

T.C.
AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI
2022-YL-019

SÖZLEŞMELİ ÖĞRETMENLERİN STRES DÜZEYLERİ İLE
ÖZGÜVENLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

HAZIRLAYAN
Muhammed Burak ASLANTAŞ

DANIŞMAN
Prof. Dr. Ali Rıza ERDEM

AYDIN-2022

T.C.
AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE
AYDIN

Bu tezde sunulan tüm bilgi ve sonuçların, bilimsel yöntemlerle yürütülen gerçek deney ve gözlemler çerçevesinde tarafımdan elde edildiğini, çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce, sonuç ve bilgilere bilimsel etik kuralların gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf yaptığımı ve kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

24/01/2022

Muhammed Burak ASLANTAŞ

ÖZET

SÖZLEŞMELİ ÖĞRETMENLERİN STRES DÜZEYLERİ İLE ÖZGÜVENLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Muhammed Burak ASLANTAŞ

Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Ali Rıza ERDEM

2022 XIV +54 sayfa

Sözleşmeli öğretmenlik, görev yapan öğretmenler arasında hem farklı bir statü hem de farklı iş ve yaşam koşulları oluşturmaktadır. Bu statü ve koşullar, Türk Eğitim Sistemi'nin doğrudan uygulayıcısı olan sözleşmeli öğretmenlerin çeşitli sorunları yaşamasına neden olabilmektedir. Giderek artmakta olan sözleşmeli öğretmenlerin stresi ile özgüveni arasındaki ilişkinin araştırılmadığı alanyazında görülmektedir. Bu çalışmada sözleşmeli öğretmenlerin stres düzeyleri ile özgüvenleri arasındaki ilişki araştırılmıştır.

Araştırmada ilişkisel tarama modeli uygulanmıştır. Kilis ili Merkez ilçesindeki anaokulu, ilkokul, ortaokul ve liselerde görev yapan sözleşmeli öğretmenlerden oranlı küme örnekleme yöntemiyle 273 sözleşmeli öğretmen örnekleme dahil edilmiştir. Veri toplama araçları olarak "kişisel bilgi formu"yla birlikte Kıral'ın (2008) geliştirdiği "*Stres Belirtileri Ölçeği*" ve Akın'ın (2007) geliştirdiği "*Özgüven Ölçeği*" kullanılmıştır. "*Stres Belirtileri Ölçeği*"nin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı değerleri fizyolojik belirtiler için 0,82, psikolojik belirtiler için 0,87, genel toplamda ise 0,88 olarak bulunmuştur. "*Özgüven Ölçeği*"nin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı değerleri iç özgüven için 0,90, dış özgüven için 0,76, ölçeğin tamamı için 0,92 olarak bulunmuştur. Verilerin analizinde SPSS 17.0 yazılım paketi kullanılmıştır. Verilerin analizinde parametrik veya nonparametrik testlerden hangisinin uygulanacağına karar vermede dağılımının normalliğini belirleyen Kolmogorov Smirnov testi değerlerine bakılmıştır. "*Stres Belirtileri Ölçeği*"yle elde edilen verilerin analizinde frekans analizleri, tanımlayıcı analizler normal dağılım göstermediği için non-parametrik testlerden Mann Whitney U Testi, Kruskal-Wallis Testi kullanılmıştır. "*Özgüven Ölçeği*"yle elde edilen verilerin analizinde frekans analizleri, tanımlayıcı analizler normal dağılım gösterdiği için t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Örneklemeindeki herhangi bir grubun sayısınının 30'un altına düştüğü durumlarda non-parametrik testlerden Mann Whitney U Testi, Kruskal-Wallis Testi kullanılmıştır. Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre sözleşmeli öğretmenlerin stres düzeyleri ile özgüvenleri

arasındaki ilişkinin analizinde “Stres Belirtileri Ölçeği”nin verileri normal dağılım göstermediği, “Özgüven Ölçeği”nin verileri normal dağılım gösterdiği için Spearman korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

Araştırmanın bulgularına göre sözleşmeli öğretmenler ölçeğin tamamında “düşük” düzeyde stresli olduğunu belirtmiştir. Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşleri arasında cinsiyete, yaşa, medeni duruma ve branşa göre istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Mesleki kıdeme göre ölçeğin tamamında ve fizyolojik belirtiler boyutunda istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamakta; psikolojik belirtiler boyutunda istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Sözleşmeli öğretmenlerden 2 yıllık mesleki kıdemde olanların 3 yıllık mesleki kıdemde olanlara göre “*psikolojik belirtiler*” boyutunda stresi daha yüksektir. Sözleşmeli öğretmenler ölçeğin tamamında “yüksek” düzeyde özgüvenli olduğunu belirtmiştir. Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşleri arasında cinsiyete, yaşa, medeni duruma ve mesleki kıdeme istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Branşa göre istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Sözleşmeli öğretmenlerden özgüveni en yüksek olan grup ortaokul branş öğretmenleri, en az olan grup ise lise branş öğretmenleridir. Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stres ile özgüven arasında “*orta düzeyde*” ve “*negatif*” bir ilişki bulunmaktadır. Diğer bir deyişle sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stres arttıkça özgüven azalmaktadır; stres azaldıkça özgüven artmaktadır.

ANAHTAR KELİMELER: Eğitim, Görüş, Özgüven, Sözleşmeli öğretmen, Stres.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN CONTRACTUAL TEACHERS' STRESS LEVELS AND SELF-CONFIDENCE

Muhammed Burak ASLANTAŞ

Master's Thesis, Department of Educational Sciences

Thesis Advisor: Instructor, Prof. Dr. Ali Rıza ERDEM

2022; XIV +54 pages

Contractual teaching positions creates both a different status and different working and living conditions among teachers. This status and conditions could cause contractual teachers, who are direct implementers of the Turkish Education System, to experience various problems. It is seen in the literature that the relationship between the stress and self-confidence of contractual teachers, which is increasing gradually, has not been investigated. In this study, the relationship between the stress levels of contractual teachers and their self-confidence was investigated.

In the research, correlational survey method was used. With proportional cluster sampling method, 273 contractual teachers were included in the sample from the contractual teachers working in kindergarten, primary school, secondary school and high school in Kilis Province Central District. Along with the "*Personal Information Form*", the "*Stress Symptoms Scale*" developed by Kırıl (2008) and the "*Self-Confidence Scale*" developed by Akin (2007) were used as data collection tools. The Cronbach Alpha reliability coefficient values of the "Stress Symptoms Scale" were found to be 0.82 for physiological symptoms, 0.87 for psychological symptoms, and 0.88 for the general total. The Cronbach Alpha reliability coefficient values of the "Self-Confidence Scale" were found to be 0.90 for internal self-confidence, 0.76 for external self-confidence, and 0.92 for the entire scale. SPSS 17.0 software package was used in the analysis of the data. In deciding which of the parametric or nonparametric tests to be applied, Kolmogorov Smirnov test values, which determine the normality of the distribution, were taken into account. In the analysis of the data obtained with the "Stress Symptoms Scale", the Mann Whitney U Test and Kruskal-Wallis Test, which are non-parametric tests, were used because frequency analyzes and descriptive analyzes did not show normal distribution. In the analysis of the data obtained with the "Self-Confidence Scale", due to frequency analyzes and descriptive analyzes showed normal distribution, t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were used. In cases where the number of any

group in the sample fell below 30, the non-parametric Mann Whitney U Test and Kruskal-Wallis Test were used. In the analysis of the relationship between stress levels and self-confidence according to the opinions of contracted teachers, Spearman correlation coefficient was used because the data of the "Stress Symptoms Scale" did not show normal distribution and the data of the "Self-confidence Scale" showed normal distribution.

According to the findings of the study, contractual teachers stated that they were stressed at "low" levels in the entire scale. There is no statistically significant difference between the views of contractual teachers about their stress according to gender, age, marital status and branch. According to professional seniority, there is no statistically significant difference in the entire scale and physiological symptoms dimension; there is a statistically significant difference in the dimension of psychological symptoms. Among the contractual teachers, those with 2 years of professional seniority have a higher level of stress in the dimension of "psychological symptoms" than those with 3 years of professional seniority. Contractual teachers stated that they had a "high" level of self-confidence in the entire scale. There is no statistically significant difference between the views of contractual teachers on self-confidence according to gender, age, marital status, professional seniority. There is a statistically significant difference according to the branch. Among the contractual teachers, the group with the highest self-confidence is secondary school branch teachers and the lowest group is high school branch teachers. According to the opinions of contractual teachers, there is a "moderate" and "negative" relationship between stress and self-confidence. In other words, according to the opinions of contractual teachers, as stress increases, self-confidence decreases; as stress decreases, self-confidence increases.

KEY WORDS: Contractual teacher, Education, Opinion, Self-confidence, Stress.

ÖNSÖZ

Bu araştırmada bana değerli zamanını ayırarak ilgisini ve yardımlarını esirgemeyen, bilgi ve tecrübelerinden yararlandığım çok değerli danışman hocam Sn. Prof. Dr. Ali Rıza ERDEM'e ve eğitim hayatım boyunca bana kattıkları için tüm hocalarıma sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Muhammed Burak ASLANTAŞ



İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY SAYFASI.....	iii
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİM SAYFASI.....	iv
ÖZET	v
ABSTRACT	vii
ÖNSÖZ.....	ix
TABLolar DİZİNİ.....	xiii
GİRİŞ.....	1
1. BÖLÜM	2
1. KAYNAK ÖZETLERİ.....	2
1.1. Problem Durumu.....	2
1.2. Problem Cümlesi ve Alt Problemler.....	3
1.3. Araştırmanın Önemi	3
1.4. Araştırmanın Varsayımları	4
1.5. Sınırlılıklar	4
1.6. Tanımlar.....	4
2. BÖLÜM	5
2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	5
2.1. Sözleşmeli Öğretmenlik.....	5
2.2. Stres	7
2.2.1. Stres Kaynakları.....	9
2.2.2. Stres Belirtileri.....	9
2.2.2.1. Fizyolojik Belirtiler	9
2.2.2.2. Psikolojik Belirtiler	10
2.2.3. Öğretmende Stres.....	10
2.2.4. Stresle İlgili Araştırmalar	12

2.3. Özgüven.....	14
2.3.1. İç ve Dış Özgüven	14
2.3.2. Öğretmende Özgüven	15
2.3.3. Özgüvenle İlgili Araştırmalar	16
3. BÖLÜM.....	18
3. YÖNTEM.....	18
3.1. Araştırma Modeli.....	18
3.2. Evren ve Örneklem	18
3.3. Veri Toplama Araçları ve Güvenirliği.....	19
3.4. Verilerin Toplanması	20
3.5. Verilerin Analizi	20
3.6. Bulguların Yorumlanması.....	21
4. BÖLÜM.....	23
4. BULGULAR VE TARTIŞMA.....	23
4.1. Birinci Alt Probleme İlişkin Bulgular ve Tartışma.....	23
4.2. İkinci Alt Probleme İlişkin Bulgular ve Tartışma	25
4.2.1. Cinsiyet.....	25
4.2.2. Yaş	26
4.2.3. Medeni Durum.....	26
4.2.4. Mesleki Kıdem.....	27
4.2.5. Branş	28
4.3. Üçüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular ve Tartışma	29
4.4. Dördüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular ve Tartışma.....	31
4.4.1. Cinsiyet.....	32
4.4.2. Yaş	32
4.4.3. Medeni Durum.....	33

4.4.4. Mesleki Kıdem.....	34
4.4.5. Branş.....	34
4.5. Beşinci Alt Probleme İlişkin Bulgular ve Tartışma.....	35
5. SONUÇ VE ÖNERİLER	37
5.1. Sonuç	37
5.2. Öneriler	39
5.2.1. Okul Yöneticilerine Yönelik Öneriler	40
5.2.2. Araştırmacılara Yönelik Öneriler	40
6. KAYNAKLAR.....	41
7. EKLER	49
Ek 1. Etik Kurul İzin Formu.....	49
Ek 2. Veri Toplamak İçin Valilik Oluru.....	50
Ek 3. Stres Belirtileri Ölçeği	51
Ek 4. Özgüven Ölçeği.....	52
Ek 5. Kişisel Bilgi Formu.....	53
ÖZGEÇMİŞ	54

TABLolar DİZİNİ

Tablo 3.1. Örnekleme Alınan Sözleşmeli Öğretmenlerin Demografik Özellikleri.....	19
Tablo 4.1. Sözleşmeli Öğretmenlerin Stres Ölçeğindeki Fizyolojik Belirtiler Boyutuna İlişkin Görüşleri.....	23
Tablo 4.2. Sözleşmeli Öğretmenlerin Stres Ölçeğindeki Psikolojik Belirtiler Boyutuna İlişkin Görüşleri.....	24
Tablo 4.3. Sözleşmeli Öğretmenlerin Strese İlişkin Görüşlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması (Mann Whitney U Testi).....	25
Tablo 4.4. Sözleşmeli Öğretmenlerin Strese İlişkin Görüşlerinin Yaşa Göre Karşılaştırılması (Kruskal-Wallis Testi).....	26
Tablo 4.5. Sözleşmeli Öğretmenlerin Strese İlişkin Görüşlerinin Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması (Kruskal-Wallis Testi).....	26
Tablo 4.6. Sözleşmeli Öğretmenlerin Strese İlişkin Görüşlerinin Mesleki Kıdeme Göre Karşılaştırılması (Kruskal-Wallis Testi).....	27
Tablo 4.7. Sözleşmeli Öğretmenlerin Stresin “Psikolojik Belirtiler” Boyutuna İlişkin Görüşleri Arasında “Mesleki Kıdem” Farklılığı Gösteren Mann Whitney U Testi Sonuçları.....	28
Tablo 4.8. Sözleşmeli Öğretmenlerin Strese İlişkin Görüşlerinin Branşa Göre Karşılaştırılması (Kruskal-Wallis Testi).....	29
Tablo 4.9. Sözleşmeli Öğretmenlerin Özgüven Ölçeğindeki İç Özgüven Boyutuna İlişkin Görüşleri.....	30
Tablo 4.10. Sözleşmeli Öğretmenlerin Özgüven Ölçeğindeki Dış Özgüven Boyutuna İlişkin Görüşleri.....	31
Tablo 4.11. Sözleşmeli Öğretmenlerin Özgüvene İlişkin Görüşlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması (T Testi).....	32
Tablo 4.12. Sözleşmeli Öğretmenlerin Özgüvene İlişkin Görüşlerinin Yaşa Göre Karşılaştırılması (Kruskal-Wallis Testi).....	33
Tablo 4.13. Sözleşmeli Öğretmenlerin Özgüvene İlişkin Görüşlerinin Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması (Kruskal-Wallis Testi).....	33

Tablo 4.14. Sözleşmeli Öğretmenlerin Özgüvene İlişkin Görüşlerinin Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması (Anova)	34
Tablo 4.15. Sözleşmeli Öğretmenlerin Özgüvene İlişkin Görüşlerinin Branşa Göre Karşılaştırılması (Anova)	35
Tablo 4.16. Sözleşmeli Öğretmenlerin Görüşlerine Göre Stres İle Özgüven Arasındaki İlişki (Spearman's Rho)	36
Tablo 4.17. Sözleşmeli Öğretmenlerin Görüşlerine Göre Stresin Alt Boyutları İle Özgüvenin Alt Boyutları Arasında İlişki (Spearman's Rho)	36



GİRİŞ

Bu bölümde problem durumu, araştırmanın amacı, önemi ve varsayımlar, sınırlılıklar ve tanımlar yer almaktadır.



1. BÖLÜM

1. KAYNAK ÖZETLERİ

1.1. Problem Durumu

Hızla değişen bilim ve teknoloji, toplumun ve bireyin gereksinimlerini de değiştirmektedir. İnsanoğlunun bilgi birikiminin çok fazla artması, birçok alanda gelişimi daha karmaşık hale getirmiştir. Bu sebeple eğitimin önemi de artmıştır (Sayan, 2015). Toplumun kalıcı bir şekilde gelişebilmesi ve kalkınabilmesi için her boyutu ile başarılı bir eğitim sistemine ihtiyaç vardır. Öğretmen ise eğitim sisteminin en önemli boyutlarından birisidir. Türk Dil Kurumuna (2022) göre “meslek olarak bilgi öğreten kişi” şeklinde tanımlanan öğretmenliğin, günümüzde daha kapsamlı ve genişletilmiş tanımları yapılmaktadır. Öğretmeni kişinin potansiyelini ortaya çıkaran, öğrenerek öğrenme ortamı oluşturan, toplumun bilimsel birikiminin devamlılığını sağlayan kişi olarak tanımlamak mümkündür (Özpolat, 2002; Sayan, 2015). Toplumla iç içe olan ve birbirinden etkilenen öğretmenlik mesleği; uzun vadeli hedefler ile toplumu iyileştirmeyi amaçlamaktadır. Bu sebeple de birçok ülke, öğretmenlerinin niteliklerini ve durumlarını iyileştirmeye çalışmaktadır (Karakoç, Turan Özpolat ve Kara, 2018).

Günlük yaşamda stres kaçınılmaz olabiliyorken öğretmenlik mesleğinde de aşırı stres sık sık ortaya çıkabilmektedir. Kısıtlı zaman ve kaynakla eğitim-öğretim ortamı oluşturmaya çalışmak, okulda stres oluşumuna neden olmaktadır. Özellikle göreve yeni başlayan öğretmenler için hemen her şey yeni bir yaşam koşulu sayılacaktır (Kyriacou, 2000). Ayrıca öğretmenlerin aşırı stresli olması hem kendilerine hem de okullarına, dolayısıyla öğrencilerin eğitim ve öğretim sürecine zarar verebilmektedir. Bir ülkenin kalkınabilmesi için en önemli kaynak o ülkenin öğrencileridir. Bu bakımdan öğrencilerin verimli bir eğitimden geçmeleri ve potansiyellerine ulaşabilmeleri için okulda aşırı stresten kaçınılmalıdır (Akbudak, 2010:2).

Günümüzde öğretmenlerin verimli bir eğitim ortamı yaratabilmesi için yalnızca mesleki bilgi ve birikime sahip olması yetersiz kalmaktadır. Öğrenciyi etkileyebilme ve öğrencide davranış değişikliğini sağlayabilmesi için öğretmenin kendine güvenmesi de gerekmektedir (Çolak, 2019). Yetenekleriyle ilgili özgüven duygusu yüksek olan öğretmenler, kendilerini geliştirmeye açıktırlar. Öğrencilerine daha verimli bir öğrenme ortamı sağlamak için çaba harcarlar (Seferoğlu, 2004). Dolayısıyla öğretmenin özgüven düzeyi, etkili bir eğitim ortamı için oldukça gerekli bir unsurdur. Sözleşmeli öğretmenlik,

görev yapan öğretmenler arasında hem farklı bir statü hem de farklı iş ve yaşam koşulları oluşturmaktadır. Bu statü ve koşullar, Türk Eğitim Sistemi'nin doğrudan uygulayıcısı olan sözleşmeli öğretmenlerin çeşitli sorunları yaşamasına neden olabilmektedir. Özellikle stres ve özgüven konularında sözleşmeli öğretmenlerin sıkıntılar yaşadıkları düşünülmektedir. Çünkü kadrolu meslektaşlarıyla birlikte çalışan sözleşmeli öğretmenler, buldukları konum nedeniyle stres ve özgüven kaybı yaşayabilmektedir. Bunun yanı sıra alanyazında, giderek artmakta olan sözleşmeli öğretmenlerin stresi ile özgüveni arasındaki ilişkiyle ilgili bir araştırmaya rastlanmamıştır.

1.2. Problem Cümlesi ve Alt Problemler

Bu çalışmada Milli Eğitim Bakanlığı bünyesinde çalışan sözleşmeli öğretmenlerin stres düzeyleri ile özgüvenleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Bu çerçevede ele alınan alt problemler şunlardır:

- 1) Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşleri nedir?
- 2) Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşleri cinsiyet, yaş, medeni durum, mesleki kıdem ve branşa göre farklılık göstermekte midir?
- 3) Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvenlerine ilişkin görüşleri nedir?
- 4) Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvenlerine ilişkin görüşlerinin cinsiyet, yaş, medeni durum, mesleki kıdem ve branşa göre farklılık göstermekte midir?
- 5) Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stres ile özgüven arasında bir ilişki var mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Araştırmanın bulguları sözleşmeli öğretmenlerin stres ve özgüven arasındaki ilişkinin araştırılması ile konuyla ilgili alanyazın oluşmasına katkı sağlamaktadır. Sözleşmeli öğretmenlerin mesleki yeterlikleri konusunda kendilerine daha fazla güven duyabilmeleri ve mesleklerini daha verimli gerçekleştirebilmeleri için streslerini kontrol altına alabilmeleri amacıyla uygulanabilecek yolların, yöntemlerin ve tekniklerin ortaya çıkartılmasını sağlamaktadır.

1.4. Araştırmanın Varsayımları

1. Veri toplama araçları, sözleşmeli öğretmenlerinin stresi düzeyleri ile özgüvenlerine ilişkin görüşlerini ölçebilecek yeterliliktedir.

2. Örneklem, çalışma evrenini temsil etmektedir.

3. Araştırmaya katılan okul öncesi öğretmenleri, ölçek maddelerine samimi ve güvenilir cevaplar vermiştir.

1.5. Sınırlılıklar

Bu araştırma;

2020–2021 eğitim öğretim yılı ikinci dönemiyle sınırlıdır.

Kilis ili merkez ilçesindeki anaokulu, ilkokul, ortaokul ve liselerde görev yapan sözleşmeli öğretmenlerin görüşleri ile sınırlıdır.

Araştırmada elde edilen veriler, veri toplama araçlarıyla sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Sözleşmeli öğretmen: Millî Eğitim Bakanlığının boş öğretmen norm kadrosu bulunan örgün ve yaygın eğitim kurumlarında 657 sayılı Devlet Memurları Kanunu'nun 4'üncü maddesinin (B) fıkrası kapsamında Kamu Personel Seçme Sınavı sonucuna göre sözlü sınava çağrılıp başarılı olanlar arasından süreli olarak istihdam edilenler (RG, 2016).

Stres: Vücudun, herhangi bir talebe karşılık verdiği tam belirli olmayan kaçınılmaz tepkisi (Selye, 2013).

Özgüven: Kişinin, hayatındaki olay ve durumları etkileyebilmesine dair yeteneklerine olan inancı (Bandura, 2006).

2. BÖLÜM

2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde sözleşmeli öğretmenlik, stres ve özgüven ile ilgili açıklamalar ve ilgili araştırmalar yer almaktadır.

2.1. Sözleşmeli Öğretmenlik

Öğretmen istihdamı konusunda ülkemizin uygulamaya koyduğu yöntemler değişkenlik göstermiş ve göstermektedir (Çalışoğlu, Tanışır, 2018). 1960'ta bir kanunla, lise mezunu kişiler; askerliklerini, kısa bir eğitim aldıktan sonra köy öğretmenliği olarak icra etmiş, aralarından isteyenlerin ise askerlik görevlerini yerine getirdikten sonra kalıcı şekilde öğretmen olmuşlardır. 1961'de bir kanunla, 18 yaşını geçmiş ortaokul mezunu kişiler yine kısa bir eğitim aldıktan sonra ilkokullara; lise ve üstü okuldan mezun olan kişiler ise lise ve dengi okullara ataması yapılmıştır. 1970 yılı itibariyle diğer fakültelerden mezun olan kişiler, çok kısa bir öğretmenlik formasyonu eğitimi aldıktan sonra öğretmenlik yapma imkanı edinmişlerdir. 1974'te ise "mektupla yükseköğretim" isimli uygulama ile lise mezunu kişilerden başvuranlar, yine çok kısa bir süre sonunda öğretmen sayılmış ve öğretmen olarak görevlendirilmiştir. Bu uygulama 1983'e kadar devam etmiştir. 1996'da ise isteyen bütün yükseköğretim mezunları, öğretmenlik eğitimi almadan ve herhangi bir sınava girmeden öğretmen olabilmıştır (Akyüz, 2007). Görüldüğü üzere öğretmen istihdamı sık sık değişik yollarla sağlanmıştır. Bu açıdan eğitim politikalarının kilit noktası olan öğretmenlik pozisyonunun, niceliği niteliğine tercih edilmiş denilebilmektedir.

2004'e gelindiğinde sözleşmeli öğretmenlik olgusu, "kısmi zamanlı geçici öğretici" adı kullanılarak 14.09.2004 tarihli Bakanlar Kurulu Kararı ile ortaya çıkmıştır. Yıllık sözleşmeler esas alınarak istihdam edilen bu öğretmenler, yalnızca girdikleri ders kadar ücret almış, sigortaları ayda on iki gün işlenmiş, yer değiştirme, kademe ilerlemesi, yönetici kadrolarına aday olarak başvurma ve emeklilik ikramiyesi gibi daha birçok özlük haklarından mahrum kalarak görev yapmışlardır (Özdemir, 2021; MEB, 2006, 2008, 2009A). Tüm bunlardan dolayı sözleşmeli öğretmenler, güvensizlik ve belirsizlik içinde eğitim-öğretim uygulamaya çalışmıştır. Bu dönemde tartışmalara yol açan sözleşmeli öğretmenlik 04.06.2011 tarihli Resmi Gazete'de yayımlanan kararname ile ortadan kaldırılmış, tüm sözleşmeli öğretmenler kadrolu yapılmıştır (RG, 2011).

2016'da tekrar uygulamaya konulan sözleşmeli öğretmenlik, 2011'de kaldırılan sözleşmeli öğretmenlikten bazı konularda farklılık göstermektedir. Sözleşme gereği, dört yıl çalışıp adaylık sürecini başarı ile tamamlayan öğretmenler ilk atandığı okulda öğretmen kadrosuna alınıp en az iki yıl daha görev yapmıştır (RG, 2016). Ancak bu süreler 2019'dan sonra kısaltılmıştır. Sözleşmeli öğretmenler artık ilk atandığı okulda üç yıl görev yaptıktan sonra atandığı okulun öğretmen kadrosuna geçmektedir. Çalıştığı okulda, kadrolu pozisyonda görev yapan sözleşmeli öğretmenler bir yıl daha görev yaptıktan sonra tayin hakkına sahip olmaktadır (RG, 2019). Böylece yeni atanan bir sınıf öğretmeni, çalışmaya birinci sınıftan başlaması durumunda bu sınıfı mezun edene kadar -görevlendirmeler haricinde- başka bir görev yerine tayin olamamaktadır. Benzer bir şekilde ortaokulda ve lisede görev yapan branş öğretmenleri, eğitim kademesine yeni başlayan sınıfı mezun edene kadar tayin olamamaktadır (Köse, 2020). Böylece öğrencilerin eğitim kademelerini bitirinceye kadar öğretmenlerinin sık sık değişmesi önlenmeye çalışılmakta denilebilir.

Yeni atanan tüm öğretmenlerin dört yıl boyunca ilk atandıkları okulda tutulmak istenmesinin nedenlerinin başında, ülkemizdeki öğretmen dağılımının dengesizliği gelmektedir. Doğu ve Güneydoğu Anadolu bölgelerine ilk ataması yapılan öğretmenlerin birçoğu görev yaptıkları bölgeden iklim şartları, sosyo-kültürel farklılıklar, ulaşım sıkıntıları, eğitim materyali eksikliği, barınma zorluğu, güvenlik kaygısı, internet ve altyapı eksikliği gibi durumlar sebebiyle memnun olmamaktadır. Doğu ve Güneydoğu bölgelerinde görev yapan öğretmenler stres kaynaklı sorunlar yaşayabilmektedir (Özdemir ve Erol, 2021). Tüm bunlardan dolayı öğretmenler, zorunlu hizmetlerini tamamladıktan sonra başka bölgelere tayinlerini istemektedir.

Karadağ, Aydoğmuş ve Kesten'in (2020) yaptığı çalışmaya bakıldığında sözleşmeli öğretmenlerin yer değiştirme hakkının olmaması, aile birliğine büyük zararlar verebileceği düşünülmektedir. Ayrıca sağlık mazeretine bağlı yer değiştirmenin olmaması, sözleşmeli öğretmenin kendisinde veya yakınlarında ortaya çıkabilecek olası sağlık sorunlarının çözülmesini zorlaştırabilmektedir. Ancak aynı çalışmadaki bulgulara göre öğretmenlerin, zorunlu hizmet süresinin yalnızca olumsuz durumları ortaya çıkarmadığına dair fikirlere sahip olduğu görülebilmektedir. Kısa sürede tayin olunamaması, öğretmenin görev yaptığı bölgede ve okulda; öğrenciler ve veliler ile daha kalıcı ilişkiler kurmasını, sosyal çevre ile yakınlaşmasını sağlayabildiği düşünülmektedir.

Sözleşmeli öğretmenlik uygulaması yalnızca yer değiştirme engellerini getirmemektedir. Aynı donanıma sahip sözleşmeli öğretmenlerin kadrolu öğretmenlerle aynı miktarda görev ve sorumluluğa sahip olup aynı koşullarda aynı miktarda emek göstermesine rağmen özlük haklarının daha az olması, sözleşmeli öğretmenlerin mesleki motivasyonlarını, iş doyumlarını düşürmektedir. Bunların yanı sıra sözleşmeli öğretmenlik uygulaması, öğretmenlerin kategorize edilmesine neden olmakta; sözleşmeli öğretmenlerin dışlanır gibi hissedebilmesine sebebiyet vermektedir (Karadeniz ve Beşir Demir, 2010).

Altay'ın (2019) çalışmasında görüldüğü üzere sözleşmeli öğretmenlerin sözleşme süresinin altı yıldan dört yıla indirilmesi, özlük haklarının iyileştirilmesine yönelik umutlandırıcı olmuştur. Fakat yine de kadrolu öğretmenlerle aynı eğitimi almış, daha kolay olmayan şartlarda ataması yapılmış ve aynı işi yapan sözleşmeli öğretmenler; içinde buldukları durumu adaletsiz ve çelişkili bulmaktadır. Nihayetinde sözleşmeli öğretmenlik uygulamasının bütünüyle kaldırılıp kadrolu öğretmenlerin sahip olduğu özlük haklarına sahip olmak istenmektedir.

2.2. Stres

Stres kavramı ilk kez on yedinci yüzyılda bilimsel olarak kullanılmıştır. Fizik alanında ortaya atılan bu kavram, bir nesnenin ona uygulanan güç ile ilişkisi veya bu güce karşı direnci olarak tanımlanmıştır. Daha sonra diğer disiplinlerde de kullanılmaya başlayan stresin psikolojideki tanımı ise sıkıntı ve zorluk anlamlarını taşımaktadır (Okutan ve Tengilimoğlu, 2002). Stres konusunda ismi geçen Hans Selye (2013) stresi, herhangi bir değişime insanın bedensel ve psikolojik olarak verdiği özel olmayan karşılık olarak tanımlar.

İnsanların hayatını olumsuz etkileyen bir unsur olmasıyla birlikte stres, gündelik yaşamın elzemlerinden sayılmaktadır. Sürekli değişen, hızla gelişen ve karmaşıklaşan yaşam şartları insanın stresle karşılaşmasını kaçınılmaz kılmaktadır. Stresle yüzleşen bireyler fizyolojik, psikolojik, duygusal ve davranışsal boyutlardan zarar görebilmektedir. Bu tür strese uzun süre maruz kalındığında, bir yandan kalıcı hastalıklara yakalanma riski artarken bir yandan da stres altında verdiği tepkiler nedeniyle insanın gündelik yaşamı bozulabilmektedir. Ayrıca içinde bulunduğumuz zamanlarda stres, hayatın her anında ortaya sosyal bir sorun olarak ortaya çıkmaktadır (Özel ve Karabulut, 2018). Buna rağmen stres, bir işi başarabilmede elzem bir unsurdur. Günlük hayatta hemen her anda karşılaşılabilen bir olgu olan stres, insan yaşamında diğer önemli bir yer tutan iş hayatında da ortaya sıklıkla

çıkabilmektedir. Özellikle Sanayi Devrimi ile iş ortamında stres, oldukça yaygınlaşan bir kavrama dönüşmüştür (Özkalp, 2003). Örnek vermek gerekirse iş ortamında stres; beklenmedik iş yükü, ödül adaletsizliği, baskıcı bir yönetim gibi durumlarda ortaya çıkabilir. Stresin, insanların yaşam kalitesine, sağlığına ve çalışma koşullarına doğrudan etkisi vardır (Van Der Linde, 2000).

Hızla değişen yaşam şartları insanı fiziksel ve ruhsal olarak derinden etkileyebilmektedir. Bu etkiye karşılık insanda oluşan tepkiler, stresin konusunu oluşturur. Dolayısıyla büyük ve seri değişimlerin meydana geldiği bir ortamda çalışan insanın stresle karşılaşması kaçınılmaz olmaktadır. Örgütlerde de iş ortamında strese neden olan unsurları engellenmediğinde, çalışanlarda fiziksel ve ruhsal sağlık sorunları ortaya çıkabilmekte, motivasyon ve edim azalmaktadır (Akova ve Işık, 2008). İnsan psikolojisine ciddi zararları olduğu görülen stresin üst solunum yolu hastalıklarına ve zayıf bağışıklığa yol açtığına dair araştırmalar bulunmaktadır (Robbins, Judge, Bruce, Millett ve Boyle, 2013).

21. yüzyıl insanların birçoğu stresle yaşamaktadır. Çalışma hayatı ise stresin başlıca nedenlerinden biridir. Örgütler de başarıya ulaşmak için neredeyse kaçınılmaz olan stresin olumsuzluklarını azaltmaya veya yok etmeye çalışmalıdır. Bunun için de ilk adım olarak örgütsel stresin nedenlerinin tespit edilmesi gerekmektedir (Aydın, 2004). Cooper ve Marshall (1976) örgütsel stresi beş kaynağa bağlamıştır: (1) fazla çalışma, süre kısıtlamaları, kötü fiziksel ortam gibi iş koşulları, (2) örgütteki rol, (3) kademe yükseltilmeme, maaş artışının olmaması gibi kariyer gelişimine bağlı durumlar, (4) dikey ve yatay boyuttaki iş arkadaşlarıyla olan ilişkiler ve (5) politika, demokratik yönetim gibi kavramları içeren örgütsel yapı ve iklim. Bu sınıflandırmaya ek olarak çalışanın iş ve yaşam dengesi, yaptığı işten tatmin olma miktarı, işyerindeki özerkliği ve işyerine bağlılığı gibi etkenler de örgütsel boyuttaki stres oluşumunu etkilemektedir. Bir kişinin işyerinde yaşadığı stres miktarı; yaptıkları işin türü, iş stresinin varlığı, hem işte hem de iş dışında aldıkları destek miktarı, stresle baş etme mekanizmaları gibi bir dizi unsurun etkileşiminin sonucunda değişebilir (Johnson, Cooper, Cartwright, Donald, Taylor ve Millet, 2005).

Aşırı stres ile başa çıkabilmek için çeşitli teknikler bulunmaktadır. Bunlar bireysel ve örgütsel boyutlarda çeşitlendirilebilir. Stresi azaltmak için egzersiz, gevşeme teknikleri, biyolojik geri besleme, kendini kontrol, dinlenme ve dengeli beslenme gibi yöntemler bireysel boyutlardan sayılabilir. Diğer yandan örgütsel boyutta stresi azaltmak için ise fiziksel çalışma koşullarının iyileştirilmesi, iş şartlarının insancillaştırılması, sosyal destek sistemlerinin

oluşturulması, meslek ve stres danışmanlığı yapılabilir (Sabuncuoğlu ve Vergiliel Tüz, 2013). Bunların yanı sıra; katılımlı yönetimin esas alınması, amaç belirleme faaliyetlerinin yapılması, rol analizinin ve sınıflandırılmasının iyi yapılması, zamanın etkili kullanılması örgütlerde stresi azaltabilmektedir (Özkalp ve Kıral, 2013).

2.2.1. Stres Kaynakları

İnsanoğlu tarih boyunca farklı koşullara maruz kalmış, buna bağlı olarak da strese neden olan olay ve durumlar değişkenlik göstermiştir. Besin zincirinde hayatta kalmak için diğer organizmalarla çatışmasından başlayıp salgın hastalıklar, savaşlar ve nihayet içinde bulunduğumuz zamanda ekonomik, teknolojik ve sosyal durumlarla devam eden stres kaynakları çeşitlenmeye devam etmektedir (Yılmaz ve Ekici, 2003). Corlett ve Richardson (1981) ise insanların mesleki ortamlarıyla ilişkili stres kaynaklarını (1) işten kaynaklı, (2) örgütteki rol ilişkilerinden kaynaklı, (3) örgütteki ilişkilerden kaynaklı, (4) kariyer ilerlemesinin ilişkin durumdan kaynaklı, (5) örgütsel iklimden kaynaklı, (6) örgüt dışından kaynaklı, (7) bireyin kendisinden kaynaklı olarak incelemiştir. Özellikle iş ortamında görülen fazla stresin, beklenen edimin karşılanmamasına ve istenen başarıya ulaşılamamasına neden olmaktadır (Semra, 1999).

2.2.2. Stres Belirtileri

Kişinin stres altında olduğunu gösteren belirtileri fizyolojik ve psikolojik olarak ayırarak incelemek mümkündür (Kıral, 2008).

2.2.2.1. Fizyolojik Belirtiler

Zarar gören organizmanın işlevsel ve sistemsel bozukluk yaşaması doğaldır. Strese karşı da kişinin bedensel tepkiler vermesi neredeyse kaçınılmaz olduğu görülmektedir. Bu bahsedilen tepkilerin en yaygın olanlarına örnek olarak terleme, mide bulantısı, nefes darlığı, sindirim bozukluğu, tansiyon dengesizliği, kaslarda gerginlik, yorgunluk verilebilir (Schafer, 1987; Sökmen, 2005).

Stresin fizyolojik belirtilerinin ortaya çıkması üç adımda görülmektedir. İlk aşama olan “alarm tepkisi” ile otonom sinir sistemi çalışmaktadır. Strese tepki veren salgı bezlerinin çalışması artar. Adrenalin pompalanmaya başlar. Enerji üretimi, mide asidi artar ve kan akışı hızlanır (Russel ve ark., 2018). İkinci aşama “direnc dönemi” olarak adlandırılır. Bu aşamada kişi stresli ortama uyum sağlamaya çalışırken yorulmakta ve direncini yitirmeye

başlamaktadır. Üçüncü aşama olan “tükenme dönemi”ne gelindiğinde ise kişinin vücudu, stresin yarattığı zorlanmaya artık dayanamaz ve hastalıklar görülür. Sürekli mide asidi salgınımı ile ortaya çıkabilen ülser, aşırı kan akışının sebep olduğu hipertansiyon gibi rahatsızlıklar aşırı stresin ortaya çıkardığı hastalıklara örnek olabilir. Stresin yarattığı bu fizyolojik sonuçlar kişinin ölümü ile dahi sonuçlanabilmektedir (Herman, Schafer, Thompson, Watson, 1992; Cüceloğlu, 2021)

2.2.2.2. Psikolojik Belirtiler

Stresin ortaya çıkardığı psikolojik belirtiler, fizyolojik belirtiler kadar görünür olamamaktadır. Bu sebeple psikolojik belirtileri gözlemleyebilmek fizyolojik belirtilere göre daha zor olmaktadır. Çoğunlukla bireylerin düşünce süreciyle alakalı olan bu belirtiler, düşüncelerin başka bireylere anlatılması veya davranışların gözlemlenmesi yoluyla kendini göstermektedir (Aydın, 2008).

Stres yaşayan kişilerde psikolojik belirti olarak sıklıkla kolay sinirlenme ve sert tepki, huzursuzluk, aşırı kuşku, benlik saygısında düşüklük, hafıza ve odaklanma zayıflığı gözlemlenebilir (Norfolk ve Serdaroğlu, 1989). Bu belirtilerin yanı sıra tedirginlik, depresyon, hasta olma hissiyatı, aşırı kararsızlık, kötümserlik, tükenmişlik gibi psikolojik belirtilere rastlamak mümkündür (Yıldırım, 1991; Aydın, 2008; Cüceloğlu, 2021).

2.2.3. Öğretmende Stres

İnsana doğrudan hizmet gösteren mesleklerin, stresi daha çok yaşadığı bilinmektedir. Eğitim-öğretim sürecinin başarılı olabilmesi için öğrencilerle, velilerle, meslektaşlarıyla, yöneticilerle ve okul personeliyle yakın iletişim içinde olması gereken öğretmenlerin; okul-aile iş birliğini yüksek tutmak, öğrencilerin akademik edimleri bakımından velilere rehberlik yapmak gibi görevleri vardır. Bu bakımdan öğretmenler sorumluluklarını yerine getirirken aynı anda birçok tarafla sağlıklı ve verimli ilişkiler kurmak zorundadır (Cemaloğlu ve Şahin, 2007). Özellikle az sayıdaki belli öğrencilerin kronik bir şekilde disiplini sürekli bozması, okulda gerilime neden olmakta ve öğretmenin başlıca stres kaynağını oluşturmaktadır (Feitler, 1982). Bu sorunlarla birlikte toplumun öğretmen ve okul üzerindeki baskısı, maddi ve manevi desteğin azlığı, fazla kırtasiye işleri gibi durumların ortaya çıkardığı stres; öğretmenlerde tükenmişliğe, işten soğumaya, sık sık görülen devamsızlığa ve hastalıklara rastlanmasına neden olmaktadır (Kayabaşı, 2008).

Gittikçe daha hızlı değişen günümüzün teknoloji toplumuna öğretmenlerin durmadan uyum sağlaması ve toplumun yeni sorunlarıyla uğraşması gerekmektedir. Bu sebeple meslek bağlantılı stres, eğitimin her kademesindeki öğretmenler arasında eskisinden çok daha fazla görülmeye başlamıştır. Okullarda hissedilen stres, öğretmenler ve yöneticileri olumsuz etkilemektedir. Okulda stresin belirtilerini isteksizlik, yorgunluk, sinirlilik ve tatminsizlik olarak görebilmek mümkündür. Bu yüzden hem öğretmen adaylarının hem de mesleğini yerine getiren öğretmenlerin stres belirtilerini ve nedenlerini belirlemesi; aşırı stresi ortadan kaldırmaya yönelik strateji geliştirmeye çalışması önemlidir (Eskridge ve Coker, 1985; Semra, 1999).

Öğretmenin, ders vermeye hazır olmak gibi mesleğini düzgün bir şekilde icra etmesini sağlayacak motivasyonu bulabilmesi için bir miktar stresle yüzleşmesi gerekir. Başarıya ulaşmaya ve öğrencilerin sevgisini hak etmeye çalışırken hissedilen stres, iyi bir stres düzeyine örnek olabilir (Van Der Linde, 2000).

Stres, bireyin sağlığını bozan bir olgu olarak tanımlansa da (Özkalp, 2003) öğretmenin iş hayatının, belli bir miktarda stres içermesi normal karşılanmalıdır. Genelde olumlu yanlarının göz ardı edildiği stres olgusu her zaman zararlı değildir. Uygun miktardaki stres kişinin başarı yolundaki azmini artırabilir (Düzgün, 2014). Bu stres, belirli bir düzeyi aşmadıkça ve kontrol edilebildiği sürece, uyarıcıları daha iyi kodlayabilmek için faydalı olabilir. Ancak öğretmenlik mesleği yüksek düzeyde sabır, hoşgörü ve esneklik gerektirir. Öğretmenin bu özelliklere sahip olması, bu mesleğin hakkıyla yerine getirilebilmesi için kesin koşuldur. Kontrol edilemeyen, yüksek düzeyde stres ise öğretmenlerin bu özellikleri taşımasına engel olan bir sorundur. Bu yüzden stres, ne çok az ne de çok fazla olması gereken bir parametredir (Akpınar, 2013).

Okullarda stres yönetimini iyi bir şekilde sağlayabilmek için ücret ve zaman yönetiminin, sosyal desteğin, iş zenginleştirmenin, katılımlı yönetimin, çatışma çözümünün, kariyer planlamasının sağlanması, fiziksel çalışma koşullarının iyileştirilmesi ve rollerin açıkça belirtilmesi gerekir (Aydın, 2004). Stres yönetiminin uygulanmadığı okullarda ise işe geç gitme, çatışma, verimsizlik, yabancılaşma, tükenmişlik gibi birçok olumsuz durum ortaya çıkabilmektedir (Soysal, 2009).

2.2.4. Stresle İlgili Araştırmalar

Sungur'un (2018) Balıkesir'in Edremit, Burhaniye ve Ayvalık ilçelerinde yaptığı "Özel Okul Öğretmenlerinin Zaman Yönetimi ile Stres Düzeyleri Arasındaki İlişki" isimli yüksek lisans tez çalışmasında özel okullardan 145'i kadın, 66'sı erkek toplam 211 öğretmene ulaşılarak özel okullardaki zaman yönetimi ile stres düzeyinin ilişkisi araştırılmıştır. Yarı deneysel bir araştırma modeli uygulanan bu çalışmada, örneklem olarak alınan okullardan "Zaman Yönetimi Anketi" ve "Algılanan Stres Ölçeği" ile veriler alınmış, bu verilerin analizi için bağımsız gruplarda t testi ve tek yönlü varyans kullanılmıştır. Araştırma sonucunda kadınlar, erkeklere göre zamanlarını daha iyi planladıkları; kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde stres algıladıkları; zaman yönetimi ile algılanan stres düzeyinin ters yönlü bir ilişkide olduğu görülmüştür.

Şirin'in (2018) İstanbul'un Avcılar ilçesinde yaptığı "İlkokul ve Ortaokullarda Görev Yapan Yöneticilerin Örgütsel Stres Kaynakları ve Çözüm Yolları" isimli çalışmasında 43 okul müdüründen ve 94 müdür yardımcısından veri alınmıştır. Çalışmada genel tarama modeli uygulanmış, evrenin tamamına ulaşılmaya çalışılmış, veriler "Örgütsel Stres Kaynaklar ve Stresle Başa Çıkma Ölçekleri" ile toplanmıştır. Araştırma sonucunda yöneticilerin örgütsel stres kaynakları; yaş, medeni durum ve şu an çalışılan kurumda çalışma süresine göre anlamlı farklılık gösterdiği, stresle baş etmede kullanılan başlıca çözüm yollarının ise yaş, cinsiyet, medeni duruma göre anlamlı farklılıklar gösterdiği belirlenmiştir. Yöneticilerin sık sık iş yerinde yer değiştirme, iş yerine ulaşımında zorluklar, çalışma saatlerinde belirsizlik, çalışanlar arasında aşırı rekabetin olması, çalışanlar arasında çatışmanın yaşanması, iş arkadaşlarının düşmanca davranması, mezun olduğu bölümün yaptığı işle alakalı olmaması maddelerine düşük düzeyde katıldıkları görülmüştür. Görevle ilgili sorumlulukların yeterince açık olmaması, birbiri ile çelişen iki işi birden yapmak, performans değerlendirme ve terfideki adaletsizlik, yeteneklerin kullanılmadığı bir bölümde çalışma, karar verme için yeterli yetkiye sahip olamama, iş yerinde kaynak ve imkanların dağıtımında dengesizlik, işle ilgili kararlara katılmamak, önerilerin dikkate alınmaması, görev dağıtımındaki adaletsizlik, iş yükünün fazlalığı ve zamanın darlığı, hak edilen ilgi sevgi ve takdir görememe, iş yerinde dedikodunun oluşu, yeni durumlara ve uyarılara uyabilme maddelerine ise orta düzeyde katıldıkları görülmüştür. Sönmez'in (2017) yaptığı "Çalışma Yaşamındaki İş Stresinin Depresyon ve Benlik Saygısı ile İlişkisi: Okulöncesi, İlkokul, Ortaokul ve Lise Öğretmenleri Üzerine Bir Uygulama" isimli yüksek lisans tez çalışmasına

Burdur'un Merkez ilçesindeki 204 öğretmen katılmıştır. Verilerin toplanmasında 21 maddeli Beck Depresyon Envanteri, 63 maddeli Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'ne ait benlik saygısı alt boyutunun 10 maddesi ve 35 maddeli Örgütsel Stres Kaynakları Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın verileri çözümlenirken Korelasyon Analizi, Bağımsız Örnekler T-Testi, Tek Yönlü Varyans analizi uygulanmıştır. Çalışma sonucunda depresyon, benlik saygısı ve stres arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu saptanmıştır. Ayrıca kadın öğretmenlerin örgütteki rol ve kişilik yapıları ile ilgili stresi, erkek öğretmenlere göre daha fazla yaşadığı; eğitim düzeyi yüksek olan öğretmenlerin stresi eğitim düzeyi daha düşük olan öğretmenlere kıyasla daha fazla yaşadığı; kıdem yılı düşük olan öğretmenlerin mesleki gelişme kaynaklı stresi daha yüksek olan öğretmenlere kıyasla daha fazla; 0-5 ve 15 yaş üzeri yaş grubundaki öğrenciler ile çalışmakta olan öğretmenlerin işyerinin fiziksel çevre koşullarına bağlı stresi, diğer öğretmenlere kıyasla daha fazla yaşadığı saptanmıştır.

Baytak'ın (2015) yapmış olduğu "İlk ve Ortaokullarda Görev Yapan Öğretmen Algılarına Göre Okul Müdürlerinin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri ile Öğretmenlerin Örgütsel Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" isimli yüksek lisans tez çalışmasında Şanlıurfa'da yansız örnekleme yöntemiyle seçilen 369 öğretmene ulaşılmıştır. Veriler "Olumlu-Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği" ve "Algılanan Stres Düzeyi Ölçeği" kullanılarak toplanmıştır. Veriler çoklu doğrusal regresyon yöntemi kullanılarak çözümlenmiştir. Bu araştırma sonucunda okul müdürlerinin olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçi davranışlarının öğretmenlerin örgütsel stresini anlamlı bir şekilde yordadığı; olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçi davranışlarının örgütsel stresi ortaya çıkaran faktörlerin yaşanma sıklığını artırdığı, okul müdürlerinin olumsuz mükemmeliyetçi davranışlarının örgüt yapısında stresi ortaya çıkaran faktörlerin yaşanma sıklığında artışına neden olduğu görülmüştür.

Alanyazın taraması yapıldığında, okullarda görülen stres ile ilgili birçok araştırma yapıldığı görülmektedir. Bu araştırmalar büyük oranda, okullarda görülen stresin kaynaklarını bulmaya ve gidermek için önerilerde bulunmaya yöneliktir. Bulguların genelindeki demografik özellikler incelendiğinde kadınların erkeklere oranla stresi daha sık yaşadıkları göze çarpmaktadır. Okullardaki stres ortamının oluşmasında kişiler arası çatışma, fiziksel ortam, görevlerin yeterince açık olmaması veya çelişmesi gibi daha birçok neden öne sürülmüştür. Öte yandan sözleşmeli öğretmenlerin stresi ile ilgili bir araştırmaya ulaşamamıştır.

2.3. Özgüven

Özgüven kavramına bakıldığında birçok tanıma rastlamak mümkündür. Kişinin, çevresini istediği yönde etkileyerek değiştirebilme kapasitesine olan inancı (Kelley ve Kelley, 2014); verdiği kararların doğru ve iyi olduğuna emin olma (Bıçakçı, 1987/1997); kendisine dair pozitif düşüncelere sahip olarak kendini yeterli hissetmesi (Başoğlu, 2007) gibi tanımlamalar mevcuttur.

Kişiler arası ilişkilerde de kendini ifade etme ve yeni ilişkiler kurmada özgüven önemli bir yer tutar. Özgüven duymadan gösterilen davranışlar ve yapılan söylemler, kişinin sosyal ortamdan olumsuz tepki alabilmesine veya dışlanmasına neden olur. Dolayısıyla özgüvenin düşük olmaması birey açısından büyük önem arz eder (Şar, Avcu ve Işıklar, 2010).

Özgüvenin kazanılmasında ebeveynin tutumları, dış görünüş, akademik başarı, sosyal çevre, zeka önem arz eden etkenlerdendir (Başoğlu, 2007). Ancak özgüven, büyük oranda kişinin edimine ve başarısına bağlıdır. Kişinin diğerleri tarafından nasıl görüldüğüne dair fikirleri, özgüvenini oluşturur (Schmutz ve Sevgen, 2010). Özgüven kişinin çevresi ile olan ilişkisine, iletişimine ve çevreyi algılama şekline bağlı olarak şekillenir. Örneğin süreçte çevre kişiyi olumlu değerlendirmiş ve kişi değerlendirmeyi olumlu algılamışsa kişinin özgüveni artacaktır (Ekinci, 2013). Çünkü olumlu değerlendirme sonrasında kişinin kendine olan inancı artacak ve kişi güçlenecektir. Ayrıca kişinin hayatında engellerle karşılaşp bunları çözümler bularak atlatabilmesi, kendini başarılı biri olarak tanınmasını sağlayacak böylece özgüveni artacaktır (Uysal, 2018). Dolayısıyla özgüvenin artması için alıştırmaya da ihtiyaç vardır (Kelley ve Kelley, 2014). Doğumdan itibaren gelişimi başlayan özgüven, ergenlik dönemine gelindiğinde çoğunlukla yerine oturur ancak yaşam boyunca değişmeye devam eder. Bundan dolayı özgüven gelişimi bireyden bireye oldukça farklılaşan bir süreç izlemektedir (Özbeş, 2004).

2.3.1. İç ve Dış Özgüven

Özgüven kavramı iç özgüven ve dış özgüven olmak üzere iki ayrı boyutta incelenmektedir. İç özgüven, kişinin kendisiyle barışık olmasıyla ilişkilidir. Bir başka deyişle kişinin kendisine dair görüşlerinden memnun olmasıdır. Güçlü ve zayıf yönlerinin bilinmesi; bunların kabullenilmiş olması iç özgüveni temsil eder. İç özgüveni yüksek olan kişiler, kendileri için koyacakları hedefleri gerçekçi düşünür ve açık bir şekilde belirler. Genel olarak olumlu fikirlere sahip olur. Dış özgüven ise bireyin çevresine ve dışarısına nasıl bir görüntü

verdiğiyle ilgilidir. Kişinin girişken olması, kendini iyi ifade edebilmesi, davranışlarını duygularına tamamen teslim etmemesi ve kendinden emin durması dış özgüvenin varlığını göstermektedir (Lindenfield, 1995; Gümüşdağ ve Kartal, 2020).

Kişinin özgüveninin oluşmasında yaşamın hemen her boyutu etkili olmaktadır. Bazı konularda özgüven sahibi olunurken bazı konularda yeterince özgüvene sahip olunamayabilir (Lindenfield, 1995). Aynı şekilde bazı insanlar daha çok iç özgüvene sahip olurken, bazı insanlar daha çok dış özgüvene sahip olabilir (Özbey, 2004).

Özgüven kişinin motivasyonunu arttırarak, karşılaştığı sorunlara rağmen çözümü bulmada kişiye sabır ve sebat kazandıracak, moral verecektir (Benabou ve Tirole, 2002). Eğitim alanında yapılan özgüven çalışmalarında eğitim yöntemlerinin geliştirilmesi için öğrenciler üzerine yoğunlaşmış, eğitim sisteminin önemli bir paydaşı olan öğretmenlere yeterince odaklanılmamıştır.

2.3.2. Öğretmende Özgüven

Başarılı bir öğrenme sürecinin oluşabilmesi için öğretmenin görev ve sorumluluklarını yerine getirebileceğine dair inancının yüksek olması gerekmektedir. Çünkü özgüveni yüksek öğretmen farkında olduğu yeteneklerini, öğretim becerisine başarı ile dönüştürebilmektedir (Uysal ve Gürol, 2018). Donanımlı bir öğretmenin özgüvenli olması beklenmektedir. Öğretmen atamalarında yapılan sözlü sınavlarda, öğretmen adayının özgüveni, ölçütler arasında azımsanamayacak ağırlıkta (%20) yer almaktadır (RG, 2016).

Eğitim ve öğretim sürecinin başarılı olabilmesi için en büyük görev öğretmenlere düşmektedir. Çünkü eğitim sisteminin en önemli girdisini oluşturan öğrencinin hem bilişsel hem de davranışsal açıdan gelişmesini sağlayacak kişi öğretmendir (Çolak, 2019). Ayrıca okulda eğitim alan çocukların ebeveynlerinden sonraki en çok model aldığı kişi öğretmenleridir. Düşük özgüvenli bir öğretmenin, öğrencisinin özgüveninin gelişmesine katkısı az olabilmektedir. Bu bakımdan gizil etkilerle de öğrencide davranış değişikliği sağlayan öğretmenlerin özgüven düzeyleri önem arz etmektedir (Mutluer ve Özdoğan, 2006).

Özgüveni arttırmanın başlıca yöntemleri arasında egzersiz yapma ve bireyin kendini telkin etmesi gibi yollar olduğu görülmektedir (Yıldız ve Çetin, 2018; Malakcioğlu, 2020). Bunların yanı sıra öğretmenin aylık kazancını arttırarak da özgüven düzeyi arttırılabilmektedir. Çoklar ve Çalışkan'ın (2019) yapmış olduğu çalışmada, aylık ortalama

geliri daha yüksek olan öğretmen adaylarının özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğu ortaya konmuştur.

2.3.3. Özgüvenle İlgili Araştırmalar

Bağdiken ve Akgündüz'ün (2018) "Fen Bilimleri Öğretmenlerinin Teknolojik Pedagojik Alan Bilgisi Özgüven Düzeylerinin İncelenmesi" adlı çalışmasında fen bilimleri öğretmenlerinin teknolojik pedagojik alan bilgisi (TPAB) öz güven düzeyleri araştırılmıştır. 218 öğretmenin katıldığı çalışmada veri toplamak için "Teknolojik Pedagojik Alan Bilgisi Özgüven Ölçeği" ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Araştırma sonucunda özgüven düzeyleri "çokça özgüvenli" olarak bulunmuş ve özgüven düzeylerinde cinsiyet, eğitim durumu, okul türü ve tablete sahip olma değişkenlerine göre anlamlı bir fark olmadığı gözlemlenmiştir. Fakat görev süresi, eğitim teknolojileri ile ilgili eğitim alma, mezun olunan fakülte türü ve haftalık eğitim teknolojilerini kullanma süresi boyutlarına göre anlamlı bir fark olduğu gözlemlenmiştir.

Çatma'nın (2013) yapmış olduğu "How special are teachers of specialized schools?: a quantitative investigation of Turkish mathematics teachers' self-confidence levels in the technology domain" isimli doktora tez çalışmasında ortaöğretimdeki matematik öğretmenlerinin derslerinde Fatih Projesi teknolojilerini kullanmaya yönelik özgüvenleri incelenmiştir. Veriler 40 öğretmenden 31 maddelik bir özgüven ölçeği kullanılarak alınmıştır. Bağımsız örneklem t testi ile analiz edilen veriler sonucunda öğretmenlerin özgüvenlerinin istatistiksel bir fark oluşturmadığı bulunmuştur.

Gündüz'ün (2018) "Fen ve teknoloji öğretmen adaylarının teknolojik pedagojik alan bilgisi özgüven düzeylerinin incelenmesi" isimli yüksek lisans tez çalışmasında Fen Bilgisi öğretmen adaylarının teknolojik pedagojik alan bilgisine yönelik özgüven düzeyleri, çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. İnönü Üniversitesi'nde gerçekleşen 278 öğrencinin katıldığı araştırmada "Teknolojik Pedagojik Alan Bilgisi Özgüven Ölçeği" kullanılmıştır. Bağımsız gruplar t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yöntemleri ile analiz edilen veriler sonucunda; Teknolojik Pedagojik Özgüven düzeylerinin Teknolojik Bilgisi düzeylerinde anlamlı farklılık gösterdiği anlaşılmıştır.

Siyambaş'ın (2015) Karadeniz Teknik Üniversitesi, Recep Tayip Erdoğan Üniversitesi ve Artvin Çoruh Üniversitesi'nde yaptığı "Sınıf Öğretmeni Adaylarının Teknolojik Terim Farkındalıkları, Teknoloji ile Öğrenmeye Yönelik Özgüven Algıları ve

Bilgisayar ile İnternet Tutumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi” adlı çalışmasında öğretmen adaylarının teknolojiyle öğrenmeye yönelik özgüven algıları ve bazı değişkenler arasındaki ilişkileri incelenmiştir. 915 öğretmen adayının katıldığı çalışmada “Teknoloji ile Öğrenmeye Yönelik Özgüven Algılaması Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizi için bağımsız t testi, tek yönlü varyans (ANOVA) ve korelasyon teknikleri uygulanmıştır. Sonuçta teknoloji ile öğrenmeye yönelik özgüven algılarının farklı değişkenler bakımından (cinsiyet, sınıf seviyesi, bilgisayara sahip olup/olmama durumu, akıllı telefona sahip olup/olamama ve sosyal ağlara üyelik durumları) anlamlı farklılaşma olduğu görülmüştür.

Özgüven ile ilgili yapılan alanyazın taraması sonucunda öğretmenlerin iş koşulları ile ilgili çok az araştırma yapıldığı görülmüştür. Yapılan araştırmaların ise daha çok teknoloji alanında yoğunlaştığı söylenebilir. Bu bakımdan öğretmenlerin özgüvenleriyle ilgili çalışmaların artırılması, alanyazının genişletilmesi gerektiği düşünülmektedir.

3. BÖLÜM

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örneklem, veri toplama araçları ve güvenilirliği, verilerin toplanması, verilerin analizi ve bulguların yorumlanmasıyla ilgili açıklamalar yer almaktadır.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada ilişkisel tarama modeli uygulanmıştır. Yaygın olarak kullanılan bu model, iki ve daha çok değişkenin aralarında korelasyon olup olmadığını; varsa düzeyini belirlemeyi amaçlamaktadır (Karasar, 2005). Bu bağlamda araştırmada, sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stres düzeyleri ve özgüvenleri arasındaki ilişki; kullanılacak olan veri toplama araçları dâhilinde ortaya çıkarılarak ele alınmaktadır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, Kilis ili Merkez ilçesindeki anaokulu, ilkokul, ortaokul ve liselerde görev yapan sözleşmeli öğretmenler oluşturmaktadır. Örneklem, seçkisiz olmayan oranlı küme örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Her bir okul grubu (anaokulları, ilkokullar, ortaokullar ve liseler) bir küme olarak ele alınmıştır. Her bir kümede görev yapan sözleşmeli öğretmenlerden, genel içindeki oran göz önüne alınarak oranlı küme örnekleme yöntemiyle 273 sözleşmeli öğretmen örnekleme dahil edilmiştir. Örneklem alınan sözleşmeli öğretmenlerin demografik özellikleri Tablo 3.1’de gösterilmiştir.

Tablo 3.1. Örnekleme alınan sözleşmeli öğretmenlerin demografik özellikleri

Değişken		Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	164	60,1
	Erkek	109	39,9
Medeni durum	Bekar	211	77,3
	Evli	59	21,6
	Boşanmış	3	1,1
Mesleki kıdemi	0-1 yıl	143	52,4
	2 yıl	74	27,1
	3 yıl	56	20,5
Yaş	22-25 yaş	103	37,7
	26-29 yaş	114	41,8
	30-33 yaş	22	8,1
	34-37 yaş	19	7,0
	38+ yaş	15	5,5
Branş	Anaokulu öğretmeni	30	11,0
	Sınıf öğretmeni	85	31,1
	Ortaokul branş öğretmeni	119	43,6
	Lise branş öğretmeni	39	14,3

3.3. Veri Toplama Araçları ve Güvenirliği

Bu araştırmada veri toplama araçları olarak “kişisel bilgi formu”yla (Ek 5) birlikte “*Stres Belirtileri Ölçeği*” (Ek 3) ve “*Özgüven Ölçeği*” (Ek 4) kullanılmıştır.

Kişisel bilgi formu. Örnekleme alınan sözleşmeli öğretmenlerin, demografik özelliklerinin belirlenmesi amacıyla kullanılmıştır. Form sözleşmeli öğretmenlerin cinsiyeti, medeni durumu, mesleki kıdemi, yaşı ve branşının saptanmasını içeren 5 sorudan oluşmaktadır. Kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından oluşturulmuştur (Ek 5).

Stres Belirtileri Ölçeği. Araştırmada sözleşmeli öğretmenlerin stres düzeylerini ölçmek amacıyla Kırıl’ın (2008) geliştirdiği “*Stres Belirtileri Ölçeği*” (Ek 3) kullanılmıştır. Ölçek fizyolojik belirtiler (7 madde) ve psikolojik belirtiler (6 madde) olmak üzere 2 alt faktör ve toplam 13 maddeden oluşmaktadır. Fizyolojik belirtiler faktörü, toplam varyansın %27,06’sını; psikolojik belirtiler faktörü ise toplam varyansın %46,48’ini açıkladığı görülmüştür. 14 maddeli ölçekteki faktör yükleri 0,461 ve 0,781 aralığında değişkenlik göstermektedir. Stres Belirtileri Ölçeğinin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı değerleri fizyolojik belirtiler için 0,720, psikolojik belirtiler için 0,845, genel toplamda ise 0,821 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada ölçeğin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı değerleri fizyolojik belirtiler için 0,82, psikolojik belirtiler için 0,87, genel toplamda ise 0,88 olarak bulunmuştur.

Özgüven Ölçeği. Araştırmada sözleşmeli öğretmenlerin özgüven düzeylerini ölçmek için Akın'ın (2007) geliştirdiği “Özgüven Ölçeği” (Ek 4) kullanılmıştır. Özgüven Ölçeği, iç özgüven (17 madde) ve dış özgüven (16 madde) olmak üzere 2 alt faktör ve toplam 33 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin faktör yük değerleri 0,31 ile 0,75; iç tutarlılık katsayıları ise ölçeğin tamamı için 0,83, iç özgüven için 0,83, dış özgüven için 0,85'tir. Toplam madde korelasyonları ise 0,30 ile 0,72 arasındadır. 33 maddeli Özgüven Ölçeği, 5 dereceli likert tipi hazırlandığı için ölçekten alınabilecek en yüksek değer 165, en düşük değer ise 33 olabilmektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı değerleri iç özgüven için 0,97, dış özgüven için 0,87, ölçeğin tamamı için 0,94 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı değerleri iç özgüven için 0,90, dış özgüven için 0,76, ölçeğin tamamı için 0,92 olarak bulunmuştur.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmada verilerin toplanması aşaması, dünya genelinde meydana gelen Covid-19 süreciyle aynı döneme denk gelmiştir. Bu dönemde birçok alanda kısıtlamalara gidilmiş ve bu kısıtlamalar Millî Eğitim Bakanlığına bağlı kamu ilkokullarını da etkilemiştir. Veriler, okulların açık olduğu seminer çalışmalarının yapıldığı Eylül 2020 ve eğitim-öğretimin yapıldığı Mart 2021 aylarında toplanmıştır.

Araştırmada veriler, örnekleme alınan Kilis ili Merkez ilçesindeki anaokulu, ilkokul, ortaokul ve liselerde görev yapan sözleşmeli öğretmenlere “araştırmanın amacı ve içeriği”, “veri toplama araçları” hakkında yüz yüze bilgi vermek ve “araştırma ve veri toplama araçları hakkında tereddütleri gidermek” suretiyle gönüllük esasına göre toplanmıştır. Veri toplama araçlarında ad, soyad, okul adı gibi özel bilgilerin yer almadığı vurgulanmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin sadece araştırma amacıyla kullanılacağı ve araştırmada elde edilen sonuçlardan kendilerine haberdar edileceği özellikle belirtilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 17.0 yazılım paketi kullanılmıştır. Kişisel bilgi formuyla örnekleme alınanların tanımlayıcı istatistiklerinin belirlenebilmesi için frekans ve yüzdelik dağılımları hesaplanmıştır. Verilerin analizinde parametrik veya nonparametrik testlerden hangisinin uygulanacağına karar vermede dağılımının normalliğini belirleyen Kolmogorov Smirnov testi değerlerine bakılmıştır. Stres belirtileri ölçeğinin tamamı (K-s)-z =1,718 p=0,00) ve alt boyutlarından fizyolojik belirtiler (K-s)-z =1,490 p=0,02), psikolojik belirtiler

(K-s)-z =2,393 p=0,00) boyutu normal dağılım göstermediği için non-parametrik testlerden Mann-Whitney-U ve Kruskal Wallis Testleri kullanılmıştır. Özgüven ölçeğinin tamamı (K-s)-z =0,806 p=0,53) ve alt boyutlarından iç özgüven (K-s)-z =0,937 p=0,34), dış özgüven (K-s)-z =1,254 p=0,08) normal dağılım gösterdiği için parametrik testlerden t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Stres Belirtileri Ölçeği. “Stres Belirtileri Ölçeği”nde yer alan maddeler hiç (1), az (2), orta (3), çok (4), pek çok (5) şeklinde kodlanmıştır. Ölçekte ters kodlanmış madde bulunmamaktadır. “Stres Belirtileri Ölçeği”yle elde edilen verilerin analizinde kullanılacak istatistik tekniklerini belirlemek için dağılımın normalliğini belirleyen Kolmogorov Smirnov testi değerlerine bakılmıştır. “Stres Belirtileri Ölçeği”yle elde edilen verilerin analizinde frekans analizleri, tanımlayıcı analizler normal dağılım göstermediği için non-parametrik testlerden Mann Whitney U Testi, Kruskal-Wallis Testi kullanılmıştır.

Özgüven Ölçeği. “Özgüven Ölçeği”nde yer alan maddeler hiçbir zaman (1), nadiren (2), sık sık (3), genellikle (4), her zaman (5) şeklinde kodlanmıştır. Ölçekte ters kodlanmış madde bulunmamaktadır. “Özgüven Ölçeği”yle elde edilen verilerin analizinde kullanılacak istatistik tekniklerini belirlemek için dağılımın normalliğini belirleyen Kolmogorov Smirnov testi değerlerine bakılmıştır. “Özgüven Ölçeği”yle elde edilen verilerin analizinde frekans analizleri, tanımlayıcı analizler normal dağılım gösterdiği için t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Örneklemdeki herhangi bir grubun sayısının 30’un altına düştüğü durumlarda non-parametrik testlerden Mann Whitney U Testi, Kruskal-Wallis Testi kullanılmıştır.

Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stres ile özgüven arasındaki ilişkinin analizinde “Stres Belirtileri Ölçeği”nin verileri normal dağılım göstermediği, “Özgüven Ölçeği”nin verileri normal dağılım gösterdiği için Spearman korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

3.6. Bulguların Yorumlanması

Bulguların yorumlanabilmesi için araştırmacı tarafından ölçeklerdeki süreksiz veriler aralık sayısı seçenek sayısına bölünmek suretiyle sürekli veri hale getirilmiştir. Bu amaçla her iki ölçekteki beş seçenek sayısı dört aralık sayısına bölünmüştür. Elde edilen sonuç en alt değer olan 1.00 den itibaren ilave edilerek yeni değerler elde edilmiştir.

“Stres Belirtileri Ölçeği” nin bulguları, ölçekteki dört aralık sayısı beş seçenek sayısına bölünmesiyle elde edilen 0.80 sayısının 1.00 den itibaren ilave edilerek 1.00-1.80 aralığı “*çok düşük*”, 1.81-2.60 aralığı “*düşük*”, 2.61-3.40 aralığı “*orta*”, 3.41-4.20 aralığı “*yüksek*”, 4.21-5.00 aralığı “*çok yüksek*” şeklinde yorumlanmıştır.

“Özgüven Ölçeği”nin bulguları, ölçekteki dört aralık sayısı beş seçenek sayısına bölünmesiyle elde edilen 0.80 sayısının 1.00 den itibaren ilave edilerek 1.00-1.80 aralığı “*çok düşük*”, 1.81-2.60 aralığı “*düşük*”, 2.61-3.40 aralığı “*orta*”, 3.41-4.20 aralığı “*yüksek*”, 4.21-5.00 aralığı “*çok yüksek*” şeklinde yorumlanmıştır.

Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre sözleşmeli öğretmenlerin stresi düzeyleri ile özgüvenleri arasındaki ilişkinin analizinde kullanılan Spearman korelasyon katsayısı bulguları 0.00-0.30 arası “*düşük düzeyde ilişki*”, 0.31-0.70 arası “*orta düzeyde ilişki*” ve 0.71-1.00 arası “*yüksek düzeyde ilişki*” olarak yorumlanmıştır.

4. BÖLÜM

4. BULGULAR VE TARTIŞMA

Bu bölümde araştırılan problemi cevaplamak üzere ele alınan alt problemlere ilişkin bulgular ve yorumu yer almaktadır.

Araştırmada toplanan veriler, ele alınan alt problemlere cevap bulmak üzere çözümlenmiş ve elde edilen bulgular tablolaştırılmıştır.

4.1. Birinci Alt Probleme İlişkin Bulgular ve Tartışma

Araştırmanın birinci alt probleminde “*sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşleri*” ele alınmıştır. Sözleşmeli öğretmenler ölçeğin tamamında ($\bar{x}=1,99$) aritmetik ortalamayla “*düşük*” düzeyde stresli olduğunu belirtmiştir. Sözleşmeli öğretmenlerin stres ölçeğindeki fizyolojik belirtiler boyutuna ilişkin görüşleri Tablo 4.1’de verilmiştir.

Tablo 4.1. Sözleşmeli öğretmenlerin stres ölçeğindeki fizyolojik belirtiler boyutuna ilişkin görüşleri

Madde no	Madde ifadesi	n	\bar{x}	Ss	Anlamı
7	Uyuma yetersizliği	271	2,70	1,41	Orta
6	Uykusuzluk	272	2,62	1,31	
3	Aşırı yeme	270	2,28	1,23	Düşük
4	Terleme	267	2,22	1,10	
2	Sindirim problemleri	273	2,17	1,18	
5	Nefes darlığı	270	1,78	1,02	Çok düşük
1	Tansiyon yükselmesi	270	1,61	0,94	
Fizyolojik belirtiler boyutunun tamamı		273	2,18	0,82	Düşük

Sözleşmeli öğretmenler stres ölçeğindeki “*fizyolojik belirtiler*”in ($\bar{x}=2,18$) aritmetik ortalamayla “*düşük*” düzeyde olduğu görüşündedir. Sözleşmeli öğretmenler stres ölçeğindeki fizyolojik belirtiler boyutuna ilişkin en çok katıldığı “*Uyuma yetersizliği*” maddesinin ($\bar{x}=2,70$) aritmetik ortalamayla “*orta*” düzeyde olduğu görüşündedir. Sözleşmeli öğretmenler stres ölçeğindeki fizyolojik belirtiler boyutuna ilişkin en az katıldığı “*Tansiyon yükselmesi*” maddesinin ($\bar{x}=1,61$) aritmetik ortalamayla “*çok düşük*” düzeyde olduğu görüşündedir.

Sözleşmeli öğretmenlerin stres ölçeğindeki psikolojik belirtiler boyutuna ilişkin görüşleri Tablo 4.2’de verilmiştir.

Tablo 4.2. Sözleşmeli öğretmenlerin stres ölçeğindeki psikolojik belirtiler boyutuna ilişkin görüşleri

Madde no	Madde ifadesi	n	\bar{x}	Ss	Anlamı
12	Öğrenci davranışlarından çabuk rahatsız olma	270	2,03	1,05	Düşük
13	Öfkesini çevresine hissettirme	273	1,96	1,08	
8	Okula geç gelme / gitmek istememe	272	1,96	1,19	
9	Okulu stres yaratıcı bir ortam olarak görme	270	1,90	1,11	
11	İş kazaları / dikkatsizlik	271	1,71	0,96	Çok düşük
10	Okuldan uzaklaşma isteği (rapor, izin vb.)	270	1,64	1,03	
14	Velilere karşı tavır gösterme	272	1,50	0,80	
Psikolojik belirtiler boyutunun tamamı		273	1,80	0,78	Çok düşük

Sözleşmeli öğretmenler stres ölçeğindeki “psikolojik belirtiler”in ($\bar{x}=1,80$) aritmetik ortalamayla “çok düşük” düzeyde olduğu görüşündedir. Sözleşmeli öğretmenler stres ölçeğindeki psikolojik belirtiler boyutuna ilişkin en çok katıldığı “Öğrenci davranışlarından çabuk rahatsız olma” maddesinin ($\bar{x}=2,03$) aritmetik ortalamayla “düşük” düzeyde olduğu görüşündedir. Sözleşmeli öğretmenler stres ölçeğindeki psikolojik belirtiler boyutuna ilişkin en az katıldığı “Velilere karşı tavır gösterme” maddesinin ($\bar{x}=1,50$) aritmetik ortalamayla “çok düşük” düzeyde olduğu görüşündedir. Sözleşmeli öğretmenler stres ölçeğindeki “psikolojik belirtiler”in ($\bar{x}=1,80$) aritmetik ortalamayla “çok düşük” düzeyde olduğu görüşündedir.

Akbudak’ın (2010) “İlköğretim okul yöneticileri liderlik davranışlarının, öğretmenlerin stres düzeyine etkisi” adlı yüksek lisans tez çalışmasında öğretmenlerin stres seviyeleri ortalamasının yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. 2014-2015 öğretim yılında Şanlı’nın (2017) “Öğretmenlerin algılanan stres düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi” adlı araştırmasında öğretmenlerin algılanan stres düzeylerinin “orta” düzeyde olduğu görülmüştür. Demir’in (2019) “Lider-Üye Etkileşiminin Öğretmen Stres, Tükenmişlik ve Depresyonu Üzerindeki Rolü” isimli çalışmasında ise öğretmenlerin algıladıkları stres düzeyleri, düşük düzeyde bulunmuştur. Yapmış olduğumuz bu çalışmada da sözleşmeli öğretmenlerin stres düzeylerinin, ölçeğin tamamında ve fizyolojik belirtiler boyutunda “düşük”, psikolojik belirtiler boyutunda ise “çok düşük” olduğu görülmektedir. Bu bulgulara göre öğretmenlerin stres düzeylerinin değişkenlik gösterdiği söylenebilir.

2016'dan itibaren uygulamaya koyulan sözleşmeli öğretmenliğin, 2011'de kaldırılan sözleşmeli öğretmenliğe göre meslek güvencesi bakımından daha belirgin kurallara bağlandığı görülmektedir. Günümüzde ataması yapılan bir sözleşmeli öğretmenin, disiplin suçu işlemediği takdirde üç sene sonrasında kadroya alımı gerçekleşmektedir. Sözleşmeli öğretmenlerin stres düzeyinin az olmasının nedenlerinden biri bu durum olabilir.

4.2. İkinci Alt Probleme İlişkin Bulgular ve Tartışma

Araştırmanın ikinci alt probleminde “sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşlerinin cinsiyet, yaş, medeni durum, mesleki kıdem ve branşa göre farklılığı” ele alınmıştır.

4.2.1. Cinsiyet

Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşlerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 4.3'te verilmiştir.

Tablo 4.3. Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşlerinin cinsiyete göre karşılaştırılması (Mann Whitney U Testi)

Stres	Cinsiyet	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	U	p	Anlamı
Fizyolojik belirtiler	Kadın	164	141,53	23211,00	8195,000	0,244	Fark yok
	Erkek	109	130,18	14190,00			
Psikolojik belirtiler	Kadın	164	141,83	23260,50	8145,500	0,213	Fark yok
	Erkek	109	129,73	14140,50			
Ölçeğin tamamı	Kadın	164	143,06	23462,50	7,944E3	0,119	Fark yok
	Erkek	109	127,88	13938,50			

p<.05

Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin cinsiyete göre istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Benzer sonuçlar Vatandaş ve Gökpınar'ın (2021:880) sınıf öğretmenleriyle yaptığı çalışmasında da görülmektedir. Ancak Yetim ve Çevik'in (2018) yapmış olduğu “Bir İş Sağlığı Konusu Olarak Öğretmenlerde İş Stresi ve Başa Çıkma Yolları: Alan Araştırması” isimli araştırmasında ise erkek öğretmenler kadın öğretmenlere göre daha yüksek düzeyde iş stresi yaşamaktadır. Çalışma bulgusu araştırma bulgularıyla farklılaşmaktadır.

4.2.2. Yaş

Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşlerinin yaşa göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 4.4'te verilmiştir.

Tablo 4.4. Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşlerinin yaşa göre karşılaştırılması (Kruskal-Wallis Testi)

Stres	Yaş	n	Sıra ortalaması	sd	Chi-Square	p	Anlamı
Fizyolojik belirtiler	22-25 yaş	103	134,83	4	4,686	0,321	Fark yok
	26-29 yaş	114	134,61				
	30-33 yaş	22	155,18				
	34-37 yaş	19	161,61				
	38+ yaş	15	112,23				
Psikolojik belirtiler	22-25 yaş	103	139,66	4	6,068	0,194	Fark yok
	26-29 yaş	114	139,94				
	30-33 yaş	22	140,98				
	34-37 yaş	19	138,68				
	38+ yaş	15	88,43				
Ölçeğin tamamı	22-25 yaş	103	136,57	4	4,542	0,338	Fark yok
	26-29 yaş	114	136,90				
	30-33 yaş	22	150,55				
	34-37 yaş	19	152,74				
	38+ yaş	15	100,93				

p<.05

Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşleri arasında yaşa göre istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

4.2.3. Medeni Durum

Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşlerinin medeni duruma göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 4.5'de verilmiştir.

Tablo 4.5. Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşlerinin medeni duruma göre karşılaştırılması (Kruskal-Wallis Testi)

Stres	Medeni durum	n	Sıra ortalaması	sd	Chi-Square	p	Anlamı
Fizyolojik belirtiler	Bekar	211	138,78	2	3,932	0,140	Fark yok
	Evli	59	126,75				
	Boşanmış	3	213,50				
Psikolojik belirtiler	Bekar	211	138,57	2	1,089	0,580	Fark yok
	Evli	59	129,75				
	Boşanmış	3	169,17				
Ölçeğin tamamı	Bekar	211	139,04	2	2,855	0,240	Fark yok
	Evli	59	126,69				
	Boşanmış	3	196,50				

p<.05

Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşleri arasında medeni duruma göre istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Yetim ve Çevik'in (2018) yapmış olduğu araştırmada ise bekar öğretmenlerin stres düzeyleri, evli öğretmenlerin stres düzeylerinden daha yüksek olduğu görülmektedir. Çalışma bulgusu araştırma bulgusuyla farklılaşmaktadır.

4.2.4. Mesleki Kıdem

Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşlerinin mesleki kıdeme göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 4.6'da verilmiştir.

Tablo 4.6. Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşlerinin mesleki kıdeme göre karşılaştırılması (Kruskal-Wallis Testi)

Stres	Mesleki kıdem	n	Sıra ortalaması	sd	Chi-Square	p	Anlamı
Fizyolojik belirtiler	0-1 yıl	143	140,43	2	3,745	0,154	Fark yok
	2 yıl	74	122,51				
	3 yıl	56	147,38				
Psikolojik belirtiler	0-1 yıl	143	136,57	2	6,267	0,044	Fark var
	2 yıl	74	122,47				
	3 yıl	56	157,30				
Ölçeğin tamamı	0-1 yıl	143	139,03	2	5,815	0,055	Fark yok
	2 yıl	74	120,50				
	3 yıl	56	153,62				

p<.05

Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşleri arasında mesleki kıdeme göre fizyolojik belirtiler boyutunda ve ölçeğin tamamında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamakta; psikolojik belirtiler (Chi-Square=6,267, p: 0,04) boyutunda istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Bu farkın hangi mesleki kıdemler arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla Mann Whitney U Testi yapılmıştır. Testin sonucunda elde edilen sonuçlar aşağıda Tablo 4.7'de verilmiştir.

Tablo 4.7. Sözleşmeli öğretmenlerin stresin “psikolojik belirtiler” boyutuna ilişkin görüşleri arasında “mesleki kıdem” farklılığı gösteren Mann Whitney U Testi Sonuçları

Mesleki kıdem	n	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	U	p	Anlamı	Fark
0-1 yıl (1)	143	112,69	16115,00	4763,000	0,226	Fark yok	2 -3
2 yıl (2)	74	101,86	7538,00				
0-1 yıl (1)	143	95,87	13710,00	3414,000	0,105	Fark yok	
3 yıl (3)	56	110,54	6190,00				
2 yıl (2)	74	58,11	4300,00	1525,000	0,010	Fark var	
3 yıl (3)	56	75,27	4215,00				

Mann Whitney U Testi sonuçlarına göre sözleşmeli öğretmenlerin stresin “psikolojik belirtiler” boyutuna ilişkin görüşleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir görüş farklılığının olduğu görülmektedir. Tablo 4.7’deki Mann Whitney U Testi sonuçlarına göre sözleşmeli öğretmenlerin stresin “psikolojik belirtiler” boyutuna ilişkin 2 yıl ve 3 yıl mesleki kıdemi olanların görüşleri arasında anlamlı bir fark bulunmaktadır. Sözleşmeli öğretmenlerden 2 yıllık mesleki kıdemde olanlar 3 yıllık mesleki kıdemde olanlara göre stresin “psikolojik belirtiler” boyutunda daha yüksek ortalamaya sahiptir.

Şanlı’nın (2017) Malatya ilinde devlet okullarında çalışan öğretmenler ile ilgili yapmış olduğu araştırmada, “Stres/rahatsızlık algısı” düzeyi 1- 10 yıl mesleki kıdeme sahip olan öğretmenlerin 21- 30 yıl mesleki kıdeme sahip olan öğretmenlerden daha fazla bulunmuştur. Yetim ve Çevik’in (2018) araştırmasında 1 yıldan daha az mesleki kıdeme sahip öğretmenlerin stres düzeyleri, daha fazla mesleki kıdeme sahip öğretmenlerin stres düzeylerinden anlamlı düzeyde fazladır. Çalışmanın bulgusu araştırmaların bulgusuyla örtüşmektedir. Kıdeminin az olduğu sözleşmeli öğretmenlerin stres düzeylerinin fazla olması, mesleğe dair tecrübesizlikten ve iş hayatına atılmış olmanın getirdiği yeni bir yaşam tarzına alışma sürecinden kaynaklanabilir.

4.2.5. Branş

Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşlerinin branşa göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 4.8’de verilmiştir.

Tablo 4.8. Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşlerinin bransa göre karşılaştırılması
(Kruskal-Wallis Testi)

Stres	Mesleki kıdem	n	Sıra ortalaması	sd	Chi-Square	p	Anlamı
Fizyolojik belirtiler	Anaokulu öğretmeni	30	145,62	3	0,958	0,811	Fark yok
	Sınıf öğretmeni	85	139,10				
	Ortaokul branş öğretmeni	119	132,13				
	Lise branş öğretmeni	39	140,67				
Psikolojik belirtiler	Anaokulu öğretmeni	30	150,48	3	4,800	0,187	Fark yok
	Sınıf öğretmeni	85	147,61				
	Ortaokul branş öğretmeni	119	125,91				
	Lise branş öğretmeni	39	137,36				
Ölçeğin tamamı	Anaokulu öğretmeni	30	148,75	3	3,105	0,376	Fark yok
	Sınıf öğretmeni	85	145,04				
	Ortaokul branş öğretmeni	119	127,99				
	Lise branş öğretmeni	39	137,92				

p<.05

Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşleri arasında bransa göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

Dinç ve Cemaloğlu'nun (2018) yapmış olduğu bir araştırmada, öğretmenlerin stres yaşama düzeylerinin bransa göre anlamlı farklılaştığı görülmüştür. Ortaya konulan verilere bakıldığında branşın, öğretmenlerin stres yaşama düzeyini etkilediği anlaşılmaktadır. Stres düzeyleri en yüksek din kültürü ve ahlak bilgisi branşında çıkarken, sınıf ve okul öncesi branşlarında anlamlı oranda daha az stres düzeyi görülmektedir. Çalışmanın bulgusu araştırma bulgusuyla örtüşmemektedir. Araştırma sonuçları öğretmenler arasındaki stres düzeyinin bransa göre değiştiğini göstermektedir.

4.3. Üçüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular ve Tartışma

Araştırmanın üçüncü alt probleminde “sözleşmeli öğretmenlerin özgüvenlerine ilişkin görüşleri” ele alınmıştır. Sözleşmeli öğretmenler ölçeğin tamamında ($\bar{x}=4,02$) aritmetik ortalamayla “yüksek” düzeyde özgüvenli olduğunu belirtmiştir. Sözleşmeli öğretmenlerin özgüven ölçeğindeki iç özgüven boyutuna ilişkin görüşleri Tablo 4.9’da verilmiştir.

Tablo 4.9. Sözleşmeli öğretmenlerin özgüven ölçeğindeki iç özgüven boyutuna ilişkin görüşleri

Madde no	Madde ifadesi	n	\bar{x}	Ss	Anlamı
9	Verdiğim kararların arkasında dururum	273	4,31	0,80	Çok yüksek
12	Öz-eleştiri yapabilirim	272	4,30	0,83	
17	İstedğim şeyleri elde etmek için mücadele edebilirim	271	4,30	0,81	
19	Kendimi ve başkalarını olduğu gibi kabul ederim	271	4,27	0,83	
15	Kendimle barışık bir insanım	273	4,26	0,84	
10	Kendi kendime yetebileceğime inanırım	271	4,21	0,89	
32	Kendimi severim	273	4,21	0,86	
7	Problemlerimin üstesinden gelebileceğime inanırım	271	4,19	0,79	Yüksek
27	Değerli birisi olduğuma inanırım	273	4,16	0,90	
21	Sorumluluk almaktan çekinmem	272	4,14	0,93	
25	Başarısız olduğumda hemen pes etmem	273	3,93	0,90	
1	Kendimi başarılı bir insan olarak görürüm	272	3,77	0,86	
3	Seçimlerimde başkalarına bağımlı değilimdir	272	3,73	1,07	
5	Benim için aşılamayacak sorun yoktur	272	3,61	1,01	
23	Sıkıntılı anlarımda bile olumlu düşünmeye çalışırım	273	3,60	1,11	
30	Kolay karar verebilirim	272	3,39	1,05	Orta
4	Yaşamdaki zorluklarla baş edebilirim	267	2,22	1,10	Düşük
İç özgüven boyutunun tamamı		273	4,01	0,58	Yüksek

Sözleşmeli öğretmenler, özgüven ölçeğindeki “iç özgüven”in ($\bar{x}=4,01$) aritmetik ortalamayla “yüksek” düzeyde olduğu görüşündedir. Sözleşmeli öğretmenler, özgüven ölçeğindeki iç özgüven boyutuna ilişkin en çok katıldığı “Verdiğim kararların arkasında dururum” maddesinin ($\bar{x}=4,31$) aritmetik ortalamayla “çok yüksek” düzeyde olduğu görüşündedir. Sözleşmeli öğretmenler özgüven ölçeğindeki iç özgüven boyutuna ilişkin en az katıldığı “Yaşamdaki zorluklarla baş edebilirim” maddesinin ($\bar{x}=2,22$) aritmetik ortalamayla “düşük” düzeyde olduğu görüşündedir. Sözleşmeli öğretmenlerin özgüven ölçeğindeki dış özgüven boyutuna ilişkin görüşleri Tablo 4.10’da verilmiştir.

Tablo 4.10. Sözleşmeli öğretmenlerin özgüven ölçeğindeki dış özgüven boyutuna ilişkin görüşleri

Madde no	Madde ifadesi	n	\bar{x}	Ss	Anlamı	
6	Başkalarının görüşlerine saygı gösteririm	271	4,48	0,72	Çok yüksek	
13	Anlamadığım konularda başkalarına soru sorabilirim	272	4,45	0,74		
26	Başka insanlarla kolaylıkla iletişim kurabilirim	270	4,26	2,51		
8	Sosyal etkinliklere katılmaktan çekinmem	273	4,20	3,24		
16	Gerektiğinde sonuna kadar hakkımı savunurum	272	4,18	0,89	Yüksek	
18	Kendimi rahat bir şekilde ifade edebilirim	272	4,16	0,87		
14	Yeni girdiğim ortamlara uyum sağlarım	273	4,08	0,93		
22	Diğer insanların eleştirilerini anlayışla karşılayabilirim	273	4,06	0,92		
28	Kolay arkadaş edinebilirim	272	4,00	0,93		
29	Düşüncelerimi ifade ederken başkalarından çekinmem	273	3,94	0,86		
31	Sosyal bir insan olduğuma inanırım	273	3,92	0,97		
11	Aktif birisi olduğumu düşünürüm	272	3,91	1,00		
33	Başka insanların övgülerini hak ettiğime inanırım	272	3,84	0,95		
24	Ön plana çıkmaktan korkmam	273	3,76	1,05		
20	Çevremde yeteri kadar güvenebileceğim insan vardır	272	3,72	1,07		
2	Başkalarının yanında heyecanımı kontrol edebilirim	272	3,63	1,01		
Dış özgüven boyutunun tamamı		273	4,02	0,63		Yüksek

Sözleşmeli öğretmenler özgüven ölçeğindeki “dış özgüven”in ($\bar{x}=4,02$) aritmetik ortalamayla “yüksek” düzeyde olduğu görüşündedir. Sözleşmeli öğretmenler özgüven ölçeğindeki dış özgüven boyutuna ilişkin en çok katıldığı “Başkalarının görüşlerine saygı gösteririm” maddesinin ($\bar{x}=4,48$) aritmetik ortalamayla “çok yüksek” düzeyde olduğu görüşündedir. Sözleşmeli öğretmenler özgüven ölçeğindeki dış özgüven boyutuna ilişkin en az katıldığı “Başkalarının yanında heyecanımı kontrol edebilirim” maddesinin ($\bar{x}=3,63$) aritmetik ortalamayla “yüksek” düzeyde olduğu görüşündedir.

Sözleşmeli öğretmenlerin devlet memuru olarak atanıp iş sahibi olabilmeleri için çok fazla adayla rekabet içine girerek yazılı ve sözlü sınavlara girmesi gerekmektedir. Yıllarca sürebilen bu zorlu süreçten başarıyla çıkarak sözleşmeli öğretmen olmaya hak kazanılması, özgüveni yükseltmiş olabilir.

4.4. Dördüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular ve Tartışma

Araştırmanın dördüncü alt probleminde “sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşlerinin cinsiyet, yaş, medeni durum, mesleki kıdem ve branşa göre farklılığı” ele alınmıştır.

4.4.1. Cinsiyet

Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşlerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 4.11’de verilmiştir.

Tablo 4.11. Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşlerinin cinsiyete göre karşılaştırılması (t testi)

Özgüven	Cinsiyet	n	\bar{x}	Ss	sd	t	p	Anlamı
İç özgüven	Kadın	164	4,04	0,56	271	0,89	0,37	Fark yok
	Erkek	109	3,97	0,60				
Dış özgüven	Kadın	164	4,06	0,66	271	1,27	0,20	Fark yok
	Erkek	109	3,96	0,57				
Ölçeğin tamamı	Kadın	164	4,05	0,57	271	1,14	0,25	Fark yok
	Erkek	109	3,97	0,57				

p<.05

Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşleri arasında cinsiyete göre istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Hergüner ve Gül’ün (2019) yapmış olduğu araştırmada okulda çalışan kadın yöneticilerin erkek yöneticilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek dış özgüvene sahip olduğu görülmüştür. Çalışma bulgusu araştırma bulgusuyla örtüşmemektedir.

4.4.2. Yaş

Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşlerinin yaşa göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 4.12’de verilmiştir.

Tablo 4.12. Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşlerinin yaşa göre karşılaştırılması
(Kruskal-Wallis Testi)

Özgüven	Yaş	n	Sıra ortalaması	sd	Chi-Square	p	Anlamı
İç özgüven	22-25 yaş	103	152,30	4	8,343	0,08	Fark yok
	26-29 yaş	114	124,50				
	30-33 yaş	22	134,73				
	34-37 yaş	19	119,11				
	38+ yaş	15	152,93				
Dış özgüven	22-25 yaş	103	151,20	4	9,329	0,053	Fark yok
	26-29 yaş	114	125,08				
	30-33 yaş	22	147,55				
	34-37 yaş	19	108,24				
	38+ yaş	15	151,03				
Ölçeğin tamamı	22-25 yaş	103	152,32	4	8,927	0,063	Fark yok
	26-29 yaş	114	124,51				
	30-33 yaş	22	139,09				
	34-37 yaş	19	114,16				
	38+ yaş	15	152,63				

p<.05

Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşleri arasında yaşa göre istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

4.4.3. Medeni Durum

Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşlerinin medeni duruma göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 4.13'te verilmiştir.

Tablo 4.13. Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşlerinin medeni duruma göre karşılaştırılması (Kruskal-Wallis Testi)

Özgüven	Medeni durum	n	Sıra ortalaması	sd	Chi-Square	p	Anlamı
İç özgüven	Bekar	211	135,63	2	1,425	0,490	Fark yok
	Evli	59	144,09				
	Boşanmış	3	94,17				
Dış özgüven	Bekar	211	137,18	2	0,542	0,763	Fark yok
	Evli	59	138,04				
	Boşanmış	3	103,83				
Ölçeğin tamamı	Bekar	211	136,38	2	0,892	0,640	Fark yok
	Evli	59	141,18				
	Boşanmış	3	98,50				

p<.05

Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşleri arasında medeni duruma göre istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

4.4.4. Mesleki Kıdem

Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşlerinin mesleki kıdeme göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 4.14'te verilmiştir.

Tablo 4.14. Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşlerinin medeni duruma göre karşılaştırılması (ANOVA)

Özgüven	Mesleki kıdem	n	\bar{x}	Ss	sd	F	p	Anlamı
İç özgüven	0-1 yıl	143	4,08	0,58	2	2,47	0,08	Fark yok
	2 yıl	74	3,94	0,56				
	3 yıl	56	3,91	0,61				
Dış özgüven	0-1 yıl	143	4,06	0,57	2	0,62	0,53	Fark yok
	2 yıl	74	4,00	0,77				
	3 yıl	56	3,96	0,58				
Ölçeğin tamamı	0-1 yıl	143	4,07	0,55	2	1,53	0,21	Fark yok
	2 yıl	74	3,97	0,62				
	3 yıl	56	3,93	0,55				

p<.05

Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşleri arasında mesleki kıdeme göre istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

4.4.5. Branş

Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşlerinin branşa göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 4.15'te verilmiştir.

Tablo 4.15. Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşlerinin branşa göre karşılaştırılması (ANOVA)

Özgüven	Branş	n	\bar{x}	Ss	sd	F	p	Anlamı	Fark
İç özgüven	1) Anaokulu öğretmeni	30	3,89	0,61	3	3,76	0,01	Fark var	3-4
	2) Sınıf öğretmeni	85	4,02	0,58					
	3) Ortaokul branş öğretmeni	119	4,11	0,50					
	4) Lise branş öğretmeni	39	3,78	0,72					
Dış özgüven	1) Anaokulu öğretmeni	30	3,94	0,55	3	3,25	0,02	Fark var	3-4
	2) Sınıf öğretmeni	85	3,98	0,57					
	3) Ortaokul branş öğretmeni	119	4,15	0,67					
	4) Lise branş öğretmeni	39	3,81	0,65					
Ölçeğin tamamı	1) Anaokulu öğretmeni	30	3,91	0,55	3	3,832	0,01	Fark var	3-4
	2) Sınıf öğretmeni	85	4,00	0,55					
	3) Ortaokul branş öğretmeni	119	4,13	0,54					
	4) Lise branş öğretmeni	39	3,80	0,65					

p<.05

Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşleri arasında branşa göre istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Sözleşmeli öğretmenlerden ortaokul branş öğretmenlerinin özgüveni, iç özgüveni ve dış özgüveni lise branş öğretmenlerinden daha yüksektir.

Uysal ve Gürol'un (2018) yaptığı "Sosyal bilgiler öğretmenlerinin öğretime yönelik özgüven ölçeğinin geliştirilmesi" isimli çalışmasına bakıldığında, ortaokuldaki sosyal bilgiler öğretmenlerinin, öğretime yönelik özgüvenleri ortalamasının yüksek olduğu görülmektedir. Çalışma bulgusu araştırma bulgusuyla örtüşmektedir.

4.5. Beşinci Alt Probleme İlişkin Bulgular ve Tartışma

Araştırmanın dördüncü alt probleminde "sözleşmeli öğretmenlerin stresi ile özgüvenleri arasında bir ilişki" ele alınmıştır. Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stres ile özgüven arasındaki ilişkiye ait bulgular Tablo 4.16'da verilmiştir.

Tablo 4.16. Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stres ile özgüven arasındaki ilişki (Spearman's rho)

		Stres	Özgüven
Stres	Correlation Coefficient	1	-0,31*
	Sig. (2-tailed)		0.00
Özgüven	Correlation Coefficient	-0,31*	1
	Sig. (2-tailed)	0.00	

p<.05

Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stres ile özgüven arasında “*orta düzeyde*” ve “*negatif*” ($r=-0.31$; $p< 0.05$) bir ilişki bulunmaktadır. Diğer bir deyişle sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stres arttıkça özgüven azalmaktadır, stres azaldıkça özgüven artmaktadır. Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stresin alt boyutları ile özgüvenin alt boyutları arasındaki ilişkiye ait bulgular Tablo 4.17’de verilmiştir.

Tablo 4.17. Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stresin alt boyutları ile özgüvenin alt boyutları arasında ilişki (Spearman's rho)

Stresin alt boyutları		Güvenin alt boyutları	
		İç özgüven	Dış özgüven
Fizyolojik belirtiler	Correlation Coefficient	-0,21**	-0,15*
	Sig. (2-tailed)	0,00	0,01
Psikolojik belirtiler	Correlation Coefficient	-0,38**	-0,34**
	Sig. (2-tailed)	0,00	0,00

Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stresin alt boyutlarından fizyolojik belirtiler ile özgüvenin iç özgüven ($r=-0.21$; $p< 0.05$) ve dış öz güven ($r=-0.15$; $p< 0.05$) boyutları arasında “*düşük düzeyde*” ve “*negatif*” bir ilişki bulunmaktadır. Diğer bir deyişle sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stresin alt boyutlarından fizyolojik belirtiler arttıkça özgüvenin alt boyutları olan iç özgüven ve dış öz güven azalmakta; fizyolojik belirtiler azaldıkça özgüvenin alt boyutları olan iç özgüven ve dış öz güven artmaktadır.

Stresin alt boyutlarından psikolojik belirtiler ile özgüvenin iç özgüven ($r=-0.38$; $p< 0.05$) ve dış öz güven ($r=-0.34$; $p< 0.05$) boyutları arasında “*orta düzeyde*” ve “*negatif*” bir ilişki bulunmaktadır. Diğer bir deyişle sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stresin alt boyutlarından psikolojik belirtiler arttıkça özgüvenin alt boyutları olan iç özgüven ve dış öz güven azalmakta; psikolojik belirtiler azaldıkça özgüvenin alt boyutları olan iç özgüven ve dış öz güven artmaktadır.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırılan problemi cevaplamak üzere ele alınan alt problemlere ilişkin sonuç ve öneriler yer almaktadır.

5.1. Sonuç

Bu çalışmada sözleşmeli öğretmenlerin stresi düzeyleri ile özgüvenleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırmada ilişkisel tarama modeli uygulanmıştır. Kilis ili Merkez ilçesindeki anaokulu, ilkokul, ortaokul ve liselerde görev yapan sözleşmeli öğretmenlerden oranlı küme örnekleme yöntemiyle 273 sözleşmeli öğretmen örnekleme dahil edilmiştir. Veri toplama araçları olarak “kişisel bilgi formu”yla birlikte Kırıl’ın (2008) geliştirdiği “*Stres Belirtileri Ölçeği*” ve Akın’ın (2007) geliştirdiği “*Özgüven Ölçeği*” kullanılmıştır. “Stres Belirtileri Ölçeği”nin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı değerleri fizyolojik belirtiler için 0,82, psikolojik belirtiler için 0,87, genel toplamda ise 0,88 olarak bulunmuştur. “Özgüven Ölçeği”nin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı değerleri iç özgüven için 0,90, dış özgüven için 0,76, ölçeğin tamamı için 0,92 olarak bulunmuştur. Verilerin analizinde SPSS 17.0 yazılım paketi kullanılmıştır. Verilerin analizinde parametrik veya non-parametrik testlerden hangisinin uygulanacağına karar vermede dağılımının normalliğini belirleyen Kolmogorov Smirnov testi değerlerine bakılmıştır. “Stres Belirtileri Ölçeği”yle elde edilen verilerin analizinde frekans analizleri, tanımlayıcı analizler normal dağılım göstermediği için non-parametrik testlerden Mann Whitney U Testi, Kruskal-Wallis Testi kullanılmıştır. “Özgüven Ölçeği”yle elde edilen verilerin analizinde frekans analizleri, tanımlayıcı analizler normal dağılım gösterdiği için t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Örnekleme her hangi bir grubun sayısınının 30’un altına düştüğü durumlarda non-parametrik testlerden Mann Whitney U Testi, Kruskal-Wallis Testi kullanılmıştır. Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre sözleşmeli öğretmenlerin stresi düzeyleri ile özgüvenleri arasındaki ilişkinin analizinde Stres Belirtileri Ölçeğinin verileri normal dağılım göstermediği, Özgüven ölçeğinin verileri normal dağılım gösterdiği için Spearman korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

Araştırmada sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stres ölçeğinin tamamında ve fizyolojik belirtiler, psikolojik belirtiler boyutlarında hangi düzeyde olduğuna ilişkin elde edilen sonuçlar şunlardır:

✓ Sözleşmeli öğretmenler ölçeğin tamamında ($\bar{x}=1,99$) aritmetik ortalamayla “düşük” düzeyde stresli olduğunu belirtmiştir.

✓ Sözleşmeli öğretmenler stres ölçeğindeki “fizyolojik belirtiler”in ($\bar{x}=2,18$) aritmetik ortalamayla “düşük” düzeyde olduğu görüşündedir.

✓ Sözleşmeli öğretmenler stres ölçeğindeki “psikolojik belirtiler”in ($\bar{x}=1,80$) aritmetik ortalamayla “çok düşük” düzeyde olduğu görüşündedir.

Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşlerinin cinsiyet, yaş, medeni durum, mesleki kıdem ve branşa göre farklılığına ilişkin elde edilen sonuçlar şunlardır:

✓ Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşleri arasında cinsiyete, yaşa, medeni duruma ve branşa göre istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

✓ Sözleşmeli öğretmenlerin strese ilişkin görüşleri arasında mesleki kıdeme göre ölçeğin tamamında ve fizyolojik belirtiler boyutunda istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamakta; psikolojik belirtiler (Chi-Square=6,267, p: 0,04) boyutunda istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Sözleşmeli öğretmenlerden 2 yıllık mesleki kıdemde olanların 3 yıllık mesleki kıdemde olanlara göre “psikolojik belirtiler” boyutunda stresi daha yüksektir.

Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre özgüven ölçeğinin tamamında ve iç özgüven, dış özgüven boyutlarında hangi düzeyde olduğuna ilişkin elde edilen sonuçlar şunlardır:

✓ Sözleşmeli öğretmenler ölçeğin tamamında ($\bar{x}=4,02$) aritmetik ortalamayla “yüksek” düzeyde özgüvenli olduğunu belirtmiştir.

✓ Sözleşmeli öğretmenler özgüven ölçeğindeki “iç özgüven”in ($\bar{x}=4,01$) aritmetik ortalamayla “yüksek” düzeyde olduğu görüşündedir.

✓ Sözleşmeli öğretmenler özgüven ölçeğindeki “dış özgüven”in ($\bar{x}=4,02$) aritmetik ortalamayla “yüksek” düzeyde olduğu görüşündedir.

Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşlerinin cinsiyet, yaş, medeni durum, mesleki kıdem ve branşa göre farklılığına ilişkin elde edilen sonuçlar şunlardır:

✓ Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşleri arasında cinsiyete, yaşa, medeni duruma, mesleki kıdeme ve göre istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

✓ Sözleşmeli öğretmenlerin özgüvene ilişkin görüşleri arasında branşa göre istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Sözleşmeli öğretmenlerden özgüveni en yüksek olan grup ortaokul branş öğretmenleri ($\bar{x}=4.13$; $S_s= 0.54$), en az olan grup ise lise branş öğretmenleridir ($\bar{x}=3.80$; $S_s= 0.65$).

Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stres ile özgüven arasındaki ilişkiye ait sonuçlar şunlardır:

✓ Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stres ile özgüven arasında “*orta düzeyde*” ve “*negatif*” ($r=-0.31$; $p< 0.05$) bir ilişki bulunmaktadır. Diğer bir deyişle sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stres arttıkça özgüven azalmakta; stres azaldıkça özgüven artmaktadır.

✓ Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stresin alt boyutlarından fizyolojik belirtiler ile özgüvenin iç özgüven ($r=-0.21$; $p< 0.05$) ve dış öz güven ($r=-0.15$; $p< 0.05$) boyutları arasında “*düşük düzeyde*” ve “*negatif*” bir ilişki bulunmaktadır. Diğer bir deyişle sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stresin alt boyutlarından fizyolojik belirtiler arttıkça özgüvenin alt boyutları olan iç özgüven ve dış öz güven azalmakta; fizyolojik belirtiler azaldıkça özgüvenin alt boyutları olan iç özgüven ve dış öz güven artmaktadır.

✓ Stresin alt boyutlarından psikolojik belirtiler ile özgüvenin iç özgüven ($r=-0.38$; $p< 0.05$) ve dış öz güven ($r=-0.34$; $p< 0.05$) boyutları arasında “*orta düzeyde*” ve “*negatif*” bir ilişki bulunmaktadır. Diğer bir deyişle sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stresin alt boyutlarından psikolojik belirtiler arttıkça özgüvenin alt boyutları olan iç özgüven ve dış öz güven azalmakta; psikolojik belirtiler azaldıkça özgüvenin alt boyutları olan iç özgüven ve dış öz güven artmaktadır.

5.2. Öneriler

Araştırmanın sonuçlarından yola çıkarak okul yöneticilerine ve araştırmacılara yönelik öneriler şunlardır:

5.2.1. Okul Yöneticilerine Yönelik Öneriler

1. Sözleşmeli öğretmenlerden 2 yıllık mesleki kıdemde olanların 3 yıllık mesleki kıdemde olanlara göre stresin “psikolojik belirtiler” boyutunda stresi daha yüksektir. Bu bulguya göre okul yöneticileri, yeni göreve başlayan sözleşmeli öğretmenlere yönelik mesleki rehberlik yaparak ve kişisel sorunlarının çözümünde yardımcı olarak psikolojik stresi azaltabilir.

2. Sözleşmeli öğretmenlerden özgüveni en yüksek olan grup ortaokul branş öğretmenleri, en az olan grup ise lise branş öğretmenleridir. Bu bulguya göre lise okul yöneticileri okulda görev yapan sözleşmeli öğretmenlerinin görüşlerini ifade etmesine imkân vererek, görüşlerine saygı göstererek, sosyal etkinliklere katarak özgüvenlerini artırabilir.

3. Sözleşmeli öğretmenlerin görüşlerine göre stres ile özgüven arasında “orta düzeyde” ve “negatif” bir ilişki bulunmaktadır. Bu bulguya göre okul yöneticileri okulda görev yapan sözleşmeli öğretmenleri stres yapan faktörleri azaltarak özgüvenlerini artırabilir ya da özgüvenlerini artırarak streslerini azaltabilir.

5.2.2. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

1. Alan yazında sözleşmeli öğretmenlerin stresi ve özgüvenini ele alınan çalışmalar sınırlı olduğundan benzer çalışma farklı illerde veya Türkiye genelinde yapılabilir.

2. Araştırma, nitel araştırma yöntemleriyle yapılabileceği gibi karma yöntem araştırması olarak da yapılabilir.

3. Eğitim kademelerinde çalışan sözleşmeli öğretmenlerin karşılaştığı diğer sorunlar araştırılabilir.

4. Eğitim kademelerindeki okul yöneticilerinin sözleşmeli öğretmenleri nasıl gördüğü araştırılabilir.

5. Eğitim kademelerinde görev yapan sözleşmeli öğretmenlerin stres nedenleri araştırılabilir.

6. KAYNAKLAR

- Akbudak, H. İ. (2010). *İlköğretim okul yöneticileri liderlik davranışlarının öğretmenlerin stres düzeyine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.
- Akın, A. (2007). Öz-güven Ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7 (2), 167-176.
- Akova, O., Işık, K., (2008). Otel işletmelerinde stres yönetimi: İstanbul'daki beş yıldızlı otel işletmelerinde bir araştırma. *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15 (1), 17-44.
- Akpınar, B. (2013). Öğretmen adaylarının stres nedenleri. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 3(2), 147-174
- Akyüz, Y. (2007). *Türk eğitim tarihi M.Ö. 1000-M.S. 2007*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Altay, P. (2019). *Sözleşmeli öğretmenlerin sözleşmeli öğretmenlik uygulamasına ilişkin deneyimleri ve görüşleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Aydın, İ. (2008). *İş yaşamında stres*. Pegem Yayıncılık, Ankara.
- Aydın, Ş., (2004). Örgütsel stres yönetimi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(3), 49-74
- Bandura, A. (2006). Guide for constructing self-efficacy scales. *Self-efficacy beliefs of adolescents*, 5(1), 307-337.
- Bağdiken, P., ve Akgündüz, D. (2018). Fen bilimleri öğretmenlerinin teknolojik pedagojik alan bilgisi özgüven düzeylerinin incelenmesi. *Gazi University Journal of Gazi Educational Faculty (GUJGEF)*, 38(2).
- Baçoğlu, S. T., (2007). *Sınav kaygısı ile özgüven arasındaki ilişkinin erinlik döneminde incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Baytak, Ö., (2015). *İlk ve ortaokullarda görev yapan öğretmen algılarına göre okul müdürlerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile öğretmenlerin örgütsel stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Zirve Üniversitesi, Enstitü Adı, Gaziantep
- Benabou, R., ve Tirole, J. (2002). Self-confidence and personal motivation. *The Quarterly Journal of Economics*, 117 (3), 871-915.
- Cemaloğlu, N., ve Şahin, D. E. (2007). Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(2), 463-484.
- Cooper, C. L., ve Marshall, J. (1976). Occupational sources of stress: A review of the literature relating to coronary heart disease and mental ill health. *Journal of occupational psychology*, 49(1), 11-28.
- Cüceloğlu, D. (2021). *İnsan ve davranışı*. Remzi Kitap Evi.
- Çalışoğlu, M., ve Tanışır, S. N., (2018). Sözleşmeli öğretmenlik uygulamasının sözleşmeli öğretmenler tarafından değerlendirilmesi. *Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(1), 105-132.
- Çatma, Z. (2013). *How special are teachers of specialized schools?: a quantitative investigation of Turkish mathematics teachers' self-confidence levels in the technology domain*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Bilkent Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çolak, G. (2019). *Öğretmenlerin özyeterlik algıları ile iş stresleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Kastamonu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Kastamonu.
- Çoklar, A., ve Çalışkan, M. (2019). Öğretmen adaylarının özgüvenleri ile teknoloji kullanımları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(2), 86-98.
- Demir, S. (2019). Lider-üye etkileşiminin öğretmen stres, tükenmişlik ve depresyonu üzerindeki rolü. *Ege Eğitim Dergisi*, 20(1), 291-304.

- Dinç, Ü. G., Cemaloğlu, N. (2018). İlkokul yöneticilerinin mizah kullanma tarzları ile öğretmenlerin stres yaşama düzeyleri arasındaki ilişkinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Turkish Journal of Educational Studies*, 5(2), 1-37.
- Düzgün, A., (2004). *Üst düzey yöneticilerde örgütsel stres ve örgütsel bağlılık ilişkisi analizi: Antalya bölgesi beş yıldızlı otel işletmelerinde bir uygulama*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Ekinci, H. (2013). Müzik öğretmeni adaylarının solo sahne performansına ilişkin özgüven algılarının bazı değişkenler bakımından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 2(2), 52-64.
- Eskridge, D. H. ve Coker, D. R. (1985). Teacher stress: Symptoms, causes, and management techniques. *The Clearing House: A Journal of Educational Strategies, Issues and Ideas*, 58(9), 387-390.
- Feitler, F. C., ve Tokar, E. (1982). Getting a handle on teacher stress: How bad is the problem?. *Educational Leadership*, 39(6), 456-58.
- Gündüz, R., (2018). *Fen ve teknoloji öğretmen adaylarının teknolojik pedagojik alan bilgisi özgüven düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Gümüşdağ, H., ve Kartal, A. (2020). Investigation of self confidence levels of high school students playing in school teams. *The Online Journal Of Recreation And Sports*, 9(1), 30-37.
- Hambly, K., (1997), *Özgüven*. Çeviren: Barış Bıçakçı, İstanbul: Alfa Yayınları.
- Hergüner, B. ve Gül, M. (2019). Okul yöneticilerinde özgüven düzeyini etkileyen faktörler: Trabzon örneği. *Academic Review of Humanities and Social Sciences*, 2(1), 1-18.
- Herman, J. P., Schafer, M. K., Thompson, R. C., ve Watson, S. J. (1992). Rapid regulation of corticotropin-releasing hormone gene transcription in vivo. *Molecular Endocrinology*, 6(7), 1061-1069.

- Johnson, S., Cooper, C., Cartwright, S., Donald, I., Taylor, P., ve Millet, C. (2005). The experience of work-related stress across occupations. *Journal of managerial psychology*, 20 (2), 178-187.
- Karadağ, Y., Aydoğmuş, M., ve Kesten, A. (2020). Sözleşmeli öğretmenlik ve sözlü sınav: öğretmen adayları ne düşünüyor?. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 8(1), 237-266.
- Karadeniz, Y., ve Beşir Demir, S. (2010). Sözleşmeli öğretmenlik uygulamasının değerlendirilmesi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 29(2).
- Karakoç, B., Turan Özpolat, E. ve Kara, K. (2018). Türkiye'de öğretmen yetiştirme konusunda yapılan lisansüstü tezlerin incelenmesi (1987-2017). *Akdeniz Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 12(24), 313-333.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. 15. Basım. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kayabaşı, Y. (2008). Bazı değişkenler açısından öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri. *Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(20), 191-212.
- Kıral, B. (2008). *Orta öğretim okul yöneticilerinin yaşadıkları stres belirtileri düzeyi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırıkkale.
- Kelley, T. ve Kelley, D. (2014). *Yaratıcı özgüven*. Optimist Yayın Grubu.
- Köse, A., (2020). *Güneydoğu illerinde görev yapan aday öğretmenlerin sosyal ve kültürel ihtiyaçlarının analizi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kyriacou, C. (2000). *Stress-busting for teachers*. Nelson Thornes.
- Lindenfield, G. (1995). The power of personal development. *Management Development Review*.

- Malakcıoğlu, C. (2020). COVID-19 Pandemisinde Özgüven Eksikliği ve Özgüveni Geliştirme. *Üniversite Öğrencilerinin COVID-19 Pandemisinin Doğru Yönetimi Konusunda Eğitilmesi ve Normalleşme Sürecine Katkısının Sağlanması Proje Kitabı*, 8-19 Haziran 2020.
- McMahon, G. (2018). *No More Stress!: Be your own stress management coach*. Routledge.
- Mutluer, S. Y. ve Özdoğan, Ö. T. D. (2006). *Özgüven oluşmasında manevi değerlerin rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Norfolk, D. ve Serdaroğlu, L. (1989). *İş hayatında stres*. Form Yayınları.
- Okutan, M. ve Tengilimoğlu, D. (2002). İş ortamında stres ve stresle başa çıkma yöntemleri: bir alan uygulaması. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 4 (3), 3-4.
- Önsan, Ö. (1995). *Öğretmenlerde İş Stresi Ölçeği geliştirme çalışması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
- Özbey, Ç. (2004). *Çocuk sorunlarına yapıcı çözümler*. İstanbul: İnkılâp Kitabevi.
- Özdemir, F. ve Erol, M., (2021). Öğretmen adaylarının Doğu ve Güneydoğu Anadolu'ya atanmaya ilişkin görüşleri. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 6(1), 71-85.
- Özdemir, Z. (2021). *Milli Eğitim Sistemi'nde esnek istihdam politikaları bağlamında sözleşmeli öğretmenlik*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özel, Y. ve Karabulut, A. B. (2018). Günlük yaşam ve stres yönetimi. *Türkiye Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 48-56
- Özkalp, E. (2003). *Örgütsel Davranış*. Anadolu Üniversitesi Yayını: 1468.
- Özkalp, E. ve Kırel, Ç., (2013). *Örgütsel Davranış*. Ekin Basım Yayın.
- Özpolat, A. (2002). Sosyolojik açıdan öğretmenlik mesleği ve öğretmenlerin toplumdaki yeri, öğretmen, öğrenci ve veli algılarına göre: Zonguldak örneği. *İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul*.

- Robbins, S., Judge, T. A., Millett, B., ve Boyle, M. (2013). *Organisational behaviour*. Pearson Higher Education AU.
- Russell, A. L., Tasker, J. G., Lucion, A. B., Fiedler, J., Munhoz, C. D., Wu, T. Y. J., ve Deak, T. (2018). Factors promoting vulnerability to dysregulated stress reactivity and stress-related disease. *Journal of neuroendocrinology*, 30(10), e12641.
- Sabuncuoğlu, Z. ve Vergiliel Tüz, M., (2013). *Örgütsel Davranış*. Aktüel Yayınları.
- Sayan, H. (2015). Eğitim ve öğretmen. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 585-596.
- Seferoğlu, S. S. (2004). Öğretmen yeterlilikleri ve mesleki gelişim. *Bilim ve Aklın Aydınlığında Eğitim*, 58, 40-45.
- Schafer, W. (1996). *Stress management for wellness*. Harcourt Brace College Publishers.
- Schmutz, S. S. ve Sevgen, S., (2010). *Çocuğuma ayıracak 10 dakikam var mı? : Hayat ve okul başarısının anahtarı, özgüven ve özsaygı*. Hiperlink: İstanbul.
- Selye, H. (2013). *Stress in health and disease*. Butterworth-Heinemann.
- Semra, Ü. (1999). Okullardaki stres kaynakları verimlilik ilişkisi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 11(11), 365-372.
- Siyambaş, P. B. (2015). *Sınıf öğretmeni adaylarının teknolojik terim farkındalıkları, teknoloji ile öğrenmeye yönelik özgüven algıları ve bilgisayar ile internet tutumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Soysal, A. (2009). İş yaşamında stres. *Çimento İşveren Dergisi*, 23 (3), 17-40.
- Sökmen, A. (2005). Konaklama işletmeleri yöneticilerinin stres nedenlerinin belirlenmesinde cinsiyet faktörü: Adana'da ampirik bir araştırma. *Ekonomik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Güz 2005, 1:1-27.

- Sönmez, H., (2017). *Çalışma yaşamındaki iş stresinin depresyon ve benlik saygısı ile ilişkisi: okulöncesi, ilkokul, ortaokul ve lise öğretmenleri üzerine bir uygulama*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sungur, S., (2018). *Özel okul öğretmenlerinin zaman yönetimi ile stres düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Şanlı, Ö. (2017). Öğretmenlerin algılanan stres düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik sosyal bilimler dergisi*, 16(61), 385-396.
- Şar, A. H., Avcu, R., ve Işıklar, A. (2010). Analyzing undergraduate students' self confidence levels in terms of some variables. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 1205-1209.
- Şirin, P., (2018). *İlkokul ve ortaokullarda görev yapan yöneticilerin örgütsel stres kaynakları ve çözüm yolları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Okan Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Uysal, A., (2018). *Sosyal bilgiler öğretmenlerinin öğretim becerilerini etkileyen faktörler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Fırat Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Uysal, A., ve Gürol, M. (2018). Sosyal bilgiler öğretmenlerinin öğretime yönelik özgüven ölçeğinin geliştirilmesi. *Uluslararası Alan Eğitimi Dergisi*, 4(2), 70-82.
- Van Der Linde, C. H. (2000). The teacher's stress and its implications for the school as an organization: How can TQM help?. *Education*, 121(2), 375-375.
- Vatansever Bayraktar, H. ve Gökpinar, İ., (2021). Sınıf öğretmenleri ve eğitim yöneticilerinin iş stresi düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi, *International Journal of Eurasia Social Sciences (IJOESS)*, 12(46), 870-885.
- Yetim, E. ve Çevik, D. D. (2018). Bir iş sağlığı konusu olarak öğretmenlerde iş stresi ve başa çıkma yolları: alan araştırması. *Journal Of Awareness*, 3(5), 637-652.
- Yıldırım, İ. (1991). Stres ve stresle başa çıkmada gevşeme teknikleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(6).

- Yıldız, E. ve Çetin, Z. (2018). Sporun psiko-motor gelişim ve sosyal gelişime etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 5(2), 54-66.
- Yılmaz, A. ve Ekici, S. (2003). Örgütsel yaşamda stresin kamu çalışanlarının performansına etkileri üzerine bir araştırma. *Yönetim ve Ekonomi: Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 10(2), 1-20.
- 27954 Sayılı (Mükerrer) Devlet Memurları Kanunu'nun 4 Üncü Maddesinin (B) Fıkrası ile 4924 Sayılı Kanun Uyarınca Sözleşmeli Personel Pozisyonlarında Çalışanların Memur Kadrolarına Atanması Amacıyla Devlet Memurları Kanunu'nda Değişiklik Yapılmasına Dair Kanun Hükmünde Kararname, (04 Haziran 2011 tarih ve 27954 sayılı (mükerrer) Resmi Gazetede yayımlanan).
- 29790 Sayılı Sözleşmeli Öğretmen İstihdamına İlişkin Yönetmelik, (3 Ağustos 2016 tarih ve 29790 sayılı Resmî Gazetede yayımlanan).
- 30822 Sayılı Bazı Kanun ve Kanun Hükmünde Kararnamelerde Değişiklik Yapılmasına Dair Kanun, (5 Temmuz 2019 tarih ve 30822 sayılı Resmî Gazetede yayımlanan).
- MEB. (2006). B.08.0.PGM.0.23.01.01.4- 2174 /54132 Sayılı Genelgesi
- MEB. (2008). B.0.PGM.0.23.01.06.4-1109/34028 Sayılı Genelgesi.
- MEB. (2009a). Sözleşmeli Öğretmenler İçin Sözleşme Metni.

EK 3. Stres Belirtileri Ölçeği

STRES BELİRTİLERİ ÖLÇEĞİ

Okulda yaşamış olduğunuz stres belirtileriyle ilgili size en uygun gelen seçeneğe (X) işareti ile işaretleyerek belirtiniz

Sıra no	Stres belirtileri ifadeleri	Pek çok	Çok	Orta	Az	Hiç
1	Tansiyon yükselmesi	⑤	④	③	②	①
2	Sindirim problemleri	⑤	④	③	②	①
3	Aşırı yeme	⑤	④	③	②	①
4	Terleme	⑤	④	③	②	①
5	Nefes darlığı	⑤	④	③	②	①
6	Uykusuzluk	⑤	④	③	②	①
7	Uyuma yetersizliği	⑤	④	③	②	①
8	Okula geç gelme / gitmek istememe	⑤	④	③	②	①
9	Okulu stres yaratıcı bir ortam olarak görme	⑤	④	③	②	①
10	Okuldan uzaklaşma isteği (rapor, izin vb.)	⑤	④	③	②	①
11	İş kazaları / dikkatsizlik	⑤	④	③	②	①
12	Öğrenci davranışlarından çabuk rahatsız olma	⑤	④	③	②	①
13	Öfkesini çevresine hissettirme	⑤	④	③	②	①
14	Velilere karşı tavır gösterme	⑤	④	③	②	①

Ek 4. Özgüven Ölçeği

ÖZGÜVEN ÖLÇEĞİ

Özgüveninizle ilgili size en uygun gelen seçeneğe (X) işareti ile işaretleyerek belirtiniz

Sıra no	Özgüven ifadeleri	Her zaman	Genellikle	Sık sık	Nadiren	Hiçbir zaman
1	Kendimi başarılı bir insan olarak görürüm	5	4	3	2	1
2	Başkalarının yanında heyecanımı kontrol edebilirim.	5	4	3	2	1
3	Seçimlerimde başkalarına bağımlı değilimdir.	5	4	3	2	1
4	Yaşamdaki zorluklarla baş edebilirim.	5	4	3	2	1
5	Benim için aşılamayacak sorun yoktur.	5	4	3	2	1
6	Başkalarının görüşlerine saygı gösteririm.	5	4	3	2	1
7	Problemlerimin üstesinden gelebileceğime inanırım.	5	4	3	2	1
8	Sosyal etkinliklere katılmaktan çekinmem.	5	4	3	2	1
9	Verdiğim kararların arkasında dururum.	5	4	3	2	1
10	Kendi kendime yetebileceğime inanırım.	5	4	3	2	1
11	Aktif birisi olduğumu düşünürüm.	5	4	3	2	1
12	Öz-eleştiri yapabilirim.	5	4	3	2	1
13	Anlamadığım konularda başkalarına soru sorabilirim.	5	4	3	2	1
14	Yeni girdiğim ortamlara uyum sağlarım.	5	4	3	2	1
15	Kendimle barışık bir insanım.	5	4	3	2	1
16	Gerektiğinde sonuna kadar hakkımı savunurum.	5	4	3	2	1
17	İstedğim şeyleri elde etmek için mücadele edebilirim.	5	4	3	2	1
18	Kendimi rahat bir şekilde ifade edebilirim.	5	4	3	2	1
19	Kendimi ve başkalarını olduğu gibi kabul ederim.	5	4	3	2	1
20	Çevremde yeteri kadar güvenebileceğim insan vardır.	5	4	3	2	1
21	Sorumluluk almaktan çekinmem.	5	4	3	2	1
22	Diğer insanların eleştirilerini anlayışla karşılayabilirim.	5	4	3	2	1
23	Sıkıntılı anlarımda bile olumlu düşünmeye çalışırım.	5	4	3	2	1
24	Ön plana çıkmaktan korkmam.	5	4	3	2	1
25	Başarısız olduğumda hemen pes etmem.	5	4	3	2	1
26	Başka insanlarla kolaylıkla iletişim kurabilirim.	5	4	3	2	1
27	Değerli birisi olduğuma inanırım.	5	4	3	2	1
28	Kolay arkadaş edinebilirim.	5	4	3	2	1
29	Düşüncelerimi ifade ederken başkalarından çekinmem.	5	4	3	2	1
30	Kolay karar verebilirim.	5	4	3	2	1
31	Sosyal bir insan olduğuma inanırım.	5	4	3	2	1
32	Kendimi severim.	5	4	3	2	1
33	Başka insanların övgülerini hak ettiğime inanırım.	5	4	3	2	1

Ek 5. Kişisel Bilgi Formu

GENEL BİLGİLER

Cinsiyet		Medeni hal	
Kadın	()	Bekâr	()
Erkek	()	Evli	()
		Boşanmış	()
Kıdem		Yaş	
0-1 yıl	()	22-25	()
2 yıl	()	26-29	()
3 yıl	()	30-33	()
		34-37	()
Branş		38 ve üzeri	()
Okul öncesi öğretmeni	()		
Sınıf öğretmeni	()		
Ortaokul branş öğretmeni	()		
Lise branş öğretmeni	()		