



ISSN:1306-3111

e-Journal of New World Sciences Academy  
2010, Volume: 5, Number: 3, Article Number: 1C0176

Sedat Yüksel<sup>1</sup>  
Engin Karadağ<sup>2</sup>  
Nuri Baloğlu<sup>3</sup>

Uludag University<sup>1</sup>

Eskisehir Osmangazi University<sup>2</sup>

Ahi Evran University<sup>3</sup>

sedaty@uludag.edu.tr

enginkaradag@ogu.edu.tr

baloglu@gazi.edu.tr

Bursa-Turkey<sup>1</sup>

#### **EDUCATION SCIENCES**

Received: January 2010

Accepted: July 2010

Series : 1C

ISSN : 1308-7274

© 2010 www.newwsa.com

### **İLKÖĞRETİM OKULU ÖĞRETMENLERİNİN STRESLE BAŞA ÇIKMA STİLLERİNİN YAŞAM ÇATIŞMALARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: NEDENSEL BİR ARAŞTIRMA**

#### **ÖZET**

Bu çalışmada, "ilköğretim okulu öğretmenlerinin yaşam çatışması yaşama düzeyleri, stresle başa çıkma stillerinden etkilenmektedir" şeklinde oluşturulan teorik bir modele ilişkin var olan nedensel durum açıklanmaya çalışılmıştır. Araştırma nedensel bir desende tasarlanmıştır. Araştırmanın evreni, İstanbul ili Ataşehir ilçesindeki ilköğretim okullarında görevli 2447 öğretmen oluşturuldu. Örneklem, küme örnekleme yöntemiyle belirlenen 334 katılımcıdan oluşturulmuştur. Araştırmada elde edilen veriler, Pearson çarpım momentler korelasyonu, çoklu doğrusal regresyon ve yapısal eşitlik modeli yardımıyla çözümlenmiştir. Değişkenler arası ilişkiler, birbirine bağımlı sebepler sistemini yansıtabilen Path diyagramı kullanılarak açıklanmıştır. Sonuçlar stresle pozitif olarak başa çıkan öğretmenlerin yaşam çatışması yaşama düzeylerinin daha düşük seviyede olduğunu göstermiştir. Araştırma bulguları, literatüre dayalı olarak tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Stres, Başa Çıkma, Yaşam Çatışması, Yapısal Eşitlik Modeli, İlköğretim

### **THE EFFECT OF STYLES OF COPING WITH STRESS ON THE LIFE CONFLICTS: A CAUSAL ANALYSIS IN THE SAMPLE OF PRIMARY SCHOOL TEACHERS**

#### **ABSTRACT**

In this study, a theoretical model that the level of life conflict has been affected by styles of coping with stress was explained via a causal analysis in the sample of primary school teachers. Research was designed in a causal pattern. Universe of the survey was 2447 primary school teachers working primary schools in Ataşehir/Istanbul. Data were analyzed with the help of Pearson product moments correlation, multiple linear regression and structural equation model. Relationships between variables were explained with path diagrams that can reflect the system of interdependent causes. Results indicate that Teachers who have preferred the positive styles of coping stress were in a lower level life conflicts. Findings were discussed based on the relevant literature.

**Keywords:** Stress, Coping, Life Conflict, The Structural Equation Model, Primary School

## 1. GİRİŞ (INTRODUCTION)

Öğretmen stresi, öğretmenin yaptığı işte depresyon, hayal kırıklığı, gerginlik, kaygı, sinir gibi mutsuzluk veren olumsuz duyguları yaşaması olarak ifade edilmektedir (Kyriacou, 2001). Her meslek mensubu gibi öğretmenler üzerindeki stres de onların performanslarının düşürmekte, işten uzaklaşmalarına ve önemli mesleki kayıplara sebep olabilmektedir (Quick, Quick, Nelson, & Hurrell, 1997).

Dewe'e (1986) göre, öğretim stresi öğretmenin yalnızca kişisel yaşamını değil, bununla birlikte aile yaşantısını da etkileyen önemli bir faktördür. Öğretim stresi öğretmenin evinde yapması gereken işlere yansımakta ve yerine getirilmesi gereken işler için gereken olan enerjiyi tüketmektedir. Bunun doğal sonucu olarak öğretmenin ailesi de öğretim stresinden bir pay almaktadır.

Yaşamın çok değişik sorunları içerisinde, büyük psikolojik ve sağlık sorunları için kartopu etkisi gösterebilecek bir faktör olan mesleki stresin böylesi boyutlarını hayal etmek oldukça zordur. Çoğu meslek mensubunun görevlerine ilişkin stresle başa çıkabilmede çok farklı yol ve yöntem kullandıkları da bilinmektedir (Karadağ, Yüksel & Baloğlu, 2009).

Literatür, öğretmen stresi hakkında pek çok çalışmanın bulunduğunu (Blase, 1986; Faber, 1991; Geving, 2007; Kyriacou, 2001; Quick, Quick, Nelson & Hurrell, 1997; Riches, 1994) ve öğretmen stresinin kaynakları ile (Dewe, 1986; Kyriacou, 1987; McConaghy, 1992; Needle, Griffin & Svendesen, 1981; Okebukola & Jeegede, 1992) bu problemi ölçmek ve çözümü için öneriler geliştirmek amacıyla pek çok ölçme aracının geliştirildiğini ortaya koymaktadır (Arikewuyo, 2004; Aronsson, Svensson & Gustafsson, 2003; Booney, Miller, Humphreys & Reynolds, 1989; Chan, 1998; Fimian, 1986; Handson & Sullivan 2003; Hunter & Houghton, 2008; Hutchinson, 1998; Osipow, 1998; Travers & Cooper, 1993; Zurlo, Pes & Cooper, 2009).

Çalışan stresine paralel olarak Thomas ve Schmidt (1976) tarafından yapılan araştırma sonuçları yöneticilerin işte harcadıkları zamanın en az yüzde 20'sini çatışmalarla başa çıkmak için kullandıklarını ortaya koymuştur. Bu bulgu, çatışma konusunu yönetim alanının en popüler çalışma konularından biri durumuna getirmiştir. Çalışanlar, örgütsel düzeyde çatışmalar yaşayabildiği gibi iş ve aile ortamlarında da çeşitli çatışmalar yaşayabilmektedirler. İş yerinin gerektirdiği davranış ve tutumları aile yaşantısına yansıtan bireylerin yaşadığı çatışma türü iş-aile yaşamı çatışması şeklinde ifade edilmektedir. Bunun tersi, yani bireyin aile yaşamındaki sorunları iş yerine taşıması ise aile-iş yaşamı çatışması olarak adlandırılmaktadır.

Yaşam çatışmalarının bireysel ve örgütsel pek çok sonuçları bulunmaktadır. Frone, Barnes ve Farrel (1994) tarafından yapılan araştırma: Aile-iş çatışmasının bireyde iş tatminsizliğine, iş-aile çatışması durumunun da aile tatminsizliğine yol açtığını ortaya koymuştur. İş-aile çatışmasının bireysel sonuçları özellikle: Aile bağlılığı, ailenin içerdiği anlam, aile memnuniyeti, yaşam memnuniyeti, tükenmişlik ve düşük moral şeklinde olurken örgütsel sonuçları iş doyumunu, işin anlamı ve işe bağlılık, devamsızlık ve işten ayrılma isteği ve verimsizlik hissi şeklinde ortaya çıkabilmektedir.

Huberman ve Vandenberghe (1999) tarafından yapılan bir araştırma sonuçları Avrupa ve Kuzey Amerika'daki pek çok öğretmenin öğrenci disiplin sorunları, yetersiz sosyal destek, çalışan ilgiler, uygulamadan kopuk yenilikler ve artan iş yükünden rahatsız olduklarını ortaya koymaktadır.

## 2. ÇALIŞMANIN ÖNEMİ (RESEARCH SIGNIFICANCE)

Literatür bulguları, bireyin stresinin yaşam çatışmaları üzerinde büyük bir etkisinin olabileceğini göstermektedir. Yaşam çatışması açısından ise Türkiye’de öğretmenlerin durumlarını ortaya koyan araştırmalara henüz rastlanmamaktadır. Ancak, sorunun geniş kapsamı içerisinde bu çalışmada, ilköğretim okullarında görevli öğretmenlerin stresle başa çıkma stilleri ve yaşam çatışması yaşama düzeyleri arasındaki nedensel ilişkilerin belirlenmesi öncelikli görülerek bir durum değerlendirmesi yapılmaya çalışılmıştır.

## 3. YÖNTEM (METHOD)

Bu araştırmanın amacı, ilköğretim okulu öğretmenlerinin, yaşam çatışmalarının stresle başa çıkma stillerinden etkilendiği şeklinde oluşturulan kuramsal model kapsamında var olan nedensel durumu açıklamaktır. Bu amaçtan hareketle, araştırmanın deseninde ilköğretim okulu öğretmenlerinin yaşam çatışmaları temele alınarak, stresle başa çıkma stillerinin yaşam çatışmasını etkilediği şeklinde bir teorik bir model geliştirilmiştir. Model, içeriğinde stresle başa çıkma stillerinin alt boyutlarının birbirleriyle olan yapısal ilişkileri ile yine bu değişkenlerin etkileşimli bir yapıda öğretmenlerin yaşam çatışmalarını ne düzeyde etkilediğini belirlemeyi içermektedir. Bu amaçla oluşturulan nedensel desende, stresle başa çıkma stilleri bağımsız, yaşam çatışması ise bağımlı değişken olarak ele alınmıştır.

### 3.1. Evren ve Örneklem (Population and Sample)

Araştırmanın evreni, İstanbul ili Ataşehir ilçesinde bulunan ilköğretim okullarında görev yapan 2447 ilköğretim okulu öğretmenlerinden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini okul çevrelerinin sosyo-ekonomik yapılarına göre küme örnekleme yöntemi kullanılarak belirlenen ilköğretim okullarında görev yapan 334 öğretmenden oluşmaktadır. Örneklem grubunun demografik özelliklerine ilişkin bilgiler Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. Örneklem Grubunun Demografik Bilgilerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları  
(Table 1. Distributions of Personal Features of the Teachers Who Were Included In the Study)

Seçenekler		1	2	3	4	5	Toplam
Cinsiyet		Erkek	Kadın				-
	η	114	220				334
	%	34.1	65.9				100
Medeni Durum		Bekâr	Evli				-
	η	131	203				334
	%	39.2	60.8				100
Kıdem		1-5	6-10	11-15	16-20	+21	-
	η	101	114	50	21	48	334
	%	30.2	34.1	15.0	6.3	14.4	100
Yaş		20-25	26-30	31-35	36-40	+41	-
	η	56	100	82	33	63	334
	%	16.8	29.9	24.6	9.9	18.9	100

### 3.2. Veri Toplama Araçları (Instrument)

- **Stresle başa çıkma stilleri ölçeği:** Ölçek Folkman ve Lazarus (1988) tarafından geliştirilmiş, Şahin ve Durak (1995)

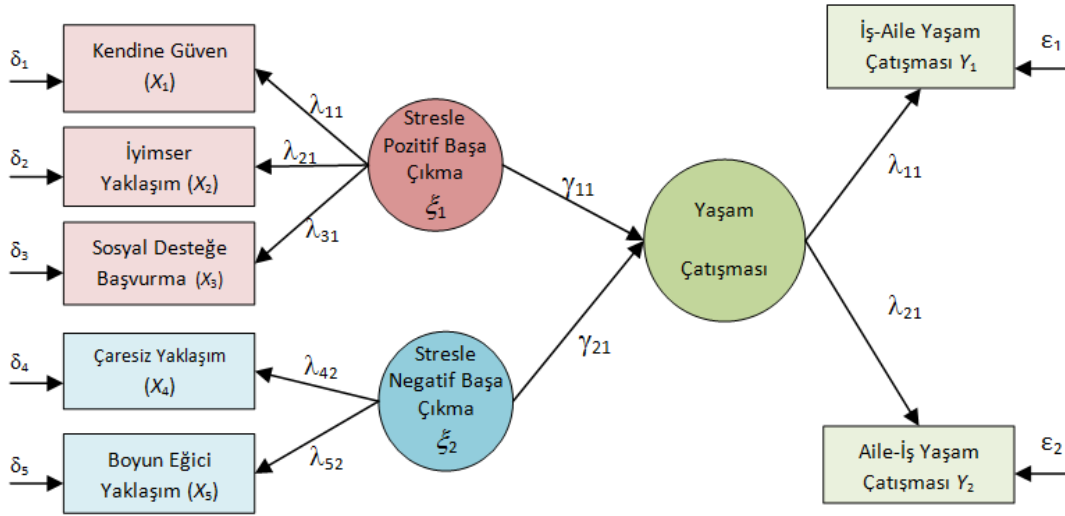
tarafından Türk diline uyarlanmıştır. Ölçek stres içeren durumlarda kullanılan çeşitli stratejileri belirlemek üzere geliştirilmiş 4'lü Likert tipi toplam 30 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, (i) kendine güven, (ii) çaresiz yaklaşım, (iii) boyun eğici yaklaşım, (iv) iyimser yaklaşım ve (v) sosyal desteğe başvurma olmak üzere 5 alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık düzeyi Cronbach Alpha değeri 0.70-0.84 arasında değişmektedir.

- **Yaşam Çatışması Ölçeği:** Netemeyer, Boles & McMurrian (1996) tarafından geliştirilen ölçek, Efeoğlu (2006) tarafından ise Türk kültürüne uyarlanmıştır. Ölçek çalışanların iş yaşamından kaynaklanan iş-aile çatışması ve aile yaşamından kaynaklanan aile-iş çatışması düzeylerini ölçmeyi amaçlayan iki alt ölçekten belirlemek üzere geliştirilmiştir. Ölçek 6'lı likert tipi toplam 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık düzeyi Cronbach Alpha değeri 0.88-0.85 arasında hesaplanmıştır. Ölçeğin toplamı için iç tutarlılık düzeyi de Cronbach Alpha 0.82 olarak hesaplanmıştır (Efeoğlu, 2006).

### 3.3. İşlem (Process)

Araştırmada veriler, veri toplama araçlarının örneklem grubundaki öğretmenlere araştırmacılar tarafından uygulanması yoluyla elde edilmiştir. İstatistiksel çözümlere geçilmeden önce, demografik değişkenler gruplandırılmış, bunun ardından öğretmenlere uygulanan veri toplama aracı üzerindeki maddeler 4'lü ve 5'li Likert sistemiyle puanlanmıştır. Bu kapsamda;

- İlköğretim okulu öğretmenlerinin stresle başa çıkma stilleri ile yaşam çatışması arasında nasıl bir ilişki bulunduğu *Pearson Çarpım Momentler Korelasyon* tekniği yardımıyla belirlenmiştir. Korelasyon analizleri için SPSS 16.0 programı kullanmıştır.
- İlköğretim okulu öğretmenlerinin yaşama çatışmalarının, stresle başa çıkma stillerinden etkilenme düzeyi, çok değişkenli bir istatistik tekniği olan *Path Analizi* yardımıyla belirlenmiştir. Araştırmada, yaşam çatışması ölçeğine ilişkin alt ölçek değerleri içsel değişken, stresle başa çıkma stilleri ölçeğine ilişkin alt ölçekleri ise dışsal değişken olarak alınmıştır. Araştırmada ele alınan değişkenlerinin kendi alt ölçekleri arasında bir bağımlılık bulunmaktadır. Yani sebep değişkenlerinin birlikte değişimi söz konusudur.  $r_{x_i x_j} \neq 0$  olduğundan, sebep değişkenlerinin sonuç değişkeni üzerine direkt etkilerinin yanı sıra, birbirleri üzerinden dolaylı etkileri de mevcuttur. Araştırmada birbirine bağımlı sebepleri açıklayabilmek için sistemli Paht diyagramı kullanılmıştır (Bkz. Şekil 1). Araştırma kapsamında oluşturulan yapısal eşitlik modelinin veri analizlerinde LISREL 8.80 [Linear Structural Relationship] programı kullanmıştır.



Şekil 1. Stresle Başa Çıkma Stilleri ve Yaşam Çatışmasına İlişkin Path Diyagram Modeli

(Figure 1. Coping with Stress Style and Life Conflict Related to the Model Path Diagram)

#### 4. BULGULAR (FINDINGS)

##### 4.1. Uyum İyiliği İndekslerine İlişkin Bulgular

##### (Findings Regarding the Goodness of Compatibility Index)

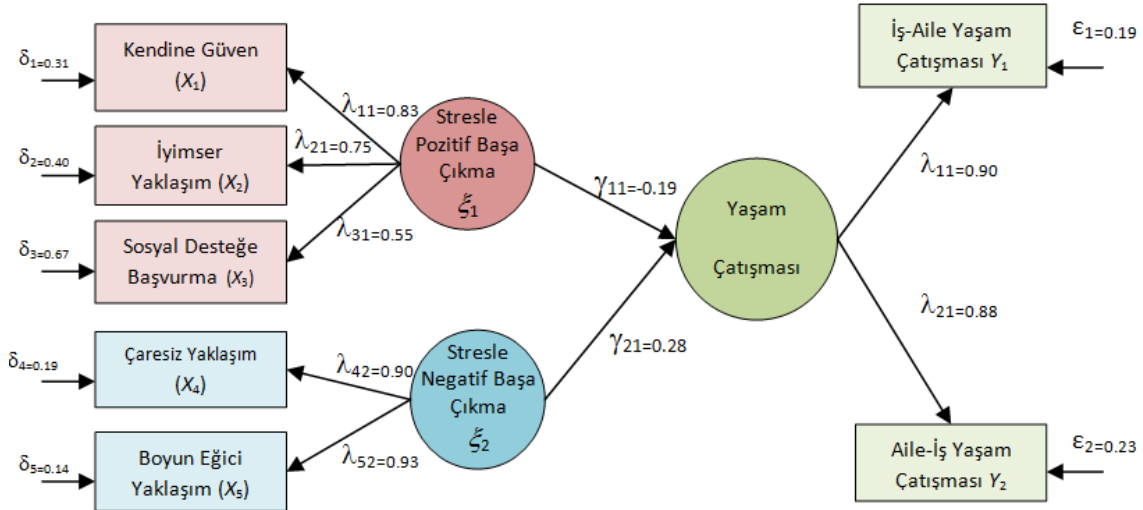
Tablo 2’de teorik modele ilişkin her gözlenen ve gizil değişkenleri toplamının, modele olan katkısına ilişkin uyum iyiliği indeksleri, Şekil 2’de de ilköğretim okulu öğretmenlerinin stresle başa çıkma stilleri ve yaşam çatışması arasındaki ilişkiye dayalı olarak oluşturulan teorik model için yapılan Path analizi sonucu verilmiştir.

Geliştirilmiş olan teorik modelin uyum iyiliği; GFI, AGFI, RMSEA,  $\chi^2$  ve  $\chi^2/df$  oranı ile belirlenmiştir. Bu araştırmanın mevcut modelinde GFI değeri 0.93 olarak saptanmıştır. AGFI uyum iyiliği değeri GFI’e benzer olarak 0.91 olarak saptanmıştır. Bu sonuçta GFI ve AGFI uyum iyiliği değerleri teorik modelinin, elde edilen veriye uygun olduğunun bir göstergesidir. Diğer taraftan, RMSEA değeri, 0.09 olarak saptanmıştır. Şekil 2’te de görüldüğü üzere her bir gizil değişkendeki açıklanamayan varyansı gösteren oklar yani hatalara ilişkin parametre değerleri de yapısal model içerisinde yer almaktadır. Modelde her bir gizil değişkende açıklanan varyans, diğer gizil değişkenler ile ilişkisi sayesinde belirlenebilmektedir. Bu nedenle, her bir gizil değişkende açıklanan varyans ve bunun sonucunda belirlenen açıklanamayan varyans yani hata değerleri ölçme modelinin değil, daha çok yapısal modelin bir parçası olarak kabul edilebilirler. Ayrıca  $\chi^2/df$  oranı, 2.2 olarak saptanmıştır. Bu oranın yüksekliği bir kaç gözlenen ve çoğaltılan kovaryans matrisleri arasında uyum düzeyin zayıflığı anlamına gelmektedir.

Tablo 2. Stresle Başa Çıkma Stilleri ve Yaşam Çatışması Yapısal Eşitlik Modeline İlişkin Uyum Parametreleri  
(Table 2. Coping with Stress Styles and Life Conflict Compliance Related to Structural Equation Model Parameters)

Uyum Parametresi	Katsayı
GFI	0.93
AGFI	0.91
RMSEA	0.09
df	36
$\chi^2$	79.29
$\chi^2/df$	2.2

Şekil 2'de görüldüğü üzere her bir gizil değişkendeki açıklanamayan varyansı gösteren oklar yani hatalara ilişkin parametre değerleri de yapısal model içerisinde yer almaktadır. Modelde her bir gizil değişkende açıklanan varyans, diğer gizil değişkenler ile ilişkisi sayesinde belirlenebilmektedir. Bu nedenle, her bir gizil değişkende açıklanan varyans ve bunun sonucunda belirlenen fakat açıklanamayan varyans yani hata değerleri ölçme modelinin değil, daha çok yapısal modelin bir parçası olarak kabul edilebilir.



Şekil 2. Stresle Başa Çıkma Stilleri ve Yaşam Çatışmasına İlişkin Path Diyagram Modeli Sonuçları

(Figure 2. Coping with Stress Style and Life Conflict Related to the Model Path Diagram)

### 3.2. Teorik Modele İlişkin Çoklu Korelasyon Analizi Bulguları (Multiple Correlation Analysis Findings Related to the Theoretical Model)

Korelasyon katsayıları, gözlenen değişkenlerin, ayrı ayrı ve ortaklaşa olarak, yapıları ne kadar iyi ölçtüğünü ifade etmektedir. Ölçüm bileşenleri için çoklu korelasyon katsayıları, gizil değişkenlerin ölçümü için gözlenen değişkenlerin güvenilirliği olarak yorumlanmaktadır. Yapısal eşitlik modelinde korelasyon katsayıları, dışsal değişkenlerin içsel değişkendeki varyans oranını göstermektedir. Buna paralel olarak araştırmada elde edilen teorik modelin bileşenleri arasındaki korelasyon katsayıları 0.55 ile 0.93 arasında değişmektedir. Gözlenen değişkenlere ilişkin elde edilen korelasyon katsayıları genel olarak yüksektir ( $r>0.50$ ). Bu durum

teorik modelde yer alan, gözlenen değişkenlerin hiç birinin gizil değişken olmadığı anlamını taşımaktadır.

Araştırmanın dıșsal bileşeni, stresle başa çıkma tarzlarıdır. Gözlenen değişkenlere ilişkin çoklu korelasyon katsayıları 0.55 ile 0.93 arasındadır. Bu gözlenen değişkenlerden *kendine güven* değişkeni *stresle pozitif başa çıkma* boyutunu ve *boyun eğici yaklaşım* değişkeni *stresle negatif başa çıkma* boyutunu belirlemede en önemli ve en güvenilir değişkenlerdir.

Araştırmanın bir başka bileşeni, yaşam çatışmasıdır. Gözlenen değişkenlere ilişkin çoklu korelasyon katsayıları iş-aile yaşam çatışması ve aile-iş yaşam çatışması için sırasıyla 0.90 ve 0.88'dir. Bu iki gözlenen değişken, yaşam çatışmasını belirlemede en önemli ve en güvenilir değişkenlerdir.

Şekil 2'de görüldüğü üzere, gözlenemeyen dıșsal ve içsel değişken modeline ilişkin elde edilen anlamlı Path katsayıları -0.19 ile 0.28 arasındadır. *Yaşam çatışmasını* 0.28 oranında pozitif olarak en yüksek oranda etkileyen gözlenemeyen değişkenlerden stresle negatif başa çıkmadır. Buna karşın stresle pozitif başa çıkma ise *yaşam çatışmasını* -0.19 oranında negatif yönde etkileyen gözlenemeyen değişkendir.

#### 4.3. Stresle Başa Çıkma Stilleri ve Yaşam Çatışması Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulgular (Stress Coping Styles and Life Conflict Between Related Results)

Tablo 3'te Path analizi sonucunda, gizil değişkenlerin arasındaki korelasyon katsayıları sunulmuştur. *Yaşam Çatışması* ile stresle başa çıkma stillerinin *stresle pozitif başa çıkma* [ $r=-.34$ ] boyutu arasında negatif yönde, *stresle negatif başa çıkma* [ $r=.21$ ] boyutu ile ise pozitif yönde istatistiksel bir ilişki bulunmuştur.

Tablo 3. Stresle Başa Çıkma Stilleri ve Yaşam Çatışması Arasındaki Korelasyon Matrisi  
(Table 3. Stress Coping Styles and Life Conflict of Between Correlation Matrix)

Değişkenler	1	2	3
1-Stresle pozitif başa çıkma	-		
2-Stresle negatif başa çıkma	-.25*	-	
3-Yaşam Çatışması	-.34*	.21*	-
$n = 334, *p < .01$			

Tablo 4'de, ilköğretim okulu öğretmenlerine ait stresle başa çıkma stillerine ilişkin puanlar ile yaşam çatışması puanları arasındaki standartlaştırılmış regresyon matrisi sunulmuştur.

İlköğretim okulu öğretmenlerinin sergilemiş oldukları stresle negatif başa çıkma stilleri [çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım] *yaşam çatışmalarını* pozitif yönde etkilemektedir. Buna karşın stresle pozitif başa çıkma stilleri [kendine güven, iyimser yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma] *yaşam çatışmalarını* negatif olarak etkilemektedir.

Ayrıca elde edilen bulgulara göre yapılandırmacı düşünme stillerinin diğer bileşenlerinin stresle başa çıkmaya istatistiksel olarak anlamlı etkileri bulunmamaktadır.

Tablo 4. Stresle Başa Çıkma Stilleri ve Yaşam Çatışması Arasındaki Standartlaştırılmış Regresyon Matrisi  
(Table 4. Stress Coping Styles and Life Conflict of between Standardized Regression Matrixes)

Değişkenler	Yaşam Çatışması
1-Stresle pozitif başa çıkma	-.31*
2-Stresle negatif başa çıkma	.13*

##### 5. TARTIŞMA (DISCUSSION)

Bu araştırmada, ilköğretim okulu öğretmenlerindeki stresle başa çıkma stilleri ile yaşam çatışma düzeyleri arasındaki ilişkiler belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen bulgulara göre stresle başa çıkma ile yaşam çatışması arasında çeşitli düzeylerde ilişkiler bulunmaktadır. Özellikle stresle negatif başa çıkma ile yaşam çatışması arasında pozitif güçlü ilişkiler bulunmaktadır. Stres konusunda yapılan çalışmaların bir kısmında, çalışanın stres düzeyini azaltan ya da arttıran unsurlardan birisinin çalışanın yakın çevresinden gördüğü sosyal destek olduğu dikkate alınmaktadır. Bu yaklaşıma göre, sosyal destek kaynağı olarak aile stresi üzerinde etkili olabilecektir (Efeoğlu ve Özgen, 2007). Buna benzer bir durum, bu araştırmada elde edilen stresle negatif başa çıkma stili ile *iş-aile* ve *aile-iş yaşam çatışması* arasında bulunan pozitif ilişkidir. Buna göre öğretmenlerde stres durumunda negatif stilleri sergilemeleri arttıkça iş ve ailede yaşanan çatışma düzeyi de artıyor gibi gözükmektedir. Bununla birlikte aynı konuda yapılacak nedensellik araştırmaları durumun açıklanmasına daha büyük bir katkı sağlayacaktır.

Araştırmanın ikinci bölümünde oluşturulan yapısal eşitlik modelinde, stresle başa çıkma stillerinin bileşenleri bağımsız değişken, yaşam çatışması ise bağımlı değişken olarak ele alınmıştır. Path analizi sonuçları, oluşturulan modele ilişkin uyum iyiliği indekslerinin yeterli düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu durum, stresle başa çıkma stilleri ve yaşam çatışması etkileşimi modelinin oluşturulabileceğini ifade etmektedir.

Yapısal eşitlik modelinin ilk parçası ve bağımsız değişkeni olan stresle başa çıkma stilleri boyutunda kendine güven ( $\lambda_{11}=0.83$ ) boyutu, öğretmenlerdeki stresle pozitif başa çıkmanın; boyun eğici yaklaşım ( $\lambda_{11}=0.93$ ) ise öğretmenlerdeki stresle negatif başa çıkmanın en yüksek belirleyicisidir.

Buna ek olarak, yapısal eşitlik modelinin ikinci parçası ve bağımlı değişkeni olan yaşam çatışmasının boyutunda *iş-aile yaşam çatışması* ( $\lambda_{11}=0.90$ ) boyutu, öğretmenlerdeki yaşam çatışmasının en yüksek belirleyicisidir. Bu bulgu, iş ve aile yaşamlarının etkileşim içinde bulunduğu varsayımından hareket eden *telafi kuramı* (Lobel, 1991), *akılcı bakış kuramı* (Duxbury, Higgins & Lee, 1994), *katkı kuramı* (Cooke & Rousseau, 1984), *taşma kuramı* (Bartolome & Evans, 1980) ve *çatışma kuramı*'nın (Bedeian, Burke & Moffett, 1988) varsayımlarıyla bir paralellik göstermektedir.

Araştırmanın üçüncü parçası, stresle başa çıkma stilleri ve yaşam çatışması arasındaki yapısal eşitlik modelidir. Yapısal eşitlik modelinde yer alan ilköğretim okulu öğretmenlerinin stresle başa çıkma stillerinin yaşam çatışmalarına etkilerine ilişkin elde edilen bulgular aşağıdaki gibi özetlenebilir:

- İlköğretim okulu öğretmenlerinin stresle pozitif başa çıkma stilleri arttıkça yaşam çatışması yaşama düzeyleri azalmaktadır.
- Öğretmenlerin stresle negatif başa çıkma stilleri arttıkça yaşam çatışması yaşama düzeyleri de artmaktadır.



- Araştırmada oluşturulan yapısal eşitlik modeline göre değişkenler arası ilişkilerde önemli bir rolü bulunan gizil değişkenlere ilişkin parametre tahminleri, öğretmenlerin yaşam çatışması düzeylerini belirlemede stresle başa çıkma stillerinin, önemli bir belirleyici olduğunu göstermektedir.
- İlköğretim okulu öğretmenleri örneklemindeki bulgular, yaşam çatışmasının %19'unun stresle pozitif başa çıkma, %28'inin ise negatif başa çıkma stili bileşenleriyle açıklanabildiğini göstermektedir. Bir başka ifadeyle, öğretmenlerdeki yaşam çatışmasını negatif etkileyen en önemli faktör, stresle pozitif başa çıkma stilli iken, pozitif etkileyen en önemli faktör stresle negatif başa çıkma stili olarak ifade edilen esoterik olağanüstü şeylerle düşünme stilidir.

Araştırmada elde edilen bu bulgular birçok araştırma sonuçları ile örtüşmektedir. Örneğin Kim & Ling (2001) tarafından yapılan bir çalışmada işteki çalışma süresi, katı iş programları ve işte stres yaratan durumlar ile iş-aile çatışması arasında pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak öğretmen örnekleminde elde edilen bu bulgular, yine öğretmen kitleleriyle paylaşılmalıdır. Stresle başa çıkma sürecinin yönetilebileceğini gösteren seminer programlarının düzenlenmesi hem eğitimci ve öğretmenlerin hem de genç kuşakların düşüncede verimlilik yollarını geliştirecek ve bu yolla toplumun mutluluğuna da önemli bir katkı sağlayacaktır.

#### 1. NOT (1<sup>ST</sup> NOTICE)

Bu makale, 20-22 Mayıs 2010 tarihleri arasında Fırat Üniversitesinde düzenlenen "9. Ulusal Sınıf Öğretmenliği Eğitimi Sempozyumu"nda bildiri olarak sunulan, Sempozyum Oturum Başkanlarının yazılı önerisi ve Yürütme ve Bilim Kurulu tarafından da "Başarılı" bulunan çalışmanın yeniden yapılandırılmış versiyonudur.

#### 2. NOT (2<sup>ND</sup> NOTICE)

Bu çalışmada kullanılan veriler "Baloğlu, N., Yüksel, S. ve Karadağ, E. (2009, Mayıs). Yapılandırmacı düşünme ve yaşam çatışması: ilköğretim okulu öğretmenleri örnekleminde nedensel bir araştırma. B. Acat (Ed.) 8. Ulusal Sınıf Öğretmenliği Sempozyumu içinde (ss.739-756). Eskişehir: Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi" çalışmasına ait veriler ile paralel olarak toplanmıştır.

#### KAYNAKLAR (REFERENCES)

1. Arikewuyo, M.O., (2004). Stress management strategies of secondary school teachers in Nigeria. Educational Research, 46(2), 195-207.
2. Aronsson, G., Svensson, L., and Gustafsson, K., (2003) Unwinding, recuperation, and health among compulsory school and high school teachers in Sweden. International Journal of Stress Management, 10(3), 217-234.
3. Bartolome, F. and Evans, P.A.L., (1980). Must success cost so much? Harvard Business Review, 58, 137-148.
4. Bedeian, A.G., Burke, B.G., and Moffett, R.G., (1988). Outcomes of work- family conflict among married male and female professionals. Journal of Management, 14(3), 475-491.
5. Blase J.J., (1986). A Qualitative analysis of sources of teacher stress: Consequences for performance, University of Georgia, American educational Research Journal, 23(1), 13-40.
6. Booney, V., Miller, S., Humphreys, S., and Reynolds, F., (1989). Sources and manifestation of occupational stress as reported by

- fulltime teachers working in a BIA school. *Journal of American Indian Education*, 28(2), 21-31.
7. Chan, D.W., (1998). Stress, coping strategies, and psychological distress among secondary school teachers in Hong Kong. *American Educational Research Journal*, 35, 145-163.
  8. Cooke, R.A. and Rousseau, D.M., (1984). Stress and strain from family roles and work-role expectations. *Journal of Applied Psychology*, 69(2), 252-260.
  9. Dewe, P., (1986). *Stress: Causes, consequences and coping strategies for teachers*. Wellington, New Zealand: New Zealand Education Institute.
  10. Drach-Zahavy, A. and Somech, A., (2002). Coping with health problems: The distinctive relationships of Hope sub-scales with constructive thinking and resource allocation. *Personality and Individual Differences*, 33, 103-117.
  11. Duxbury, L., Higgins, C., and Lee, C., (1994). Work-family conflict: A comparison by gender, family type, and perceived control. *Journal of Family*, 15(3), 449-466.
  12. Efeoğlu, İ.E., (2006). İş-aile yaşam çatışmasının iş stresi, iş doyum ve örgütsel bağlılık üzerindeki etkileri: İlaç sektöründe bir araştırma. Yayınlanmamış doktora tezi. Çukurova Üniversitesi, Adana.
  13. Efeoğlu, İ.E. and Özgen, H., (2007). İş-aile yaşam çatışmasının iş stresi, iş doyum ve örgütsel bağlılık üzerindeki etkileri: İlaç sektöründe bir araştırma. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(2), 237-254.
  14. Farber, B.A., (1991). *Crisis in education: Stress and burnout in the American teacher*. San Francisco, CA, US: Jossey-Bass.
  15. Fimian, M.J., (1986). Note on reliability of the Teachers Stress Inventory. *Psychological Reports*, 59, 275-278.
  16. Folkman, S. and Lazarus, R.S., (1988). The relationship between coping and emotion: Implications for theory and research. *Social Science Medicine*, 26(3), 309-317.
  17. Frone M.R., Barnes, G.M., and Farrel, M.P., (1994). Relationship of work-family conflicts to substance use among employed mothers: The role of negative affect. *Journal of Marriage and the Family*, 56, 1019-1030.
  18. Geving, A.M., (2007). Identifying the types of student and teacher behaviors associated with teacher stress. Minneapolis, MN: University of Minnesota
  19. Hanson, J.I. and Sullivan, B.A., (2003). Assessment of workplace stress: Occupational stress, Its consequences, and common causes of teacher stress. In: *Measuring Up: Assessment Issues for Teachers, Counselors, and Administrators* U.S. Department of Education, 611-622.
  20. Huberman, A.M., and Vandenberghe, R., (1999). *Understanding and preventing teacher burnout. A sourcebook of international research and practice*. Cambridge: Cambridge University Press.
  21. Hunter, P. and Houghton, D.M., (2008). Nurse teacher stress in Northern Ireland. *Journal of Advanced Nursing*, 18(8), 1315-1323
  22. Hutchinson, W., (1998). An investigation of teacher stress and efficacy. Eric Document: ED460105.
  23. Karadağ, E., Yüksel, S., and Baloğlu, N., (2009). İlköğretim okulu öğretmenlerinin yapılandırmacı düşünme ve stresle başa çıkma tarzları: Bir yapısal eşitlik modelleme çalışması. 18. Eğitim Bilimleri Kurultayı içinde (ss.222). İzmir: Ege Üniversitesi.

24. Kim, J.L.S. and Ling, C.S., (2001). Work-Family Conflict of Women Entrepreneurs in Singapore, *Women in Management Review*, 16(5), 204-221.
25. Kyriacou, C., (1987). Teacher stress and burnout: An international review. *Educational Leadership*, 29,146-152.
26. Kyriacou, C., (2001). Teacher stress: Directions for future research. *Educational Review*, 53(1), 27-35.
27. McConaghy, T., (1992). Teacher wellness: An educational concern. *Phi Delta Kapan*. Bloomington, 74(4), 349-350.
28. Needle, R.H., Griffin, T., and Svendesen, R., (1981). Occupational stress: Coping with health problems of teachers. *Journal of School Health*, 59, 175-181.
29. Netemeyer, R.G., Boles, J.S., and McMurrian, R., (1996). Development and validation of work-family conflict and family-work conflict scales. *Journal of Applied Psychology*, 81, 400-410.
30. Okebukola, P.A. and Jegede, O.J., (1992). Survey of factors that stress science teachers and an examination of coping strategies. *Science Education*, 75, 99-120.
31. Osipow, S. (1998). Occupational stress inventory revised edition manual. Odessa, FI: Psychological Assesment Resources.
32. Quick, J.C., Quick, J.D., Nelson, D.L., and Hurrell, J.J., (1997). Preventive stress management in organizations. Washington, DC: American Psychological Association.
33. Rice, P.L., (1999). Stress and health, Pacific Grove: CA; Brooks & Cole.
34. Riches, C., (1994). Motivation. In T. Bush & J. West-Burnham (Eds.). *The principles of educational management* (pp. 223-244). London: Longman.
35. Şahin, N.H. and Durak, A., (1995). Stresle başa çıkma tarzları ölçeği: Üniversite öğrencilerine uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 56-73.
36. Thomas, K.W. and Schmid, W.H., (1976). A survey of managerial interests with respect to conflict. *The Academy of Management Journal*, 19(2), 315-318
37. Travers, C.J. and Cooper, C., (1993). Mental health, job satisfaction and occupational stress among UK teachers. *Work & Stress*, 7(3), 203-219.
38. Zurlo, M.C., Pes D., and Cooper C.L., (2009). Stress in teaching: a study of occupational stress and its determinants among Italian schoolteachers. *Stress and Health*, 23(4), 231-241.