

Subject Area
Educational Sciences

Year: 2022
Vol: 8 Issue: 103
PP: 3477-3484

Arrival
07 August 2022
Published
26 October 2022
Article ID Number
64926
Article Serial Number
21

Doi Number
<http://dx.doi.org/10.2922/8/sssj.64926>

How to Cite This Article
Yüksel, A., Kaya, S.,
Düzgün, Ç. & Tokses, E.
(2022). "Okul
Yöneticilerinin Ve
Öğretmenlerin Stres
Kaynakları "

International Social
Sciences Studies Journal,
(e-ISSN:2587-1587)
Vol:8, Issue:103;
pp:3477-3484



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

1. GİRİŞ

Günümüze kadar farklı tanımlamalarla ifade edilen stres; yaşamdaki değişimlere uyum sağlayan bireylerin yaşam zevkinin azalması ve yaşamla bağının kopması neden olan hislerin bütünü olarak değerlendirilmiştir. Zamanla değişime uğrayan stres kavramı 1930 'lu yıllarda çevresel ve duygusal uyarıcılara yönelik uyum sağlarken ortaya çıkan ruhsal ve bedensel tepki olarak ifade edilmiştir. Modern hayatın kaçınılmaz duygusu olarak benimsenen ancak tanımlamalarından olumsuz niteliklere vurgu yapan bu kavram her zaman kötü ve kaçınılması gereken bir durum değildir. Kimi zaman bireyin motivasyon ve gelişim kaynağı olabilirken kimi zaman da harekete geçiren ve güçlendiren bir kaynak olabilir. Ancak kişide olumlu ve kamçılayıcı etki oluşturması stresin belirli bir düzeyde olması ve kişinin başa çıkabileceği ölçüde olması ile mümkündür. Aksi halde bireyde kaygı ve gerilim yaratarak psikolojik ve fizyolojik rahatsızlıklara neden olabilir (Er & Kaya, 2014: 1-2). İlerleyen teknoloji, yapısal ve mekânsal değişimler, yaşam koşullarının zorlaşması, rekabeti artıran etmenlerle beraber günümüz koşullarında stres kaynakları da değişime uğrayarak stres düzeyinde artış görülmüştür. Bu durum 'stres', 'stres yönetimi', 'stresle mücadele', 'stresi önleme mekanizmaları' konularına dair araştırmalar yapılması ve literatürün zenginleşmesini sağlamıştır (Hatiboğlu & Radmard, 2015: 52).

Stresin yer almadığı bir hayat döngüsünün imkânsız hale geldiği günümüzde stres faktörleri insan hayatında önemli etkiler doğurarak kişinin sosyal hayatını, iş alanını ve işi yönetim biçimini etkilemektedir. Özellikle stresi kontrol altına alamayan kişiler için huzursuz ve gergin süreçler başlayarak hayatına olumsuz etkiler sirayet etmeye başlar (Kalkan, 2018: 1). Amerika Stres Enstitüsü araştırmaları ile öğretmenlik mesleği insan sağlığına yüksek etki eden meslekler arasında yer almış ve olumsuz etkileri risk faktörleri olarak değerlendirilmiştir (Cemaloğlu, 2007: 73).

Okul Yöneticilerinin Ve Öğretmenlerin Stres Kaynakları

Stress Sources of School Heads and Teachers

Adem Yüksel¹  Süleyman Kaya²  Çağatay Düzgün³  Erhan Tokses⁴ 

¹⁻²⁻³⁻⁴ Öğretmen., MEB, Adana, Türkiye

ÖZET

Okul yöneticilerinin ve öğretmenlerin stres kaynaklarının araştırıldığı bu çalışmada stres yaratan nedenlerden ne kadar etkilendiklerini, stresin nedenlerinin tespit edilerek stresle mücadele ve stresi önleme sürecine destek sunabilecek mekanizmaların geliştirilmesine katkı sağlamayı amaçlamaktadır. 2013-2014 eğitim öğretim döneminde Düzce ilinde yüksek lisans programında eğitim alan 50 öğretmenin katılım sağladığı araştırma grubunda nitel araştırma yöntemi ve tarama modeli durum çalışması tekniği kullanılmıştır. Yarı yapılandırılmış sorular ve açık uçlu soru tekniği ile toplanan veriler betimsel analiz tekniği ile değerlendirmeye alınmış ve şu sonuçlar çıkarılmıştır: Öğretmenlerin okullarda iletişim, çalışma alanı, hiyerarşik yapılanma ve kariyer odaklı engelleyici stres kaynakları bulunmaktadır. Stresin fazla düzeyde veya yönetilememesi halinde fizyolojik, psikolojik ve mesleki sorunlar meydana gelecektir. Okul yöneticilerinin yaşadığı iş stresi hakkındaki veriler, Eskişehir ili Odunpazarı ilçesinde resmi ilkokullarda görev yapan gönüllü 10 okul müdürü ile yapılan yarı yapılandırılmış açık uçlu sorularla ve görüşme tekniğiyle toplanmıştır. Nitel veri analiz programı MAXQDA kullanılarak kategoriler ve temalar ile iş stresi kaynakları, iş stresinin nasıl etkilendiği, iş stresi ile nasıl başa çıktıkları ve genel görüşleri incelenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Stres, Öğretmen ve Okul Yöneticilerinde Stres Kaynağı, Stresi Yönetme

ABSTRACT

In this study, which investigates the sources of stress of school administrators and teachers, it aims to contribute to the development of mechanisms that can support the process of combating stress and preventing stress by determining how much they are affected by the causes of stress and the causes of stress. Qualitative research method and survey model case study technique were used in the research group, in which 50 teachers studying in the master's program in Düzce participated in the 2013-2014 academic year. The data collected by semi-structured questions and open-ended question technique were evaluated by descriptive analysis technique and the following conclusions were drawn: Teachers have communication, work area, hierarchical structure and career-oriented obstructive stress sources in schools. Physiological, psychological and occupational problems will occur if stress is excessive or cannot be managed. The data on the work stress experienced by school administrators were collected by semi-structured open-ended questions and interview technique with 10 volunteer school principals working in official primary schools in Eskişehir province Odunpazarı. By using the qualitative data analysis program MAXQDA, categories and themes, sources of work stress, how work stress affects, how they cope with work stress and their general views are examined.

Keywords: Stress, Source of Stress in Teachers and School Administrators, Managing Stress

Çalışma hayatını tehdit ederek işe ilgisizlik, verim azalması, işi bırakma, hata yapma veya sebebiyet verme, meslek hastalığı gibi olumsuzluklara neden olan stres, doğru yönetimi ve kontrolü ile başarıyı yakalama, üretkenliği artırma, zinde ve uyanıklık sağlama, detaylara karşı dikkat verme, heyecan uyandırma, motivasyon sağlama, güven artırma gibi olumlu sonuçlar da sağlayabilir. Ancak olumsuz etkileri ortadan kaldırarak olumlu sonuçları beslemek için stresin kavram olarak ifadesini, kaynaklarını, nasıl ortaya çıktığını ve nasıl ortadan kaldırılacağını bilmek gerekir. İnsan çağlar boyunca stresi ve etkilerini ortadan kaldırmak için çaba sarf etmiştir. Ancak günümüzde hala bu konu canlılığını korumakta ve araştırma konusu olarak ele alınmaktadır. Bunun nedeni ise günümüzde değişen yaşam ve çalışma koşulları ile stresin tanımı, nedenleri, sonuçları da değişim göstermektedir. Bu konudaki önem arz eden bir diğer husus ise önce araştırma kaynak ve sonuçlarının değerlendirmeye alınmasıdır. Geçmişte çalışması yapılmış ve sonuç elde edilmiş araçların günümüzde de inceleme ve değerlendirmeye alınması halihazırdaki çalışmalara da ışık olacaktır (Çargan, 2018: 19-20).

Örgütsel ortamlardaki stresin en önemli düzeyi de yöneticilerin karşılaştığı stres kaynaklarıdır. Örgütsel ve organizasyonel yapılarda yönetim düzeyindeki stres o organizmadaki her alana yansır ve kurumun verimine ilişkin sorun doğurabilir. Eğitim kurumlarında ise okul yönetimindeki stres öğretmenlere, idari/yönetimsel süreçlere ve öğrencilere etki eder. Pehlivan (1993) tarafından “Eğitim Yönetiminde Stres Kaynakları” başlıklı doktora tezinde stres kaynakları ortaya çıkarılmaya yönelik 271 müfettiş, 169 okul müdürü, 710 öğretmen örneklem kapsamına alınarak 727 geçerli ve 80 maddeli bir anket formu ile araştırma gerçekleştirilmiştir. Kişisel bilgiler, stres belirtileri, stres nedenleri, stresin performansa etkileri, stresle başa çıkma yöntemlerini içeren sorular dahilinde “fiziksel, davranışsal ve psikolojik” olarak stres belirtilerinin meydana geldiği sonucuna varılmıştır. (Kıral, 2016: 50).

Okul yöneticilerinin eğitim ve öğretim hayatındaki rolü kritik bir öneme sahiptir. Bir organizasyonun hedeflerine ulaşmasındaki belirleyici kişi ve kontrol mekanizması o yapılanmadaki yöneticidir. Bu tanımlamadan da anlaşılacağı üzere yöneticinin verimi, yönetim biçimi ve bunları etkileyen olumsuz faktörler de büyük önem taşımaktadır. Bu gerekçeyle stresin okul yöneticisini nasıl etkilediği ve olumsuz sonuçları ortadan kaldıracak araçlar araştırma konusu olmuştur (Yıldırım, 2011: 232). Okul yöneticilerinde stres kaynaklı ertelemeye eğimli davranışların görüldüğü ve sorumluluktan kaçınma gibi verimliliği etkileyen sonuçlar meydana geldiği tespit edilmiştir. Her ne kadar bu davranışların kişilik özelliğinden kaynaklandığı belirtilmiş ve karakteristik bir tutum olarak nitelendirilmiş olsa da bireyi bu davranışlara iten etmenlerin temeli olarak stresin varlığı kabul edilebilir (Cömert & Dönmez, 2018: 2).

Eğitim kurumların başarıları, kurum yöneticileri ve öğretmenlerin performansına ve örgütsel davranışların uyumuna bağlı olarak şekil almaktadır. Günümüzde iş performansını ve başarıyı etkileyen dinamik olarak fiziksel faktörlerden ziyade zihinsel dinamikler ön plana çıkmıştır. Teknolojinin ilerlemesi ve yapay zekâ ile fiziksel çaba ile gerçekleşen çalışmaların kontrol ve yönetimi kolaylaşmıştır. Ancak stres, kaygı, motivasyon gibi zihinsel ve duygusal mekanizmaların kontrol ve yönetimi uzun vadeli ve birden çok aracın iş birliği ile mümkündür (Ekinci & Ekici, 2003: 94). Bu çalışmanın amacı da bu ölçüde önemli bir konunun literatürde bir arada ele alınması, öğretmen ve okul yöneticilerine etki doğuran stres kaynaklarının ortak bir payda ile çözüme kavuşturulmasıdır.

Okul yöneticilerin başlıca stres nedenleri; etik kaygılar, bürokrasi, maddi imkanlar, keyfilik, insan unsuru, yönetim zorlukları, karar ve çalışma ortamı olarak belirlenmiştir. Öğretmenler için ise; mesleki görünüm, örgütsel olanaklar, öğrenci tutum ve davranışları, mesleki güvence, velilerin tutum ve davranışları, insan ilişkileri, yönetici tutum ve davranışları, çalışma ve karar alma koşulları, rol belirsizliği, mesleki kariyerindeki yükselme ve gelişme olanakları, denetim biçimi, kararlara katılma ve iletişim olarak belirlenmiştir. Bu etmenleri ise yaş, cinsiyet, mesleki kıdem, branş niteliklerinde değişkenlik göstermektedir (Gülbeyaz, 2006: 287). Stresin yönetilememesi veya baş edilmesi mümkün düzeyden daha fazla olması halinde organizasyonel alanlarda bazı sonuçlar görülür. Bunlar; çalışma sisteminde güvensizlik, aşırı duygusal tepkiler, iş performansında azalma, iş kazası için risk yaratma, sorunlarla başa çıkamama, başarı düzeyinde düşüş, işe devamsızlığın artması, sağlık problemlerinin artması, yorgunluk, sinirlilik, iştahsızlık gibi fizyolojik rahatsızlıklar, hatalara karşı duyarsızlaşma ve önlem almama gibi sistemi doğrudan etkileyen ve verimi azaltan etkiler meydana gelir. Bu nedenle stresin kaynaklarını tespit etmek ve çözüm üretmek eğitim ve öğretim süreçleri için hayati önem arz eder (Yolbakan, 2019: 15-16). Okul müdürlerinin stresine ilişkin kaynaklar, kaçınılmaz sonuçları ve eğitim kurumlarına olan etkilerine dair nitel araştırmalar literatürde eksik olup örgütsel yapılarda politika yapıcı ve yöneticilerin yol göstericiliği açısından stres olgusunun yönetimi de alanın ihtiyaçlarındandır (Akdemir & Girgin, 2021: 364).

Öğretmenin stres yaşaması ve bununla baş etme noktasında yetersiz kalması bütün sınıfa etki ederek onları da eğitim hayatlarında gergin veya başarısız kılabilir. Bu da eğitim sisteminde telafisi mümkün olmayacak ölçüde sorunlar doğurabilir. Çünkü eğitim hayatı kişinin sadece öğrenimine ilişkin bir süreç olmayıp gelişimini de etkileyen ve hayatının büyük bir kısmını verdiği süreci ifade eder. Öğretmendeki stres düzeyin fazla olması veya

yönetilememesi sınıf içi disiplinin bozulmasından daha ziyade öğrencilerin uyumsuz davranışlarına ve verimin azalmasına neden olabilir (Eskridge & Coker, 1999:).

2. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırma, insan hayatında oldukça önemli bir yer tutan okul hayatında iletişimde olduğu öğretmen ve okul yöneticilerinin iş hayatındaki stresin kaynaklarının tespit edilmesine yöneliktir. Bu hedefle aşağıdaki soruların cevaplarına yönelik araştırmalar yapılmaktadır.

1. İlk ve ortaokullarda öğretmen ve okul yöneticilerinin stres kaynakları nedir?
2. Öğretmen ve okul yöneticilerinin stres kaynakları cinsiyete, yaş ve mesleki kıdeme, medeni duruma, mezuniyet durumu ve alanı değişkenlerine göre farklılık göstermekte midir?
3. Öğretmen ve okul yöneticilerinin stres düzeyleri mesleki kıdem, medeni durum, yaş ve cinsiyet değişkenlerine göre farklılık göstermekte midir?
4. Öğretmen ve okul yöneticilerinin mesleki stresleri iş performansına ne ölçüde etki etmektedir?
5. Okul müdürlerinin yaşadığı stres çalıştığı kurumu nasıl etkilemektedir?
6. Okul müdürleri ve öğretmenlerin stres dinamiklerine dair benzerlikler ve farklılıklar nelerdir?

3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Tüm meslek gruplarında görülen ve ilerleyen teknolojinin kaçınılmaz bir sonucu olan stres, eğitim kurumlarının da mücadele etmesi gereken önemli konulardan biri haline gelmiştir. Stresin hem iş hem de sosyal hayata birçok etkisi vardır ve olumsuz etkilerini ortadan kaldırmak için kavramın her yönüyle bilinmesi gerekiyor. Yine stres kaynaklarının neler olduğu, iş hayatındaki motivasyonu nasıl etkilediği araştırması, stresle baş etme yöntemlerinin geliştirilmesi, kurumdaki olumsuz sonuçlarını ortadan kaldırmak için öğretmen ve okul yöneticilerinin çalışma hayatlarına yönelik araştırma yaparak eğitim kurumlarındaki verimin artırılmasına destek vermektir (Soyhan, 2019: 9). Aynı kurumda farklı roller ve farklı yöntemlerle mesleğini icra eden öğretmen ve yöneticilerin ortak bir hedefle eğitim – öğretim hayatına katkıları, öğrencilere verimli bir ortam sunma gayeleri bulunmaktadır. Birbirine etkilerinin kaçınılmaz olduğu eğitim sistemindeki okul hayatının önemli rollerindeki stres kaynaklarına verilerin analizi ile bakış açısı sunulmaktadır (Akdemir & Girgin, 2021: 365).

4. YÖNTEM

4.1. Araştırma Deseni

Öğretmenlerin stres kaynağına yönelik tarama araştırma modeli ile yapılan çalışmada nitel araştırma verileri anket ve kaynak tarama ile bir araya getirilmiştir. Öğretmenlerin eğitim kurumunda geçirdiği süreçlerden kaynaklanan stres kaynakları ile stresi yönetme süreçlerinde geliştirilen mekanizmaları belirlemek amacıyla verilerin toplanması, analizi ve yorumlanmasında nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması kullanılmıştır (Göksoy & Argon, 2014: 249). Okul yöneticilerinin stres hakkındaki görüşleri ve stres nedenleri olarak gördüğü dinamikler nitel araştırma yöntemi ile durum ve tutum incelemesi kapsamında değerlendirmeye alınarak stres kaynaklarındaki farklılıkları analiz edilmiştir. Araştırmada kullanılan analiz çalışması daha önce benzer amaçla yapılan, geçerlilik ve güvenilirliği kabul gören verilerin analizleridir (Akdemir & Girgin, 2021: 365).

4.2. Çalışma Grubu

2013-2014 eğitim öğretim yılında Düzce ilinde tezsiz yüksek lisans programına katılan 50 öğretmen araştırmada çalışma grubu olarak belirlenmiş ve programa katılan öğretmenlerin çeşitli eğitim aşamalarında ve kıdemlerde olmaları nedeniyle verilerde çeşitliliğin sağlanması hedeflenmiştir (Göksoy & Argon, 2014: 249). Araştırmanın çalışma grubu, Eskişehir ilinde görev alan 10 okul müdüründen oluşmakta ve örnekleme yöntemlerinden benzeşik örnekleme yöntemi ile katılımcılar örnekleme dahil edilmektedir (Akdemir & Girgin, 2021: 365).

Tablo 1. Öğretmenlere ait demografik bilgiler

Değişken		f	%
Cinsiyet	Kadın	25	50
	Erkek	25	50
Yaş	20-30	6	12
	31-40	18	36
	41-50	16	32
	50 ve üzeri	10	20
Bölüm	Okul öncesi	10	20
	İlkokul	10	20
	Ortaokul	10	20
	Genel lise	10	20
	Meslek lisesi	10	20
Toplam		50	100

Tablo 2. Okul müdürlerine ait demografik bilgiler

Demografik Özellik	Gruplar	Frekans (f)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	4	%40
	Erkek	6	%60
	Toplam	10	%100

4.3. Veri Toplama Araçları ve Verilerin Toplanması

Durum çalışması kapsamında öğretmenlerin iş hayatlarındaki stres olgusunu ele alarak stresin neden ve sonuçlarına ilişkin ayrıntılı değerlendirme yapılmaya çalışılmıştır. Standardize edilmiş açık uçlu soru tekniğine uygun yarı yapılandırılmış sorulardan meydana gelen görüşme formu, çok sayıda katılımcıya erişim imkânı sunmaktadır. Formların ön uygulama ile anlaşılabilirlik ve uygulama kolaylığı gönüllüler aracılığıyla kontrol edilmiştir. Form içeriğinde terimsel açıklamalara yer verilmiş ve katılımcıların demografik bilgilerine yönelik sorular yöneltilmiştir ve konu dışı sorular yönlendirilmemiştir (Göksoy & Argon, 2014: 250).

4.4. Verilerin Analizi

Araştırma konusu olan değerlendirmeye ulaşabilmek için yapılan araştırma ve veri toplama araçları ile elde edilen bulgular betimsel analizle yorumlanmıştır. Bu kapsamda kavramsal öğelere gözlemsel boyut kazandırılarak verilerin hangi temalar çerçevesinde inceleneceği belirlenir ve sistematik bir ayırımla veriler bir araya getirilir, ilişkilendirilir ve anlamlandırılır. Daha sonra neden sonuç ilişkisi ile olgular arasında karşılaştırma yapılarak veriler yorumlanır (Göksoy & Argon, 2014: 252). Araştırma sonucu çıkarılan veriler, içerik analizi ile kavramlara ve ilişkilere ulaşılmasını sağlamıştır. Bu sayede benzer veriler saptanmış kavram ve temalar dahilinde bir araya getirilerek şemalandırılır. Thomas ve Hardene (2008) tarafından kullanılan nitel veri analiz programı MAXQDA 2018; bulguların kodlanması, betimleyici temaların geliştirilmesi, analitik temaların üretilmesi, geçerlik ve güvenilirliği sağlama aşaması ile tamamlanmıştır (Akdemir & Girgin, 2021: 366).

4.5. Bulgular

Stresin bir değişkene bağlı olarak farklı düzeylerde seyretmesi mümkündür ve hatta cinsiyet, yaş, medeni hal, uyruk, bağlı olunan kurum, kamu veya özel sektör olmasına bağlı olarak artış veya azalma göstermektedir (Bulut, 2006: 40). Öğretmen ve okul yöneticilerinin benzer ve farklı dinamiklere bağlı değişkenleri aşağıda ele alınacaktır.

Öğretmenlik mesleğinin lisans öğrenim süreci ile başlayan stres kaynaklarına vurgu yapmak amacıyla Sosyal Bilgiler Öğretmenliği Anabilim Dalı'nda öğrenim gören dördüncü sınıf öğretmen adaylarının verilerine ilişkin bulgulara aşağıdaki tabloda (Tablo 1) yer verilmiştir. F kısmında ilgili konuya ilişkin alınan görüş sayısı belirtilmektedir. Bu başlıklar öğretmen adaylarında mesleğe başlamadan mesleğe ilişkin stres yaratan, kaygı oluşturan süreçler ve olumsuz etkenler olarak değerlendirilmiştir. (Er & Kaya, 2014: 4)

Tablo 3: S.Ü. Sosyal bilgiler öğretmen adaylarının "lisans eğitim-öğretim sürecinde" stres kaynakları

Stres Kaynakları	f
KPSS Stresi	7
Eğitim öğretim sürecinin monoton olması	6
Eğitim sistemi	4
Uyum problemi	3
Üniversite ile ilgili sıkıntılar	3
Hocaların yetersiz olması ve ayırım yapılması	2
Toplam	25

Aşağıdaki tabloda (Tablo 2) öğretmenlerin görevlerini icra ettikleri süreçte karşılaştıkları olumsuz stres kaynağı olarak nitelendirdikleri dinamikler mevcuttur. Dört ana başlıkla kategorilere ayrılan stres kaynaklarının görev

engeli olarak görüldüğü ve çalışma ortamının verimi en çok etkileyen faktör olarak karşımıza çıktığı söylenebilir (Göksoy & Argon, 2014: 254).

Tablo 4: Okullarda engelleyici kabul edilen stres kaynakları

Tema	Tanım	Kodlar (Alt Temalar)	n
Sosyal/Beşeri	İnsanlar arası ilişkilerden kaynaklanan	Öğrenci davranışları	20
		Veliler	18
		Yöneticiler	13
		Meslektaş dayanışma ve desteğinin azlığı	10
		Çalışanlar	6
Okul Ortamı	Öğretme-öğrenme faaliyetlerinin yapıldığı fiziki mekânlar	Kalabalık sınıflar	24
		Disiplin sorunları	19
		Öğrencilerdeki akademik başarısızlık	15
		Ders araç-gereç yetersizliği	15
		Çalışma koşulları (fiziki mekânlar, temizlik, ısı, ışık, gürültü)	15
		Sıkıcı, rutin işler	7
Bürokrasi	Mevzuat ve düzenlemeler	Çalışma saatlerinin fazlalığı	14
		Sık mevzuat değişikliği	13
		Gereksiz denetim ve evrakları	8
		Yetersiz yöneticiler	8
		Belirsizlikler	7
		Değişen programlar	7
Mesleki	Öğretmenlik mesleğinden ve kişisel nedenlerden	Başarısızlık korkusu	17
		Statü düşüklüğü	9
		Yüksek beklentiler	9
		Kariyer sistemin olmaması	7

Stresin olumlu ve olumsuz olmakla beraber bedensel, ruhsal ve davranışsal olarak birçok sonucu vardır. Aşağıdaki tabloda (Tablo 3) okullarda engelleyici stres kaynaklarının sonuçlarına yer verilmiş olup psikolojik etkilerinin daha fazla olduğu ve bunun davranışlara yansiyarak iş hayatında olumsuzluklara neden olduğu görülmektedir (Göksoy & Argon, 2014: 256).

Tablo 5: Okullarda Engelleyici Stres Kaynaklarının Belirtileri/Sonuçları

Tema	Tanım	Kodlar (Alt Temalar)	N
Psikolojik	Duygulardaki belirtiler	Sinirlilik	36
		Moralsizlik	35
		Kaygı, tedirginlik	23
		Mutsuzluk	22
		Dikkat dağınıklığı	15
		Motive olamama	11
Fizyolojik	Bedensel belirtiler	Yorgunluk	18
		İştah kaybı	15
		Mide, baş ağrısı	12
		Uykusuzluk	12
		Sık hastalanma	9
		Sigara kullanımı	6
Mesleki	Mesleki verimliliğe etkisi	Performans düşüklüğü	40
		Sağlıklı karar verememe/kararsızlık	31
		Öğrencilere baskı ve kızgınlık	10
		Başarısızlık duygusu	9
		Boşvermişlik ve duyarsızlık	8

Araştırma dahilinde katılımcılar tarafından stresin nasıl algılandığı, hangi durumların stres olarak tanımlandığı, iş yerindeki stresin hangi ibarelerle ifade edildiği önem taşıyan bir olgu haline gelmiştir. Araştırma konusu olan stresin kaynaklarının doğru tespit edilerek gerçeğe uygun bir çıkarım yapılabilmesi için kavramların ve durumların aynı perspektiften yorumlandığına dair teyit amacıyla katılımcılardan aşağıdaki tabloda (Tablo 4) görüleceği üzere iş tanımı hakkında görüşler alınmıştır. Buradan anlaşılacağı gibi iş stresi iş yerinde gerçekleşen ve iş yeri hedeflerine erişim sürecindeki engeller olarak genellenebilir (Akdemir & Girgin, 2021: 367).

Tablo 6: Müdürlerinin İş Stresi Tanımı Hakkındaki Görüşleri

Kategori	Temalar	Frekans (f)	Yüzde (%)
İş Stresi Kavramı	İşlerin Yolunda Gitmemesi	1	%6,66
	Planlanan İşlerin Gecikmesinin Oluşturduğu Sıkıntı	1	%6,66
	İş Ortamında Çözüme Kavuşturulamayan Sorunlar	1	%6,66
	Bireyin Üstesinden Gelemeyeceğini Düşündüğü Sorunlar	1	%6,66
	Bireye Görevi Dışında Sorumluluk Verilmesi	1	%6,66
	Yapılması İstenen İş İçin Yetki Verilmemesi	1	%6,66
	Bireyin Problem Durumunda İşin İçinden Çıkamadığında Yaşadığı Duygu Durumu	3	20
	Bireyin Çalıştığı Ortamda Oluşan Sorunlara Çözüm Bulunamaması	2	%13,33
	Sınıf Ortamında Düşünülmemesi Gereken Çöp	1	%6,66
	İş Yerinde Yaşanan Ruhsal Sıkıntı	2	%13,33
	Psikolojik Yorgunluk	1	%6,66
	Toplam	15	%100

Araştırma grubundan stresin teorik ifadesi ve eğitim kurumundaki niteliği hakkında görüşü alındıktan sonra okulda mesleğin icrasından kaynaklı stres dinamikleri ve sebeplerine dair aşağıdaki tabloda (Tablo 5) görülen sonuç görüşleri alınmıştır. Bu verilerden en fazla maddi kazanç, veli iletişimi ve öğretmen odaklı konular olmuştur (Akdemir & Girgin, 2021: 370).

Tablo 7: Okul Müdürlerinin Yaşamış Olduğu İş Stresi Kaynakları/ İş Stresi Yaşama Sebepleri Hakkındaki Görüşleri

Kategori	Temalar	Frekans (f)	Yüzde (%)
İş Stresi Kaynakları/ İş Stresi Yaşama Sebepleri	Öğrencilerden Kaynaklı Sorunlar	2	%7,40
	Velilerden Kaynaklı Sorunlar	5	%18,51
	Öğretmenlerden Kaynaklı Sorunlar	4	%14,81
	İş Akışını Bozan Her Şey	1	%3,70
	Yetkisiz Sorumluluk Verilmesi	1	%3,70
	Kanuni Yükümlülük ve Sorumluluklar	1	%3,70
	Olabilecek Aksaklıkların Öngörülememesi	1	%3,70
	Milli Eğitim Bakanlığı'nın Eğitim Politikalarını Sürekli Değiştirmesi	1	%3,70
	Okul İdaresinin Görev Süresi	1	%3,70
	Eğitimde Milli Politika Eksikliği	1	%3,70
	Yetkilerin Sınırlılığı	1	%3,70
	Parasal Konulardan Kaynaklı Sorunlar	5	%18,51
	İletişim Eksikliğinden Kaynaklı Sorunlar	1	%3,70
	Öğrenci-Öğretmen Etkileşiminden Kaynaklı Sorunlar	1	%3,70
	Öğretmen—Veli Kaynaklı Sorunlar	1	%3,70
	Toplam	27	%100

Stresin olumlu ve olumsuz sonuçları olabileceği vurgusundan sonra stresle baş edememe ve stresin aşırı düzeyde varlığı halinde iş yerinde doğabilecek olası sonuçlara dair görüşler hakkında aşağıdaki tabloda (Tablo 6) yer almaktadır. İşten ayrılma ve duygu durumu olumsuz etkileme halleri başta olmak üzere motivasyon düşüklüğü, sorunlarla baş etme süreçlerine olumsuz etkisi, yorgunluk hali gibi sonuçlara neden olmaktadır (Akdemir & Girgin, 2021: 371).

Tablo 8: Okul Müdürlerinin Yaşadığı İş Stresinin Çalışma Performansına Etkisi Hakkındaki Görüşleri

Kategori	Temalar	Frekans (f)	Yüzde (%)
İş Stresinin Okuldaki Çalışma Performansına Etkileri	Anlık İşten Ayrılma Niyeti	2	%15,38
	Personel ve Veli Kaynaklı Yaşanan Sıkıntıların Olumsuz Etkisi	1	%7,69
	Kaynak Bulma Konusunda Teşvik Edilmenin Olumlu Etkisi	1	%7,69
	Kaynak Bulunmadığında Yaşanan Olumsuz Etki	1	%7,69
	Bireylerin Görevlerini Yapmaması Sonucu Oluşan Olumsuz Etki	1	%7,69
	Veli İsteklerinin İlgili Yönetmeliklere Uygun Olmaması Durumu	1	%7,69
	Gün İçinde Yaşanan Duygu Durumuna Olumsuz Etkisi	2	%15,38
	Mesleki Deneyim ve Kıdemden Kaynaklı Olumsuz Etki Etmemesi	1	%7,69
	Diğer Çalışanları Olumsuz Etkilemesi	1	%7,69
	Fiziksel Yorgunluğa Sebep Olmasından Dolayı İşlerin Aksaması	1	%7,69
	Bireylerin Motivasyonuna Olumsuz Etkisi	1	%7,69
	Toplam	13	%100

5. SONUÇ VE TARTIŞMA

Okullarda öğretmen ve okul yöneticilerinin birbirine girift olmuş bir çalışma sistemi vardır ve birbirinden ayrı değerlendirilmesi veya etkilenmemesi mümkün değildir. Öğrencilerin eğitim sürecindeki verimi doğrudan etkileyen okul yönetici ve öğretmen davranışlarının bu sürece olumsuz etki etmemesi için stres yaratan araçların ortadan kaldırılması ve önleyici mekanizmaların geliştirilmesi bir zaruriyet olarak karşımıza çıkar (Ok, 2006: 65). Eğitim kurumlarında öğretmen ve okul yöneticileri başarı, motivasyon, performans gibi birçok alanda birbiri ile etki halinde iken kimi zaman birbirleri için olumsuz bir süreç nedeni olabilir. Örneği öğretmen davranışları veya okul yöneticisinin idari tutumları bir diğeri için stres kaynağı olabilir. Bu ve benzeri olumsuz etkileşimleri ortadan kaldırmak ve hatta stres kaynağı olarak karşılaşılan diğer faktörler açısından destekleyici rol olabilmek için öğretmen ve okul yöneticilerinin iletişim ve iş birliği bu noktada büyük önem arz etmektedir (Yetişir, 2011: 86).

Okul yönetimi ve öğretmenlik mesleği arasında görev tanımı, niteliği ve içeriği hakkında birçok fark olmasına rağmen kurumsal hedef ve nihai amaç bağlamında “eğitimin verimi ve öğrencinin başarısı” na dair büyük bir ortak payda bulunmaktadır. Eğitim hayatının önemli sac ayakları olan bu mesleklerle ilgili stres kaynaklarına ve yönetsel çözümlere dair benzer tarafları ile yola çıkıldığında her iki tarafı olumlu etkilerle başarı ve yüksek motivasyona ulaştıracak çözümler gözükmemektedir (Günbayı & Akcan, 2013:).

Eğitim kurumlarında öğretmenlerin ve okul yöneticilerinin kurumsal düzeyde karşılaştıkları stresler temel olarak sosyal ilişkiler, okul ortamı, bürokratik yapı ve mesleki süreçlere bağlıdır. Bu stres kaynaklarına bağlı olumsuz sonuçları ortadan kaldırmak veya etkilerini azaltmak için kalıcı çözümler üretilmeli ve stresle baş etmeyi kolaylaştıran faktörlerin varlığına yer verilmelidir. Öğretmen ve okul yöneticilerinin iletişim düzeylerinin aktif olması, mesleki motivasyon araçlarının işlevliliği, sosyal aktivitelerle çalışma alanlarının dinamik kılınması, monoton sistemi önleyen değişim ve yenilik odaklı bakış açısının varlığı, mesleki gelişimi sağlayacak kapasite artırıcı eğitimler, mesleğin önemini vurgulayan ve saygınlığı artıran farkındalık oturumları yapılabilir (Göksoy & Argon, 2014: 264).

5.1. Öneriler

- ✓ Çalışanlar için belirsizlik yaratan konuların belirlenerek performansı etkileyen süreçlerin önüne geçilebilir.
- ✓ İletişim araçlarının geliştirilerek stres yaratan yetki ve sorumluluk konuları netleştirilebilir.
- ✓ Organizasyon içerisindeki yapılanmada bütün personelin katılımı öngörülmelidir.
- ✓ Mesleki dayanışmayı artıracak yapılanmalar oluşturulmalıdır.
- ✓ Sorunların çözümüne ilişkin işlevsel, şeffaf ve standardize edilmiş mekanizmalar üretilmelidir.
- ✓ Personelin kendini geliştirebileceği ve çalışma sisteminde değişim yaratabileceği olanaklar sunulmalıdır.
- ✓ Birbirini etkileyen çalışmaların zorunlu hallerde tercih edilmesi ve bu tarz çalışmalarda görev dağılımı, çalışma çerçevesi gibi çatışma yaratacak süreçler netleştirilmelidir.
- ✓ Personel düzenli ödüllendirilerek motivasyon artışı ve kuruma aidiyet duyguları geliştirilebilir.
- ✓ İşin tamamlanması süreçlerinde takdir edilme, beğeni gibi olumlular iletişim dili olarak tercih edilmelidir.
- ✓ Stres yönetimine ilişkin mesleki eğitimler alınarak performansa etkisi azaltılmalıdır.
- ✓ Ücret, çalışma koşulları, işin tanımı ve içeriği gibi motivasyona doğrudan etki eden koşulların iyileştirilmesi ve duruma göre güncellenmesi.

KAYNAKÇA

1. Akdemir, A. & Girgin, S. & Girgin, Ü. (2021). İlkokul Müdürlerinin İş Stresi Hakkındaki Görüşlerinin İncelenmesi, Ulak Bilge Sosyal Bilimler Dergisi, 58, 363-382
2. Bulut, M.A. (2006). Rehber Öğretmenlerde Stres Kaynaklarının İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Lefkoşa, Yakın Doğu Üniversitesi
3. Cemaloğlu, N. (2007). Okul Yöneticilerin Liderlik Stilllerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Türk Eğitim Bilimleri Dergisi. 5(1): 73-112.
4. Cömert, M. & Dönmez, B. (2018). Okul Yöneticilerinin Ertelemecilik Davranışları, İş Yükleri ve Kişilik Özelliklerine İlişkin Algıları, E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi, 9(2), 1-18

5. Çargan, O. (2018). Stresin Çalışanların Performansı Üzerine Etkileri: Öğretmenler Üzerine Bir Araştırma, Yüksek Lisans Tezi, Kırklareli, Kırklareli Üniversitesi
6. Ekinci H. & Ekinci, S. (2003). Yöneticiler Üzerindeki Etkileri Açısından Stres Kaynakları ve Bir Uygulama, 22(2), 93-111
7. Eskridge, D.H. & Coker, D.R. (Çeviren: Mustafa Buluş), (1999). Öğretmenlerde Stres: Belirtileri, Nedenleri ve Başa Çıkma Teknikleri, PAÜ. Eğitim Fakültesi Dergisi, 5, 66-71
8. Er, H. & Kaya, M.F. (2014). Sosyal Bilgiler Öğretmen Adaylarının Stres Kaynaklarının Belirlenmesi, Cumhuriyet International Journal of Education, 3(2), 1-15
9. Gülbeyaz, O. (2006). Yatılı İlköğretim Bölge Okulları ve Pansiyonlu İlköğretim Okullarında Görev Yapan Yönetici ve Öğretmenlerin Örgütsel Stres Kaynakları (Kayseri İli Örneği), Yüksek Lisans Tezi, Malatya, İnönü Üniversitesi
10. Günbayı, İ. & Akcan, F. (2013). İlköğretim Kurumları Yöneticilerinin Yaşadıkları İş Streslerine İlişkin Görüşleri: Bir Durum Çalışması, Öğretmen Eğitimi ve Eğitimcileri Dergisi, 2(2), 195-224
11. Göksoy, S. & Argon, T. (2014). Okullarda Öğretmenleri Engelleyici ve Destekleyici Stres Kaynakları, Journal of Teacher Education and Educators, 3(2), 245-271
12. Hatiboğlu, E. & Radmard, S. (2015). İlk ve Ortaokul Yöneticilerinin Stres Kaynaklarının ve Stres Yönetimi Stilllerinin İncelenmesi, Elektronik Eğitim Bilimleri Dergisi, 4(7), 51-72
13. Kalkan, R. (2018). Okul Yöneticileri ile Öğretmenlerin Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, Marmara Üniversitesi & İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi
14. Kırıl, B. (2016). Stres ve Okul Yönetimi, ISBN: 978-605-64247- EYUDER Yayınları, Ankara
15. Ok, İ. (2006). İş Stresinin İlköğretim Okullarında Yöneticileri Üzerindeki Etkisi – Konya Örneği, Yüksek Lisans Tezi, Konya, Selçuk Üniversitesi
16. Soyhan, H. (2019). Çatışma ve Stres Yönetimi: Bursa İli Özel Eğitim Kurumlarında Bir Uygulama, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, İstanbul Gelişim Üniversitesi
17. Yetişir, A.N. (2011). İlköğretim Okulu Öğretmenlerinde Stres Yaratan Yönetici Davranışları ve Öğretmenlerin Bu Davranışlara Tepkileri (Denizli İli Örneği), Yüksek Lisans Tezi, Burdur, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi
18. Yıldırım, N. (2011). Yöneticilik Görevinin Okul Müdürlerine Olumlu ve Olumsuz Katkıları, Eğitim ve Bilim Dergisi, 36(161), 230-245
19. Yolbakan, E. (2019). Özel Okullarda Görev Yapan Öğretmenlerin Örgütsel Stres Düzeyleri ile Mesleki Performansları Arasındaki İlişki Aydın İli Efeler İlçesi Örneği, Yüksek Lisans Tezi, Aydın, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi