

Bilecik İli, Bozüyük İlçesi, Lise Öğretmenlerinde Tükenmişlik Sendromu

[Burnout Syndrome in High School Teachers' in Bilecik, Bozüyük]

ÖZET

AMAÇ: Tükenmişlik (burnout) insanda ortaya çıkan fiziksel bitkinlik, uzun süren yorgunluk, çaresizlik ve umutsuzluk duygularını, yaptığı işe, hayata ve diğer insanlara karşı gösterdiği olumsuz tutumları kapsayan fiziksel ve psikolojik boyutlu bir sendrom olarak tanımlanmıştır. Tükenmişlik, doktorlar ve hemşireler, polisler, yöneticiler ve öğretmenler gibi daha çok insanlarla yüz yüze çalışan meslekler grubundaki kişilerde görülmektedir. Öğretmenlerin genel olarak diğer mesleklerde çalışan kişilerin yaşadığı ortalama stresten daha fazlasını yaşadıkları kabul edilmektedir. Biz de bu çalışmamızda Bilecik İli, Bozüyük İlçe merkezinde lise ve dengi okullarda çalışan öğretmenlerin tükenmişlik durumlarını ve bununla ilişkili faktörleri belirlemeyi amaçladık.

YÖNTEM: Kesitsel tipteki bu çalışmaya 228 öğretmen dahil edilmiştir (katılım oranı %90.4).

Katılımcılara Maslach Tükenmişlik Ölçeğini içeren anket uygulanmıştır.

BULGULAR: Araştırmaya katılanların %52,1'i kadındır. Yaş ortancaları 33.0 yaşdır (çeyreklikler; 28–40 yıl). Öğretmenlerin mezun oldukları okul, meslekte geçen süreleri ve haftalık ders saatleri ile tükenmişlik arasında herhangi bir ilişki bulunmazken, meslek liselerinde çalışanlarda, mesleği kendi isteği ile seçmeyenlerde, çalıştığı ortamın fiziksel koşullarının yetersiz bulanlarda ve şiddete maruz kaldığını belirtenlerde istatistiksel olarak anlamlı bir farkla daha yüksek düzeyde tükenmişlik saptanmıştır.

SONUÇ: Meslek seçiminin bilinçli bir şekilde yapılabilmesi için danışmanlık hizmetlerinin geliştirilmesinin, öğretmenlerin çalıştıkları ortamın sosyal ve fiziksel şartlarının iyileştirilmesinin tükenmişliği önlemede faydalı olabileceği söylenebilir.

SUMMARY

AIM: Burnout syndrome is manifested by physical exhaustion, long lasting tiredness and feelings of hopelessness. And also it consists of individual's negative attitudes towards to life, occupation and the other persons. Burnout frequently seen in the occupations who work face to face with people like doctors, polices, nurses and managers. Generally teachers' burnout level is higher than other occupations. Our aim is to determine the burnout levels and related factors of teachers working in high school of Bilecik Bozüyük.

METHODS: Totally 228 teachers participated to this cross sectional study (participating rate is %90.4). To find out the burnout level in these teachers Maslach Burnout Inventory was used.

RESULTS: Of the total participants 52.1% were women, median age of participants were 33.0 years (Quartiles: 28.0–40.0 years) There was no relation between the burnout level and the years in the occupation, weekly working time and the school that they educated. Occupational high school teachers, unwillingly occupation choosing, bad physical work environment, violence experience in the school significantly had higher points from burn out scale.

CONCLUSION: Burnout level was higher in high school teachers, who didn't want to be a teacher and who were working at bad physical environment and who had violence experience.

Gülşen Polat¹,
Ahmet Topuzoğlu¹,
Kağan Gürbüz²,
Özge Hotalak²,
Hatice Kavak²,
Selman Emirikçi²,
Leyla Kayış².

¹Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı AD,
²Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi, İstanbul.

Anahtar Kelimeler:
Maslach Tükenmişlik Ölçeği, tükenmişlik, öğretmen.

Key words: Maslach Burnout Inventory, burnout, teacher.

**Sorumlu yazar/
Corresponding author:**
Gülşen Polat
Tıbbiye cad. Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı AD.
Haydarpaşa, İstanbul, Türkiye.
thpolat@yahoo.com

GİRİŞ

Tükenmişlik kavramı ilk olarak 1974 yılında Freudenerger tarafından "başarısızlık, yıpranma, enerji ve güç kaybı veya insanın iş kaynakları üzerinde, karşılanamayan istekler sonucunda ortaya çıkan tükenme durumu" olarak tanımlanmıştır. Daha sonra Maslach ve Jackson tükenmişliği; insanda ortaya çıkan fiziksel bitkinlik, uzun süren yorgunluk, çaresizlik ve umutsuzluk duyguları, yaptığı işe hayata ve diğer insanlara karşı gösterdiği olumsuz tutumları kapsayan fiziksel ve psikolojik boyutlu bir sendrom olarak tanımlamışlardır. Cherniss tükenmişliği, yoğun stres ve doyumsuzluğa tepki olarak bireyin kendini

psikolojik olarak işinden soğutması olarak özetler (1). Cardinell ise tükenmişliği "insanın hayatında ortaya çıkan ciddi bir rahatsızlık belirtisi, orta yaş krizi" olarak daha geniş şekilde ifade etmiştir.

Günümüzde en çok kabul gören tanım Maslach ve arkadaşları tarafından yapılan tanımdır. Maslach tükenmişliği; duygusal tükenme (emotional exhaustion), duyarsızlaşma (depersonalizasyon) ve kişisel başarının azalması (lack of personal accomplishment) şeklinde adlandırılan üç faktörlü bir yapı olarak ele almaktadır.

Duygusal tükenme (DT) (emotional exhaustion): Kompleks tükenmişlik sendromunun en açık şekilde gözlenebilen boyutudur. Çalışanların kendilerini

yorgun ve duygusal yönden aşırı yıpranmış olma durumlarını tanımlar. Enerji eksikliği ve bireyin duygusal kaynaklarının bittiği hissine kapılması şeklinde ortaya çıkar.

Duyarsızlaşma (D) (depersonalizasyon): Kendinden ve işinden uzaklaşan çalışanlar, işe yönelik idealizmlerini ve coşkularını kaybederler. Hizmet verilen kişilere aldırış etmeme, düşmanlık içeren olumsuz tepkilerde bulunma sıklıkla görülen davranış biçimleridir. Küçültücü bir dil kullanma, insanları kategorize etme, katı kurallara göre iş yapma ve başkalarından sürekli kötülük geleceğini sanma duyarsızlaşmanın diğer belirtileri arasında sayılabilir. Yapılan araştırmalar duygusal tükenmeyle duyarsızlaşma arasında önemli bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır.

Kişisel başarının azalması (KB) (lack of personal accomplishment): Duygusal ve fiziksel olarak tükenen, hizmet verdiği insanlara ve kendine yönelik olumsuz bir tutum içine giren kişiler, yaptıkları işlerin gerektirdiği talepleri yerine getirmekte zorlandıklarından kişisel yeterlik duyguları azalır. Bu anlamda, kişisel başarı duygusunun azalması diğer iki yapıyla birlikte görülür. DT ve D boyutları olumsuz, KB boyutu olumlu yanıtları içermektedir. Puanlar her alt ölçek için ayrı ayrı hesaplanmaktadır. Alt ölçeklerden elde edilen puanlar için kesme değeri olmadığından tükenme var ya da yok biçiminde bir ayırım yapılamamaktadır. Tükenmişliği olan bireylerde DT ve D puanlarının daha yüksek, KB puanlarının düşük düzeylerde olması beklenmektedir (2,3).

Yapılan çalışmalar tükenmişliğin gelişmiş ülkelerde yaygın olarak görüldüğünü ortaya koymaktadır. Sosyodemografik özellikler, çalışma koşulları, iş yükü, kişilik yapısı gibi birçok değişken tükenmişlik gelişiminde rol oynamaktadır (4).

Tükenmişliğin nedenleri, bireysel ve örgütsel olmak üzere iki grupta toplanmaktadır. Yaş, medeni durum, çocuk sayısı, işe bağlılık, kişisel beklentiler, güdülenme, kişilik örüntüleri, performans, bireysel yaşantıda karşılaşılan stresler, iş doyumu ve üstlerinden gördüğü destek gibi etmenler, bireysel nedenler başlığı altında ele alınmaktadır. Yapılan işin niteliği, yapılan meslek tipi, çalışma süresi, iş yerinin özellikleri, iş yükünün yoğunluğu, iş gerilimi, rol belirsizliği, eğitim durumu, karara katılamama, örgüt içi ilişkiler, ekonomik ve toplumsal etmenler ise tükenmişliğin örgütsel nedenleri olarak ele alındığı görülmektedir (3).

Tükenmişlik daha çok, insanlara doğrudan hizmet veren ve yardımcı amaçlayan hekimlik, hemşirelik, öğretmenlik, psikologluk, polislik vb. mesleklerde ortaya çıkan durumdur (5). Özellikle öğretmenlerde;

öğrencilerin disiplin sorunları, aşırı kalabalık sınıflar ve yetersiz fiziki koşullar, okul-aile çatışmaları, düşük ücret, terfi etme güçlükleri, toplum desteğinin az olması, ödüllendirme ve kurumda karar sürecine katılımın yetersiz olması gibi sorunlar nedeniyle tükenmişlik açısından daha fazla risk altındadırlar.

Bu çalışmada Bilecik ili, Bozüyük ilçe merkezinde bulunan lise ve dengi okullarda çalışan öğretmenlerin tükenmişlik durumlarını ve bununla ilişkili faktörleri belirlemek amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Çalışmamız kesitsel tiptedir. Çalışmamızın evrenini Bilecik ili Bozüyük İlçesinde bulunan toplam 9 adet lise ve dengi okulda görev yapan 252 öğretmen oluşturmaktadır. Örneklem seçilmeden öğretmenlerin tümüne ulaşmak amaçlandı ancak araştırmanın yürütüldüğü 19-21 Şubat 2007 tarihleri arasında çeşitli nedenlerle okulda bulunmayan 24 öğretmen çalışmaya dahil edilemedi (katılım oranı %90,4). İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izinler alındı. Katılımcıların bilgilendirilmiş oluru alınarak, sosyodemografik özellikler, mesleki bilgiler, meslek memnuniyeti ve meslek hayatı boyunca uğradığı sözel ve fiziksel şiddeti değerlendiren 31 soru ve Maslach Tükenmişlik Envanterinden (MTE) oluşan anket kendi okullarında gözlem altında uygulandı.

Hacettepe Üniversitesi'nden Canan Ergin (1991) tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan, 22 maddeden oluşan MTE; Duygusal Tükenme (DT), Duyarsızlaşma (D) ve Kişisel Başarı (KB) olmak üzere üç alt ölçekten oluşmaktadır. DT alt ölçeği kişinin mesleği ya da işi tarafından tüketilmiş ve aşırı yüklenilmiş olma duygularını, D alt ölçeği kişinin hizmet verdiklerine karşı duygudan yoksun bir şekilde davranışlarını, KB alt ölçeği ise işteki yeterlilik ve başarı duygularını tanımlar (6). Duygusal tükenme boyutunda 9 madde, duyarsızlaşma boyutunda 5 madde ve kişisel başarı boyutunda 8 madde yer almaktadır. Alt ölçekler; hiçbir zaman, çok nadir, bazen, çoğu zaman, her zaman şeklinde beş dereceli likert tipi sorulardan oluşmaktadır. MTE'nin DT ve D alt ölçeklerine ait sorular olumsuz, KB alt ölçek soruları ise olumlu ifadelerden oluşmaktadır. Bu nedenle DT ve D puanlarının yüksek, KB puanının düşük olması tükenmişliği göstermektedir.

Elde edilen sonuçlar SPSS 11.0 programı ile değerlendirildi. Normal dağılıma uymadığından dolayı kişilerin MTE'ye göre aldıkları DT, D ve KB puanlarının çeşitli değişkenlerle karşılaştırılmasında Mann Whitney-U ve Kruskal Wallis testleri, bağımlı

değişkenlerle bağımsız değişkenlerin karşılaştırılmasında ise Ki Kare testi kullanıldı.

BULGULAR

Araştırmaya katılan 228 öğretmenden %52,1'i kadın, %47,9'u erkektir. Yaş ortancaları 33,0 yaştr (çeyreklikler; 28-40 yıl) ve çoğunluğu (%86,5) 40 yaş altındadır. Çalışmaya katılan öğretmenlerin %73,7'si evli olup, bunların yaklaşık %90'mın en çok iki çocuğu vardır.

Tablo 1. Araştırmaya katılan öğretmenlerin bazı sosyodemografik özelliklerine göre dağılımları

Cinsiyet*	n	%
Kadın	111	52,1
Erkek	102	47,9
Toplam	213	100,0
Yaş grupları		
30 yaş altı	77	33,8
31-40 yaş	8	38,2
41-50 yaş	34	14,9
51 yaş üstü	30	13,2
Toplam	228	100,0
Medeni durum		
Evli	168	73,7
Bekar	57	25,0
Dul/boşanmış	3	1,3
Toplam	228	100,0
Çocuk sayısı**		
Yok	82	36,0
1-2	129	56,5
3 ve üzeri	16	7,0
Toplam	227	100,0

*15 kişi cinsiyetini belirtmemiştir.

**1 kişi çocuk sayısını belirtmemiştir

Katılımcıların çoğu (%87,6) üniversite mezunudur. Yarıdan fazlası (%57,5) meslek lisesi öğretmenlerinden oluşmaktadır. Ortanca çalışma süresi 10 yıldır (çeyreklikler: 6-17yıl). Haftalık ortalama ders saati 24,6±9 saattir. Öğretmenlerin 2/3'si haftada 21-30 saat arasında çalışmaktadır.

Öğretmenlerin büyük çoğunluğu (%90,1) mesleği kendi isteği ile seçtiğini belirtti. "Tekrar aynı mesleği seçerdim" diyen %78,4 öğretmenden çoğu (%74,7) çocuklarının da öğretmen olmasını istediklerini belirtti (p<0.001). Öğretmenlerin %28,9'u yakın zamanda okulunu değiştirmeyi düşündüğünü, az bir kısmı (%23,5) mesleği bırakmayı düşündüğünü, yarıdan fazlası ise çalışma koşullarını yeterli bulmadığını belirtti.

Tablo 2. Araştırmaya katılanların bazı mesleki özelliklerine göre dağılımları

Mezun olduğu okul	n	%
Eğitim enstitüsü	19	8,4
Üniversite	198	87,6
Diğer	9	21,2
Toplam	226	100,0
Çalıştığı okul türü		
Meslek lisesi	131	57,5
Anadolu lisesi	46	20,2
Düz lisesi	29	12,7
İmam hatip lisesi	22	9,6
Toplam	228	100,0
Çalışma süresi		
5 yıl altı	54	23,7
6-10 yıl	61	26,8
11-15 yıl	43	18,9
16-20 yıl	31	13,6
21 yıl üstü	39	17,1
Toplam	228	100,0
Haftalık ders saati		
20 saat ve altı	51	22,4
21-30 saat	150	65,8
31 saat ve üstü	31	11,8
Toplam	228	100,0

Tablo 3. Araştırmaya katılanların meslekleriyle ilgili bazı düşüncelerine göre dağılımları

Mesleği kendi isteği ile seçme	n	%
Evet	201	90,1
Hayır	22	9,9
Toplam	223	100,0
Tekrar aynı mesleği seçmeyi isteme		
Evet	178	78,4
Hayır	49	21,6
Toplam	227	100,0
Çocuğunun öğretmen olmasını isteme		
Evet	138	61,6
Hayır	86	38,4
Toplam	224	100,0
Okulunu değiştirmeyi düşünme		
Evet	63	28,9
Hayır	155	71,1
Toplam	218	100,0
Mesleği bırakmayı düşünme		
Evet	52	23,5
Hayır	169	76,5
Toplam	221	100,0
Çalışma koşullarını yeterli bulma		
Evet	102	45,9
Hayır	120	54,1
Toplam	222	100,0

Tablo 4. Araştırmaya katılanların alt ölçeklerden aldıkları puanların dağılımı

Alt ölçekler	Ortanca	Çeyreklikler
--------------	---------	--------------

DT	11	6-16
D	5	3-7
KB	23	20-25

Öğretmenlerin duygusal tükenme puan ortancası 11, duyarsızlaşma puan ortancası 5 ve kişisel başarı puan ortancası 23 olarak bulundu.

Cinsiyetler ve yaş grupları arasında her üç alt ölçek puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanamazken bekâr olanların KB puanları (ortanca=22) diğer gruplara göre daha düşük olarak bulundu.

Öğretmenlerin mezun oldukları okul, çalışma süreleri ve haftalık ders saatleri ile tükenmişlik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmadı.

Öğretmenlerin yarıdan fazlası (57,5) meslek liselerinde görev yapmaktadır. Bu öğretmenlerin DT puanları (ortanca=12) daha yüksek olarak bulundu (p=0.04).

Öğretmenlerin meslekleriyle ilgili çeşitli düşünceleriyle alt ölçeklerden aldıkları puan ortancaları karşılaştırıldı. Mesleğini kendi isteği ile seçmeyenlerin DT ve D puanları mesleğini kendi isteği ile seçen öğretmenlerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek bulundu. “Tekrar aynı mesleği seçerdim” diyen öğretmenlerin DT puanlarının daha düşük, KB puanlarının da daha yüksek olduğu saptandı. Ancak D puanları açısından anlamlı bir fark yoktu.

Tablo 5. Araştırmaya katılan öğretmenlerin bazı sosyodemografik özelliklerine göre DT, D ve KBN puan ortancalarının dağılımları

Cinsiyet*	n	Alt ölçek puan ortancaları (çeyreklikler)		
		DT	D	KB
Kadın	111	12 (7-16)	5 (3-8)	22 (20-24)
Erkek	102	11 (6-15)	5 (3-7)	22 (20-26)
Yaş grupları				
30 yaş altı	77	11 (6,5-16)	6 (3-7)	22 (19-24)
31-40 yaş	84	12 (8-16)	5 (3-7)	22 (20-25)
41-50 yaş	34	10 (5-15)	4 (2-6)	24 (22-27,2)
51 yaş üstü	30	9,5 (4-13)	3 (2,5-8)	22 (20-25,5)
Medeni durum				
Evli	168	11 (6-15)	5 (2-7)	23 (20-26)
Bekar	57	12 (6-16,5)	6 (3-8,5)	22 (19-24)*
Dul/boşanmış	3	13 (11-22)	5 (3-6)	27 (24-29)

*p=0.01

Tablo 6. Araştırmaya katılanların meslekleriyle ilgili bazı düşüncelerine göre D, DT ve KB puan ortancalarının dağılımları

	n	Alt ölçek puan ortancaları (çeyreklikler)		
		DT	D	KB
Mesleği kendi isteği ile seçme durumu				
Evet	201	11 (6-15)	5 (3-7)	23 (20-25)
Hayır	22	18 (11-19,2)***	6 (4,7-10)*	21,5 (18,7-24,2)
Tekrar aynı mesleği seçmeyi isteme durumu				
Evet	178	10 (6-14)	5 (2,7-7)	23 (20-26)
Hayır	49	15 (11-19)***	6 (3-8,5)	21 (18,5-24)**
Okulunu değiştirmeyi düşünme durumu				
Evet	63	14 (9-17)**	5 (2-8)	22 (19-25)*
Hayır	155	11 (6-14)	5 (3-7)	23 (20-26)
Mesleği bırakmayı düşünme durumu				
Evet	52	13,5 (9-18)**	6 (4-9)**	22 (18-25,7)
Hayır	169	10 (6-15)	3,2 (2-7)	23 (20-25)
Çalışma koşullarını yeterli bulma durumu				
Evet	102	9 (5-14)	5 (3-7)	22,5 (20-26)
Hayır	120	12 (7-16)**	5 (2-7)	23 (20-25)

*p<0.05

**p<0.01

***p<0.001

Mesleğini bırakmayı düşündüğünü belirten %23,5 öğretmenin DT ve D puanları daha yüksek bulundu. Bu öğretmenlerden %8,7'si öğrenciler tarafından fiziksel şiddete maruz kaldığını belirtti.

İş yerindeki fiziksel koşulları yetersiz bulanların ve okulu bırakmayı düşündüğünü belirten öğretmenlerin DT puanları da yüksek olarak bulundu.

TARTIŞMA

Çalışmamızda öğretmenlerin DT puan ortancası 11, D puan ortancası 5 ve KB puan ortancası 23 olarak bulunmuştur. Farklı meslek gruplarıyla yapılan çalışmalarla karşılaştırıldığında katılımcıların aldıkları DT puanı daha düşük, KB puanları ise daha yüksek olarak saptanmıştır (7,8,9,10). Bunun nedeni araştırmamıza katılan öğretmenlerin küçük bir ilçede yaşıyor olması ve iş yoğununun az olması olabilir.

Öğretmenlerin cinsiyetleriyle tükenmişlik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu bulgu yapılan birçok çalışma sonucuyla uyumludur (11,12,13,14,15). Yapılan bazı çalışmalarda ise erkeklerin daha çok duygusal ya da duyarsızlaşma şeklinde tükenmişlik gösterirken, kadınlarda kişisel başarısızlık şeklinde tükenmişlik ortaya çıktığı saptanmıştır.(3,7,16,17).

Genel olarak bakıldığında genç yaştakilerin daha yaşlı olanlara oranla tükenmişlik açısından daha fazla risk altında olduğu görülmektedir. Bunun nedeni yaş ilerledikçe kişilerin iş hayatlarıyla ilgili birçok durumu kabullenir hale gelmeleri ya da problemlerle farklı başa çıkma mekanizmaları geliştirmeleri olabilir (18,19). Bizim çalışmamızda ise farklı yaş gruplarıyla tükenmişlik alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanamamıştır. Farklı öğretmen grupları üzerinde yapılan çok sayıda çalışmada da aynı sonuç elde edilmiştir (12,16,18,19) Çalışmamızda ise cinsiyetlere göre farklı yaş gruplarına bakıldığında 51 ve üzeri yaş grubundaki kadınların en düşük kişisel başarı puanını aldıkları görülmektedir. Avşaroğlu ve arkadaşlarının teknik öğretmenlerde yaptığı çalışmada ise ileri yaş grubundaki öğretmenlerde diğer gruplardan anlamlı düzeyde daha fazla duygusal tükenmişlik ve duyarsızlaşma olduğu bulunmuştur (11). Okul yöneticilerinin katıldığı araştırmada da 21-30 yaş grubunda bulunan öğretmenlerin D puanları diğer gruplara göre anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır (3).

Yapılan çalışmalar sosyal desteğin tükenmişliği engellemede olumlu rol oynadığını ortaya koymaktadır (2,17,18). Çalışmamıza katılan öğretmenlerin çoğu evli olup, bunların yarısından fazlasının en az bir çocuğu vardır. Bekâr

öğretmenlerin KB puanları evli, dul veya boşanmış olanlardan daha düşük olarak bulunmuştur. Yapılan farklı çalışmalar da bunu desteklemektedir (12,15,20). Bir başka çalışmada da boşanmış olmanın DT ve KB alt ölçeklerinde tükenmişliği etkileyen bir faktör olduğu ortaya çıkmıştır (3). Çalışmamızda çocuk sahibi olma ile tükenmişlik arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Bu sonuç Kırılmaz ve arkadaşlarının yaptığı çalışmayla paralellik göstermektedir (12).

Katılımcıların çoğu üniversite mezunudur. Öğretmenlerin mezun oldukları okul ile tükenmişlik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. Bu bulgular yapılan diğer çalışmalarla benzerlik göstermektedir (11,12,13). Bazı çalışmalarda ise mezun olunan okulun tükenmişlik üzerine etkisi olduğu bulunmuştur (2,3).

Örgütsel tükenmişlik kaynaklarından en yaygın olanı aşırı iş yüküdür. Aşırı iş yükü belirli bir zaman limiti içinde işi bitirme zorunluluğu, çalışılan işin niteliklerine göre yetersiz olması veya işin standardının yüksek olmasını ifade eder (3). Araştırmamızda çalışma saatiyle tükenmişlik arasında anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. Bunun nedeni öğretmenlerin çoğunun (%87,9) haftalık ortalama ders saatlerinin 31 saat ve altında olması dolayısıyla aşırı iş yükü hissetmemeleri olabilir. Meslekte geçen süre arttıkça tükenmişlik azalmakta ancak 25 yıldan uzun süre mesleğini devam ettiren öğretmenlerde DT ve D artmaktadır (3,15). Bu meslekten kaynaklanacağı gibi yaşın getirdiği bir tükenmişlik durumu da olabilir.

Öğretmenlik mesleği büyük özveri ve sabır istediği için mesleği isteyerek seçmiş olmak ve severek yapmak büyük önem taşımaktadır. Araştırmamızda öğretmenlerin büyük çoğunluğu (%90,1) mesleği kendi isteği ile seçtiğini belirtmiştir. Mesleğini kendi isteği ile seçmeyenlerin DT ve D puanları yüksek olarak bulunmuştur. Yapılan farklı çalışmalarda da mesleği kendi isteği ile seçen öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerinin anlamlı ölçüde düşük, kişisel başarı durumlarının ise yüksek olduğu bulunmuştur (3,12,20,21).

Yapılan çalışmalar tükenmişliğin çalışma ortamı ve iş yüküyle ilişkisi olduğunu göstermektedir (4,15,18). Araştırmamızda da çalışma koşullarını yetersiz bulan öğretmenlerin DT puanları daha yüksek olarak saptanmıştır.

İşe karşı geliştirilen olumsuz tutumlar tükenmişliğin bir göstergesi olarak karşımıza çıkmaktadır (18). Çalışmamızda öğretmenlerin yaklaşık üçte birinin yakın zamanda şu an çalıştıkları okulu bırakmayı düşündükleri, beşte birinin ise zaman zaman mesleklerini bırakmayı düşündükleri

saptanmıştır. Bu öğretmenlerin DT ve D puanları anlamlı derecede yüksek olarak bulunmuştur.

SONUÇ

Bilecik ili Bozüyük ilçesinde bulunan lise ve dengi okullarda görev yapan öğretmenlerin tükenmişlik durumları değerlendirilmiştir. Çalışmamızda sosyal destek varlığı bulunan, mesleğini kendi isteği ile seçen öğretmenlerde düşük düzeyde tükenmişlik saptanırken, mesleki memnuniyetsizliği bulunan, çalışma koşullarını yetersiz bulan ve şiddete maruz kaldığını belirten öğretmenlerde ise yüksek düzeyde tükenmişlik saptanmıştır.

Bu bağlamda; öğretmenlerde tükenmişliği önlemeye yönelik olarak bilinçli meslek seçiminin yapılabilmesi için üniversite öncesi dönemde kaliteli bir danışmanlık hizmeti verilmesinin, çalışmaya başladıkları dönemde ise okullardaki fiziki ve sosyal şartların iyileştirilmesinin, öğretmenlere yönelik şiddetin önlenmesi için gerekli sağıltıcı girişimlerin yapılmasının faydalı olabileceği değerlendirilebilir.

KAYNAKLAR

- Hogan RL, McKnight MA. Exploring burnout among university online instructors: An initial investigation. *Internet and Higher Education*. 2007; 10: 117-124.
- Gündüz B. İlköğretim Öğretmenlerinde Tükenmişlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2005; 1(1): 152-166.
- Izgar H. Okul Yöneticilerinde Tükenmişlik. Ankara. Nobel Yayın Dağıtım, 2001.
- Ahola K, Hakanen J. Job strain, burnout, and depressive symptoms: A prospective study among dentists. *Journal of Affective Disorders*. 2007; 104(1-3): 103-110.
- Dolunay AB. Keçiören İlçesi "Genel Liseler Ve Teknik Ticaret Meslek Liselerinde Görevli Öğretmenlerde Tükenmişlik Durumu" Araştırması. Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası. 2002; 55(1): 51-62.
- Ergin C. Doktor ve Hemşirelerde Tükenmişlik ve Maslach Tükenmişlik Ölçeğinin Uyarlanması, VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları. Ankara. Türk Psikologlar Derneği Yayını, 1992, 143-154.
- Türkiye'de Tabip Odalarına Kayıtlı Olan Bir Grup Hekimde Tükenmişlik Sendromu ve Etkileyen Faktörler. Ankara. TTB yayınları, 2005.
- Sayıl I, Haran S, Ölmez Ş, Özgüven HD. Ankara Üniversitesi Hastanelerinde Çalışan Doktor Ve Hemşirelerin Tükenmişlik Düzeyleri. *Kriz Dergisi*. 1996; 5(2): 71-77.
- Taycan O, Kutlu L, Çimen S, Aydın N. Bir Üniversite Hastanesinde Çalışan Hemşirelerde Depresyon ve Tükenmişlik Düzeyinin Sosyodemografik Özelliklerle İlişkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry*. 2006; 7: 100-108.
- Ebrinç S, Açikel C, Başoğlu C, Çetin M, Çeliköz B. Yanık Merkezi Hemşirelerinde Anksiyete, Depresyon, İş Doyumu, Tükenme Ve Stresle Başa Çıkma: Karşılaştırmalı bir Çalışma. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. 2002; 3: 162-168.
- Avşaroğlu S, Deniz ME, Kahraman A. Teknik Öğretmenlerde Yaşam Doyumu İş Doyumu Ve Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi. http://www.sosyalbil.selcuk.edu.tr/sos_mak/makaleler [Erişim Tarihi: 10.2.2007].
- Kırılmaz AY, Çelen Ü, Sarp N. İlköğretimde Çalışan Bir Öğretmen Grubunda "Tükenmişlik Durumu" Araştırması. *İlköğretim Online*. 2003; 2(1): 2-9. <http://www.ilkogretimonline.org.tr> [Erişim Tarihi: 10.2.2007].
- Özdemir K, Özdemir D, Coşkun A, Çınar Z. Diş hekimliği Fakültesi Öğretim Elemanlarında Mesleki Tükenmişlik Ölçeğinin Değerlendirilmesi. *Cumhuriyet Üniversitesi Diş Hekimliği Dergisi*. 1999; 2(2): 98-104.
- Yavuzylmaz A, Topbaş M, Çan E, Çan G, Özgün Ş. Trabzon İl Merkezindeki Sağlık Ocakları Çalışanlarında Tükenmişlik Sendromu İle İş Doyumu Düzeyleri Ve İlişkili Faktörler. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*. 2007; 6(1): 41-50.
- Cemaloğlu N, Erdemoğlu Şahin D. Öğretmenlerin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*. 2007; 15(2): 465-484.
- Budak G, Sürgevil O. Tükenmişlik ve Tükenmişliği Etkileyen Örgütsel Faktörlerin Analizine İlişkin Akademik Personel Üzerinde Bir Uygulama. *D.E.Ü.İl.B.F. Dergisi*. 2005; 20(2): 95-108.
- Girgin G, Baysal A. Tükenmişlik Sendromuna Bir Örnek: Zihinsel Engelli Öğrencilere Eğitim Veren Öğretmenlerin Mesleki Tükenmişlik Düzeyi. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*. 2005; 4(4): 172-187.
- Martinussen M, Richardsen AM, Burke RJ. Job demands, job resources, and burnout among police officers. *Journal of Criminal Justice*. 2007; 35(3): 239-249.
- Garrosa E et al. The relationship between socio-demographic variables, job stressors, burnout, and hardy personality in nurses. *International Journal of Nursing Studies*. 2006; 45(3): 418-427.
- Gökçakan Z, Özer R. Psikolojik Danışmanlarda Tükenmişlik Sendromu, Nedenleri Ve Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Yöret Postası*. 2003; 19.
- Maraşlı M. Bazı Özelliklerine Ve Öğrenilmiş Güçlülük Düzeylerine Göre Lise Öğretmenlerinin Tükenmişlik Düzeyleri. *Mesleki Sağlık ve Güvenlik Dergisi*. 2005; 23: 27-33.