



# SINIFTAKİ ÖĞRENCİ SAYISININ İLKÖĞRETİM BİRİNCİ KADEME ÖĞRETMENLERİNİN STRES VE KAYGISI ÜZERİNE ETKİSİ: K.ÇEKMECE ÖRNEĞİ

**Tezi Hazırlayan: Musa TEKKOYUN**

## ÖZET

Bu tez çalışmasının amacı, ilköğretim okullarında sınıftaki öğrenci sayısının birinci kademe sınıf öğretmenlerinin stresine ve kaygısına etkisinin incelenmesidir. Araştırmanın evrenini 2007-2008 eğitim – öğretim yılında İstanbul ili K. Çekmece ilçesi devlet okullarında çalışan ilköğretim birinci kademe öğretmenleri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise değişik okullardan 123 ilköğretim birinci kademe öğretmeni oluşturmaktadır. Öğretmenlerdeki durumluk ve sürekli kaygıyı belirlemek için Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri (State – Trait Anxiety Inventory), öğretmenlerdeki stres durumu belirlemek amacıyla da İş Stresi Ölçeği araştırmacı tarafından çalışmaya katılan öğretmenlere okullarında uygulanmıştır.

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, sınıftaki öğrenci sayısı değişkenine bağlı olarak durumluk, sürekli kaygı ve stresin farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması için varyans analizi testi kullanılmıştır. Ölçeği oluşturan soruları ayrı ayrı incelemek amacıyla sınıftaki öğrenci sayısına göre farklılığın olup olmadığının belirlenmesi için ise kruskal vallis testi kullanılmıştır. Bunun yanında öğretmenlerin cinsiyetine, yaşına, hizmet sürelerine, kaçınıcı sınıf okuttuğuna göre de varyans analizi, t-testi ve kruskal vallis testi kullanılmıştır.

Araştırmanın bulgularına göre çalışma kapsamına alınan öğretmenlerin okuttukları sınıf sayılarının durumluk, sürekli kaygı ve stres üzerinde belirgin bir farklılık olmadığı görülmüştür. Ölçekteki soruların tek tek incelenmesi sonucunda bazı sorularda sınıf sayılarının etkisinin olduğu belirlenmiştir.

Ölçeği oluşturan soruların tek tek incelenmesi sonucu bazı sorularda öğretmenlerin yaşına, cinsiyetine, hizmet sürelerine, kaçınıcı sınıf okuttuklarına göre de bazı farklılıklar vardır.

**Anahtar Kelimeler:** Stres, Kaygı, Sınıf Sayısı, Öğretmen Stresi

# **THE EFFECT OF THE NUMBER OF PUPILS IN A CLASS ON STRESS AND ANXIETY CONDITIONS OF PRIMARY SCHOOL FIRST LEVEL CLASS TEACHERS: KÜÇÜKÇEKMECE EXAMPLE**

## **ABSTRACT**

The aim of this research is to analyse how the number of pupils in a class affects the stress and anxiety conditions of primary school first level class teachers. The environment of this research consists of primary school first level class teachers working at state schools in the county of Küçükçekmece in İstanbul in the academic year of 2007-2008. The examples of this research include 123 primary school first level class teachers from different schools. In order to ascertain the state and trait anxiety of teachers State – Trait Anxiety Inventory was applied and in order to ascertain the state of stress Work Stress Scale was applied to participating teachers at their school by the researcher.

Variant Analyzing test was used in order to research whether state, trait anxiety and stress conditions of primary school first level class teachers differentiated in relation to the number of pupils in a class. Kruskal Vallis Test was practised in order to determine the discrepancy in accordance with the number of pupils in a class so as to examine the questions of the scale seperately.

In addition to this the Variant Test and Kruskal Vallis Test were applied considering the gender, age, service life of the teachers and the class they are teaching.

According to the result of the research there wasn't a distinct discrepancy on the state, trait anxiety and stress conditions in relation to the number of pupils in a class taught by the teachers participating in the research.

After having examined the questions forming the scale seperately, some discrepancies occured in some questions according to the gender, service life of the teachers and which class they are teaching.

**Key words: Stress, Anxiety, Number of Pupils in a Class, Teacher's Stress**

## İÇİNDEKİLER

Yemin Metni	
Jüri Sayfası	
Teşekkür	
Türkçe Özet ve Anahtar Kelimeler	
İngilizce Özet ve Anahtar Kelimeler (Abstract)	
Tablolar Listesi	III
Şekiller Listesi	V
Kısaltmalar Listesi	VI
GİRİŞ	1

### I. BÖLÜM STRES VE EĞİTİM

1. STRES KAVRAMI	6
2. STRES KAVRAMININ TARİHSEL GELİŞİMİ	8
3. STRES KAYNAKLARI	8
3.1. Fiziksel Stres Kaynakları	8
3.2. Bireysel Stres Kaynakları	10
3.3. Örgütsel Stres Kaynakları	12
4. STRES AŞAMALARI	17
5. STRESİN BELİRTİLERİ	18
5.1. Bedensel Belirtiler	18
5.2. Davranışsal Belirtiler	19
5.3. Psikolojik Belirtiler	21
6. STRES VE VERİMLİLİK	23
7. EĞİTİMDE STRESİN ETKİSİ VE ÖNEMİ	25
7.1. Sınıf Atmosferi ve Sınıf Atmosferini Etkileyen Faktörler	25
7.2. Öğretmenin Sınıf Atmosferini Belirlemedeki Rolü	26
7.3. Öğretmen Stresi ve Kaygısı	26
7.3.1. Öğretmenlerde Stres Kaynakları	28
7.3.2. Öğretmen İşlevinde Stresin Etkileri	31
8. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	31

### II. BÖLÜM

#### SINIFTAKİ ÖĞRENCİ SAYISININ İLKÖĞRETİM BİRİNCİ KADEME ÖĞRETMELERİNİN STRES VE KAYGISI ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

1. YÖNTEM	34
1.1. Araştırma Modeli	34
1.2. Evren ve Örneklem	34
1.3. Araştırmaya Katılan Öğretmenlerin Nitelikleri	34
1.4. Kullanılan Ölçme Araçları ve Testler	36
2. BULGULAR VE YORUMLAR	39
2.1. İş Stresi Ölçeği ve Dağılım	39
2.2. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Cinsiyete Bağlı Olarak Stres Durumu	42
2.3. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Yaşa Bağlı Olarak Stres Durumu	45
2.4. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Hizmet Süresine Bağlı Olarak Stres Durumu	48
2.5. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Kaçınıcı Sınıfı Okuttuğuna Bağlı Olarak Stres Durumu	51



2.6. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Sınıftaki Öğrenci Sayısına Bağlı Olarak Stres Durumu	55
2.7. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Cinsiyet Değişkenine Bağlı Olarak Durumluk Kaygı	58
2.8. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Yaş Değişkenine Bağlı Olarak Durumluk Kaygı	59
2.9. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Hizmet Süresine Değişkenine Bağlı Olarak Durumluk Kaygı	61
2.10. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Okuttuğu Sınıf Değişkenine Bağlı Olarak Durumluk Kaygı	63
2.11. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Sınıftaki Öğrenci Sayısı Değişkenine Bağlı Olarak Durumluk Kaygı	65
2.12. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Cinsiyet Değişkenine Bağlı Olarak Sürekli Kaygı	69
2.13. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Yaş Değişkenine Bağlı Olarak Sürekli Kaygı	71
2.14. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Hizmet Süresi Değişkenine Bağlı Olarak Sürekli Kaygı	72
2.15. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Okutuğu Sınıf Değişkenine Bağlı Olarak Sürekli Kaygı	74
2.16. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinde Sınıftaki Öğrenci Sayısı Değişkenine Bağlı Olarak Sürekli Kaygısı	76
2.16. Öğretmenlerin Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Durumlarına Ait Tanımlayıcı İstatikler	79
2.17. Öğretmenlerin Durumluk Kaygı Puanları ile Sürekli Kaygı Puanları Arasında İlişki	81
2.18. Öğretmenlerin Durumluk Kaygı Puanları ile Stres Puanları Arasında İlişki	82
2.19. Öğretmenlerin Sürekli Kaygı Puanları ile Stres Puanları Arasında İlişki	83
<b>3. BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ</b>	<b>83</b>
<b>SONUÇ</b>	<b>87</b>
<b>KAYNAKÇA</b>	<b>92</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ</b>	<b>97</b>
<b>EKLER</b>	
Ek 1 Durumluk Kaygı Envanteri	98
Ek 2 Sürekli Kaygı Envanteri	99
Ek 3 İş Stresi Ölçeği	100
Ek 4 Anket İzni 1	102
Ek 5 Anket İzni 2	103

## TABLolar LİSTESİ

<b><u>Tablo No:</u></b>	<b>Sayfa</b>
1. Öğretmenlerin cinsiyete göre dağılımı	34
2. Öğretmenlerin yaşa göre dağılımı	35
3. Öğretmenlerin meslekte geçen hizmet sürelerine göre dağılımı	35
4. Öğretmenlerin kaçınıcı sınıflarda görev yaptığına göre dağılımı	36
5. Öğretmenlerin görev yaptıkları sınıfların öğrenci sayısına göre dağılımı	36
6. İş Stresi Ölçeği İçin Normallik Testi	39
7. Öğretmen iş stresi ölçeğini oluşturan sorularına ait tanımlayıcı istatistikler	40
8. Öğretmenlerin stres düzeylerine göre dağılımı	41
9. Stres Düzeyleri	42
10. Öğretmenlerin Cinsiyetine Bağlı Olarak İş Stresi	43
11. İş stresi ölçeği soruları için Normallik Testi sonuçları	44
12. Mann Whitney-U Testi	45
13. Öğretmenlerin Yaşa Bağlı Olarak Varyans Eşitliği Testi	46
14. Öğretmenlerin Yaşa Bağlı Olarak Varyans Analizi Tablosu	46
15. Öğretmenlerin Yaşa Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi	46
16. Öğretmenlerin Yaşına Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi	47
17. Öğretmenlerin Hizmet Süresine Bağlı Olarak Varyans Eşitliği Testi	48
18. Öğretmenlerin Hizmet Süresine Bağlı Olarak Varyans Analizi Tablosu	48
19. Öğretmenlerin Hizmet Süresine Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi	49
20. Öğretmenlerin Hizmet Süresine Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi	49
21. Öğretmenlerin Hizmet Süresine Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi	50
22. Öğretmenlerin Kaçınıcı Sınıfı Okuttuğuna Bağlı Olarak Levene Testi, Varyans Eşitliğinin Sınanması	51
23. Öğretmenlerin Kaçınıcı Sınıfı Okuttuğuna Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi	52
24. Öğretmenlerin Kaçınıcı Sınıfı Okuttuğuna Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi	52
25. Öğretmenlerin Kaçınıcı Sınıfı Okuttuğuna Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi	53
26. Öğretmenlerin Kaçınıcı Sınıfı Okuttuğuna Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi	54
27. Sınıftaki Öğrenci Sayısına Bağlı Olarak Varyans Eşitliğinin Sınanması, Varyans Analizi, Levene Testi	55
28. Sınıftaki Öğrenci Sayısına Bağlı Olarak Öğretmenlerde İş Stresi Kruskal Wallis H Testi	56
29. Sınıftaki Öğrenci Sayısına Bağlı Olarak Öğretmenlerde İş Stresi Kruskal Wallis H Testi	56
30. Öğretmenlerin Okuttukları Sınıftaki Öğrenci Sayısına ve Stres Düzeylerine Göre Dağılımı	57
31. Öğretmenlerin Cinsiyetlerine Göre Durumluk Kaygı t-testi	58
32. Öğretmenlerin Yaşlarına Göre Durumluk Kaygı Varyans Eşitliği	59
33. Öğretmenlerin Yaşlarına Göre Durumluk Kaygı Varyans Analizi	60
34. Öğretmenlerin Yaşlarına Göre Durumluk Kaygı Kruskal Wallis Testi	60
35. Öğretmenlerin Hizmet Sürelerine Bağlı Olarak Durumluk Kaygı Varyans Analizi	61

36. Öğretmenlerin Hizmet Sürelerine Bağlı Olarak Durumluk Kaygı Kruskal Wallis Testi	62
37. Öğretmenlerin Okuttukları Sınıfa Bağlı Olarak Durumluk Kaygı Varyans Analizi	63
38. Öğretmenlerin Okuttukları Sınıfa Bağlı Olarak Durumluk Kaygı Tukey Testi	64
39. Sınıftaki Öğrenci sayısına Göre Öğretmenlerin Durumluk Kaygı Varyans Analizi	65
40. Sınıftaki Öğrenci sayısına Göre Öğretmenlerin Durumluk Kaygı Kruskal Wallis Testi	66
41. Öğretmenlerin Cinsiyetine Bağlı Olarak Sürekli Kaygı t-testi	69
42. Öğretmenlerin Cinsiyetine Bağlı Olarak Sürekli Kaygı Mann Whitney U Testi	70
43. Öğretmenlerin Yaşına Bağlı Olarak Sürekli Kaygı Varyans Analizi	71
44. Öğretmenlerin Hizmet Süresine Bağlı Olarak Sürekli Kaygı Varyans Analizi	72
45. Öğretmenlerin Hizmet Süresine Bağlı Olarak Sürekli Kaygı Kruskal Wallis Testi	73
46. Öğretmenlerin Okuttuğu Sınıfa Bağlı Olarak Sürekli Kaygı Varyans Analizi	74
47. Öğretmenlerin Okuttuğu Sınıfa Bağlı Olarak Sürekli Kaygı Kruskal Wallis Testi	75
48. Sınıftaki Öğrenci Sayısına Bağlı Olarak Öğretmenlerin Sürekli Kaygı Varyans Analizi	76
49. Sınıftaki Öğrenci Sayısına Bağlı Olarak Öğretmenlerin Sürekli Kaygı Kruskal Wallis Testi	76
50. Durumluk kaygı için tanımlayıcı istatistikler	77
51. Sürekli kaygı için tanımlayıcı istatistikler	78
52. Öğretmenlerin Cinsiyetlerine Göre Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Durumlarına Ait Tanımlayıcı İstatistikler	79
53. Öğretmenlerin Yaşına Göre Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Durumlarına Ait Tanımlayıcı İstatistikler	79
54. Öğretmenlerin Hizmet Süresine Göre Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Durumlarına Ait Tanımlayıcı İstatistikler	80
55. Öğretmenlerin Kaçınıcı Sınıfı Okuttuğuna Göre Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Durumlarına Ait Tanımlayıcı İstatistikler	80
56. Öğretmenlerin Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanlarına Ait Tanımlayıcı İstatistikler	81
57. Öğretmenlerin Durumluk Kaygı Puanları ile Sürekli Kaygı Puanları Arasında Pearson Korelasyon Katsayısı	82
58. Öğretmenlerin Durumluk Kaygı Puanları ile Stres Puanları Arasında Pearson Korelasyon Katsayısı	82
59. Öğretmenlerin Sürekli Kaygı Puanları ile Stres Puanları Arasında Pearson Korelasyon Katsayısı	83

## ŞEKİLLER LİSTESİ

**Şekil No:**

**Sayfa**

1. Stres düzeyleri ..... 41

## **Kısaltmalar**

a.g.k.	Adı Geçen Kitap
a.g.m.	Adı Geçen Madde
s.	sayfa
vb	ve benzeri

## GİRİŞ

İlköğretim okulları eğitim sistemimizin temelini oluşturmaktadır. Öğrencilerin yönlendirilmeleri ve bir üst öğrenime hazırlanmaları bu okullarda olmaktadır. Eğitim ve öğretimin kalitesi de burada görev yapan öğretmenlerle olmaktadır. Bu öğretmenleri etkileyen faktörlerin başında stres gelmektedir.

Bireyin davranışlarından pek çoğu öğrenme ürünüdür. Bunlardan çok az bir bölümü öğrenme ürünü değildir. Öğrenme; davranışta kalıcı bir değişimin olmasıdır. Bireyin davranışında böyle bir değişiklik olduğunda onun yeni davranışı öğrendiği kabul edilir. Öğretme; bireyin öğrenmesine yardımcı olma eylemidir. Bireyin öğrenmesi, onun davranışında kalıcı bir değişim olması anlamına geldiğine göre, öğretme de bireyin davranışında böyle bir değişiklik oluşturma işidir.

Öğrenci davranışlarını kılavuzlayan ve sağlayan unsurlardan en önemlisi eğitimde öğretmen olarak karşımıza çıkmaktadır. Öğretmenin eğitim durumlarını uygulayan biri olarak branşını çok iyi bilmesi, gerekli bilgi, becerilerle donanık olması gerekir. Branşında yetersiz, eğitim – öğretim programını tam uygulayamayan, karşılaştığı sorunları çözemeyen öğretmen, istedik davranışları öğrenciye kazandırmada verimli olamayabilir.

Eğitim ortamında öğrenciler, öğretmenler, araç-gereç, okulun ve sınıfın fiziksel şartları gibi unsurlarla etkileşimde bulunulur. Eğer öğretmen ve öğrenci açısından öğrenme ve öğretme ortamına göre şartlar uygunsa eğitimin amacı gerçekleşir uygun değilse amaç tam gerçekleşmez.

Eğitim kurumları belli toplumsal hedefleri gerçekleştirmek amacıyla kurulmuşlardır. Bu hedefleri karşılayabilmek için etkili ve verimli çalışmaları gereklidir. Eğitim hizmetlerinin amacına ulaşmasında en büyük görev bu hizmetlerin üretilmesi ile görevli olan okullara, bunların yöneticilerine ve öğretmenlere düşmektedir.

Stres günümüzde yaşamın hemen hemen her alanında karşımıza çıkan bir kavramdır. Sürekli ve çabuk hızlı değişim yaşanan günümüz toplumlarında bireylerin verimli olabilmeleri ve yaşamlarını sağlıklı devam ettirebilmeleri için meydana gelen değişikliklere uyum sağlamak durumunda kalmaları stres altına girmelerine sebep olmaktadır.

Organizma dıştan gelen uyarıcılara tepki vererek uyum sağlamayı ve kendi iç dengesini korumayı amaçlar. Dıştan gelen uyarıcılar organizmanın uyum sağlama kapasitesini aşarsa, birey de stresle başa çıkabilmek için bir yöntem geliştirir. Birey bu yöntemlerle de stresle başa çıkamazsa sağlığına zarar verebilecek hastalıklar baş göstermeye başlar.

Eğitim ve öğretimi gerçekleştirecek olan öğretmenlerdir. Planlı eğitimde, eğitimin amaçlarına göre uygulanmasında öğretmen tüm diğer kişilerden daha önemlidir. Eğitim programı ne derse desin öğrencilerle başbaşa kalan öğretmen, öğretimini kendi eğitim felsefesine göre gerçekleştirir. Bu yüzden öğretmenlerin yetiştirilmesine gösterilecek önem diğerlerinden daha çok olmalıdır.

Öğretmenler bir ülkenin geleceğini yetiştirir. İlköğretim birinci kademe çağı olan 7-12 yaş dönemi bireyin kişiliğinin şekillenmesi ve gelecekteki eğitim öğretim hayatının temeli olması yönüyle çok önemlidir.

İlköğretim özellikle ilköğretim birinci kademe, toplumsal getirisi en fazla olan kademe olarak karşımıza çıkmaktadır. İnsanlar gelecekteki eğitimlerine ve yaşamlarına yön verecek temel bilgileri ve becerileri bu okullarda kazanırlar ya da kazanmaları beklenir. Öğrenim çağının bu ilk dönemlerinde gerekli olan bilgi ve beceriler istenilen düzeyde kazandırılmazsa, bireylerin bu durumdan gelecek eğitim yaşantılarında hatta meslek beklentisi ve ilerlemesinde olumsuz biçimde etkilenmesi kaçınılmaz olacaktır. Bu durum da, ilköğretim okullarının hedeflerine en yüksek düzeye ulaşacak şekilde yönetilmesini ve programın uygulayıcısı durumunda olan öğretmenin etkili olmasını zorunlu hale getirmektedir.

Bir okula, kursa, derse alınan öğrencinin yaşı, cinsiyeti, hazırbulunuşluk düzeyi toplumsal, ekonomik ve politik yapısı, öğrenci sayısı amaç ve kazanımların niceliğini ve niteliğini etkileyebilir. Örneğin eğer bir sınıfta elli öğrenci varsa, bazı amaç ve kazanımlar bu öğrencilere belirlenen zamanda kazandırılmaz.

İlköğretim birinci kademe öğretmenliğinin diğer öğretim kademeleri içinde özel bir yeri ve önemi vardır. İlköğretim öğretmenliğinin önemini arttıran nedenler aşağıda sunulmaktadır.

- İlköğretimde kazanılan bilgi ve beceriler diğer öğretim kademelerinde kazandırılacak bilgi ve becerilere temel oluşturur ve bilgiler bunun üzerine bina edilir.
- İlköğretim birinci kademedeki 7-12 yaş grubu çocukların bedensel, zihinsel, duygusal ve sosyal gelişimleri son derece hassas dönemi kapsamaktadır.

Ülkemiz okullarında sınıflardaki öğrenci sayıları çok farklıdır. Kırsal kesimde sınıf sayıları düşük olurken şehirlerde özellikle İstanbul'da sınıflardaki öğrenci sayıları çok yüksektir. Bu durum öğrenciyi etkilediği kadar öğretmenleri de etkilemektedir.

Bu çalışmanın amacı ilköğretim birinci kademe öğretmenlerinde sınıftaki öğrenci sayısının strese ve kaygıya etkisinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır.

- İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde sınıftaki öğrenci sayısına bağlı olarak durumluk kaygı farklı mıdır?
- İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde sınıftaki öğrenci sayısına bağlı olarak sürekli - kaygı farklı mıdır?
- İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde sınıftaki öğrenci sayısına bağlı olarak stres farklı mıdır?
- İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde cinsiyete bağlı olarak durumluk kaygı farklı mıdır?
- İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde cinsiyete bağlı olarak sürekli kaygı farklı mıdır?



- İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde cinsiyete bağlı olarak stres durumu farklı mıdır?

- İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde hizmet süresine bağlı olarak durumluk kaygı farklı mıdır?

- İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde hizmet süresine bağlı olarak sürekli kaygı farklı mıdır?

- İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde hizmet süresine bağlı olarak stres durumu farklı mıdır?

Bu çalışmada veri toplamak amacıyla geçerli ve güvenilir ölçekler kullanılmıştır. İstanbul ili K. Çekmece ilçesi ilköğretim devlet okullarında ilköğretim birinci kademe öğretmenlerine uygulanan anketler çevre ve maddi unsurlar bakımından birbirine yakın okullarda çalışan öğretmenlere uygulanmıştır.. Alınan örneklem evreni temsil edecek niteliktedir.

Çalışmada geçen bazı kavramların tanımları aşağıda verilmiştir.

**İlköğretim:** 6 ile 14 yaşlarındaki çocukları kapsayan zorunlu, devlet okullarında parasız özel okullarda paralı olabilen eğitim öğretim dönemidir.

**İlköğretim birinci kademe:** Sekiz yıl zorunlu devlet ve özel ilköğretim okullarının beşinci sınıfı da içine alan kısmıdır.

**Stres:** Bütün fizyolojik ve psikolojik etmenlerin organizma üzerinde yaptığı kaba ve sert etkidir.

**İş Stresi:** Çalışanların işle ilgili performanslarını etkileyen çalışma ortam ve koşullarından kaynaklanan strestir.

**Sürekli Kaygı:** Bireyin kaygı yaşantısına olan yatkınlığıdır. Buna kişinin içinde bulunduğu durumları genel olarak stresli olarak algılama ya da stres olarak yorumlama

eğilimi de denilebilir. Objektif kriterlere göre normal olan durumların birey tarafından tehlikeli ve kendini tehdit edici olarak algılanması sonucu oluşan memnuniyetsizlik ve mutsuzluk duyguları sürekli kaygıdır. Bu tür kaygı seviyesi yüksek olan bireylerin kolay incindikleri ve karamsarlığa girdikleri görülür.

Tezin birinci bölümünde stres ve eğitim üzerinde durulmuş, stres kavramı, stresin tarihsel gelişimi, stres kaynakları, eğitimde stresin etkisi ve önemi, öğretmenlerde stres kaynakları üzerinde durulmuştur. İkinci bölümde ise alan araştırması yer almaktadır. Burada araştırmanın yönteminin açıklanması amacıyla araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, verilerin toplanması ve çözümlenmesine ilişkin bilgiler verilmiş, bulgular analiz edilerek değerlendirilmiştir. Sonuç kısmında araştırmanın sonucu belirtilmiş ve yorumla birlikte öneriler getirilmiştir.

# I. BÖLÜM

## EĞİTİM VE STRES

### 1. STRES KAVRAMI

Yabancı kökenli bir kelime olan stres, hemen hemen her insan tarafından kullanılmaktadır. Baskı, gerilim, sıkıntı gibi kelimelerle de ifade edilebilecek bir kavram olan stres fizyolojik ve psikolojik etmenlerin organizmada yaptığı sert ve kaba bir etkidir. Stres bu anlamıyla hemen hemen bütün ülkelerin dillerine de girmiştir.

Stres kavramı tanımlanması pek kolay olmayan, betimlemesi daha çok yeğlenen günümüzün en karmaşık kavramlarından birisidir. Bir görüşe göre araştırmacı sayısı kadar stres tanımı vardır.<sup>1</sup> Ertekin'in de belirttiği gibi her akademisyen değişik tanımlar yapmış ve stresi değişik yönlerden ele almışlardır. Bulunduğu ortamdaki, yaptığı işten, beraber olduğu kişilerden uyarılan insan savunma ve sinir sisteminin etkisiyle değişik duygular yaşayarak strese girer.

“İç ve dış dünya arasındaki mesafe, bireyin yaşamındaki en önemli stres kaynağıdır. Ben bu strese varoluş stresi diyorum, çünkü her iletişim eyleminde, birey kendi gözünde var olduğu halde, kendi gözünde yeteri kadar var olamayan insan, stresli ve mutsuzdur.”<sup>2</sup>

“Stres , sokaktaki adamdan üniversitedeki bilim adamına kadar, herkesin kullandığı bir kavram ve birçoklarının da yaşadığı psikolojik bir gerilim durumudur. Yapılan araştırmalara göre, herkesin stres tanımının farklı olduğu gibi, insanlarda gözlenen stres nedenleri, belirtileri ve olumlu stres düzeyleri de farklıdır. Bugün özellikle, değişim hızının önemli ölçüde artması nedeniyle, insanların sürekli bir şey kaçırmış korku ve kuşkusuyla, hızlı hareket etme zorunluluğu duymaları, stresi gündelik yaşamın bir parçası haline getirmiştir.”<sup>3</sup>

“Stres bireyler üzerinde etki yapan ve onların davranışlarını, iş verimini, başka insanlarla ilişkilerini etkileyen bir kavramdır. Stres durup dururken ve kendiliğinden

<sup>1</sup> Ertekin, Y., Stres ve Yönetim, Ankara, 1998, s.4.

<sup>2</sup> Cüceloğlu, D., Keşke'siz Bir Yaşam İçin İletişim, İstanbul, 2005, s. 77.

<sup>3</sup> Genç, N., Yönetim ve Organizasyon, Ankara, 2004, s.262.

oluşmaz. Stresin oluşması için insanın içinde bulunduğu ya da hayatını sürdürdüğü ortam veya çevrede meydana gelen değişimlerin insanı etkilemesi gerekmektedir. Ortamdaki değişmelerden her birey etkilenmesine etkilenir, ancak bazı bireyler daha çok ve daha hızlı etkilenirken, bazıları ise daha az ve yavaş etkilenir.”<sup>4</sup> Bu değişmelerden fazla etkilenen bireylerde stresin ortaya çıkma düzeyi daha yüksek olur.

“Stres, organizmanın bedensel ve ruhsal sınırlarının tehdit edilmesi ve zorlanması ile ortaya çıkan bir durumdur. Tehdit ve zorlanmalar karşısında canlı kendini korumaya yönelik bir tepki zincirini harekete geçirme özelliğine sahiptir. Bu özellik, tehlike ile karşılaşınca “savaş veya kaç” diye adlandırılan cevabın ortaya çıkmasıdır. Bir tehlike ile yüz yüze gelen canlı, başa çıkacağına inandığı tehlike ile savaşır ve böylelikle yeni duruma bir uyum sağlar.”<sup>5</sup>

Makin<sup>6</sup> stres tepkisinin kısa ömürlü olarak ortaya çıktığını, sanki gaz pedalına sonuna kadar basmak gibi, ani bir enerji patlaması meydana getirdiğini, eğer birbirini izleyen iki stresli olay arasında insanın kendini yenileyebileceği kadar zaman varsa, her şeyin yolunda olduğunu söyler.

“Stres kavramı genelde bazı şeylerden memnuniyetsizliği ifade etmek için kullanılmaktadır. Bu memnuniyetsizlik iki faktörle ilgilidir. Bunlardan ilki trafik sıkışıklığı veya gelecek sabaha yetişmesi gereken bir rapor gibi çevresel faktörlerdir. İkincisi ise endişe, korku, öfke, hayal kırıklığı gibi duygusal faktörlerdir. Stres, “bir eylem, duruma ya da bir kişinin üzerindeki fiziksel ve/veya psikolojik zorlanmaya karşı bir tepkinin sonucudur”.<sup>7</sup>

---

<sup>4</sup> Eren, E., Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi, İstanbul, 2004, s. 291.

<sup>5</sup> Baltaş, A.-Baltaş, Z., Stres ve Başa Çıkma Yolları, İstanbul, 2004, s. 23.

<sup>6</sup> Makin, P.E.-Lindley, P.A., Pozitif Stres Yönetimi, (Çev. A. Arslan), İstanbul, 1995, s.14.

<sup>7</sup> Sabuncuoğlu, Z.-Tüz, M., Örgütsel Psikoloji, Bursa, 2005, s. 299.

## 2. STRES KAVRAMININ TARİHSEL GELİŞİMİ

“Stres” Latince’den türemiş ve İngiliz dilinde kullanılan bir terimdir. İnsanla ve canlılarla ilgili durumu tanımlamada kullanılan bir kelime olmadan önce, fizik ve mühendislik bilimlerinde kullanılmıştır. “Stres” Latince’de “Estrictia” eski Fransızca’da “Estrece” kelimelerinden gelir. Websters sözlüğünde kelimenin isim olarak sekiz, fiil olarak dört farklı anlamı vardır. İsim olarak birinci anlamı zorlanma, gerilme ve baskıdır. 17. yy’da felaket, bela, musibet (adversity), dert, keder, elem (affliction) gibi anlamlarda kullanılmış, 18 ve 19. yy’larda yüklenen anlam değişmiş ve güç, baskı, zor gibi anlamlarda objelere, kişiye, organa veya ruhsal yapıya yönelik kullanılmıştır. Buna bağlı olarak da stres, nesne ve kişinin bu tür güçlerin etkisi ile biçiminin bozulmasına, çarpıtılmasına karşı bir direnç anlamında kullanılmaya başlanmıştır. Ayrıca kelime “bütünlüğünü koruma” ve “esas durumuna dönmek için çaba harcama” halini de ifade eder.’’<sup>8</sup>

## 3. STRES KAYNAKLARI

Stres kaynakları genel olarak çevresel(fiziksel), bireyin kişilik yapısından, iş ortamından(örgütsel) kaynaklanan stres olmak üzere üç grupta toplanmıştır. Stres kaynakları ve alt başlıkları şöyledir:

### 3.1. Fiziksel Stres Kaynakları

- **Fazla gürültü ve titreşim:** “Gürültünün insanlarda yarattığı başlıca neden gürültü şiddetidir. İnsanlar için en ideal ses düzeyi 50 desibeldir. İnsanların gürültüye zamanla alıştığı iddia edilir. Oysa gürültüye değil, yan etkilerine katlanmaya alışır insan. Yarattığı rahatsızlık gürültü tipine ve ortama da bağlıdır. Önceden bilinen ve beklenen gürültü pek önemli ölçüde stres yaratmaz. Örneğin diskoya giden biri 100 desibellik gürültüye katlanır. Fakat aynı insan kat komşusunun çıkardığı gürültüden rahatsız olabilir. Gürültünün etkisi işitme kayıplarıyla sınırlı değildir. Sağırılık, kulak çınlaması, migren, ülser, kalın bağırsak

---

<sup>8</sup> Baltaş, a.g.k., s. 304

iltihabı, yüksek tansiyon, kalp ve dolaşım bozuklukları yaratır.“<sup>9</sup> Gürültünün, insan organizması üzerindeki en önemli etkilerinden biri de işitme duyarlılığını azaltmasıdır. Gürültülü ortamlarda yaşayan ve çalışan kişilerin anlaşma ve iletişimlerinde bir takım kopukluklar meydana gelmektedir. Yanlış anlama ve anlaşılma, sosyal ilişkilerin bozulmasına yol açarken, iş hayatında önemli bir kaza sebebidir. Gerçekten, iş kazalarında uyarı işaretlerinin ve mesajlarının tam ve zamanında duyulmamasının büyük bir payı vardır. Gürültünün iş kazaları başka bir etkisi de işini yaparken dikkatli olması gereken iş görenlerin ilgi ve zihinlerini başka yere çekerek onların hata yapmasına ortam hazırlamasıdır.<sup>10</sup>

- **Kötü aydınlatma:** Çalışma alanında ışığın gereğinden az ya da çok olması çalışanlarda bir stres oluşturur. Işık az geldiği zaman göz bebekleri büyümekte; uzun süre ışık azlığı olduğu takdirde gözlerde yorgunluk meydana gelmektedir. Işık gereğinden fazla geldiğinde ise göz bebekleri küçülmekte ve kişi gözlerini kısmak zorunda kalmaktadır.

- **Isınma ve havalandırma yetersizliği:** “Çalışma yerinin sık sık havalandırılması ve normal düzeyde ısıtılması önemlidir. Normal seviyenin dışındaki sıcaklık düzeyleri, sinirlilik durumu, verim düşüklüğü, çabuk yorulma, kaza, baş ağrısı ve tatminsizlik yaratır. Öte yandan teneffüs edilen havadaki oksijen oranı %14 ‘ün altına, karbondioksit oranı da %2.4’ün üstüne çıkarılırsa, sağlık için tehlikelere, bayılma ve boğulmalara neden olmaktadır.”<sup>11</sup>

- **Hava kirliliğinin fazla olması:** Şehir merkezlerinde doğal gazın kullanılmayıp katı yakıtın kullanıldığı yerlerde ısıtmadan kaynaklanan hava kirliliği olmakta ve bu durum orada yaşayan insanları olumsuz etkilemektedir.

Fiziksel, bireyin dışından kaynaklanan stres kaynaklarına göre; stresi tamamen ortadan kaldırmanın mümkün olmadığı görülmektedir. Birey bunlarla yaşayacak ve strese rağmen mutlu olmayı başarabilme yolunu bulmalıdır. Fiziksel stres kaynaklarından gürültünün okullarda öğretmenlerin de belirtmesiyle etkili olduğu düşünülebilir. Çünkü sınıfların kalabalık olması yönüyle sınıfta, koridorlarda, bahçede öğretmenler gürültüden etkilenmektedir. Bunun için okullarda öğrenci sayılarının standart sayıya indirilmesi, koridorların geniş yapılması ve bina tavan ve duvarlarının ses yalıtımını sağlayan maddelerden yapılması uygun olur.

<sup>9</sup> Cumhuriyet, 12 Eylül 1993, akt., Sabuncuoğlu, Z.-Tüz, M., a.g.k., s. 303.

<sup>10</sup> Eroğlu, F., Davranış Bilimleri, İstanbul, 2006, s. 420.

<sup>11</sup> Sabuncuoğlu, Z.-Tüz, M., a.g.k., s. 304.

### 3.2. Bireysel Stres Kaynakları

Bu gruba giren stres kaynakları şöyle sıranalabilir:

- Bireyin biyolojik sistem bozukluğu
- Bireyin özel hayatındaki aksaklıklar
- Bireyin kişilik özellikleri

Her konuda olduğu gibi strese daha duyarlı olanlar ve strese daha az duyarlı olanlar olmak üzere stresten etkilenen insanları iki grupta toplayabiliriz. Stresten çok etkilenen insanlara A kişilik tipine sahip kişiler, stresten az etkilenen kimselere ya da az strese giren kimselere de B kişilik tipine giren insanlar adı verilmektedir.<sup>12</sup> Kişinin çevresini nasıl algıladığı çevresel değişimlere ve ilişkilere gösterdiği tepki onun kişiliği ile ilgilidir. İşletmeler çalışanlarını bu kişilik tiplerine bakarak değerlendirebilirler.<sup>13</sup>

**“A” Kişilik Tipinin Özellikleri:** A tipi davranış biçimini benimsemiş bir kişinin kararlı ve kesin bir konuşma biçimi vardır. Kendileri ve başkaları için yüksek hedefler belirler ve bunun gerçekleşmemesi durumunda şiddetli bir rahatsızlık hissederler. A tipi davranış biçimini benimsemiş kişiler çoğunlukla ben merkezcidirler. İşlerine çok yoğunlaşır, işleri dışındaki şeyleri, ailelerini ihmal eder onlarla ilgilenemezler. Zamanla yarış halindedirler, koşturmaca yaşarlar. Başkaları ile yarış halinde oldukları için kendilerini başkaları ile karşılaştırırlar.

Friedman ve Rosenman 1950’li yıllarda A tipi davranış gösteren kişilik tipini saptadılar. Bu tipin özellikleri şunlardır :<sup>14</sup>

- Zamanı iyi kullanma konusunda hassastırlar.
- Oldukça saldırgan ve rekabetçidirler.
- Sürekli hareket etmeyi severler ve hızlı yemek yemek alışkanlığındadırlar.
- Aynı anda iki işi yapmak isterler.
- Sabırsızdırlar ve beklemekten nefret ederler.

<sup>12</sup> Eren, a.g.k., s. 305

<sup>13</sup> Gülbeyaz, O., Yatılı İlköğretim Bölge Okullarında Görev Yapan Yönetici ve Öğretmenlerin Örgütsel Stres Kaynakları, İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Malatya, 2006, s.14.

<sup>14</sup> [www.humanresourcesfocus.com/stres.asp](http://www.humanresourcesfocus.com/stres.asp).(23.09.2007).

- İŖe yöneliktirler ve iŖi zamanında bitirmeye önem verirler.
- Rakamlarla boęuŖurlar ve baŖarıyı kazanma derecelerini ölçmeye alıŖırlar.
- Güçlü bir motivasyonları vardır.
- Kendilerine aŖırı güvenleri vardır.
- İŖlerinde yüksek kaygı taŖırlar.
- abuk karar verirler.
- Randevularına tam saatinde giderler ve baŖkalarında da aynı duyarlılığı isterler.
- Duyarlı bir kiŖilik yapıları vardır.
- Enerjilerini planlarlar.
- Az dinlenir, az spor yaparlar.
- Orkestra Ŗefi kiŖilik yapısındadırlar.’’

**“B” KiŖilik Tipinin zellikleri:** “Bu tip kiŖiler baŖkaları ile yarıŖmaktan ve iddialaŖmaktan hoŖlanmaz. Mükemmele eriŖmek iin aba göstermez, heyecan ve telaŖa kapılmazlar, sakin ve yumuŖak kimselerdir, sabırlıdırlar, zaman baskısını ve sınırlamasını hissetmezler, sorumluluk duyguları yüksek değildir, her Ŗeyi olurluna bırakma eğilimindedirler, aŖırı ve eŖitli iŖ yüklemeden hoŖlanmazlar. Amirleri tarafından baŖarılarının takdir edilmesine ok önem vermezler. Kendilerine, ailelerine ve hobilerine zaman ayırır. Daha sosyal ve diğergam bir davranıŖ sergilemekten hoŖlanırlar. Her insanın hata yapabileceğini dŖndklerinden, kusursuzluk arayıŖında değildirler, aŖları onlarla alıŖmaktan zevk duyar. Her Ŗeyi ciddiye almazlar, en ciddi konularda dahi iŖin espritel tarafını bulur, etrafındaki insanları yatıŖtırır ve rahatlatırlar. Kendilerine ve diğer insanlara karŖı hoŖgr ve tolerans düzeyleri yüksektir ve hatalara karŖı affedicidir.’’<sup>15</sup>

Bazı insanların strese daha dayanıklı olduğu bilinmektedir. Tarihte bazı devlet adamları, liderler ok büyük olaylar yaŖadıkları, ok zorlu savaŖlara katıldıkları halde uzun ve sağlıklı yaŖam srmŖlerdir. Bu kiŖiler yaptıkları iŖlerin, yaŖadıkları stresin kendilerine zarar vermeden sürdürülebilirliğini saęlamıŖlardır. Türk Tarihi’nde ve baŖka ülke

---

<sup>15</sup> Eren, a.g.k., s. 306.



tarihlerinde bunların örnekleri çoktur. Bunu başaranlar büyük problemleri ve hatta savaşları bir satranç gibi görmüşlerdir. Halbuki çoğu kimse en basit oyunları veya seyrettikleri sporları bile gerçek bir savaş görüp ona göre davranış sergilemektedirler.

### 3.3. Örgütsel Stres kaynakları

Stres olarak bilinen problemleri doğuran iş şartları, çalışanlar üzerinde baskı ve zorlama yaratır. Bu zorlanmanın uzun sürmesi de sağlıklı ilgili ciddi sonuçların doğmasına sebep olur.<sup>16</sup>

“Bugünün modern toplumunda hemen hepimiz stres doluyuzdur. Çünkü, her şeyden önce yaşamımızın büyük bir bölümünü işte geçiriyoruz. Çoğumuz işimizde tatmin ve kimlik ararız. Bu nedenle iş yaşamındaki stres ile iş dışı stres ayırımı oldukça yapay kalmaktadır. Bu ikisini birbirinden ayırmak hemen hemen imkansızdır. Yapılan bir araştırmada ABD’de doktor ziyaretlerinin üçte ikisinin strese ilişkin olduğu görülmüştür. İkinci olarak gerçi bazı işlerin, örneğin hava trafiğini denetleme, polis, itfaiyeci, acil servis doktorları gibi, yüksek düzeyde stres doğurduğu doğruysa da; az stres yapan ya da stres yaratmayan iş bulmak oldukça zordur.”<sup>17</sup>

Örgütsel stres kaynakları şu şekilde sıralanabilir:

**İnsanlar arası ilişkiler:** Çoğu işyerinde çalışanlar ya birçok insanla çalışmakta ya da birçok insana hizmet vermektedir. Çalışanlar iş arkadaşlarıyla uyumlu olmaları gerekmekte aynı zamanda işlerini de eksiksiz yapmak durmundalar. Başka insanlara hizmet verenler ise her eğitim seviyesinden, her yaşta insanla karşılaşmaktadır. Zaman zaman iletişim ve algılamadan kaynaklanan sorunlar olmakta ve bu sorunların artması stresi tetiklemektedir. Çalışanların çoğu işi görülenlerin anlayışsız olmasından yakınmaktadır.

**Sorumluluk ve Risk:** “Her işin bir sorumluluk ve risk gerektirmesi, onu doğal olarak bir stres etmeni yapar. İşin stres etmeni olmasına çeşitli faktörler etki eder. Bu etmenler hem bireyden, hem de işin niteliğinden kaynaklanan etmenlerdir. Bunlar; ücret

---

<sup>16</sup> Baltaş, a.g.k., s. 76.

<sup>17</sup> Can, a.g.k., s.366-367

düzeyi, kontrol alanı, çalışanların eğitim düzeyi, iş yoğunluğu, iş yükü, işin çok yönlü veya monoton bir iş olması, işten duyulan iş tatmini, işin zihinsel ve bedensel yorgunluğa neden olması gibi faktörlerdir.”<sup>18</sup>

**Amirler ile İlişkiler:** Örgüt olan yerde mutlaka ast üst ilişkisi vardır. Bu ilişki iyi olabildiği gibi kötü de olabilmektedir. “Çalışanın kendini amirinden daha yetenekli veya üstün görmesi, ya da amirin ilişkiyi böyle algılaması amirin çalışanın işinden bütünüyle memnun olmaması, amirin kılı kırk yarar, vesveseli olması çalışanlar için büyük bir stres kaynağıdır. Böyle bir amiri memnun etmek mümkün olmayacağı için çatışma, sürtüşme ve bunların doğal sonucu gerginlik günlük hayatın bir parçası olur.”<sup>19</sup>

**Kesin Zaman Sınırlamaları:** Bazı işlerde kesin zaman sınırlamaları vardır. Muhasebeciler vergi gününe göre, öğretmenler dönem sonlarında, raportörler, maliyede çalışanlar kesin bir tarihte bitmesi gereken yoğun bir iş yüküyle karşı karşıya kalırlar. Bu durum kişilerin sorumluluk algılayışlarına göre bir stres oluşturur. Bazen mesleklerle ilgili olmasa bile belli bir saatte başlayacak bir programa yetişmeye çalışmak bile bir stres sebebidir. Gazetecilik, televizyonculuk gibi mesleklerde ise bu stres dönem dönem değil hemen hemen her zaman yaşanmakta ve sürekli stres oluşturmaktadır.

Zaman yönetimi ve stres yönetimi birbiriyle ilişkilidir. Kişinin uygulamasının imkansız olduğu büyük programlar kişinin çalışma stiline uymadığından stres doğurur. Aynı şekilde düzeni seven insan için organize bozukluğu da stres sebebidir.<sup>20</sup>

**Örgüt Yapısındaki Bozukluklar:** “İş çevresi stres kaynaklarından biri örgüt yapısında rol, görev ve sorumlulukların dağılımındaki bozukluklar, işi görece elemanların bilgi, yetenek, tecrübe ve becerileri ile işin gerektirdiği bilgi yetenek ve tecrübe uyumsuzluklarıdır. Bu takdirde, çalışanlardan beklenen başarı düzeyi düşeceği için hem çalışanların hem de bunların yöneticilerinin stresleri artmış olacaktır. Bu, örgüt havasının ya da ikliminin olumsuz etkilenmesine ve tüm çalışanların birbirlerine güvenlerinin sarsılmasına, moral düzeyinin düşmesine neden olabilecektir. Örgütsel stresi en fazla artıran husus organizasyon içindeki düşük moral düzeyi ve iklimidir.”<sup>21</sup>

---

<sup>18</sup> Genç, N., Yönetim ve Organizasyon, Ankara, 2004, s.265-266.

<sup>19</sup> Baltaş, a.g.k., s. 87.

<sup>20</sup> Minton, D., Teaching Skills in Further & Adult Education, London, 1991, s. 16.

<sup>21</sup> Eren, a.g.k., s. 295-296.

“İşte stres yaratan bir başka sebep ise işin amaçlarının ne olduğunu tam anlamıyla bilmemek yaptığı işin bütün içinde ne anlam taşıdığından haberdar olmamak çalışanlarda gerginliğe ve isteksizliğe sebep olmaktadır. Aynı şekilde kişinin sorumluluk sınırlarının iyi çizilmiş olmaması, görevin kişiden beklenenin açık olmaması çalışanları çelişkiye düşürmektedir.”<sup>22</sup>

**İş Monotonluğu ve Karara Katılmama:** “Yapılan işin monoton olması ve bireyin kendini işin süreçlerine dahil edememesi, bireyde işe karşı yabancılaşma duygusu oluşturur ve bu durum, onun için önemli bir stres kaynağıdır. Monotonluğun insan üzerinde etkisi umutsuzluk, sıkıntı, gerilim, stres, ilgisizlik, pasif direnme saldırganlık gibi ileri derecede psikolojik ve sosyal bozukluklardır. Bunlardan bazıları, hemen her insanda gözlenen basit davranış bozuklukları olmakla birlikte, bazıları tıbbi tedavi gerektiren ağır patolojik durumlardır.”<sup>23</sup>

**Dedikodu:** “Ülkemizde çalışan insanlara iş hayatından yansıyan önemli stres kaynaklarından biri de “dedikodu” dur. Çalışanların zamanlarının ve enerjilerinin önemli bir bölümünü alan bu olgu ne yazık ki toplumsal bir hastalık durumundadır. Toplumsal kültürümüz kişileri yüzüne karşı eleştirmeye yönelik değildir. İnsanlar genellikle birbirlerine ya birbirlerinin hoşlarına gidecek şeyleri söylemektedir, ya da başkalarıyla ilgili olumsuz düşüncelerini. Bu sebeple toplumumuz insanları kendi başarısızlıklarını ve yetersizliklerini ve özlemlerini başkalarını arkalarından eleştirerek, davranışlarına kendilerine göre anlamlar yükleyerek gidermeye çalışırlar. Bu durum da özellikle iş yerlerinde önemli ölçüde zaman ve enerji kaybına sebep olduğu gibi, kişisel ilişkilerde de gerginliğe yol açar.”<sup>24</sup>

**İş Yeri Uzaklığı:** Günümüzde en önemli stres kaynaklarından biri de işyerinin eve uzaklığıdır. İstanbul, Ankara gibi büyük kentlerde yaşayan insanlar sabah işyerine gitme, akşamları da eve dönme telaşı ve korkusu içinde yaşamaktadırlar. Buna bir de kışın olumsuz hava koşulları eklendiği zaman çalışanlarda bir stres oluşturmaktadır. Bazı işyerleri kendileri servis hizmeti sunarak bunu çözmüş olsalar da her işyeri özellikle de kamuda çalışanlarda bu yaygın değildir. Çalışanlar sabah henüz işe başlamadan stresi

---

<sup>22</sup> Şahin, N.H., Stresle Başa Çıkma: Olumlu Bir Yaklaşım, 1998, Ankara, s.23.

<sup>23</sup> Genç, N., Yönetim ve Organizasyon, Ankara, 2004, s. 266.

<sup>24</sup> Baltaş, a.g.k., s. 90-91.

işyerine getirmekte ve bu durum işteki verimlerini olumsuz etkilemektedir.

**Aşırı İş Yükü:** “Örgütsel stres faktörlerinden en yaygın olanı aşırı iş yüküdür. Belirli bir zaman limiti içinde işi bitirme zorunluluğu, çalışanın işin niteliklerine göre yetersiz olması veya işin standardının yüksek olması anlamındadır. Yetersiz iş yükünün de aynı ölçüde stres yarattığı bilinmektedir.”<sup>25</sup>

**Araç – Gereç ve Tesis Yetersizliği:** “Çalışılan yerin donanımı ve işle ilgili araç, gereç ve tesis yetersizliği de işgörenlerde stres etmenidir. Kolay ve rahat çalışmayı engelleyen ortamlar bireylerin verimli ve etkin çalışmalarını engelleyerek bir baskı oluşturur. Örgütlerdeki işgörenler görevlerini gereği gibi yerine getirmek için çeşitli araç – gereçleri kullanmak zorundadırlar. İş yerinde kullanılacak bu araç ve gereçler, çalışanlara işleri arasında uyumu, birey çalışırken aşırı yıpranmasının önlenmesini ve bu uyum sayesinde iş başarımının da yükselmesini sağlar.”<sup>26</sup>

**Kariyer Geliştirme:** Kariyer geliştirme, kariyer seçimine sağlıklı uyum ve bu yolla işgörenin yeterlilik ve kendine saygı ihtiyacının tatminine katkı sağlayan bilinçli bir faaliyettir. Örgütler, belirli amaç ve ihtiyaçların yanında, toplumsal isteklere yanıt vermek için kariyer geliştirme programları düzenlerler. Hızlı teknolojik değişimler, yeni iş görme yöntemleri, işin öğeleri, beceriler, istihdama yönelik fırsat eşitliği konusundaki toplumsal baskılar ve iş görenlerin kariyerlerinin yönetiminde daha fazla söz sahibi olmak gibi örgüt içi baskılar, kariyer geliştirme programının önemini artırır. Bu nedenle çalışanlar, örgüt içinde kariyer olanakları konusunda açık ve net bilgiye sahip olmalıdırlar. Çalışanların uzun vadeli kariyer geliştirme olanaklarını bilmesi, kariyer geliştirmeden kaynaklanan stresi azaltır.<sup>27</sup>

**Uyum Baskısı:** Birey bir işyerinde çalışmaya başladığında orada çalışanlarla uyum içinde olmak o işyerinin kültürüne uymak zorunda kalır. Bazen bu bireyin beklentileri ve değerleriyle çatışabilir. Birey kabullendiği takdirde kendisiyle çatışacak, kabullenmediğinde ise iş arkadaşlarıyla çatışacaktır. Bu durum büyük bir stres kaynağı olarak çalışanın karşısına çıkar. Çalışanın yetki ve sorumluluğunda olan bir durum söz

<sup>25</sup> Sabuncuoğlu, .-Tüz, a.g.k., s. 304.

<sup>26</sup> Pehlivan, İ., Eğitimde Stres Kaynakları, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü Doktora Tezi, Ankara, 1993, s. 38.

<sup>27</sup> Genç, a.g.k., s. 268.

konusu ve yapmasının doğru olmadığı bir durum sözkonusu ise stres katsayısı daha da artar.

**Vardiyalı Çalışma:** “İş çevresi stres kaynaklarından biri de işyerlerinde vardiyalı çalışmanın insanlar üzerinde yarattığı olumsuz etkilerdir. Bazı insanlar özellikle akşam ve gece çalışmalarına dayanıklı değildirler. Gündüz çalışma alışkanlığının değişmesi, akşam ve gece vardiyalarına gelme ulaşım güçlükleri oluşturduğu gibi, çalışanların çalışma arzuları, enerjileri ve iş verimlilikleri üzerinde olumsuz etkiler yapmaktadır. Gece vardiyaları dikkatin dağılması ve uyuklamalar nedeniyle iş kazalarının artışına neden olmaktadır. Böylece, gündüz uyumama, zorlanarak çalışma üretilen işin verimliliğini ve kalitesini azaltırken, yarattığı stres iş gören üzerinde kaza ve sağlık tehlikesi oluşturmaktadır.”<sup>28</sup>

**Çalışmaların Karşılığını Alamamak:** Çalışma saatinin fazla olması ve yoğun çalışmasına rağmen birey ihtiyaçlarını karşılayacak kadar ücret alamıyor ve hatta ücretini zamanında alamıyorsa bu durum strese neden olmaktadır. Ayrıca çalışanlar niteliğine veya yaptığı işin durumuna göre daha üst mevkide olmalarını düşünüyorlarsa örgüte karşı olumsuz tutum geliştirir ve bilgi, becerilerinin hepsini göstermeyebilirler.

**Ücret yetersizliği:** “İş çevresinden kaynaklanan bir diğer stres faktörü de ücret yetersizliğidir. Ücretlerin beklenenden az olması, yetersiz zamlar ya da ikramiyeler, işgörenlerin enflasyon karşısında satın alma gücünü kaybetmelerine, parasal yükümlülüklerini tam olarak ve zamanında yerine getirememelerine neden olmaktadır. Bu takdirde, kişilerin hayal kırıklığı ve bunalıma girmeleri, ek iş aramaları, özellikle geceleri ek işlerde çalışma zorunlulukları ya da en azından cumartesi ve pazar günleri çalışma mecburiyetleri ile karşılaşmaktadır. Ekonomik sorumluluklarını yerine getirmek için daha fazla çalışmak zorunda kalan insanların zorlanmaları, yorgunluklarını atamamaları, sağlıklarının bozulması ve hastalanmaları iş baskı ve geriliminin yarattığı bir sonuçtur.”<sup>29</sup>

---

<sup>28</sup> Eren, a.g.k., s. 298.

<sup>29</sup> Eren, a.g.k., s. 296-297.

#### 4. STRES AŞAMALARI

Organizmanın strese tepkisi üç aşamada olur.

- **Alarm Aşaması:** “Organizmanın dış uyarıcıyı stres olarak ilk algıladığı durumdur. Stres yaratan olayı, beynin beyin kabuğu bölgeleri algılar ve daha alt bir bölge olan Hipotalamus’a gönderir. Oradan hipofiz bezine mesaj iletilir. Hipofiz bezi stres hormonu salgılamaya başlar. En önemli stres hormonu ACTH (adreno kortikotrop hormon)’dur. ACTH etkisi ile böbrek üstü bezde yer alan adrenalin ve kortizol hormonlarının salgılanması artar. Alarm tepkisi şu belirtilerle ortaya çıkar: Göz bebekleri genişler, yüz solar, kalp atışları hızlanır, damarlar büzülür, soğuk ter boşalır, kan şekeri yükselir, mide asit salgılanması artar. Kişi istenmeyen koşuldan ya kaçacak ya da mücadele edecektir. Stres faktörü ortadan kalkarsa gevşeme, uyku, sindirim gibi durumlarla vücudun yavaşlaması görülür. Stres durumu devam ederse direnme aşamasına geçilir.”<sup>30</sup>
- **Direnme Aşaması:** “Vücudun direnci normalin üzerine çıkar. Yüz yüze olduğu bu stres verici duruma karşı direncini yükseltmiştir. Bu durumdan kaçmak veya ona uyum sağlamak zorunda olduğundan başka stres vericilere direnci düşer. Örneğin vücut aldığı bir toksine karşı direnç döneminde ise soğuk algınlığına direnci düşüktür. AIDS’li insanların genellikle basit bir soğuk algınlığından kurtulamayarak öldükleri, günümüzde sıkça rastlanan gazete haberi halini almıştır. Eğer direnç dönemi başarı ile aşılsa beden normal koşullarına döner, başarısız olunursa beden kuvvetten düşer, çöker.”<sup>31</sup>
- **Tükenme Aşaması:** “Belirli bir süre bireyin davranışlarında ve yaşantısında bu durum gözlenebilir. Ancak, gerilim kaynakları ve bunların yoğunluk dereceleri azalmadığı sürece hatta artış gösterdikleri durumlarda bireyin aşırı gayretleri kırılacak ve davranışlarında ciddi derecede sapmalar ve hayal kırıklıklarının yaşandığı bir zaman evresine girilecektir ki buna tükenme aşaması adını veriyoruz.”<sup>32</sup>

---

<sup>30</sup> Sabuncuoğlu, .-Tüz, a.g.k., s. 301.

<sup>31</sup> Baltaş, a.g.k., s. 27.

<sup>32</sup> Eren, a.g.k., s. 303.

## 5. STRESİN BELİRTİLERİ

Organizmanın tehdit altında olduğu stres durumunda insanlarda hem bedensel, hem psikolojik olarak bir dizi olay meydana gelir. Bedensel değişikliklerin bütün insanlarda aynı basamaklardan geçmesine rağmen, psikolojik olaylar, kişilik ve çevre gibi bireysel koşullara bağlı birçok değişiklik gösterir. Bu tepkiler her iki düzeyde tek tek verilebileceği gibi bedensel ve psikolojik yapıların ikisinde birden de ortaya çıkması olasıdır. Bazı bireylerde stres sadece bedensel olarak ortaya çıkmış bazıları ise bedensel ve psikolojik olarak ortaya çıkmıştır.

Stres belirtilerini genel olarak üç gruba ayırabiliriz. Bedensel, davranışsal, psikolojik belirtiler.

### 5.1. Bedensel Belirtiler

**Kalp Vurum Sayısında Düzensizlik:** Herhangi bir problemi olmayan insanlarda nabız sayısı bellidir. Stres altındaki insanda ise kalp vurum sayısı şiddeti artar, buna bağlı olarak kan basıncı yükselir beden gereken bölgelerine gerekli kan aktarımı yapılır.

**Sindirim Problemi:** “İnsan bedeninde oluşan ishal ve peklik de stresle ilgili olarak ortaya çıkan belirtilerdir. Vücutta toksin salgılanması ishali başlatır. Stres nedeni ile kasların büzülmesi ise peklik durumuna yol açabilir.”<sup>33</sup>

**Terleme:** Stres terbezi faaliyetini artırdığı için avuç içi, ayak tabanı, koltuk altı bölgelerinde terleme meydana gelir.

**Nefes Darlığı:** Aşırı endişe ve sıkıntı durumlarında istem dışı aşırı soluk alıp verme görülür. Ellerde bükülme, çekilme ve kasılmalar, tüm bedende uyuşma, baş dönmesi, dengersizlik ve halsizlik görülür.<sup>34</sup>

---

<sup>33</sup>Pehlivan, İ., Yönetimde İnsan Kaynakları, Ankara, 1995, s.48.

<sup>34</sup> Köknel, Ö., Stres, İstanbul, 1996, s. 66.

**Yorgunluk:** “Makinalaşmanın hızla gelişmesi iş görenlerin fiziksel yorgunluğunu belli ölçüde azaltmış ancak yeni iş düzenine uyum sağlama çabası işgörenlerde ruhsal yorgunluğa neden olmaktadır. İşgörenlerin işe uyumsuzluk duygusu içinde olması, çalıştığı örgütün genel havası, maddi ve manevi doyumlar, yükselme olanaklarının sınırlanması ya da ezilme korkusu birer ruhsal yorgunluk etmeni olarak sayılmaktadır.”<sup>35</sup>

Yorgunluk hoşnutsuzlukla dolu, onunla birlikte görülen aşırı bir çalışma sonucu işlevsel gücün azalmasıdır. Genel olarak fiziksel ve zihinsel yorgunluk olarak iki şekilde ele alınır.<sup>36</sup> Stres başladığında kişide halsizlik, sürekli yorgunluk ve çevresinde bulunan iş arkadaşlarına ve ailesine yakınmalar olur.

**Ağrı Oluşumu:** Stres altındaki bireyde en çok baş ağrısı, boyun ağrısı ve sırt ağrısı oluşur. Buna bağlı olarak ağrı kesici ilaçlara yönelme olur ve bu ilaçların yan etkileri kişide problem oluşturur. Gece ve gündüz vücudun değişik organları ağrır, bacaklara kramp girer, adaleler sıkışır. Ağrı oluşumu stresi bedensel belirtisinin en kolay anlaşılabilen etkilerinden biridir.

**Bazı Deri Hastalıkları:** “İnsanlar aşırı sıkıntı, endişe ile karşı karşıya kaldıklarında derinin bazı bölgelerinde kaşınma ve yanma gibi rahatsızlıklar ortaya çıkabilir. Birdenbire ortaya çıkan ruhsal zorlanmalar, uzun süre stres durumu, aşırı coşku ve korkular; ürtiker, egzama, sedef gibi hastalıkların ortaya çıkmasında rol oynar veya hastalık belirtilerini artırır.”<sup>37</sup>

## 5.2. Davranışsal Belirtiler

**Uyku Bozukluğu:** “Sebebi ne olursa olsun insanın ruh sağlığındaki en küçük dalgalanma bile kendisini uyku düzenindeki bir bozuklukla ortaya koyar. Kişinin karşı karşıya bulunduğu hayat güçlüklerini ve ne kadar stres altında olduğunu araştıran bütün test ve ölçeklerde “uyku” ile ilgili sorular büyük önem taşır. Uyku insan hayatının temel ve vazgeçilmez faaliyetlerinin en başında gelir. Genel sağlıktaki bir aksama ilk olarak kendini

---

<sup>35</sup> Sabuncuoğlu, Z., Çalışma Psikolojisi, Bursa, 1987, s. 57.

<sup>36</sup> Çelebioğlu, F., Davranış Açısından İşbilimi, İstanbul, 1990, s. 188.

<sup>37</sup> Köknel, Ö., Stres, İstanbul, 1996, s. 69.



uykuda ortaya koyduğu gibi, uyku düzenindeki en küçük bir aksama da genel sağlık ve günlük hayat üzerinde kesin ve doğrudan etkilere yol açar.”<sup>38</sup>

**Beslenme Bozukluğu:** Stres altındaki birey yemek yememesine rağmen kendini tok hisseder, buna bağlı olarak kilo kaybeder. Bazı bireyler ise yemeye yönelir özellikle içkiye yönelenler de çok olur. Bunlarda çok yemeye bağlı olarak şişmanlık, kilo fazlalığı oluşur.

**Sigara, Alkol, Kafein ve İlaç Kullanımının Artması:** “Yoğun stres altında yaşamının doğurduğu sonuçlardan biri de sigara tüketimindeki artıştır. Daha fazla sigara içmek ise, zaten yorgun olan beden üzerindeki yükü artırır ve bağışıklık sistemini bastırır. Bunun sonucu olarak da beden, her türlü hastalığı daha kolay kabul edecek bir duruma gelir.”<sup>39</sup>

“Sigara, alkol, kafein ve ilaç kullanımında artış bireyin yaşadığı stresinde arttığının göstergesidir. Bu maddeler normal düzeyde alındıklarında birey üzerinde rahatlatıcı etkileri olduğu ileri sürülmüştür. Ancak zamanla kullanımları alışkanlık haline dönüşürse bireyin fiziksel sağlığını ve ruh sağlığını olumsuz yönde etkileyerek bireyi hem kendilerine bağımlı hale getirir, hem de bireyin yaşadığı stresi daha da artırabilirler.”<sup>40</sup>

Bunlardan başka aşağıda belirtilenlerde stres belirtileri arasındadır: İşe sürekli olarak odaklanamama (konsantre olamama, kendini verememe), bir işi tamamlamadan başka bir işe kalkışma; komik olaylar, mutlu günler ve yapılan espriler karşısında durgun kalma, gülmeme, kahkaha atamama; tatil yapmaktan çekinme, anlamsız bulma; alınganlık ve çabuk sinirlenme.<sup>41</sup>

Baltaş<sup>42</sup> stres altındaki insanın stresörlere karşı zihinsel düzeyde başarılı bir mücadele veremezse ortaya çıkacak davranışsal belirtileri şu şekilde sıralamıştır.

- a) “Önemli veya önemsiz, daha önceden kolaylıkla verilebilen kararları vermekte güçlük,
- b) Değersizlik, yetersizlik, güvensizlik ve terkedilmişlik duyguları,
- c) Alışılmış davranış biçimlerinde önemli değişiklik,

---

<sup>38</sup> Baltaş, a.g.k., s. 133-134.

<sup>39</sup> Baltaş, a.g.k., s. 237.

<sup>40</sup> Yates, J.E., Gerilim Altındaki Yönetici, (Çev. F. Dilber), İstanbul, 1989, s. 106.

<sup>41</sup> Eren, a.g.k., s. 308.

<sup>42</sup> Baltaş, a.g.k., s. 31,32.

- d) En iyi olanı değil, garanti olanı seçmek,
- e) Uygun olmayan durumlarda ortaya çıkan öfke, düşmanlık ve kızgınlık dalgaları,
- f) Sigara ve içki içme eğiliminin artması,
- g) Kişisel hata ve başarısızlıkları sürekli düşünmek,
- h) Aşırı hayal kurmak, sık sık düşünceye dalıp gitmek,
- i) Duygusal ve cinsel hayatta düşüncesiz davranışlar,
- j) Birlikte olunan kimselere aşırı güven (veya güvensizlik),
- k) Alışılmıştan daha titiz veya işin gerektirdiğinden daha fazla çalışmak,
- l) Konuşma ve yazıda belirsizlik ve kopukluk,
- m) Nispeten önemsiz konularda aşırı endişelenme veya tam tersine gerçek problemler karşısında ilgisizlik ve kayıtsızlık,
- n) Sağlığa aşırı ilgi,
- o) Uyku bozukluğu (zor uyuma veya gece boyu sık sık uyanma),
- p) Ölüm ve intihar fikirlerinin sık sık tekrarlanması.”

### 5.3. Psikolojik Belirtiler

“Psikologlar açısından stres, onu zihninde taşıyan kişiye aittir. Hepimiz günlük, basit gözlemlerimizden, aynı olaya farklı kişilerin farklı tepki ve yaklaşımlarının olduğunu biliriz. Bu farklılık zihinsel şartlardan, sosyal şartlara kadar uzanan değişkenlerden kaynaklanır. Hatta biliriz ki , biz bir gün dış ortamdan gelen uyaranlara gülüp geçerken, bir gün aynı olaylara sert tepkiler verebiliriz. Bu sebeple stres olgusu incelenirken, stres verici durumlar kadar onlarla karşılaşan bireyin psikolojik özelliklerinin de ele alınması ve değerlendirilmesi önem taşır. Stres ve stres vericilerin insana etkisi söz konusu olunca, insanın psikolojik bütünlüğünü oluşturan düşünce, duygu ve davranışlarını anlamaya, tanımaya gerek vardır.”<sup>43</sup>

**Kaygı:** “Sürekli kaygı duygusu hissetmek stres içinde olmanın bir göstergesidir. Kişinin içinde bulunduğu durumda huzursuzluk, endişeli, korkulu ve karamsar olması, kaygı sözcüğüyle tanımlanır. Stresli durum devam ettiği sürece birey huzursuz ve mutsuzdur. Bir dışı koltuğunda, ameliyat kapısında bulunan kişiler, hiç tanımadığı bir

---

<sup>43</sup> Baltaş, a.g.k., s. 32.

yere giden ve tanımadığı kişilerle tanışanlar bir miktar kaygı duyarlar. Kaygı, hayatın belli dönemlerinde geçici olduğu gibi, bazı kişiler için içten kaynaklanan sürekli olarak vardır. Sürekli kaygı yaşayan kişi olayları stresli algılamaya uygun olur ve stresli kişide kaygı duymaya hazırdır.”<sup>44</sup>

**Yetersizlik Duygusu:** Yetersizlik ve işlevsizlik duygusu, uzun zamanlı stres durumlarından sonra ortaya çıkan önemli bir belirtidir. İşini tam yapamadığı düşüncesinin etkisiyle bireyleri ümitsizlik, acı ve bunalıma götürür. Bu durumda bireyin çalışma enerjisi kalmaz ve iş yapacak gücü birey kendinde bulamaz.

**Depresyon:** “Çeşitli nedenlerle olabilir. İşte başarısızlık, iş kaybı, sorunlarla uzun süre uğraşma, çok yakın birini kaybetme ve bazı hastalıklar. Çoğu sıkıntılı olayları kişiler kısa dönemli huzursuzluklarla atlatabilecekleri gibi, bazen de bunalımdan uzun süre kurtulmak mümkün olmaz. Bu tür bir kronik depresyon belirtileri Frank ve Klire tarafından şu şekilde açıklanmıştır. Uyku düzensizlikleri, iştahsızlık, cinsel yaşamda sorunlar, sosyal ilişkilerden hoşlanmama, kararsızlık ve erteleme, giyimde ve görünüşte değişim ihtiyacı, genellikle tertipsizlik ve dağınıklığa meyilli olma, yorgunluk ve düşük konsantrasyon, mutluluk veren şeylerden hoşlanmanın azalması, beceriksizlik duygusu. Klire tarafından yapılan araştırmada her altı kadından ve her on iki erkekten birinin kronik bunalımlı bir olay yaşadığını ortaya koymuştur. Bu araştırma, her yöneticinin uzun yıllar süren çalışma hayatında depresif elemanlar ve üstlerle karşılaştığı anlamını vermektedir.”<sup>45</sup>

**Savunma Mekanizmalarının Sık Kullanılması:** Savunma mekanizmaları uygun durumda ve yeterli düzeyde kullanıldığında gerekli ve normal bir fonksiyondur. Ancak zamanla alışkanlık haline getirilerek başa çıkma yöntemlerinden biri olarak sürekli kullanılmaya başlanırsa, bireyin mevcut durumu görmesini ve gerçekçi çözümler üretmesini engeller bir hale gelir. Ayrıca sosyal bakımdan yararlı olmasına rağmen savunma mekanizmalarının hiçbir zaman kişiyi gerçek anlamda bir doyuma ve mutluluğa ulaştırmayacağı ifade edilmektedir.

Ayrıca içinde bir boşluk hissetme, bağışlamayıp kin duyma, yaşamın anlamının

---

<sup>44</sup> Sabuncuoğlu Z., ve Tüz, M., Örgütsel Psikoloji, Bursa, 2005, 310-311.

<sup>45</sup> Sabuncuoğlu ve Tüz, a.g.k., s. 311.

kaybolması, yönünüzün kaybolması, suçluluk psikolojisi, diğer insanlara düşmanlık duyma, suç işleme gibi durumlar stresin psikolojik belirtileridir.<sup>46</sup>

## 6. STRES VE VERİMLİLİK

Stres genellikle olumsuz ve zararlı anlamda ele alınıp konuşulmaktadır. Halbuki bu zorlamaların insanlığı ve insanı, yenileri aramak, çalışmak, yaratmak konusunda harekete geçirdiği bilinmektedir. Özellikle spor yarışmalarında zorlanma, rekorları getirmiştir. Fizik koşulların insanı bedensel olarak zorlamasından insanlık tarihinde yeni buluşlar yapılmıştır. Bunlar göz önünde bulundurulduğunda stresin ileri götürücü etkisinin de olduğu bireyi yeni şeylere ve başarıya zorladığı söylenebilir.

Stresin iş verimliliği üzerinde hem olumlu hem de olumsuz etkileri vardır. Başka bir ifade ile stresin düşük olduğu ortamlarda verimlilik genellikle düşük olmaktadır. Bu nedenle verimliliği yükseltmek için stres düzeylerini ve yoğunluğunu artırmakta yarar vardır. Bu takdirde birey daha çok gayrete gelmekte, bilgi ve becerilerini ortaya koymaktadır. Ancak stres yoğunluğu ve düzeyi aşırı ölçüde yükseldikçe bireyde tükenme meydana geleceğinden verimlilikte hızlı bir düşüş yaşanabilecektir. Bu nedenle stresin yoğunluğu hiçbir zaman orta ya da optimum düzeyin altına düşürmemek gerekecektir.<sup>47</sup>

“Çin yazısında kriz kelimesi iki sembolle ifade edilir. Bunlardan biri “fırsat” diğeri “tehlike” anlamına gelmektedir. Yani bir krizde hem aşılması gereken zorluklar, hem de bu gerginlikler ve güçlükler aşıldığında elde edilecek yeni kazançlar vardır. İnsana kazanç sağlayacak olan, hayatın özündeki gerilim ve rahatlamanın bilinçli ve amaçlı planlanmasıdır. Stres hayatın özünde vardır. Modern hayat bir taraftan kimyasal ve fizik stresleri ve psiko-sosyal stresleri artırırken, diğer taraftan insan hayatını kolaylaştıran pek çok faktörü beraberinde getirmiştir.”<sup>48</sup>

Bireyler kendileri için en uygun olan ılımlı bir stresle yaratıcı ve verimli olmaktadır. Bunun tersi yani aşırı stres ise uyumsuzluk, yaratıcı ve verimli olamama ile sonuçlanabilmektedir.<sup>49</sup>

“İş stresi, yöneticiler özellikle de çalışanlar üzerinde fizyolojik ve psikolojik zararlara yol açabilir ve onların sağlığını olumsuz yönde etkileyebilir. Ayrıca stres işgücü devrinin ve işe devamsızlığın da en önemli nedenidir. Aynı zamanda

---

<sup>46</sup> Rowshan, A., Stres Yönetimi, (Çev. Şahin Cüceloğlu), İstanbul, 2003, s. 17.

<sup>47</sup> Eren, a.g.k., s. 304.

<sup>48</sup> Baltaş, a.g.k., s. 65.

<sup>49</sup> Ertekin, a.g.k., s. 63.

Çalışanların birinde görülen stres diğer çalışanları de etkiler. Stresle ilgili hastalıkların yaygınlaşması ve stresin örgütteki verimliliği düşürmesi açısından stres işyerlerinde çözülmesi gereken çok önemli bir sorundur.”<sup>50</sup>

---

<sup>50</sup> Acar, H., Ortaöğretim Okul Müdürlerinin atışma Yönetim Stillerinin ğretmenlerin Stres Düzeylerine Etkisi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2006, s.15.

## 7. EĞİTİMDE STRESİN ETKİSİ VE ÖNEMİ

### 7.1. Sınıf Atmosferi ve Sınıf Atmosferini Etkileyen Faktörler

Bir sınıf sadece dört duvar, fiziksel çevreden çok, öğrenci ve öğretmenin fikir ve davranışlarını şekillendiren bir topluluk ve sosyal bir çevre olarak nitelendirilmektedir. Sınıfın yapısı gözlemlendiğinde öğrencilerin beraber çalıştıkları, teneffüslerde beraber vakit geçirdikleri ve beraber ders aldıkları görülmektedir.

Bir grup olarak kabul edilen sınıf içerisinde bireyler arasındaki iletişimde olumlu duygular desteklendiği gibi bunun tersi de olmaktadır. Öğrencilerin eğitim – öğretimdeki duygusal ihtiyaçlarını karşılama da, öğretmenin sınıfta meydana getireceği atmosfer önemlidir. Özellikle ilköğretim birinci kademe öğretmenleri birinci, ikinci, üçüncü sınıflara haftada otuz saat; dördüncü, beşinci sınıf öğretmenleri haftada ortalama yirmibeş saat derse girmektedirler. Öğretmen ve öğrenci bu kadar saati beraber geçirmektedirler.

Şeker'in Mayer'den aktardığına göre <sup>51</sup> sınıf kalabalıklığı ve sınıfın yapısı sınıf atmosferini etkileyen faktörler olarak belirlenmiştir.

Sınıf Kalabalıklığı; Öğrenci başarısını olumsuz olarak etkilemektedir. Sınıf kalabalıklığının öğretmen ve öğrencinin sınıf ile ilgili düşüncelerini etkilediği ve öğrenci – öğretmen ilişkisini, öğrenci katılımını kısıtladığı saptanmıştır.

Sınıfın Yapısı; Burada kastedilen sınıfın yeteneklere göre gruplandırılması ya da sınıfın farklı yetenekli öğrencilerden oluşturulmasıdır. Heterojen bir sınıftaki öğrencilerin derse uyumda zorluk çektikleri, öğretmenin sunduğu işe daha az ilgi gösterdikleri belirlenmiştir.

Öğretmenin farklı yetenek ve ilgideki öğrenciler için değişik etkinlikler üretmesi gerekmekte ve durum öğretmeni zorlamaktadır. Öğretmen farklı etkinlikler hazırlasa bile bunu sınıf ortamında uygulamakta başarılı olamamaktadır. Tüm bu etkenler sınıf atmosferini etkilemektedir.

---

<sup>51</sup> Şeker, N., Lise Öğretmenlerinin Stres Kaynaklarına İlişkin Algıları ve Sınıf Atmosferi Arasındaki İlişkiler, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir, 1995, s. 3.

## 7.2. Öğretmenin Sınıf Atmosferini Belirlemedeki Rolü

Olumlu sınıf atmosferinin oluşturulması büyük ölçüde öğretmene bağlıdır. Branşında uzmanlık, canlılık, öğrenciye değer verme, hoşgörülü olma, onlara dostça davranma gibi özellikleri taşıyan öğretmenlerin olumlu sınıf atmosferi oluşturma durumları yüksektir.

Öğretim hizmetinin niteliğini büyük oranda öğretmen davranışları belirlemektedir. Öğretmen ve öğrenci arasındaki iletişim olumluysa grup da bundan olumlu etkilenmekte; olumsuzsa grup da olumsuz etkilenmektedir. Bu yüzden sınıf öğretmeni öğrenci için çok önemlidir ve sınıftaki atmosferi belirlemektedir. Fakat en iyi öğretmenin bile uygun olmayan şartlarda başarılı olması beklenmemelidir. Eğitimde belirlenen uzak ve yakın hedeflerin büyük ölçüde gerçekleşmesi öğretmene, öğretmenin sağlıklı ve stressiz bir ortamda çalışıyor olmasına bağlıdır. Stres düzeyi öğretmene fizyolojik, psikolojik ve sosyal açıdan zarar verecek düzeye gelmişse o kişinin öğretmenlik fonksiyonunu tam olarak yerine getirmesini engelleyebilir.

## 7.3. Öğretmen Stresi ve Kaygısı

Kaygı; insanın günlük davranışında en sık gözlenebilen bir haldir. Herkeste farklı derecelerde kaygı vardır ve hiç kaygısı olmayan kimse hemen hemen yoktur. Şiddeti ve sürekliliği arttığı zaman bir sorun olarak ortaya çıkar. Kaygısı yüksek olan kişiler, kaygı halinin etkisi altında çok sayıda bedensel ve psikolojik belirtiler geliştirirler. Bunlar;<sup>52</sup>

- “Kasların çok gergin olması: Kaslar sürekli çatıktır., kaslar sürekli gergindir. Kişi gevşeyemez ve gerginlik kaslara bir titreme getirir.
- Otonom sinir sisteminin yüksek düzeyde faal olması: Terleme, kalbin çarpması, avuçların soğuk olması, baş dönmesi, mide bulanması ve ishal bu belirtilerden bazılarıdır.
- Tedirgin bekleyiş hali: Üzülme, kendine ve başkalarına olabilecek kötü şeyleri düşünmekten kendini alamama hali.
- Dikkati toplamada zorluk: Bir işin üzerinde dikkati toplamada zorluk çekme, çabuk sinirlenme ve uykusuzluk halleri görülür.”

---

<sup>52</sup> Cüceloğlu, D., İnsan ve Davranışı, İstanbul, 2000, s.440.

“Öğretmen, öğrencilerinin davranışları üzerinde çalışır, eğittiği her öğrencisinin önceden saptanmış amaçlara ulaşmasına yardım eder ve onların istenilen davranışlara sahip olmasını sağlar. Bu anlamda öğretmen, öğrencisinin davranışlarının mimarıdır. Öğretmenin görevi öğrencilerine, Milli Eğitimin amaçlarına uygun planlanmış yaşantılar hazırlayarak, onların yaşantıları yoluyla davranışlarında değişmeler oluşturmaktır.”<sup>53</sup>

“Okulun işgörüsü, öğrencileri ülkenin milli hedefleriyle okulun genel hedeflerine uygun olarak saptanmış olan, her derse ait özel hedeflere ulaştırmaktır. Bu konuda en önemli iş payı eğitim teknolojisinin uygulayıcısı olan öğretmene düşmektedir.”<sup>54</sup>

Amerikan Stres Enstitüsü'nün yaptığı araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, çeşitli özellikleri sebebiyle insanların hayat sürelerini kısaltma ihtimali olan mesleklerin bir grubu; günlük hayat problemleri ile etkili şekilde başa çıkmayı zorlaştıran meslekler olan polislik, öğretmenlik, hava trafik kontrol memurluğudur.<sup>55</sup>

“Sınıflarda gerçekleştirilmeye çalışılan öğrenme ve öğrenmeye yardımın etkili olması, büyük ölçüde öğretmenlerin yetkinliğine bağlıdır. Hızla gelişen ve karmaşıklaşan dünyamız, her mesleği etkilediği gibi öğretmenlik mesleğini de etkilemekte, öğretmenin rolünü daha da zorlaştırmaktadır.”<sup>56</sup>

İnsanlarda bulunan davranış örüntüleri, çevreden gelen isteklere karşılık veremediği zaman stres ortaya çıkar. Öğretmenin stresi de öğretmenin iş ihtiyaçları, değerleri ile iş çevresinde bulunan şartlar arasında farklılık varsa ortaya çıkar. Çalışma şartlarının iyi olmaması bütün iş kollarında stres yapıcı bir durumdur. Öğretmenlik mesleğinin de kendine özgü stresörleri vardır.

---

<sup>53</sup> Başaran, İ.E., Eğitim Psikolojisi Modern Eğitimin Psikolojik Temelleri, Ankara, 1991, s. 15

<sup>54</sup> Çilenti, K., Eğitim Teknolojisi ve Öğretim, Ankara, 1994, s.51.

<sup>55</sup> Baltaş, a.g.k., s. 62.

<sup>56</sup> Aydın, M., Çağdaş Eğitim Denetimi, Ankara, 1993, s.171.



### 7.3.1. Öğretmenlerde Stres Kaynakları

Kyriacou öğretmen stresini yedi ana kaynağa bağlar.<sup>57</sup>

- “- Öğrencilerin işlerindeki kötü davranışlar
- Yanlış davranan öğrenciler ve genel sınıf disiplini
- Müfredattaki hızlı değişiklikler ve örgütsel talepler
- Kötü çalışma şartları, kariyer imkan ve kaynakları
- Zaman baskısı
- İş arkadaşlarıyla çatışma, zıtlama
- Toplumun yeterli değeri vermemesi”

Finansal baskı öğretmenlerin çözmek zorunda kaldıkları bir sorundur. Öğretmenler bu sorunu okulun fiziksel koşullarında hissedebilse de genellikle sınıflarına girdiklerinde daha çok hissetmektedirler. Okul kaynaklarının finansal olarak yeterince desteklenmemesi, yeni sınıfların açılmaması nedeniyle kalabalık sınıflara sebep olmaktadır. Ayrıca öğretmenlere ödenen maaşların düşüklüğü de kendilerinin ve ailelerinin isteklerini karşılayamamaları nedeni ile stres yaratmaktadır.<sup>58</sup> Ekşi’ye göre ise öğretmenlerin kaygı düzeyleri eğitim ve psikoloji alanlarında uzun zamandır araştırma konusu olarak ilgi çeken konulardan birisidir. Öğretmenlerin ruh sağlığını etkileyen olumsuz faktörlere bunlara stres faktörleri de diyebiliriz, baktığımızda; halk ve medyanın öğretmenlerin az çalışıp çok kazandığına yönelik algısı, müfredattan fazlasını aktarma sorumluluğu, giderek artan çeşitlilikte öğrenci ve veliler, özel ihtiyaçları olan öğrencilerin normal sınıflara entegrasyonu (kaynaştırma) denetim, müfredat dışı görevler, mesleki dayanışmanın az olması, kalabalık sınıflar, disiplin problemleri, şiddet ve madde kullanımı, öğrenci ilgisizliği, ilgisiz ebeveynler, aşırı evrak işleri, müfredattaki değişimler, yönetimin desteğinin yetersiz olması, rol belirsizliği, rol karmaşası, araç-gereç yetersizlikleri gibi nedenleri görürüz.<sup>59</sup>

<sup>57</sup> Kyriacou, C., Essential Teaching Skills, United Kingdom, 1995, s. 137.

<sup>58</sup> Şeker, a.g.k., s. 17.

<sup>59</sup> Ekşi, F., Rehber Öğretmenlerin Okul iklimi Algıları ile Kaygı düzeyleri Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2006, s.3.

Öğretmenlerde stres yaratan etmenler şöyle sıralanabilir:

- **Gelir yetersizliği:** Birey ailesini geçindirmek, ekonomik yükümlülüklerini yerine getirmek için daha fazla çalışmak isteyecektir. Doğal olarak çok parasal kazanç daha fazla efor sarfetmeyi ve fikirsel çaba harcamayı gerektirecektir. Bu durumda birey daha çok stres yaşayacaktır.<sup>60</sup> Özellikle eşi çalışmayan öğretmenlerin maaşları yeterli gelmemekte öğretmenleri ek iş yapmaya sevk etmektedir. Ek iş yapan öğretmenler hafta sonları ve mesai dışında dinlenememekte ve okulda verimli olamamaktadır.
- **Kreş Sorunu:** “Eşlerin kendi aralarında bir denge kurup uyumlu bir beraberlik sürdürmeleri durumunda bile aileye katılacak bir çocuk önceden kestirilmesi imkansız uyum problemlerini de beraberinde getirir. Çünkü aileye yeni bir bireyin katılması, iki kişi arasında var olan etkileşimi pek çok açıdan değiştirmektedir.”<sup>61</sup> Her çalışan bayanın yaşadığı sorun olan çocuğunu bırakabileceği kreş ve bakıcı olanaklarının azlığı, güvenilirliği veya pahalılığı özellikle bayan öğretmenlerde stres yaratmakta, akli çocuğunda kalmaktadır.
- **Teftiş Dönemi:** Okullarda öğretmenden istenen formalitenin çokluğundan müfettişlerin okula geldiği dönemlerde gerek sınıfa bir başka kişinin girmiş olmasından dolayı gerekse eksik bir şey çıkacağı korkusundan dolayı teftiş dönemlerinde geçici bir stres gözlenmiştir.
- **Ulaşım Sorunu:** Özellikle büyükşehirlerde kiraların pahalı olmasından öğretmenin çalıştığı okula yakın uygun ev yoksa öğretmenler daha uygun kiralı okula uzak evlerde oturmaktadır. Bu durum derse yetişememe sıkıntısından dolayı bir stres oluşturmaktadır.
- **Zaman Baskısı:** Öğretmenler müfredat programını belli bir zamana kadar yetiştirmeleri kanuni bir zorunluluktur.

---

<sup>60</sup> Eren, a.g.k., s. 294

<sup>61</sup> Baltaş, a.g.k., s.111.

“Zamanı etkin kullanmanın en önemli koşulu planlı olmaktır. Etkili bir öğretmen tüm öğretme-öğrenme etkinliklerini önceden planlayan öğretmendir. Bu nedenle okulda ve özellikle de sınıfta geçen zamanın akademik öğrenme etkinlikleriyle geçirilmesine dikkat edilmelidir. Planlı çalışma alışkanlığı zamanı etkili kullanmada öğretmenlere her zaman yardımcı olacaktır. Sınıf içinde zamanı kontrollü kullanma ve etkili bir iletişimi kurma açısından öğrencilere zengin öğretme ortamının sağlanması; bunun için de görsel ve işitsel öğretim materyallerinden yararlanılması gerekir.”<sup>62</sup>

- **Olumsuz Öğrenci Davranışları:** Eskidge ve Coker olumsuz öğrenci davranışlarının öğretmenlere etkisinden şöyle bahseder: “Feitler (1980)'in 3300 ilköğretim ve ortaöğretim öğretmeni üzerinde yapmış olduğu araştırmada da bulguladığı gibi, öğretmenlerde baskı yaratan en genel(evrensel) nedenin öğrenci davranışlarıyla ilgili oluşu çok daha önemlidir. Öğretmenlere göre, iş ile ilgili stresin bir numaralı nedeni, öğrencinin sürekli olarak yaptığı uyumsuz davranışlardır. Gerilim, sınıfta veya okuldaki bütün öğrencilerde görülen bir genel disiplin yetersizliğinden çok, bir veya birkaç öğrencinin sürekli olarak uyumsuz davranmaları sonucu oluşur.”<sup>63</sup>

- **Kalabalık Sınıflar:** İlk beş sınıftaki öğrenciler yaşları gereği kendi aralarındaki problemlerden, öğretmenin dikkatini çekmek istediklerinden ve buna benzer birçok sebepten öğretmene şikayete gelmekte ve öğretmeni ders veya konu dışı meşgul etmekte. Sınıftaki öğrenci sayısı yirmiye geçtiği zaman bu gürültü daha da artmakta ve öğretmenin eğitim öğretim performansını olumsuz yönde etkilemekte ve öğretmen üzerinde stres yapmaktadır.

- **Veli Baskısı:** Öğrenci velileri çocuklarını çok farklı görmekte, onlardan çok şey beklemektedir. Öğrencilerin yaşı veya seviyesi gereği yapamayacakları bilgi ve davranışı çocuktan beklemektedirler. Bu beklentilerinin öğretmenin görevi ve etki alanı olup olmadığını düşünmeden öğretmenden talep etmektedirler.

- **Rol Çatışması:** Derste bir öğrenci kişisel sorunlarıyla ilgili öğretmenle konuşmak istemekte fakat öğretmen de bir an önce derse geçmeyi düşünmek durumundadır.

---

<sup>62</sup> Demirel, Ö., Öğretme Sanatı, Ankara, 2000, s. 208.

<sup>63</sup> Eskidge, D.H.-Coker, D.R. “Öğretmenlerde Stres: Belirtileri ve Başa Çıkma Teknikleri” (Çev. M. Buluş), Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 1999, Sayı.5, s.67.

- **Uygun Olmayan Lider:** Okul müdürlerinin davranışları öğretmenlerin stersini arttırabilir veya azaltabilir. Müdür bir orkestra şefi gibi okulun bütün öğeleri eşgüdüm halinde işlevsel duruma getirmelidir. Müdürün zayıflığı, otokratik bir yönetim anlayışına sahip olması, tutarsız ve güvensiz olması ciddi bir sıkıntı meydana getirir.

### 7.3.2. Öğretmen İşlevinde Stresin Etkileri

“Elde edilen veriler stresin öğretmenlik mesleğinde bir organizasyon olarak okulu, öğretmenin performansını, kendisinin ve ailesinin fiziksel ve duygusal yönden sağlığını etkilediğini göstermektedir. Yüksek öğretmen stresi; hüsrana, saldırgan davranışlar, kaygı, kaçınma davranışları, artan devamsızlıklar, öğretmen ve öğrenci performans düzeyinde düşüşler ile sonuçlanabilir. Öğretmenler yüksek stres deneyimleri geçirdikleri zaman, öğretmen edimleri, yaratıcılık gibi, sınıf yönetimi ve sınıfta kullandıkları eğitimsel teknikler zarar görebilir.”<sup>64</sup>

Öğretmenin gereğinden fazla stresli olması kendisini, iş arkadaşlarını etkilediği gibi en önemlisi de öğrencileri etkilemektedir. Derse motive olmanın zorluğu göz önünde bulundurulursa öğretmen stresinden kaynaklanan negatif etkinin öğrenci motivasyonunu zorlaştırdığı söylenebilir.

Okullar bütün toplumlarda en kalabalık ve en stresli yerlerinden birisidir. Stres bundan dolayı öğretmenlerin başa çıkmak zorunda oldukları en önemli hastalıklardan sayılabilir. Öğretmenler stres sonucunda ülser, yüksek tansiyon, uykusuzluk ve aile sorunları gibi problemler yaşamaktadırlar.

## 8. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Özdayı<sup>65</sup> tarafından yapılan araştırmada devlet ve özel liselerde çalışan öğretmenlerin iş tatmini ve iş streslerinin karşılaştırmalı analizi ortaya konulmuştur. Araştırma sonucuna göre resmi liselerde çalışan öğretmenlerin iş tatmini düşük, stres düzeyleri yüksektir. Her iki tür okulda görev yapan öğretmenlerde de en fazla stres yapan etmenler; maaş azlığı, mesleki gelişme koşulları, öğrencileri inceleme ve araştırmaların

---

<sup>64</sup> Şeker, a.g.k., s. 19.

<sup>65</sup> Özdayı, N., Devlet ve Özel Liselerde Çalışan Öğretmenlerin İş Tatmini ve İş Streslerinin Karşılaştırmalı Analizi, İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul, 1990, s.351.

yetersizliği ve merkeze bağlılıktır. En az stres yaratan etmenlerin ise yönetim ve ilişkileri, meslekte siyasi ayrımlar, kendini yetersiz hissetme, zaman yetersizliği ve yönetimin ayrıcalıklı tutumu olarak belirlenmiştir.

Pehlivan<sup>66</sup> ın yaptığı çalışmada ücret yetersizliği, personeli değerlendirmede adaletsizlik, araç gereç yetersizliği müfettişlerde az stres yaratmakta fakat okul müdürü ve öğretmenlerde yüksek seviyede stres yaratmaktadır. Çalışma yerinde dedikodu, farklı kişilerin farklı beklentilerde olması tüm gruplarda orta seviyede stres oluşturmaktadır. En çok görülen stres belirtileri yorgunluk, uykusuzluk, gerginliktir. Yapılan işin niteliğinin düşmesi araştırmaya göre stresin performansa en olumsuz etkisidir.

Şeker'in<sup>67</sup> araştırmasına göre lise öğretmenlerinin stres kaynaklarına ilişkin algılarında en çok stres yaratan maddeler; maaşların düşüklüğü, hükümetin kararlı politika izlememesi, dernek sendika gibi mesleksel örgütlerin bulunmayışı/yetersizliği, öğretmenlik mesleğini saygınlığının düşük olması, eğitim politikaları ile ilgili kararlarda etkili olamamak, öğrencilerin ilgisizliği, iş yükünü çok fazla olması nedeni ile kendine fazla zaman ayıramama, öğrencilerin kişisel sorunları, ana babaların olumsuz etkileri olarak belirlenmiştir. En az stres yaratan etmenlerin ise; öğretmenliğin sıkıcı olması, öğretiltiklerinin ilginç olmaması, öğrencilerin beslenme giyim gibi temel gereksinimlerinden sorumlu olmak, müdürün kişisel sorunlarını çözmede yardımcı olmaması, müdürün yetersizliği, diğer öğretmenlerin yetersizliği, müdürün otoriter davranması olarak belirtilmiştir.

Aslan<sup>68</sup> Malatya ilinde yaptığı araştırmaya göre en çok etkilendikleri stres kaynağı öğrencilerin tutum ve davranışı kısmındadır. 29 ve daha düşük yaş gruplarındakiler üst yaş grubundaki öğretmenlere göre bu kısımda algıladıkları stres daha çoktur. Mesleksel görünüm, velilerin tutum ve davranışları, mesleksel güvence, yöneticilerin tutum ve davranışları kısmında ise çok düzeyde stres belirlenmiştir.

---

<sup>66</sup> Pehlivan, İ., Eğitimde Stres Kaynakları, Ankara Ün. Eğ. Bil. Enst. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara, 1993, s.87.

<sup>67</sup> Şeker, N., Lise Öğretmenlerinin Stres Kaynaklarına İlişkin Algıları ve Sınıf Atmosferi Arasındaki İlişkiler, Dokuz Eylül Üniversitesi. Eğitim Bilimler. Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir, 1995, s.51.

<sup>68</sup> Aslan, M., Öğretmenlerin Örgütsel Stres Kaynakları, Malatya, 1995.

Zoraloğlu'nun<sup>69</sup> alışmasına göre en yüksek stresör hükümetin kararlı bir politika izlememesi, maaşların düşüklüğü ve öğretmenlik mesleğinin saygınlığının düşük olması çok fazla stres düzeyinde çıkmıştır. Diğer bir stresör olan veli-ğrenci ilgisizliği kısmında ana babaların ilgisizliği çok düzeyinde stres yapıcı olarak belirlenmiştir. Fiziksel ve işle ilgili bölümlerde kalabalık sınıflar, görsel işitsel araçların bulunmaması çok düzeyde stresör olarak belirlenmiştir. Çok az düzeyde ise veli baskısı kısmı belirlenmiştir.

Öztürk'n<sup>70</sup> İzmir'de yaptığı araştırmada ilkokul ğretmenlerinin, çalıştıkları okulun iklimine ilişkin algıları, stres düzeyleri ve bu algıları ile stres düzeylerinin deneklerin kişisel özelliklerine göre farklılık gösterip göstermediği ve öğretmenlerin okul iklimine ilişkin algıları ile stres düzeyleri arasında ilişki olup olmadığı araştırılmıştır. Buna göre bayan öğretmenler erkek öğretmenlere oranla okul iklimini daha olumlu algılamaktadır. 20 ile 30 yaş grubundakiler, gecekondular, geçiş bölgesinde yaşayan öğretmenler görev yaptıkları okulun iklimi olumsuz algılamaktadır.

Başaran'ın<sup>71</sup> Edirne ilinde yaptığı araştırmaya göre orta ğretim okullarında okul yöneticisi ve öğretmenleri etkileyen stres etkenleri ücret azlığı, çalışmalarının karşılığını alamamak olarak belirlenmiştir. Stresin belirtileri ise yorgunluk, uykusuzluk, gerginlik olarak ortaya çıkmıştır. Performansa etkisi ise işe gitmede isteksizlik olarak belirlenmiştir.

---

<sup>69</sup> Zoraloğlu, Y.R., ğretmenlerin Mesleki Stres Kaynakları ve Stresin rgtsel Doğurguları, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara, 1998, s.144.

<sup>70</sup> ztrk, N., İllkokul ğretmenlerinin Alıştıkları Okul İklimine İlişkin Algıları ile Gerilim(Stres) Düzeyleri Arasındaki İlişkiler, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir, 1995, s.56.

<sup>71</sup> Başaran, İ.E., Ortaöğretim Okullarında Yönetici ve ğretmenlerin İş Stresi, Ankara, 1997, s. 121.

## II. BÖLÜM

### SINIFTAKİ ÖĞRENCİ SAYISININ İLKÖĞRETİM BİRİNCİ KADEME ÖĞRETMENLERİNİN STRES VE KAYGISI ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

#### 1. YÖNTEM

##### 1.1. Araştırma Modeli

Araştırma, ilköğretim okullarının ilk beş sınıftaki öğrenci sayılarının sınıf öğretmenin stresine olan etkisini belirlemek amacıyla ilişkisel tarama türünde planlanmıştır.

“Tarama modelleri, geçmişte ya da halen varolan bir durumu varolduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır.”<sup>72</sup>

Araştırmada araştırmacı tarafından ilköğretim okullarına gidilerek anketler öğretmenlere teslim edilmiş ve bu anketler öğretmenler tarafından doldurulmuş şekilde birgün sonra bir kısmı okul idaresinden bir kısmı da öğretmenlerin kendilerinden alınmıştır.

##### 1.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini 2007-2008 eğitim-öğretim yılında İstanbul ili Küçük Çekmece ilçesinde görev yapan ilköğretim sınıf öğretmenleri oluşturmaktadır. Araştırma için ekonomik düzeyleri birbirine yakın okullar seçilmiştir. Okullara toplam 160 anket teslim edilmiş olup bunların 123 tanesi teslim alınarak değerlendirilmiştir.

##### 1.3. Araştırmaya Katılan Öğretmenlerin Nitelikleri

**Tablo 1 Öğretmenlerin Cinsiyete Göre Dağılımı**

Cinsiyet	Frekans	%	Kümülatif %
Kadın	68	55,3	55,3
Erkek	55	44,7	100,0
Toplam	123	100,0	

72 Karasar, N., Bilimsel Araştırma Yöntemi, Ankara, 1991, s.77.

Araştırmaya 123 öğretmen katılmıştır, öğretmenlerin %55,3'ü kadın, %44,7'si ise erkektir.

**Tablo 2 Öğretmenlerin Yaşa Göre Dağılımı**

Yaş	Frekans	%	Kümülatif %
20-30	56	45,5	45,5
31-40	46	37,4	82,9
41-50	14	11,4	94,3
51 ve üstü	7	5,7	100,0
<b>Toplam</b>	123	100,0	

Öğretmenlerin çoğunluğu (%45,5) 20-30 yaş grubunda, %37,4'ü 31-40 yaş grubunda, %11,4'ü 41-50 yaş grubunda, %5,7'si ise 51 yaş ve üzerinde yer almaktadır.

**Tablo 3 Öğretmenlerin meslekte geçen hizmet sürelerine göre dağılımı**

Hizmet Süresi	Frekans	%	Kümülatif %
1-10 yıl	80	65,0	65,0
11-20 yıl	30	24,4	89,4
21-30 yıl	7	5,7	95,1
31 yıl ve üstü	6	4,9	100,0
<b>Toplam</b>	123	100,0	

Araştırmaya katılan öğretmenlerin çoğunluğu (%65) 1-10 yıldır, %24,4'ü 11-20 yıldır, %5,7'si 21-30 yıldır, %4,9'u ise 31 yıl ve daha uzun süredir hizmet vermektedir.



**Tablo 4 Öğretmenlerin kaçınıcı sınıflarda görev yaptığına göre dağılımı**

Kaçınıcı Sınıfı Okutuyorsunuz?	Frekans	%	Kümülatif %
1. Sınıf	28	22,8	22,8
2. Sınıf	41	33,3	56,1
3. Sınıf	26	21,1	77,2
4. Sınıf	17	13,8	91,1
5. Sınıf	11	8,9	100,0
<b>Toplam</b>	123	100,0	

Araştırmaya katılan öğretmenlerin %22,8'i 1. sınıf, %33,3'ü 2. sınıf, %21,1'i 3. sınıf, %13,8'i 4. sınıf ve %8,9'u ise 5. sınıf öğretmenidir.

**Tablo 5 Öğretmenlerin görev yaptıkları sınıfların öğrenci sayısına göre dağılımı**

Sınıf Mevcudu	Frekans	%	Kümülatif %
25-35 kişi	34	27,6	27,6
36-45 kişi	62	50,4	78,0
46-55 kişi	19	15,4	93,5
56-65 kişi	8	6,5	100,0
<b>Toplam</b>	123	100,0	

Öğretmenlerin çoğu (%50,4) 36-45 kişilik sınıflarda, %27,6'sı 25-35 kişilik sınıflarda, %15,4'ü 46-55 kişilik sınıflarda ve %6,5'i ise 56-65 kişilik sınıflarda görev yapmaktadır.

#### **1.4. Kullanılan Ölçme Araçları ve Testler**

Sınıftaki öğrenci sayısının ilköğretim sınıf öğretmenin stresini üzerindeki etkisini belirleyebilmek için araştırmacı tarafından bir anket uygulanmıştır. Anketin

içeriğinde durumluk ve sürekli kaygıyı belirlemek için “Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri” (State-Trait Anxiety Inventory), stres durumunu ölçmek için “İş Stresi Ölçeği” bulunmaktadır.

**Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri:**<sup>73</sup> 1964’te Speilberger ve Gorsuch tarafından geliştirilmeye başlanmış olan Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri’yle normal ve normal olmayan kişilerdeki durumluk ve sürekli kaygılarının ölçülmesi hedeflenmiştir. Bu, bir öz değerlendirme anketidir. Le Compte ve Öner tarafından Türkçe’ye çevrilmiş, lise ve üniversite öğrencilerine uygulanarak yetişkinler için sorular hazırlanmıştır.

Envanterin birinci bölümü kişinin o anda içinde bulunduğu koşullar nedeniyle kendisini geçici olarak endişeli hissedip hissetmediğinin belirlenmeye çalışıldığı “Durumluk Kaygı Ölçeği”dir. Denek o andaki duygularına göre, kendini 1. dereceden “HİÇ”, 2. dereceden “BİRAZ”, 3. dereceden “ÇOK”, 4. dereceden “TAMAMIYLA” seçerek kendinin 4 dereceli ölçekteki yerini belirler.

Durumluk Kaygı Ölçeği’nde 20 maddenin yarısı o andaki kaygı ile ilgili duyguları belirtir. Kaygı durumu doğrudan cümlelerle; sakinlik durumuysa tersine dönmüş cümlelerle ifade edilmiştir. Bu maddeler 1., 2., 5., 8., 10., 11., 15., 16., 19., 20. maddelerdir.

Kaygıyı yansıtan maddeler artı olarak, sakinlik durumu belirtenler eksi olarak puanlandırılır. Deneklerin artı ve eksi puanları toplanır ve Spielberger’in +50 sabit ağırlık puanı eklenir.

Envanterin ikinci bölümü oluşturan Sürekli Kaygı Ölçeği, deneğin geneldeki kaygı düzeyini yansıtmayı hedefler. Dört dereceli ölçekte cevaplar; 1. dereceden “HEMEN HİÇBİR ZAMAN”, 2. dereceden “BAZEN”, 3. dereceden “ÇOK ZAMAN”, 4. dereceden “HEMEN HER ZAMAN” şeklindedir. Sürekli Kaygı Ölçeğinde 1., 6., 7., 10., 13., 16., 19. cümleler tersine dönmüş cümlelerdir. Bu ölçekte 20 maddeden 13’üne artı puan, 7’sine eksi puan verilmiştir. Puanlama diğer ölçekteki gibi olup sabit ağırlık puanı 35’ tir.

---

<sup>73</sup>Karaağaç, E., Deprem Bölgesinde Yaşayan İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinin Stres ile Başa Çıkma Yolları, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, 2001, s.44.

**İş Stresi Ölçeği:** Baltaş ve Baltaş'tan<sup>74</sup> alınan iş stresi ölçeği 15 sorudan oluşmaktadır. Sorularla ilgili olarak belirtilen düşünceler; 1 Hiçbir zaman, 2 Ender olarak, 3 Bazen, 4 Sık sık, 5 hemen hemen her zaman şeklindedir. Bu düşünceleri temsil eden puanlar toplanır 15'e bölünür. Elde edilen sayı iş stresi puanıdır.

1,0 – 1,3	B
1,4 – 1,9	C
2,0 – 2,5	D
2,6 – 3,1	E
3,2 – 3,4	F
3,5 – 4,0	A

- A- Sağlığı ve verimliliği ciddi olarak tehdit eden ağır rizk düzeyi.
- B- Kişiyi önemli olduğunu hissettirmeyen, onun kapasitesini kullanmasına imkan vermeyen ve yeterli uyarım sağlayamayan, dolayısıyla can sıkıntısından ve önemsizlik duygusundan kaynaklanan stres düzeyi.
- C- Uyarıcı yönleri olan, ancak hafifi bir iş. Başarı güdüsü yüksek biri için sıkıcı, mücadelecisi olmayan biri için uygun bir iş stresi düzeyi.
- D- Sağlık ve verimlilik açısından en elverişli iş stresi düzeyi.
- E- Uyarıcılığı yüksek, sorumluluğu fazla ancak kişiyi çekici gelen iş stresi düzeyi. Bazı yönleriyle kişiyi zorlayarak verimliliği artırırken, bazı yönleriyle de sağlığı tehdit edebilir.
- F- Sorumluluk düzeyi yüksek, kişiyi zaman açısından zorlayan, dinlenmeye ve aile ilişkilerine imkan tanımayan, bu sebeple sağlık ve verimlilik için tehdit oluşturan stres düzeyi.

---

<sup>74</sup> Baltaş, A.,Z., Stres ve Başaıkma Yolları, İstanbul,2004, s.95-96.

## 2. BULGULAR VE YORUMLAR

İlköğretim okullarında birinci kademedeki görev yapan sınıf öğretmenlerinde sınıf sayısının strese ve kaygıya etkisinin incelenmesi amacıyla farklı ilköğretim okullarında görev yapan toplam 123 öğretmene anket uygulanmıştır. Bu anket, demografik soruların yanı sıra durumluk kaygıyı ölçmeye yönelik 20 soru, sürekli kaygıyı ölçmeye yönelik 20 soru ve iş stresini ölçmeye yönelik 15 soru olmak üzere üç bölümden oluşmaktadır.

### 2.1. İş Stresi Ölçeği ve Dağılımı

Öğretmenlerin iş stresini ölçmeye yönelik olarak sorulan 15 soruya verdikleri cevaplardan hareketle, sorulardan aldıkları puanların toplanıp 15'e bölünmesi ile her bir öğretmene ait iş stresi puanı elde edilmiştir. Bu değişken "iş stresi ölçeği" olarak adlandırılmıştır. Analizlerde bu değişken kullanılmıştır.

Alt problemlere yanıt bulmak amacıyla kullanılacak tekniklerin belirlenmesi amacıyla iş stresi ölçeğinin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov-Smirnov Testi ile test edilmiştir. Test sonucuna göre;  $p=0,31 > \alpha = 0,05$  olduğundan değişkenin dağılımının normal dağılım olduğunu söyleyen  $H_0$  hipotezi kabul edilir. Değişken normal dağılım varsayımını sağladığından verilerin analizinde parametrik yöntemler kullanılacaktır.

**Tablo 6 İş Stresi Ölçeği İçin Normallik Testi**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	İş Stresi Ölçeği
Kolmogorov-Smirnov Z	0,964
Çift Taraflı Kuyruk Olasılığı	0,310

**Tablo 7 Öğretmen İş Stresi Ölçeğini Oluşturan Sorularına Ait Tanımlayıcı İstatistikler**

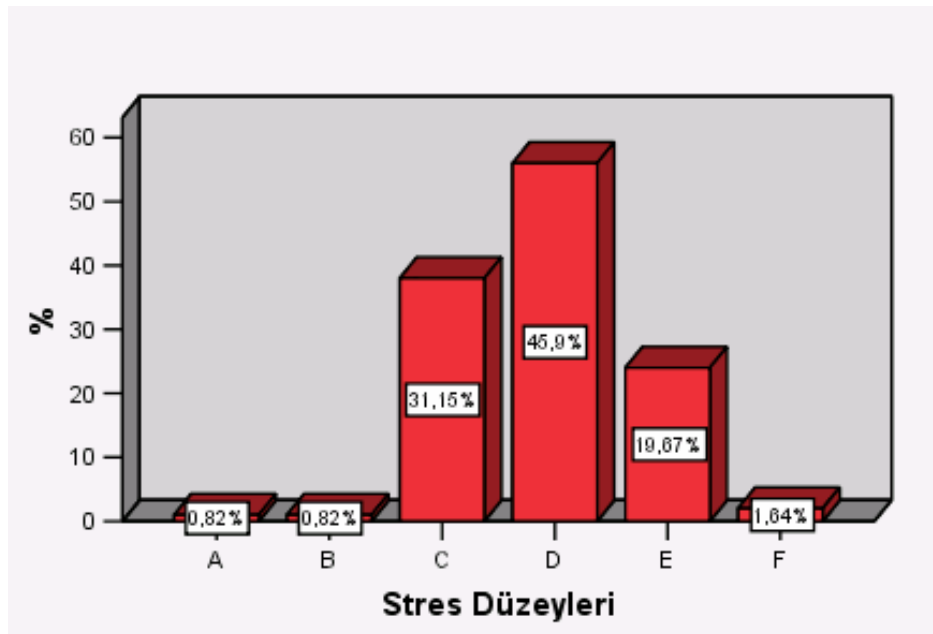
<b>İş Stresi Ölçeği Soruları</b>	<b>Min.Değer</b>	<b>Maks.Değer</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Std.Hata</b>
Sorumluluklarınızı yerine getirmek için yeterli yetkinizin olmadığını hisseder misiniz?	1	5	2,352	1,012
İşinizin amacı ve taşıdığınız sorumluluklar konusunda tereddüde düşer misiniz?	1	5	2,025	0,895
İşinizde ilerleme ve gelişme konusunda sizin için var olan imkanlardan şüpheye düşer misiniz?	1	5	2,418	0,880
Normal bir iş gününde bitirilemeyecek kadar ağır bir iş yükünüz olduğunu hisseder misiniz?	1	5	2,418	0,943
Çevrenizdeki kimselerin birbirleriyle çatışan taleplerini karşılamayacağınızı düşünür müsünüz?	1	5	2,361	0,863
İşinizin gerektirdiği eğitime tam olarak sahip olmadığınızı hisseder misiniz?	1	5	1,844	0,996
Amirlerinizin iş başarınız konusundaki değerlendirmelerini bilir misiniz?	1	5	2,664	1,169
İşinizi yapmak için gerekli olan bilgileri elde etmek konusunda güçlüklerle karşılaşır mısınız?	1	5	2,115	0,845
Tanıdığınız insanların hayatlarını etkileyecek kararlar konusunda endişe duyar mısınız?	1	5	2,893	0,977
İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hisseder misiniz?	1	5	<b>1,639</b>	0,844
Amirinizin sizi etkileyen karar ve davranışlarını yönlendiremediğinizi hisseder misiniz?	1	5	2,287	1,110
Birlikte çalıştığınız kimselerin sizden tam olarak ne beledikleri konusunda tereddüde düşer misiniz?	1	5	1,893	0,811
Yapmak zorunda olduğunuz iş miktarının işinizin kalitesini olumsuz yönde etkilediğini düşünür müsünüz?	1	5	2,721	1,152
Daha iyisinin nasıl yapılacağını bildiğiniz halde, işinizi bunun dışında yapmak zorunda kalır mısınız?	1	5	2,451	1,029
İşinizin aile hayatınıza engel olduğunu hisseder misiniz?	1	5	<b>1,549</b>	0,844

Soru ortalamalarının çoğu 2(Ender olarak)'nin üzerinde veya yakın olduğundan araştırmaya katılan öğretmenlerin genellikle belirtilen yargıların kendilerine ender olarak uyduğunu belirttiklerini söyleyebiliriz. En düşük ortalamalar ise 1,549 ile “İşinizin aile hayatınıza engel olduğunu hisseder misiniz?” ve 1,639 ile “İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hisseder misiniz?” sorularına aittir.

**Tablo 8 Öğretmenlerin Stres Düzeylerine Göre Dağılımı**

Stres Düzeyleri	Frekans	%
A	1	0,82
B	1	0,82
C	38	<b>31,15</b>
D	56	<b>45,90</b>
E	24	19,67
F	2	1,64
<b>Toplam</b>	123	100,00

**Şekil 1 Öğretmenlerin Stres Düzeylerine Göre Dağılımı**



İş stresi puanlarından hareketle öğretmenlerin stres düzeyleri belirlenmiştir.

**Tablo 9 Stres Düzeyleri**

Stres Puanı	Stres Düzeyi	Açıklama
1,0–1,3	B	B. Kişiyeye önemli olduğunu hissettirmeyen, onun kapasitesini kullanmasına imkan vermeyen ve yeterli uyarım sağlamayan, dolayısıyla can sıkıntılarından ve önemsizlik duygusundan kaynaklanan stres düzeyi.
1,4–1,9	C	C. Uyarıcı yönleri olan ancak hafif bir iş. Başarı güdüsü yüksek biri için sıkıcı mücadeleci olmayan biri için uygun bir iş stresi düzeyi.
2,0–2,5	D	D. Sağlık ve verimlilik açısından en verimli iş düzeyi
2,6–3,1	E	E. Uyarıcılığı yüksek, sorumluluğu fazla ancak kişiyeye çekici gelen iş stresi düzeyi. Bazı yönleriyle kişiyeye zorlayarak verimliliği artırırken, bazı yönleriyle de sağlığı tehdit edebilir.
3,2–3,4	F	F. Sorumluluk düzeyi yüksek, kişiyeye zaman açısından zorlayan dinlenmeye ve aile ilişkilerine imkan tanımayan bu sebeple sağlık ve verimlilik için tehdit oluşturan stres düzeyi.
3,5–4,0	A	A. Sağlığı ve verimliliği ciddi olarak tehdit eden ağır risk düzeyi.

75

Araştırmaya katılan öğretmenlerin %45,9'u D stres düzeyinde, %31,15'i C stres düzeyinde, %19,67'si E stres düzeyindedir. A ve B stres düzeyinde birer kişi (%0,8), F stres düzeyinde ise 2 kişi (%1,64) bulunmaktadır.

### **2.1. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde cinsiyete bağlı olarak stres durumu**

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde cinsiyete bağlı olarak stres durumunun farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması için t-testi kullanılmıştır.

<sup>75</sup> Baltaş, a.g.k., s.95.

**Tablo 10 Öğretmenlerin Cinsiyetine Bağlı Olarak İş Stresi**

İş Stresi Ölçeği				
Cinsiyet	Birim Sayısı	Ortalama	Std Hata	Ort. Std. Hata
Kadın	67	2,203	0,383	0,047
Erkek	55	2,290	0,494	0,067

İş Stresi Ölçeği						
t	Serbestlik derecesi	Çift taraflı kuyruk olasılığı	Ortalama Farkı	Std. Hata	95% Güven aralığı	
					Alt Limit	Üst Limit
-1,065	100,530	0,289	-0,087	0,081	-0,248	0,075

Bayan öğretmenlerin iş stresi ölçeği ortalaması 2,203, erkeklerin ise 2,29'dur. t-testi sonucuna göre; İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde cinsiyete göre stres durumu farklılık göstermez. ( $p=0,289 > \alpha=0,05$ )

Ölçeği oluşturan soruları ayrı ayrı incelemek amacıyla 15 soru da normal dağılım varsayımını sağlamadığından cinsiyete göre farklılığın olup olmadığının belirlenmesi amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.



**Tablo 11 İş Stresi Ölçeği Soruları İçin Normallik Testi Sonuçları**

<b>İş Stresi Ölçeği Soruları</b>	<b>Kolmogorov-Smirnov Z</b>	<b>Çift Taraflı Kuyruk Olasılığı</b>
Sorumluluklarınızı yerine getirmek için yeterli yetkinizin olmadığını hisseder misiniz?	2,368	0,000
İşinizin amacı ve taşıdığınız sorumluluklar konusunda tereddüde düşer misiniz?	2,475	0,000
İşinizde ilerleme ve gelişme konusunda sizin için var olan imkanlardan şüpheye düşer misiniz?	2,379	0,000
Normal bir iş gününde bitirilemeyecek kadar ağır bir iş yükünüz olduğunu hisseder misiniz?	2,615	0,000
Çevrenizdeki kimselerin birbirleriyle çatışan taleplerini karşılamayacağınızı düşünür müsünüz?	2,423	0,000
İşinizin gerektirdiği eğitime tam olarak sahip olmadığınızı hisseder misiniz?	3,061	0,000
Amirlerinizin iş başarınız konusundaki değerlendirmelerini bilir misiniz?	1,923	0,001
İşinizi yapmak için gerekli olan bilgileri elde etmek konusunda güçlükle karşılaşır mısınız?	2,498	0,000
Tanıdığınız insanların hayatlarını etkileyecek kararlar konusunda endişe duyar mısınız?	2,327	0,000
İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hisseder misiniz?	3,770	0,000
Amirinizin sizi etkileyen karar ve davranışlarını yönlendiremediğinizi hisseder misiniz?	2,575	0,000
Birlikte çalıştığınız kimselerin sizden tam olarak ne beledikleri konusunda tereddüde düşer misiniz?	2,501	0,000
Yapmak zorunda olduğunuz iş miktarının işinizin kalitesini olumsuz yönde etkilediğini düşünür müsünüz?	2,142	0,000
Daha iyisinin nasıl yapılacağını bildiğiniz halde, işinizi bunun dışında yapmak zorunda kalır mısınız?	2,504	0,000

İşinizin aile hayatınıza engel olduğunu hisseder misiniz?	4,126	0,000
---	-------	-------

İş stresi ölçeğini oluşturan soruların normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov-Smirnov Testi ile test edilmiştir. Test sonucuna göre; tüm değişkenler için  $p=0,00 < \alpha = 0,05$  olduğundan değişkenin dağılımının normal dağılım olduğunu söyleyen  $H_0$  hipotezi reddedilir.

Mann Whitney-U Test sonuçlarına göre;

- Sadece öğretmenlerin, işte kendilerinin çevredekiler tarafından hoşlanılmadığını ve kabul edilmediğini hissetmesi açısından cinsiyete göre fark vardır. ( $p=0,022 < \alpha=0,05$ )

**Tablo 12 Mann Whitney-U Testi**

	<b>İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hisseder misiniz?</b>
<b>Mann-Whitney U</b>	1445,5
<b>Wilcoxon W</b>	3723,5
<b>Z</b>	-2,286
<b>Çift taraflı kuyruk olasılığı</b>	0,022

	<b>Cinsiyet</b>	<b>N</b>	<b>Mean Rank</b>
<b>İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hisseder misiniz?</b>	<b>Kadın</b>	67	55,5746269
	<b>Erkek</b>	55	<b>68,7181818</b>
	<b>Total</b>	122	

Söz konusu yargı için kadınların sıra ortalaması 55,57, erkeklerin ise 68,71'dir. Erkekler, işte kendilerinin çevredekiler tarafından hoşlanılmadığını ve kabul edilmediğini bayanlardan daha fazla hissetmektedir.

## **2.2. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde yaşa bağlı olarak stres durumu**

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde yaşa bağlı olarak stres durumunun farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması için Varyans Analizi kullanılmıştır.

Varyans analizinin kullanılabilmesi için örneklemelerin seçildiği anakütlelerin varyansları eşit olması gerekir. Varyans eşitliğinin sınanması için Levene Testi kullanılmıştır.

Levene  $F=1,370 \rightarrow p=0,256 > \alpha =0,05$  olduğundan  $H_0$  kabul edilir, varyanslar homojendir. Varyans analizinin temel varsayımı sağlandığından elde edilen sonuçların sağlıklı olduğunu söyleyebiliriz.

**Tablo 13 Öğretmenlerin Yaşa Bağlı Olarak Varyans Eşitliği Testi**

Varyans Eşitliği Testi			
İş Stresi Ölçeği			
Levene İstatistiği	Serbestlik Derecesi (1)	Serbestlik Derecesi (2)	p
1,370	3	118	0,256

**Tablo 14 Öğretmenlerin Yaşa Bağlı Olarak Varyans Analizi Tablosu**

İş Stresi Ölçeği	Ort. Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Ort. Kare	F	Kuyruk Olasılığı
Gruplar Arası	0,912	3	0,304	1,617	0,189
Gruplar İçi	22,183	118	0,188		
Toplam	23,095	121			

Varyans analizi sonucuna göre; İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde yaşa bağlı olarak stres durumu farklılık göstermez. ( $p=0,189 > \alpha=0,05$ )

Ölçeği oluşturan soruların ayrı ayrı incelenmesi için değişkenler normal dağılım varsayımını sağlamadığından Kruskal Wallis H Testi kullanılmıştır.

**Tablo 15 Öğretmenlerin Yaşa Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi**

Amirlerinizin iş başarınız konusundaki değerlendirmelerini	Yaş	N	Mean Rank
--	-----	---	-----------

	<b>20-30</b>	56	56,518
	<b>31-40</b>	46	58,891
	<b>41-50</b>	13	75,462
	<b>51 ve üstü</b>	7	<b>92,571</b>
	<b>Toplam</b>	122	

	<b>Amirlerinizin iş başarılarınız konusundaki değerlendirmelerini bilir misiniz?</b>
<b>Ki-kare</b>	9,387
<b>Serbestli Derecesi</b>	3
<b>p</b>	0,025

Test sonucuna göre; öğretmenlerin, amirlerinin kendilerinin iş başarıları konusundaki değerlendirmelerini bilme açısından yaşa göre farklılık vardır. ( $p=0,025 < \alpha=0,05$ ) Sıra ortalamaları incelendiğinde, yüksek yaş gruplarındaki öğretmenlerin, amirlerinin iş başarıları hakkındaki değerlendirmelerini düşük yaş gruplarından daha fazla bildiğini söyleyebiliriz.

**Tablo 16 Öğretmenlerin Yaşına Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi**

<b>İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hisseder misiniz?</b>	<b>Yaş</b>	<b>N</b>	<b>Mean Rank</b>
	<b>20-30</b>	56	54,259
	<b>31-40</b>	46	64,641
	<b>41-50</b>	13	60,115
	<b>51 ve üstü</b>	7	<b>101,357</b>
	<b>Toplam</b>	122	

	<b>İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hisseder misiniz?</b>
<b>Ki-kare</b>	14,560

Serbestli Derecesi	3
p	0,002

Öğretmenlerin, işte çevredekiler tarafından hoşlanılmadığını ve kabul edilmediğini hissetme açısından yaşa göre farklılık vardır. ( $p=0,002 < \alpha=0,05$ ) Sıra ortalamaları incelendiğinde, yüksek yaş gruplarındaki öğretmenlerin, işte çevredekiler tarafından hoşlanılmadığını ve kabul edilmediğini düşük yaş gruplarından daha fazla hissettiğini söyleyebiliriz.

Bu belirtilen iki yargı dışındakiler için yaşa göre farklılık yoktur.

### 2.3. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde hizmet süresine bağlı olarak stres durumu

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde hizmet süresine bağlı olarak stres durumunun farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması için Varyans Analizi kullanılmıştır.

Varyans eşitliğinin sınanması için kullanılan Levene Testi sonucuna göre, Levene  $F=0,394 \rightarrow p=0,757 > \alpha=0,05$  olduğundan  $H_0$  kabul edilir, varyanslar homojendir.

**Tablo 17 Öğretmenlerin Hizmet Süresine Bağlı Olarak Varyans Eşitliği Testi**

Varyans Eşitliği Testi			
İş Stresi Ölçeği			
Levene İstatistiği	Serbestlik Derecesi (1)	Serbestlik Derecesi (2)	p
0,394	3	118	0,757

**Tablo 18 Öğretmenlerin Hizmet Süresine Bağlı Olarak Varyans Analizi Tablosu**

İş Stresi Ölçeği	Ort. Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Ort. Kare	F	Kuyruk Olasılığı
Gruplar Arası	0,963	3	0,321	1,712	0,168

<b>Gruplar İçi</b>	22,132	118	0,188		
<b>Toplam</b>	23,095	121			

Varyans analizi sonucuna göre; İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde hizmet süresine bağlı olarak stres durumu farklılık göstermez. ( $p=0,168 > \alpha=0,05$ )

Ölçeği oluşturan soruların ayrı ayrı incelenmesi için değişkenler normal dağılım varsayımını sağlamadığından Kruskal Wallis H Testi kullanılmıştır.

**Tablo 19 Öğretmenlerin Hizmet Süresine Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi**

İşinizi yapmak için gerekli olan bilgileri elde etmek konusunda güçlüklerle karşılaşır mısınız?	Hizmet Süresi	N	Mean Rank
	1-10	80	59,325
	11-20	29	70,672
	21-30	7	<b>33,571</b>
	30 ve üstü	6	78,75
	<b>Toplam</b>	122	

	İşinizi yapmak için gerekli olan bilgileri elde etmek konusunda güçlüklerle karşılaşır mısınız?
<b>Ki-kare</b>	9,095
<b>Serbestli Derecesi</b>	3
<b>p</b>	0,028

Test sonucuna göre; öğretmenlerin, işlerini yapmak için gerekli olan bilgileri elde etmede güçlüklerle karşılaşma açısından öğretmenlerin hizmet sürelerine göre farklılık vardır. ( $p=0,028 < \alpha=0,05$ ) Sıra ortalamaları incelendiğinde, işini yapmak için gerekli olan bilgileri elde etme konusunda en az güçlüklerle karşılaşan grup 21-30 yıldır hizmet veren öğretmenlerdir. Buna karşılık en çok güçlüklerle karşılaştığını belirten grup ise, 30 yıl ve daha fazla süredir hizmet veren öğretmenlerdir.

**Tablo 20 Öğretmenlerin Hizmet Süresine Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi**

Tanıdığınız insanların	Hizmet Süresi	N	Mean Rank
------------------------	---------------	---	-----------

	<b>1-10</b>	80	62,269
	<b>11-20</b>	29	53,293
	<b>21-30</b>	7	<b>93,571</b>
	<b>30 ve üstü</b>	6	53,500
	<b>Toplam</b>	122	

	<b>Tanıdığınız insanların hayatlarını etkileyecek kararlar konusunda endişe duyar mısınız?</b>
<b>Ki-kare</b>	8,493
<b>Serbestli Derecesi</b>	3
<b>p</b>	0,037

Öğretmenlerin, tanıdıkları insanların hayatlarını etkileyecek kararlar konusunda endişe duymaları açısından öğretmenlerin hizmet sürelerine göre farklılık vardır. ( $p=0,037 < \alpha=0,05$ ) Sıra ortalamaları incelendiğinde, tanıdıkları insanların hayatlarını etkileyecek kararlar konusunda en fazla endişe duyanlar 21-30 yıldır hizmet veren öğretmenlerdir.

**Tablo 21 Öğretmenlerin Hizmet Süresine Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi**

<b>İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hissedermisiniz?</b>	<b>Hizmet Süresi</b>	<b>N</b>	<b>Mean Rank</b>
	<b>1-10</b>	80	56,619
	<b>11-20</b>	29	61,293
	<b>21-30</b>	7	86,929
	<b>30 ve üstü</b>	6	<b>97,917</b>
	<b>Toplam</b>	122	

	<b>İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hissedermisiniz?</b>
<b>Ki-kare</b>	14,415

Serbestli Derecesi	3
p	0,002

Öğretmenlerin, işte çevredekiler tarafından hoşlanılmadığını ve kabul edilmediğini hissetme açısından öğretmenlerin hizmet sürelerine göre farklılık vardır. ( $p=0,002 < \alpha=0,05$ ) Sıra ortalamaları incelendiğinde, işte çevredekiler tarafından hoşlanılmadığını ve kabul edilmediğini en fazla hissedenler 30 yıl ve daha uzun süredir hizmet veren öğretmenlerdir.

Bu belirtilen üç yargı dışındakiler için hizmet süresine göre farklılık yoktur.

#### **2.4. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde kaçınıcı sınıfı okuttuğuna bağlı olarak stres durumu**

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde kaçınıcı sınıf okuttuğuna bağlı olarak stres durumunun farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması için Varyans Analizi kullanılmıştır.

Varyans eşitliğinin sınanması için kullanılan Levene Testi sonucuna göre, Levene  $F=2,579 \rightarrow p=0,041 < \alpha =0,05$  olduğundan  $H_0$  reddedilir, varyanslar homojen değildir. Varyans Analizi'nin eşit varyans varsayımı sağlanamadığından alternatifi olan Kruskal Wallis H Testi uygulanmıştır.

**Tablo 22 Öğretmenlerin Kaçınıcı Sınıfı Okuttuğuna Bağlı Olarak Levene Testi, Varyans Eşitliğinin Sınanması**

Varyans Eşitliği Testi
İş Stresi Ölçeği



Levene İstatistiği	Serbestlik Derecesi (1)	Serbestlik Derecesi (2)	p
2,579	4	117	0,041

**Tablo 23 Öğretmenlerin Kaçınıcı Sınıfı Okuttuğuna Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi**

	Kaçınıcı Sınıfı Okutuyorsunuz?	N	Mean Rank
	İş Stresi Ölçeği	1. Sınıf	28
2. Sınıf		41	55,415
3. Sınıf		26	54,808
4. Sınıf		16	65,406
5. Sınıf		11	75,273
Toplam		122	

	İş Stresi Ölçeği
Ki-kare	5,279
Serbestli Derecesi	4
p	0,260

Test sonucuna göre; İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde kaçınıcı sınıfı okuttuğuna bağlı olarak stres durumu farklılık göstermez.( $p=0,260 > \alpha=0,05$ )

Ölçeği oluşturan soruların ayrı ayrı incelenmesi için değişkenler normal dağılım varsayımını sağlamadığından Kruskal Wallis H Testi kullanılmıştır.

**Tablo 24 Öğretmenlerin Kaçınıcı Sınıfı Okuttuğuna Bağlı Olarak Kruskal Wallis H**

## Testi

İşinizin amacı ve taşıdığınız sorumluluklar konusunda tereddüde düşer misiniz?	Kaçıncı Sınıfı		
	Okutuyorsunuz?	N	Mean Rank
	1. Sınıf	28	71,054
	2. Sınıf	41	52,976
	3. Sınıf	26	58,173
	4. Sınıf	16	57,875
	5. Sınıf	11	82,091
Toplam	122		

	İşinizin amacı ve taşıdığınız sorumluluklar konusunda tereddüde düşer misiniz?
Ki-kare	9,579
Serbestli Derecesi	4
p	0,048

Öğretmenlerin, işinin amacı ve taşıdığı sorumluluklar konusunda tereddüde düşmeleri açısından kaçınıcı sınıfı okuttuklarına göre farklılık vardır. ( $p=0,048 < \alpha=0,05$ ) Sıra ortalamaları incelendiğinde, işinin amacı ve taşıdığı sorumluluklar konusunda en fazla 5. sınıf öğretmenlerinin tereddüde düştüğünü söyleyebiliriz. 5. sınıf öğretmenlerinden sonra en çok tereddüt duyanlar ise 1. sınıf öğretmenleridir.

**Tablo 25 Öğretmenlerin Kaçınıcı Sınıfı Okuttuğuna Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi**

İşinizde ilerleme ve gelişme konusunda sizin için var olan imkanlardan şüpheye düşer misiniz?	Kaçıncı Sınıfı		
	Okutuyorsunuz?	N	Mean Rank
	1. Sınıf	28	75,161
	2. Sınıf	41	62,622
	3. Sınıf	26	51,827
	4. Sınıf	16	46,531
	5. Sınıf	11	67,182

	<b>Toplam</b>	122	
--	---------------	-----	--

	<b>İşinizde ilerleme ve gelişme konusunda sizin için var olan imkanlardan şüpheye düşer misiniz?</b>
<b>Ki-kare</b>	10,560
<b>Serbestli Derecesi</b>	4
<b>p</b>	0,032

Öğretmenlerin, işlerinde ilerleme ve gelişme konusunda kendileri için var olan imkanlardan şüpheye düşme açısından kaçınıcı sınıfı okuttuklarına göre farklılık vardır. ( $p=0,032 < \alpha=0,05$ ) Sıra ortalamaları incelendiğinde, en çok 1. sınıf öğretmenlerinin , işlerinde ilerleme ve gelişme konusunda kendileri için var olan imkanlardan şüphe duyduklarını söyleyebiliriz.

**Tablo 26 Öğretmenlerin Kaçınıcı Sınıfı Okuttuğuna Bağlı Olarak Kruskal Wallis H Testi**

	<b>Kaçınıcı Sınıfı</b>	<b>N</b>	<b>Mean Rank</b>
	<b>Okutuyorsunuz?</b>		
<b>Normal bir iş gününde bitirilemeyecek kadar ağır bir iş yükünüz olduğunu hisseder misiniz?</b>	<b>1. Sınıf</b>	28	<b>78,518</b>
	<b>2. Sınıf</b>	41	53,854
	<b>3. Sınıf</b>	26	58,019
	<b>4. Sınıf</b>	16	62,531
	<b>5. Sınıf</b>	11	53,409
	<b>Toplam</b>	122	

	<b>Normal bir iş gününde bitirilemeyecek kadar ağır bir iş yükünüz olduğunu hisseder misiniz?</b>
--	---

Ki-kare	10,237
Serbestli Derecesi	4
p	0,037

Öğretmenlerin, normal bir iş gününde bitirilemeyecek kadar ağır bir iş yükü olduğunu hissetme açısından kaçınıcı sınıfı okuttuklarına göre farklılık vardır. ( $p=0,037 < \alpha=0,05$ ) Sıra ortalamaları incelendiğinde, en çok 1. sınıf öğretmenlerinin, normal bir iş gününde bitirilemeyecek kadar ağır bir iş yükü olduğunu hissettiği söylenebilir.

Bu belirtilen üç yargı dışındakiler için öğretmenlerin kaçınıcı sınıfı okuttuğuna göre farklılık yoktur.

## 2.5. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde sınıftaki öğrenci sayısına bağlı olarak stres durumu

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde sınıftaki öğrenci sayısına bağlı olarak stres durumunun farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması için Varyans Analizi kullanılmıştır.

Varyans eşitliğinin sınanması için kullanılan Levene Testi sonucuna göre, Levene  $F=1,593 \rightarrow p=0,195 > \alpha=0,05$  olduğundan  $H_0$  kabul edilir, varyanslar homojendir.

**Tablo 27 Sınıftaki Öğrenci Sayısına Bağlı Olarak İş Stresi Varyans Eşitliğinin Sınanması, Varyans Analizi, Levene Testi**

Varyans Eşitliği Testi					
İş Stresi Ölçeği					
Levene İstatistiği	Serbestlik Derecesi (1)	Serbestlik Derecesi (2)	p		
1,593	3	118	0,195		
İş Stresi Ölçeği	Ort. Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Ort. Kare	F	Kuyruk Olasılığı
Gruplar Arası	0,706	3	0,235	1,240	0,298
Gruplar İçi	22,389	118	0,190		
Toplam	23,095	121			

Varyans analizi sonucuna göre; İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde sınıf mevcuduna bağlı olarak stres durumu farklılık göstermez. ( $p=0,298 > \alpha=0,05$ )

Ölçeği oluşturan soruların ayrı ayrı incelenmesi için değişkenler normal dağılım varsayımını sağlamadığından Kruskal Wallis H Testi kullanılmıştır.

**Tablo 28 Sınıftaki Öğrenci Sayısına Bağlı Olarak Öğretmenlerde İş Stresi Kruskal Wallis H Testi**

İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hisseders misiniz?	Sınıf Mevcudu	N	Mean Rank
	25-35	33	52,470
	36-45	62	65,121
	46-55	19	<b>73,895</b>
	56-65	8	41,250
	<b>Toplam</b>	122	

	İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hisseders misiniz?
<b>Ki-kare</b>	9,720
<b>Serbestli Derecesi</b>	3
<b>p</b>	0,021

Test sonucuna göre; öğretmenlerin, işte çevredekiler tarafından hoşlanılmadığını ve kabul edilmediğini hissetme açısından sınıf mevcuduna göre farklılık vardır. ( $p=0,021 < \alpha=0,05$ ) Sıra ortalamaları incelendiğinde, işte çevredekiler tarafından hoşlanılmadığını ve kabul edilmediğini en fazla hissedenler 46-55 kişilik sınıflarda eğitim veren öğretmenlerdir.

**Tablo 29 Sınıftaki Öğrenci Sayısına Bağlı Olarak Öğretmenlerde İş Stresi Kruskal Wallis H Testi**

Yapmak zorunda olduğunuz iş miktarının işinizin kalitesini olumsuz yönde etkilediğini düşünür müsünüz?	Sınıf Mevcudu	N	Mean Rank
	25-35	33	46,682
	36-45	62	61,863
	46-55	19	74,553
	56-65	8	<b>88,813</b>
	<b>Toplam</b>	122	

	<b>Yapmak zorunda olduğunuz iş miktarının işinizin kalitesini olumsuz yönde etkilediğini düşünür müsünüz?</b>
<b>Ki-kare</b>	14,076
<b>Serbestli Derecesi</b>	3
<b>p</b>	0,003

Öğretmenlerin, yapmak zorunda oldukları iş miktarının işinin kalitesini olumsuz yönde etkilediğini düşünme açısından okuttukları sınıfın sınıf mevcuduna göre farklılık vardır. ( $p=0,003 < \alpha=0,05$ ) Sıra ortalamaları incelendiğinde, en çok 56-65 kişilik sınıflarda eğitim veren öğretmenlerin, yapmak zorunda oldukları iş miktarının işinin kalitesini olumsuz yönde etkilediğini düşündüğünü söyleyebiliriz. Tablodan da görüldüğü gibi sınıf mevcudu arttıkça öğretmenler yapılması gereken iş miktarının işin kalitesini daha olumsuz yönde etkilediğini düşünmektedir.

Bu belirtilen iki yargı dışındakiler için sınıf mevcuduna göre farklılık yoktur.

**Tablo 30 Öğretmenlerin Okuttukları Sınıftaki Öğrenci Sayısına ve Stres Düzeylerine Göre Dağılımı**

Sınıf Mevcudu		Stres Düzeyleri						Toplam
		A	B	C	D	E	F	
25-35	Frekans	0	0	13	16	4	0	33
	%	0	0	39,39	48,48	12,12	0	100

<b>36-45</b>	Frekans	1	1	19	28	12	1	62
	%	1,61	1,61	30,65	45,16	19,35	1,61	100
<b>46-55</b>	Frekans	0	0	4	9	5	1	19
	%	0	0	21,05	47,37	26,32	5,26	100
<b>56-65</b>	Frekans	0	0	2	3	3	0	8
	%	0	0	25	37,5	37,5	0	100
<b>Toplam</b>	Frekans	1	1	38	56	24	2	122
	%	0,82	0,82	31,15	45,90	19,67	1,64	100

Okuttuğu sınıfın, sınıf mevcudu 25-35 öğrenci arasında olanların %39,39'u C stres düzeyinde, % 48,48'i D stres düzeyinde, %12,12'si E stres düzeyindedir. A, B ve F stres düzeylerinde öğretmen bulunmamaktadır.

Okuttuğu sınıfın, sınıf mevcudu 36-45 öğrenci arasında olanların %30,65'i C stres düzeyinde, % 45,16'si D stres düzeyinde, %19,35'i E stres düzeyindedir. A, B ve F stres düzeylerinde olanların oranları ise %1,61'dir.

Okuttuğu sınıfın, sınıf mevcudu 46-55 öğrenci arasında olanların %21,05'i C stres düzeyinde, % 47,37'si D stres düzeyinde, %26,32'si E stres düzeyindedir. A ve B stres düzeylerinde öğretmen bulunmazken F stres düzeyinde olanların oranı ise %5,26'dır.

Okuttuğu sınıfın, sınıf mevcudu 56-65 öğrenci arasında olanların %25'i C stres düzeyinde, % 37,5'i D stres düzeyinde, %37,5'i E stres düzeyindedir. A, B ve F stres düzeylerinde olan öğretmen yoktur.

Genel olarak bakıldığında, öğretmenlerin %31,15'i C, %45,9'u D, %19,67'si E, %1,64'ü F, %0,82'si A ve %0,82'si ise B stres düzeyindedir.

## **2.6. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, cinsiyet değişkenine bağlı olarak durumluk kaygı**

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, cinsiyet değişkenine bağlı olarak

durumluk kaygının farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması için t-testi kullanılmıştır.

**Tablo 31 Öğretmenlerin Cinsiyetlerine Göre Durumluk Kaygı t-testi**

Durumluk Kaygı Ölçeği						
t	Serbestlik derecesi	Çift taraflı kuyruk olasılığı	Ortalama Farkı	Std. Hata	95% Güven aralığı	
					Alt Limit	Üst Limit
0,985	121	0,326	1,48235	1,50453	-1,49626	4,46097

Durumluk Kaygı Ölçeği				
Cinsiyetiniz	Birim Sayısı	Ortalama	Std Hata	Ort. Std. Hata
Bay	68	39,8824	8,67752	1,05230
Bayan	55	38,4000	7,79744	1,05141

Bayan öğretmenlerin durumluk kaygı ölçeği ortalaması 38,4, erkeklerin ise 39,88'dir. t-testi sonucuna göre İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, cinsiyet değişkenine bağlı olarak durumluk kaygı farklılık göstermez. ( $p=0,326 > \alpha=0,05$ )

Ölçeği oluşturan soruları ayrı ayrı incelemek amacıyla 20 soru da cinsiyete göre farklılığın olup olmadığının belirlenmesi amacıyla, soruların normal dağılmadığı görüldüğü için Mann Whitney U testi kullanılmıştır.

Yapılan test sonucu p değerleri 0,05'ten büyük çıkmıştır. Soru bazında da cinsiyet değişkeni bakımından durumluk kaygı farklılık göstermemektedir.

## **2.7. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, yaş değişkenine bağlı olarak durumluk kaygı**

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, yaş değişkenine bağlı olarak durumluk kaygının farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması için varyans analizi testi kullanılmıştır. Varyans analizi için gerekli varsayımlardan olan varyansların eşitliği kuralı



incelenmiş ve istenildiği gibi varyansların eşit olduğu görülmüştür. ( $p=0,54>0,05$ )

**Tablo 32 Öğretmenlerin Yaşlarına Göre Durumluk Kaygı Varyans Eşitliği**

	Levene İstatistik	Kuyruk Olasılığı
Durumluk Kaygı Ölçeği	0,72	0,54

Varyans analizi sonucuna göre; İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, yaş değişkenine bağlı olarak durumluk kaygı farklılık göstermez. ( $p=0,293>\alpha=0,05$ )

**Tablo 33 Öğretmenlerin Yaşlarına Göre Durumluk Kaygı Varyans Analizi**

Durumluk Kaygı Ölçeği	Ort. Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Ort. Kare	F	Kuyruk Olasılığı
Gruplar Arası	257,496	3	85,832	1,255	0,293
Gruplar İçi	8.137,578	119	68,383		
Toplam	8.395,073	122			

Ölçeği oluşturan soruları ayrı ayrı incelemek amacıyla 20 soru da yaşa göre farklılığın olup olmadığının belirlenmesi amacıyla yine normallik varsayımı gerektirmeyen test olan Kruskal Wallis testi uygulanmıştır.

**Tablo 34 Öğretmenlerin Yaşlarına Göre Durumluk Kaygı Kruskal Wallis Testi**

Kendime Güvenim Var		
Yaş Grubu	N	Mean Rank
20–30	56	71,74
31–40	46	55,53
41–50	14	52,96
50+	7	72,14
Toplam	123	

Kendime Güvenim Var	
Ki-kare	10,08

Serbestlik Derecesi	3,00
Kuyruk Olasılığı	0,02

“Kendime güvenim var” sorusuna verilen cevaplar yaşa göre farklılık göstermektedir.( $p=0,02<0,05$ ) İncelendiğinde 50 yaş üzeri ( Mean Rank=72,14) ve 20-30 yaş arası ( Mean Rank=71,74) grubunda bulunan öğretmenlerin kendine daha çok güvendikleri söylenebilir.

Yapılan test sonucu diğer p değerleri 0,05’ten büyük çıkmıştır. Soru bazında da yaş değişkeni bakımından diğer sorular için durumluk kaygı farklılık göstermemektedir.

## 2.8. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, hizmet süresi değişkenine bağlı olarak durumluk kaygı

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, hizmet süresi değişkenine bağlı olarak durumluk kaygının farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması için varyans analizi testi kullanılmıştır. Varyans analizi için gerekli varsayımlardan olan varyansların eşitliği kuralı incelenmiş ve istenildiği gibi varyansların eşit olduğu görülmüştür. ( $p=0,42>0,05$ )

**Tablo 35 Öğretmenlerin Hizmet Sürelerine Bağlı Olarak Durumluk Kaygı Varyans Analizi**

Durumluk Kaygı Ölçeği	Ort. Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Ort. Kare	F	Kuyruk Olasılığı
Gruplar Arası	319,429	3	106,476	1,569	0,201
Gruplar İçi	8.075,645	119	67,863		
Toplam	8.395,073	122			

Varyans analizi sonucuna göre; İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, hizmet süresi değişkenine bağlı olarak durumluk kaygı farklılık göstermez.( $p=0,201>\alpha=0,05$ )

Ölçeği oluşturan soruları ayrı ayrı incelemek amacıyla 20 soru da hizmet süresine göre farklılığın olup olmadığının belirlenmesi amacıyla Kruskal Wallis testi kullanılmıştır.

**Tablo 36 Öğretmenlerin Hizmet Sürelerine Bağlı Olarak Durumluk Kaygı Kruskal Wallis Testi**

Durumluk Kaygı Ölçeği	Hizmet Süresi	N	Mean Rank
Kendimi emniyette hissediyorum.	1-10	80	68,18
	11-20	30	43,38
	21-30	7	70,71
	31+	6	62,50
	Toplam	123	
Kendime güvenim var.	1-10	80	69,37
	11-20	30	43,45
	21-30	7	73,00
	31+	6	43,67
	Toplam	123	
Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum.	1-10	80	59,58
	11-20	30	71,50
	21-30	7	55,00
	31+	6	55,00
	Toplam	123	
Şu anda keyfim yerinde	1-10	80	64,75
	11-20	30	47,62
	21-30	7	81,14
	31+	6	74,92
	Toplam	123	

Durumluk Kaygı Ölçeği	Kendimi emniyette hissediyorum.	Kendime güvenim var.	Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum.	Şu anda keyfim yerinde
Ki-kare	12,22	16,84	9,91	10,01
Serbestlik Derecesi	3,00	3,00	3,00	3,00
Kuyruk Olasılığı	0,01	0,00	0,02	0,02

“Kendimi emniyette hissediyorum”(p=0,01<0,05), “Kendime güvenim

var”(p=0,000<0,05), “Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum”(p=0,02<0,05) ve “Şu anda keyfim yerinde”(p=0,02<0,05) sorularına verilen cevaplar hizmet süresine göre farklılık göstermektedir.

Hangi hizmet süresi grupları arasında durumluk kaygı açısından fark olduğunun belirlenmesi amacıyla Mean Rank değerlerine bakılacaktır.

“Kendimi emniyette hissediyorum” (Mean Rank=70,71), “Kendime güvenim var” sorusuna(Mean Rank=73) ve “Şu anda keyfim yerinde”(Mean Rank=81,14) sorularına hizmet süresi grubu 21–30 yıl olan öğretmenler daha olumlu cevaplar vermiştir. “Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum”(Mean Rank=71,5) sorusuna ise hizmet süresi grubu 11-20 yıl olan öğretmenler daha olumlu cevaplar vermiştir.

## 2.9. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, okuttuğu sınıf değişkenine bağlı olarak durumluk kaygı

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, okuttuğu sınıf değişkenine bağlı olarak durumluk kaygınının farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması için varyans analizi testi kullanılmıştır. Varyans analizi için gerekli varsayımlardan olan varyansların eşitliği kuralı incelenmiş ve istenildiği gibi varyansların eşit olduğu görülmüştür. (p=0,46>0,05)

**Tablo 37 Öğretmenlerin Okuttukları Sınıfa Bağlı Olarak Durumluk Kaygı Varyans Analizi**

	Levene İstatistik	Kuyruk Olasılığı
Durumluk Kaygı Ölçeği	0,90	0,46

Durumluk Kaygı Ölçeği	Ort. Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Ort. Kare	F	Kuyruk Olasılığı
Gruplar Arası	958,769	4	239,692	3,803	0,006
Gruplar İçi	7.436,304	118	63,020		
Toplam	8.395,073	122			

Varyans analizi sonucuna göre; İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde,

okuttuğu sınıf değişkenine bağlı olarak durumluk kaygı farklılık gösterir..( $p=0,006 > \alpha=0,05$ )

Kaçıncı sınıflar arasında durumluk kaygı açısından fark olduğunun belirlenmesi amacıyla Post Hoc yaklaşımı kullanılarak Tukey testi uygulanmıştır.Aşağıdaki tabloda hangi sınıflar arasında farklılık olduğunu göstermektedir.

**Tablo 38 Öğretmenlerin Okuttukları Sınıfa Bağlı Olarak Durumluk Kaygı Tukey Testi**

Tukey HSD		Durumluk Kaygı Ölçeği				
(I) Kaçıncı Sınıfı Okutuyorsunuz	(J) Kaçıncı Sınıfı Okutuyorsunuz	Ortalama Fark (I-J)	Std Hata	Kuyruk Olasılığı	95% Güven aralığı	
					Alt Limit	Üst Limit
<b>1</b>	<b>2</b>	6,6908	1,9462	<b>0,0071</b>	1,2989	12,0826
	<b>3</b>	4,1016	2,1621	0,3246	-1,8882	10,0915
	<b>4</b>	6,0021	2,4408	0,1072	-0,7600	12,7642
	<b>5</b>	0,3604	2,8248	0,9999	-7,4656	8,1864
<b>2</b>	<b>1</b>	-6,6908	1,9462	<b>0,0071</b>	-12,0826	-1,2989
	<b>3</b>	-2,5891	1,9902	0,6912	-8,1028	2,9245
	<b>4</b>	-0,6887	2,2900	0,9982	-7,0329	5,6556
	<b>5</b>	-6,3304	2,6956	0,1372	-13,7982	1,1375
<b>3</b>	<b>1</b>	-4,1016	2,1621	0,3246	-10,0915	1,8882
	<b>2</b>	2,5891	1,9902	0,6912	-2,9245	8,1028
	<b>4</b>	1,9005	2,4761	0,9394	-4,9592	8,7601
	<b>5</b>	-3,7413	2,8553	0,6854	-11,6517	4,1692
<b>4</b>	<b>1</b>	-6,0021	2,4408	0,1072	-12,7642	0,7600
	<b>2</b>	0,6887	2,2900	0,9982	-5,6556	7,0329
	<b>3</b>	-1,9005	2,4761	0,9394	-8,7601	4,9592
	<b>5</b>	-5,6417	3,0718	0,3577	-14,1519	2,8685
<b>5</b>	<b>1</b>	-0,3604	2,8248	0,9999	-8,1864	7,4656
	<b>2</b>	6,3304	2,6956	0,1372	-1,1375	13,7982
	<b>3</b>	3,7413	2,8553	0,6854	-4,1692	11,6517
	<b>4</b>	5,6417	3,0718	0,3577	-2,8685	14,1519

Birinci sınıf öğretmenleri, ikinci sınıf öğretmenlerine göre durumluk kaygı ölçeği sorularına daha olumlu cevap vermişlerdir.

## 2.10. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, sınıftaki öğrenci sayısı değişkenine bağlı olarak durumluk kaygı

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, sınıf mevcudu değişkenine bağlı olarak durumluk kaygısının farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması için varyans analizi testi kullanılmıştır. Varyans analizi için gerekli varsayımlardan olan varyansların eşitliği kuralı incelenmiş ve istenildiği gibi varyansların eşit olduğu görülmüştür. ( $p=0,85>0,05$ )

**Tablo 39 Sınıftaki Öğrenci sayısına Göre Öğretmenlerin Durumluk Kaygı Varyans Analizi**

	Levene İstatistik	Kuyruk Olasılığı
Durumluk Kaygı Ölçeği	0,27	0,85

Durumluk Kaygı Ölçeği	Ort. Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Ort. Kare	F	Kuyruk Olasılığı
Gruplar Arası	129,949	3	43,316	0,624	0,601
Gruplar İçi	8.265,124	119	69,455		
Toplam	8.395,073	122			

Varyans analizi sonucuna göre; İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, sınıf mevcudu değişkenine bağlı olarak durumluk kaygı farklılık göstermez. ( $p=0,601>\alpha=0,05$ )

Ölçeği oluşturan soruları ayrı ayrı incelemek amacıyla 20 soru da sınıf mevcuduna göre farklılığın olup olmadığının belirlenmesi amacıyla Kruskal Wallis testi kullanılmıştır.

Yapılan test sonucu diğer p değerleri 0,05'ten büyük çıkmıştır. Soru bazında da sınıf mevcudu değişkeni bakımından durumluk kaygı farklılık göstermemektedir.

Aşağıda da görülen Mean Rank değerlerinden verilen yanıtların sınıf mevcudu değişkenine göre ne kadar homojen dağıldığı görülmektedir.

**Tablo 40 Sınıftaki Öğrenci sayısına Göre Öğretmenlerin Durumluk Kaygı Kruskal Vallis Testi**

<b>Durumluk Kaygı Ölçeği</b>	<b>Sınıf Mevcudu</b>	<b>N</b>	<b>Mean Rank</b>
<b>Şu anda sakinim.</b>	25-35	34	60,34
	36-45	62	64,44
	46-55	19	64,82
	55+	8	43,44
	Toplam	123	
<b>Kendimi emniyette hissediyorum.</b>	25-35	34	57,22
	36-45	62	68,51
	46-55	19	45,97
	55+	8	69,94
	Toplam	123	
<b>Şu anda sınırlarım gergin.</b>	25-35	34	66,53
	36-45	62	59,49
	46-55	19	56,37
	55+	8	75,56
	Toplam	123	
<b>Pişmanlık duygusu içindeyim.</b>	25-35	34	57,19
	36-45	62	61,34
	46-55	19	70,76
	55+	8	66,75
	Toplam	123	
<b>Şu anda huzur içindeyim.</b>	25-35	34	65,25
	36-45	62	62,15
	46-55	19	58,87
	55+	8	54,44
	Toplam	123	
<b>Şu anda hiç keyfim yok.</b>	25-35	34	62,90
	36-45	62	59,94
	46-55	19	66,16
	55+	8	64,31

	Toplam	123	
<b>Başıma geleceklerden endişe ediyorum</b>	25-35	34	57,62
	36-45	62	62,34
	46-55	19	73,82
	55+	8	49,94
	Toplam	123	
<b>Kendimi dinlenmiş hissediyorum.</b>	25-35	34	68,09
	36-45	62	60,27
	46-55	19	61,71
	55+	8	50,19
	Toplam	123	
<b>Şu anda kaygılıyım.</b>	25-35	34	54,35
	36-45	62	65,21
	46-55	19	63,05
	55+	8	67,13
	Toplam	123	
<b>Kendimi rahat hissediyorum.</b>	25-35	34	65,53
	36-45	62	60,60
	46-55	19	60,26
	55+	8	62,00
	Toplam	123	
<b>Kendime güvenim var.</b>	25-35	34	59,38
	36-45	62	65,16
	46-55	19	55,08
	55+	8	65,06
	Toplam	123	
<b>Şu anda asabım bozuk.</b>	25-35	34	58,32
	36-45	62	61,82
	46-55	19	63,92
	55+	8	74,44
	Toplam	123	
<b>Çok sinirliyim.</b>	25-35	34	55,35
	36-45	62	64,04
	46-55	19	65,63
	55+	8	65,81
	Toplam	123	



<b>Sinirlerimin çok gergin olduğunu hissediyorum.</b>	25-35	34	62,37
	36-45	62	61,58
	46-55	19	62,66
	55+	8	62,13
	Toplam	123	
<b>Kendimi rahatlamış hissediyorum.</b>	25-35	34	64,09
	36-45	62	64,68
	46-55	19	55,71
	55+	8	47,31
	Toplam	123	
<b>Şu anda halimden memnunum.</b>	25-35	34	62,07
	36-45	62	65,22
	46-55	19	53,29
	55+	8	57,44
	Toplam	123	
<b>Şu anda endişeliyim.</b>	25-35	34	58,60
	36-45	62	60,55
	46-55	19	66,92
	55+	8	76,00
	Toplam	123	
<b>Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum.</b>	25-35	34	63,97
	36-45	62	62,98
	46-55	19	58,21
	55+	8	55,00
	Toplam	123	
<b>Şu anda sevinçliyim.</b>	25-35	34	64,69
	36-45	62	61,76
	46-55	19	62,55
	55+	8	51,13
	Toplam	123	
<b>Şu anda keyfim yerinde</b>	25-35	34	63,44
	36-45	62	64,21
	46-55	19	61,03
	55+	8	41,06
	Toplam	123	

## 2.11. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, cinsiyet değişkenine bağlı olarak sürekli kaygı

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, cinsiyet değişkenine bağlı olarak sürekli kaygının farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması için t-testi kullanılmıştır.

**Tablo 41 Öğretmenlerin Cinsiyetine Bağlı Olarak Sürekli Kaygı t-testi**

Sürekli Kaygı Ölçeği						
t	Serbestlik derecesi	Çift taraflı kuyruk olasılığı	Ortalama Farkı	Std. Hata	95% Güven aralığı	
					Alt Limit	Üst Limit
1,536	121	0,127	1,97701	1,28743	-0,57180	4,52581

Sürekli Kaygı Ölçeği				
Cinsiyetiniz	Birim Sayısı	Ortalama	Std Hata	Ort. Std. Hata
Bay	68	41,5588	8,09898	0,98215
Bayan	55	39,5818	5,61641	0,75732

Bayan öğretmenlerin sürekli kaygı ölçeği ortalaması 39,58, erkeklerin ise 41,55'dir. t-testi sonucuna göre İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, cinsiyet değişkenine bağlı olarak sürekli kaygı farklılık göstermez. ( $p=0,127 > \alpha=0,05$ )

**Ölçeği oluşturan soruları ayrı ayrı incelemek amacıyla 20 soru da cinsiyete göre farklılığın olup olmadığının belirlenmesi amacıyla Mann Whitney U testi kullanılmıştır.**

**Tablo 42 Öğretmenlerin Cinsiyetine Bağlı Olarak Sürekli Kaygı Mann Whitney U Testi**

Sürekli Kaygı Ölçeği	Cinsiyet	N	Mean Rank
Genellikle çabuk yorulurum.	Kadın	68	67,38
	Erkek	55	55,35
	Toplam	123	
Genellikle kolay ağlarım.	Kadın	68	75,80
	Erkek	55	44,94
	Toplam	123	
Genellikle sakin, kendime hakim ve soğukkanlıyım.	Kadın	68	56,60
	Erkek	55	68,67
	Toplam	123	
Her şeyi ciddiye alır ve endişelenirim.	Kadın	68	70,41
	Erkek	55	51,60
	Toplam	123	
Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder.	Kadın	68	69,57
	Erkek	55	52,65
	Toplam	123	

Sürekli Kaygı Ölçeği	Genellikle çabuk yorulurum	Genellikle kolay ağlarım	Genellikle sakin, kendime hakim ve soğukkanlıyım	Her şeyi ciddiye alır ve endişelenirim	Olur, olmaz düşünceler beni rahatsız eder
<b>Mann-Whitney U</b>	1504,00	931,50	1503,00	1298,00	1355,50
<b>Wilcoxon W</b>	3044,00	2471,50	3849,00	2838,00	2895,50
<b>Z</b>	-2,26	-5,11	-2,00	-3,21	-3,21
<b>Kuyruk Olasılığı</b>	0,02	0,00	0,048	0,00	0,00

“Genellikle çabuk yorulurum” ( $p=0,02<0,05$ ), “Genellikle kolay ağlarım” ( $p=0,000<0,05$ ), “Genellikle sakin, kendime hâkim ve soğukkanlıyım” ( $p=0,048<0,05$ ), “Her şeyi ciddiye alır ve endişelenirim” ( $p=0,000<0,05$ ) ve “ Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder” ( $p=0,000<0,05$ ) yargılarına verilen cevaplar için  $p<0,05$  olarak çıkmıştır. Ve bu yargılar için cinsiyete göre sürekli kaygı durumu farklılık göstermektedir.

Bayanlar, “Genellikle çabuk yorulurum”( Mean Rank=67,38), “Genellikle kolay ağlarım”( Mean Rank=75,80), “Her şeyi ciddiye alır ve endişelenirim”( Mean Rank=70,41), ve “ Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder”( Mean Rank=69,57) yargılarına erkeklere göre daha yüksek puanlar vermişlerdir. Yani bu kaygı eylemlerini erkeklerden daha çok gerçekleştirmektedirler. Erkekler, “Genellikle sakin, kendime hâkim ve soğukkanlıyım”( Mean Rank=68,67) yargısına bayanlara göre daha çok puan vermiştir. Erkekler bu kaygı eylemini bayanlardan daha çok gerçekleştirmektedir.

## 2.12. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, yaş değişkenine bağlı olarak sürekli kaygı

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, yaş değişkenine bağlı olarak sürekli kaygının farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması için varyans analizi testi kullanılmıştır.

**Tablo 43 Öğretmenlerin Yaşına Bağlı Olarak Sürekli Kaygı Varyans Analizi**

	Levene İstatistik	Kuyruk Olasılığı
Sürekli Kaygı Ölçeği	1,75	0,16

Sürekli Kaygı Ölçeği	Ort. Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Ort. Kare	F	Kuyruk Olasılığı
Gruplar Arası	196,792	3	65,597	1,297	0,279
Gruplar İçi	6.020,200	119	50,590		
Toplam	6.216,992	122			

Varyans analizi için gerekli varsayımlardan olan varyansların eşitliği kuralı incelenmiş ve istenildiği gibi varyansların eşit olduğu görülmüştür. ( $p=0,16>0,05$ )

Varyans analizi sonucuna göre; İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, yaş değişkenine bağlı olarak sürekli kaygı farklılık göstermez. ( $p=0,279>\alpha=0,05$ )

Ölçeği oluşturan soruları ayrı ayrı incelemek amacıyla 20 soru da yaşa göre

farklılığın olup olmadığının belirlenmesi amacıyla yine normallik varsayımı gerektirmeyen bir test olan Kruskal Wallis testi uygulanmıştır. Fakat soru bazında da test sonucu  $p>0,05$  olarak çıkmıştır. Her sürekli kaygı belirten yargı ayrı ayrı da yaş değişkenine göre farklılık göstermemektedir.

### 2.13. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, hizmet süresi değişkenine bağlı olarak sürekli kaygı

**Tablo 44 Öğretmenlerin Hizmet Süresine Bağlı Olarak Sürekli Kaygı Varyans Analizi**

	Levene İstatistik	Kuyruk Olasılığı
Sürekli Kaygı Ölçeği	2,68	0,051

Sürekli Kaygı Ölçeği	Ort. Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Ort. Kare	F	Kuyruk Olasılığı
Gruplar Arası	248,309	3	82,770	1,650	0,182
Gruplar İçi	5.968,683	119	50,157		
Toplam	6.216,992	122			

Varyans analizi için gerekli varsayımlardan olan varyansların eşitliği kuralı incelenmiş ve istenildiği gibi varyansların eşit olduğu görülmüştür. ( $p=0,051>0,05$ )

Varyans analizi sonucuna göre; İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, hizmet süresi değişkenine bağlı olarak sürekli kaygı farklılık göstermez. ( $p=0,182>\alpha=0,05$ )

Ölçeği oluşturan soruları ayrı ayrı incelemek amacıyla 20 soru da hizmet süresine göre farklılığın olup olmadığının belirlenmesi amacıyla yine normallik varsayımı gerektirmeyen bir test olan Kruskal Wallis testi uygulanmıştır.

**Tablo 45 Öğretmenlerin Hizmet Süresine Bağlı Olarak Sürekli Kaygı Kruskal Wallis Testi**

Sürekli Kaygı	Hizmet Süresi	N	Mean Rank
<b>Genellikle mutluyum.</b>	1-10	80	66,06
	11-20	30	48,57
	21-30	7	59,43
	31+	6	78,08
	Toplam	123	
<b>Genellikle kendime güvenim yoktur.</b>	1-10	80	56,06
	11-20	30	74,65
	21-30	7	68,86
	31+	6	70,00
	Toplam	123	
<b>Genellikle kendimi emniyette hissedirim.</b>	1-10	80	68,32
	11-20	30	46,87
	21-30	7	54,14
	31+	6	62,58
	Toplam	123	
<b>Genellikle kendimi hüzünlü hissedirim.</b>	1-10	80	57,61
	11-20	30	70,23
	21-30	7	55,64
	31+	6	86,83
	Toplam	123	

Sürekli Kaygı	Genellikle mutluyum.	Genellikle kendime güvenim yoktur.	Genellikle kendimi emniyette hissedirim.	Genellikle kendimi hüzünlü hissedirim.
<b>Ki-kare</b>	8,78	9,44	9,94	8,40
<b>Serbestlik Derecesi</b>	3,00	3,00	3,00	3,00
<b>Kuyruk Olasılığı</b>	0,03	0,02	0,02	0,04

“Genellikle Mutluyum” ( $p=0,03<0,05$ ), “Genellikle Kendime Güvenim Yok” ( $p=0,02<0,05$ ), “Genellikle kendimi emniyette hissedirim” ( $p=0,02<0,05$ ) ve “Genellikle kendimi hüzünlü hissedirim” ( $p=0,04<0,05$ ) yargılarına verilen cevaplar hizmet süresi

değişkenine göre farklılık göstermektedir.

Hizmet süresi 31 yıl ve üstü olan öğretmenler(Mean Rank=78,08) diğer hizmet süresi grubundaki öğretmenlere göre genellikle daha mutlu olduklarını belirtmişlerdir. Hizmet süresi 11–20 yıl arasında olan (Mean Rank=74,65) ve 31 ve üstü yıl olan (Mean Rank=70,00) öğretmenler diğer hizmet süresine sahip öğretmenlere göre “genellikle kendime güvenim yoktur” yargısına daha çok puan vermişlerdir. Daha çok hizmet süresi grubu 1–10 yıl arası olan öğretmenler (Mean Rank=68,32) kendilerini emniyette hissetmektedir. Kendini genelde hüzünlü hisseden öğretmenler ise 31 yıl ve üstü hizmet süresi grubu içerisinde yer almaktadır.(Mean Rank=86,83)

#### 2.14. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, okuttuğu sınıf değişkenine bağlı olarak sürekli kaygı

**Tablo 46 Öğretmenlerin Okuttuğu Sınıfa Bağlı Olarak Sürekli Kaygı Varyans Analizi**

	Levene İstatistik	Kuyruk Olasılığı
Sürekli Kaygı Ölçeği	1,11	0,36

Sürekli Kaygı Ölçeği	Ort. Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Ort. Kare	F	Kuyruk Olasılığı
Gruplar Arası	381,083	4	95,271	1,926	0,111
Gruplar İçi	5.835,909	118	49,457		
Toplam	6.216,992	122			

Varyans analizi için gerekli varsayımlardan olan varyansların eşitliği kuralı incelenmiş ve istenildiği gibi varyansların eşit olduğu görülmüştür. ( $p=0,36>0,05$ )

Varyans analizi sonucuna göre; İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, okuttuğu sınıf değişkenine bağlı olarak sürekli kaygı farklılık göstermez. ( $p=0,111>\alpha=0,05$ )

Ölçeği oluşturan soruları ayrı ayrı incelemek amacıyla 20 soru da hizmet süresine göre farklılığın olup olmadığının belirlenmesi amacıyla yine normallik varsayımı gerektirmeyen bir test olan Kruskal Wallis testi uygulanmıştır.

**Tablo 47 Öğretmenlerin Okuttuğu Sınıfa Bağlı Olarak Sürekli Kaygı Kruskal Wallis Testi**

Sürekli Kaygı	Kaçıncı Sınıfı Okutuyorsunuz	N	Mean Rank
<b>Güçlüklerin, yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissedirim.</b>	1	28	71,68
	2	41	51,28
	3	26	53,52
	4	17	79,21
	5	11	70,77
	Toplam	123	
<b>Genellikle kendime güvenim yoktur.</b>	1	28	69,43
	2	41	56,33
	3	26	54,94
	4	17	61,32
	5	11	81,95
	Toplam	123	

Sürekli Kaygı	Güçlüklerin, yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissedirim.	Genellikle kendime güvenim yoktur.
<b>Ki-kare</b>	16,11	9,67
<b>Serbestlik Derecesi</b>	4,00	4,00
<b>Kuyruk Olasılığı</b>	0,00	0,049

“Güçlüklerin, yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissedirim” ( $p=0,000<0,05$ ) ve “Genellikle kendime güvenim yoktur” ( $p=0,049<0,05$ ) yargılarına verilen cevaplar öğretmenlerin kaçınıcı sınıfı okuttuklarına göre farklılık göstermektedir.

“Güçlüklerin, yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissedirim” yargısına genellikle 4. sınıf öğretmenleri (Mean Rank=79,21) çok puan verirken, “Genellikle kendime güvenim yoktur” yargısına ise 5. sınıf öğretmenleri (Mean Rank=81,95) çok puan vermektedir.



**2.15.İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, sınıftaki öğrenci sayısı değişkenine bağlı olarak sürekli kaygı**

**Tablo 48 Sınıftaki Öğrenci Sayısına Bağlı Olarak Öğretmenlerin Sürekli Kaygı Varyans Analizi**

	Levene İstatistik	Kuyruk Olasılığı
Sürekli Kaygı Ölçeği	0,30	0,83

Sürekli Kaygı Ölçeği	Ort. Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Ort. Kare	F	Kuyruk Olasılığı
Gruplar Arası	41,822	3	13,941	0,269	0,848
Gruplar İçi	6.175,170	119	51,892		
Toplam	6.216,992	122			

Varyans analizi için gerekli varsayımlardan olan varyansların eşitliği kuralı incelenmiş ve istenildiği gibi varyansların eşit olduğu görülmüştür. ( $p=0,83>0,05$ ) Varyans analizi sonucuna göre; İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, okuttuğu sınıf değişkenine bağlı olarak sürekli kaygı farklılık göstermez. ( $p=0,848>\alpha=0,05$ )

Ölçeği oluşturan soruları ayrı ayrı incelemek amacıyla 20 soru da hizmet süresine göre farklılığın olup olmadığının belirlenmesi amacıyla yine normallik varsayımı gerektirmeyen bir test olan Kruskal Wallis testi uygulanmıştır.

**Tablo 49 Sınıftaki Öğrenci Sayısına Bağlı Olarak Öğretmenlerin Sürekli Kaygı Kruskal Wallis Testi**

Sürekli Kaygı	Sınıf Mevcudu	N	Mean Rank
Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmakta kaçınılım	25-35	34	63,59
	36-45	62	66,06
	46-55	19	58,53
	55+	8	32,00
	Total	123	

<b>Sürekli Kaygı</b>	<b>Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmakta kaçınırım</b>
<b>Ki-kare</b>	7,99
<b>Serbestlik Derecesi</b>	3,00
<b>Kuyruk Olasılığı</b>	0,048

Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmaktan kaçınırım yargısına verilen cevaplar öğretmenin okuttuğu sınıfın mevcuduna göre farklılık göstermektedir. ( $p=0,048<0,05$ )

Daha çok sınıf mevcudu 36–45 arasında olan öğretmenler sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmaktan kaçındığını belirtmiştir. (Mean Rank=66,06)

Aşağıda durumluk kaygı ölçeği için öğretmenlerin cevapladıkları sorulara ilişkin tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

**Tablo 50 Durumluk kaygı için tanımlayıcı istatistikler**

<b>Durumluk Kaygı</b>	<b>Minimum</b>	<b>Maksimum</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Standart Hata</b>
<b>Şu anda sakinim.</b>	1	4	<b>2,70</b>	0,81
<b>Kendimi emniyette hissediyorum.</b>	1	4	<b>2,97</b>	0,90
<b>Şu anda sinirlerim gergin.</b>	1	4	1,58	0,69
<b>Pişmanlık duygusu içindeyim.</b>	1	3	1,18	0,41
<b>Şu anda huzur içindeyim.</b>	1	4	2,52	0,83
<b>Şu anda hiç keyfim yok.</b>	1	4	1,75	0,74
<b>Başıma geleceklerden endişe ediyorum</b>	1	4	1,36	0,57
<b>Kendimi dinlenmiş hissediyorum.</b>	1	4	1,93	0,79
<b>Şu anda kaygılıyım.</b>	1	4	1,59	0,68
<b>Kendimi rahat hissediyorum.</b>	1	4	2,45	0,81
<b>Kendime güvenim var.</b>	2	4	<b>3,19</b>	0,67
<b>Şu anda asabım bozuk.</b>	1	4	1,37	0,58
<b>Çok sinirliyim.</b>	1	4	1,41	0,64
<b>Sinirlerimin çok gergin olduğunu hissediyorum.</b>	1	4	1,49	0,68
<b>Kendimi rahatlamış hissediyorum.</b>	1	4	2,35	0,83
<b>Şu anda halimden memnunum.</b>	1	4	2,57	0,77
<b>Şu anda endişeliyim.</b>	1	3	1,41	0,54

Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum.	1	3	1,12	0,35
Şu anda sevinçliyim.	1	4	2,00	0,70
Şu anda keyfim yerinde	1	4	2,34	0,77

Ortalaması 2.70 ve üzerinde olan yargılar çoğu öğretmen tarafından yüksek puan almış olarak kabul edebilir.

Aşağıda sürekli kaygı ölçeği için öğretmenlerin cevapladıkları sorulara ilişkin tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

**Tablo 51 Sürekli kaygı için tanımlayıcı istatistikler**

Sürekli Kaygı	Minimum	Maximu m	Ortalama	Standart Hata
Genellikle keyfim yerindedir	2	4	<b>2,74</b>	0,54
Genellikle çabuk yorulurum.	1	4	2,20	0,60
Genellikle kolay ağlarım.	1	4	1,96	0,85
Başkaları kadar mutlu olmak isterim	1	4	2,24	0,92
Çabuk karar vermediğim için fırsatları kaçıırım.	1	3	1,89	0,61
Kendimi dinlenmiş hissederim.	1	4	2,33	0,68
Genellikle sakin, kendime hakim ve soğukkanlıyım.	1	4	<b>2,72</b>	0,79
Güçlüklerin, yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissedirim.	1	3	1,68	0,55
Önemsiz şeyler hakkında endişelenirim.	1	4	1,85	0,69
Genellikle mutluyum.	1	4	<b>2,85</b>	0,62
Her şeyi ciddiye alır ve endişelenirim.	1	4	2,08	0,74
Genellikle kendime güvenim yoktur.	1	3	1,39	0,57
Genellikle kendimi emniyette hissederim.	1	4	<b>2,85</b>	0,70
Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmakta kaçınırım	1	4	2,20	0,78
Genellikle kendimi hüzünlü hissederim.	1	3	1,85	0,57
Genellikle hayatımdan memnunum.	2	4	<b>2,94</b>	0,68
Olur, olmaz düşünceler beni rahatsız eder.	1	4	2,03	0,64
Hayal kırıklıklarını öyle ciddiye alırım ki hiç unutamam.	1	4	2,02	0,84
Aklı başında ve kararlı bir insanım.	2	25	<b>3,41</b>	2,06
Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin eder.	1	3	2,11	0,58

Ortalaması 2.70 ve üzerinde olan yargılar çoğu öğretmen tarafından yüksek puan almış olarak kabul edebilir.

## 2.16. Öğretmenlerin Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Durumlarına ait Tanımlayıcı İstatistikler

**Tablo 52 Öğretmenlerin Cinsiyetlerine Göre Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Durumlarına ait Tanımlayıcı İstatistikler**

KADIN	N	Min.	Maks.	Ortalama	Std. Hata
Durumluk Kaygı Ölçeği	68	23	66	39,882	8,678
Sürekli Kaygı Ölçeği	68	24	57	41,559	8,099
ERKEK					
Durumluk Kaygı Ölçeği	55	24	54	38,400	7,797
Sürekli Kaygı Ölçeği	55	28	55	39,582	5,616

Araştırmaya katılan 68 bayan öğretmenin durumluk kaygı ölçeği ortalaması 39,882, 55 erkek öğretmenin ise 38,4'tür.

Araştırmaya katılan 68 bayan öğretmenin kaygı ölçeği ortalaması 41,559 55 erkek öğretmenin ise 39,582'dir.

**Tablo 53 Öğretmenlerin yaşına göre Durumluk Kaygı ve sürekli Kaygı Durumlarına ait Tanımlayıcı İstatistikler**

20-30 yaş	N	Min.	Maks.	Ortalama	Std. Hata
Durumluk Kaygı Ölçeği	56	23	66	38,179	8,793
Sürekli Kaygı Ölçeği	56	24	56	39,375	7,318
31-40 yaş					
Durumluk Kaygı Ölçeği	46	24	54	39,848	8,278
Sürekli Kaygı Ölçeği	46	28	57	41,370	7,541
41-50 yaş					
Durumluk Kaygı Ölçeği	14	33	54	42,429	6,925
Sürekli Kaygı Ölçeği	14	32	51	42,500	5,893
51 ve üstü					
Durumluk Kaygı Ölçeği	7	29	43	37,000	5,447
Sürekli Kaygı Ölçeği	7	39	48	42,857	3,288

**Tablo 54 Öğretmenlerin Hizmet Süresine Göre Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Durumlarına Ait Tanımlayıcı İstatistikler**

1-10 yıl	N	Min.	Maks.	Ortalama	Std. Hata
Durumluk Kaygı Ölçeği	80	23	66	38,238	8,720
Sürekli Kaygı Ölçeği	80	24	56	39,663	7,427
11-20 yıl					
Durumluk Kaygı Ölçeği	30	28	54	42,033	7,093
Sürekli Kaygı Ölçeği	30	29	57	42,767	7,137
21-30 yıl					
Durumluk Kaygı Ölçeği	7	29	54	39,143	9,191
Sürekli Kaygı Ölçeği	7	37	48	41,286	3,402
31 yıl ve üstü					
Durumluk Kaygı Ölçeği	6	33	43	38,333	4,546
Sürekli Kaygı Ölçeği	6	39	48	43,000	3,578

**Tablo 55 Öğretmenlerin Kaçınıcı Sınıfı Okuttuğuna Göre Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Durumlarına Ait Tanımlayıcı İstatistikler**

1. Sınıf	N	Min.	Maks.	Ortalama	Std. Hata
Durumluk Kaygı Ölçeği	28	27	60	43,179	7,808
Sürekli Kaygı Ölçeği	28	24	56	41,857	7,595
2. Sınıf					
Durumluk Kaygı Ölçeği	41	23	53	36,488	6,520
Sürekli Kaygı Ölçeği	41	29	50	38,659	5,434
3. sınıf					
Durumluk Kaygı Ölçeği	26	25	56	39,077	8,966
Sürekli Kaygı Ölçeği	26	26	56	40,038	8,032
4. Sınıf					
Durumluk Kaygı Ölçeği	17	24	54	37,176	7,900
Sürekli Kaygı Ölçeği	17	29	57	42,588	8,063
5. Sınıf					
Durumluk Kaygı Ölçeği	11	25	66	42,818	10,400
Sürekli Kaygı Ölçeği	11	29	54	43,727	6,665

**Tablo 56 Öğretmenlerin Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanlarına Ait Tanımlayıcı İstatistikler**

<b>Kaygı Ölçekleri</b>	<b>N</b>	<b>Minimum</b>	<b>Maksimum</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Std. Hata</b>
Durumluk Kaygı Ölçeği	123	23	66	39,22	8,295
Sürekli Kaygı Ölçeği	123	24	57	40,67	7,138

Öğretmenlerin durumluk kaygılarını belirlemek üzere yirmi soru yöneltilmiş ve bu yirmi soruyu “1: Hemen hiçbir zaman, 2: Bazen, 3: Çok zaman, 4: Hemen her zaman” olmak üzere değerlendirmeleri istenmiştir. Aynı şekilde öğretmenlerin sürekli kaygılarını belirlemek üzere yirmi soru yöneltilmiş ve bu yirmi soruyu “1: Hiç, 2: Biraz, 3:Çok, 4:Tamamıyla” olmak üzere değerlendirmeleri istenmiştir. Sorulara verdikleri cevaplardan hareketle puanların toplanması ile elde edilen sürekli ve durumluk kaygı puanları 20(minimum) ile 80(maksimum) puan arasında değerler alabilmektedir.

Tablodan görüldüğü gibi; araştırmaya katılan öğretmenlerin durumluk kaygı puanları 23 ile 66 puan arasında değişmektedir. Durumluk kaygı puan ortalaması 39,22 ve standart hatası 8,295’tir. Sürekli kaygı puanları ise 24 ile 57 arasında değişmektedir. Sürekli kaygı puan ortalaması 40,67 ve standart hatası 7,138’dir.

Öğretmenlerin sürekli kaygı puan ortalamasının durumluk kaygı ortalamasından daha yüksek olduğu görülmektedir. Öğretmenlerin sürekli kaygılarının durumluk kaygılarından daha fazla olduğunu söyleyebiliriz. Ayrıca standart hataları incelendiğinde; öğretmenlerin durumluk kaygı sorularına verdikleri cevapların sürekli kaygı sorularına verdikleri cevaplardan daha fazla değişkenlik gösterdiği görülmektedir. Öğretmenlerin sürekli kaygı soruları için verdikleri cevaplar birbirine daha yakındır.

### **2.17. Öğretmenlerin Durumluk Kaygı Puanları ile Sürekli Kaygı Puanları Arasında İlişki**

Öğretmenlerin durumluk kaygı puanları ile sürekli kaygı puanları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığının belirlenmesi için korelasyon analizi yapılmıştır. Durumluk kaygı puanı ve sürekli kaygı puanı değişkenleri normal dağılım varsayımını sağladıklarında

ilişkinin tespiti için Pearson Korelasyon Katsayısı (r) hesaplanmıştır.

**Tablo 57 Öğretmenlerin Durumluk Kaygı Puanları ile Sürekli Kaygı Puanları Arasında Pearson Korelasyon Katsayısı**

N	Pearson Korelasyon Katsayısı	Çift Taraflı Kuyruk Olasılığı (p)
123	0,512	0,000

Analiz sonucuna göre; iki değişken arasında ilişki olmadığını söyleyen Ho hipotezi reddedilmiştir. ( $p=0,000 < \alpha=0,05$ ) Durumluk kaygı ve sürekli kaygı puanları arasında ilişki vardır.

$r = 0,512$  olduğundan öğretmenlere ait durumluk ve sürekli kaygı puanları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır. Buna göre; sürekli kaygı puanı arttıkça durumluk kaygı puanının da arttığı söylenebilir.

### **2.18. Öğretmenlerin Durumluk Kaygı Puanları ile Stres Puanları Arasında İlişki**

Durumluk kaygı puanı ve iş stresi puanı değişkenleri normal dağılım varsayımını sağladıklarında ilişkinin tespiti için Pearson Korelasyon Katsayısı (r) hesaplanmıştır.

**Tablo 58 Öğretmenlerin Durumluk Kaygı Puanları ile Stres Puanları Arasında Pearson Korelasyon Katsayısı**

N	Pearson Korelasyon Katsayısı	Çift Taraflı Kuyruk Olasılığı (p)
123	0,273	0,002

Analiz sonucuna göre; iki değişken arasında ilişki olmadığını söyleyen Ho hipotezi reddedilmiştir. ( $p=0,002 < \alpha=0,05$ ) Durumluk kaygı ve iş stresi puanları arasında ilişki vardır.

$r = 0,273$  olduğundan öğretmenlere ait durumluk kaygı ve iş stresi puanları arasında zayıf düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır. Buna göre; durumluk

kaygı puanı arttıkça iş stresi puanının da arttığı söylenebilir. Ancak bu artış zayıf düzeydedir.

## 2.19. Öğretmenlerin Sürekli Kaygı Puanları ile Stres Puanları Arasında İlişki

Sürekli kaygı puanı ve iş stresi puanı değişkenleri normal dağılım varsayımını sağladıklarında ilişkinin tespiti için Pearson Korelasyon Katsayısı (r) hesaplanmıştır.

**Tablo 59 Öğretmenlerin Sürekli Kaygı Puanları ile Stres Puanları Arasında Pearson Korelasyon Katsayısı**

N	Pearson Korelasyon Katsayısı	Çift Taraflu Kuyruk Olasılığı (p)
123	0,314	0,000

Analiz sonucuna göre; iki değişken arasında ilişki olmadığını söyleyen Ho hipotezi reddedilmiştir. ( $p=0,000 < \alpha=0,05$ ) Sürekli kaygı ve iş stresi puanları arasında ilişki vardır.

$r = 0,314$  olduğundan öğretmenlere ait sürekli kaygı ve iş stresi puanları arasında zayıf düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır. Buna göre; sürekli kaygı puanı arttıkça iş stresi puanının da arttığı söylenebilir. Ancak bu artış zayıf düzeydedir.

## 3. BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Araştırmaya katılan öğretmenlerinin profili incelendiğinde; %55,3'ü kadın, %44,7'si ise erkektir. Yaş dağılımları incelendiğinde çoğunluğun 21-30 yaş ve 31-40 yaş grubunda olduğu görülmektedir. 51 yaş ve üzerinde olan öğretmen sayısı ise azdır. Çoğu 1-10 yıl aralığında bir süredir öğretmenlik yapmaktadır. Araştırmaya katılan öğretmenlerin %22,8'i 1. sınıf, %33,3'ü 2. sınıf, %21,1'i 3. sınıf, %13,8'i 4. sınıf ve %8,9'u ise 5. sınıf öğretmenidir. Ayrıca Öğretmenlerin çoğu (%50,4) 36-45 kişilik sınıflarda, %27,6'sı 25-35 kişilik sınıflarda, %15,4'ü 46-55 kişilik sınıflarda ve %6,5'i ise 56-65 kişilik sınıflarda görev yapmaktadır.

Araştırmaya katılan öğretmenlerin stres düzeyleri incelendiğinde; C (Uyarıcı yönleri



olan ancak hafif bir iş. Başarı güdüsü yüksek biri için sıkıcı mücadelecisi olmayan biri için uygun bir iş stresi düzeyi.) ve D (Sağlık ve verimlilik açısından en verimli iş düzeyi) stres düzeylerinde yoğunluk olduğu görülmektedir. E (Uyarıcılığı yüksek, sorumluluğu fazla ancak kişiye çekici gelen iş stresi düzeyi. Bazı yönleriyle kişiyi zorlayarak verimliliği artırırken, bazı yönleriyle de sağlığı tehdit edebilir.) stres düzeyindekilerin oranı yaklaşık olarak %20'dir. Risk taşıyan A, B ve F stres düzeyindeki öğretmenlerin oranı oldukça düşüktür. Bu oranlar bize öğretmenlerin çoğunun kabul edilebilir ve risk taşımayan stres düzeyinde olduğunu göstermektedir. Sınıf mevcudu bazında stres düzeyleri incelendiğinde ise;

Okuttuğu sınıfın, sınıf mevcudu 25-35 öğrenci arasında olanların %39,39'u C stres düzeyinde, % 48,48'i D stres düzeyinde, %12,12'si E stres düzeyindedir. A, B ve F stres düzeylerinde öğretmen bulunmamaktadır.

Okuttuğu sınıfın, sınıf mevcudu 36-45 öğrenci arasında olanların %30,65'i C stres düzeyinde, % 45,16'si D stres düzeyinde, %19,35'i E stres düzeyindedir. A, B ve F stres düzeylerinde olanların oranları ise %1,61'dir.

Sınıf mevcudu 25-35'ten 36-45'e çıktığında C ve D stres düzeyinde olanların oranının azaldığı, E stres düzeyinde bulunanların arttığı bunun yanı sıra A, B ve F stres düzeylerinde oranı çok düşük de olsa öğretmen vardır.

Okuttuğu sınıfın, sınıf mevcudu 46-55 öğrenci arasında olanların %21,05'i C stres düzeyinde, % 47,37'si D stres düzeyinde, %26,32'si E stres düzeyindedir. A ve B stres düzeylerinde öğretmen bulunmazken F stres düzeyinde olanların oranı ise %5,26'dır.

Sınıf mevcudu 46-55'e yükseldiğinde C stres düzeyinde azalma olduğu buna karşılık E ve F stres düzeyinde artış olduğu görülmektedir.

Okuttuğu sınıfın, sınıf mevcudu 56-65 öğrenci arasında olanların %25'i C stres düzeyinde, % 37,5'i D stres düzeyinde, %37,5'i E stres düzeyindedir. A, B ve F stres düzeylerinde olan öğretmen yoktur.

56-65 kişilik sınıflarda eğitim veren öğretmenlerle 25-35 kişilik sınıflarda eğitim veren öğretmenlerin stres düzeyleri karşılaştırıldığında 56-65 kişilik sınıflarda C ve D stres düzeyinde olanlarda azalma E stres düzeyinde olanlarda artış gözlenmektedir. Genel olarak sınıf mevcudu artışının E stres düzeyinde olan öğretmenlerin oranını da arttırdığı söylenebilir.

Öğretmenlerin stres durumları cinsiyete, yaşa, hizmet süresine, kaçınıcı sınıfı okuttuğuna ve sınıf mevcuduna göre farklılık göstermemektedir. Literatür incelendiğinde de öğretmenlerin stres kaynakları arasında cinsiyetin, yaşın, hizmet süresinin, kaçınıcı sınıf okuttuğunun etkisi görülmemiştir, fakat sınıf kalabalıklığı literatürde stres kaynağı iken bu çalışmada açık bir şekilde stres kaynağı olarak çıkmamıştır. Soru bazında yapılan incelemelerden;

Erkekler, işte kendilerinin çevredekiler tarafından hoşlanılmadığını ve kabul edilmediğini bayanlardan daha fazla hissetmektedir.

Yüksek yaş gruplarındaki öğretmenler, amirlerinin iş başarıları hakkındaki değerlendirmelerini düşük yaş gruplarından daha fazla bilmektedir. İncelenen kaynaklara amirler ile ilişkiler bir stres kaynağıdır, bundan yüksek yaş grubu öğretmenlerinin pek etkilenmediği söylenebilir.

Yüksek yaş gruplarındaki öğretmenler, işte çevredekiler tarafından hoşlanılmadığını ve kabul edilmediğini düşük yaş gruplarından daha fazla hissetmektedir.

İşini yapmak için gerekli olan bilgileri elde etme konusunda en az güçlkle karşılaşan grup 21-30 yıldır hizmet veren öğretmenlerdir. Buna karşılık en çok güçlkle karşılaştığını belirten grup ise, 30 yıl ve daha fazla süredir hizmet veren öğretmenlerdir.

Tanıdıkları insanların hayatlarını etkileyecek kararlar konusunda en fazla endişe duyanlar 21-30 yıldır hizmet veren öğretmenlerdir.

İşte çevredekiler tarafından hoşlanılmadığını ve kabul edilmediğini en fazla hissedenler 30 yıl ve daha uzun süredir hizmet veren öğretmenlerdir.

İşinin amacı ve taşıdığı sorumluluklar konusunda en fazla 5. sınıf öğretmenleri tereddüde düşmekte , 5. sınıf öğretmenlerinden sonra en çok tereddüt duyanlar ise 1. sınıf öğretmenleridir. I. Bölümde de belirtildiği gibi her işin sorumluluk ve risk gerektirmesi o işi doğal olarak bir stres kaynağı yapar.

En çok 1. sınıf öğretmenleri, işlerinde ilerleme ve gelişme konusunda kendileri için var olan imkanlardan şüphe duymaktadır.

En çok 1. sınıf öğretmenleri, normal bir iş gününde bitirilemeyecek kadar ağır bir iş yükü olduğunu hissetmektedir. Aşırı iş yükü örgütsel stres kaynaklarının en yaygın olanıdır. Belirli bir zaman diliminde işi bitirme zorunluluğu çalışanın üzerindeki baskıyı

artırmaktadır.

İşte çevredekiler tarafından hoşlanılmadığını ve kabul edilmediğini en fazla hissedenler 46-55 kişilik sınıflarda eğitim veren öğretmenlerdir.

Sınıf mevcudu arttıkça öğretmenler yapılması gereken iş miktarının işin kalitesini daha olumsuz yönde etkilediğini düşünmektedir. Bu okul için eğitim kalitesinin düşmesi anlamına gelir. Öğretmen yeteri kadar öğrencilerle ilgilenemez ve müfredatı yetiştirememesi durumuyla karşı karşıya kalır.

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde, durumluk kaygı öğretmenlerin cinsiyetine, yaşına, hizmet süresine ve sınıf mevcuduna göre farklılık göstermezken kaçınıcı sınıfı okuttuğuna göre farklılık göstermektedir. Birinci sınıf öğretmenleri, ikinci sınıf öğretmenlerine göre durumluk kaygı ölçen sorulara daha olumlu cevap vermişlerdir. Durumluk kaygıya yönelik soru bazında incelemelerden;

20-30 yaş ve 51 yaş ve üzeri yaş grubunda olan öğretmenler kendilerine daha çok güvenmektedir.

Hizmet süresi grubu 21–30 yıl olan öğretmenler diğer hizmet süresi gruplarında yer alan öğretmenlere göre kendilerine daha çok güvenmektedirler, kendilerini daha çok emniyette hissetmektedirler.

Öğretmenlerin sürekli kaygı durumları ise; cinsiyete, yaşa, hizmet süresine, kaçınıcı sınıfı okuttuğuna ve sınıf mevcuduna göre farklılık göstermemektedir. Soru bazında yapılan incelemelerden;

Bayan öğretmenler erkek öğretmenlere göre daha çabuk yorulduğunu, genellikle daha kolay ağladığını, olayları daha fazla ciddiye alıp endişelendiği ve olur olmaz düşüncelerin kendilerini daha fazla rahatsız ettiğini belirtmiştir. Erkek öğretmenler genellikle daha sakin ve soğukkanlıdır.

Diğer sınıfları okutan öğretmenlerle kıyaslandığında; 4. sınıf öğretmenleri daha çok güçlüklerin yenemeyecekleri kadar çok biriktiğini belirtmiştir. 5. Sınıf öğretmenlerinin ise kendilerine daha az güvendikleri görülmüştür.

Daha çok sınıf mevcudu 36–45 arasında olan öğretmenler sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmaktan kaçındığını belirtmiştir.

## SONUÇ

Stres organizmanın fiziksel ve psikolojik sınırlarının zorlanması ile ortaya çıkan bir durumdur. Stres kaynakları; fiziksel, bireysel ve örgütsel stres kaynakları olarak üç gruba ayrılmıştır. Fiziksel stres kaynakları; fazla gürültü ve titreşim, kötü aydınlatma, ısınma ve havalandırma yetersizliği, hava kirliliğinin fazla olması gibi etkenlerdir. Bireysel stres kaynakları; bireyin biyolojik sistem bozukluğu, bireyin özel hayatındaki aksaklıklar, bireyin kişilik özellikleri gibi etkenlerdir. Bireyin kişilik özelliklerine göre A kişilik tipi özelliklerini taşıyan insanlar B kişilik tipini taşıyan insanlara göre daha fazla strese girmektedirler. Örgütsel stres kaynakları; insanlararası ilişkiler, sorumluluk ve risk, amirler ile ilişkiler, kesin zaman sınırlamaları, örgüt yapısındaki bozukluklar, iş monotonluğu ve karara katılmama, dedikodu, iş yeri uzaklığı, aşırı iş yükü, araç-gereç ve tesis yetersizliği, kariyer geliştirme, uyum baskısı, vardiyalı çalışma, çalışmaların karşılığını alamamak, ücret yetersizliği gibi sebeplerdir.

Eğitim – öğretimde stresin çok önemli olduğu bilinmektedir. Öğretmen sınıf atmosferi ve iklimini olumlu ve olumsuz yönde oluşturmada birinci etkindir. O da öğretmenin stres altında olup olmamasına bağlıdır. Stres altında olmak öğretmenlerin rollerini gerçekleştirmesini engellemekte ya da eksik gerçekleştirmesine sebep olmaktadır. Öğretmenlerde stres yaratan etmenler; gelir yetersizliği, kreş sorunu, teftiş dönemi, ulaşım sorunu, zaman baskısı, olumsuz öğrenci davranışları, kalabalık sınıflar, veli baskısı gibi durumlardır.

Daha önce öğretmen stresi üzerine yapılan araştırmalara göre; maaş azlığı, mesleki gelişme koşulları, merkeze bağlılık, personeli değerlendirmede adaletsizlik, araç-gereç yetersizliği, çalışma yerinde dedikodu, hükümetin kararlı politika izlememesi, dernek sendika gibi mesleksi örgütlerin yetersizliği, öğretmenlik mesleğine saygınlığın düşük olması, eğitim politikaları ile ilgili kararlarda etkili olamamak, öğrencilerin ilgisizliği, iş yükünün fazla olması, öğrencilerin kişisel sorunları, ana babaların olumsuz etkileri öğretmenlerde stres yapıcı etkenlerdir.

Bu araştırmada da sınıf sayısının ilköğretim birinci kademe öğretmenlerinin stresi ve kaygısına etkisi araştırılmıştır. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinin durumluk ve sürekli kaygılarını belirlemek için “Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri”, stres durumunu belirlemek için “İş Stresi Ölçeği” uygulanmıştır.

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde sınıftaki öğrenci sayısına bağlı olarak stres durumu farklılık göstermemiş olup ölçeği oluşturan sorular tek tek incelendiğinde “İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hisseder misiniz” sorusunda hoşlanılmadığını ve kabul edilmediğini en çok hissedenler 46-55 kişilik sınıfları okutan öğretmenlerdir. Diğer bir dikkat çekici sonuç ise “Yapmak zorunda olduğunuz iş miktarının işinizin kalitesini olumsuz yönde etkilediğini düşünür müsünüz” sorusunda ise en çok 56-65 kişilik sınıfları okutanlar ardından ise 46-55 kişilik sınıfları okutanlar olumsuz yönde etkilendiklerini belirtmişlerdir. Buna göre sınıftaki öğrenci sayısı arttıkça ortaya konan işin kalitesi düşmektedir. İş stresi ölçeğine göre kalabalık sınıfları okutan öğretmenlerde iş stresinin fazla olması beklenirken fazla çıkmamıştır. Bu durum öğretmenlerin her sene yaşadığı bir durum olduğu için bunu benimsedikleri ya da içinde buldukları şartları baz alarak kendilerine hedef koydukları hatta kalabalık sınıfları okuttukları için kendilerini başarılı gördükleri şeklinde gözlemlenmiştir. Kalabalık sınıfları öğretmenler stres kaynağı algılamamış olsa bile literatürde geçen ve stres kaynaklarından sayılan; gürültü, aşırı iş yükü, genel sınıf disiplini gibi etkenler öğretmenleri etkilemektedir. Öğretmenlerle birebir konuşulduğunda kalabalık sınıflardan şikayet ettikleri görülmüştür fakat bu şikayetlerin risk taşıyan stres boyutunu aşmadığı bu çalışma ile görülmüştür. Tufan’ın çalışmasında aktardığına göre Davis’in 1992 ortaokul öğretmenleri arasında yaptığı araştırmada en fazla stres yaratan etkenler arasında kalabalık sınıflar vardır; fakat bu sonuç bu araştırmayla paralellik göstermemektedir. Özdayı’nın resmi ve özel liselerde çalışan öğretmenler üzerinde yaptığı araştırma da sınıf kalabalıklığı en fazla stres kaynakları arasında çıkmamış ikinci derecede stres kaynağı çıkmaması yönüyle bu araştırmayla benzeşmektedir. Amerika’daki araştırmada en çok stres yaratan etkenlerden biri kalabalık sınıflarken Türkiye’deki araştırmalarda maaş azlığı, mesleki gelişme koşulları gibi etkenlerin çıkmaması stresin, bir ülkenin kültürüne ve ekonomik yapısına göre değişebileceğini gösterebilir.

Risk taşıyan A, B ve F stres düzeyindeki öğretmenlerin oranı oldukça düşüktür. Bu oranlar bize öğretmenlerin çoğunun kabul edilebilir ve risk taşımayan stres düzeyinde olduğunu göstermektedir. Bunda öğretmenlerin birçok sorunları olmasına karşın Türkiye şartları göz önüne alındığında yine de saygın bir meslek olmasının etkisinin olduğu söylenebilir. Buna ülkemizdeki üniversiteden mezun olan gençlerin iş bulamaması hatta diplomalı öğretmenlerin işsiz olması sonucu Milli Eğitim’de çalışan öğretmenlerin kendilerini şanslı hissetmesi etkili olabilir. Ayrıca öğretmen okul şartlarını ve öğrenci sayısını değiştirme şansına sahip olmadığından kendine göre bir savunma mekanizması geliştirmiş olabilir.

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde sınıftaki öğrenci sayısı değişkenine bağlı olarak durumluk kaygıyı saptamak amacıyla varyans analizi yapılmış belirgin bir farklılık görülmemiştir. Öğretmenler çalıştıkları okulun şartlarını, çevre imkanlarını bilmektedirler; dolayısıyla hedeflerini buna göre belirlemektedirler; okuldan ve öğrencilerden fazla bir şey beklememektedirler. İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde kaçınıcı sınıf okuttuklarına bağlı olarak sorular tek tek incelendiğinde “İşinizin amacı ve taşıdığınız sorumluluklar konusunda tereddüde düşer misiniz” sorusunda en fazla tereddüde düşenler 5. ve 1. sınıfı okutan öğretmenlerdir. 5. sınıf öğretmenlerinin eğitim ve öğretim arasında tereddüt etmeleri bunda etkili olabilir. Çünkü 5. sınıfta dersler zorlaşmış, konular ağırlaşmıştır. Öğretmenin bir taraftan müfredatı yetiştirmesi gerekmekte, bir taraftan da çocukların davranışlarıyla uğraşması gerekmektedir. Birisine fazla zaman ayırdığı zaman diğeri aksamaktadır. 1. sınıf öğretmenleri de 5’ten sonra birinci sınıfa geçtikleri için aradan beş sene geçtikten sonra birinci sınıf almaktadırlar. Bu da onlarda biraz tereddüt meydana getirebilir.

“Normal bir iş gününde bitirilemeyecek kadar ağır bir iş yükünüz olduğunu hisseder misiniz” sorusuna en fazla 1. sınıf öğretmenleri iş yüklerinin fazla olduğu yönünde cevap vermişlerdir. 1. sınıfı okutan öğretmenlerinin iş yüklerini fazla olarak algılamaları çocukların okula yeni başlamaları, uyumları gibi sorunlar olabilir. 1. sınıf öğretmeni öğrencinin giyim kuşamından, ders defterini ve kitabını bulmasından, kalem tutmasına kadar birçok işle uğraşmak durumundadır. Okullarda ana sınıflarında olduğu gibi 1. sınıf öğretmenlerine de yardımcı öğretmen verilebilir.

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde cinsiyete bağlı olarak stres durumunun farklı olup olmadığının araştırılması için t-testi kullanılmıştır. Bayan ve erkek öğretmenlerin cinsiyete göre iş stresi puanları birbirine yakın bulunmuştur. Tufan'ın devlet liseleri ve özel liselerde çalışan öğretmenlerde stres yaratan etmenler konulu çalışmasında da cinsiyetler arasında stres farkının çıkmaması bu çalışmayı desteklemektedir. Özdayı'nın araştırmasında da erkek ve bayan öğretmenler arasında belirgin bir stres farkı görülmüştür.

Ölçeği oluşturan soruları ayrı ayrı incelemek için Mann Whitney-U Testi kullanılmış “İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hisseder misiniz” sorusunda erkekler, işte kendilerinin çevredekiler tarafından hoşlanılmadığını ve kabul edilmediğini bayanlardan daha fazla hissetmektedir. İlköğretim birinci kademe öğretmenliği; özellikle 1., 2., 3., sınıf öğretmenlikleri daha çok bayanlara uygun bir meslek gibi görülmesi bunda etkili olabilir.

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde yaşa bağlı olarak stres durumu incelendiğinde önemli bir farklılık olmadığı; sorular tek tek incelendiğinde ise “Amirlerinizin iş başarınız konusundaki değerlendirmelerini bilir misiniz” sorusunda yüksek yaş gruplarındaki öğretmenlerin, küçük yaş gruplarındaki öğretmenlere göre fazla bildiği ortaya çıkmıştır. “İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hisseder misiniz” sorusuna yüksek yaş grubundaki öğretmenlerin, küçük yaş grubundaki öğretmenlerden daha fazla hissettikleri ortaya çıkmıştır. Veliler arasındaki genç öğretmen iyidir, gelişmeleri takip eder, çocuklarla daha iyi iletişim sağlar, yenilikçi ve gelişmelere açıktır kanısı yüksek yaş grubundaki öğretmenlerin böyle düşünmelerine sebep olabilir.

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde hizmet süresine bağlı olarak sorular tek tek incelendiğinde “İşinizi yapmak için gerekli olan bilgileri elde etmek konusunda güçlükle karşılaşır mısınız” sorusunda en çok güçlükle karşılaştığını belirten grup 30 yıl ve üstü hizmet veren öğretmenlerdir. Bu sonuç yaşı ilerlemiş olan öğretmenlerin Milli Eğitim'in iki yıl önce geçtiği yeni programa uyumlarının zor olduğunu şeklinde yorumlanabilir. Ayrıca derslerde artık klasik yöntem olan düz anlatım yönteminden daha çok bilgisayar ve diğer teknik araçların kullanılması gerektiğinden bu öğretmenlerin bu araçları tam olarak kullanamamaları sonucu böyle bir sonuç çıkmış olabilir. Milli Eğitim

Bakanlığı'nın e-okul projesi çerçevesinde birçok bilginin internete girilmesi gerekmektedir. Emekliliği gelmiş öğretmenler ya bunları daha genç öğretmenlere yaptırmakta ya da başkalarından yardım alarak yapmaktadırlar. Bunu aşmak için okullarda hizmetiçi eğitimlerin düzenlenmesi uygun olur.

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde cinsiyet değişkenine bağlı olarak sürekli kaygı ölçeğindeki bazı maddelerde erkek ve bayan öğretmenlere göre farklılık göstermiştir. Bayanlar “Genellikle çabuk yorulurum”, “Genellikle kolay ağlarım”, Her şeyi ciddiye alır ve endişelenirim”, “Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder”, yargılarına erkeklere göre daha yüksek puan vermişlerdir. Erkekler “Genellikle sakın, kendime hakim ve soğukkanlıyım” yargısına bayanlara göre daha çok puan vermişlerdir. Erkekler doğaları gereği bayanlara göre daha sakın ve soğukkanlıdır; bayanlar ise daha kolay ağlayan bir yapıya sahiptir. Bu doğal yapı öğretmenlerde de kendini hissettirmektedir.

İlköğretim birinci kademe öğretmenlerinde okuttuğu sınıfa göre bakıldığında “Güçlüklerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissedirim” ifadesine 1., 4., 5. sınıf öğretmenleri çok puan vermiştir. Bu sınıfları okutmanın diğer sınıflara göre zor olduğu düşünülebilir. “Genellikle kendime güvenim yoktur” ifadesine ise en çok puanı 5. sınıfı okutan öğretmenler vermişlerdir. 1. sınıfı okutmanın zor olduğunu çoğu öğretmen dile getirmektedir. Sınıf sayıları da fazla olduğu zaman öğretmenlerin öğrencilerle birebir uğraşması zorlaşmaktadır. Bunun için 1. sınıflarda öğrenci sayısının 24'ü geçmemesi uygun olabilir. 4. ve 5. sınıf öğretmenlerinin bu soruya çok puan vermesi bu sınıflarda derslerin farklılaşması ve konuların çoğalmasına bağlanabilir. Şu anda yeterli öğretmenin olduğu okullarda 4. ve 5. sınıflarda İngilizce, Beden Eğitimi, Müzik, Resim gibi derslere branş öğretmenleri girmekte; Fen Bilgisi, Sosyal Bilgisi, Matematik, Türkçe derslerine sınıf öğretmeni girmektedir. Bu derslerde başlı başına branş olabilecek konuları içermektedir. İlköğretimde 1.,2.,3. sınıflarda derslere sınıf öğretmeni; 4., 5. sınıftan sonra da branş öğretmeni girebilir. Bu mümkün değilse branş öğretmenleri tarafından belli aralıklarla sınıf öğretmenlerine Fen Bilgisi, Sosyal Bilgisi, Matematik, Türkçe dersleri eğitimi verilebilir.



## KAYNAKÇA

- Acar, H., Ortaöğretim Okul Müdürlerinin Çatışma Yönetim Stilllerinin Öğretmenlerin Stres Düzeylerine Etkisi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2006.
- Açıkgöz, K.Ü., Liselerdeki Sınıf Atmosferi Üzerine Bir Araştırma (Yayınlanmamış Araştırma Raporu), Malatya, 1988.
- Aslan, M., Öğretmenlerin Örgütsel Stres Kaynakları, Malatya, 1995.
- Aydın, M., Çağdaş Eğitim Denetimi, Ankara, 1993.
- Baltaş, A.-Baltaş, Z., Stres ve Başaıkma Yolları, İstanbul, 2004.
- Başaran, İ.E., Eğitime Giriş, Ankara, 1989.
- Başaran, İ.E., Eğitim Psikolojisi Modern Eğitimin Psikolojik Temelleri, Ankara, 1991.
- Başaran, İ.E., Ortaöğretim Okullarında Yönetici ve Öğretmenlerin İş Stresi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Ankara, 1997.
- Can, H., Organizasyon ve Yönetim, Ankara, 2005.
- Carlson, D., Teachers and Crisis Urban School Reform and Teachers' Work Culture, London, 1992.
- Cumhuriyet Gazetesi, 12 Eylül 1993.

Cüceloğlu, D., İnsan ve Davranışı, İstanbul, 2000.

Cüceloğlu, D., Keşke'siz Bir Yaşam İçin İletişim, İstanbul, 2005.

Çelebioğlu, F., Davranış Açısından İşbilimi, İstanbul, 1990.

Çilenti, K., Eğitim Teknolojisi ve Öğretim, Ankara, 1994.

Demir, K., Orta Öğretim Okullarında Yönetici ve Öğretmenlerin İş Stresi, Ankara, 1997.

Demirel, Ö., Öğretme Sanatı, Ankara, 2000.

Ekşi, F., Rehber Öğretmenlerin Okul iklimi Algıları ile Kaygı düzeyleri Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2006

Erdoğan, İ., İşletme Yönetiminde Örgütsel Davranış, İstanbul, 1996.

Eren, E., Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi, İstanbul, 2004.

Eroğlu, F., Davranış Bilimleri, İstanbul, 2006.

Ertekin, Y., Stres ve Yönetim, Ankara, 1998.

Eskidge, D.H.-Coker, D.R. "Öğretmenlerde Stres" (Çev. M. Buluş), Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 1999, sayı.5.

Genç, N., Yönetim ve Organizasyon, Ankara, 2004.

Gökyer, N., Öğretim Liderliği, Ankara, 2004.

Gölbeyaz, O., Yatılı İlköğretim Bölge Okullarında Görev Yapan Yönetici ve Öğretmenlerin Örgütsel Stres Kaynakları, İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Malatya, 2006

İncir, G., Ergonomi, Ankara, 1980.

Kalaycı, Ş., SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri, Ankara, 2006

Karaağaç, Ç., E., Deprem Bölgesinde Yaşayan İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinin Stres ile Başa Çıkma Yolları, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2001.

Karasar, N., Bilimsel Araştırma Yöntemi, Ankara, 1991.

Köknel, Ö., Stres, İstanbul, 1996.

Köse, S., Çalışma Ortamında Gerilimi Giderme Yolları, İzmir, 1982.

Kyriacou, C., Essential Teaching Skills, United Kingdom, 1995.

Makin, P.E.-Lindley, P.A., Pozitif Stres Yönetimi, (Çev. A. Arslan), İstanbul, 1995.

Markham, U., Kadınlar İçin Stres El Kitabı, (Çev. T. Tezcan), İstanbul, 1998

Mayer, R.E., Educational Psychology, A Cognitive Approach, University of California, Santa Barbara, 1987.

Minton, D., Teaching Skills in Further & Adult Education, London, 1991.

Öner, N.- LemCompte, A., Süreksiz Durumluk/ Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı,

İstanbul, 1998

Özçelik, D.A., Eğitim Programları ve Öğretim, Ankara, 1992.

Özdayı, N., Devlet ve Özel Liselerde Çalışan Öğretmenlerin İş Tatmini ve İş Streslerinin Karşılaştırmalı Analizi, İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul, 1990.

Öztürk, N., İlkokul Öğretmenlerinin Alıştıkları Okul İklimine İlişkin Algıları ile Gerilim(Stres) Düzeyleri Arasındaki İlişkiler, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi İzmir, 1995.

Pehlivan, İ., Eğitimde Stres Kaynakları, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara, 1993.

Robbins, A., Sınırsız Güç ( Çev. M. Değirmenci), İstanbul, 1993.

Rowshan, A., Stres Yönetimi, (Çev. Şahin Cüceloğlu), İstanbul, 2003.

Sabuncuoğlu, Z., Çalışma Psikolojisi, Bursa, 1987.

Sabuncuoğlu, Z.-Tüz, M., Örgütsel Psikoloji, Bursa, 2005.

Senemoğlu, N., Sınıf İçi Öğretmen Davranışları Üzerine Bir Araştırma, Eğitim ve Bilim, 11,64.

Sparks, D., Practical Solution for Teacher Stress, Theory and Practice, 1983.

Sönmez V., Sosyal Bilgiler Öğretimi, Ankara, 1994.

Stora, J. B., Stres, (Çev. Ayşe Kalın), 1994.

Şahin, N.H., Stresle Başa Çıkma: Olumlu Bir Yaklaşım, 1998, Ankara.

Şeker, N., Lise Öğretmenlerinin Stres Kaynaklarına İlişkin Algıları ve Sınıf Atmosferi Arasındaki ilişkiler, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir, 1995.

Tufan, Ş., Ankara İli Çankaya İlçe Merkezinde Devlet ve Özel Liselerde Görevli Öğretmenlerin İşlerinde Stres Yaratan Etmenler ve Bunlarla Başa Çıkma Yolları Konusundaki Görüşler, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 1997.

[www.humanresourcesfocus.com/stres.asp](http://www.humanresourcesfocus.com/stres.asp).(23.09.2007).

Yates, J.E., Gerilim Altındaki Yönetici, (Çev. F. Dilber), İstanbul, 1989.

Zoraloğlu, Y.R., Öğretmenlerin Mesleki Stres Kaynakları ve Stresin Örgütsel Doğurguları, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara, 1998.

## ÖZGEÇMİŞ

25 Ağustos 1975 tarihi, Denizli İli Tavas İlçesi doğumluyum. İlkokul ve ortaokulu aynı ilçede, liseyi Denizli'de tamamladıktan sonra, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Sınıf Öğretmenliği Bölümüne kaydoldum. Bu bölümden 1995 yılında mezun olduktan sonra özel bir eğitim kuruluşunda 1998'e kadar öğretmenlik yaptım. Askerlik görevimi Şırnak Sınır Jandarma Birliği'nde 1999'da tamamladım. 2000 yılından beri Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı okullarda müdür yardımcılığı ve öğretmenlik görevlerini sürdürmekteyim. 2006 yılında da Beykent Üniversitesi, İşletme Yönetimi Anabilim Dalı, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Bilim Dalında yüksek lisans eğitimine başladım.

Özel ilgi alanlarım; eğitim yönetimi, stres yönetimidir. Yabancı dilim İngilizce olup evli ve bir çocuk babasıyım.

## Ek 1 Durumluk Kaygı Envanteri

KENDİNİ DEĞERLENDİRME ANKETİ  
STAI FORM TX – L

Cinsiyet: ( ) Bayan ( ) Bay Branş: Görev Yaptığınız Okul: Yaşınız: Hizmet Süresi:..... Kaçınıcı Sınıfı Okutuyorsunuz:..... Sınıf Mevcudu:.....		<b>AÇIKLAMA:</b> Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları birtakım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da <b>o anda</b> nasıl hissettiğinizi ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını karalamak suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifade üzerinde fazla zaman sarf etmeksizin <b>anında</b> nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin. Size uygun gelen seçeneğe (X) işaretini koyunuz.			
		<b>HİÇ</b>	<b>BİRAZ</b>	<b>ÇOK</b>	<b>TAMAMIYLA</b>
1.	Şu anda sakinim.				
2.	Kendimi emniyette hissediyorum.				
3.	Şu anda sinirlerim gergin.				
4.	Pişmanlık duygusu içindeyim.				
5.	Şu anda huzur içindeyim.				
6.	Şu anda hiç keyfim yok.				
7.	Başıma geleceklerden endişe ediyorum				
8.	Kendimi dinlenmiş hissediyorum.				
9.	Şu anda kaygılıyım.				
10.	Kendimi rahat hissediyorum.				
11.	Kendime güvenim var.				
12.	Şu anda asabım bozuk.				
13.	Çok sinirliyim.				
14.	Sinirlerimin çok gergin olduğunu hissediyorum.				
15.	Kendimi rahatlamış hissediyorum.				
16.	Şu anda halimden memnunum.				
17.	Şu anda endişeliyim.				
18.	Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum.				
19.	Şu anda sevinçliyim.				
20.	Şu anda keyfim yerinde.				

## Ek 2 Sürekli Kaygı Envanteri

KENDİNİ DEĞERLENDİRME ANKETİ  
STAI FORM TX – L

Cinsiyet: ( ) Bayan ( ) Bay Branş: Görev Yaptığınız Okul: Yaşınız: Hizmet Süresi:..... Kaçınıcı Sınıfı Okutuyorsunuz:..... Sınıf Mevcudu:.....		<b>AÇIKLAMA</b> Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları birtakım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da <b>genel olarak</b> nasıl hissettiğinizi ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını karalamak suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifade üzerinde fazla zaman sarf etmeksizin <b>genel olarak</b> nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin. Size uygun gelen seçeneğe (X) işaretini koyunuz.			
		<b>HEMEN HİÇBİR ZAMAN</b>	<b>BAZEN</b>	<b>ÇOK ZAMAN</b>	<b>HEMEN HER ZAMAN</b>
1.	Genellikle keyfim yerindedir				
2.	Genellikle çabuk yorulurum.				
3.	Genellikle kolay ağlarım.				
4.	Başkaları kadar mutlu olmak isterim				
5.	Çabuk karar vermediğim için fırsatları kaçıırım.				
6.	Kendimi dinlenmiş hissederim.				
7.	Genellikle sakin, kendime hakim ve soğukkanlıyım.				
8.	Güçlüklerin, yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissederim.				
9.	Önemsiz şeyler hakkında endişelenirim.				
10.	Genellikle mutluyum.				
11.	Her şeyi ciddiye alırım ve endişelenirim.				
12.	Genellikle kendime güvenim yoktur.				
13.	Genellikle kendimi emniyette hissederim.				
14.	Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmakta kaçırım				
15.	Genellikle kendimi hüzünlü hissederim.				
16.	Genellikle hayatımdan memnunum.				
17.	Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder.				
18.	Hayal kırıklıklarımı öyle ciddiye alırım ki hiç unutamam.				
19.	Aklı başında ve kararlı bir insanım.				
20.	Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin eder.				



## Ek 3 İş Stresi Ölçeği

### İŞ STRESİ ÖLÇEĞİ

Aşağıda iş hayatıyla ilgili bazı durumlar sıralanmıştır. Bu durumlarla ilgili olarak düşüncelerinizi verilmiş olan sayıları kullanarak belirtiniz.

1- Hiçbir zaman    2-Ender olarak    3- Bazen    4-Sık sık    5-Hemen hemen her zaman

1- Sorumluluklarınızı yerine getirmek için yeterli yetkinizin olmadığını hisseder misiniz?	
2- İşinizin amacı ve taşıdığınız sorumluluklar konusunda tereddüde düşer misiniz?	
3- İşinizde ilerleme ve gelişme konusunda sizin için var olan imkanlardan şüpheye düşer misiniz?	
4- Normal bir iş gününde bitirilemeyecek kadar ağır bir iş yükünüz olduğunu hisseder misiniz?	
5- Çevrenizdeki kimselerin birbirleriyle çatışan taleplerini karşılamayacağınızı düşünür müsünüz?	
6- İşinizin gerektirdiği eğitime tam olarak sahip olmadığınızı hisseder misiniz?	
7- Amirlerinizin iş başarınız konusundaki değerlendirmelerini bilir misiniz?	
8- İşinizi yapmak için gerekli olan bilgileri elde etmek konusunda güçlükle karşılaşır mısınız?	
9- Tanıdığınız insanların hayatlarını etkileyecek kararlar konusunda endişe Duyar mısınız?	
10- İşte, çevrenizdekiler tarafından hoşlanılmadığınızı ve kabul edilmediğinizi hisseder misiniz?	
11- Amirinizin sizi etkileyen karar ve davranışlarını yönlendiremediğinizi hisseder misiniz?	
12- Birlikte çalıştığınız kimselerin sizden tam olarak ne beledikleri konusunda tereddüde düşer misiniz?	
13- Yapmak zorunda olduğunuz iş miktarının işinizin kalitesini olumsuz yönde etkilediğini düşünür müsünüz?	
14- Daha iyisinin nasıl yapılacağını bildiğiniz halde, işinizi bunun dışında yapmak zorunda kalır mısınız?	
15- İşinizin aile hayatınıza engel olduğunu hisseder misiniz?	

- Puanlarınızı toplayın ve 15 'e bölün elde edeceğiniz sayı sizin iş stresi puanınızdır.

### **STRES PUANI**

1,0–1,3	B
1,4–1,9	C
2,0–2,5	D
2,6–3,1	E
3,2–3,4	F
3,5–4,0	A

- A. Sağlığı ve verimliliği ciddi olarak tehdit eden ağır risk düzeyi.
- B. Kişiyi önemli olduğunu hissettirmeyen, onun kapasitesini kullanmasına imkan vermeyen ve yeterli uyarım sağlamayan, dolayısıyla can sıkıntılarında ve önemsizlik duygusundan kaynaklanan stres düzeyi.
- C. Uyarıcı yönleri olan ancak hafif bir iş. Başarı güdüsü yüksek biri için sıkıcı mücadeleci olmayan biri için uygun bir iş stresi düzeyi.
- D. Sağlık ve verimlilik açısından en verimli iş düzeyi
- E. Uyarıcılığı yüksek, sorumluluğu fazla ancak kişiyi çekici gelen iş stresi düzeyi. Bazı yönleriyle kişiyi zorlayarak verimliliği artırırken, bazı yönleriyle de sağlığı tehdit edebilir.
- F. Sorumluluk düzeyi yüksek, kişiyi zaman açısından zorlayan dinlenmeye ve aile ilişkilerine imkan tanımayan bu sebeple sağlık ve verimlilik için tehdit oluşturan stres düzeyi.

## Ek 4 Anket İzni 1

T.C.  
İSTANBUL VALİLİĞİ  
İl Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : B.08.4.MEM.4.34.00.18.580/ **2351**  
Konu : Anket (Musa TEKKOYUN)

**24**/09/2007

### VALİLİK MAKAMINA

İlgi: a) Beykent Üniversitesi'nin 06.09.2007 tarih ve 997-3519 sayılı yazısı.  
b) Milli Eğitim Bakanlığı Eğitim Araştırma ve Geliştirme Dairesi Başkanlığı'nın Okul ve Kurumlarda Yapılacak Araştırma ve Araştırma Desteğine Yönelik izin ve Uygulama Yönergesi.

Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetim Bilim Dalı yüksek lisans programı öğrencisi Musa TEKKOYUN' un İlimiz Küçükçekmece İlçesindeki İlköğretim Okullarında öğretmenlere uygulanmak üzere 'Kendini Değerlendirme Anketi ve İş Stresi Ölçeği' konusunda anket uygulaması yapma hakkındaki İlgi(a) yazı ve ekleri Müdürlüğümüzce incelenmiştir.

Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetim Bilim Dalı yüksek lisans programı öğrencisi Musa TEKKOYUN' un İlimiz Küçükçekmece İlçesindeki İlköğretim Okullarında öğretmenlere uygulanmak üzere 'Kendini Değerlendirme Anketi ve İş Stresi Ölçeği' konulu (Kendini Değerlendirme Anketi 20-20, İş Stresi Ölçeği 20) sorudan ibaret anket çalışmasını, bilimsel amaç dışında kullanılmaması koşuluyla , okul idarelerinin denetim , gözetim ve sorumluluğunda, İlgi(b) Bakanlık emri esasları dahilinde uygulanması, sonuçtan Müdürlüğümüze rapor halinde bilgi verilmesi kaydıyla Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamınızca da uygun görüldüğü takdirde olurlarınıza arz ederim.

M. Ata ÖZER  
Milli Eğitim Müdürü

#### EKLER :

Ek-1. İlgi (a) yazı ve ekleri

O L U R  
**24**/09/2007

Hikmet DİNÇ  
Vali a.  
Vali Yardımcısı



4440632

**NOT :** Verilecek cevapta tarih, kayıt numarası, dosya numarası yazılması rica olunur.  
**Adres :** İstanbul Milli Eğitim Müdürlüğü A.Blok Ankara cad. No:2 Cağaloğlu 526 13 82  
**E-Mail :** [kultur34@meb.gov.tr](mailto:kultur34@meb.gov.tr) **Web :** <http://istanbul.meb.gov.tr/bolumler/kultur>

## Ek 5 Anket İzni 2

T.C.  
İSTANBUL VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : B.08.4.MEM.4.34.00.18.580/ 2355  
Konu: Anket (Musa TEKKOYUN)


25 Eylül 2007

**BEYKENT ÜNİVERSİTESİ**  
**Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne**

- İlgi : a) Valilik Makamının 24.09.2007 tarih ve 18.580 / 2351 sayılı Oluru.  
b) Millî Eğitim Bakanlığı Eğitim Araştırma ve Geliştirme Dairesi Başkanlığı'nın Okul ve Kurumlarda Yapılacak Araştırma ve Araştırma Desteğine Yönelik izin ve Uygulama Yönergesi.  
c) 06.09.2007 tarih ve 997-3519 sayılı yazınız.

Üniversiteniz Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetim Bilim Dalı yüksek lisans programı öğrencisi Musa TEKKOYUN' un İlimiz Küçükçekmece İlçesindeki İlköğretim Okullarında öğretmenlere uygulanmak üzere 'Kendini Değerlendirme Anketi ve İş Stresi Ölçeği' konulu anket uygulaması yapma isteği İlgi (a) Valilik Oluru ile uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi, gereğinin İlgi(a) Valilik Oluru doğrultusunda, İlçe Millî Eğitim Müdürlüklerinin bilgisinden sonra Okul Müdürlüklerine gerekli duyurunun anketçi tarafından yapılmasını, işlem bittikten sonra 2 (iki) hafta içinde sonuçtan Müdürlüğümüz Kültür Bölümüne rapor halinde bilgi verilmesini arz ederim.

  
Erdem DEMİRCİ  
Müdür a.  
Müdür Yardımcısı

**EKLER :**

- Ek-1. İlgi(a)Valilik Oluru  
2. Ek : Anket Soruları.

NOT : Verilecek cevapta tarih, kayıt numarası, dosya numarası yazılması rica olunur.  
Adres : İstanbul Millî Eğitim Müdürlüğü A.Blok Ankara cad. No:2 Cağaloğlu  
Tel. ve Fax : 212 526 13 82 İnternet : www.istanbul-meb.gov.tr E-mail : apk@istanbul-meb.gov.tr