



ISSN: 2146-1961

Vatansever Bayraktar, H. & Gökpinar, İ. (2021). Sınıf Öğretmenleri ve Eğitim Yöneticilerinin İş Stresi Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi, *International Journal of Eurasia Social Sciences (IJOESS)*, 12(46), 870-885.

DOI: <http://dx.doi.org/10.35826/ijoess.3018>

**Makale Türü (ArticleType):** Araştırma Makalesi

## SINIF ÖĞRETMENLERİ VE EĞİTİM YÖNETİCİLERİNİN İŞ STRESİ DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ<sup>1</sup>

**Hatice VATANSEVER BAYRAKTAR**

Doç. Dr., İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul, Türkiye, [hatice.bayraktar@izu.edu.tr](mailto:hatice.bayraktar@izu.edu.tr)  
ORCID: 0000-0002-0458-3405

**İlker GÖKPINAR**

Sınıf Öğretmeni, Milli Eğitim Bakanlığı, İstanbul, Türkiye, [ilker48@gmail.com](mailto:ilker48@gmail.com)  
ORCID: 0000-0002-5755-1300

Gönderim tarihi: 08.08.2021

Kabul tarihi: 28.10.2021

Yayın tarihi: 15.12.2021

### Öz

Bu araştırmanın temel amacı sınıf öğretmenleri ile eğitim yöneticilerinin iş streslerinin ne düzeyde olduğu ve çeşitli değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemektir. Araştırmada betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Bu çalışmanın evrenini; İstanbul'un Avrupa yakasında bulunan devlet okullarında, 2017-2018 eğitim öğretim döneminde görev yapmakta olan sınıf öğretmenleri ve eğitim yöneticileri; örneklemini ise İstanbul ili Küçükçekmece, Bahçelievler ve Bağcılar ilçelerinde görev yapan basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen 300 sınıf öğretmeni ve 100 ilkökul eğitim yöneticisi oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında demografik bilgi formunun yanında İş Stres Ölçeği kullanılarak veri toplanmıştır. Bu ölçekten elde edilen veriler SPSS programına yüklenmiş ve ortaya çıkan sonuçların ortalamaları ve standart sapmaları hesaplanmıştır. Örnekleme oluşturan sınıf öğretmenlerinin ve eğitim yöneticilerinin demografik özelliklerine ilişkin yüzde ve frekans dağılımı yapılmıştır. Verilerin incelenmesinde Kolmogorov-Smirnov, Mann-Whitney U testi ve Kruskal-Wallis H testlerinden faydalanılmıştır. Veri analizi sonucunda sınıf öğretmenlerinin iş stresi düzeylerinin çok yüksek olmadığı ancak stresli olarak nitelendirilebilecek bir düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Kadın ve erkek sınıf öğretmenlerinin, iş stresi düzeyleri arasında bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Dolayısıyla kadın ve erkek sınıf öğretmenlerinin iş stresi düzeyleri benzerdir. Sınıf öğretmenlerinin medeni durum, yaş ve eğitim düzeyleri ile birlikte iş stresi düzeylerinin değişmediği, tüm medeni durum, yaş ve eğitim gruplarında iş stresi düzeylerinin benzer olduğu bulunmuştur. Sınıf öğretmenlerinin iş stresinin mesleki kıdemlerine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Ortalama puanlara bakıldığında, farklı mesleki kıdeme sahip sınıf öğretmenlerinin iş stresi düzeyleri birbirine benzer olduğu görülmektedir. Eğitim yöneticilerinin iş stresi düzeylerinin çok yüksek düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Eğitim yöneticilerinin iş stresi düzeyleri cinsiyete, medeni duruma, mesleki kıdeme, yöneticilikteki kıdeme ve eğitim durumuna göre değişmemektedir. Eğitim yöneticilerinin yaşa bağlı olarak iş stresi düzeylerinin değişmediği saptanmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Stres, iş stresi, sınıf öğretmeni, eğitim yöneticisi.

<sup>1</sup> Bu çalışma İlker GÖKPINAR'ın, Doç. Dr. Hatice VATANSEVER BAYRAKTAR danışmanlığında İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde yaptığı lisansüstü tezin bir bölümünden üretilmiştir.

## EXAMINATION OF JOB STRESS LEVEL OF PRIMARY SCHOOL TEACHERS AND EDUCATIONAL ADMINISTRATORS ACCORDING TO VARIOUS VARIABLES

### ABSTRACT

The main purpose of this research is to determine the level of job stress of primary school teachers and education administrators and whether it differs according to various variables. Descriptive screening model is utilized in this study. The population of the study consists of education administrators and primary school teacher working in public schools on the European side of Istanbul during 2017-2018 academic year, whereas the sample of the study includes 300 primary school teacher and 100 education administrators working in Kucukcekmece, Bahcelievler and Bagcilar districts in Istanbul province. In the study, "Work Stress Scale" were used as data collection tools. The data collected using these scale were uploaded to SPSS program and the average of the results was calculated. Kolmogorov Simirnov, Mann-Whitney U test and Kruskal Wallis H test were used to analyze the data. As a result of the data analysis, it was determined that the job stress levels of the primary school teachers were not very high, but at a level that could be described as stressful. It was deduced that there was no difference between the work stress levels of male and female primary school teacher. Therefore, male and female primary school teacher have more or less the same levels of work stress. It was also concluded that work stress levels of primary school teacher did not differ based on their marital status, age and education levels and that the level of work stress in all primary school teacher with different marital status, age and education levels were similar. Furthermore, it was observed that the work stress levels of primary school teacher did not vary based on their professional seniority. Analyzing the average scores, it is seen that the work stress levels of primary school teacher with different professional seniority are similar. It has been concluded that the job stress levels of education administrators are very high. Additionally, the work stress levels of education administrators do not change according to gender, marital status, professional seniority, seniority in management and education level. Moreover, it was determined that the work stress levels of education administrators did not change based on their age.

**Keywords:** Stress, job stress, primary school teacher, education administrator.

## GİRİŞ

Stres, vücudun bedensel ve ruhsal sınırlarının zorlanması ile ortaya çıkan, çeşitli fiziksel, ruhsal belirtiler ile kendini gösteren ve bireyin kısa ya da uzun süreli olarak uyumunu bozan bir durumdur (Balcioglu ve Savrun, 2001:44; Erşan vd., 2013:116). İş stresi ise, çalışanların iş ortamında yaşadıkları stres olarak tanımlanmaktadır. İş ortamında stres kaynakları arasında örgütten ve işten kaynaklanan stres etkenleri, çalışma koşulları, örgütün yapısı ve politikaları, işin içeriği sayılabilir. İş ortamındaki etkenlerin dışında bireyin ekonomik sıkıntı yaşıyor olması ve kendi ailesi içindeki problemler de iş ortamında stres yaşanmasına neden olabilmektedir (Turuç ve Çelik, 2011: 184). Aynı işyerinde çalışanların bazıları aynı koşullardan daha az etkilenmesine karşın bazıları ise daha fazla etkilenmektedir. Aynı işyerinde çalışanların bu farklı tepkileri iş stresinin ortaya çıkmasında bireyin kendi yaşamındaki olayların ve bireyin kişilik yapısının etkili olabileceğini düşündürmektedir (Aktaş, 2001:30).

Stres kavramı ilk olarak 17. Yüzyılda fizikçi Robert Hook tarafından ortaya atılmıştır. Bu kavram daha sonra farklı disiplinlerde de kullanılmaya başlanmış ve çeşitli tanımları yapılmıştır. Hans Selye stresi “insan vücudunun baskı ve zorluklara karşı gösterdiği tepki” olarak tanımlamıştır (Akt. Aksoy ve Kutluca,2005: 458). Diğer bir başka tanım ise “stres, organizmanın bedensel ve ruhsal sınırlarının tehdit edilmesi ve zorlanması ile ortaya çıkan bir durumdur” şeklindedir. Tehdit ve zorluklar karşısında insan kendini korumak amacıyla sıralı tepki eylemleri harekete geçirir. Bu tepkiler, tehdit ve zorluklarla karşılaşınca “savaş veya kaç” diye adlandırılan cevabın ortaya çıkmasıdır. Bir tehlike ile karşılaşan canlı üstünden gelemeceğine inandığı bu tehlikeden kaçmaya çalışır, üstünden geleceğine inandığı tehlike ile ise mücadele eder ve böylelikle yeni koşula uyum sağlar (Baltaş ve Baltaş, 2000: 23). Bu yeni koşula uyum sağlayamadığı, başka bir deyişle sağlık durumunun iyi olmadığı zamanlarda stres birtakım problemlerin ortaya çıkmasına neden olabilir (Aydın, 2002: 2).

Stres her zaman olumsuzluk yaratıp kişiye zarar vermez. Zarar verme olasılığı stresin türüne ve şiddetine bağlıdır. Eğer stres yüksek düzeyde ise kişiye zarar verebilir, orta düzeyde ise kişiye yararı olabilir. Örneğin iş yaşamında başarılı olmaya odaklı orta düzeyde bir stres kişinin motivasyonunu artırabilmektedir. Dolayısıyla stres, kişinin başarılarında, gelişiminde ve yeni beceriler kazanmasında da rol oynar (Keser, 2013: 3).

Stres nedeniyle vücudun tehdit edilmesi ve bu nedenle dengenin bozulması organizmayı korumaya yönelik birtakım tepkiler ortaya çıkarır. Bozulmuş olan bu dengenin tekrar kurularak yeni duruma uyum sağlanması gerekir. Bu nedenle stres tepkisi “*Genel Uyum Belirtisi*” olarak da ifade edilmektedir. Genel uyum belirtisinin 3 aşaması vardır. Bu aşamalar; alarm, direnç ve tükenme aşaması olarak sıralanmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2000: 26).

**Alarm aşaması**, stresin algılandığı ilk aşamadır. Kişi, stresle karşılaştığında ya bu duruma direnir ya da bu durumdan kaçır. Bu aşamada bireyin tansiyon, solunum, vücut ısısı ve kalp atışları gibi fizyolojik parametrelerde bazı değişimler meydana gelir (Erçen, 2009: 2; Gökmen, 2017: 13). Bu değişimler kalp atışının artması, solunumun hızlanması, tansiyonun yükselmesi şeklindedir (Erçen, 2009: 2).

**Direnç aşamasında**, kişi stresle baş edebilmek için direnç gösterir. İçinde bulunduğu stres yaratan duruma karşı direnci yükselirken başka stres oluşturan durumlara karşı ise direnci düşer. Eğer, bu aşama başarı ile tamamlanırsa vücut normal haline geri döner, başarısız olunursa vücut ciddi sıkıntılar yaşayarak tükenme aşamasına girer (Baltaş ve Baltaş, 2000: 27).

**Tükenme aşamasında** stres karşısında birey uyum sağlayıp direnç gösteremezse denge bozulur. Bundan sonra tükenme ve bitkinlik görülerek geri dönüşsüz birtakım problemlerin yaşanmasına neden olur. Bu problemler bazı hastalıkların ortaya çıkışını kolaylaştırabilir (Baltaş ve Baltaş, 2000: 27).

**Stres Belirtileri:** Strese karşı ortaya çıkan tepkiler birçok hastalığın oluşmasına neden olabilir. En yaygın görülen hastalıklar; kalp hastalıkları, yüksek tansiyon, baş ağrısı, birtakım psikolojik ya da zihinsel bozukluklardır. Stres yaşayan bireyler kolay sinirlenerek küçük olaylara bile agresif tepkiler gösterebilirler. Bunun yanında uyku düzensizlikleri, madde bağımlılıkları, yorgunluk ve huzursuzluk yaşarlar. Bu belirtiler bireyden bireye farklılık göstermektedir (Aksoy ve Kutluca, 2005: 462).

**İş Stresi Kavramı:** Stres hayatın her alanında olduğu gibi iş yaşamında da bulunan bir unsurdur. İş stresi ise, çalışanların iş ortamında yaşadıkları stres olarak tanımlanmaktadır. İnsanların yaşamlarının büyük bir kısmının işyerinde geçtiği düşünüldüğünde iş stresi, gündelik yaşamın içinde yüksek oranda yer kaplar. İşverenin çalışandan beklediği yüksek hedefler, çalışanın işini kaybetme korkusu, işverenin taleplerini karşılamak zorunda olma hissi vb. faktörler iş stresini artıran etkenlerdendir. İçinde bulunduğumuz dönemde rekabetçi iş ortamı aşırı yoğun çalışma hayatı, iş stresi kaynaklarını daha belirgin hale getirmiş ve bireyleri tehdit eden tehlike olarak ortaya çıkmıştır. İş stresinin neden olduğu bazı hastalıkların artması iş yaşamında olumsuz etkileri doğurmuştur (Keser, 2013: 12).

Günümüzde her alanda olduğu gibi eğitim camiasında da iş stresinin doğru yönetilmesi gerekmektedir. Uzun süreli stresin öğretmen ve eğitim yöneticisinde fiziksel ve psikolojik olumsuzluklar yaratması, iş verimini olumsuz etkilemesi, işe devamsızlığı arttırması ve stresin iş arkadaşlarına yansması nedeniyle stresin doğru yönetilmesi daha da önem kazanmaktadır (Balcı, 2000: 6).

**İş ve Stres İlişkisi:** İş yaşamına dahil olmak, kişiye temel ihtiyaçlarını karşılayacak kazanç elde etmesinin yanında; kendini değerli hissetme, toplumsal iletişim, belirli bir zümreye ait olma ve özgüven gibi temel insan gereksinimlerinin önemli kısmını karşılar. Günümüzde iş hayatında stres örgütler tarafından doğru yönetilmesi gereken bir sorundur. Bu nedenle örgütte stresin yönetimi örgüt açısından da çok önemlidir. Bunun nedenlerini şu şekilde sıralayabiliriz (Balcı, 2000: 6):

- Uzun süreli stres bireyde fiziksel ve psikolojik olumsuzluklar yaratmaktadır. Çalışanın sağlığı ve iş verimi olumsuz etkilenmektedir.
- Stres çalışanların işe gelmediği günlerin oluşmasına ve artmasına, hatta işten ayrılmalarına sebep olmaktadır. Bu nedenle örgütün verimi düşmektedir.
- Örgütte çalışanlardan birinin içinde bulunduğu stres, iş arkadaşlarına da yansımaktadır.

- Bulgulara göre stresin azaltılması hem çalışanın iş doyumunu hem de onun örgüte katkısını artırır.

Yukarıda sıralanan nedenler dikkate alındığında, örgütlerin iş yaşamında stresi doğru yönetmesinin önemi ortaya çıkmaktadır.

Stres kaynakları örgütten, işin kendisinden ve bireyin kişilik özelliklerinden kaynaklanabilmektedir. Özellikle işin kendisinden kaynaklanan özellikler bazı meslek gruplarının daha fazla stres yaşamasına neden olmaktadır. Bu meslek gruplarından biri de öğretmenliktir. Öğretmenlik mesleği üyelerinin diğer meslek üyeleri ile karşılaştırıldığında daha fazla stres yaşadığı bildirilmektedir. Bunun nedeni öğrenci-öğretmen, okul-aile çatışmaları, öğrencilerin disiplin problemleri, sınıf mevcudunun yüksek olması, olumsuz fiziki koşullar, bürokratik işlerin fazlalığı, terfi etmede yaşanan zorluklar ve haksızlıklar, toplumsal olarak mesleğe yüklenen sorumluluk, eğitim sisteminde kalitenin düşmesi, sosyal ve politik olarak kendilerinde hissettikleri baskıdır. Bu sorunlar iş stresinin yoğun yaşanarak, kaygı ve tükenmişliğe neden olmaktadır. Tükenmişliğin sonrasında işten ayrılma, fizyolojik ve psikolojik sağlık problemleri ortaya çıkarak eğitim-öğretim ortamına, öğrencilere, ailelere ve bütün topluma yansımaktadır (Kumaş ve Deniz, 2010: 125). Öğretmenlerin yaşadığı streste eğitim yöneticilerinin etkisinin de olduğu bilinmektedir. Özellikle iş stres düzeyi yüksek, otoriter, eleştiriye kapalı, öğretmenleri sürekli eleştiren, öğretmen haklarını korumayan, iletişim becerisi düşük ve bürokratik kurallarla aşırı yüklenen yöneticiler öğretmenlerde iş stresinin daha yoğun yaşanmasına neden olmaktadır. İş stresi yüksek olan bireylerin tükenmişlik yaşamaları daha kolaydır (Özdemir vd., 2017: 45). Öğretmenin iş stresi kaynaklı tükenmişlik yaşaması öğretmenin verimliliğini ve dolayısıyla eğitim-öğretim sürecini etkilemesi anlamında önem kazanmaktadır. Cemaloğlu ve Şahin (2007) öğretmenlerin tükenmişlik düzeyleri üzerine yaptıkları bir çalışmada kıdem yılı fazla olan öğretmenlerin duyarsızlaşma ve duygusal tükenme düzeylerinin daha yüksek olduğu; ilköğretim okulu öğretmenlerinin duyarsızlaşmasının daha fazla olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca öğrenci sayısının, öğretmenlerin yöneticilerinden takdir görmelerinin, öğretmenlerin mesleki verimliliklerini değerlendirmelerinin, mesleklerini isteyerek yapmalarının, öğretmenlikten duydukları manevi doyumun duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarıyı etkilediğini tespit etmişlerdir.

Konu ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde ortaokul öğretmenlerinin iş stresi (Troesch ve Bauer, 2017); kent okullarında öğretmen iş stresi (Ouellette ve arkadaşları, 2018); öğretmenlerde mesleki stres (Simone vd.,2016); sınıf öğretmenlerinin çatışma çözme becerileri ile stresle başa çıkma becerileri (Vatansever-Bayraktar ve Yılmaz, 2016a); anaokulu öğretmenlerinin stres kaynakları (Ömeroğlu, 2015); sınıf öğretmenlerinin stresle başa çıkma yöntemleri (Vatansever-Bayraktar ve Yılmaz, 2016b); sağlık meslek lisesi öğretmenlerinin iş doyumları (Vatansever-Bayraktar ve Güney, 2016); sınıf öğretmenlerinin çatışma çözme becerileri (Vatansever-Bayraktar ve Yılmaz,2016c); akademisyenlerde stres kaynakları (Tomruk, 2014); beden eğitimi öğretmenlerinin stres kaynakları (Tural, 1994; Temiz, 2006); ilköğretim okulu öğretmenlerinin örgütsel stres kaynakları (Karadavut, 2005); Samsun ili Havza ilçesi merkez ve köylerinde görevli öğretmenlerin iş stres faktörleri (Yılmaz, 2001) ve Devlet okullarında ve özel okullarda çalışan öğretmenlerin stres düzeyleri (Erden, 2015); sınıf öğretmenlerinin okul kültürü algısı ile iş doyumları arasındaki ilişki (Kadioğlu Ateş ve Vatansever Bayraktar, 2018); öğretmenlerin umutsuzluk düzeyleri (Vatansever Bayraktar ve Girgin, 2019); öğretmenlerin tükenmişlik

düzeyleri (Vatansever Bayraktar ve Güney, 2015) konularında çalışmalara rastlanmıştır. Fakat örneklem grubu İstanbul'dan oluşan hem sınıf öğretmenleri hem de eğitim yöneticilerinin birlikte incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu bağlamda sınıf öğretmenleri ile eğitim yöneticilerinin iş streslerinin ne düzeyde olduğu ve çeşitli değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığı amacıyla yapılan bu araştırmanın alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın temel amacı sınıf öğretmenleri ile eğitim yöneticilerinin iş streslerinin ne düzeyde olduğu ve çeşitli değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemektir. Bu temel amaç çerçevesinde aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranacaktır:

- 1- Sınıf öğretmenlerinin iş stresleri ile ilgili algıları ne düzeydedir?
- 2- Sınıf öğretmenlerinin iş stresleri ile ilgili algıları cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu ve mesleki kıdem değişkenlerine göre farklılaşmakta mıdır?
- 3- İlkokul eğitim yöneticilerinin iş stresleri ile ilgili algıları ne düzeydedir?
- 4- İlkokul eğitim yöneticilerinin iş stresleri ile ilgili algıları cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu ve mesleki kıdem değişkenlerine göre farklılaşmakta mıdır?

### **YÖNTEM**

#### **Araştırmanın Modeli**

Sınıf öğretmenleri ile eğitim yöneticilerinin iş stresi düzeylerinin belirlenmesi ve çeşitli değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla yapılan bu çalışmada betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan durumu, var olduğu şekli ile betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve var olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır (Karasar, 2000: 78).

#### **Evren ve Örneklem**

Bu çalışmanın evreni; İstanbul'un Avrupa yakasında bulunan Küçükçekmece, Bahçelievler ve Bağcılar ilçelerinin devlet okullarında, 2017-2018 eğitim öğretim döneminde görev yapmakta olan 5100 sınıf öğretmeni ve 969 eğitim yöneticisinden oluşmaktadır (İnternet kaynağı, İstanbul MEM: 15-16). Bu 5100 sınıf öğretmeni ve 969 eğitim yöneticisinden basit rastgele örnekleme yöntemi ile 300 sınıf öğretmeni ve 100 ilkökul eğitim yöneticisi seçilmiştir.

Eğitim yöneticilerinin ve sınıf öğretmenlerinin demografik özelliklerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları Tablo 1'de gösterilmiştir.

**Tablo 1.** Eğitim Yöneticilerinin ve Sınıf Öğretmenlerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları (N=400)

Değişken	Grup	Yönetici		Sınıf Öğretmeni		Toplam	
		f	%	F	%	F	%
Cinsiyet	Kadın	33	33,0	232	77,3	265	66,3
	Erkek	67	67,0	68	22,7	135	33,7
Yaş	21-30 yaş	20	20,0	115	38,3	135	33,8
	31-40 yaş	47	47,0	109	36,3	156	39,0
	41-50 yaş	33	33,0	59	19,7	89	22,2
	51-60 yaş	3	3,0	13	4,4	16	4,0
	61 ve üzeri			4	1,3	4	1,0
Medeni durum	Bekâr	20	20,0	103	34,3	123	30,7
	Evli	80	80,0	197	65,7	277	69,3
Mesleki kıdem	0-5 yıl	12	12,0	86	28,7	98	24,5
	6-10 yıl	26	26,0	76	25,3	102	25,5
	11-15 yıl	25	25,0	59	19,7	84	21,0
	16-20	21	21,0	41	13,7	62	15,5
	21-25	15	15,0	20	6,6	35	8,8
	26 yıl ve üzeri	1	1,0	18	6,0	19	4,7
Eğitim düzeyi	Ön Lisans			16	5,3	16	4,0
	Lisans	88	88,0	256	85,3	344	86,0
	Yüksek Lisans	12	12,0	27	9,0	39	9,2
	Doktora			1	0,3	1	0,3

Tablo 1'e göre katılımcıların % 25'i (100) bir ilkokulda yönetici (müdür veya müdür yardımcısı) ve % 75'i (300) sınıf öğretmeni olarak görev yapmaktadır. Yöneticilerin %67'si erkek, % 33 ü kadın; sınıf öğretmenlerinin % 22,7'si erkek, % 77,3'ü kadındır. Yöneticilerde en büyük yaş grubunu % 47 ile 31-40 yaşında olanlar oluştururken; sınıf öğretmenlerinde ise % 38,3 ile en büyük yaş grubunu 21-30 yaşında olanlar oluşturmaktadır. Yöneticilerin % 80'i evli, % 20'si bekâr; sınıf öğretmenlerinin ise % 65,7'si evli, % 34,3'ü bekârdır. Yöneticilerde en büyük meslek kıdem grubunu % 26 ile 6-10 yıldır mesleğini yapanlar oluştururken; öğretmenlerde ise % 28,7 ile en büyük meslek kıdem grubunu 0-5 yıldır mesleği yapanlar oluşturmaktadır. Eğitim düzeylerine bakıldığında, yöneticiler arasında ön lisans mezunu yokken, öğretmenler arasında bu oran % 5,3'tür. Yöneticilerin % 88'i lisans mezunuyken, öğretmenlerde bu oran % 85,3'tür. Yüksek lisans yapan yöneticilerin oranı % 12 iken bu oran öğretmenlerde % 9'dur. Yöneticiler arasında doktora yapan bulunmazken; öğretmenler arasında bu oran 1 kişiyle % 0,3'tür.

### Veri Toplama Araçları

#### Kişisel Bilgi Formu

Bu bölümde araştırmaya katılan eğitim yöneticileri ve öğretmenlerin cinsiyeti, yaşı, medeni durumu, eğitim durumu, mesleki kıdemi ile ilgili sorulara cevap aranacaktır. Bu formda 5 soru bulunmaktadır.

## İş Stresi Ölçeği

Suzanne Haynes tarafından Ulusal Sağlık İstatistikleri Merkezi'nde çalışan kadınlar ve erkekler üzerinde uygulanmış "İş Stresi Ölçeği" Aktaş (1996) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak güvenilirlik çalışması gerçekleştirilmiştir. Güvenilirlik çalışmasında alfa katsayısı 0.8789 bulunmuştur. Stres ölçeğinde 12'den düşük puan düşük stresi, 12-30 puan aralığı stresli, 30'dan büyük puan ise yüksek stresli durumu ifade etmektedir.

Tablo 2'de, iş stresi ölçeğinin, eğitim yöneticileri ve sınıf öğretmenleri ile yapılan bu araştırma için güvenilirlik analizi sonucu yer almaktadır.

**Tablo 2.** İş Stresi Ölçeğine İlişkin Güvenirlik Analizi

Boyut/Ölçek	Madde Sayısı	Cronbach's Alpha ( $\alpha$ )
İş Stresi Ölçeği	10	0,513

Tablo 2'de ölçeğin iç tutarlılığını yani güvenilirlik analizini ölçmek için Alpha modeli kullanılmıştır. Ölçek için uygulanan güvenilirlik analizi sonucunda iç tutarlılık katsayısı (Cronbach's Alpha)  $\alpha=0,513$  şeklinde hesaplanmıştır. Bu değer, ölçeğin bu çalışma için de yeteri seviyede olduğunu göstermiştir.

## Verilerin Toplanması

Araştırmada kullanılan kişisel bilgi formu ve iş stresi ölçeği 2017-2018 eğitim öğretim döneminde araştırmacı tarafından Küçükçekmece, Bahçelievler ve Bağcılar ilçelerinde önceden belirlenen 24 devlet okuluna (ilkokul) gerekli izin ve onay yazıları alınarak bizzat gidilmiş ve kurum müdürlüğü ile görüşüldükten sonra o kurumlarda görev yapan yönetici ve sınıf öğretmenlerine uygulanmıştır.

Çalışmaya katılan gönüllü sınıf öğretmenlerine ve eğitim yöneticilerine kişisel bilgi formlarında dikkat edilmesi gereken noktalar hatırlatılmış ve ölçekle ilgili bilgi verilerek gerekli açıklamalar araştırmacı tarafından yapılmıştır.

Gönüllü olarak araştırmaya katılan sınıf öğretmenlerine ve eğitim yöneticilerine bırakılan veri toplama araçları aynı gün araştırmacı tarafından bizzat toplanmıştır. Araştırmacılar katılımcılara toplam 500 adet ölçek dağıtmış ancak 417 tanesi geri dönmüştür. 17 ölçek eksik veya hatalı doldurulduğu sebebi ile değerlendirmeye alınmamıştır. 300 sınıf öğretmeni ve 100 eğitim yöneticisinden olmak üzere 400 katılımcıdan elde edilen veriler üzerinden analiz yapılmıştır.

## Verilerin Analizi

Veriler SPSS 23,0 programı ile analiz edilmiştir. Örneklemi oluşturan sınıf öğretmenlerinin ve eğitim yöneticilerinin demografik özelliklerine ilişkin yüzde ve frekans dağılımı yapılmıştır. İş Stresi Ölçeği için güvenilirlik analizlerine bakılmıştır. Sınıf öğretmenlerinin ve eğitim yöneticilerinin iş stresine yönelik betimsel istatistik analizi yapılmış, standart sapmaları ve aritmetik ortalamaları hesaplanmıştır.



Verilerin normallik dağılımını incelemek için Kolmogorov Simirnov testi yapılmıştır. Veriler normal dağılım göstermediğinden iki seçenekli değişkenlerde Mann Whitney U testi, üç ve üzeri seçenekli değişkenlerde Kruskal Wallis H testi uygulanmıştır.

Araştırmada sınıf öğretmenlerinin ve eğitim yöneticilerinin iş stresi düzeylerinin cinsiyet ve medeni durum değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını tespit etmek için Mann-Whitney U kullanılmıştır.

Sınıf öğretmenlerinin iş stresi düzeylerinin yaşa, mesleki kıdeme ve eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek için Kruskal-Wallis H testi kullanılmıştır.

Eğitim yöneticilerinin iş stresi düzeylerinin eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek için Mann-Whitney U testi (Eğitim yöneticileri arasında, ön lisans mezunu bulunmadığı için) kullanılmıştır.

Eğitim yöneticilerinin iş stresi düzeylerinin yaşa ve mesleki kıdeme göre farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek için Kruskal-Wallis H testi kullanılmıştır.

## BULGULAR

Sınıf öğretmenlerinin ve eğitim yöneticilerinin iş stresine ilişkin betimsel istatistik sonucu Tablo 3'de gösterilmektedir.

**Tablo 3.** Sınıf Öğretmenlerinin ve Eğitim Yöneticilerinin İş Stresine İlişkin Betimsel İstatistik Sonuçları

Puan	Puan Sınırı	En Düşük	En Yüksek	$\bar{X}$	Ss	N
Öğretmen İş Stresi	10,00-50,00	18,00	42,00	29,18	4,51	300
Yönetici İş Stresi	10,00-50,00	22,00	40,00	30,20	4,14	100

Tablo 3'de çalışmaya katılan sınıf öğretmenlerinin iş stresine ilişkin ortalama puanları verilmiştir. Ölçeğe göre 12-30 puan stresli durumu ifade ettiği dikkate alındığında, araştırmaya katılan sınıf öğretmenlerinin stresli olduğu ( $\bar{X}=29,18\pm 4,51$ ), eğitim yöneticilerinin ise yüksek stresli olduğu söylenebilir ( $\bar{X}=30,20\pm 4,14$ ).

Sınıf öğretmenlerinin ve eğitim yöneticilerinin iş stresinin cinsiyet ve medeni durum değişkenine göre Mann-Whitney U Testi analizi sonuçları Tablo 4'te gösterilmektedir.

**Tablo 4.** Sınıf Öğretmenlerinin ve Eğitim Yöneticilerinin İş Stresinin Cinsiyet ve Medeni Durum Değişkenine Göre Mann-Whitney U Testi Analizi Sonuçları

Puan	Cinsiyet	Betimsel İst.			Mann-Whitney U	
		N	Sıra Ort.	Sıralar Top.	U	P
Öğretmen İş Stresi	Kadın	232	155,46	36067,50	6736,50	0,067
	Erkek	68	133,57	9082,50		
Öğretmen İş Stresi	<b>Medeni durum</b>				10138,00	0,992
	Bekâr	103	150,43	15494,00		
	Evli	197	150,54	29656,00		

Cinsiyet						
Yönetici İş Stresi	Kadın	33	54,23	1789,50	982,50	0,365
	Erkek	67	48,66	3260,50		
Medeni durum						
Yönetici İş Stresi	Bekâr	20	50,08	1001,50	791,50	0,941
	Evli	80	50,61	4048,50		

\* $p < .05$

Tablo 4'e göre kadın ve erkek sınıf öğretmenlerinin, iş stresi düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur [ $U=6736,50$ ;  $p > .05$ ]. Kadın ve erkek sınıf öğretmenlerinin iş stres düzeyleri birbirine benzerdir. Öğretmenlerin medeni durumuna göre iş stresi düzeyleri değerlendirildiğinde herhangi bir farkın olmadığı [ $U=10138,00$ ;  $p > .05$ ], iş stresi düzeylerinin bekâr ve evli sınıf öğretmenlerinde benzer olduğu saptanmıştır. Öğretmenlerde olduğu gibi eğitim yöneticilerinde de hem cinsiyete [ $U=982,50$ ;  $p > .05$ ], hem de medeni duruma [ $U=791,50$ ;  $p > .05$ ] göre iş stresi düzeylerinin değişmediği görülmektedir.

Sınıf öğretmenlerinin iş stresinin yaş, mesleki kıdem ve eğitim durumu değişkeni; eğitim yöneticilerinin iş stresinin yaş ve mesleki kıdem değişkenine göre Kruskal-Wallis H Testi analizi sonuçları Tablo 5'te gösterilmektedir.

**Tablo 5.** Sınıf Öğretmenlerinin İş Stresinin Yaş, Mesleki Kıdem ve Eğitim Durumu, Eğitim Yöneticilerinin İş Stresinin Yaş ve Mesleki Kıdem Değişkenine Göre Kruskal-Wallis H Testi Analizi Sonuçları

	Yaş	n	Sıra Ort.	$X^2$	sd	P
Öğretmen İş Stresi	21-30 yaş	115	159,03	5,66	4	0,226
	31-40 yaş	109	151,84			
	41-50 yaş	59	137,36			
	51-60 yaş	13	147,00			
	61 ve üzeri	4	73,88			
Mesleki kıdem						
Öğretmen İş Stresi	0-5 yıl	86	161,78	5,472	5	0,361
	6-10 yıl	76	154,76			
	11-15 yıl	59	141,04			
	16-20 yıl	41	130,88			
	21-25 yıl	20	165,60			
	26 ve üzeri	18	137,53			
Eğitim durumu						
Öğretmen İş Stresi	Önlisans	16	195,94	5,955	3	0,114
	Lisans	256	149,68			
	Y.Lisans	27	130,46			
	Doktora	1	174,00			
Yaş						
Yönetici İş Stresi	21-30 yaş	20	54,98	1,788	3	0,617
	31-40 yaş	47	50,78			
	41-50 yaş	30	45,87			
	51-60 yaş	3	62,67			
Mesleki kıdem						
Yönetici İş Stresi	0-5 yıl	12	53,88	3,853	5	0,571
	6-10 yıl	26	49,83			
	11-15 yıl	25	48,52			
	16-20 yıl	21	58,67			
	21-25 yıl	15	42,47			
	26 ve üzeri	1	26,00			

Tablo 5'e göre sınıf öğretmenlerinin [ $X^2_{(4)}=5,66$ ;  $p > .05$ ] ve eğitim yöneticilerinin [ $X^2_{(3)}=1,788$ ;  $p > .05$ ] yaşa göre iş stresi düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Bunun yanında sınıf

öğretmenlerinin [ $\chi^2_{(2)}=5,472$ ;  $p>.05$ ] ve eğitim yöneticilerinin [ $\chi^2_{(5)}=3,853$ ;  $p>.05$ ] mesleki kıdemlerine bağlı olarak iş stresi düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur. Öğretmenlerin eğitim durumuna göre iş stresi puanları değerlendirildiğinde ise iş stresi düzeylerinin farklılaşmadığı tespit edilmiştir [ $\chi^2_{(3)}=5,95$ ;  $p>.05$ ]. (Tablo5).

Eğitim yöneticilerinin iş stresinin eğitim durumu değişkenine göre Mann-Whitney U Testi analizi sonuçları Tablo 6'da gösterilmektedir.

**Tablo 6.** Eğitim Yöneticilerinin İş Stresinin Eğitim Durumu Değişkenine Göre Mann-Whitney U Testi Analizi Sonuçları

Puan	Eğitim durum	Betimsel İst.			Mann-Whitney U	
		N	Sıra Ort.	Sıralar Top.	U	P
İş Stresi	Lisans	88	49,16	4326,00	410,00	0,209
	Yüksek Lisans	12	60,33	724,00		

Tablo 6'ya göre eğitim yöneticilerinin, iş stresi düzeyleri eğitim durumlarına göre farklılaşmamaktadır [ $U=410,00$ ;  $p>.05$ ]. Farklı eğitim durumuna sahip eğitim yöneticilerinin iş stresi düzeyleri birbirine benzerdir.

## SONUÇ VE TARTIŞMA

Veri analizi sonucunda aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır:

Sınıf öğretmenlerinin iş stresi düzeylerinin çok yüksek olmadığı ancak stresli olarak nitelendirilebilecek bir düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Kadın ve erkek sınıf öğretmenlerinin, iş stresi düzeyleri arasında bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Dolayısıyla kadın ve erkek sınıf öğretmenlerinin iş stresi düzeyleri benzerdir. Sınıf öğretmenlerinin medeni durum, yaş ve eğitim düzeyleri ile birlikte iş stres düzeylerinin değişmediği, tüm medeni durum, yaş ve eğitim gruplarında iş stresi düzeylerinin benzer olduğu bulunmuştur. Sınıf öğretmenlerinin iş stresinin mesleki kıdemlerine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Ortalama puanlara bakıldığında, farklı mesleki kıdeme sahip sınıf öğretmenlerinin iş stresi düzeyleri birbirine benzer olduğu görülmektedir.

Eğitim yöneticilerinin iş stresi düzeylerinin çok yüksek düzeyde stresli olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Eğitim yöneticilerinin iş stresi düzeyleri cinsiyete, medeni duruma, mesleki kıdeme, yöneticilikteki kıdeme ve eğitim durumuna göre değişmemektedir. Eğitim yöneticilerinin yaşa bağlı olarak iş stresi düzeylerinin değişmediği saptanmıştır.

Mevcut araştırmanın bulguları incelendiğinde; sınıf öğretmenlerinin iş stresi düzeylerinin çok yüksek olmadığı ancak stresli olarak nitelendirilebilecek bir düzeyde olduğu söylenebilir. Vatansaver Bayraktar ve Yılmaz (2016b) tarafından yapılan çalışmada sınıf öğretmenlerinin stresle başa çıkma becerilerinin orta düzeyde olduğu ve sınıf öğretmenlerinin en çok kendine güvenen yaklaşımı tercih ettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Vatansaver Bayraktar ve Yılmaz (2016b)'in araştırma sonucu mevcut araştırma sonucu kısmen benzerlik göstermektedir.

Yapılan bu çalışmada kadın ve erkek sınıf öğretmenlerinin, iş stresi düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Dolayısıyla kadın ve erkek sınıf öğretmenlerinin iş stresi düzeyleri benzerdir.

Başka bir meslek grubunda yapılan çalışmada ise cinsiyetin iş stresi düzeyi üzerinde etkili olmadığı bulunmuştur (Özdemir, 2017:110). Katılımcıların meslekleri farklı olsa da Özdemir (2017)'in çalışmasındaki sonuç bu çalışmadaki sonuç ile benzerdir. Ancak Başol ve Altay'ın (2009) "Eğitim Yöneticisi ve Öğretmenlerin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi" başlıklı çalışmasında cinsiyetin tükenmişlik düzeylerinde etkili olduğu ve erkeklerin daha çok tükenmişlik yaşadığı saptanmıştır. Tükenmişliğin stres sonrasında ortaya çıkan bir durum olması nedeniyle bu çalışmadaki sonuç ile örtüşmediği ifade edilebilir. Gramstad, Gjestad, ve Brit (2013) tıp öğrencilerinde yaptığı bir çalışmada ise, cinsiyetin iş stresi üzerinde belirleyici olduğu, kadın öğrencilerin erkek öğrencilerden daha fazla iş stresi yaşadığı tespit edilmiştir. Çalışmalar arasındaki farklılıklar çalışmalara katılan katılımcıların bireysel özelliklerinden kaynaklanıyor olabilir. Vatansver Bayraktar ve Yılmaz (2016b) tarafından yapılan araştırmada erkek öğretmenlerin, kadın öğretmenlere göre stresle başa çıkma yöntemlerinden daha fazla iyimser yaklaşımı tercih ettikleri tespit edilmiştir.

Sınıf öğretmenlerinin medeni durum, yaş ve eğitim düzeyleri ile birlikte iş stres düzeylerinin değişmediği, tüm medeni durum, yaş ve eğitim gruplarında iş stresi düzeylerinin benzer olduğu bulunmuştur. İş stresi ile ilgili Çelik'in (2009) başka bir meslek grubunda yaptığı çalışmada medeni durum, yaş ve eğitim düzeylerine göre iş stresi düzeylerinin farklılaşmadığı bulgusu buradaki sonucu desteklemektedir. Vatansver Bayraktar ve Yılmaz (2016b) tarafından yapılan araştırmada eğitim durumu ve stresle başa çıkma yöntemleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Bu araştırma sonucu yapılan araştırmayı desteklemektedir. Vatansver Bayraktar ve Yılmaz (2016b) tarafından yapılan araştırmada sınıf öğretmenlerinin medeni durum ve yaş değişkenine göre stresle başa çıkma yöntemleri arasında anlamlı fark olduğu; evli öğretmenlerin bekarlara kıyasla stresle başa çıkarken daha fazla çaresizlik yaklaşımını tercih etme eğiliminde oldukları; 46 ve üzeri yaş aralığında bulunan öğretmenlerin, diğer yaş gruplarındaki öğretmenlere göre daha fazla iyimser yaklaşımı tercih ettikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Sınıf öğretmenlerin iş stresinin mesleki kıdemlerine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Ortalama puanlara bakıldığında, farklı mesleki kıdeme sahip sınıf öğretmenlerinin iş stresi düzeyleri birbirine benzer olduğu görülmektedir. Alhija'nın (2015) öğretmen stresi ile ilgili olarak yaptığı bir çalışmada deneyimli öğretmenlerin (10 yıldan fazla süredir çalışan), daha az deneyimli öğretmenlerle (10 yıldan az süredir çalışan) kıyaslandığında stres seviyelerinin daha düşük olduğu sonucu buradaki sonucu desteklemektedir. Bu sonuçtaki farklılık iki çalışma arasındaki ülke ve sistem farklılıklarından kaynaklanıyor olabilir. Vatansver Bayraktar ve Yılmaz (2016b) tarafından yapılan araştırmada 21 yıl ve üzeri hizmet süresi bulunan öğretmenlerin boyun eğici yaklaşıma yöneldikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmada eğitim yöneticilerinin iş stresi düzeylerinin yüksek düzeyde stresli olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aktaş'ın (2001) yaptığı bir çalışmada bir kamu kuruluşunun üst düzey yöneticilerin çoğunluğunun orta ve yüksek düzeyde stres algısına sahip olduğu sonucu eğitim yöneticilerinin yüksek düzeyde stresli olduğu bulgusu ile aynıdır. Yılmaz (2015)'in araştırmasında yöneticilerin stresle başa çıkma becerileri orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Yılmaz (2015)'in araştırma sonucu mevcut araştırma sonucunu kısmen desteklemektedir.

Eğitim yöneticilerinin iş stresi düzeyleri cinsiyete, medeni duruma, mesleki kdeme kdeme ve eğitim durumuna göre değişmemektedir. Bu doğrultuda cinsiyetin, medeni durumun, mesleki kdemin ve eğitim durumunun eğitim yöneticilerinin iş stresi düzeyleri üzerine etkisi olmadığı söylenbilir.

Eğitim yöneticilerinin yaşa bağlı olarak iş stresi düzeylerinin değişmediği saptanmıştır. Aktaş'ın (2001) alışmasında yöneticilerin stres düzeyi ile yaş arasında bir ilişkinin bulunmadığı yönündeki bulgusu, burada elde edilen sonucu desteklemektedir.

Yılmaz (2015) tarafından yapılan araştırmada yöneticilerin stres ile başa çıkma yöntemleri, medeni durum değişkeni ile boyun eğici yaklaşım arasında; cinsiyet değişkeni ile iyimser yaklaşım arasında, yaş değişkeni ile iyimser yaklaşım arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu açıdan incelendiğinde; bekâr yöneticilerin evlilere göre daha fazla boyun eğici yaklaşımı tercih etme eğiliminde oldukları, erkek ve 40-45 yaş aralığındaki yöneticilerin ise iyimser yaklaşımı kadın ve diğer yaş gruplarındaki yöneticilere göre daha fazla tercih etme eğiliminde oldukları tespit edilmiştir.

Eğitim yöneticilerinin iş stresi düzeyi sınıf oğretmenlerinden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Başol ve Altay'ın (2009) alışmasında yöneticilerin oğretmenlere göre daha yoğun tükenmişlik yaşadıkları tespit edilmiştir. Tükenmişlik yoğun stres sonrasında ortaya çıkan bir durum olduğu düşünüldüğünde Başol ve Altay'ın çalışması ile bu çalışmadaki sonucun paralel olduğu söylenbilir.

## ÖNERİLER

Araştırmanın sonucuna göre sınıf oğretmenlerinde iş stresi vardır. Eğitim yöneticilerinde ise iş stresi yüksek düzeydedir. Bu hususta Milli Eğitim Bakanlığı tarafından iş stresini azaltıcı önlemler alınıp, stres azaltacak sosyal etkinlikler düzenlenebilir. Hizmet içi eğitimlerde stresle mücadele konulu eğitimler verilebilir. Sınıf oğretmenlerinin ve eğitim yöneticilerinin çalışma ortamlarında strese neden olan etkenler tespit edilip, bunlar üzerine iyileştirici çalışmalar yapılması yararlı olabilir.

Eğitim yöneticilerinin iş stresi sınıf oğretmenlerinininkinden fazladır. Eğitim yöneticilerinin sorumluluğunda tüm okul oğrencileri olması, tüm oğrencilerin velileri ile olan diyalogları ve okulun ekonomik açıdan işletme sorumlulukları gibi etkenler sınıf oğretmenlerine göre streslerinin fazla olmasına sebep gösterilebilir. Eğitim yöneticilerinin iş stresini artıran diğer bir etken ise üst amir kadrolarının otorite baskısıdır. Bu baskıların azaltılması, bu birimlerle iş birliği içinde çalışılması eğitim yöneticilerinin iş stres düzeylerini düşürebilir.

Yapılacak olan yeni araştırmalarda sadece ilkokul oğretmenleri değil; okul öncesi, ilköğretim ve ortaöğretim okullarında görev yapan tüm oğretmenler ve bu kademelerde görev yapan yöneticiler bu araştırmaya dhil edilerek geniş çaplı bir araştırma yapılıp karşılaştırmalar elde edilebilir.

Bu alışma sadece İstanbul ilinin belli başlı ilçelerinde yapılmıştır. Bundan sonra yapılacak araştırmalarda örneklem her coğrafi bölgeden bir Őehir seçilerek yapılabilir.

Sadece devlet okullarında çalışan yönetici ve sınıf öğretmenleriyle yapılan bu çalışmaya alternatif olarak, sadece özel okullarda çalışan yönetici ve sınıf öğretmenleriyle ayrı bir çalışma yapılabilir.

Bu çalışma nicel çalışmadır; nicel ve nitel çalışma birlikte yapılabilir.

#### ETİK METNİ

Bu makalede dergi yazım kurallarına, yayın ilkelerine, araştırma ve yayın etiği kurallarına, dergi etik kurallarına uyulmuştur. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazarlara aittir.

**Yazarların Katkı Oranı Beyanı:** Yazarlar çalışmaya %50 ve %50 olmak üzere eşit oranda katkı sağlamışlardır. Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

#### KAYNAKÇA

- Aksoy, A. & Kutluca, F. (2005). Çalışma hayatında stres kaynakları, stres belirtileri ve stres sonuçlarının incelenmesi üzerine bir araştırma. *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi*, 49,458-486.
- Aktaş, A. M. (2001). Bir kamu kuruluşunun üst düzey yöneticilerinin iş stresi ve kişilik özellikleri. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 56(4), 25-42.
- Alhija F. N. A. (2015). Teacher stress and coping: the role of personal and job characteristics. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 185, 374–380. doi: 10.1016/j.sbspro.2015.03.415.
- Aydın, İ. P. (2002). *İş yaşamında stres*. Pegem Yayıncılık.
- Balcı, A. (2000). *İş stresi*. Nobel Yayın Dağıtım.
- Baltaş, A. & Baltaş, Z. (2000). *Stres ve başa çıkma yolları*. Remzi Kitabevi.
- Başol, G. & Altay M. (2009). Eğitim yöneticisi ve öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Educational Administration: Theory and Practice*, 15(58),191-216.
- Cemaloğlu, N. & Şahin, D. E. (2007). Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(2),465-484.
- Çelik, N. (2009). *Konaklama işletmelerinde çalışanlara yönelik yıldırma davranışları (mobbing) ve iş stresi: Mersin ili örneği*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erçen, A. E. Y. (2009). Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri Mersin ilinde karşılaştırmalı bir inceleme. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(36), 1-8.
- Erden, G. (2015). *Devlet okullarında ve özel okullarda çalışan öğretmenlerin stres düzeyleri ile stresin faktörleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erşan, E., E., Yıldırım, G., Doğan, O. & Doğan, S. (2013). Sağlık çalışanlarının iş doyumu ve algılanan iş stresi ile aralarındaki ilişkinin incelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14:115-21. doi: 10.5455/apd.34482.
- Gökmen, G. (2017). *Kamu çalışanlarında iş tatmini, duygusal emek ve iş stresi: Konya'da bir araştırma*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Bartın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Gramstad, T. O., Gjestad, R. & Brit, H. (2013). Personality traits predict job stress, depression and anxiety among junior physicians. *BMC Medical Education*, 13(150), 2-9.
- Kadioğlu Ateş, H., & Vatansever Bayraktar, H. (2018). Sınıf öğretmenlerinin okul kültürü algısı ile iş doyumunu arasındaki ilişki. *Electronic Turkish Studies*, 13(19), 127-162.
- Karadavut, Y. (2005). *İlköğretim okulu öğretmenlerinin örgütsel stres kaynakları, stres belirtileri ve stresle başa çıkma yolları*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Karasar, N. (2000). *Bilimsel araştırma yöntemleri*, Nobel Yayıncılık
- Keser, A. (2013). *İş stresi kaynakları*. Ekin Basım.
- Kumaş, V. & Deniz, L. (2010). Öğretmenlerin iş doyum düzeylerinin incelenmesi. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 32, 123-139.
- Ouellette, R. R., Frazier, S. L. Shernoff, E. S., Cappella, E., Mehta, T. G., Lora, A. M., Cua, G. & Atkins, M. S. (2018). Teacher job stress and satisfaction in urban schools: disentangling individual-, classroom-, and organizational-level influences. *Behavior Therapy*, 49, 494-508.
- Ömeroğlu, M. (2015). *Anaokulu öğretmenlerinin okuldaki stres belirtileri, stres kaynakları, bu stres kaynakları ile başa çıkma yolları ve yaşadıkları örgütsel stresin performanslarına etkisi nedir?* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Özdemir, O., Özdemir, P. G., Kadak, M. T. & Nasıroğlu, S. (2017). Kişilik gelişimi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4),566-589.
- Simone, S. D., Cicotto, G. & Lampis, J. (2016). Occupational stress, job satisfaction and physical health in teachers. *Revue européenne de psychologie appliquée*, 66, 65-77.
- Temiz, A. (2006). *Beden eğitimi öğretmenlerinin stres kaynakları, stres tepkileri ve stresle baş etme yolları*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Tomruk, Z. (2014). *Akademisyenlerde stres kaynakları, stres durumunda ve stresle başa çıkmada gösterilen davranışların ilişkisi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Troesch, L. M. & Bauer, C. E. (2017). Second career teachers: Job satisfaction, job stress, and the role of self-efficacy. *Teaching and Teacher Education*, 67, 389-398.
- Tural, N. (1994). *Beden eğitimi öğretmenlerinin stres kaynakları, stres tepkileri ve stresle baş etme yolları*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Turunç, Ö. & Çelik, M. (2011). Çalışanların algıladıkları örgütsel destek ve iş stresinin örgütsel özdeşleşme ve iş performansına etkisi. *Yönetim ve Ekonomi*, 17 (2), 183-206.
- Vatansever-Bayraktar, H., & Güney, B. (2015). Sağlık meslek lisesi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(39), 726-735.
- Vatansever-Bayraktar, H. & Yılmaz, K. Ö. (2016a). Sınıf öğretmenlerinin çatışma çözme becerileri ile stresle başa çıkma becerileri arasındaki ilişki. *Turkish Studies -International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 11 (3), 2333-2354.
- Vatansever-Bayraktar, H. & Yılmaz, K. Ö. (2016b). Examination of stress coping methods of primary school teachers in terms of different variables. *Journal of Education and Training Studies*, 4(8), 167-179.

- Vatansever-Bayraktar, H. & Yılmaz, K. Ö. (2016c). Investigation of primary school teachers conflict resolution skills in terms of different variables. *Journal of Education and Training Studies*, 4(9), 222–231.
- Vatansever-Bayraktar H. & Güney, B. (2016). Examination of job satisfaction of the medical vocational high school teachers. *Journal of Education and Training Studies*, 4(4), 228–236.
- Vatansever-Bayraktar H. & Girgin, S. (2019). Öğretmenlerin umutsuzluk düzeyleri, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi /The Journal of International Social Research*, 12(63), 884-892.
- Yılmaz, P. (2001). *Samsun ili Havza ilçesi merkez ve köylerinde görevli öğretmenlerin iş stres faktörleri, stres belirtileri ve stresin performansa etkileri*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yılmaz, K., Ö. (2015). *İlkokul yöneticilerinin ve sınıf öğretmenlerinin çatışma çözme becerileri ile stresle başa çıkma yöntemleri arasındaki ilişki*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü