

ÖĞRETMEN ADAYLARININ STRES DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN ANALİZİ

Analysis of Candidate Teachers' Stress Level in Terms of Different Variables

Burhan AKPINAR¹

Özet

Bu çalışmada amaç, öğretmen adaylarının stres düzeylerini bazı demografik değişkenler çerçevesinde incelemektir. Toplam 1587 öğretmen adayının katıldığı çalışmada, Akın ve Çetin (2007) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olan "Depresyon, Anksiyete ve Stres Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde aritmetik ortalama, t-testi, varyans analizi ve scheffe test teknikleri kullanılmıştır. Analiz sonuçları; öğretmen adaylarının stres düzeylerinin 'genelde stresli' durumda olduğu ve bu stres düzeylerinin cinsiyet, aile, sigara ve alkol kullanma, barınma ve öğrenim görme durumu değişkenlerine göre farklılaşmadığını göstermiştir. Ancak öğretmen adaylarının stres düzeylerinin, atanma kaygısı, bölümü tercih şekli, öğretim elemanlarının dersteki tavırları ve gelir durumu değişkenlerine göre anlamlı şekilde farklılaştığı yönünde bulgulara ulaşılmıştır. Çalışmada bu bulgular, literatür çerçevesinde ele alınıp, tartışılarak bazı sonuçlara ulaşılmış ve buna göre birtakım öneriler sunulmuştur.

Anahtar kelimeler: Stres, Öğretmen adaylarının stres düzeyi, Öğretmen yetiştirme.

Abstract

The purpose of this study is to examine the stress level of candidate teachers in terms of some demographic variables. In this study which has been carried out with the participation of total 1587 candidate teachers "Scale of Depression, Anxiety and Stress" is used which is translated to Turkish by Akın and Çetin (2007). In analysis of data, arithmetic mean, t-test, variance analysis and Scheffe test techniques were used. Analysis results show that stress level of candidate teachers doesn't differentiate according to gender, family, smoking and alcohol, accommodation and education variables. However, it is found that the stress level of candidate teachers differentiates meaningfully according to variables such as; worry of appointment, the way of choosing the department, the lecturers' attitude during the lesson and income. In this study, a deduction has been made by evaluating and discussing all findings within the scope of literature, and some proposals have been suggested.

Key words: Stress, the stress level of candidate teachers, teacher training.

1. Giriş

Türkiye'de son yıllarda büyük bir genişleme eğilimi gösteren üniversite eğitimi birçok sorunla karşı karşıyadır. Bu sorunlardan birisi de, birçok

¹ Doç. Dr.; Fırat Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Elazığ, bakpinar@firat.edu.tr

nedenden dolayı öğrencilerin maruz kaldığı strestir. Literatürde Türkiye’de okulların ve üniversitelerin, öğrenciler için kaygı ve stres ortamı oldukları (Avşaroğlu ve Üre, 2007; Bozkurt, 2004; Deveci ve ark., 2012; Durna, 2006; Temel ve ark.,2007) belirtilmektedir. Bu kaygı ve stres, geldikleri yeni çevre, yeni arkadaşlar, öğretim elemanları, maddi ve akademik sıkıntılar gibi pek çok nedene bağlı olabilir (Durna, 2006). Bunlara üniversite öğrencilerinin gelişim dönemlerine bağlı olarak yaşadıkları ruhsal sorunlar da eklenebilir (Kara, 2009). Bu noktada, öğrencilerin fizyolojik ve psikolojik dengesini etkileyen her unsur, bir stres kaynağı olarak algılanabilir (Bingöl, 2001 Akt. Avşaroğlu ve Üre, 2007). Bütün bu nedenlerden dolayı stres, Türkiye’de üniversite öğrencilerinin uğraşmak zorunda kaldığı ciddi bir sorundur.

Üniversite öğrencilerinin belirtilen nedenlerden dolayı yaşadıkları stres sorunu, öğretmen adayı üniversite öğrencileri için daha katmerli bir hal almaktadır. Öğretmen adayı üniversite öğrencilerinin stres düzeyini katmerli hale getiren neden, öğretmen olarak atanma kaygısıdır. Çünkü diğer üniversite öğrencilerinden farklı olarak, öğretmen adayı üniversite öğrencilerinin, öğretmen olarak atanmaktan başka istihdam sahası neredeyse yoktur. Üstelik bu kaygıyı besleyen sorunun çözümü, mezun durumda olup da atama bekleyen yaklaşık 300 bin öğretmenin adayının varlığı göz önüne alındığında, kısa vadede zor gibi görünmektedir. Dersaneler ile özel okulların sağladığı istihdam oranı ise, sorunu rahatlatıcak boyutlarda değildir. Bu sorun, büyük oranda Türkiye’de öğretmen yetiştiren Yükseköğretim Kurumu (YÖK) ile bunları istihdam eden Milli Eğitim Bakanlığı (MEB) arasında yeterli koordinasyon sağlanamaması sonucunda, öğretmen yetiştirmede arz-talep dengesinin gözetilmemesinden kaynaklanmaktadır. Böylece, gerek gelişim dönemi sorunları ve üniversite yaşamından (Baloğlu ve Bardakçı, 2010; Koç, 2006) gerekse atanma kaygısından dolayı stres yaşayan öğretmen adayları, ciddi oranda strese maruz kalmaktadırlar. Bunun sonucunda öğretmen adayları için stres, diğer üniversite öğrencilerine kıyasla daha yoğun yaşadıkları bir sorun haline gelmiştir.

Stres, öğretmen adaylarının uğraşmak zorunda kaldığı kötü bir sağlık problemi olmak yanında, onların eğitimleri sırasında öğrenme süreçlerini ve performanslarını da olumsuz etkilemektedir (Brown/Ralph, 1999, Humphrey ve ark., 1998 Akt. Durna, 2006; Harris, Halpin ve Halpin, 1985 Akt. Bozkurt, 2004). Bu bağlamda stres (kontrol edilmeyen), olumlu sınıf iklimini bozarak, öğretmen adaylarının öğrenmesini engelleyen (Tarhan, 2012), dolayısıyla da iyi yetişmelerine mani olan bir bariyer olarak nitelenebilir. Literatürde stresin, organizmanın iç ve dış ortamını bozarak endokrin sistem ve sinir sisteminde biyokimyasal ve fonksiyonel değişikliklere neden olup, öğrenmeyi etkilediğine (Durmuş ve Aşçıoğlu, 2005) dair bilgiler yer almaktadır. Nitekim araştırmalar da, kontrol edilemeyen stresin, sınıf iklimini bozduğu; öğrenmeyi engellediğini göstermektedir (Nalçacıoğlu, 2010). Bu bağlamda stres, öğretmenlerin iyi yetişmesini engelleyen önemli bir engel olarak değerlendirilebilir.

Üniversitelerin başat amacı olan öğrenmenin (etkili öğrenmenin) gerçekleşmesi önünde ciddi bir bariyer olan stresin, bütünüyle ortadan kaldırılması söz konusu değilse de, bununla başa çıkma yollarının olduğu bilinmektedir. Bu bakımdan, öğrenme ürünü olan ve bilişsel süreçler içeren strese (Koç, 2006; Göçet, 2006) maruz kalan öğretmen adaylarının, bu stres düzeylerinin azaltılması akademik başarıları açısından büyük öneme sahiptir. Aksi halde stres, ileride öğretmen adaylarını mesleki yaşamda soluksuz bırakabilir. Bunun kişisel ve kurumsal maliyeti ise çok büyüktür. Çünkü büyük oranda sevgi ve sabır gerektiren bir meslek olan öğretmenliğin icra edilmesi, öfke kontrolü ve kontrolü kaybetmeme gibi niteliklere sahip olmayı gerektirir ki, bu niteliklere sahip olma da, stresin yönetilmesi ve stresle baş etmeyi bilmeye bağlıdır. Nitekim araştırmalar (Maslach, Schaufeli ve Leiter, 2001 Akt. Gündüz ve ark., 2012; Tutar, 2007), öğretmen duyarsızlaşması, tükenmişliği, verimli çalışma ile stres arasında yakın bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bundan başka, öğrencilerin başarısızlık nedenlerinin başında, öğretmen davranışlarının etkili olduğu (Oktar ve Bulduk, 2005) belirtilmektedir.

Son tahlilde, gerek iyi yetişmeleri ve gerekse ileride mesleklerini etkili ve verimli bir şekilde icra edebilmeleri için, öğretmen adaylarının stres düzeylerini makul bir düzeye indirmek önemlidir. Bu durum, öğretmen adaylarının, gerek öğrenimleri sırasında olumsuz deneyimler geçirmemeleri ve gerekse öğretmenlik mesleğine iyi hazırlanabilmeleri bakımından önem arz etmektedir. Bunun için her şeyden önce, öğretmen adaylarını strese maruz bırakan nedenlerin neler olduğunun belirlenmesi gerekir. Bu konudaki birinci bilgi kaynağı ise, bizzat öğretmen adaylarının kendileridir. Bu bağlamda amacı, öğretmen adaylarının stres düzeyini belirlemek ve bunu çeşitli değişkenlere göre incelemek olan bu araştırmanın literatüre katkı sağlaması beklenebilir.

1.1. Amaç: Bu araştırmanın amacı, öğretmen adaylarının stres düzeylerini belirlemek ve bunu bazı demografik değişkenler çerçevesinde incelemektir.

2. YÖNTEM

2.1 Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini, 2012-2013 Eğitim-Öğretim Yılında Fırat, İnönü, Bartın, Mustafa Kemal, Siirt, Ağrı İbrahim Çeçen ve Karadeniz Teknik üniversitelerinin eğitim fakültelerinde öğrenim gören öğretmen adayları oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemine ise, bu evrenden ulaşılabilen (ölçeği doldurmayı kabul eden) 995 kadın ve 592 erkek olmak üzere toplam 1587 öğretmen adayı oluşturmaktadır. Öğretmen adaylarının demografik değişkenlere göre dağılımı tablo 1'de görülmektedir.

Tablo 1. Öğretmen adaylarının demografik değişkenlere göre dağılımı

Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Kadın	995	62.7
	Erkek	592	37.3
Aile Türü	Çekirdek	1207	76.1
	Geniş	339	21.4
	Parçalanmış	41	2.4
Gelir Durumu	Gelir giderden az	437	27.5
	Gelir gidere denk	962	60.6
	Gelir giderden fazla	188	11.9
Öğrenim durumu	I.Öğretim	878	55.3
	II.Öğretim	709	44.7
Bölümü tercih şekli	İsteyerek	967	60.9
	İstemeyerek	620	39.1
Barınma Şekli	Evde aile ile birlikte	389	24.5
	Evde arkadaşlarla	616	38.8
	Özel yurt	304	19.2
	Devlet yurdu	278	17.5
Toplam		1587	100.0

2. 2 Verilerin Toplanması ve Analizi

Bu çalışmada verilerin toplanmasında, Lovibond & Lovibond (1995) tarafından geliştirilen ve Akın ve Çetin (2007) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olan "Depresyon, Anksiyete ve Stres Ölçeği" kullanılmıştır. E-mail yazışması yoluyla gerekli iznin alındığı bu ölçeğin sadece stres boyutu kullanılmıştır.

Çalışmada verilerin analizinde aritmetik ortalama, standart sapma, yüzde ve frekans gibi istatistiksel değerler kullanılmıştır. Öğretmen adaylarının stres puan ortalamalarının değişkenlere göre incelenmesinde ise, bağımsız gruplar "t" testi, tek yönlü varyans analizi (Anova); gruplar arası anlamlı farklılığın belirlendiği durumlarda ise, Scheffe testinden yararlanılmıştır. Bunun için anlamlılık düzeyi $p= 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

3. Bulgular ve Yorumları

3.1. Öğretmen Adaylarının Genel Stres Düzeylerine Ait Bulgular

Öğretmen adaylarının genel stres düzeylerine ilişkin analiz sonuçları tablo 2'de görülmektedir:

Tablo 2. Öğretmen adaylarının genel stres düzeyleri

Bugün dâhil son bir hafta içinde;	\bar{X}	S
1. Oldukça önemsiz şeylerden dolayı keyfim kaçtı,	2.19	.98
2. Olaylara gereğinden fazla tepki gösterdim,	1.95	.93
3. Rahatlamakta güçlük yaşadım	2.16	1.01
4. Keyfimin çok kolay kaçtığımı hissettim,	2.31	1.04
5. Çok fazla sinirsel enerji kullandığımı hissettim,	2.12	1.06
6. Herhangi bir nedenden dolayı geciktirildiğimde sabırsızlandığımı hissettim,	2.23	1.04
7. Oldukça hassas ve alıngan olduğumu hissettim,	2.22	1.01
8. Gevşemekte zorlandım,	2.05	.96
9. Çabuk hırçınlaştığımı fark ettim,	2.12	1.01
10. Beni gerginleştiren herhangi bir şeyden sonra rahatlamakta güçlük yaşadığımı fark ettim	2.23	.98
11. Yaptığım işin bölünmesine tahammül edemediğimi fark ettim,	2.34	.99
12. Gergin bir durumdaydım,	2.10	1.00
13. Yaptığım işe engel olan hiçbir şeye tolerans gösteremedim,	2.05	.95
14. Kısıktılmaya uygun olduğumu hissettim.	1.66	.89
Toplam	2.12	.99

Tablo 2’de yer alan veriler incelendiğinde, öğretmen adaylarının stres düzeyinin, “*genellikle stresli*” seviyesinde olduğu söylenebilir. Bu bulgu, konuyla ilgili yürütülen birçok araştırma (Deveci ve ark., 2012; Avşaroğlu, 2007; Özbay, 1996, Çuhadaroğlu, 1989 Akt. Sarıtaş, 2009; Temel ve ark., 2007; Avşaroğlu ve Üre, 2007; Özgüven, 1992 Akt. Baloğlu ve Bardakçı, 2010) sonuçlarıyla paralellik göstermektedir.

Öğretmen adaylarının ‘*genellikle stresli*’ olma durumunun, onları iki yönden olumsuz etkileme olasılığı olduğu söylenebilir. Birincisi, sözü geçen stres düzeyinin, öğretim sürecinde öğretmen adaylarının akademik başarılarını düşürme olasılığıdır. Nitekim literatürde aşırı stresin, öğrencilerin öğrenme süreçlerini ve performanslarını olumsuz yönde etkilediği belirtilmektedir (Brown/Ralph, 1999; Humphrey ve ark., 1998). İkincisi ise, öğretmen adaylarının ‘*genellikle stresli*’ olmalarının, gelecekte öğretmenlik mesleğini icra ederken verimlilik ve iş performanslarını düşürme olasılığıdır. Çünkü stres altında beynin kapasitesinin düştüğü (Caine and Caine, 2002) ve bunun da bireyin yaşam kalitesini olumsuz yönde etkilediği (Baltaş ve Baltaş, 2002 Akt. Koç, 2006) bilinmektedir. Bundan başka, stres düzeyi yüksek öğretmenlerin, iletişim ve etkileşiminin bundan olumsuz etkilemekte olduğu da (Naylor, 2001) literatürde yer almaktadır. Bu durumda, öğretmen adaylarını strese maruz bırakan nedenlerin belirlenip, bunların en azından bir kısmının elimine edilmesi önemlidir. Ayrıca öğrenen adaylarının, stresle başa çıkma konusunda bilgilendirilmesi ve hatta bu konuda programlara destekleyici dersler eklenmesinde yarar vardır.

3.2. Öğretmen Adaylarının Stres Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Analizine Ait Bulgular

Araştırmada elde edilen veriler üzerinde yapılan analizlerde öğretmen adaylarının stres düzeylerinin, cinsiyet, aile, sigara ve alkol kullanma

durumları, öğretim ve barınma durumu değişkenlerine göre farklılık göstermediği belirlenmiştir. Öğretmen adaylarının stres düzeylerinin, atanma kaygısı, bölümü tercih, öğretim elemanlarının tavrı ve gelir durumu değişkenlerine göre ise farklılaştığı belirlenmiştir. Öğretmen adaylarının stres düzeyinin, anlamlı şekilde farklılaştığı değişkenlere ilişkin bulgular ve yorumları aşağıda sunulmuştur.

3.2.1 Atanma Kaygısı Değişkenine Göre Öğretmen Adaylarının Stres Düzeyleri

Tablo 3. Atanma kaygısı değişkenine göre öğretmen adaylarının stres düzeylerine ait analiz sonuçları

Atanma kaygısı sizde strese yol açıyor mu?							
Evet (1)		Kısmen (2)		Hayır (3)		F*	Fark
(n= 921; %=58.1)		(n= 495; %=31.2)		(n= 169; %=10.7)		18. 301	
\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss	(sd= 3- 1585)	
31.2	9.4	28	9.0	26. 8	9.3		1-2, 1-3

*p<.05

Tablo 3'te görüldüğü gibi, öğretmen adaylarının stres puan ortalamaları, *atanma kaygısı* değişkenine göre anlamlı olarak farklılık göstermektedir ($F_{(3, 1585)}=18.301$; $p < .05$). Yapılan scheffe testi, bu farkın, atanmaya ilişkin kaygısı olanlarla ($\bar{X}=31.2$; $S=9.4$), olmayanlar ($\bar{X}=26.8$; $S=9.3$) ve atanmaya ilişkin kaygısı olanlarla ($\bar{X}=31.2$; $S=9.4$), kısmen olanlar ($\bar{X}=28.0$; $S=9.0$) arasında olduğunu göstermiştir. Buna göre, öğretmen olarak atanmaya dair kaygı duyan öğretmen adaylarının stres düzeyinin, kaygı duymayan ve kısmen kaygı duyanlara göre daha yüksek olduğunu göstermektedir denilebilir. Bu bulgu, benzer araştırma sonuçları (Sarıtaş, 2009; Selek, 2012; Baloğlu ve Bardakçı, 2010; Temel ve ark., 2007; Ceyhan, 2005, Tümkaya, Aybek ve Çelik, 2007, Çeçen, 2008, Çankaya ve Ekinci, 2010 Akt. Şar ve ark., 2012) tarafından desteklenmektedir. Ayrıca bu bulgu, öğretmen adaylarının başlıca stres kaynaklarından birisinin *atanma kaygısı* olduğu söylenebilir.

Atanma kaygısının stres düzeyini yükseltme nedeni, öğretmen adaylarının bu hedeflerinin zor gerçekleşeceği veya gerçekleşmeyeceği inancına bağlı olabilir. Çünkü bireyler, hedeflerinin gerçekleşmeyeceğini sandıklarında umutsuzluk, stres ve hatta depresyon başlayabilir (Hadley ve Mac Load, 2010, MacLeod, Rose ve Williams, 1993 Akt. Şar ve ark., 2012). Bu sorunla ilgili olarak, MEB'in, 2010–2014 Stratejik Planında, Bakanlığın güçlü ve zayıf yönleri arasında öğretmen yetiştirme ve istihdamında arz-talep dengesinin yeterince kurulamamasını göstermiş (MEB, 2009 Akt. Yılmaz ve Altinkurt, 2011) olması, önemlidir. Kaldı ki, öğretmenlik formasyonu alan ve öğretmen olmak için bekleyen 264 bin öğretmen adayının

(www.ogretmenatama.com.) mevcudiyeti bile, tek başına bu sorunun ciddiyetini göstermeye yeterlidir.

Sorunun aşılmasında, kısa vadede öğretmen adaylarına stresle başa çıkma yolları konusunda destek vermek yarar sağlayabilir. Orta ve uzun vadede ise, öğretmen yetiştirme ve istihdamında arz-talep dengesi gözetilerek, eğitim fakültelerinin kontenjanlarının buna göre belirlenmesine ihtiyaç vardır. Bu bağlamda, MEB ile YÖK'ün koordinasyonu önemlidir. Çünkü sorun, YÖK ve MEB arasında, öğretmen yetiştirmede arz-talep dengesi ile ilgili olarak işbirliği ve eşgüdümün yetersizliğinden de kaynaklanmaktadır (Aydın, 1998). Bundan başka, öğretmen olarak atanma sorununun çözümünde bir anlamda, eğitim fakültelerinin yegâne amacı olan 'memur yetiştirme' misyonunu çeşitlendirmek de tartışılmalıdır.

3.2.2 Bölümü Tercih Şekline Göre Öğretmen Adaylarının Stres Düzeyleri

Tablo 4. Bölümü tercih şekline göre öğretmen adaylarının stres düzeylerine ait analiz sonuçları

Bölümünüzü isteyerek mi tercih ettiniz?					
İsteyerek		İstemeyerek		t*	p
(n= 1134; %71.6)		(n= 450; %=28.4)			
\bar{X}	S	\bar{X}	S	-4.129	.000
29.1	9.3	31.3	9.6		

*p<.05

Tablo 4'de görüldüğü gibi, öğretmen adaylarının stres puan ortalamaları, *bölümü tercih şekli* değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(1584)} = -4.129$; $p < .05$). Bu farklılaşma, öğretmen adaylarından, öğrenim gördüğü bölümü istemeyerek tercih edenlerin stres puan ortalamalarının ($\bar{X} = 31.3$; $S = 9.6$), isteyerek tercih edenlerin stres puan ortalamalarından ($\bar{X} = 29.1$; $S = 9.3$) daha yüksek olduğunu göstermektedir. Buna göre, okuduğu bölümü istemeyerek tercih eden öğretmen adayları, okuduğu bölümü isteyerek tercih edenlerden daha yoğun stres yaşadıkları denilebilir. Bu bulgu, Gündoğar, Sallan, Gül, Ersin, Serpil ve Diljin, (2007 Akt.Şar ve ark., 2012) ve Kızılcıoğlu (2003) tarafından yürütülen ve "okuduğu bölüme açıkta kalmamak için girdiğini düşünen öğretmen adaylarının yaşam doyumlarının düşük, depresyon düzeylerinin yüksek olduğunu" belirten araştırma bulgusuyla paralellik göstermektedir.

Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının %28.4'ünün öğrenim gördüğü bölümü istemeyerek tercih etmesi, Türkiye'de yükseköğretime geçiş sistemi ile öğretmen yetiştirme ve atama sistemi sorunuyla ilgilidir (ÖEİMG Raporu, 2013; Yılmaz ve Altinkurt, 2011). Ayrıca öğretmen adaylarının öğrenim gördüğü bölümü istemeyerek tercih etmesi sorunu, genel olarak, öğrencilerin karar verme eksikliği, aile ve çevre baskısı, ÖSYM'den alınan puan ve mezun olunan lise türü gibi birçok nedenle de ilişkilendirilebilir. İlgili araştırmalar

(Bastick, 2000, Boz ve Boz, 2008, Doğan ve Şahin, 2010 Akt. Çermik ve ark., 2010; Hacıömeroğlu ve Taşkın, 2013; Özbek, 2007) öğretmenlik mesleğini tercihte; “iş garantisi, uzun tatil, sosyal güvence, atanma koşulları” gibi dışsal faktörler; “mesleği ve çocukları sevmek” gibi içsel faktörler ile “faydalı olma ve ülkeye hizmet etme” gibi özveriye dayalı gerekçelerin rol oynadığını göstermektedir. Oral’ın (2004) araştırmasında ise, öğrencilerin %52.4’ünün öğretmenlik “mesleğini sevdiği için”, %17.8’inin “boşta kalmamak için”, %18.6’sının “puanı tuttuğu için” ve %11.2’sinin ise “diğer” bir nedenden dolayı öğretmenlik mesleğini tercih ettikleri belirlenmiştir. Öğretmen adaylarının, öğretmenlik mesleğini, bilerek, severek ve isteyerek tercih etmesi için lise düzeyinde daha fazla tanıtım ve rehberlik yapılması, sorunun çözümüne katkı sağlayabilir. Bu konuda liselerdeki rehberlik servislerine önemli görevler düşmektedir.

3.2.3 Öğretim Elemanlarının Tavrı Değişkenine Göre Öğretmen Adaylarının Stres Düzeyleri

Tablo 5. Öğretim elemanlarının tavrına göre öğretmen adaylarının stres düzeylerine ait analiz sonuçları

Öğretim elemanlarının dersteki tavrı sizde strese yol açıyor mu?							
Evet (1)		Kısmen (2)		Hayır (3)		F*	Fark
(n= 668; %=42.1)		(n= 653; %=41.2)		(n= 264; %=16.7)		(sd= 3-1585)	1-3, 1-2, 2-3
\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss	29.879	
31.6	9.5	28.9	8.8	26.7	9.5		

*p<.05

Tablo 5 incelendiğinde, sınıfta öğretim elemanlarının tavrının, öğretmen adaylarının %42,1’de (n=668) ‘doğrudan’ ve %41,2’sinde (n=653) ise ‘kısmen’ strese yol açtığı anlaşılmaktadır. Aynı tablodan, öğretmen adaylarının stres puan ortalamaları arasında, öğretim elemanlarının tavırlarına göre anlamlı bir farklılık bulunduğu ($F_{(3-1585)}=29.879$; $p<.05$) anlaşılmaktadır. Bu bulgu, öğretim elemanlarının tavrının, öğretmen adaylarının stres düzeylerinde önemli bir değişken olduğu şeklinde yorumlanabilir. Nitekim ilgili araştırmalar (Jones ve Jones, 1990 Akt. Gözütok, 2000; Bettencourt ve Akt.1983, Küçükahmet, 1987 Akt. Açıköz, 2003; Şen ve Erişen, 2002) da bu bulguyu destekler niteliktedir. Bunun olası nedenleri olarak şunlar sıralanabilir: Öğretim elemanı ile öğretmen adayı iletişimdeki sorunlar, öğretim elemanının kullandığı öğretim yöntemleri ve sınıf yönetim şekli ve öğretim elemanlarının epistemolojik ve pedagojik inanç ve anlayışları. Bunlara, öğretimin doğası gereği daima stresli bir etkinlik olması (Dunham, 1981, Kyriacou ve Sutcliffe, 1978, Fletcher ve Payne 1982 Akt: Arabacı, 2006) da eklenebilir. Nitekim ilgili literatürde, bozuk iletişim ve öğretim yöntemlerinin, strese kaynaklık edebileceği (Şimşek ve ark., 2003 Akt. Durna, 2006; Luthans, 1992, Akt. Torun, 1996) ve etkili eğitimin, öğrenci ve öğretmen

arasındaki iletişim ve uyuma bağlı olduğu (Oktar ve Bulduk, 2005; Taşpınar, 2011) belirtilmektedir.

Bu noktada öğretim elemanının sınıfta rahat bir psikolojik ortam oluşturması gerekir ki bu durum, eğitimin başlıca amacı olan etkili bir öğrenme için de önemlidir (Şişman,1999). Bununla ilgili araştırmalar (Kumral, 2009; Özdemir ve Üzel, 2010), öğretmen adaylarının, öğretim elemanlarından akademik yeterlikler yanında, iletişim, paylaşma, değer verme, eşitlik ve saygı gösterme gibi davranışları belediklerini göstermektedir.

3.2.4 Gelir Durumu Değişkenine Göre Öğretmen Adaylarının Stres Düzeyleri

Tablo 6. Gelir durumu değişkenine göre öğretmen adaylarının stres düzeylerine ait analiz sonuçları

Gelir-Gider Durumları						F	Fark
Gelir<Gider (1)		Gelir=Gider (2)		Gelir>Gider (3)			
(n= 435; %=27.4)		(n= 692; %=60.7)		(n= 188; %=11.9)		(sd= 3- 1585)	1-2, 1-3
\bar{X}	S	\bar{X}	S	\bar{X}	S	5.625*	
31.2	9.6	29.2	9.1	29.1	9.7		

*p<.05

Tablo 6’da görüldüğü gibi, öğretmen adaylarının stres puan ortalamaları arasında, gelir-gider durumları değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ($F_{(3-1585)} = 5.625$; $p < .05$). Bu bulgu, geliri giderinden az olan öğretmen adaylarının ($\bar{X} = 31.2$; $S = 9.6$) stres düzeyinin, geliri giderine denk olan ($\bar{X} = 29.2$; $S = 9.1$) ve geliri giderinden fazla olan ($\bar{X} = 29.1$; $S = 9.7$) öğretmen adaylarından daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, ekonomik durumun öğretmen adayları için bir stres kaynağı olduğu biçiminde yorumlanabilir. Literatürde bu bulguyu destekleyen araştırmalar (Temel ve ark., 2007; Camilla, 1991 Akt: Avşaroğlu, 2007; Otacıoğlu, 2008; Dost, 2007; Gündoğar ve ark., 2007; Sarıtaş, 2009) olduğu gibi, bu bulguyu desteklemeyen araştırmalar da vardır (Ören ve Türkoğlu, 2006; Pehlivan, 2008; Yöndem ve Bıçak, 2008). Üniversitelerin, öğretmen adaylarının yeme-içme, ulaşım ve barınma gibi ekonomik boyutlu sıkıntılarına çözüm üretmeleri, sorunun azaltılmasında yarar sağlayabilir.

4. Sonuçlar ve Öneriler

Öğretmen adaylarının stres düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre analiz edilmesini amaçlayan bu araştırmada ulaşılan sonuçlar aşağıda yer almaktadır:

Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının stres düzeyinin “genellikle stresli” seviyesinde olduğu belirlenmiştir. Bu durum, bizatihi stresli olan

öğretme-öğrenme süreci ile öğretmen adaylarının gelişim dönemi problemleri ve üniversite yaşamı sorunlarıyla ilişkili olabilir. Ancak, öğretmen adaylarının maruz kaldığı bu genellikle stresli olma durumu, öğretmen adaylarının gerek öğrenim sürecindeki akademik başarıları ve gerekse ileride öğretmenlik mesleğini etkili ve verimli bir şekilde icra edebilmeleri açısından bir risk olarak değerlendirilebilir. Çünkü yönetilemeyen, aşırı stresin, öğretmen adaylarının zihinsel kapasitesini ve kişilik yapısını olumsuz etkileme riski yüksektir. Bu riskin azaltılmasında, öğretmen adaylarına stresle baş etme bilgi ve becerisi kazandırılması önemlidir. Bununla ilgili olarak, üniversitelerde uzman psikologların görev yapacağı rehberlik servisleri kurulması yanında, fakülte programlarına stresle ilgili derslerin veya ilişkili derslere bu konuların eklenmesi ve stresle baş etme yollarına ilişkin seminerler düzenlenmesi de yarar sağlayabilir.

Araştırmada, öğretmen adaylarının stres düzeylerinin, cinsiyet, aile, sigara ve alkol kullanma durumları, öğretim ve barınma durumu değişkenlerine göre farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Öğretmen adaylarının, stres puan ortalamalarının, *atanma kaygısı* değişkenine göre anlamlı olarak farklılık göstermekte olduğu ve atanma kaygısı taşıyanların stres düzeyinin, bu kaygıyı kısmen duyanlar ve duymayanlara göre daha fazla olduğu, araştırmada ulaşılan diğer bir sonuçtur. Bununla ilgili olarak, eğitim fakültelerinin öğrenci kontenjanlarının öğretmen yetiştirme ve istihdamında arz-talep dengesi dikkate alınarak belirlenmesi, sorunun orta ve uzun vadede çözümü için yarar sağlayabilir. Ayrıca öğretmen atama sorununun çözümünde, eğitim fakültelerinin yegâne işi olan ‘öğretmen yetiştirme’ amacının, farklı istihdam alanlarını da kapsayacak şekilde çeşitlendirilmesi de tartışılabilir.

Araştırmada dikkat çeken diğer bir sonuç ta, öğrenim gördüğü bölümü istemeyerek tercih eden öğretmen adaylarının stres düzeyinin, öğrenim gördüğü bölümü isteyerek tercih eden öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğudur. Bu sorun, lise düzeyinde öğrencilere meslek seçimi ve yükseköğretim geçişte daha iyi rehberlik hizmetlerinin verilmesiyle azaltılabilir. Araştırmada, bunlardan başka, öğretim elemanlarının dersteki tavırları ile ekonomik durum değişkenlerinin de öğretmen adaylarının stres düzeyini yükselttiği anlaşılmıştır. Bunlardan öğretim elemanlarının tavrı konusunda yaşanan sorunun aşılmasında, eğitim fakültelerinde görev yapan öğretim elemanlarının iletişim becerisi, öğretim yöntemleri ve sınıf yönetimi gibi yönlerden profesyonel şekilde desteklenmesi yarar sağlayabilir.

Öğretmen adaylarını strese maruz bırakan ekonomik durumla ilgili olarak da, üniversitelerin, sözü geçen öğrencilerin beslenme, barınma ve ulaşım gibi ekonomik boyutu ağırlıkta olan sıkıntılarının çözümüne yönelik önemler alması, sorunun çözümüne katkı sağlayabilir.

Kaynaklar

- Açıkgöz, Ü. K. (2003). *Etkili Öğrenme ve Öğretme*, İzmir: Eğitim Dünyası Yayınları.
- Akın, A. ve Çetin, B. (2007). Depresyon, Anksiyete, Stres Ölçeği (DASÖ) Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *Educational Sciences: Theory & Practice*, 7(1), 241-268.
- Arabacı, R. (2006). Okulda stres ve başa çıkma teknikleri. [Online]: Retrieved on 02-February-2013, at URL: <http://www.kisiselbasari.com/Yazi.asp?ID=386>.
- Avşaroğlu, S. (2007). “Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar Verme ve Stresle Başa Çıkma Stillerinin Benlik Saygısı ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi.” Yayınlanmamış doktora tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Avşaroğlu, S. ve Üre, Ö. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar Verme ve Stresle Başa Çıkma Stillerinin Benlik Saygısı ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18, 85-100.
- Aydın, A. (1998). Eğitim fakültelerinin yeniden yapılandırılması ve öğretmen yetiştirme sorunu. [Online]: Retrieved on 04-March-2013, at URL: <http://www.pegem.net/dosyalar/dokuman>.
- Baloğlu, M. ve Bardakçı, S. (2010). Güncellenmiş Öğrenci Yaşamı Stres Envanteri'nin Türkçeye Uyarlanması, Dil Geçerliği ve Ön Psikometrik İncelenmesi, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (33), 57-70.
- Bozkurt, N.(2004). *İlköğretim Öğretmenlerinde, Stres Yaratan Yaşam Olayları ve Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Çeşitli Değişkenlerle İlişkisi*. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, 6-9 Temmuz 2004 İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Malatya.
- Caine, R.N and Caine, G. (2002). *Beyin Temelli Öğrenme* (Çev: Gülten Ülgen), Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Çermik, H., Doğan, B. ve Şahin, A. (2010). Sınıf Öğretmenliği Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleğini Tercih Sebepleri, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28 (2), 201-212.
- Deveci, S. E., Çalmaz, A. ve Açıık, Y. (2012). Doğu Anadolu'da Yeni Açılan Bir Üniversitenin Öğrencilerinde Kaygı Düzeylerinin Sağlık, Sosyal ve Demografik Faktörler İle İlişkisi, *Dicle Tıp dergisi*, 39 (2),189-196.
- Dost, T. M. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (22), 132-142.
- Durmuş, L. ve Aşçıoğlu, M. (2005). The Effect of Social Isolation Stress on Learning in Male Juvenile Rats, *Journal of Health Sciences*, 14(1) 52-56.
- Durna, U. (2006). Üniversite Öğrencilerinin Stres Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 20 (1), 319-343.
- Göçet, E. (2006). “Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zeka Düzeyleri İle Stresle Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki.” Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Gözütok, F. D. (2000). *Öğretmenliği Geliştiriyorum*, Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Gündoğar, D., Gül, S. S., Uskun, E., Demirci, S. ve Keçeci, D. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordayan Etkenlerin İncelenmesi, *Klinik Psikiyatri*, 10,14-27
- Gündüz, B.,Çapri, B.ve Gökçakan, Z. (2012). Examining of the Burnout Level of University Students, *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19, 38-55.
- Hacıömeroğlu, G. ve Taşkın, Ş. Ç. (2013). Öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğini tercih sebepleri. [Online]: Retrieved on 17-February-2013, at URL: <http://www.eab.org.tr>.
- <http://www.ogretmenatama.com>. (Erişim: 26.06.2012).
- Kara, D. (2009).The Factors Causing Stress in Education Life and The Study of Students' Attitudes in Coping With Stress According to Their Families' Features, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22, 255-263.
- Kızılçaoğlu, A. (2003). Necatibey Eğitim Fakültesi Sosyal Bilimler Öğretmeni Adaylarının Profili. *Bahkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Dergisi*, 10, 88-105.

- Koç, H. E. (2006). "Üniversite Öğrencilerinin Utangaçlık Düzeylerine Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi." Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, On Dokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Kumral, O. (2009). Öğretmen Adaylarının Öğretim Elemanlarının Davranışlarına Yönelik Algıları, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (1) 25, 92-102.
- Nalçacıoğlu, İ. (2010). Öğrenmede Beyinsel İncelikler. *İlkadım dergisi*, Sayı 268. [Online]: Retrieved on 01 January -2013, at URL:<http://www.ilkadimdergisi.net/taxonomy/term/56>.
- Naylor, C. (2001). Teacher workload and stress: an international perspective on human costs and systemic failure. bctf research reports section III. [Online]: Retrieved on 24-July-2006, at URL: <http://www.bctf.ca/ResearchReports>.
- Oktar, İ. ve Bulduk, S. (2005). Ortaöğretim kurumlarında çalışan öğretmenlerin davranışlarının değerlendirilmesi. [Online]: Retrieved on 25-February-2013, at URL: <http://yayim.meb.gov.tr/dergiler/medergi/19.htm>.
- Oral, B. (2004). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Öğretmenlik Mesleğine İlişkin Tutumları, *Eğitim Araştırmaları*, 15 (4), 88-98.
- Otacıoğlu, S. G. (2008). Müzik Öğretmenlerinde Tükenmişlik Sendromu ve Etkileyen Faktörler. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9 (15),103-116.
- ÖEİMG Raporu, (2013). Öğretmen eğitimi, istihdamı ve mesleki gelişimi, ön komisyon raporu. [Online]: Retrieved on 23-February-2013, at URL: ankara.meb.gov.tr/teftis/images/stories/.../ura_18_n_rapor_ttkb.doc.
- Ören, N. ve Türkoğlu, H. (2006). Öğretmen Adaylarında Tükenmişlik. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16.
- Özbek, R. (2007). Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleğini Tercih Etmelerinde Kisisel, Ekonomik Ve Sosyal Faktörlerin Etkililik Derecesine İlişkin Algıları, *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(1), 145-159.
- Özdemir, E. ve Üzel, D. (2010). İlköğretim Matematik Öğretmen Adaylarının Öğretim Elemanı Özelliklerine Yönelik Görüşlerinin İncelenmesi, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10 (20), 122 – 152.
- Pehlivan, B. K.(2008). Sınıf Öğretmeni Adaylarının Sosyo-kültürel Özellikleri ve Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumları Üzerine Bir Çalışma, *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4 (2),151-168.
- Sarıtaş, M. (2009). *Öğretmen Adaylarının Stres Kaynakları ve Stres Yönetiminde Başvurdukları Yöntemler*. XVIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, 1-3 Ekim Ege Üniversitesi, İzmir.
- Satisfaction of teacher candidates waiting for Assignment, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12 (23): 257 – 271.
- Selek, F. (2012). Atanamayan öğretmene psikolojik destek verilsin. [Online]: Retrieved on 13-January-2013, at URL: <http://www.turkiyegazetesi.com/makaledetay.aspx?ID=545094>.
- Şar, A.H., Işıklar, A. ve Aydoğan, İ. (2012). Atama Bekleyen Öğretmen Adaylarının Yaşam Doyumunu Yordayıcı Değişkenlerin İncelenmesi, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12 (23), 257 – 271.
- Şen, H. Ş. ve Erişen, Y. (2002). Öğretmen Yetiştiren Kurumlarda Öğretim Elemanlarının Etkili Öğretmenlik Özellikleri, *G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22 (1), 99-116.
- Şişman, M. (1999). *Öğretmenliğe Giriş*, Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Tarhan, N. (2012). Stres zekânın ve öğrenmenin düşmanı. [Online]: Retrieved on 27-January-2013, at URL:<http://www.haberler.com>.
- Taşpınar, M. (2011). *Öğretmen Adaylarının, Öğretim Elemanı İletişim Becerilerine Yönelik Görüşlerinin İncelenmesi (Gazi Üniversitesi Örneği)*. 20.Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayında sunulmuş bildiri, Mehmet Akif Üniversitesi, Burdur.
- Temel, E., Bahar, A. ve Çuhadar, D. (2007). Öğrenci Hemşirelerin Stresle Başetme Tarzları ve Depresyon Düzeylerinin Belirlenmesi, *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 2 (5),107-118.
- Torun, A. (1996). *Stres ve Tükenmişlik İçinde Endüstri ve Örgüt Psikolojisi*(Ed.Tevruz, S. P.) İstanbul: Türk Psikologlar Derneği ve Kalder Yayınları.

- Tutar, H. (2007). Katı Olan Her İş Sanallaşıyor veya İşgörenin Artan Yalnızlığı Üzerine: Kuramsal Bir Yaklaşım, *İş, Güç; Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, 9 (2),117-141.
- Yılmaz, K. ve Altınkurt, Y. (2011). Öğretmen Adaylarının Türk Eğitim Sisteminin Sorunlarına İlişkin Görüşleri, *Uluslar arası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8 (1).
- Yöndem, Z. D. ve Bıçak, B. (2008). Öğretmen Adaylarının Öfke Düzeyi ve Öfke Tarzları. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5 (2),1-15.