



Examination of burnout and life satisfaction levels of teachers and school administrators

Öğretmen ve okul yöneticilerinin tükenmişlik ve yaşam doyumunun incelenmesi

Arzu Özyürek¹
Hasan Gümüş²
Soner Doğan³

Abstract ([Extended English abstract is at the end of this document](#))

This study has been carried out in order to examine the burnout and life satisfaction levels of teachers and school administrators and contained 562 teachers and 68 school administrators as samples who are still working in secondary schools in Karabük province in Turkey in 2008-2009 academic years. Personal Information Form which has been developed by the researchers has been used in order to collect the personal information of the sample group. Maslach Burnout Inventory (MBI) has been used in determining the level of burnout and Satisfaction With Life Scale has been used in determining the life satisfaction situations. T-Test and One-Way Analysis of Variance (ANOVA) have been used in evaluating the datum. Pearson Correlation Coefficient has been used in determining the relationship between the burnout and life satisfaction. As a result, life satisfaction levels of female teachers have been found higher than males'. It has been determined that burnout levels increase in

Özet

Öğretmen ve okul yöneticilerinin tükenmişlik ve yaşam doyumunun incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada, 2008-2009 öğretim yılında Karabük İli ortaöğretim okullarında görev yapan 562 öğretmen ve 68 okul yöneticisi örneklem olarak alınmıştır. Örneklem grubunun kişisel bilgilerinin belirlenmesinde, araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Tükenmişlik düzeyinin belirlenmesinde Maslach Tükenmişlik Envanteri (Maslach Burnout Inventory-MBI), yaşam doyum durumunun belirlenmesinde Yaşam Doyum Ölçeği (Satisfaction With Life Scale) kullanılmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde t-Testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Tükenmişlik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesinde pearson korelasyon katsayısına bakılmıştır. Sonuç olarak; kadın öğretmenlerin yaşam doyum düzeyi erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur. Öğretmenlerin yaşları ve hizmet yılı arttıkça tükenmişliklerinin arttığı ve öğretmenlerin tükenmişlik düzeyinin,

¹ Sorumlu yazar: Yrd. Doç. Dr. Karabük Üniversitesi Edebiyat Fakültesi, Eğitim Programları ve Öğretim Anabilim Dalı, Karabük/Türkiye. a.ozyurek@karabuk.edu.tr, arzuozyurek@hotmail.com

² Rehber Öğretmen, Karabük Milli Eğitim Müdürlüğü, Karabük/Türkiye. hasangumus78@hotmail.com

³ Uzm.Öğretmen, Karabük MEM, Cumayarı İlköğretim Okulu, Karabük/Türkiye. dsoner@hotmail.com

parallel with the age and duration of service and burnout levels of the teachers are higher than administrators'. A meaningful relation has been found between teachers' and administrators' burnout and satisfaction ($p < 0,001$).

yöneticilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Öğretmen ve yöneticilerin tükenmişlik ve doyumları arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p < 0,001$).

Keywords: Burnout; Life satisfaction; Teachers; School administrators; Secondary schools.

Anahtar Sözcükler: Tükenmişlik; Yaşam doyumunu; Öğretmenler; Okul yöneticileri; Ortaöğretim.

Giriş

Tükenmişlik, genel olarak yapılan işte idealizm duygusunu, iş yapma hevesini kaybetme ve hizmet götürülen insanlarla gerçekten ilgilenememe, fiziksel bitkinlik ve umutsuzluk duygularının hayata yansması ile oluşan sendrom olarak tanımlanmaktadır. Tükenmişlikte hizmet verilen kişilere karşı duyarsızlaşma veya negatif duygular geliştirme, kişisel başarı eksikliği ve kişinin işiyle ilgili yetersizlik duygusuyla ilgilidir (Maslach ve Jackson, 1981; Akça ve Yaman, 2009).

Eğitimin amaçlarının gerçekleştirilmesinde her öge ayrı bir öneme sahiptir. Fakat öğretmenler, okulun önemli bir öğrenme çevresini oluştururlar ve eğitimin niteliği ile yakından ilişkilidirler. Okulun önemli diğer bir üyesi ise öğrenme çevresinin yöneticisi olan, yönetici konumundaki öğretmenlerdir. Öğretmenler, eğitim ortamlarını düzenlemek, eğitime ilişkin öteki öğeleri eşgüdümlemek, uygun öğretim yöntemlerini seçmek, insan ilişkilerini başarılı bir biçimde kurmak ve öğrencileri öğrenmeye güdülemek gibi görevleri üstlenmişlerdir. Bu nedenledir ki, eğitim amaçlarının gerçekleştirilmesinde en stratejik öge olarak kabul edilmektedir. Öğretmenlerin performansı, aynı zamanda okulun amaçlarının gerçekleştirilmesinin de ilk adımını oluşturur. Performans ise, çalışanların güdülenmesi ve iş doyumundan etkilenir. Öncelikle okul yöneticisi olarak görev yapan müdür ve müdür yardımcıları, bu görevi üstlenmek durumundadırlar (Kuruüzüm ve Çelik, 2005).

Eğitimin temel unsurlarından biri olan öğretmenlerin hem toplum hem de okul içinde önemli rolleri vardır (Yıldırım, Ünal ve Çelik, 2011). Yoğun insan ilişkileri gerektiren öğretmenlik mesleği, yalnızca ekonomik gereksinimleri karşılamak için değil, psiko-sosyal gelişim ve doyum sağlamak için de sürdürülen bir uğraştır. Meslekte doyum sağlanamaması, tükenmişlik ve stres tepkilerine neden olur (Deniz Kan, 2008; Cemaloğlu ve Erdemoğlu Şahin, 2007). Bazen stres, öğrencilerin öğrenmesi için faydalı olabilse de çok fazla stres, öğretmenlerin daha düşük performans göstermelerine neden olur. Öğretmenlerin tükenmişliği öncelikle fiziksel, duygusal ve davranışsal bitkinlikle karakterize, uzun süreli stres sendromu; duyarsızlaşma, bitkinlik ve başarı duygusunun azalmasından kaynaklanan bir durum olarak tanımlanabilir (Haberman, 2004; Brown ve Uehara, 2011). Öğretmenlerin tükenmişlik sendromu geliştirmeleri ve buna bağlı stres yaşamalarında kalabalık

sınıflar, ücretlerin kişisel beklentileri karşılamayı, öğrenci, ebeveyn ve yöneticilerden kaynaklanan çeşitli problemler, meslektaşlarla yeterli paylaşım fırsatı olmaması gibi nedenler etkili olabilir. Ayrıca yaş, medeni durum ve cinsiyet değişkenleri de tükenmişliği etkileyebilir (Yazıcı, 2009).

Yapılan işin niteliği, stresle karşı karşıya kalmayı belirleyen önemli bir etkidir. Çeşitli meslek gruplarına sahip işgörenler, örgütsel yapıları ve çalışma koşulları sebebiyle yüksek düzeyde stres yaşamaktadırlar (Cemaloğlu ve Erdemoğlu Şahin, 2007). Tükenmişlik durumunda, fizyolojik ve psikolojik belirtiler görülebilir. Yoğun strese bağlı tükenmişlik durumunda; baş ağrısı, yorgunluk, mide rahatsızlıkları, uykusuzluk, kalp damar sorunları ve sinirsel sorunlar sıkça görülür. Öfke ve depresyon belirtileri, gerginlik, kararsızlık, sürekli endişe, işe konsantre olamama, panik atak gibi psikolojik sorunların yanında kişilerarası ilişkilerin bozulması ve sorumluluktan kaçma gibi durumlar, tükenmişliğin neden olduğu durumlardandır (Deniz Kan, 2008). Öğretmenlerde gözlenen tükenmişlik sendromu, mesleki duyarsızlaşmaya yol açar. Duyarsızlaşan öğretmenler, okuldaki öğrenme sürecine etkin olarak katılmaz ve öğrencilerinin gelişimini destekleyemezler (Yazıcı, 2009).

Öğretmen tükenmişliği ve mesleki doyum sağlanamamasının öğretim kalitesini olumsuz yönde etkilemesi, eğitim kurumları için ciddi bir problemdir (Gençay, 2007). Koustelios (2005), beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik ve iş doyumunu arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, iş doyumunun denetim ve çalışma koşullarını takiben özellikle işin kendisinden etkilendiğini; tükenmişliğin ise kişisel başarı ve duygusal tükenmeden etkilendiğini bulmuştur. Karakelle ve Canpolat (2008), ilköğretim branş öğretmenleriyle yaptıkları çalışmada tükenmişlik düzeyi yüksek olan öğretmenlerin öğrencilerle olumlu ilişki kurmadıkları, olumlu öğrenci davranışlarına not ekseninde yaklaştıkları, olumsuz öğrenci davranışları karşısında genellikle tek bir çözüm yolu düşündükleri ve azarlamayı tercih ettikleri, daha karmaşık gördükleri durumlarda sorunu okul yönetimine devrettikleri, öğrencinin ders içindeki olumsuz davranışlarını, olumsuz yetiştirilme biçimi ve gelişimsel özellikler gibi kendilerinin dışında nedenlerle açıkladıklarını bulgulamışlardır.

Farklı kültürlerde yapılan çalışmalar, öğretmenlerin iş tatmini ve motivasyonlarının, kişisel sağlıklarının da habercisi olduğunu göstermektedir (Skaalvik ve Skaalvik, 2010). Eğitim kurumlarında öğretmenlerin sağlıklı olması okulun, eğitim sisteminin ve toplumun verimli olması anlamına gelir (Cemaloğlu ve Erdemoğlu Şahin, 2007).

Elde edilen bilgilerden hareketle, okul yöneticisi ve öğretmenlerin tükenmişlikleri ve yaşam doyumlarının, onların yalnızca kişisel sağlığını ve mesleki yaşamlarını etkilemekle kalmayıp öğrencileri, eğitim kalitesini, okul kültürünü ve dolayısıyla toplumun refahını da etkilediği düşünülebilir. Okul yöneticisi ve öğretmenlerin tükenmişlik ve yaşam doyumunun değerlendirilmesi, tükenmişliğe ve doyumuzluğa neden olan şartların iyileştirilmesi açısından önemlidir. Böylece

eğitimde kaliteye bir adım daha yaklaşmış olacaktır. Bu çalışmada, okul yöneticileri ve öğretmenlerin tükenmişlik ve yaşam doyumlarını incelemek amaçlanmıştır. Bu amaçla;

1-Öğretmen ve yöneticilerin tükenmişlik ve yaşam doyumları cinsiyet, yaş, görev türü ve kıdem yılına göre değişmekte midir?

2-Öğretmen ve yöneticilerin tükenmişlik ve yaşam doyumları arasındaki ilişki nasıldır? Sorularına cevap aranmıştır.

Yöntem

Araştırma modeli

Araştırma alan tarama modeli türündedir. Çalışmada, anlık durum saptaması tekniği kullanılmış, öğretmenlerden verilen ölçme aracındaki ifadelerden, kendilerine uygun olanları işaretlemeleri istenmiş ve o andaki görüşleri saptanmıştır.

Evren ve örnekleme

Araştırmanın evrenini, Karabük İli 2008-2009 öğretim yılında, ortaöğretim kurumlarında çalışan 849 öğretmen ve 82 yönetici oluşturmuştur. Evrenin tamamına ulaşılması amaçlanmış ve ölçme aracı Karabük Milli Eğitim Müdürlüğü Ar-Ge birimince okul rehber öğretmenlerine gönderilmiştir. Rehber öğretmenler, ölçme aracını okullarındaki öğretmen ve yöneticilere ulaştırmışlardır. Doldurulan ölçme araçları, iki haftalık süre sonunda aynı yolla geri toplanmıştır. Tüm soruların cevaplandığı ölçme araçları değerlendirmeye alınmıştır. Böylece 562 öğretmen ve 68 okul yöneticisi olmak üzere, 530 katılımcı çalışmanın örneklemini oluşturmuştur.

Veri toplama araçları

Araştırmada, gerekli bilgileri toplamak amacıyla örneklem grubunun cinsiyet, yaş, görev türü ve kıdem yılının belirlenmesine yönelik olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu, Maslach Tükenmişlik Envanteri-MTE (Maslach Burnout Inventory-MBI) ve Yaşam Doyum Ölçeği (Satisfaction With Life Scale) kullanılmıştır.

Maslach Tükenmişlik Envanteri-MTE (Maslach Burnout Inventory-MBI): Öğretmen ve okul yöneticilerinin tükenmişlik durumunu belirlemek için kullanılan envanter; Duygusal Tükenme-DT (9 madde), Duyarsızlaşma-DY (5 madde) ve Kişisel Başarı Duygusunda Azalma-KB (8 madde) alt boyutlarından oluşmaktadır. Orijinal ölçme aracı 0-6 arası yedili likert tipindedir (Jackson ve Leiter, 1997; Brusaferrro, vd., 2000; Kalliath, vd., 2000; Galanakis, vd., 2009). Türkiye'deki uyarlama çalışmaları Ergin (1992) tarafından yapılan envanter, 0-4 arası beşli likert tipinde kullanılmıştır (Çapri, 2006; Gençay, 2007). Duygusal Tükenme alt ölçeği; kişinin mesleği veya işi tarafından

tüketilmiş, aşırı yüklenmiş olma duygularını tanımlar. Duyarsızlaşma alt ölçeği; kişinin hizmet, bakım ve eğitim verdiklerine karşı, onların insan olduklarını dikkate almaksızın ve duygudan yoksun olarak davranışlarını tanımlar. Kişisel Başarı Duygusunda Azalma alt ölçeği; insanlarla çalışan bir kimsenin kendisini yeterli ve başarılı hissetmesini tanımlar. DT ve D puanlarının artışı, KB puanının azalışı tükenmişliği açıklamaktadır (Cemaloğlu ve Erdemoğlu Şahin, 2007; Akça ve Yaman, 2009).

Yaşam Doyum Ölçeği (Satisfaction With Life Scale): Katılımcıların yaşam doyum durumunun belirlenmesi amacıyla kullanılan Yaşam Doyum Ölçeği, Diener ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilmiştir. Altı maddeden oluşur ve yedili likert tipindedir. Ölçeğin Türkiye'deki güvenilirlik çalışması Yetim (1991) ve Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Oksal (2009), güvenilirlik katsayısını .93 olarak bulmuştur. Ölçekten alınan puanın düşük olması, yaşam doyumunun düşük olduğunun göstergesi olarak kabul edilmektedir (Arslan Eren, 2008; Şahin, 2008).

Öğretmen ve yöneticilerin tükenmişlik ve yaşam doyum düzeyine ilişkin bilgiler, ölçme araçlarının ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır. Bulgular, Karabük ilinde görev yapan ortaöğretim öğretmen ve yöneticilerinden elde edilen verilerle sınırlıdır.

Verilerin analizi

Araştırmada, örneklem grubunun kişisel özelliklerine ilişkin verilerin frekans ve yüzde dağılımı verilmiştir. Maslach Tükenmişlik Envanteri-MTE ve Yaşam Doyum Ölçeği bilgileri bilgisayar ortamında SPSS 16 programı yardımıyla değerlendirilmiştir. Öğretmen ve yöneticilerin cinsiyet ve görev türüyle tükenmişlik ve yaşam doyum arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla t Testi, yaş ve kıdem yılı değişkenleri ile tükenmişlik ve yaşam doyum arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Tükenmişlik ve doyum arasındaki ilişkinin incelenmesinde ise, Pearson korelasyon katsayısı kullanılmış, değişkenler arası ilişkilerde 0,05 düzeyinde anlamlılık aranmıştır.

Bulgular ve tartışma

Bu bölümde, örneklem grubunun kişisel bilgileri ve bu değişkenlere göre tükenmişlik ve yaşam doyum arasındaki ilişkiye yönelik bulgular ve tartışmaya yer verilmiştir.

Tablo 1. Örneklem Grubuna İlişkin Kişisel Bilgilerin Dağılımı

Cinsiyeti	N	%	Görevi	N	%
Kadın	240	38,1	Öğretmen	562	89,2
Erkek	391	61,9	Yönetici	68	10,8
Yaşı	Kıdem/Hizmet Yılı				
26-30 yaş	51	8,1	1-5 yıl	13	2,1
31-35 yaş	168	26,7	6-10 yıl	134	21,3
36-40 yaş	176	27,9	11-15 yıl	190	30,2
41-45 yaş	134	21,3	16-20 yıl	159	25,2

46-50 yaş	62	9,8	21-25 yıl	82	13,0
51 yaş ve üzeri	39	6,2	26-30 yıl	35	5,6
			31-35 yıl	17	2,7

Tablo 1'e göre, örneklem grubunun %38,1'i kadın ve %61,9'u erkektir; %8,1'i 26-30 yaş grubunda, %26,7'si 31-35 yaş, %27,9'u 36-40 yaş, %21,3'ü 41-45 yaş, %9,8'i 46-50 yaş ve %6,2'si 51 yaş ve üzeri yaş grubundadır. Örneklem grubunun %89,2'si öğretmen, %10,8'i yöneticilerden oluşmaktadır (N=630). Grubun %2,1'i 1-5 yıl, %21,3'ü 6-10 yıl, %30,2'si 11-15 yıl, %25,2'si 16-20 yıl, %13'ü 21-25 yıl, %5,6'sı 26-30 yıl ve %2,7'si 31-35 yıllık kıdeme sahiptir. Buna göre, katılımcıların büyük çoğunluğunun 31-45 yaş ve 6-20 yıllık kıdem aralığında olduğu söylenebilir.

Tablo 2. Cinsiyet İle Tükenmişlik ve Yaşam Doyumunun Karşılaştırılması

Cinsiyet	N	Tükenmişlik						Yaşam doyumunu	
		DT		DY		KB		\bar{X}	S
		\bar{X}	S	\bar{X}	S	\bar{X}	S		
Kadın	240	34,46	5,62	21,14	2,11	16,78	3,85	26,20	5,17
Erkek	390	34,84	5,73	20,88	2,31	16,23	4,26	24,64	6,06
t Testi		t: -.816		t: 1,397		t: 1,649		t: 3,328	
Sonuçları		p: 0,415		p: 0,163		p: 1,689		p: 0,001*	

* p<0,01

Tablo 2'ye göre, öğretmen ve yöneticilerin cinsiyeti ile tükenmişlik durumu arasında anlamlı bir fark yoktur (p<0,05). Cinsiyet ve yaşam doyumunu arasında ise anlamlı bir fark vardır [$t_{(240)}=3,328$, p<.01]. Kadın öğretmenlerin yaşam doyum puanı ($\bar{X}=26,20$) erkeklerin puanından ($\bar{X}=24,64$) anlamlı ölçüde yüksek bulunmuştur. Buna göre, kadın öğretmenlerin yaşam doyumlarının erkeklerden yüksek olduğu söylenebilir.

Özkan (2007), Beden Eğitimi öğretmenleriyle yaptığı benzer bir çalışmada, kadın öğretmenlerin daha fazla tükenmişlik yaşadığını saptamıştır. Bu bulgu, araştırma bulgularına göre farklılık göstermektedir. Tükenmişlik düzeyi ve cinsiyet arasındaki ilişkiye yönelik birçok çalışma yapılmıştır. Bunlardan bazılarında kadınlarda, bazılarında erkeklerde tükenmişliğin yüksek olduğu; bazılarında ise cinsiyetin herhangi tükenmişlik üzerinde herhangi bir anlamlı etkisi olmadığı bulunmuştur (Çakınberk, 2011).

Tablo 3. Yaş ile Tükenmişlik ve Yaşam Doyumu ANOVA Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	SD	Tükenmişlik						Yaşam doyumunu	
		DT		DY		KB		Kareler Ort.	F
		Kareler Ort.	F	Kareler Ort.	F	Kareler Ort.	F		
Gruplar arası	5	77,44	2,41*	8,74	1,74	20,96	1,23	49,39	1,48
Gruplar içi	624	32,04		5,00		16,94		33,35	

*p<0,05

Tablo 3 incelendiğinde, öğretmen ve yöneticilerin yaşı ile Tükenmiş Ölçeği Duygusal Tükenme puanı arasında anlamlı bir fark olduğu (p<0,05), yaşam doyumunu arasında anlamlı fark olmadığı (p>.05) görülmektedir. Duygusal Tükenme puanı en düşük grup 26-30 yaş ($\bar{X}=33,94$) en

yüksek grup 46-50 yaş ($\bar{x}=36,58$); Kişisel Başarı puanı en yüksek grup 26-30 yaş ($\bar{x}=17,35$), yaşam doyum puanı en yüksek olanlar ise 51 yaş ve üzeri ($\bar{x}=26,17$) grup olarak bulunmuştur. Buna göre; yaşın artışıyla birlikte duygusal tükenmişlikte bir artış ve kişisel başarı duygusunda düşüş olduğu, yaşam doyumunda artış olduğu söylenebilir.

Cemaloğlu ve Erdemoğlu Şahin (2007), ilköğretim okullarında görevli 6.978 öğretmenle yaptıkları çalışmada, öğretmenlerin yaşının duygusal tükenme ve duyarsızlık düzeyini etkilediği saptanmıştır. Yungul (2006), 21–30 yaşındaki sınıf öğretmenlerin kişisel başarı düzeylerinin 51 yaş ve üzerindeki öğretmenlere göre daha düşük olduğunu bulmuştur. Bu bulgular, araştırma bulgularıyla benzerlik göstermektedir. Tuğrul ve Çelik (2002) yaptıkları çalışmada, anaokulu öğretmenlerinin Duygusal Tükenme, Duyarsızlaşma ve Kişisel Başarı puanlarının yaşa bağlı olarak değişmediğini bulmuşlardır. Araştırma sonuçları değerlendirildiğinde, öğretmenlerin çalıştıkları sınıf düzeyinin de tükenmişlik durumu üzerinde etkili olabileceği söylenebilir.

Tablo 4. Kıdem/Hizmet Yılı ile Tükenmişlik ve Yaşam Doyumu ANOVA Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	SD	Tükenmişlik						Yaşam doyumunu	
		DT		DY		KB		Kareler Ort.	F
		Kareler Ort.	F	Kareler Ort.	F	Kareler Ort.	F		
Gruplar arası	5	62,75	1,95	7,21	1,43	30,83	1,83	64,22	1,93
Gruplar içi	624	32,10		5,01		16,84		33,18	

Tablo 4'e göre, öğretmen ve yöneticilerin kıdem/hizmet yılları ile tükenmişlik ve yaşam doyum ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark yoktur ($p>0,05$). Ortalama puanlara göre; en yüksek Duygusal Tükenme puanını 26-30 yıllık ($\bar{x}=36,28$), en yüksek Kişisel Başarı puanını 1-5 yıllık ($\bar{x}=18,46$), en yüksek yaşam doyum puanını 31-35 yıllık kıdeme sahip olanların ($\bar{x}=28,41$) aldığı saptanmıştır. Anlamlı bir fark olmamasına rağmen, kıdem yılı arttıkça duygusal tükenmişlik ve yaşam doyumunun arttığı, kişisel başarı duygusunun azaldığı söylenebilir. Bu bulgu, öğretmen ve okul yöneticilerinin yaşlarındaki artışa paralel olarak duygusal tükenmişliklerinde artış ve kişisel başarı duygularında düşüş olduğu ve yaşam doyumlarında artış olduğuna ilişkin araştırma bulgularıyla benzerlik göstermektedir (Tablo 3).

Dolunay (2002), lise öğretmenleriyle yaptığı çalışmasında lise öğretmenlerinin hizmet süresi arttıkça tükenmişlik durumunun azaldığı ve kişisel başarının arttığını saptamıştır. Deniz Kan (2008) çalışmasında, okul öncesi öğretmenlerinin çalışma süreleriyle Duygusal Tükenme ve Duyarsızlaşma puanları arasında anlamlı bir fark olmadığını, hizmet süresi arttıkça Kişisel Başarı puanlarında anlamlı bir artış olduğunu saptamıştır. Dolunay ve Deniz Kan'ın çalışmalarında, hizmet süresinin artışına bağlı olarak Kişisel Başarı puanının arttığına ilişkin bulgular, bu araştırma bulgularına göre farklılık göstermektedir.

Tablo 5. Görev Türü Değişkeni ile Tükenmişlik ve Yaşam Doyumunun Karşılaştırılması

Görev Türü	n	Tükenmişlik						Yaşam doyumu	
		DT		DY		KB		\bar{X}	S
		\bar{X}	S	\bar{X}	S	\bar{X}	S		
Öğretmen	562	34,65	5,69	21,06	2,22	16,50	4,10	25,14	5,82
Yönetici	68	35,07	5,68	20,26	2,26	15,91	4,23	26,04	5,42
t Testi Sonuçları		t: -.575		t: 2,808		t: 1,26		t: -1,217	
		p: 0,565		p: 0,005*		p: 0,261		p: 0,224	

* p<0,01

Tablo5'e göre, görev türü ve Duyarsızlaşma puanı arasında anlamlı bir fark vardır [$t_{(562)}=2,808$, $p<0,01$]. Öğretmenlerin Duyarsızlaşma puanı ($\bar{X}=21,06$) yöneticilerin puanından ($\bar{X}=20,26$) daha yüksek bulunmuştur. Anlamlı bir fark olmamasına rağmen, öğretmenlere göre okul yöneticilerinin Duygusal Tükenme puanı ($\bar{X}=35,07$) ve yaşam doyum puanı ($\bar{X}=30,63$); yöneticilere göre öğretmenlerin Kişisel Başarı puanı ($\bar{X}=16,50$) daha yüksek bulunmuştur. Buna göre, öğretmenlerin yöneticilere göre duyarsızlık ve kişisel başarı düzeyinin daha yüksek olduğu, yaşam doyumunun ise daha düşük oldukları söylenebilir.

Farklı araştırmalarda öğretmen olarak yapılan işin stres ve tükenmişlik üzerinde etkili olduğu bulunmuştur. Örneğin; yapılan bir çalışmada, özel eğitim gerektiren çocuklarla çalışan eğitimcilerin daha fazla stres ve tükenmişlik yaşadıkları bulunmuştur (Barriss, Polonio ve Tkatch, 2009). Kuruüzüm ve Çelik (2005), çalışmalarında, Anadolu liseleri ve genel liselerde çalışan öğretmenlerin iş doyumlarının, okul yönetimi, öğrenci, beklentilerinin karşılanması ve kariyer danışmanlığı boyutlarında farklılık gösterdiğini saptamışlardır. Görev yapılan okul türünün de iş doyumu üzerinde etkili olduğu dikkate alındığında, bireylerin kurumdaki statülerinin kişisel olarak iş doyumlarını etkilemesi kaçınılmaz görünmektedir.

Tablo 6. Tükenmişlik ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki (Pearson Korelasyon)

MTE Alt Boyutları	Yaşam doyumu	
	r	Sig.
Duygusal tükenmişlik	0,337	0,000*
Duyarsızlaşma	0,178	0,000*
Kişisel başarı duygusunda azalma	-0.164	0,000*

*p<0,001

Tablo 6'ya göre, Maslach Tükenmişlik Envanteri-MTE tüm alt boyutları ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki vardır ($p<0,001$). Öğretmen ve yöneticilerin Duygusal Tükenme ve Duyarsızlaşma alt boyut puanları ile doyum puanları arasında aynı yönlü bir ilişki vardır ($r=0,337$, $p<0,001$; $r=0,178$, $p<0,001$). Öğretmen ve yöneticilerin yaşam doyumu arttıkça, Duygusal Tükenme ve Duyarsızlaşma puanları da artmaktadır. Kişisel Başarı puanları ile doyum puanları arasında ise ters yönlü bir ilişki vardır ($r=-0,164$, $p<0,001$). Yaşam doyum puanı arttıkça Kişisel Başarı puanı azalmaktadır. Yani öğretmen ve yöneticilerin yaşam doyumları arttıkça kişisel başarı duygusunu daha fazla yaşadıkları söylenebilir.

Yapılan çeşitli çalışmalarda, bireylerin manevi doyumları ile tükenmişlik düzeyleri arasında ilişki olduğu, manevi doyum arttıkça tükenmişliğin azaldığı bulunmuştur (Akçamete vd., 2001; Izgar, 2001; Peker, 2002). Bu bulgular, araştırma bulgularını destekler niteliktedir. Genel yaşam doyumunu ile iş doyumunu yakından ilişkilidir. Günümüz örgütleri, ürün niteliğini artırmaya çalışırken işgörenlerin işten doyumlarını artırmayı da hedeflemektedirler. Eğitim örgütünün ögesi olarak öğretmenlerin, iş doyumunu da önem kazanmaktadır (Sarpkaya, 2000).

Sonuç ve Öneriler

Karabük İli ortaöğretim okullarında görev yapan öğretmen ve yöneticilerin örneklem alındığı bu çalışmada, cinsiyetinin yaşam doyumunu, yaşın duygusal tükenmişlik ve görev türünün duyarsızlık üzerinde anlamlı etkisi olduğu bulunmuştur. Çalışmada, yaşın artışıyla birlikte tükenmişlik ve yaşam doyumunun arttığı, kişisel başarı duygusunun azaldığı dikkat çekmiştir. Öğretmenlerin yöneticilere göre tükenmişliğinin fazla olduğu, yöneticilerin ise öğretmenlere göre yaşam doyumunun daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kadınların yaşam doyum düzeyi, erkeklerden yüksek bulunmuştur. Çalışmada ayrıca, öğretmen ve yöneticilerin yaşam doyumunu ile tükenmişlikleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p < 0,001$).

Çalışma sonuçlarına göre, araştırmacılara benzer çalışmaların farklı değişkenlere göre yapılması önerilebilir. Çalışmanın, öğretmenlerin branşı ve çalıştıkları kurum türü dikkate alınarak daha fazla sayıda eğitim çalışanına uygulanması, tükenmişlik ve yaşam doyumunu olumsuz etkileyebilecek faktörlerin belirlenmesinde daha belirgin sonuçlar verebilir. Çalışılan kurumun niteliklerinin belirlenmesi, gelir düzeyi, öğrenci faktörü, sınıftaki öğrenci sayısı gibi değişkenlerin dikkate alınarak tükenmişlik ve yaşam doyumunu değerlendirilebilir.

Özellikle, eğitim kurumlarında kalitenin artırılması öğretmenlerin çalışma koşullarının iyileştirilmesiyle yakından ilişkili görünmektedir. Bu nedenle, eğitimi olumsuz yönde etkileyen öğretmenlerin tükenmişliği ilgili faktörlerin araştırılması ve buna yönelik önlemler alınması, eğitimin niteliğinin artırılmasında önemlidir.

Bu çalışmanın sonuçlarına göre, yaşam doyumunu ile tükenmişlik düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Okullarda eğitim öğretimin kalitesini artırmak amacıyla yapılabilecek toplam kalite yönetimi ve iyileştirme çalışmalarını yürütecek birimlerin, eğitimcilerin kuruma bağlılığını sağlamak için onların gereksinimlerine duyarlı olmaları, kişiler arası etkileşimi artıracak sosyal etkinlikler planlayıp uygulamaları önerilebilir.

Çalışma ortamının düzenlenmesinde, eğitimcilerin görüşlerinin alınması, okul kararlarına katılımın sağlanması, başarı duygusunu hissettirecek önlemlerin alınması eğitimcilerin stresini azaltmada etkili olabilir. Böylece eğitimcilerin kişisel başarı, mesleki yeterlik duygusu ve yaşam

doyumunu artırılabilir, tükenmişlik düzeyi üzerindeki olumsuz etkiler en aza indirilmesinde yararlı olabilir.

Kaynakça

- Akça, F. ve Yaman, B.(2009). Okul yöneticilerinin problem çözme davranışlarını etkileyen faktörleri incelemeye yönelik bir çalışma. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 17(3),767-780.
- Akçamete, G., Kaner, S. ve Sucuoğlu, B. (2001). *Öğretmenlerde tükenmişlik iş doyum ve kişilik*. Ankara:Nobel yayınları.
- Arslan Eren, T.(2008). *Onkoloji hemşirelerinin iş doyum ve yaşam doyumunun incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Barriss, D., Polonio, R. ve Tkatch, S. (2009). Teacher Burnout, Erişim: 22.12.2011., emurillo.org/Classes/Class2/documents/TeacherBurnout.doc
- Brown, Z.A. ve Uehara, D.L.(2011). Coping with teachers stres:A research synthesis for pacific educators, *Pasific Resources for Education and Learning*. Erişim: 22.12.2011. <http://www.prel.org/products/Products/Coping-teacherStress.htm>
- Brusaferrero, S., Agnoletto, A.P., Gubian, F. ve Balestrieri, M. (2000). Use of the maslach burnout inventory to support health care workers management in hospital. *Journal Of Preventive Medicine And Hygiene*, 41, 8-23. Erişim: 11.01.2011, <http://www.jpnh.org/issues/200041103.pdf> .
- Cemaloğlu, N. ve Erdemoğlu Şahin, D.(2007). Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(2), 465-484.
- Çakınberk, A.(2011). Studying the relationship between employees' occupational burnout levels and satisfaction of life:A research in private banks, *African Journal of Business Management*, 5(16), 6825-6838. Erişim: 25.12.2011. <http://www.academicjournals.org/ajbm/PDF/pdf2011/18Aug/%C3%87akinberk.pdf>
- Çapri, B. (2006). Tükenmişlik ölçeğinin Türkçe uyarlaması:geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 67-76.
- Deniz Kan, Ü.(2008). Bir grup okul öncesi öğretmeninde tükenmişlik durumunun incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 16(2), 431-438.
- Galanakis, M., Moraitou, M., Garivaldis, F. J. ve Stalikas, A. (2009). Factorial structure and psychometric properties of the maslach burnout inventory (mbi) in Greek midwives. *Europe's Journal of Psychology* 5(4), 52-70. Erişim: 20.12.2011, <http://www.ejop.org/archives/2009/11/factorial-structure-and-psychometric-properties-of-the-maslach-burnout-inventory-mbi-in-greek-midwives.html>
- Gençay, Ö. A.(2007). Beden eğitimi öğretmenlerinin iş doyum ve mesleki tükenmişliklerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(2),765-780.
- Haberman, M. (2004). Teacher burnout in black and white, *The Haberman Educational Foundation*. Erişim: 22.12.2011. <http://www.habermanfoundation.org/Articles/PDF/Teacher%20Burnout%20in%20Black%20and%20White.pdf>
- Izgar, H. (2001). Okul yöneticilerinin tükenmişlik düzeyleri. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 27, 335-340.

- Özyürek, A., Gümüş, H., & Doğan, S. (2012). Öğretmen ve okul yöneticilerinin tükenmişlik ve yaşam doyumunun incelenmesi. *International Journal of Human Sciences* [Online]. (9)2, 892-904.
- Jackson, S.A. ve Leiter, M. P.(1997). *Evaluating stress, a book of resources*, (C. P. Zalaquett ve R. J. Wood, Ed.), Lanham, Md. & London:Scarecrow Press Inc. Erişim:11.01.2011, <http://www.rci.rutgers.edu/~sjacksox/pdf/evaluatingstress.pdf>
- Kalliath, T. J., O'driscoll, M., Gillespie, D. F., ve Bluedorn, A. C. (2000). A test of the maslach burnout inventory in three samples of healthcare professionals. *Work & Stress*, 14 (1), 35-50
- Karakelle, S. ve Canpolat, S.(2008). Tükenmişlik düzeyi yüksek ilköğretim öğretmenlerinin öğrencilere yaklaşım biçimlerinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 33(147), 106-120. Erişim: 25.12.2011. <http://egitimvebilim.ted.org.tr/index.php/EB/article/viewFile/692/140>
- Koustelios, A.(2005). The relationship between burnout and job satisfaction among physical education teachers: a multivariate approach. *European Physical Education Review*, 11(2), 189-203. Erişim: 25.12.2011. <http://epe.sagepub.com/content/11/2/189>.
- Kuruüzüm, A. ve Çelik, N.(2005). İkinci derece faktör modeli ile öğretmen iş doyumunu belirleyen faktörlerin analizi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29, 137-146.
- Maslach, C. ve Jackson, S. E.(1981). The measurement of experienced burnout. *Journal Of Occupational Behavior*, 2, 99-113.
- Oksal, H.(2009). *Psikiatri hastalarının yakınlarının duygu kontrol durumları ve yaşam doyumları*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Özkan, Ş. Y.(2007). *Niğde ilinde görevli beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerinin araştırılması*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Peker, R. (2002). İlköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin mesleki tükenmişliklerine etki eden bazı faktörler. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15 (1), 305-318.
- Sarpkaya, R. (2000). Liselerde çalışan öğretmenlerin iş doyumunu: Manisa ili örneği. *Amme İdaresi Dergisi*, 33(3), 111-124.
- Skaalvik, E. M. ve Skaalvik, S.(2010). Teacher self-efficacy and teacher burnout: A study of relations, *Teaching and Teacher Education*, 26, 1059-1069. Erişim: 25.12.2011. <http://jamiesmithportfolio.com/EDTE800/wp-content/Self-Efficacy/Skaalvik1.pdf>
- Şahin, Ş. (2008). *Beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik ve yaşam doyumunu düzeyleri*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Tuğrul, B. ve Çelik, E.(2002). Normal çocuklarla çalışan anaokulu öğretmenlerinde tükenmişlik. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(12), 1-11.
- Yazıcı, H.(2009). Öğretmenlik mesleği, motivasyon kaynakları ve temel tutumlar: Kuramsal bir bakış. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 17(1), 33-46.
- Yıldırım, A., Ünal, A. ve Çelik, M. (2011). Öğretmen kavramına ilişkin öğretmen, yönetici ve müfettiş algılarının analizi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. 8(2), 92-109. Erişim: 20.12.2011, <http://www.insanbilimleri.com/ojs/index.php/uib/article/view/1372/761>
- Yungul, N. T.(2006). *Sınıf öğretmenlerinin tükenmişlik düzeylerinin değerlendirilmesi (İstanbul örneği)*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Extended English Abstract

Burnout is described as the syndrome in which there is the loss of sense of idealism and intention of working and not being able to serve to the target group and reflection of physical fatigue and sense of despair to the life. In burnout, desensitization to the people served or developing negative feelings are related to the lack of personal success and the sense of inadequacy about one's job (Maslach ve Jackson, 1981; Akça ve Yaman, 2009).

Teaching is an occupation which requires intensive human relations and is done not only for meeting the economical expectations but also for providing psycho-social development and satisfaction. Not being able to provide satisfaction in an occupation causes reactions such as burnout and stress (Deniz Kan, 2008; Cemaloğlu and Erdemoğlu Şahin, 2007). Burnout syndrome observed in teachers causes professional insensitivity. The teachers who became insensitive cannot play an effective role in the learning process at school thus cannot make their students develop at a convenient level (Yazıcı, 2009). Burnout of teachers and not being able to provide job satisfaction affect the quality of the education negatively and cause a serious problem for educational institutions (Gençay, 2007). Teachers' being healthy in educational institutions means that the school, the education system and the society is healthy (Cemaloğlu ve Erdemoğlu Şahin, 2007).

Purpose: Evaluation of burnout and life satisfaction of the teachers and the school administrators is important in terms of improving the conditions that cause burnout and dissatisfaction. Thus and so, it will be possible to get closer to the quality. In this study, it is aimed to examine the burnout and life satisfaction levels of teachers and school administrators.

Method: The study is a survey and determination of momentary situation technique has been used within the study. Teachers have been asked to choose the best statement among the ones in the scale and their views at that moment have been determined. 462 of the 530 participants are teachers and 68 of them are administrators who are still working in secondary schools in Karabük province in Turkey (in 2008-2009 academic years) and they constituted the samples of the study.

Personal Information Form which has been developed by the researchers has been used in order to collect the personal information of the study group. Maslach Burnout Inventory (MBI), whose adaptation studies have been done in Turkey by Ergin (1992), has been used in order to determine the life satisfaction level of the study group. And Satisfaction With Life Scale (SWLS), whose reliability studies have been done in Turkey by Yetim (1991) and Köker (1991), has been used in determining the life satisfaction situations.

T-Test has been used in the analysis of bivariate relations such as the distribution of frequency and percentage, gender and type of position and One-Way Analysis of Variance (ANOVA) has been used in the analysis of multivariate relations such as age and years of seniority. Pearson Correlation Coefficient has been used in determining the relationship between the burnout and life satisfaction of the administrators and teachers and a 0,05 significance has been sought.

Results: As a result, it has been found that the genders of the school administrators and teachers are influential on their life satisfactions. On the other hand, their ages are influential on their emotional burnouts. The state of teaching or administrating has a significant effect on professional insensitivity. It has been pointed out in the study that burnout and life satisfaction increase with the age. On the other hand sense of personal success decrease with it. Burnout of teachers is significantly higher than school administrators. On the other hand, life satisfaction of the school administrators is significantly higher than the teachers'. Life satisfaction level of the females has been found to be higher than males'. Besides, a significant relation between the life satisfaction and burnout of teachers and school administrators has been pointed out in the study ($p < 0,001$).

Conclusion and recommendation: According to these results; it has been observed that the features of the school administrators and teachers such as gender, age and type of position have a significant effect on their burnout and life satisfaction levels. There are some studies that have worked on different groups of samples and some of them support the findings of this study. On

the other hand, there are also some studies that have found different results (Tuğrul ve Çelik, 2002; Yungul, 2006; Cemaloğlu ve Erdemoğlu Şahin 2007). In the study, a significant relation between the life satisfaction and burnout of the teachers and school administrators has been determined. Many former studies have also shown that there is a relation between the emotional satisfaction and their burnout levels while emphasizing the fact that burnout levels decrease with the increase of emotional satisfaction (Akçamete vd., 2001; Izgar, 2001; Peker, 2002).

It could be suggested to the researchers who are planning to carry out similar studies that they should take the branches of the teachers and the type of their institutions into consideration while determining the factors affecting the burnout and life satisfaction levels and getting samples from a wider field of education. Burnout and life satisfaction can be evaluated by taking the variables into consideration such as; the features of the institution where they work, level of income, factor of students and number of students in the classroom.

There is a close relation between improving the working conditions of teachers and increasing the quality in educational institutions. Therefore, examination of the factors related to the burnout of teachers and taking precautions towards them are important in the increase of the quality of the education. It could be suggested that the units in the educational institutions which will carry out the total quality management and proactive activities in order to increase the quality of the education should be sensitive to the needs of the educators for providing commitment to the organization and plan and implement social activities which will increase interpersonal interaction. Taking opinions from the educators in the arrangement of the work environment, providing participation to the decisions of the school and taking precautions that will make them feel successful could be effective in decreasing the stress of the educators. Therefore, educators' personal success, life satisfaction and sense of inadequacy about their jobs would be increased and this would be helpful in decreasing the negative effects on burnout levels.