

Özel Eğitim Öğretmenlerinin Yaşadığı Stres ve Stresle Başa Çıkma

Stress and Coping with Special Education Teachers

ÖZET

Araştırmanın temel amacı; özel eğitim öğretmenlerinin stres yaratan faktörlerini incelemektir. Araştırmanın örneklemini Ege Bölgesinde bir ilçede bulunan özel eğitim okullarında görevli özel eğitim öğretmenlerinden oluşmaktadır. Nicel araştırma yöntemleri kullanılan araştırmada verilerin analizinde, Pearson korelasyon analizi, t testi ve ANOVA testi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, öğretmenlerin aldıkları ücretin yetersiz olmasının, ders müfredatının öğrencilerdeki bireysel farklılıkların göz ardı edilmesinin, öğretmenliğin "herkesin yapabileceği" bir meslek olarak algılanmasının, öğrencilerin derse ilgi göstermemelerinin, stres düzeyini kısmen etkilediği görülmektedir. Öğrenci boyutu ile kişilik boyutu, müfredat boyutu, öğretmen/öğretmen ilişkileri boyutu, yönetim/denetim boyutu, okul boyutu ve meslek boyutu arasında pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır. Okul Boyutu ile Meslek Boyutu arasında pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır. Cinsiyet, medeni durum, mezun olunan okul türü, öğretmenlik mesleğini seçme nedeni ve görev süresi bakımından stres faktörlerinin bütün boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Stres, Özel Eğitim, Örgüt, Eğitim

ABSTRACT

The main purpose of the research is; The aim of this study is to examine the stress-inducing factors of special education teachers. The sample of the research consists of special education teachers working in special education schools in a district in the Aegean Region. In the study using quantitative research methods, Pearson correlation analysis, t test and ANOVA test were used in the analysis of the data. As a result of the research, it is seen that the insufficient wages of the teachers, the ignoring of the individual differences in the course curriculum, the perception of teaching as a profession that "everyone can do", the students' lack of interest in the lesson partially affect the stress level. There is a positive, moderate and strong relationship between the /teacher relations dimension, the management/supervision dimension, the school dimension, and the profession dimension There is a positive medium and strong correlation between the School Dimension and the Occupation Dimension Gender, marital status, type of school graduated, teaching There is no statistically significant difference between all dimensions of stress factors in terms of the reason for choosing the profession and the duration of duty.

Keywords: Stress, Special Education, Organization, Education

GİRİŞ

Sanayi ve teknolojinin günden güne ilerlemesiyle birlikte bireylerin köyden kente göçüşü hızlanmış, şehirlerde nüfus artmış, çalışan sayısının artmasıyla, çalışma şartları ve yaşam koşulları zorlaşmaya başlamıştır. Zorlaşan bu şartlar çalışanı kendini geliştirmeye yönlendirmiştir. Sanayileşmenin etkisiyle yeşil alanların azalması, hava kirliliği, nüfus artışı sonucu ortaya çıkan çarpık kentleşme, yaşam koşullarının günden güne zorlaşması çalışanları fizyolojik ve psikolojik olarak etkilemiştir. Bu etkilenmenin neticesinde stres kavramı günümüz koşullarının en büyük sorunlarından biri haline gelmiştir. İnsanlar, bilgiye ulaşımın kolaylığı, yoğun rekabet ortamı, işsizlik korkusu gibi nedenlerle sürekli olarak kendi sınır ve kabiliyetlerini zorlayarak yaşamaktadırlar. Bireyler hangi sektörde çalışırsa çalışsın, stres kavramıyla karşı karşıya kalmaları iş yaşamlarını ve sosyal yaşamlarını etkilemiş bireylerin iş verimini düşürmüş, hastalıklara neden olmuştur. Bu yüzden stres ve strese neden olan faktörler araştırma konusu olmuş 1980'li yıllardan itibaren bu alanda yapılan çalışmalar hızlanmıştır.

Bu çalışmada da Özel eğitim öğretmenlerinde stres ve stresi etkileyen faktörler üzerinde durulmuş stres kavramı, strese neden olan etmenler, öğretmenlik mesleği ve öğretmenlerde stres faktörleri ele alınmıştır.

Stres insan sağlığını fizyolojik ve psikolojik anlamda olumsuz etkileyen en önemli faktörlerdendir (Pehlivan 1993). Stres, insanlar üzerinde yarattığı olumsuz etkenler nedeniyle verimliliği ve etkinliği düşürür (Akgün ve Kemalöglü,1991). Eğitim sisteminin ve bu sistemin yapı taşı olan okulların hammaddesi insandır. İnsan toplumun bir parçasıdır ve hammaddesini toplumdaki okullar onu eğiterek topluma geri verirler. Bu durum okulların etki

Gül Ballı ¹ 
İrfan Öncüler ² 
Mustafa Karabulut ³ 
Gülşen Ukuşlu ⁴ 
Emrullah Gültekin ⁵ 
Gönül Demirtola ⁶ 

How to Cite This Article

Ballı, G., Öncüler, İ., Karabulut, M., Ukuşlu, G., Gültekin, E. & Demirtol, G. (2023). "Özel Eğitim Öğretmenlerinin Yaşadığı Stres ve Stresle Başa Çıkma" International Social Sciences Studies Journal, (e-ISSN:2587-1587) Vol:9, Issue:107; pp:5046-5063. DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/sss.676> 89

Arrival: 13 December 2022

Published: 31 January 2023

Social Sciences Studies Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

¹⁻²⁻³⁻⁴⁻⁵ Müdür yardımcısı., MEB, İstanbul, Türkiye Beylikdüzü, Mail: asssmin@hotmail.com

⁶ Okul Müdürü, MEB, İzmir, Türkiye

alanının çok geniş olmasına neden olduğu gibi okulların toplumdan ve insan ilişkilerinden etkilenmesine de neden olmaktadır (Bursalıoğlu,1999).

Öğretmenler eğitimin, en önemli paydaşlarındandır. Öğretmenin zihnen ve bedenen rahat olması öğrencisiyle iletişimi için gereklidir. İş yaşamında ve sosyal yaşamında mutlu olan öğretmenler bu mutluluğu öğrencilerine aktarabileceklerdir. Öğretmenin stres yüklü olması öğrenci ile iletişimine engel olmakla birlikte eğitimin verimliliğini düşürmektedir.

Okul bir çalışma sahasıdır, öğretmenler ve diğer paydaşların amacı öğrencilere en iyi hizmeti verebilmek için çalışmaktır. Bu hizmeti verebilmek için bir takım beklentileri vardır. Bu beklentilere paydaşların kendi özelliklerine göre yapılmış okullar ve bu okulların en iyi şekilde donatılması örnek verilebilir (Ergin, 1995).

Okulun her türlü donanımına sahip olması öğretmenin rahat ve huzurlu olması bilgiye ulaşmadaki kolaylıklar, öğretmenin verimini olumlu yönde etkileyerek öğrencilerin akademik ve sosyal gelişimlerinde büyük katkı sağlayacaktır.

Günümüzde insanların yaşadığı sorunlardan öğretmenlerin etkilenmemesi olanaksızdır. Çünkü öğretmen de bir insandır ve stres onların da etkilendiği bir unsurdur (Güler,1998). Öğretmenlerin yaşadıkları mesleki stresi okula olan ait olama duygusunu azaltmış mesleki doyumun önüne geçmiş ve eğitim kalitesinin düşmesine neden olmuştur. Tükenmişliklerini ise okula ve dolayısıyla öğrenciye yansıtmışlardır.

Eğitim sürecinin etkili ve verimli sürdürülmesinin en önemli ögesi öğretmenlerdir. Öğretmenin verimini ve iş doyumunu arttırmak için stres faktörlerinin belirlenmesi, bu faktörlerin nedenlerinin incelenmesi ve stresle başa çıkma konusunda yöntemler geliştirilmesi gerekmektedir.

Göçen'in (2019) yaptığı çalışmanın amacı, öğretmenlere yönelik yaşamın anlamı, mesleklerini sürdürebilme arzuları, stres ve tükenmişlik durumlarının incelenmesidir. Ortaya konan verilerin analiz edilebilmesi için içerik ve betimsel analiz teknikleri kullanılmıştır.10 öğretmenden oluşan bir örneklem grubu incelenmiş, araştırmanın sonunda, iş stresine neden olan etmenlere karşı öğretmenlerin farklı çözüm yolları geliştirdiği belirtilmiştir. Katılımcılar genel olarak mesleklerine devam etmek isteseler de yaşadıkları sorunlar ve iş stresi nedeniyle meslek yaşamları boyunca en az bir kere mesleği bırakmak istediklerini beyan etmişlerdir.

Argon ve Ateş'in (2007) stres seviyesinin belli bir seviyede tutulmasının stresi ortaya çıkana faktörlerin belirlenmesi ile mümkün olduğunu açıklamaya çalıştıkları bu çalışmada ilköğretim okulu öğretmenlerinin, eğitim kurumlarında etkisi altına girdikleri stres faktörlerini belirlemeyi amaçlamışlardır. Araştırma betimsel bir nitelik taşımaktadır, katılımcı grup Bolu ili Gerede İlçesinde çalışan ilköğretim I. Kademe öğretmenleridir. Veriler kendini yorumlama, fiziksel çevre, iş çevresi ve sosyal çevre olarak dört boyuttan oluşan "Stres Kaynağı Ölçeği" ile derlenmiştir. Çalışma, öğretmen stresini yaratan faktörlerin başında sosyal çevreden kaynaklanan faktörlerin geldiğini göstermiştir. Öğretmenler iş çevresinden kaynaklanan faktörlerden ise diğer tüm faktörlere göre daha az etkilenmektedirler.

2004 -2005 Eğitim Öğretim yılında Antalya il merkezindeki ilköğretim okullarında çalışan 4522 sınıf ve branş öğretmenin katıldığı bir araştırma yapılmıştır. Araştırmanın amacı ilköğretim okulu öğretmenlerinin stres ve doyum düzeyleri ile bu kavramların yaş, hizmet süresi, cinsiyet ve öğrenim durumu gibi değişkenlerden etkilenip etkilenmediğinin belirlenmesidir. Çalışma tarama modeli kullanılarak hazırlanmıştır. Araştırma sonucunda öğretmenlerin iş doyum ve iş stresi arasında anlamlı ters bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. (Günbayı ve Tokel 2012). Buna göre iş stresi ve iş doyum, öğretmenlerin mesleki potansiyellerini ve performanslarını etkileyen önemli kavramlardandır.

Özdemir, Sezgin, Kaya, Recepoğlu' nun (2011), hazırlamış oldukları bu çalışmanın amacı, ilköğretim okulu öğretmenlerinde strese neden olan faktörlerin belirlenmesi ve öğretmenlerin stres ile başa çıkma tarzlarının mizah tarzları ile bağlantılı olup olmadığının incelenmesini amaçlamıştır. Çalışma korelasyonel bir araştırmadır. Ankara'da seçilen ve merkez ilçelerde görev yapan 221 öğretmenden oluşan bir örneklem grubu katılmıştır. Veri analizi için ise çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Araştırma sonuçları, stresle başa çıkmada tüm mizah tarzlarının kendine güvenli yaklaşımın anlamlı yordayıcıları olduğunu göstermiştir.

Balaban'ın (2000) yaptığı çalışmada temel eğitimde öğretmenlerin stres kaynakları ve başa çıkma teknikleri incelenmiştir. Literatür taraması şeklinde yapılan çalışmada öğretmenlerde stresin sebebi olarak; öğretmen atamalarının plansız bir şekilde yapılması, sınıf mevcudunun fazla olması ve düşük ücret almaları sonucuna ulaşılmıştır.

Akpınar'ın (2008) yaptığı çalışmanın amacı, bir eğitici olarak öğretmenleri olumsuz etkileyen strese yönelik öğretmen görüşlerini belirlemektir. Çalışmada veriler Elazığ, il merkezi ve ilçelerindeki devlet ilköğretim

okullarında 2005-2006 öğretim yılında görev yapan toplam 184 öğretmene anket uygulanarak toplanmıştır. Betimsel özellik taşıyan araştırmada elde edilen bulgulara göre öğretmenlerin stres sebepleri olarak, okuldaki öğrencilerin öğrenme ve disiplin sorunları, zamanın azlığı, öğretmenlerin maaşlarının yetersizliği ve fazla iş yükü olduğu görülmektedir.

Bulut Bozkurt'un (2005) stresle ilgili yaptığı çalışmanın amacı, öğretmenlerde stres yaratan yaşam olayları ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkileri incelemektir. Araştırmada veriler, 2003-2004 öğretim yılında, İzmir il merkezinde 8 ilköğretim okulunda görev yapan 1.2.3. sınıf öğretmenlerine ölçek uygulanarak toplanmıştır. Araştırmanın verileri, yüzdelikler, tek yönlü varyans analizi, "t" testi, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ile çözümlenmiştir. Araştırmanın sonucuna göre öğretmenlerin stresle başa çıkabilmesi, meslekteki kıdemi, meslekteki verimliliği ve öğretmenlik mesleğinin toplumda hak ettiği yerde bulunup bulunmadığına göre anlamlı farklılıklar oluşmuştur. Stresi az olan öğretmenlerde, stres yaratan yaşam olayları ölçeği ile stresle başa çıkma alt ölçekleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, stresi yüksek olanlarda, yaşam olayları ile sosyal destek alt ölçeği arasında negatif yönlü anlam ilişkisi vardır.

Şanlı'nın (2017) devlet okullarında görev yapan öğretmenlerin bazı değişkenler açısından algılanan stres düzeyini belirlemeyi amaçlanmıştır. 2014-2015 öğretim yılında görev yapan 540 öğretmenin görüşü alınmış, farklı okullar seçilerek rastgele örnekleme yönteminde branşlar kullanılmıştır. Bu çalışmada stres ölçeğinin stres / rahatsızlık duygusu boyutunda öğretmenler arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu ortaya çıkmıştır.

Problem Durumu

Modern dünyanın hızlı gelişimi karşısında okullar da kendilerini yenilemelidir. Okullar, bilim adamlarının ve ülkelerin üzerinde önemle durdukları örgütlerdir. Okullar nitelikli, bilgili ve becerili insan yetiştiren nadir kurumlardır (Gümüseli, 1996). Eğitim ve öğretim sisteminin en önemli yapı taşı olan okulların, kendini geliştirebilmeleri için kalite kavramının üstünde durmaları gereklidir (Günbayı & Çevik, 2004). Eğitimin kalitesi, öğretmenin niteliği ile değişkenlik ve paralellik gösterir. Nitelikli öğretmen olmadan yapılan eğitim hedefine ulaşamaz. Öğretmenlerin mesleğine hakim olması, verimli olması öğrenci başarısını olumlu yönde etkiler. Bu da toplumun kalitesini artırır.

Tüm canlılar gibi insanoğlunun da ruhsal ve bedensel sınırları bulunmaktadır. Bu sınırların tehdit edilmesi ve zorlanması sonucunda ortaya çıkan stres, mücadele edilmediğinde bireysel ve örgütsel verimlilikte düşüş etkisi gösterir. Verimliliği ve etkinliği düşen çalışan, iş hayatından gerekli hazzı alamaz, iş arkadaşları ve diğer örgüt paydaşları ile yakın ilişkiler kurmakta zorlanırlar (Baltaş ve Baltaş, 2008).

Örgütlerde işin yapılış şekli, örgüt yapısı, fiziksel çevre ya da bireylerin özelliklerinden kaynaklı faktörler stresin ortaya çıkmasını sağlayayan etkenlerdir. (Kırel, 1991). Her örgüt ortaya koyduğu hizmete, kullandığı teknolojik materyallere ve sistemlere, çevre ile ilgili şartlara, örgüt üyelerinin eğitim seviyelerine, örgüt içinde meydana gelen gruplaşmalara, örgüt iklimi ile ilgili faktörlere göre farklı bir takım stres kaynakları geliştirebilir (Öztürk, 1995).

Mesleğin doğasından kaynaklı olarak öğretmenler, yüksek seviyede mesleki tükenmişlik davranışları sergilemektedir (Cemaloğlu ve Şahin 2007). Öğretmenlerin stres düzeyleri ile yaşadıkları iş doyumunu arasında bir bağlantı olduğu görülmektedir. İş doyumunu artan öğretmenlerin stres düzeyleri de azalış göstermektedir. Mesleğinden tat alamayan öğretmenlerin, fazla stres yaşamaları, verimliliğin düşmesine neden olmaktadır.

Alt Problemler

Temel eğitim düzeyindeki öğretmenlerin stres seviyelerini anlamak hedeflenmiştir. Bu hedefe ulaşmak için üç alt probleme yanıt aranmıştır:

1. Özel eğitim öğretmenlerinin stres düzeylerine ilişkin görüşleri ne düzeydedir?
2. Stres faktörleri arasındaki ilişki ne düzeydedir?
3. Öğretmenlerin stres düzeyleri çeşitli faktörlere göre ne düzeyde değişmektedir?

Araştırmanın Amacı

Araştırma özel eğitim öğretmenlerinin karşılaştıkları streslerin kaynakları ve bu durumu etkileyen faktörlerin ortaya konması amacıyla yapılmıştır.

Araştırmanın Önemi

Eğitimin en temel paydaşlarından biri de öğretmenlerdir. Öğretmenlerin performanslarının yüksek olması öğrencilerin ve eğitim sisteminin başarısını olumlu yönde etkilemektedir. Bu amaçla yapılan bu çalışma da Özel

eğitim ęretmenlerinin performanslarına olumsuz etki yapan stres ve stres faktörlerinin tespit edilerek, ęretmen stresini en aza indirecek önlemlerin alınmasına, hizmet etme açısından önemlidir.

Varsayımlar

Araştırmada aşğıdaki varsayımlardan yararlanılmıştır;

Araştırmaya katılan ęretmenler soruları samimiyetle yanıtlamışlardır.

Araştırmada kullanılan ölçek geçerliliği ve güvenilirliği sağlanmış ölçektir.

Sınırlılıklar

Yapılan araştırma 2022-2023 eğitim öğretim yılında İstanbul ili Pendik ilçesinde görev yapan özel eğitim okulu ęretmenleriyle sınırlıdır.

Tanımlar

Öğretim: Öğrenmeyi kolaylaştıracak etkinlikleri düzenleme, araç gereçleri sağlama ve öğrenmede yol gösterme işi.

Eğitim: Yeni kuşakların toplum yaşamında yerlerini almaları için gerekli bilgi, beceri ve anlayışları edinmelerine, kişiliklerini geliştirmelerine yardım etme.

Stres: Stres; zorlu ya da rahatsız edici bir durum karşısında kişinin hissettiği duygusal ve fiziksel gerilim halidir.

Örgüt: ortak bir amacı ya da eylemi gerçekleştirmek ereğiyle bir araya gelmiş kurumların ya da kişilerin oluşturduğu birlik.

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde ęretmenlerin stres düzeyini etkileyen faktörlerin daha iyi anlaşılması için stres kavramı, ęretmenlik mesleği ve ęretmenlerde strese neden olan etmenler üzerinde durulmuştur.

Stres Terimi ve Kapsamı

Stres kelimesi Latin Dili ‘‘estricitia’’sözcüğünden gelmektedir. Her yüzyılda farklı anlamlarla kullanılmakla beraber 19. Yüzyılda ‘‘güç ve baskı’’anlamlarında kullanılmaya başlanmıştır. (Baltaş ve Baltaş, 2008). Stres günümüzde bütün meslek dallarında karşımıza çıkmaktadır. Hangi meslek dalında olursa olsun bireylerin sağlığını, verimini etkilemektedir. Stresin çeşitli tanımlarının olmasının nedeni meslek gruplarının farklı olmasıdır. Her mesleğin stres kaynağı farklı olabilmektedir (Ağma, 2007).

Cam’a (2004) göre mesleklerdeki tehlike unsuru stresi etkiler. Polis, asker, itfayeci, madenci vb. mesleklerde çalışanların can güvenliliğinin olmaması, stres seviyesinin yüksek olmasına neden olur. Sağlık çalışanlarında da bulaşıcı hastalıklara maruz kalmaları sağlıklarının bozulmasına, hatta çalışanın ölüme neden olması açısından stres düzeylerini arttırmaktadır.

Tekin, Çilesiz ve Gede, (2019)yaptıkları çalışmada stres düzeyleri bakımından 1.sırada madenciler, 2.sırada askerler ve polisler, 3. sırada ise sağlıkçılar gelmektedir. Bu sıralamanın oluşmasında en büyük etkenin bu meslek dallarının can güvenliliğinin olmamasıdır. Öğretmenler ise 4.sırada yer almıştır. İnsan yetiştiren ęretmenlerin sorumluluklarının fazla olması, eğitimin sisteminin sürekli değişmesi, maaşlarının yetersiz olması, stres düzeylerini arttıran etkenlerdendir. Akademisyenlerde ęretmenler gibi eğitim işini yüklenmelerine rağmen akademisyenlerin stres seviyeleri ęretmenlere göre daha düşüktür. Bunun nedeni olarak da maddi unsurlar ve eğitim sistemi olarak görülmüştür. Bankacılar ve muhasebecilerin stres düzeyleri orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Her iki meslek grubunda da ay sonu ve yılsonu işlemlerin yoğun olması, para ile uğraşmaları streslerini etkileyen unsurlardandır.

Sonuç olarak diyebiliriz ki; her meslek gurubunda stres yaşanmaktadır. Ancak can güvenliliği stres düzeyini arttıran en önemli etkidir.

Stres Kaynakları

Bireylerde oluşan stres çok çeşitli nedenlerden kaynaklanabilir. Bireyler stresin daha çok dış etkilere kaynaklandığını düşünmektedir. Ancak stresin asıl kaynağı kişinin kendisidir. Bireylerin bir olaya tepki verme şekli farklılık göstermektedir. Bazen aynı birey aynı olaya farklı zamanlarda farklı tepkiler verebilmektedir (Baltaş ve Baltaş,2008).

Stres çalışanın kendi kişiliğinden kaynaklandığını gibi örgütsel kaynaklardan da kaynaklanabilir. Farklı kişilik özelliklerine sahip bireylerin bir araya gelmesiyle oluşan örgüt başlı başına bir stres kaynağıdır,

Örgütsel stres kaynaklarına işin yapısı, fiziksel çevre şartları, aşırı iş yükü veya yetersizliği, iş güvenliğinin olmaması, yapılan terfilerin adaletsizliği, yönetici çalışanlar arası problemler de eklenince stres kaçınılmazdır (Ergül,Kılıç ve Örucü, 2011).

İş Yaşamında Stres

İş stresi çalışma ortamlarında sıkça görülen bir olgudur. Çalışanlar; örgütün özellikleri, çalışma arkadaşları, yöneticiler iş yerinin fiziki şartları çalışanlarda strese neden olabilir. Çalışma ortamında karşılaşılan bu sorunlara bireyin başarılı olma isteği, daha fazla para kazanma arzusu, yükselme hırısı gibi olumlu etmenler eklendiğinde iş yerinde stresin oluşması kaçınılmazdır (Yüksel,2014, s.117).

Stres tamamen olumsuz bir durum değildir. Belli bir seviyedeki stres çalışanın motive olması açısından önemlidir. Buna pozitif stres adı verilir. Pozitif stres çalışanda başarı duygusunu arttırarak iş verimini yükseltir. Ancak stres seviyesinin yükselmesi durumunda çalışan tükenmişlik yaşayabilir bu da iş veriminin düşmesine neden olur (Tınaz,2005).

Çalışma hayatının en önemli problemlerinden olan stres, çalışanlarda önemli problemlere sebep olmaktadır. Ancak her çalışanın stresle mücadele etme derecesi farklıdır. Bu konu hakkında yapılan araştırmalar, stres hastalığına çözüm bulmak için farklı bakış açıları sunmaktadır (Cam,2004).

Stres Belirtileri

Stres bireyin zorlanmasına neden olmaktadır. Bu bağlamda zorlanan bireylerde depresyon, kaygı, takıntı görülebilir. Baş ağrısı stresin en önemli belirtilerindendir. Bireyin stres karşısında kaygı ve endişe düzeyi artar (Baltaş ve Baltaş, 1998).

Bireylerin ekonomik koşulları stresin başlıca sebeplerinden biridir. Ekonomik problemler yaşayan çalışan, gelir düzeyinin düşük olması nedeniyle satın alma gücünde zayıflatacaktır. Temel ve sosyal ihtiyaçlarını gideremediği için fizyolojik ve psikolojik yönden olumsuz etkilenir (Eroğlu, 1998). Stres yaşayan bireylerin stresle mücadele etme seviyesi farklılık göstereceğinden, bireyler arasında farklı belirtiler görülebilir. Bireylerde fiziksel belirtiler, davranışsal belirtiler ve davranışsal belirtiler yaşanabilir (Telman,1986).

Stresin Bireye Etkileri

Stres bireyin kendisiyle ve çevresiyle olan ilişkilerini etkileyen bir olgudur. Stres birden bire ortaya çıkan bir durum değildir. Stresin bireyi etkilemesi için birtakım değişimlerin gerçekleşmesi gerekir. Bu değişimlerden bazı bireyler fazlasıyla etkilenmektedir. Yaşanan değişimlerin bireyler üzerindeki etkisi, kişilik özellikleri bu değişimlerin etki altında kalma seviyelerine göre farklılık gösterebilir. Stresin gerçekleşmesi için değişimlerden etkilenen bireyin organizmasında biyo-kimyasal değişimlerin meydana gelmesi ve vücut sisteminin harekete geçmesi gereklidir (Aydın, 2008).Stres bireyde gücünü aşan bir duruma geldiğinde gerilime dönüşür. Önemli olan stres gerilim haline dönüşmeden kontrol altına alınmalı ve yarattığı enerjiden belirli amaçlar için yararlanılmalıdır. Stresle baş etmeyi bilen birey; stresi sağlıklı yaşamı destekleyen bir güç olarak kullanabilir (Barutçugil, 2002).

Stresle Baş Etme

Modern dünyada stresten kaçmak imkansızdır. Bu yüzden bireylerin stresle mücadele etmenin yollarını öğrenmesi gereklilik haline gelmiştir. Stresle baş etmenin ilk aşaması stresi tanımadır. Kişi kendisinde strese yol açan etmenleri belirlemeli ve bunlarla nasıl baş edeceğini öğrenmelidir. Stres, kişinin kendinden ve çevresinden kaynaklanabilir. Bu yüzden kendisini tanımalı, strese neden olan düşünceler üzerinde çalışmalı ve gerekirse değişimler yapmalıdır. Hoşlanacağı uğraşlar bulmalı, benzer konuda stres yaşayan insanlarla konuşmalıdır. Stresle baş edemediği takdirde profesyonel psikolojik yardım hizmeti almalıdır (Yöndem, 2011). Pehlivan'a göre (1998) stresle baş etmede, bireysel olarak yapabileceklerimiz şunlardır: Beden alıştırmalar ve nefes alıştırmaları. Ayrıca meditasyon yapmak da bu süreçte etkili görülmektedir.

Stres ve Öğretmenlik

Öğretmenlik Mesleği

Öğretmenlik geçmişten günümüze çok tercih edilen mesleklerdendir. Modern dünyada gelişen teknoloji ve bilim karşısında öğrenciye olumlu davranışlar kazandırması bakımından günümüzdeki önemi daha da önem kazanmaktadır (Ataünal, 2003).

Öğretmenlik mesleği her dönemde kutsal bir meslek olarak algılanmıştır. Bu bağlamda öğretmenlere büyük sorumluluklar düşmektedir. Ülkelerin kaderlerini öğretmenler belirlemektedir. Bir ülkenin mimarını, avukatını,

doktorunu, öğretmenini, ülkenin ihtiyacı olan iş gücünü, ülkeyi yöneten yöneticileri öğretmenler yetiştirmektedir (Göktaş ve Yetim, 2000).

Öğretmenlerde Stres

Bu bölümde eğitimin en önemli yapı taşı olan öğretmenlerin mesleki stresi ele alınacaktır. Okullar toplumun eğitilmesi, eğitim öğretim faaliyetlerini yerine getirmesi, nitelikli insan yetiştirmesi gibi işlevlere sahiptir. Bu işlevlerin yerine getirilmesinde de öğretmenlerin rolü büyüktür. Öğretmenlerin stres faktörlerinin incelenmesi, sistemin işleyişi bakımından büyük bir öneme sahiptir. Öğretmenlerin yaşadıkları stres yaşadıkları stres bedensel ve ruhsal çöküşlere, performans düşüklüğüne neden olmaktadır. Bu nedenle öğretmenin motivasyonun düşmesi eğitim öğretim faaliyetlerinin düşüşüne, öğrencilerin olumsuz etkilenmesine yol açmaktadır (Aytaç,2009). Okullar iletişimin yoğun olarak kullanıldığı kurumlardır. Öğretmenler okulun diğer paydaşları ile etkileşim içindedirler. Bu etkileşim duygusal bir boyutta ortaya çıkar. Ortaya çıkan bu sorumluluk duygusu öğretmenlerde strese neden olabilmektedir (Ensari ve Tuzcuoğlu,1999).Devlet okullarında çalışan öğretmenlerin günden güne stres seviyeleri artmaktadır. Artan stresle birlikte mesleklerinin sorumluluklarını yerine getirmeye çalışmaktadırlar. Bu durum sadece meslek yaşamlarını değil özel hayatlarında olumsuz etkilemektedir. Bu yüzden öğretmenler stresle mücadele yöntemlerini öğrenmeleri gereklidir (Buluş,1999).

Öğretmenlerde İş Stresine Neden Olan Etmenler

İnsanların bedensel ve ruhsal olarak gerilmeleri sonucu ortaya çıkan stres, mücadele edilmediği zaman kişisel verimin düşüşüne, yapılan işten zevk alınmamasına, meslektaşlarıyla iletişimsizliğe neden olur (Baltaş ve Baltaş 2008).

İnsanlar yaşamlarını devam ettirebilmek için çeşitli hizmet alanlarında çalışmaktadır. Bu hizmet alanlarında da stresi ortaya çıkaran birçok unsur bulunur. Bu unsurlar kurumun işleyişinden kaynaklanacağı gibi iç ve dış çevreden de kaynaklanabilir (Kırel,1991).Her örgütte birçok nedene bağlı stres kaynakları ortaya çıkabilir. Çalışanların eğitim seviyeleri, kişilikleri, kurum içi çatışmalar strese neden olan faktörlerdendir (Öztürk,1995).

Okullarda stresin yoğun olarak yaşandığı kurumlardır. Öğretmenler de bu stresten etkilenip, motivasyon eksikliği, mutsuzluk, öfke gibi durumlar yaşamaktadır. Okul yönetiminin duyarsızlığı, fiziksel koşulların yetersizliği, kalabalık sınıflar, meslektaşlarıyla yaşadıkları iletişimsizlikler öğrenci problemleri, ekonomik sıkıntılar öğretmenlerin stres kaynaklarıdır.

Yapılan bir araştırmada eğitim sisteminden kaynaklanan birçok faktörün öğretmenlerin stres faktörlerini arttırdığı, bu nedenle öğretmenlerin mutsuz olduğu görülmüştür. Milli Eğitim Bakanlığı tarafından öğretmenlere gerekli değerlerin verilmemesi, kendilerine sahip çıkılmaması, öğretim faaliyetlerinin öğrenci merkezli olması, özlük haklarının ve maaş düzeylerinin düşük olması öğretmen stresinin en önemli nedenlerindedir (Aydın,2008).

Öğretmenlerde Stresin Etkileri

Okullarda yaşanan stresin kadın ve erkek öğretmenleri aynı derecede etkilediği, bunun sonucunda da yorgunluk, gerginlik, aşırı sigara tüketimi ve sinirlilik hali ortaya çıkmıştır. Stres kaynaklarında cinsiyet ayrımı olmasa da ortaya çıkan davranış kalıpları bakımından erkek öğretmenler bayan öğretmenlere göre daha fazla tepki vermişlerdir (Yılmaz,2003).

Yaş bakımından incelendiğinde, 20-30 yaşlardaki öğretmenlerin, 30-40 yaşlardaki öğretmenlere göre örgütsel stresten daha fazla etkilendikleri tespit edilmiştir. Stresle başa çıkma yöntemleri kullanmaları bakımından 20 - 30 yaşlardaki öğretmenler,40-50 yaşlardaki öğretmenlere göre, bu yöntemleri daha fazla kullandıkları belirlenmiştir (Ertekin,1993).

Öğretmenlerin yaşadıkları stres, eğitim sürecini olumsuz etkilemektedir. Bu yüzden öğretmenlerin stres yaşamamasına neden olan faktörleri ve stresle mücadele yöntemlerini bilmeli ve uygulamalıdır. Bunun içinde öğretmenlere davranış bilimleri alanında eğitimler verilmeli, okullardaki çalışanlar arasında iletişim güçlendirmelidir (Pehlivan,2000).

Özel Eğitim

Eğitsel tanılama etkinliklerinin geliştirilmesiyle beraber eğitim ortamlarında özel eğitim hizmetleri için özel gereksinimli öğrenci niceliğinde artışlar yaşanmaktadır. MEB Özel Hizmet Yönetmeliği'ne göre özel eğitim kişisel nitelikleri ve eğitim kabiliyetlerinde yaşlılarından belirgin seviyede farklılık gösteren bu sebeple özel eğitime gereksinim duyan öğrencinin eğitim gereksinimlerinin giderilmesi amacıyla bu sahada özel eğitime tabi tutulmuş öğretmen, planlanmış eğitim sistemleri eve özel eğitim teknikleriyle öğrencilerin engel ve niteliklerine uyumlu şartlarda yürütülen eğitim faaliyetleri şeklinde tanımlanmaktadır. Özel eğitime gerek duyan öğrenci ise kişisel

nitelikleri ve eğitim kabiliyetleri sebebiyle yaşlılarından belirgin seviyede farklılık gösteren bu bağlamda özel eğitime gereksinim duyan kişi şeklinde tanımlanır (MEB, 2010).

Özel gereksinimli kişilerin eğitim ihtiyaçları birtakım durumlar temelinde farklılık gösterebilmektedir. Kişiler nitelikleri doğrultusunda kişisel bazda ayrı ayrı durumlar içerisinde olabilmektedirler. Bu tür farklılıklar dikkate alınarak özel gereksinimli kişilere eğitim sahalarında asgari düzeyde sınırlandırıcı eğitim fırsatı verilmelidir. asgari düzeyde sınırlandırılmış eğitim ortamlarından kasıt özel gereksinimli kişilerin diğerleriyle beraber aynı eğitim ortamında eğitim görebilmesi için oluşturulmuş bütünleştirme faaliyetleridir. Eğitim sahalarında özel gereksinimli kişilerin diğerleriyle beraber gördükleri eğitimlerinde başarılarını yükseltmek, karşılaştıkları sorunları azaltmak, optimum şekilde eğitim imkanlarından faydalanabilmeleri ve eğitim sürecine ait olabilmeleri için eğitim sahalarında bazı tasarım ve düzenlemeler yapılması gerekmektedir. Dolayısıyla kişisel farklılıklar ve ihtiyaçlar göz önünde bulundurularak genel bir tasarım ve yardımcı teknolojilerle öğrencilere zengin eğitim sahası sunulabilmektedir (Bozkurt, 2017).

Özel gereksinimli kişilerin eğitim yeterlilikleri bakımından mevcut farklılıkları aşağıdaki gibi sıralanabilir(Eripek ve Vuran, 2008):

- ✓ Ağır düzeyde zihinsel yetersizliği olan kişi
- ✓ Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan kişi
- ✓ Dil ve konuşma güçlüğü olan kişi
- ✓ Duygusal ve davranış bozukluğu olan kişi
- ✓ Görme yetersizliği olan kişi
- ✓ Hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan kişi
- ✓ İşitme yetersizliği olan kişi
- ✓ Orta düzeyde zihinsel yetersizliği olan kişi
- ✓ Ortopedik yetersizliği olan kişi
- ✓ Otizmli kişi
- ✓ Özel öğrenme güçlüğü olan kişi
- ✓ Serebral palsili kişi
- ✓ Süreğen hastalığı olan kişi
- ✓ Üstün yetenekli kişi
- ✓ Zihinsel yetersizliği olan kişi

Klasik eğitim olağan gelişimdeki bireylerin ilerleme düzeylerine göre gelişme, yaşları bazında belirlenmekte ve eğitim sahaları da buna göre oluşturulmaktadır. Özel eğitim ise; özel gereksinimli kişilerin performansları bazında beklenen ürünlerin tespiti ve eğitim sahalarının bu duruma göre oluşturulmasını sağlamaktadır. Klasik eğitimle özel eğitimin ayrıldığı ana husus; özel eğitimde eğitim imkanlarının bireyin gereksinimleri bazında kişisel olarak koordine edilmesi, sistemli olarak bunların uygulanış değerlendirilmesidir. Öte yandan öğretmen ve ebeveyn iletişimde yardımcı hizmetler sağlayan diğer meslek personellerinin de desteğine, eğitim ortamındaki değişikliklere ve geçiş planlamalarına hazırlık hususu da önem arz etmektedir (Eripek ve Vuran, 2008).

Özel eğitimde özel gereksinimleri bireylerin kat ettikleri her adım ve eğitimin her içeriği bireyin kendisi, ebeveynleri, öğretmeni ve toplum açısından önem arz etmektedir (Ulutaşdemir, 2007). Özel eğitimlerin başlıca hedefi; özel gereksinimli kişilerin toplum içerisinde bir başkasına bağımlılığa gerek duymadan hayatını sürdürebilmesi amacıyla gereken bağımsız hayat kabiliyetleri kazanmalarına destek olmaktır (Karabulut, Yıkımsı, 2010).

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Araştırmada Özel eğitim öğretmenlerini etkileyen stres faktörlerini tespit etmek amacıyla tarama modeli kullanılmıştır. Karasar (1999)'a göre tarama modeli daha önceden ya da mevcut zamanda oluşmuş bir olayı olduğu gibi betimleyerek açıklamayı hedefleyen bir yaklaşımdır. Bu nedenle bu çalışmada öğretmenlerin stres faktörleri açıklanmaya çalışılmıştır.

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın örneklemini İstanbul ili Pendik ilçesinde görev yapan özel eğitim okulu öğretmenlerinden oluşturmaktadır. Çalışmaya bu ilçedeki Özel eğitimlerde görevli 89 öğretmen katılmıştır.

Tablo 1: Kişisel Bilgiler

		n	%
Cinsiyeti	Erkek	14	15,7%
	Kadın	75	84,3%
Medeni Durumu	Evli	74	83,1%
	Bekar	15	16,9%
Mezun Olduğu Okul Türü	Yüksekokul	7	7,9%
	Lisans/Yüksek lisans	82	92,1%
Mesleğinizi Seviyor musunuz?	Evet	88	98,9%
	Hayır	1	1,1%
Öğretmenlik Mesleğini Seçme Biçiminiz	Bilerek ve İsteyerek	64	71,9%
	Mecbur Kaldığım İçin	14	15,7%
	Tesadüfen	11	12,4%
Mesleğinizde Kaçınıcı Yılız	10 yıldan az	9	10,1%
	10-15 yıl	9	10,1%
	15 yıldan fazla	71	79,8%
Çalıştığınız Okul Türü	Resmi	89	100,0%

Araştırmaya katılan öğretmenlerin %84,3'ü kadın, %83,1'i evli, %92,1'i lisans ya da yüksek lisans mezunudur. Öğretmenlerin %98,9'u mesleğini sevdiğini, %71,9'u mesleği bilerek ve isteyerek seçtiğini belirtmiştir. Öğretmenlerin %79,8'inin görev süresi 15 yıldan fazladır.

Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan ölçek, Sarı'nın (2005) tarafından geliştirilmiştir.

Tablo 2: Stres Ölçeği Güvenirlik Düzeyleri

Boyut	Cronbach's Alpha
Öğrenci Boyutu	0,826
Kişilik Boyutu	0,820
Müfredat Boyutu	0,629
Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu	0,775
Yönetim/Denetim Boyutu	0,791
Okul Boyutu	0,808
Meslek Boyutu	0,786
Ölçek Toplamı	0,944

Cronbach's Alpha değerinin 0,70 ve üstü olduğu durumlarda ölçeğin güvenilir olduğu kabul edilir. Ancak, soru sayısı az olduğunda bu sınır 0,60 değeri ve üstü olarak kabul edilebilir (Kalaycı, 2006). Analiz sonucuna göre araştırmada kullanılan boyutların güvenilir olduğu anlaşılmaktadır.

Tablo 3: Normallik Testi

	n	Çarpıklık	Basıklık
Öğrenci Boyutu	89	0,655	-0,181
Kişilik Boyutu	89	-0,136	-0,655
Müfredat Boyutu	89	0,512	-0,643
Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu	89	-0,092	-0,424
Yönetim/Denetim Boyutu	89	0,284	-0,349
Okul Boyutu	89	0,402	-0,483
Meslek Boyutu	89	-0,051	-0,503
Ölçek Toplamı	89	-0,102	-0,393

Ölçek puanları hesaplanmış ve puanların normal dağılıma uygunluğunun belirlenmesi için basıklık ve çarpıklık katsayıları incelenmiştir. George ve Mallery (2010) göre; çarpıklık ve basıklık değerleri +2,0 ile -2,0 arasında Tabachnick ve Fidell (2013) göre; +1,5 ile -1,5 arasında olursa ölçeğin normal dağıldığını ve parametrik testlerin daha geçerli ve güvenilir sonuçlar vereceğini belirtmişlerdir. Bu bağlamda araştırmada kullanılan ölçek ve boyutlarının basıklık ve çarpıklık değerleri +1,5 ile -1,5 arasında olduğu faktörlerin normal dağıldığı anlaşılmaktadır.

Verilerin Toplanması

Veriler Covid -19 Pandemisi nedeniyle Google form aracılığıyla uzaktan internet ortamında toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS 24.0 ile yapılmıştır. Çalışmada ölçeğin güvenilirlik düzeyinin belirlenmesi için Cronbach's alfa katsayısı hesaplanmıştır. Cronbach's alfa katsayısı ölçeğin güvenilirlik düzeyini vermektedir. Katsayı 0 ile 1 arasında değişmektedir. Alfa (α) katsayısına bağlı olarak ölçeğin güvenilirliği şu şekilde yorumlanmaktadır. Şencan (2015) tarafından belirtilen ölçütlere göre Alfa (α) katsayısına bağlı olarak araştırmada kullanılan ölçeğin güvenilirliğinin yüksek olduğu görülmüştür.

Puanların normal dağılıma uygunluğunun belirlenmesi için basıklık ve çarpıklık katsayıları incelenmiştir. Normal dağılım koşulunun sağlanması ile parametrik testlerin seçilmesine karar verilmiştir. Bu kapsamda puanlar arasındaki ilişki pearson korelasyon testi ile analiz edilirken puanların demografik değişkenlere göre farklılık gösterme durumu t testi ve ANOVA testi (tek yönlü varyans analizi) ile analiz edilmiştir.

BULGULAR VE YORUMLAR

Birinci Alt Problemlere İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğretmenlerin stres düzeylerine ilişkin verdikleri cevaplarla ilgili vermiş oldukları cevapların ortalama (\bar{x}) ve standart sapma (ss) hesaplanarak sonuçlar Tablo 4'te verilmiştir

1. Araştırmaya katılan öğretmenlerinin stres düzeylerine ilişkin görüşleri ne düzeydedir?

Tablo 4: Ölçek Maddelerinin Katılım Düzeyleri Ortalaması

	\bar{x}	ss
1- Öğrencilerin başarı durumlarının düşük olması stres düzeyimi etkiliyor	1,96	0,865
2- Öğrencilerle iyi iletişim kuramamam stres düzeyimi etkiliyor.	2,36	1,180
3- Hazır olmadığım bir konuda ders vermem stres düzeyimi etkiliyor.	2,19	1,021
4- Öğrencilerin dersime ilgi göstermemeleri stres düzeyimi etkiliyor	1,89	1,016
5- Sınıfta sorunlu öğrencilerin bulunması stres düzeyimi etkiliyor	2,18	1,134
6- Öğrencilerin dersimle ilgili temel bilgi eksikliğinin bulunması stres düzeyimi etkiliyor	2,39	0,996
7- Öğrencilerin konuları anlamakta zorlanması stres düzeyimi etkiliyor	2,30	0,970
8- Öğrenci devamsızlıklarının fazla olması stres düzeyimi etkiliyor	1,91	0,913
9- Öğrencilerin öğretilenler dışında hiçbir şeyi merak etmemesi stres düzeyimi etkiliyor	2,37	1,081
10- Derslerde öğrencilerin fazla gürültü yapması stres düzeyimi etkiliyor	2,08	1,058
11- Müfettişlerin bana rehberlik yapmaması stres düzeyimi etkiliyor.	3,61	1,311
12-Teftişlerde belirli bir standart uygulanmaması stres düzeyimi etkiliyor	2,76	1,332
13- Okul müdürümüzün dersimi izlemesi stres düzeyimi etkiliyor	2,98	1,357
14-Bir ders yılında çok fazla tatilin olması stres düzeyimi etkiliyor	3,61	1,164
15- İdarecilerimizin öğretmenlerin problemlerine karşı ilgisiz olması stres düzeyimi etkiliyor	1,96	0,999
16- Yaptığım çalışmaların idareciler tarafından takdir edilmemesi stres düzeyimi etkiliyor	2,18	1,183
17- Okulumuzdaki bazı öğretmenlere idarenin fazla avantaj sağlaması stres düzeyimi etkiliyor	2,13	1,120
18- Ders programında aralarda boş derslerin olması stres düzeyimi etkiliyor	3,63	1,091
19-Müfredatın sık sık değişmesi stres düzeyimi etkiliyor	1,94	1,209
20-Ders müfredatının öğrencilerdeki bireysel farklılıkları göz ardı etmesi stres düzeyimi etkiliyor.	1,79	0,947
21-Ders programını yetiştirme kaygısı stres düzeyimi etkiliyor.	2,33	1,175
22-Ders yoğunluğunun fazla olması stres düzeyimi etkiliyor.	2,28	1,138
23-Branşımın gerektirdiği öğretim yükünün diğer branşlardan fazla olması stres düzeyimi etkiliyor.	2,30	1,318
24-Öğretmenliğin bana yeterli kişisel mutluluk sağlamaması stres düzeyimi etkiliyor.	2,97	1,434
25-Öğretmenliği sevmemem stres düzeyimi etkiliyor.	4,21	1,123
26-Mesleğimde kendimi diğer öğretmenler kadar yeterli görmemem stres düzeyimi etkiliyor.	4,29	1,014
27-Diğer öğretmenlerin beni iyi bir öğretmen olarak görmemeleri stres düzeyimi etkiliyor.	4,20	1,089
28-Öğretmenler arasında iş birliğinin yetersiz olması stres düzeyimi etkiliyor.	2,90	1,332
29-Mesleğimin, beklediğim sosyal statüyü sağlamaması stres düzeyimi etkiliyor.	2,57	1,389
30-Yöneticilerin tutarsız kararları stres düzeyimi etkiliyor.	2,10	1,197
31- Okulun işleyişi ile ilgili görüşlerimi öğretmen arkadaşlarıma ifade edememem stres düzeyimi etkiliyor.	3,07	1,268
32-Öğrencilerim arasında sosyol-ekonomik farklılıkların bulunması stres düzeyimi etkiliyor.	2,76	1,314
33-Okulda öğretmenler arasında dedikodunun yaygın olması stres düzeyimi etkiliyor.	2,72	1,340
34-Okulda görevim dışındaki bazı işlerin sorumluluğunun verilmesi stres düzeyimi etkiliyor.	2,38	1,336
35-Diğer öğretmenlerle yaşadığım sorunlar stres düzeyimi etkiliyor.	2,66	1,279
36-Okul binasının, dersliklerin, laboratuvarların yeterince temiz olmaması stres düzeyimi etkiliyor.	2,33	1,175
37-Okul çevresinin yeterince temiz olmaması stres düzeyimi etkiliyor.	2,36	1,160
38-Okul çevresinde gürültü kirliliğinin fazla olması stres düzeyimi etkiliyor.	2,38	1,192
39-Okul çevresinde yeşil alanların azlığı stres düzeyimi etkiliyor.	2,31	1,154
40-Yoğun ders programı nedeniyle tatil yapamamam stres düzeyimi etkiliyor.	2,89	1,369
41-Görevimin karşılığında aldığım ücretin yetersiz olması stres düzeyimi etkiliyor.	1,74	1,093
42-Öğrenci velilerinin öğretmenlerden beklentilerinin fazla olması stres düzeyimi etkiliyor.	1,96	1,167
43-Ekonomik yetersizliği olan öğrencilere yardımcı olamamam stres düzeyimi etkiliyor.	1,94	1,004
44-Toplum baskısının görevimi en iyi şekilde yapmama engel olması stres düzeyimi etkiliyor.	2,38	1,220

45-Öğretmenliğin "herkesin yapabileceği " bir meslek olarak algılanması stres düzeyimi etkiliyor	1,84	1,107
46-Öğrencilerin saygısız davranışları stres düzeyimi etkiliyor.	2,07	1,175
47-Öğretmenlerin ölçme-değerlendirme sistemlerinin farklı olması stres düzeyimi etkiliyor.	3,00	1,314
48-Çevrenin öğretmenlere gereken saygıyı göstermemesi stres düzeyimi etkiliyor.	1,90	1,066
49-Mesleki bilgilerimin yetersiz olduğuna inanmam stres düzeyimi etkiliyor.	3,93	1,185
50-Kendimi geliştirme konusunda çaba harcamamam stres düzeyimi etkiliyor.	3,55	1,297
51-Mesteğimle ilgili yayınları takip edememem stres düzeyimi etkiliyor.	3,36	1,218
52-Hizmet içi eğitimlere katılamamam stres düzeyimi etkiliyor.	3,37	1,326
53-Okulumuzun kütüphanesinin yetersiz olması stres düzeyimi etkiliyor.	3,02	1,422

Yapılan çalışmada, stres faktörlerinden en fazla katılım gösterilen maddeler aşağıda verilmiştir. "Mesleğimde kendimi diğer öğretmenler kadar yeterli görmemem stres düzeyimi etkiliyor.", "Öğretmenliği sevmemem stres düzeyimi etkiliyor.", "Diğer öğretmenlerin beni iyi bir öğretmen olarak görmemeleri stres düzeyimi etkiliyor.", "Mesleki bilgilerimin yetersiz olduğuna inanmam stres düzeyimi etkiliyor.", "Ders programımda aralarda boş derslerin olması stres düzeyimi etkiliyor", "Müfettişlerin bana rehberlik yapmaması stres düzeyimi etkiliyor.", "Bir ders yılında çok fazla tatilin olması stres düzeyimi etkiliyor." Kendimi geliştirme konusunda çaba harcamamam stres düzeyimi etkiliyor." Maddeleridir.

Tablo 5: Stres Faktörleri Puanlarının Betimsel İstatistikleri

	N	\bar{x}	ss
Öğrenci Boyutu	89	2,19	0,66
Kişilik Boyutu	89	3,13	0,88
Müfredat Boyutu	89	1,88	0,71
Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu	89	3,09	0,87
Yönetim/Denetim Boyutu	89	2,63	0,75
Okul Boyutu	89	2,62	0,77
Meslek Boyutu	89	2,56	0,70

Araştırmaya dahil olan öğretmenlerin stres faktörleri hesaplanmış ve tabloda verilmiştir. Analiz sonucuna göre stres faktörlerinden Öğrenci Boyutu puanı 2,19; Kişilik Boyutu 3,13; Müfredat Boyutu 1,88; Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu 3,09; Yönetim/Denetim Boyutu 2,63; Okul Boyutu 2,62 ve Meslek Boyutu 2,56'dır. Bu sonuçlara göre en önemli stres faktörü Kişilik Boyutu ve Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu'dur.

İkinci Alt Problemlere İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğretmenlerin Stres Faktörleri Arasındaki İlişki'ye ilişkin verdikleri cevapların sonuçları Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6: Stres Faktörleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Korelasyon)

	Öğrenci Boyutu	Kişilik Boyutu	Müfredat Boyutu	Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu	Yönetim/Denetim Boyutu	Okul Boyutu	Meslek Boyutu	Ölçek Toplamı
Öğrenci Boyutu	r p n	1 89						
Kişilik Boyutu	r p n	,502** ,000 89	1 89					
Müfredat Boyutu	r p n	,390** ,000 89	,288** ,006 89	1 89				
Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu	r p n	,444** ,000 89	,673** ,000 89	,348** ,001 89	1 89			
Yönetim/Denetim Boyutu	r p n	,542** ,000 89	,461** ,000 89	,502** ,000 89	,618** ,000 89	1 89		
Okul Boyutu	r p n	,361** ,001 89	,464** ,000 89	,565** ,000 89	,553** ,000 89	,568** ,000 89	1 89	
Meslek Boyutu	r p n	,541** ,000 89	,500** ,000 89	,610** ,000 89	,705** ,000 89	,709** ,000 89	,639** ,000 89	1 89
Ölçek Toplamı	r p n	,716** ,000 89	,719** ,000 89	,636** ,000 89	,812** ,000 89	,828** ,000 89	,766** ,000 89	,884** ,000 89

**p<0,01

Stres faktörleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan korelasyon testi sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre öğrenci boyutu ile kişilik boyutu arasında ($r=0,502$, $p<0,01$); müfredat boyutu ile öğretmen/öğretmen ilişkileri boyutu arasında ($r=0,348$, $p<0,01$); yönetim/denetim boyutu ile okul boyutu arasında ($r=0,568$, $p<0,01$); yönetim/denetim boyutu ile meslek boyutu arasında ($r=0,709$, $p<0,01$); pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır.

Kişilik boyutu ile müfredat boyutu arasında ($r=0,288$, $p<0,05$); pozitif yönlü zayıf kuvvetli bir ilişki bulunurken öğretmen/öğretmen ilişkileri boyutu ($r=0,673$, $p<0,01$), yönetim/denetim boyutu ($r=0,461$, $p<0,01$), okul boyutu ($r=0,464$, $p<0,01$) ve meslek boyutu ($r=0,500$, $p<0,01$) arasında pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır. Müfredat boyutu ile öğretmen/öğretmen ilişkileri boyutu ($r=0,348$, $p<0,01$), yönetim/denetim boyutu ($r=0,502$, $p<0,01$), okul boyutu ($r=0,565$, $p<0,01$), ve meslek boyutu ($r=0,610$, $p<0,01$) arasında pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır.

Öğretmen/öğretmen ilişkileri boyutu ile yönetim/denetim boyutu ($r=0,618$, $p<0,01$), okul boyutu ($r=0,553$, $p<0,01$) arasında pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki bulunurken meslek boyutu ($r=0,705$, $p<0,01$), arasında pozitif yönlü çok kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır.

Yönetim/denetim boyutu ile okul boyutu ($r=0,568$, $p<0,01$), ve meslek boyutu ($r=0,709$, $p<0,01$) arasında pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır. Okul boyutu ile meslek boyutu ($r=0,639$, $p<0,01$), arasında pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır.

Üçüncü Alt Problemlere İlişkin Bulgular

Öğretmenlerin stres faktörleri ne düzeydedir? sonuçları Tablo 7, 8, 9, 10 ve 11'de verilmiştir. Tablo 7'de öğretmenlerin stres faktörlerinin gruplandıkları cinsiyet değişkenine göre puanları karşılaştırılmıştır. Cinsiyet değişkenine göre stres faktörlerinin farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla bağımsız değişkenler için t-testi kullanılmıştır. Öğrenci alt boyutunda [$t_{(80)}= 0,670$; $p>.05$], kişilik alt boyutunda [$t_{(80)}= 1,868$; $p>.05$], müfredat alt boyutunda [$t_{(80)}= 1,029$; $p>.05$], öğretmen/öğretmen ilişkileri alt boyutunda [$t_{(80)}= 0,514$; $p>.05$], yönetim/denetim alt boyutunda ($t_{80}= 0,692$; $p>.05$), okul alt boyutunda [$t_{(80)}= 0,450$; $p>.05$] ve meslek alt boyutunda [$t_{(80)}= 0,1074$; $p>.05$] anlamlı farklılık görülmemiştir. Ancak katılımcıların ortalama puanları kıyaslandığında tüm alt boyutlara ilişkin tutumların erkek öğretmenlerin lehine olduğu görülmüştür.

Tablo 7: Stres Faktörlerinin Cinsiyet Bakımından İncelenmesi (t testi)

Cinsiyeti	n	Ort.	ss	t	p	
Öğrenci Boyutu	Erkek	14	2,30	0,75	0,670	0,505
	Kadın	75	2,17	0,65		
Kişilik Boyutu	Erkek	14	3,52	0,96	1,868	0,065
	Kadın	75	3,05	0,85		
Müfredat Boyutu	Erkek	14	2,13	1,04	1,029	0,320
	Kadın	75	1,83	0,64		
Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu	Erkek	14	3,20	0,90	0,514	0,609
	Kadın	75	3,07	0,87		
Yönetim/Denetim Boyutu	Erkek	14	2,76	0,77	0,692	0,491
	Kadın	75	2,61	0,75		
Okul Boyutu	Erkek	14	2,71	0,77	0,450	0,654
	Kadın	75	2,60	0,78		
Meslek Boyutu	Erkek	14	2,74	0,96	1,074	0,286
	Kadın	75	2,52	0,65		

Tablo 8’de Öğretmenlerin stres faktörlerinin medeni durum değişkenine göre puanları karşılaştırılmıştır. Medeni durum değişkenine göre stres faktörlerinin farklılaşp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla bağımsız değişkenler için t-testi kullanılmıştır. Öğrenci alt boyutunda [$t_{(80)}= 0,156$; $p>.05$], kişilik alt boyutunda [$t_{(80)}=-0,243$; $p>.05$], müfredat alt boyutunda [$t_{(80)}= 0,849$; $p>.05$], öğretmen/öğretmen ilişkileri alt boyutunda [$t_{(80)}= -0,849$; $p>.05$], yönetim/denetim alt boyutunda [$t_{(80)}= 0,373$; $p>.05$], okul alt boyutunda [$t_{(80)}= -0,455$; $p>.05$] ve meslek alt boyutunda [$t_{(80)}= -0,121$; $p>.05$] anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 8: Stres Faktörlerinin Medeni Durum Bakımından İncelenmesi (t testi)

Medeni Durumu	n	Ort.	ss	t	p	
Öğrenci Boyutu	Evli	74	2,20	0,66	0,156	0,877
	Bekar	15	2,17	0,68		
Kişilik Boyutu	Evli	74	3,12	0,92	-0,243	0,809
	Bekar	15	3,18	0,68		
Müfredat Boyutu	Evli	74	1,91	0,72	0,849	0,398
	Bekar	15	1,73	0,70		
Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu	Evli	74	3,06	0,90	-0,849	0,398
	Bekar	15	3,27	0,75		
Yönetim/Denetim Boyutu	Evli	74	2,64	0,79	0,373	0,712
	Bekar	15	2,59	0,50		
Okul Boyutu	Evli	74	2,60	0,79	-0,455	0,650
	Bekar	15	2,70	0,69		
Meslek Boyutu	Evli	74	2,55	0,73	-0,121	0,777
	Bekar	15	2,58	0,54		

Tablo 9’da öğretmenlerin stres faktörlerinin eğitim durumu değişkenine göre puanları karşılaştırılmıştır. Eğitim durumu değişkenine göre stres faktörlerinin farklılaşp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla bağımsız değişkenler için t-testi kullanılmıştır. Öğrenci alt boyutunda ($t_{80}= 0,870$; $p>.05$), kişilik alt boyutunda [$t_{(80)}=1,635$; $p>.05$], müfredat alt boyutunda [$t_{(80)}= -0,486$; $p>.05$], öğretmen/öğretmen ilişkileri alt boyutunda [$t_{(80)}= 1,370$; $p>.05$], yönetim/denetim alt boyutunda [$t_{(80)}= 1,410$; $p>.05$], okul alt boyutunda [$t_{(80)}= 0,842$; $p>.05$] ve meslek alt boyutunda [$t_{(80)}= 1,032$; $p>.05$] anlamlı farklılık görülmemiştir. Ancak ortalama puanlara bakıldığında müfredat alt boyutu hariç yüksekokul mezunu öğretmenlerin puanları ile ($\bar{x}= 1,75$) lisans/yüksek lisans öğretmenlerin puanları karşılaştırıldığında ($\bar{x}= 1,89$) tüm alt boyutlarda öğretmenlerin stres faktörleri tutumları yüksekokul mezunu öğretmenlerin lehinedir.

Tablo 9: Stres Faktörlerinin Mezun Olunan Okul Türü Bakımından İncelenmesi

Mezun Olduğu Okul Türü		n	Ort.	ss	t	p
Öğrenci Boyutu	Yüksekokul	7	2,40	0,54	0,870	0,387
	Lisans/Yükseklisans	82	2,17	0,67		
Kişilik Boyutu	Yüksekokul	7	3,64	0,66	1,635	0,106
	Lisans/Yükseklisans	82	3,08	0,88		
Müfredat Boyutu	Yüksekokul	7	1,75	0,75	-0,486	0,628
	Lisans/Yükseklisans	82	1,89	0,71		
Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu	Yüksekokul	7	3,52	0,45	1,370	0,174
	Lisans/Yükseklisans	82	3,05	0,89		
Yönetim/Denetim Boyutu	Yüksekokul	7	3,02	0,49	1,410	0,162
	Lisans/Yükseklisans	82	2,60	0,76		
Okul Boyutu	Yüksekokul	7	2,86	0,76	0,842	0,402
	Lisans/Yükseklisans	82	2,60	0,78		
Meslek Boyutu	Yüksekokul	7	2,82	0,58	1,032	0,305
	Lisans/Yükseklisans	82	2,53	0,71		

Tablo 10 incelendiğinde öğretmenlerin mesleği seçme nedenlerinin stres faktörlerine etkisinin anlamlılığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda öğretmenlerin öğrenci alt boyutunda, kişilik alt boyutunda, müfredat alt boyutunda, öğretmen/öğretmen ilişkileri alt boyutunda, yönetim/denetim alt boyutunda, okul alt boyutunda ve meslek alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 40: Stres Faktörlerinin Öğretmenlik Mesleğini Seçme Nedeni Bakımından İncelenmesi (ANOVA Testi)

		n	Ort.	Ss	f	p	Anlamlılık
Öğrenci Boyutu	Bilerek ve İsteyerek	64	2,21	0,68	0,229	0,796	-
	Mecbur Kaldığım İçin	14	2,21	0,66			
	Tesadüfen	11	2,06	0,62			
Kişilik Boyutu	Bilerek ve İsteyerek	64	3,10	0,87	0,605	0,549	-
	Mecbur Kaldığım İçin	14	3,36	0,89			
	Tesadüfen	11	3,02	0,96			
Müfredat Boyutu	Bilerek ve İsteyerek	64	1,90	0,68	0,114	0,892	-
	Mecbur Kaldığım İçin	14	1,80	0,73			
	Tesadüfen	11	1,84	0,93			
Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu	Bilerek ve İsteyerek	64	3,11	0,94	0,285	0,753	-
	Mecbur Kaldığım İçin	14	3,15	0,56			
	Tesadüfen	11	2,91	0,85			
Yönetim/Denetim Boyutu	Bilerek ve İsteyerek	64	2,66	0,78	0,279	0,757	-
	Mecbur Kaldığım İçin	14	2,65	0,62			
	Tesadüfen	11	2,47	0,80			
Okul Boyutu	Bilerek ve İsteyerek	64	2,68	0,68	0,612	0,545	-
	Mecbur Kaldığım İçin	14	2,49	0,66			
	Tesadüfen	11	2,45	0,92			
Meslek Boyutu	Bilerek ve İsteyerek	64	2,55	0,69	0,05	0,951	-
	Mecbur Kaldığım İçin	14	2,51	0,65			
	Tesadüfen	11	2,60	0,87			

Tablo 11 incelendiğinde öğretmenlerin görev sürelerinin stres faktörlerine etkisinin anlamlılığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre görev süresi 10 yıldan az olan, 10-15 yıl olan ve 15 yıldan fazla olan öğretmenler arasında Öğrenci Boyutu, Kişilik Boyutu, Müfredat Boyutu, Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu, Yönetim/Denetim Boyutu, Okul Boyutu ve Meslek Boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 5: Stres Faktörlerinin Görev Süresi Bakımından İncelenmesi (ANOVA Testi)

		n	Ort.	ss	f	p	Anlamlılık
Öğrenci Boyutu	10 yıldan az	9	1,97	0,47	0,588	0,558	-
	10-15 yıl	9	2,18	0,70			
	15 yıldan fazla	71	2,22	0,68			
Kişilik Boyutu	10 yıldan az	9	2,46	0,75	3,004	0,055	-
	10-15 yıl	9	3,19	1,09			
	15 yıldan fazla	71	3,20	0,84			
Müfredat Boyutu	10 yıldan az	9	1,97	0,58	1,047	0,355	-
	10-15 yıl	9	1,56	0,67			
	15 yıldan fazla	71	1,90	0,73			
Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu	10 yıldan az	9	3,02	0,67	0,049	0,952	-
	10-15 yıl	9	3,15	1,10			
	15 yıldan fazla	71	3,09	0,88			
Yönetim/Denetim Boyutu	10 yıldan az	9	2,67	0,79	0,074	0,929	-
	10-15 yıl	9	2,72	0,76			
	15 yıldan fazla	71	2,62	0,75			
Okul Boyutu	10 yıldan az	9	2,42	0,82	1,089	0,341	-
	10-15 yıl	9	2,35	0,93			
	15 yıldan fazla	71	2,68	0,75			
Meslek Boyutu	10 yıldan az	9	2,38	0,51	2,208	0,116	-
	10-15 yıl	9	2,15	0,41			
	15 yıldan fazla	71	2,63	0,73			

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu araştırmanın amacı özel eğitim öğretmenlerin yaşadıkları stres faktörlerinin farklı değişkenler açısından incelenmesidir. Bu amaçla Ege Bölgesi'nde bulunan bir ilçede 89 öğretmene anket uygulanmış, anket sonuçları incelenerek bulgulara ulaşılmıştır.

Birinci Alt probleme İlişkin Bulgular ve Tartışma

Pandemi döneminde stres düzeyleri, aldıkları ücretin yetersiz olması, ders müfredatının öğrencilerdeki bireysel farklılıkların göz ardı edilmesi, öğretmenliğin "herkesin yapabileceği" bir meslek olarak algılanması, öğrencilerin derse ilgi göstermemeleri, çevrenin öğretmenlere gereken saygıyı göstermemesi, öğrenci devamsızlıklarının fazla olması, müfredatın sık sık değişmesi, ekonomik yetersizliği olan öğrencilere yardımcı olunamaması stres düzeyini etkilemektedir. Alan yazında benzer bulgular tespit eden çalışmalar görülmüştür. Sarı (2005) ise "öğrencilerin başarı durumunun düşük olmasını en fazla strese neden olan durum olarak belirlemiştir. Yıldırım (2008) ise araştırmasında "velilerin çocukların eğitimiyle ilgilenmemeleri" en fazla strese neden olan durum olarak belirlerken, Turna (2014), öğretmende en fazla strese neden olan durum olarak "öğretmenlik mesleğinde maaşın yetersiz olması" olarak bulmuştur.

Çalışmada elde edilen bulgulardan birisi de özel eğitim öğretmenlerinin yaşamış oldukları iş stresi sebebiyle karşılaştıkları sağlık sorunlarıdır, elde edilen bulgulara göre öğretmenlerin yaşamış oldukları sağlık sorunlarından bazıları baş ağrısı ve mide rahatsızlıklarıdır. Bu bulgular alan yazında yapılan araştırmalar ile paralellik göstermektedir. Bir araştırmada iş stresinin sebep olduğu sağlık sorunları arasında sürekli olarak tekrar eden baş ağrısı, grip, mide bulantısı, sigara gibi sağlığa zararlı maddelerin kullanımı, özgüven düşüklüğü, uyku düzensizliği, sinirlilik hali ve bel ağrıları gibi rahatsızlıklar gösterilmiştir (Çam, 1992).

Çalışmada elde edilen bulgulardan birisi de öğretmenlerin stres kaynakları arasında okullarda sürmekte olan sosyal ilişkiler ağı, okulun ortamı, okul örgütünde süregelen bürokratik yapıların da iş stresinin kaynakları arasında olduğudur. Okullarda meydana gelen ve olumsuzluk içeren, öğrenci ailelerinin davranışları, yönetim kademesinin olumsuz eylemleri, meslektaşlar arasında sağlıklı ilişkilerin gelişmesi ve iş birliğinin yeterli düzeyde olmaması, sınıf mevcutlarının yüksek oluşu, eğitim öğretimde kullanılmakta olan materyallerin eksikliği, okulun fiziki yapısındaki aksaklıklar, öğrencilerin akademik başarısının düşük oluşu, okul temizliği, ısı ve ışık gibi olgular da iş stresine sebep olan faktörler olarak sayılmıştır. Bunlara ek olarak öğretim programlarının ve sistemin sürekli olarak değiştirilmesi, modern çağın gereklerine uygun bir şekilde donanım sahibi olamamış yöneticiler, öğretmen mesleğinin statüsünden kaynaklanan problemler, beklentilerin yüksek oluşu ve öğretmenlik mesleğine yönelik olarak kariyer sisteminin gelişmemiş olması da özel eğitim öğretmenlerinde iş stresini doğuran olgular olarak belirlenmiştir. Öztürk'ün (1995) yapmış olduğu araştırmada elde edilen bulgular çalışmadaki tüm bu sayılan bulgular ile örtüşmektedir.

İkinci Alt probleme İlişkin Bulgular ve Tartışma

Öğrenci boyutu ile kişilik boyutu, müfredat boyutu, öğretmen/öğretmen ilişkileri boyutu, yönetim/denetim boyutu, okul boyutu ve meslek boyutu arasında pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır. Turna (2014), öğrenciler boyutunun, erkek öğretmenlerde bayan öğretmenlere göre daha fazla strese sebep olduğunu belirlemiştir. Kişilik Boyutu ile Müfredat Boyutu arasında pozitif yönlü zayıf kuvvetli bir ilişki bulunurken Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu, Yönetim/Denetim Boyutu, Okul Boyutu ve Meslek Boyutu arasında pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır. Müfredat Boyutu ile Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu, Yönetim/Denetim Boyutu, Okul Boyutu ve Meslek Boyutu arasında pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır. Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu ile Yönetim/Denetim Boyutu ve Okul Boyutu ve arasında pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki bulunurken Meslek Boyutu arasında pozitif yönlü çok kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır. Müfredat Boyutu ile Öğretmen/Öğretmen İlişkileri Boyutu, Yönetim/Denetim Boyutu, Okul Boyutu ve Meslek Boyutu arasında pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır.

Okul Boyutu ile Meslek Boyutu arasında pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır.

Sarı (2005) yaptığı çalışmada alt boyutları yaş, cinsiyet, öğrenim durumu gibi değişkenler açısından ele alırken bu çalışma alt boyutları kendi içinde karşılaştırma yaparak ele almıştır. Çalışma bu şekli ile farklılık göstermektedir.

Üçüncü Alt probleme İlişkin Bulgular ve Tartışma

Cinsiyet bakımından stres faktörlerinin bütün boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır. Bu çalışmaya benzer çalışma yapan Sarı (2005), okul boyutunun, bayanlarda erkeklere göre daha fazla strese neden olduğunu tespit etmiştir ki, bu sonuç çalışmamızla da örtüşmemektedir. Demirtaş (2006), çalışmasında kadınlardaki depresyon durumunun erkeklerden daha yüksek düzeyde olduğunu belirlemiştir. Çalışmada elde edilen bulgulardan bir tanesi özel eğitim öğretmenlerinde iş stresinin birçok faktöre bağlı olarak değişiklik gösterdiği gerçeğidir. Bu faktörler arasında cinsiyet ve yaş gibi olgular bulunmaktadır. Alan yazın incelendiğinde cinsiyet konusunda çelişkili bir takım görüşler söz konusudur. Cinsiyet konusuna ek olarak yaş konusunun da iş stresi süreçlerini etkilediği görülmektedir. Belli yaş aralıklarındaki özel eğitim öğretmenlerinin diğer yaş aralığındaki meslektaşlarına göre daha fazla iş stresine maruz kaldıkları görülmektedir. Çalışmadan elde edilen bulgulardan bazıları iş stresinin kaynağı ile ilgili olan bulgulardır. Özel eğitim öğretmenlerinde iş stresi alanları mercek altına alındığında en fazla stres yaratan alanlardan birisinin öğrencilerden kaynaklanan iş stresi olduğu görülmektedir. Öğrencilerden kaynaklı iş stresini, mesleği icra ederken içinde bulunulan koşulların yaratmış olduğu stres türleri izlemektedir. Sırasıyla bu iki faktörden sonra öğrenci ailelerinden ve iş yükünden kaynaklanan stresin de öğretmenlerin iş stresine neden olan kaynaklar arasında olduğu görülmektedir. Bu stres kaynaklarına ek olarak öğretmenlerin meslektaşlarından ve yönetim kademesinden kaynaklanan iş stresini de sayabiliriz, tüm bu açıklanan stres kaynakları ile ilgili çıkarımlar Öztürk'ün (1995) araştırmalarındaki veriler ile örtüşmektedir.

Çalışmada özel eğitim öğretmenlerinde stresin etkilerini yönetme ve iş stresi ile başa çıkma konularında cinsiyet temelli bir takım farklılıkların bulunduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Alan yazın incelendiğinde bu durumu destekler nitelikte çalışmalar yapıldığı görülmüştür. Çalışma bulguları ile örtüşen bir araştırmada, erkeklerin eşlerinden aldıkları sosyal destek sebebiyle iş stresinden korunma konusunda kadın meslektaşlarına göre daha avantajlı oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Kadın öğretmenlerde, erkek öğretmenler için ulaşılmış araştırma bulgularına ulaşamamıştır. Erkek öğretmenlerin eşlerinden aldıkları desteğe çok güvendikleri, bu sosyal destek sayesinde iş stresinin olumsuz bir takım etkilerinden korundukları bahsi geçen araştırmada ortaya konan bir bulgudur (Çardak, 2002).

Medeni durum bakımından stres faktörlerinin bütün boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır. Turna'nın (2014)araştırmasında alt boyutların hiçbirinin anlamlı bir şekilde farklılaşma olmadığı görülmüştür. Bu çalışma sonucu bizim çalışmayla örtüşmektedir. Ama Aladağ (2015) araştırmasında, medeni durum değişkenine sadece okul imkânları ve denetim boyutunun medeni duruma göre farklılaştığı, diğer boyutlarda herhangi bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Benzer çalışmada bulunan Yıldırım'ın (2008)araştırmasında, öğretmenlik mesleği alt boyutu anlamlı bir şekilde farklılaşmıştır. Bu iki çalışma sonucu yaptığımız araştırma bulgularıyla örtüşmemektedir.

Mezun olunan okul türü bakımından stres faktörlerinin bütün boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır. Turna'nın (2014)araştırmasında sınıf Öğretmenlerinin Okulun İmkânları ve Denetim, Okul Yönetimi, Öğretmenlik Mesleği, Meslektaşlar, Velilerin Müdahalesi alt boyutlarına ilişkin tutumları Cinsiyet, Mezuniyet Durumu, Mezuniyet Alanı ve Medeni Durumuna göre farklılık göstermemektedir. Bu çalışma sonucu yaptığımız araştırma bulgularıyla örtüşmektedir.

d) Öğretmenlik mesleğini seçme nedeni bakımından stres faktörlerinin bütün boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır. Sarı'nın (2005)çalışması da benzer sonucu vermektedir.

e) Görev süresi bakımından stres faktörlerinin bütün boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır. Pilatin (2010).kıdem yılı arttıkça, öğretmenlerin stresle ilgili algılarının arttığını belirlemiştir. Yıldırım (2008) ve Turna'nın (2014)araştırmasında ise okul imkânları ve denetim alt boyutu ile öğrenciler alt boyutunun kıdeme göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Bu çalışma sonuçları da bizim çalışmayla örtüşmemektedir.

Öneriler

Araştırma sonuçlarına göre öğretmenlerin stres düzeyini olumsuz olarak etkileyen maddelere yönelik öneriler;

Öğretmenlerin aldıkları ücretler artırılmalıdır.

Ders müfredatı hazırlanırken öğrencilerin bireysel farklılıkların göz ardı edilmemelidir.

Öğretmenlik, "herkesin yapabileceği " bir meslek olarak algılanmamalıdır.

Öğrencilerin derse karşı ilgisini çekmeye çalışılmalıdır.

Çevrenin öğretmenlere gereken saygıyı göstermesi gerekmektedir.

Öğrenci devamsızlıklarının önüne geçilmelidir.

Müfredat sık sık değiştirilmemelidir.

Ekonomik yetersizliği olan öğrencilere yardımcı olunmalıdır.

KAYNAKÇA

Agma, F.S. (2007). İş Yaşamında Stresin Nedenleri ve Olumsuz Etkileri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Atılım Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Akgün, A. ve Kemaloğlu, A.K. (1991). Stres Yönetimi. Milli Eğitim Vakfı Dergisi, Ankara.

Akpınar, B. (2008). Eğitim Sürecinde Öğretmenlerde Strese Yol Açan Nedenlere Yönelik Öğretmen Görüşleri. Kastamonu Üniversitesi Kastamonu Eğitim Dergisi, 16 (2), 359-366.

Aladağ, E.(2015). Öğretmenlerin Stres Kaynakları Algıların ve Stresle Baş etme Yollarına İlişkin Tutumlarının İncelenmesi.(Yüksek Lisans Tezi).Zirve Üniversitesi Sosyal Bilimler Üniversitesi, Gaziantep.

Argon, T. ve Ateş, H. (2007). İlköğretim Okulu Birinci Kademe Öğretmenlerini Etkileyen Stres Faktörleri. AİBÜ Eğitim Fakültesi Dergisi, 7(2), 51-60.

Ataünal, A.(2003).Niçin ve Nasıl Bir Öğretmen.Ankara: Milli Eğitim Vakfı Yayınları.

Aydın, İ.P. (2008). İş Yaşamında Stres. Ankara:Pegem Yayıncılık.

Aytaç, S. (2009). İş Stresi Oluşumu Nedenleri Başa Çıkma Yolları Yöntemi. İş Stresi Yönetimi El Kitabı, Erişim Tarihi:06.11.2020 Erişim Adresi:<https://docplayer.biz.tr/2788121-Is-stresi-yonetimi-el-kitabi-is-stresi-olusumu-nedenleri-basa-cikma-yollari-yonetimi.html> .

Balaban, J. (2000). Temel Eğitimde Öğretmenlerin Stres Kaynakları ve Başa Çıkma Teknikleri. 1v. Ulusal Sınıf Öğretmenliği Sempozyumu 15- 16 Ekim 1998 Pamukkale Üniversitesi-Denizli. PAÜ Eğitim Fakültesi Dergisi Sayı:7.

Baltaş, Z. ve Baltaş, A. (1998). Stres ve Başa Çıkma Yolları. (18.basım).İstanbul: Remzi Kitapevi.

Baltaş, Z. ve Baltaş, A. (2008). Stres ve Başa Çıkma Yolları. (36.basım).İstanbul: Remzi Kitapevi.

Barutçugil, İ. (2002). Performans Yönetimi. İstanbul: Kariyer Yayınları.

Bulut Bozkurt, N. (2004). İlköğretim Öğretmenlerinde Stres Yaratan Yaşam Olayları ve Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Değişkenlerle İlişkisi. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, 6-9 Temmuz 2004 İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi.Malatya.

Bursalıoğlu, Z. (1999). Okul Yönetiminde Yeni Yapı ve Davranış. Ankara: Pegem Yayınları.

Buluş, M. (1999).Öğretmenlerde Stres Belirtileri, Nedenleri,Başa Çıkma Teknikleri. Pamukkale Eğitim Fakültesi Dergisi,4(2), 121-134.

Cam, E.(2004).Çalışma Yaşamında Stres ve Kamu Kesiminde Kadın Çalışanlar, Uluslararası İnsani Bilimler Dergisi. ISSN: 1303-5134

- Cemaloğlu, N.ve Şahin, D. (2007). Öğretmenlerin Tükenmiş Düzeylerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi. Kastamonu Eğitim Dergisi 5(2), 464-468.
- Çam, O.(1992).Tükenmişlik Envanterinin Geçerlik ve Güvenirliğinin Araştırılması.7.Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları El Kitabı. Ankara: Psikologlar Derneği Yayınları.
- Çardak,M. (2002). İlköğretim Okullarında Çalışan Öğretmenlerin İş Doyumu ile Stresle Başa Çıkma Yolları (Yüksek Lisans Tezi). Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Üniversitesi, Niğde
- Demirtaş, H. (2006).Yönetim Kuram ve Yaklaşımları Eğitimin İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Sınıf Yönetimi Paradigmalarına Etkileri.Eğitimde Politika Analizleri ve Stratejik Araştırma Dergisi, 1(1), 24-32.
- Ergin, Akif (1995). İletişim. Ankara: Pegem Yayınları .
- Ertekin, Y. (1993). Stres ve Yönetimi Ankara: Türkiye ve Orta Amme İdaresi Yayınları, No:253
- Ensari, H.ve Tuzcuoğlu S. (1999).Marmara Üniversitesine Bağlı Fakültelerde Görev Yapan Yönetici ve Öğretim Elemanlarının Meslekten Yılgınlıklarında Kişilik Özelliklerinin Rolü. Öneri, C:2, S:11,S:51-63.
- Eroğlu, F. (1998).Davranış Bilimleri. İstanbul:.Beta Basın Yayın Dağıtım.
- Ergül,A., Kılıç,R ve Örucü,E. (2011). Çalışma Yaşamında Stresin Birey Üzerindeki Etkileri. Akademik Barış Dergisi, Sayı:26.
- George,D.,and Mallery,M.(2010). SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference.Boston.
- Göçen, A. (2019). Öğretmenlerin Anlam, Meslek Sürdürme, Stres ve Tükenmişlik Durumlarının Ruhsal Yaşamları Yönünden Değerlendirilmesi. Kastamonu Eğitim Dergisi. Temmuz 2019, Cilt 27, Sayı 4, s1383-1394.
- Göktaş, Z. Ve Yetim, A. (2000). Öğretmenin Mesleki ve Kişisel Nitelikleri. 18 Mart Üniversitesi Eğitim Fakültesi 2.Ulusal Öğretmen Yetiştirme Sempozyumu. Çanakkale.
- Güler, A. (1998). Öğretmen Yetiştirme. Milli Eğitim Yayınları, Ankara.
- Gümüşeli, A. (1996). İstanbul İlköğretim Okulları Müdürlerinin Öğretim Liderliği Davranışları. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Yıldız Teknik Üniversitesi. İstanbul
- Günbayı V.Çelik, (2004). Yönetici ve Öğretmenlerin Toplam Kalite Yönetimine İlişkin Görüşleriyle İlgili Bir Araştırma. Milli Eğitim Dergisi, 3(1), 11-19.
- Günbayı İ.ve Tokel A.(2012). İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin İş Doyumu Ve İş Stresi Düzeylerinin Karşılaştırmalı Analizi. ODÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi, 12(3), 377-389.
- Kalaycı, Ş. (2016). SPSS Uygulamaları Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri. Ankara, Asil Yayın Dağıtım.
- Karasar, N. (1999). Bilimsel Araştırma Yöntemleri Ankara: Nobel Yayınları.
- Kırel, Ç. (1991). Örgütlerde stres kaynaklarının çalışan kadınlar üzerindeki etkileri ve Eskişehir bölgesinde bir uygulama çalışması. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Özdemir, S., Sezgin, F., Kaya, Z., & Reçepoğlu, E. (2011). İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Stresle Başa Çıkma Tarzları ile Kullandıkları Mizah Tarzları Arasındaki İlişki. Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, 3(3), 405-428.
- Öztürk, N. (1995). Özel eğitimöğretmenlerinin çalıştıkları okulun iklimine ilişkin algıları ile gerilim (stres) düzeyleri arasındaki ilişkiler (İzmir örneği).(Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Pehlivan, İ. (1993). Eğitim Yönetiminde Stres Kaynakları. Yayımlanmamış Doktora Tezi Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Pelivan, İ. (1998). Stresle Başa Çıkma Bireysel Örgütsel Stratejiler. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 27(2), 110-131.
- Pehlivan, İ. (2000). İş Yaşamında Stres. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Pilatin, H. (2010). İlköğretim 1. Kademe Öğretmenlerini Etkileyen Stres Faktörleri ve Başetme Yöntemleri “Yozgat İli Akdağmadeni İlçesi Örneği”.(Yüksek Lisans Tezi).Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Sarı, T. (2005). İlköğretim Öğretmenlerinin Öğretmenlerin Stres Düzeylerini Etkileyen Etkenlere İlişkin Algıları (Denizli İli Örneği). (Yüksek Lisans Tezi). ([http://tez.yok.gov.tr/Ulusal Tez Merkezi/](http://tez.yok.gov.tr/Ulusal_Tez_Merkezi/)) Tez No:158872 Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü,Denizli.
- Şanlı, Ö. (2017).Öğretmenlerin Algılanan Stres Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, Cilt. 16(61), 385-396.
- Şencan, H. (2015). Sosyal Ve Davranışsal Ölçümlerde Güvenilirlik Ve Geçerlilik. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). Using multivariate statistics (Sixth edition). United States: Pearson Education.
- Tekin, E.,Yazgan Çilesiz,Z., Gede,S.(2019.). Farklı Meslek Gruplarında Çalışanların Algılanan Stres Düzeyleri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları.Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi.9(1),79-89.
- Telman, N. (1986).Stres ve İnsan. Stres Yönetimi Semineri, Türkiye Sanayi Sevk ve İdare Enstitüsü,Gebze/Kocaeli.
- Tınaz, P.(2005). İşyerinde Psikolojik Mobbing .Çalışma ve Toplum, 2006/4
- Turna, H. (2014). Öğretmenlerin Stres Kaynakları ve Stresle Baş Etme Yolları (Edirne İli-Keşan İlçesi). (Yüksek Lisans Tezi). ([http://tez.yok.gov.tr/Ulusal Tez Merkezi/](http://tez.yok.gov.tr/Ulusal_Tez_Merkezi/)) Tez No: 366722. Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldırım,D.F.(2008).''Sınıf Öğretmenlerinin Stres Kaynakları Ve Başetme Yolları'',(Kilis İli Örneği),Basılmamış Yüksek Lisans Tezi,Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü,Ankara.
- Yılmaz,A. (2003). Örgütsel Yaşamda Stresin Kamu Çalışanlarının Performansa Etkileri Üzerine Bir Araştırma.Celal Bayar Üniversitesi İ.B.F. Dergisi, 7(1), 44-56.
- Yöndem, Z.D. (2011). Kişi Dinamikleri ve Stresle Baş Etme. Ankara: Elif Yayınevi Yayınları.
- Yüksel, H. (2014). Çalışma Yaşamı ve Stres Kavramı. Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi,3(3),109-131.