

ORTAÖĞRETİM OKUL YÖNETİCİLERİNİN YAŞADIKLARI STRES BELİRTİLERİ DÜZEYİ (Amasya İli Örneği)*

Secondary School Administrators' Stress Symptoms Level

Bilgen KIRAL **

Erkan KIRAL ***

Nuray TAŞTAN****

ÖZ

Bu araştırmanın amacı Milli Eğitim Bakanlığına bağlı ortaöğretim okul yöneticilerinin yaşadıkları stres belirtilerinin düzeyini tespit etmektir. Araştırma betimsel bir çalışmadır. 2007–2008 öğretim yılında Amasya ili, Merzifon ve Suluova ilçe merkezinde görev yapmakta olan 110 ortaöğretim okulu yöneticisi araştırmanın çalışma grubunu oluşturmuştur. Araştırmanın verilerinin çözümlenmesinde yüzdeler ve frekans dağılımları, aritmetik ortalama, ortanca, standart sapma, Mann-Whitney U testi ve Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Test işlemlerinde manidarlık düzeyi olarak .05 düzeyi esas alınmıştır.

Anahtar Sözcükler: *Stres, stres belirtileri, ortaöğretim, ortaöğretim okul yöneticileri.*

ABSTRACT

The aim of this research is to find out the level of symptoms of stress in secondary school depending on the Ministry of Education. This reseach is a survey type study. The target population is consisted of 110 secondary school managers working in the center of Merzifon, Suluova and the city of Amasya in 2007–2008 academic year. In this research, the ratio frequency distrubution, arithmetical mean, standart deviation, Mann-Whitney U test and Kruskal Wallis test have been used. The significant level has been taken as .05 in this analysis.

Keywords: *Stress, stress symptoms, Secondary School, Secondary School Administrators.*

*Bu çalışma Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde 10.09.2008 tarihinde kabul edilen Yüksek Lisans tezinin bir bölümünden özetlenerek yeniden düzenlenmiştir.

** Doktora Öğrencisi Ankara Üniversitesi Eğt. Bil. Enst.. bilgenkiral@hotmail.com

*** Doktora Öğrencisi Ankara Üniversitesi Eğt. Bil. Enst. erkankiral74@hotmail.com

****Yard. Doç. Dr. Kırıkkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi nuraytastan@kku.edu.tr

GİRİŞ

İçinde yaşadığımız yüzyılın başından beri hastalıkların sebebi ve çeşidi büyük değişiklikler göstermiştir. Geçen yüzyıllarda insan hayatını salgın hastalıklar tehdit ederken, günümüzde insan hayatını tehdit eden hastalıkların ortaya çıkmasındaki temel faktörün stres olduğu tespit edilmiştir. Modern toplum hastalığı olan stres, aslında günlük hayatın bir parçası haline gelmiştir (Sabuncuoğlu ve Tüz, 2003). Strese çağın hastalığı denmesi ise bu yüzden isabetlidir. Kısaca stres çağdaş insanın yaşamını karartan bir hastalık olmuştur (Balcı, 2000). Son yıllarda dünyada çok hızlı bir değişim ve dönüşümün yaşandığı, gerçekleştirilen yeniliklerin toplumsal, siyasal ve ekonomik alanda etkisini gösterdiği görülmektedir (Arslan ve Eraslan, 2003). Kısacası yaşanan hızlı, sosyal ve kültürel dönüşümler, teknolojik gelişmeler, değişim ve rekabetler, bireyleri ve içinde buldukları örgüt ve toplumları bunalıma sürüklemekte, bireyler iş ortamında ve özel hayatlarındaki sınırlılıkları bir şekilde dengelemeye çalışmakta kendi yeteneklerini olağanın dışında zorlamaktadırlar. Bu yüzden stres günlük hayatın ayrılmaz bir ögesi haline gelerek, çocuklardan üst düzeydeki yöneticilere kadar kullanılagelen bir kelime haline gelmiştir (Ulukuş, 2007). Stresin bu kadar popüler olmasının nedeni belki de negatif, rahatsızlık verici durum olarak korku, endişe, öfke ve depresyon gibi belirgin hislerin durumunu ifade etmesindedir ki bu kelime doğuştan olmayan hisleri vurgulayan bir terimdir (Lazarus, 1966). Bazı insanlar stresi uyarıcılar, zorlanmalar, durumlar veya dışardan gelen zorlamalara aşırı tepki koyulması, bunlarla uğraşamayacakmış gibi hissetmek şeklinde tanımlarlar (Blonna, 2007). Stres, insanı çevresine yabancılaştıran, verimliliğini, başarısını düşüren ve hayattan aldığı zevki, yaşama sevincini azaltan, insanı adım adım izleyen bir gölgedir (Baltaş ve Baltaş, 2004). Öyleyse stres bireylerin davranışlarını, iş verimini, başka insanlarla ilişkilerini etkileyen bir kavramdır. (Eren, 2004).

Kişilerin olaylara karşı gösterdiği psikolojik, fizyolojik veya davranışsal reaksiyonlar durumun bilişsel değerlendirmesini tetiklemektedir. Bunlar stres belirtileri olarak adlandırılmaktadır (Tosi, Rizzo ve Carroll, 1996). Halktan bir takım kişilere stresin ne olduğu sorulsa birinci olarak iyi ruh hali içerisinde olmamak, sıkıntı, gerginlik içinde olmak, pek mutlu olamamak cevabı verilirken; ikinci olarak da uykusuzluk, sinir bozukluğu, terleme, ülser ve diğer hastalıklar yani stresin fizyolojik belirtileri ifade edilmektedir (Ertekin,1993a).Stres bireyler üzerinde etki yaparak onların davranışlarını, başka insanlarla ilişkilerini etkileyen bir kavramdır (Pehlivan, 1995). Günümüzde çoğu insan farkına varmasa bile yoğun bir stres yüküne sahip bir şekilde hayatını devam ettirmektedir (Güçlü, 2001). Bireyler stres unsuru ile karşı karşıya kaldıklarında bunu mutlaka hissetmekte, insan bedeni alarm zilleri çalmamasına

karşın bazı uyarı sinyalleri ile insanlara işaret vermektedir (Norfolk, 1989). Toplumun geleceğini şekillendiren eğitim kurumlarının yöneticileri de diğer tüm bireyler gibi stresle birlikte işlerini yapmaktadırlar. Stresin beraberinde getirmiş olduğu çeşitli belirtiler bulunmaktadır. Okul yöneticilerinde stres genellikle “Fizyolojik ve Psikolojik” olarak bazı belirtiler göstermektedir. Strese maruz kalan okul yöneticilerinin fizyolojisinde ve psikolojisinde çeşitli değişimler olmaktadır. Bunlar; tansiyon yükselmesi, iştahsızlık, aşırı yeme, terleme, uykusuzluk, okuldan uzaklaşma isteği (rapor, izin vb.), iş performansının etkilenmesi, öğrenci davranışlarından çabuk rahatsız olma, öfkelerini çevresine hissettirme vb. şekildedir.

Yapılan bu araştırma, toplumun geleceğinin şekillenmesinde büyük rol oynayan eğitim kurumlarından olan ortaöğretim okullarında görevli okul yöneticilerinin stres belirtilerini ne sıklıkta yaşadıklarını tespit etmek amacıyla yapılmıştır.

YÖNTEM

Araştırmanın çalışma grubunu, Amasya il merkezi, Merzifon ve Suluova İlçe merkezlerindeki resmi ortaöğretim okullarının okul yöneticileri oluşturmaktadır. 2007–2008 eğitim-öğretim yılında ortaöğretim okul sayısı 26 olup, bu okullarda görev yapan okul yöneticisi sayısı 110’dur. Çalışma grubuna giren 110 ortaöğretim okul yöneticisinin 25’ine stres belirtileri ölçeği için oluşturulan 24 maddelik taslak ölçek verilerek geçerlik ve güvenilirlik çalışması için veri toplanmıştır. Ölçeklerin araştırmacıya dönüş oranı %100’dür. Gerekli testler yapılarak geçerliği ve güvenilirliği belirlenen bu ölçek, kalan 85 okul yöneticisine “Stres Belirtileri Ölçeği” başlığı altında verilmiştir. Ancak söz konusu ortaöğretim okul yöneticilerinin sadece 75’inden cevap alınabilmiştir. Verilerin dönüş oranı %88.23’tür.

Araştırmanın faktör ve güvenilirlik çalışması için öncelikle 24 madde üzerinde açımlayıcı faktör analizi uygulanmıştır. İlk aşamada SBÖ’ de 6 faktör tespit edilmişse de ağırlıklı olarak maddelerin 1. ve 2. faktörlerde toplandığı gözlenmiştir. Faktör ve güvenilirlik çalışması sonunda her biri ayrı bir stres belirtisini ölçen 14 madde seçilmiştir. Elde edilen bu faktörlere “Fizyolojik Stres Belirtileri” ve “Psikolojik Stres Belirtileri” ismi verilmiştir. Yapılan güvenilirlik ve faktör analizi sonucunda elde edilen alt ölçeklere ilişkin özdeğerleri, Cronbach Alpha iç güvenilirlik katsayıları ve faktör yükleri Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Stres Belirtileri Ölçeğine İlişkin İstatistikler

Faktör 1 - ÖzDeğeri: 27.06		Fizyolojik Stres Belirtileri	
Cronbach Alpha Katsayısı		.720	
Madde No	Maddeler	Faktör Yüğü	
1	Tansiyon Yükselmesi	.461	
2	Sindirim Problemleri	.603	
4	Aşın Yeme	.510	
5	Terleme	.711	
6	Nefes Darlığı	.612	
9	Uykusuzluk	.746	
10	Uyuma İsteği	.519	
Faktör 2- ÖzDeğeri: 19.42		Psikolojik Stres Belirtileri	
Cronbach Alpha Katsayısı		.845	
Madde No			
13	Okula Geç Gelme/ Gitmek İstememe	.781	
14	Okulu Stres Yaratıcı Bir Ortam Olarak Görme	.775	
15	Okuldan uzaklaşma isteği (rapor, izin vb.)	.698	
20	İş Kazaları / Dikkatsizlik	.553	
22	Öğrenci Davranışlarından Çabuk Rahatsız Olma	.739	
23	Ölkesini Çevresine Hissettirme	.620	
24	Velilere Karşı Tavrı Gösterme	.745	
Faktör1+Faktör 2- ÖzDeğeri : 46.48		Stres Belirtileri Ölçeği	
Cronbach Alpha Katsayısı		.821	

Faktör analizinin uygunluğu konusunda fikir veren bir test olan KMO (Kaiser- Meyer- Olkin Measure of Sampling Adequacy) testinde KMO değeri .82 bulunmuştur. Düşük KMO değeri yapılan faktör analizinin iyi olmadığı sonucunu verirken, KMO değerinin 1'e yaklaşması yapılan faktör analizinin anlamlı olduğunu göstermektedir (Yavuzel ve Dikici, 2006). Buna göre deneme uygulamasında elde edilen .82 KMO değeri oldukça iyi bir değerdir. Tablo 1 incelendiğinde ölçekte yer alan 14 maddeye ilişkin faktör yükleri .461 ile .781 arasında değişmektedir. Araştırmada yüksek iki yük değeri arasındaki farkın ise asgari .10 olmasına önem verilmiş, bu duruma uymayan ifadeler ve yük değeri .40'dan aşağıda olan ifadeler ölçekten çıkarılmıştır (Büyüköztürk, 2002). Böylece ölçekteki maddelerin 7'si birinci faktörde, 7'si ikinci faktörde toplanmış ve 10 madde ölçekten çıkarılmıştır. Araştırmanın değerlendirme ölçeğinde "1.00–1.80 hiç; 1.81–2.60 az; 2.61–3.40 orta; 3.41–4.20 çok; 4.21–5.00 pek çok" puan aralığı olarak kullanılmıştır (Mirici, Arslan ve Özçelik, 2003; Tanıt, 2003; Akpınar, 2004; Kale, 2004). Eldeki verilerin parametrik test koşullarını sağlamadığı fakat nonparametrik (parametrik olmayan) test koşullarına uyduğu tespit edilmiştir (Ural ve Kılıç, 2005). Verilerin analizinde, yüzde, frekans, ortalama, ortanca, standart sapma gibi betimsel istatistikler, Mann-Whitney U Testi ve Kruskal-Wallis Testi gibi nonparametrik olan kanıtlamasal istatistikler kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmıştır.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Ortaöğretim okul yöneticilerinin, stres belirtilerini Stres Belirtileri Ölçeğine göre hangi sıklıkta yaşadıklarını ve yaşama sıklığına göre nasıl sıraladıkları Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2 . Ortaöğretim Okul Yöneticilerinin Stres Belirtileri Yaşama Sıklığını Maddelerin Ortalamalarına Göre Sıralaması

MADDE	STRES BELİRTİLERİ	SIRALA MA	STRES BELİRTİ SIKLIĞI MİKTARI	— X	Ss
6	Uykusuzluk	1	Orta	2,83	1,19
4	Terleme	2	Orta	2,77	1,13
7	Uyuma İsteği	3	Az	2,51	1,08
3	Aşırı Yeme	4	Az	2,47	1,14
13	Öfkesini Çevresine Hissettirme	5	Az	2,35	,96
2	Sindirim Problemleri	6	Az	2,24	,97
12	Öğrenci Davranışlarından Çabuk Rahatsız Olma	7	Az	2,17	,95
1	Tansiyon Yükselmesi	8	Az	2,16	1,13
9	Okulu Stres Yaratıcı Bir Ortam Olarak Görme	9	Az	1,95	1,03
5	Nefes Darlığı	10	Az	1,91	1,09
8	Okula Geç Gelme/ Gitmek İstememe	11	Hiç	1,63	,96
10	Okuldan uzaklaşma isteği (rapor, izin vb.)	12	Hiç	1,61	,98
14	Velilere Karşı Tavrı Gösterme	13	Hiç	1,56	,72
11	İş Kazaları / Dikkatsizlik	14	Hiç	1,55	,70

Tablo 2 incelendiğinde, ortaöğretim okul yöneticilerinin Stres Belirtileri Ölçeğine göre stres belirtileri yaşama sıklığı içinde en yüksek “**Uykusuzluk**”; en düşük ise “**İş Kazaları / Dikkatsizlik**” stres belirtilerini yaşamaktadırlar. Pehlivan (1993) ve Demir’in (1997) yapmış olduğu araştırmalarda da uykusuzluk en çok gözlemlenen stres belirtisi olarak ilk sırada yer almaktadır. Bu sonuç bu araştırmanın bulgularıyla uyuşmaktadır. Ortaöğretimde görev yapan okul yöneticilerinin, boyutlar içerisindeki stres belirtilerini hangi sıklıkta yaşadıkları, yaşama sıklığına göre nasıl sıraladıkları tablo 3 ve tablo 4’de belirtilmiştir.

Tablo 3. Ortaöğretim Okul Yöneticilerinin Fizyolojik Stres Belirtileri Yaşama Sıklığını Maddelerin Ortalamalarına Göre Sıralaması

MADDE	STRES BELİRTİLERİ	SIRALA MA	STRES BELİRTİ SIKLIĞI MİKTARI	— X	Ss
6	Uykusuzluk	1	Orta	2,83	1,19
4	Terleme	2	Orta	2,77	1,13
7	Uyuma İsteği	3	Az	2,51	1,08
3	Aşırı Yeme	4	Az	2,47	1,14
2	Sindirim Problemleri	5	Az	2,24	,97
1	Tansiyon Yükselmesi	6	Az	2,16	1,13
5	Nefes Darlığı	7	Az	1,91	1,09

Fizyolojik stres belirtileri boyutunda Tablo 3 incelendiğinde ortaöğretim okul yöneticileri fizyolojik stres belirtileri ile ilgili olarak karşılaşma sıklığı içinde en yüksek “**Uykusuzluk**”; en düşük ise “**Nefes Darlığı**” olan stres belirtilerini yaşamaktadırlar. Nitekim Ertekin’in (1993) de orta düzey yöneticiler üzerinde yapmış olduğu araştırmada da yöneticilerin nefes daralması probleminde diğer stres belirtilerine oranla daha az şikâyet ettikleri tespit edilmiştir.

Tablo 4. Ortaöğretim Okul Yöneticilerinin Psikolojik Stres Belirtileri Yaşama Sıklığını Maddelerin Ortalamalarına Göre Sıralaması

MADDE	STRES BELİRTİLERİ	SIRALAMA	STRES BELİRTİ SIKLIĞI	- X	Ss
13	Öfkesini Çevresine Hissettirme	1	Az	2,35	,96
12	Öğrenci Davranışlarından Çabuk Rahatsız Olma	2	Az	2,17	,95
9	Okulu Stres Yaratıcı Bir Ortam Olarak Görme	3	Az	1,95	1,03
8	Okula Geç Gelme/ Gitmek İstememe	4	Hiç	1,63	,96
10	Okuldan uzaklaşma isteği (rapor, izin vb.)	5	Hiç	1,61	,98
14	Velilere Karşı Tavrı Gösterme	6	Hiç	1,56	,72
11	İş Kazaları / Dikkatsizlik	7	Hiç	1,55	,70

Psikolojik stres belirtileri boyutunda Tablo 4 incelendiğinde en yüksek ortalamaya “**Öfkesini Çevresine Hissettirme**”, en düşük ortalamaya ise “**İş Kazaları / Dikkatsizlik**” maddesi olduğu tespit edilmiştir. Özdayı’nın (1990) resmi ve özel liselerde görevli öğretmenler üzerinde yapmış olduğu çalışmada benzer olarak “Sinirlilik” maddesi bulunmaktadır. Özdayı (1990), öğretmenlerin yüksek düzeyde bedensel gerilim yaşadıklarını, bunların başında “Yorgunluk, sinirlilik ve bıkkınlık” geldiğini tespit etmiştir. Genellikle kişinin stresle sınırlı kalmadığından bahseden Pehlivan (1993), “Kişi öfke ve kızgınlık duyguları ile çevresine karşı kırıcı ve anlayışsız olmaktadır” şeklinde bir ifade kullanmaktadır. Pehlivan’ın çalışmasında benzer olarak “Geçimsizlik” az derecede yaşanan stres belirtisi olarak tespit edilmiştir. Bu sonuç, bu çalışmanın sonuçları ile bu yönüyle uyumaktadır. Ortaöğretim okul yöneticilerinin belirtilen stres belirtileri üzerinde yöneticilik kıdemi bağımsız değişkeninin etkili olup olmadığı incelenmiştir. Analizler tablo 5’de özetlenmiştir.

Tablo 5. Ortaöğretim Okul Yöneticilerinin Stres Belirtilerinin Yöneticilik Kıdemine Göre Kruskal Wallis Varyans Analizi Sonucu

BOYUTLAR	Yöneticilik Kıdemi Düzeyler	N	SıraSayılar Ortalaması	KW (χ^2)	P	SD	Önem Denetimi
Fizyolojik Belirtiler	1. 1-5 Yıl	25	42.52	2.43	.295	2	Fark Önemsiz KW=2.43 p>0.05
	2. 6-10 Yıl	14	31.29				
	3. 11 Yıl ve Üzeri	36	37.47				
Psikolojik Belirtiler	1. 1-5 Yıl	25	32.34	3.19	.202		Fark Önemsiz KW=3.19 p>0.05
	2. 6-10 Yıl	14	36.93				
	3. 11 Yıl ve Üzeri	36	42.35				
Genel	1. 1-5 Yıl	25	38.36	1.06	.587		Fark Önemsiz KW=1.06 p>0.05
	2. 6-10 Yıl	14	32.75				
	3. 11 Yıl ve Üzeri	36	39.79				

Tablo 5 incelendiğinde farklı yöneticilik kıdemine (1–5 yıl, 6–10 yıl ve 11 yıl ve üzeri) sahip 75 ortaöğretim okul yöneticisinin Stres Belirtileri Ölçeğine (genel) ait sıra ortalamaları arasında anlamlı bir farkın olmadığı ($\chi^2_{gen.} = 1.06$; $p > 0.05$), yine fizyolojik ve psikolojik stres belirtilerine ait sıra ortalamaları arasında da anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir. ($\chi^2_{fiz.} = 2.43$; $p > 0.05$; $\chi^2_{pis.} = 3.19$; $p > 0.05$). Ortaöğretim okul yöneticilerinin belirtilen stres belirtileri üzerinde yaş bağımsız değişkenin etkili olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan analiz sonuçları Tablo 6’da özetlenmiştir.

Tablo 6. Ortaöğretim Okul Yöneticilerinin Stres Belirtilerinin Yaşa Göre Mann-Whitney U Testi Analiz Sonucu

BOYUTLAR	Yaş Durumu Düzeyler	N	Sıra Sayıları Ortalaması	U	p	Önem Denetimi
Fizyolojik Belirtiler	31–40 Yaş	25	40.80	555	.430	Fark Önemsiz U=555; p>0.05
	41 Yaş ve Üzeri	50	36.60			
Psikolojik Belirtiler	31–40 Yaş	25	31.34	458.5	.060	Fark Önemsiz U=458.5; p>0.05
	41 Yaş ve Üzeri	50	41.33			
Genel	31–40 Yaş	25	37.26	606.5	.835	Fark Önemsiz U=606.5; p>0.05
	41 Yaş ve Üzeri	50	38.37			

Tablo 6 incelendiğinde 31–40 yaş ve 41 yaş ve üzeri ortaöğretim okul yöneticilerine ait sıra ortalamaları arasında Stres Belirtileri Ölçeğinde (genel) anlamlı bir farkın olmadığı ($U_{gen.} = 606.5$; $p > 0.05$), yine fizyolojik ve psikolojik stres belirtilerine ait sıra ortalamaları arasında da anlamlı bir farkın olmadığı belirlenmiştir ($U_{fiz.} = 555$; $p > 0.05$; $U_{pis.} = 458.5$; $p > 0.05$). Ok (2006) tarafından ilköğretim okul yöneticileri üzerinde yapılmış diğer bir çalışmada da yaş faktörünün önemli bir faktör olmadığı yönündedir. Ok’un (2006) bulguları ile çalışmanın bu bulguları bu yönüyle uyumaktadır. Tablo 7’de Ortaöğretim okul yöneticilerinin belirtilen stres belirtileri üzerinde Görev unvanı bağımsız değişkeninin etkili olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan analiz sonuçları Tablo 7’de özetlenmiştir.

Tablo 7. Ortaöğretim Okul Yöneticilerinin Stres Belirtilerinin Görev durumuna Göre Mann-Whitney U Testi Analiz Sonucu

BOYUTLAR	Görev Durumu Düzeyler	n	Sıra Sayıları Ortalaması	U	P	Önem Denetimi
Fizyolojik Belirtiler	Müdür	17	42.53	416	.329	Fark Önemsiz U=416; p>0.05
	Müdür Yardımcısı	58	36.67			
Psikolojik Belirtiler	Müdür	17	38.50	484	.914	Fark Önemsiz U=484; p>0.05
	Müdür Yardımcısı	58	37.85			
Genel	Müdür	17	42.29	420	.355	Fark Önemsiz U=420; p>0.05
	Müdür Yardımcısı	58	36.74			

Tablo 7 incelendiğinde müdür ve müdür yardımcılara ait sıra ortalamaları arasında Stres Belirtileri Ölçeğinde (genel) anlamlı bir farkın olmadığı ($U_{gen.}=420$; $p>0.05$), yine fizyolojik ve psikolojik stres belirtilerine ait sıra ortalamaları arasında da anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir. ($U_{fiz.}=416$; $p>0.05$; $U_{pis.}=484$; $p>0.05$). Bu durumda görev değişkeninin Stres Belirtileri Ölçeğinde ve anılan boyutlarda araştırılan konuda etkili bir faktör olmadığı görülmüştür.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Ortaöğretim okul yöneticileri genel olarak en yüksek “**Uykusuzluk**”; en düşük ise “**İş Kazaları/Dikkatsizlik**” olan stres belirtilerini yaşamaktadırlar. Ortaöğretim okul yöneticilerinin fizyolojik stres belirtilerini yaşama sıklığı içinde en yüksek “**Uykusuzluk**”; en düşük ise “**Nefes Darlığı**” olan stres belirtilerini yaşamaktadırlar. Ortaöğretim okul yöneticilerinin psikolojik stres belirtilerini yaşama sıklığı içinde en yüksek “**Öfkesini Çevresine Hissettirme**”; en düşük ise “**İş Kazaları / Dikkatsizlik**” olan stres belirtilerini yaşamaktadırlar. Ortaöğretim okul yöneticilerinin görev unvanına, yaşına ve yöneticilik kıdemine göre “Stres Belirtileri Ölçeği”nde anlamlı bir farklılık olmadığı aynı zamanda fizyolojik ve psikolojik boyutlarda da anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır.

Araştırmanın Önerileri

- 1.Okul yöneticilerinin fiziksel ve psikolojik olarak strese girmelerine neden olan etkenler, stres belirtileri ve stres yönetimi konusunda okul yöneticileri bilgilendirilmeli, stres belirtileri ve stresle mücadele konularında hazırlanacak olan kitapçık ve broşürler il milli eğitim müdürlükleri tarafından yönetici ve öğretmenlere ücretsiz olarak dağıtılmalıdır.
- 2.Sadece öğrenciler değil okul yönetici ve öğretmenlerine de zaman zaman psikolojik testler uygulanmalı ve gerekli durumlarda psikolojik yardım almaları için teşviklerde bulunulmalıdır.
3. Gerekli geçerlik ve güvenirlik analizleri yapılmış olan araştırmanın veri toplama aracı olan bu ölçekle yeni bir çalışma daha büyük bir çalışma grubu ile başka bir ilde yapılabilir.
- 4.Bu çalışma ilköğretim okul yöneticileri üzerinde de yapılabilir.

KAYNAKLAR

Arslan, M. M. ve Levent Eraslan. (2003). **Yeni Eğitim Paradigması ve Türk Eğitim Sisteminde Dönüşüm Gerekliği**. <http://yayim.meb.gov.tr/dergiler/160/arslan-eraslan.htm>. (Erişim tarihi: 14.12.2007)

- Akpınar, B. (2004). Çocukların Televizyon İzleme Davranışlarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Çağdaş Eğitim Dergisi*, 306 (29)
- Baltaş, A. ve Zuhul Baltaş. (2004). **Stres ve Başa Çıkma Yolları**. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Blonna, R. (2007). **Coping With Stres**. New York: Mcgraw-Hill.
- Büyüköztürk, Ş. (2003). **Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı**. Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Demir, K. (1997). **Ortaöğretim Okullarında Yönetici ve Öğretmenlerin İş Stresi (Edirne İli Örneği)**. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi EğitimBilimleri Enstitüsü.
- Eren, E. (2004). **Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi**. İstanbul: Beta Basım Yayım.
- Ertekin, Y. (1993a). **Stres ve Yönetim**. Ankara: TODAİE Yayınları, DİE Matbaası.
- Ertekin, Y. (1993b). **Örgüt ve Stres Üzerine Düşünceler**. Amme İdaresi Dergisi, 26 (1), Ankara: TODAİE Yayınları.
- Güçlü, N. (2001). Stres Yönetimi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21 (1)
- Kale, M. (2004). Resmi ve Özel Fen Liselerinin Örgütsel Öğrenme Açısından Karşılaştırılması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2 (2).
- Lazarus, R.S. (1966). **Psychological Stres and the Coping Process**. New York: McGraw-Hill.
- Mirici, H.; M. Metin Arslan ve Nihat Özçelik. (2003). İlköğretim Okulu Müdürlerinin Okul Yönetiminde Karşılaştıkları Sorunlar (Kırıkkale İli Örneği). *Çağdaş Eğitim Dergisi*, 28 (298).
- Norfolk, D. (1989) . **İş Hayatında Stres**. (çev. Leyla Serdaroğlu). İstanbul: Form Yayınları.
- Ok, İ. (2006). **“İş Stresinin İlköğretim Okullarında Okul Yöneticileri Üzerindeki Etkisi”** Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özdayı, N. (1990). **“Resmi ve Özel Liselerde Çalışan Öğretmenlerin İş Tatmini ve İş Streslerinin Karşılaştırmalı Analizi”**. Yayımlanmamış Doktora Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Pehlivan, İ. (1993). **Eğitim Yönetiminde Stres Kaynakları**. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Pehlivan, İ. (1995). **Yönetimde Stres Kaynakları**. Ankara: PegemA Yayıncılık
- Sabuncuoğlu, Z. ve Melek Tüz. (2003). **Örgütsel Psikoloji**. Bursa: Furkan Ofset.

Tanıt, N. A. (2003). **Örgütsel Yenileşmede Öğretme Tutumlarının Rolü (Kırıkkale İli Örneği)**. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kırıkkale: Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Ens.

Tosi , H. L.; John R. Rizzo; Stephen J. Carroll. (1996) **Managing Organizational Behavior**. Cambridge: Blackwell Publishers Ltd

Ulukuş, K.S. **Polis, Stres, Verimlilik Ve Stresle Baş Etme Yolları**. <http://gapmyo.edu.tr/dergi3/9%20polisstres.pdf>. (Erişim tarihi:08.02.2008)

Ural A. ve İbrahim Kılıç. (2005). **Bilimsel Araştırma Süreci ve SPSS İle Veri Analizi**. Ankara: Detay Yayıncılık.

Yavuzel, Y. ve Ayhan Dikici (2006). İşbirlikli Öğretmenin Öğrencilerin İletişim Etkisi Üzerine Bir Araştırma. *Çağdaş Eğitim Dergisi*, 31 (33).