

## ÖĞRETMENLERİN İŞ YERİNDEKİ YALNIZLIKLARI VE YAŞAM DOYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

### EXAMINATION OF RELATIONSHIP BETWEEN TEACHERS' LONELINESS AT WORKPLACE AND THEIR LIFE SATISFACTION

Ercan YILMAZ\* , Hüseyin ASLAN

Necmettin Erbakan Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Konya/Türkiye

#### Özet

Bu araştırma, öğretmenlerin yaşam doyumları ve iş yerindeki yalnızlıklarının bazı değişkenler açısından incelenmesini, öğretmenlerin iş yerindeki yalnızlıklarının, yaşam doyumları üzerindeki yordayıcı rolünü ve bunun düzeyini tespit etmeyi amaçlamıştır. Araştırma ilişkisel tarama modeline göre yürütülmüş ve araştırmanın örneklemini 2012-2013 eğitim-öğretim yılında Ankara ilinde çalışan ve oransız küme örnekleme yoluyla seçilen 35 ilköğretim okulundan 402 ilköğretim okulu öğretmeni oluşturmuştur. Araştırma verileri "İş Yerinde Yalnızlık Ölçeği ve Yaşam Doyum Ölçeği" ile toplanmıştır. Araştırma kapsamında toplanan veriler çoklu regresyon tekniği ile test edilmiştir. Öğretmenlerin yaşam doyumları ve iş yerinde yalnızlıkları, cinsiyetleri, medeni durumları, okul dışında beraber sosyal etkinlik yapıp yapmama ve herhangi bir sendikaya üye olup olmama durumlarına göre farklılaşma düzeyleri ise t testi ile incelenmiştir. Araştırma bulgularında öğretmenlerin iş yerindeki yalnızlıkları cinsiyet faktörüne göre farklılaşmazken, yaşam doyumlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır. Araştırma bulgularına göre öğretmenlerin medeni durumları ile iş yerlerindeki yalnızlıklarının arasında duygusal yoksunluk boyutunda anlamlı bir fark yokken, sosyal arkadaşlık boyutunda anlamlı bir farklılık gözlenmiştir. Bekar öğretmenler kendilerini sosyal arkadaşlık boyutunda evli öğretmenlere göre daha fazla iş yerinde yalnız hissetmektedirler. Öğretmenlerin medeni durum değişkenine göre, yaşam doyumları evli öğretmenlerin lehine anlamlı bir farklılık göstermektedir. Öğretmenlerin yaşam doyum puanları ile iş yerindeki yalnızlıkların duygusal yoksunluk ve sosyal arkadaşlık puanları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Öğretmenlerin iş yerinde yalnızlıklarının duygusal yoksunluk boyutuyla ve yaşam doyumlarının sosyal arkadaşlık boyutu arasında anlamlı ters yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Öğretmenlerin yalnızlıkları, öğretmenlerin yaşam doyumları

#### Abstract

This research aims to examine teachers' life satisfaction level and their loneliness at workplace according to some variables. It also aims to find out predictive role and its level of teachers' loneliness at workplace on their life satisfaction. Research is carried out in accordance with relational screening model and 402 primary school teachers who are working in Ankara during 2012-2013 academic year and selected from 35 primary schools by use of disproportionate cluster sampling method constitutes the sample of the research. The data is collected with "the scales of loneliness at workplace and life satisfaction" and tested by making use of multiple regression technique. The differentiation levels in terms of teachers' life satisfaction and their loneliness at workplace, their sexes, marital status,

\* Yazar: ercanyilmaz70@gmail.com

attendance to concerted social activities out of school and union membership are analysed using T test. Research findings indicate that while there is not a significant difference between teachers' loneliness level at workplace with respect to marital status in the dimension of emotional deprivation, there is a meaningful difference in the dimension of social friendship. Single teachers feel themselves lonelier at workplace than married ones in social friendship dimension. According to marital status variable, life satisfaction levels show significant difference in favor of married teachers. Moreover, between the points of teachers' life satisfaction and the points of their loneliness at workplace in the dimensions of emotional deprivation and social friendship, there is meaningful negative way relationship. It is also inferred that there is a meaningful opposite relationship between emotional deprivation dimension of teachers' loneliness at workplace and social friendship dimension of their life satisfaction.

**Keywords:** *The loneliness of teachers, teachers' life satisfaction.*

### Giriş

Öğretmenin, birey ve toplum üzerindeki etkisi büyük olmasına rağmen okullarda kendilerini yalnız hissedebilmektedir. Yalnızlık, insanın kendisini anlaşılmamış ve kimsesiz hissettiği durumlardır. Genel anlamda yalnızlık, bireyler arası ilişkilerin ve sosyal etkileşimin niteliğinin zayıf olmasının yarattığı ruh halidir (Ernst ve Cacioppo, 1999). Yalnızlık, çevreye uyumun bozulduğu, bireyin kendisini kimsesiz ve anlaşılmamış hissettiği, uyumsuzluk ve mutsuzluğun egemen olduğu bir durum olarak da tanımlanabilir (Geçtan, 1999). Yalnızlık, daha çok bireyler arası engeller ve iletişimsizlik nedeniyle, bireyin çevresindeki insanları tehdit aracı olarak görmesi, yüksek düzeyde kaygı duyması ve insanlardan uzaklaşması sonucu ortaya çıkmıştır (Yalom, 1999). Yalnızlık duygularının birey üzerindeki etkileri ve bunun çevreye yansımaları, çalışan ile örgüt arasındaki etkileşimden kaynaklanan bir takım özellikleri etkileyebilir (Yılmaz, 2008). Yalnızlık bireylerin yalnız kalmak istediklerinde tercih ettikleri bir durum değildir. Fakat yalnızlık, düşük sosyal ilişkileri ve yüksek stresli duygunun oluşturduğu olumsuz bir durumu ortaya çıkarır (Hawkey, Burleson, Berntson ve Cacioppo, 2003). Çevresel, sosyal ve psikolojik etkenler yalnızlığı etkileyebilir (Levin ve Stokas, 1986).

İş yerindeki yalnızlık diğer yalnızlık kavramlarından farklıdır. İşyerindeki yalnızlık; daha çok sosyal çevreden kaynaklanan bir başına bırakma, izole etme ve kendi başına olma halini ifade eder. Yalnızlık ise bireysel özelliklerden kaynaklanır (Wright, Burt ve Strongman, 2006). Bireyler, sosyal dünyalarında yer alan kişilerle oluşturdukları ilişkiler içinde yaşamlarını sürdürürler. Akaraba, arkadaş ve aile gibi farklı konum ve statüdeki bireylerle kurulan ilişkilerin olumlu ve olumsuz etkileri bulunmaktadır. Cohen (2004) sosyal ilişkilerin bireylerin sağlığı üzerindeki olumlu etkisini vurgulamış ve sosyal alana ait ilişki yapılarının fiziksel sağlığımız ve kendimizi iyi hissetmemizde önemini belirtmiştir. Cacioppo ve diğerleri (2002) ise sosyal izole olmayı ve yalnızlığı, yaşamamızda sosyal ilişkilerin bir yordayıcısı olduğunu belirtmişlerdir. Kafetsios (2002) sosyal çevreden kaynaklanan yalnızlığın, sosyal iletişim ağının eksikliğinden ya da ortak ilgi ve etkinliklerin paylaşıldığı bir grubun üyesi olamamaktan kaynaklandığını ve doyum verici bir sosyal ağa ulaşma ile çözüm bulunabilen bir durum olduğunu belirtmiştir. Chadsey, DeStefano, O'Reilly, Gonzalez ve Collet (1992) ise yalnızlığı, sosyal ilişkilerinden kaynaklanan öznel bir duygu hali olarak açıklamıştır. Wright ve diğerleri (2006) daha çok yalnızlığın sosyal ilişki eksikliğinden kaynaklandığını, iş yerindeki yalnızlığın ise, iş yerindeki ilişkilerin yeterince iyi olmasından ortaya çıkan bir duygu hali olduğunu belirtmektedirler. Gumbert ve Boyd (1984) göre iş yerinde yalnızlık psikolojik olarak iyi olma haline olumsuz olarak etkiler. Yine yalnızlık iş performansını da olumsuz bir şekilde etkiler. İşyerindeki yalnızlığı sosyal destek ve işin yalnız yapılması, daha fazla etkiler. Bu etki sosyal aktivite eksikliğinden daha fazladır. İş yerindeki insanların birbirleriyle olan ilişkileri, örgütsel vatandaşlık, takım çalışması gibi faktörlerden daha çok yalnızlıkla ilişkilidir. İş yerindeki yalnızlık, iş yerindeki insani ilişkilerin kalitesini etkileyebilir (Wright ve arkadaşları, 2006).

İnsanların yaşama bakışları, yaşama ait beklentileri ve bu beklentilerin karşılanma düzeylerinin neden olduğu psikolojik bir özelliktir yaşam doyumunu. Çalışanların örgütsel yaşamdaki insan ilişkilerine etkileri olduğu bilinmektedir. Yaşam doyumunu başka bir ifade ile bir insanın ne istediği, sahip olduklarının

karşılaştırmasıyla elde edilen durum ve durumu algılamasıdır. Yaşam doyumu, bireyin yaşama dair beklentilerini ve bunların karşılama düzeyi ile ortaya çıkan durumdur. Mutluluk, moral vb. gibi özelliklere ait iyi olma halini ifade eder (Özer ve Karabulut, 2003; Vara, 1999).

Veenhoven (1996) yaşam doyumunu bir bütün olarak yaşamın kalitesinin, pozitif olarak gelişiminin derecesi olarak tanımlamıştır. Christopher (1999) ise yaşam doyumunu, bireyin iyi bir yaşamın ne olduğu ile ilgili kendi oluşturduğu ölçütlerle, yaşamının aile, okul, arkadaş gibi alanlarındaki niteliğini bir bütün olarak değerlendirmesidir şeklinde açıklamıştır. Yaşam doyumu, insanın yaşam alanının her parçasındaki olumlu gelişim derecesidir. Bu derece birey için ayrılmaz bir parça olan iş yaşamını ve örgüte olan bağlılığını da etkileyebileceği düşünülebilir.

Yaşamın geneline ilişkin bilişsel algılamalar ve değerlendirmeler olarak ifade edilen yaşam doyumu (Yetim, 2001) üç bölümden oluşmaktadır. Birincisi, bireyin yaşamını dış ölçütlerle karşılaştırarak iyi oluş halidir. İkincisi, kendi yaşamını yargılamasının oluşturduğu duyu halidir. Üçüncüsü ise günlük ilişkilerin oluşturduğu memnuniyet halidir (Serin ve Özbek, 2006). Yaşam doyumu, kapsamlı bir mutluluğun önemli bir ögesi olarak ifade edilmektedir (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985).

Genel olarak yaşam doyumu, kişinin, iş, boş zaman ve diğer iş dışı zaman olarak tanımlanan yaşama gösterdiği duygusal tepki olarak tanımlanabilir (Sung-Mook ve Giannakopoulos, 1994). Bireylerin yaşam doyumunu birçok şeyden etkilenir. Bunlardan bazıları, günlük yaşamdan alınan mutluluk, yaşama yüklenen anlam, amaçlara ulaşma konusunda uyum, pozitif bireysel kimlik, fiziksel olarak bireyin kendisini iyi hissetmesi, ekonomik güvenlik ve sosyal ilişkilidir (Schmitter, 2003).

Günlük yaşamın her alanını etkileyebilecek ve psikolojik bir özellik olan yaşam doyumu öğretmenlik mesleği açısından önemli olabilir. Çünkü öğretmenlik geniş biçimde bir insan topluluğuyla ilişki ve etkileşim içinde yerine getirilen bir meslektir (Şişman, 2002). Bunun yanında öğretmenlik mesleğini diğer mesleklerden ayrılan başka bir yönü, girdiği iletişim sürecinde çevresindeki bireyleri etkileme gücüne sahip olmasıdır. Bu durum öğretmenlerin psikolojik özelliklerini ön plana çıkarmaktadır. Öğretmenin kişilik nitelikleri öğrencilerin bilişsel, duyuşsal ve sosyal gelişimini etkileyen psikolojik bir güçtür (Sünbül, 2002).

Bu açıklamalardan da anlaşılacağı gibi öğretmenin kişilik özellikleri ve onun bir parçası olan psikolojik duyu halinin önemli olduğu söylenebilir. Bu psikolojik duyu hallerinden ikisi olan yaşam doyumu ve iş yerinde yalnızlıklar öğretmenlerin okullarda performanslarını etkileyebilir. Bu açıdan bakıldığında öğretmenlerin yaşam doyumları ve iş yerinde yalnızlıklarının birbirleriyle olan ilişkisi ve bazı değişkeler açısından incelenmesi önemlidir. Bu araştırmanın amacı öğretmenlerin yaşam doyumlarını ve iş yerinde yalnızlıklarının bazı değişkenler açısından incelenmesi ve iş yerinde yalnızlıklarını yaşam doyumlarını yordama düzeyini tespit etmektir. Araştırmada bu kapsamında aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. Öğretmenlerin yaşam doyumları ve iş yerinde yalnızlık düzeyleri;  
(a) Öğretmenlerin cinsiyetleri, (b) medeni durum ve (c) okul dışında beraber sosyal etkinlik yapıp yapmama, durumlarına göre farklılık göstermekte midir?
2. Öğretmenler yaşam doyumlarını, iş yerindeki yalnızlıkları ne derecede yordamaktadır?

### Yöntem

Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modelinde iki yâda daha çok değişken arasındaki birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir (Karasar, 2007 s. 81). Araştırmada öğretmenlerin iş yerinde yalnızlıklarının, yaşam doyumlarını yordama düzeyi incelenmiştir. Aynı zamanda öğretmenlerin iş yerinde yalnızlıkları ve yaşam doyumları; cinsiyetleri, medeni durumları, okul dışında beraber sosyal etkinlik yapıp yapmama durumlarına göre farklılaşma düzeyleri incelenmiştir.

## **Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evrenini; 2013 yılında Ankara ilinde çalışan ve tesadüfi küme örnekleme yoluyla 35 ilköğretim okulundan seçilen toplam 402 ilköğretim öğretmeni oluşturmuştur. Örneklemi oluşturan öğretmenlerin, 192'si erkek, 210'u ise kadındır. Araştırma grubundaki öğretmenlerin % 4,5' i 25 yaş ve altında, % 24.9' u 26 -30 yaş aralığında, %27.9'u 31-35 yaş aralığında, %15.2'si 36-40 yaş aralığında, %13.7'si 41-45 yaş aralığında, % 6.7'si 46-50 yaş aralığında ve %2'si 51-55 yaş aralığındadır. Öğretmenlerin yaklaşık %72'si evli, %27'si bekarıdır. Yine çalışma grubundaki öğretmenlerin %40.3'ü sınıf öğretmeni, %59.7'si branş öğretmenidir.

## **Veri Toplama Aracı ve Güvenirliği**

Araştırmada; işyerinde yalnızlık ölçeği ve yaşam doyum ölçeği kullanılmıştır.

### **İş Yerinde Yalnızlık Ölçeği**

İş Yerinde Yalnızlık Ölçeği, Wright (2005) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe'ye uyarlanarak geçerlik ve güvenilirlik çalışması Doğan, Çetin ve Sungur (2009) tarafından yapılmıştır. Ölçek iki boyuttan oluşmaktadır. İlk 9 madde "Duygusal Yoksunluk" alt boyutunu, son 7 madde ise "Sosyal Arkadaşlık" alt boyutunu oluşturmaktadır. Ölçekte ters puanlama gerektiren maddeler vardır. Ölçeğin tümü için güvenilirlik katsayısı Cronbach alpha .91, duygusal yoksunluk alt boyutu için .87 ve sosyal arkadaşlık alt boyutu için .83'tür. Ölçeğin tümü için alınabilecek puan 16-80 arasında değişmekte ve yüksek puanlar iş yaşamında artan yalnızlığı göstermektedir. Ölçeğin araştırma grubundaki tümü için güvenilirlik katsayısı (Cronbach alpha) .93, duygusal yoksunluk alt boyutu için .89 ve sosyal arkadaşlık alt boyutu için .85'dir.

### **Yaşam Doyum Ölçeği**

Verilerin toplanmasında, öğretmenlerin yaşam doyum düzeylerini belirlemek amacıyla Yaşam Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Diener ve diğerleri (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Yaşam doyumunu ölçeği beş maddeden oluşmakta ve her madde yedi seçeneğe göre değerlendirilmektedir Ölçekteki tüm maddeler olumludur. Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları sonucunda; test-tekrar test güvenirligi  $r=.85$ , madde-test korelasyonları ise. 71 ile. 80 arasında hesaplanmıştır.

### **Verilerin Çözümlemesi**

Öğretmenlerin iş yerinde yalnızlıklarının duygusal yoksunluklarıyla ve sosyal arkadaşlıklarıyla yaşam doyumları arasında ilişki pearson korelasyon tekniği ile test edilmiştir. Öğretmenlerin iş yerindeki yalnızlıklarını, yaşam doyumlarını anlamlı bir şekilde açıklama düzeyi standart çoklu regresyon tekniği ile test edilmiştir. Öğretmenlerin yaşam doyumları ve iş yerinde yalnızlıkları, cinsiyetleri, medeni durumları, okul dışında beraber sosyal etkinlik yapıp yapmama ve herhangi bir sendikaya üye olup olmama durumlarına göre farklılaşma düzeyleri t testi ile incelenmiştir Eğitim araştırmalarında çoğu zaman verilerin analizinde manidarlık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmektedir (Balcı, 2004). Bu sebepten dolayı araştırmada kabul edilen manidarlık düzeyi 0.05'dir.

## **Bulgular ve Yorum**

Bu bölümde, araştırmanın alt problemlerine ilişkin yapılan istatistiksel analizler sonucunda ulaşılan bulgulara ve yorumlara yer verilmiştir. Öğretmenlerin yaşam doyumları ve iş yerindeki yalnızlık düzeylerinin cinsiyetlerine göre farklılaşma düzeyleri t testi ile test edilmiş, sonuçlar Tablo 1'de gösterilmiştir.

**Tablo 1.**

*Öğretmenlerin Cinsiyet Değişkenine Göre İş Yaşamında Yalnızlık Alt Boyutları ve Yaşam Doyumları Puanları Arasındaki t-Testi Karşılaştırmasına İlişkin Bulgular*

		Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
İş Yerinde Yalnızlık	Duygusal yoksunluk	Erkek	192	18.23	6.00	1.288	0.200
		Kadın	210	17.482	5.766		
	Sosyal arkadaşlık	Erkek	192	14.60	5.27	-0.254	0.800
		Kadın	210	14.73	4.92		
	Yaşam Doyumu	Erkek	192	24.04	5.55	-1.730	0.050
		Kadın	210	25.02	5.80		

\* p < .05

Tablo 1 ayrıntılı bir şekilde incelendiğinde öğretmenlerin iş yerindeki yalnızlık düzeylerinin duygusal yoksunluk ve sosyal arkadaşlık boyutlarındaki puan ortalamaları cinsiyet değişkenine göre farklılaşmamıştır. Yaşam doyumları bakımından ise, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık görülmektedir. Erkek öğretmenlerin yaşam doyum düzeyleri; kadın öğretmenlerin yaşam doyum düzeylerinden anlamlı yönde daha düşüktür.

**Tablo 2.**

*Öğretmenlerin Medeni Durum Değişkenine Göre İş Yaşamında Yalnızlık Alt Boyutları ve Yaşam Doyumları Puanları Arasındaki t-Testi Karşılaştırmasına İlişkin Bulgular*

		Medeni Durum	N	$\bar{X}$	Ss	t	P
İş Yerinde Yalnızlık	Duygusal yoksunluk	Evli	293	17.76	5.86	-0.426	0.670
		Bekar	109	18.04	6.08		
	Sosyal arkadaşlık	Evli	293	14.25	5.09	-2.584	0.010
		Bekar	109	15.71	4.90		
	Yaşam Doyumu	Evli	293	24.92	5.79	2.022	0.044
		Bekar	109	23.63	5.32		

\* p < .05

Tablo 2'ye göre, öğretmenlerin medeni durumlarına göre, iş yerinde yalnızlıklarının duygusal yoksunluk boyutlarında anlamlı bir farklılık yokken, sosyal arkadaşlık boyutunda anlamlı bir farklılık gözlenmiştir. Bekar öğretmenler kendilerini sosyal arkadaşlık boyutunda evli öğretmenlere göre iş yerinde daha fazla yalnız hissetmektedirler. Öğretmenlerin medeni durum değişkenine göre, yaşam doyumları evli öğretmenlerin lehine anlamlı bir farklılık göstermektedir.

**Tablo 3.**

*Öğretmenlerin Okul Dışında Beraber Sosyal Etkinlik Yapıp Yapmama Değişkenine Göre İş Yaşamında Yalnızlık Alt Boyutları ve Yaşam Doyumları Puanları Arasındaki t-testi Karşılaştırmasına İlişkin Bulgular*

		Sosyal Etkinlik Yapıp Yapmama Durumu	N	$\bar{X}$	Ss	t	P
İş Yerinde Yalnızlık	Duygusal yoksunluk	Evet	324	17.56	5.77	-1.922	0.050
		Hayır	78	18.98	6.24		
	Sosyal arkadaşlık	Evet	324	14.28	4.98	-3.122	0.022
		Hayır	78	16.26	5.21		
	Yaşam Doyumu	Evet	324	24.53	5.76	-0.127	0.899
		Hayır	78	24.62	5.42		

\* p < .05

Tablo 3 incelendiğinde öğretmenlerin okul dışında beraber sosyal etkinlik yapıp yapmama değişkenine göre iş yerindeki yalnızlıklarının duygusal yoksunluk ve sosyal arkadaşlık boyutlarındaki puan ortalamaları anlamlı bir şekilde farklılaşma göstermektedir. Okul dışında beraber sosyal etkinlik yapan öğretmenlerin hem duygusal yoksunluk hem de sosyal arkadaşlık boyutlarındaki iş yerinde yalnızlık düzeyleri yapmayanlara göre daha düşüktür. Okul dışında beraber sosyal etkinlik yapıp yapmama değişkenine göre öğretmenlerin yaşam doyumları anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

**Tablo 4.***Öğretmenlerin Yaşam Doyumları ile İş Yerinde Yalnızlık Arasındaki Korelasyon*

	İŞ YERİNDE YALNIZLIK	
	Duygusal yoksunluk	Sosyal arkadaşlık
Yaşam doyumuna	-0.223**	-0.210**

\* p &lt; .05

Öğretmenlerin Yaşam Doyum puanları ile İş Yerinde Yalnızlıkların Duygusal Yoksunluk ve Sosyal Arkadaşlık boyut puanları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır

**Tablo 5.***Öğretmenlerin İş Yerinde Yalnızlık Algılarının Yaşam Doyumlarının Yordama Düzeyi*

Bağımsız Değişken	R <sup>2</sup>	F	p	İş Yerinde Yalnızlığın boyutları	t	p
İş Yerinde Yalnızlık	0.056	11.86	0.000	Duygusal yoksunluk	-2.268	0.023
				Sosyal arkadaşlık	0.102	0.102
Bağımlı değişken: Yaşam doyumuna						

\* p &lt; .05

Öğretmenlerin iş yerinde yalnızlıklarının duygusal yoksunluklarıyla yaşam doyumları arasında anlamlı ters yönlü bir ilişki bulunmuştur (r. -0.223; \*p < .05). Aynı zamanda öğretmenlerin iş yerinde yalnızlıklarının sosyal arkadaşlıklarıyla yaşam doyumları arasında anlamlı ters yönlü bir ilişki bulunmuştur (r. -0.210; \* p < .05). Öğretmenlerin iş yerinde yalnızlık algıları, yaşam doyum algılarındaki değişkenliğin % 5,6'sını açıklamaktadır. İş yerinde yalnızlığın alt boyutları açısından incelendiğinde iş yerinde yalnızlığın duygusal yoksunluk boyutu, öğretmenlerin yaşam doyumlarını açıklarken, sosyal arkadaşlık boyutunu açıklamamaktadır.

### Sonuç ve Öneriler

Araştırma sonuçlarına göre, öğretmenlerin iş yerinde yalnızlıkları, cinsiyet değişkenine göre farklılaşmamaktadır. Yaşam doyumları ise, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık görülmektedir.

Lau ve Gruen (1992) yetişkinlerle yaptıkları çalışmada kadınların, teke-teke yakın ilişkisinin (arkadaş ya da romantik ilişki) olamadığı durumlarda erkeklerden daha fazla duygusal yalnızlık; buna karşın erkeklerin kendilerini destekleyecek arkadaş grubunun olmaması durumunda daha fazla sosyal yalnızlık yaşadıklarını ifade ettiklerine dikkati çekmişlerdir. Ayrıca yalnız kadın ve erkekler, kendilerini kişisel çekiciliği az ve zayıf psikolojik özellikleri olan kişiler olarak tanımlamışlardır. Genel olarak, yalnız erkeklerin yalnız kadınlardan daha fazla deşifre edildiğini, yalnız kişilere yönelik kadınların erkeklerden daha negatif algılama geliştirdikleri sonucu elde edilmiştir. Bu açıklamalara göre, araştırmada cinsiyete göre iş yerinde yalnızlığın farklılaşabileceği beklenebilirdi. Bunun aksine cinsiyete göre işyerinde yalnızlık farklılaşmamaktadır. Kozaklı (2006) tarafından yapılan çalışmada, cinsiyet değişkeni göre yalnızlık düzeyi üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmamıştır. Bazı çalışmalarda (Borys ve Perlman, 1985; Demir, 1990; Koçak, 2008; Shultz ve Moore, 1986) erkeklerin yalnızlık düzeylerinin kadınlardan daha yüksek olduğu

görülmüştür. Karakurt (2012) tarafından yapılan çalışmada öğretmenlerin iş yerinde yalnızlıkları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı ortaya çıkmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre, erkek öğretmenlerin yaşam doyum düzeyleri; kadın öğretmenlerin yaşam doyum düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha düşüktür. Kültürümüzde kızlara ilişkin özellikler daha çok kişilerarası ilişkilerle ifade edilir. Kızlardan beklenen temel görevler; duygusal olmaları, işbirliği yapmaları, bakım ve ilgi göstermeleridir. Erkeklerin ise bağımsız davranmaları, aileyi temsil etmeleri, rekabetçi olmaları vurgulanmaktadır (Temel ve Aksoy, 2001). Bu kültürel özellikler, kadınların yaşama ilişkin beklentisinin fazla olmamasını sağlayabilir. Kadın öğretmenlere sunulan imkanlar erkek öğretmenlerle birbirine yakın olsa bile beklentilerin farklılığından dolayı kadın öğretmenlerin yaşam doyumunu erkek öğretmenlerin yaşam doyumundan yüksek olabilir. Öğretmenler üzerinde yapılan bir araştırma sonucunda öğretmenlerin yaşam doyumları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir (Aysan ve Bozkurt, 2004). Yine Avşaroğlu, Deniz ve Kahraman (2005) tarafından yapılan araştırmada yaşam doyumunu, cinsiyet değişkenine göre farklılaşma göstermemiştir. Bu sonuçlar, araştırmanın cinsiyet değişkenine göre olan bulgusuyla ters düşmektedir. Deniz ve Yılmaz (2004) ile Yılmaz ve Şahin (2009) tarafından yapılan araştırmanın yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılaştığı bulgusu, araştırmanın sonucunu desteklemektedir.

Öğretmenlerin medeni durumlarına göre, iş yerinde yalnızlıklarının duygusal yoksunluk boyutlarında anlamlı bir farklılık yokken, sosyal arkadaşlık boyutunda anlamlı bir farklılık gözlenmiştir. Bekar öğretmenler kendilerini sosyal arkadaşlık boyutunda evli öğretmenlere göre daha fazla iş yerinde yalnız hissetmektedirler. Evli öğretmenlerin birlikte daha çok ortak paydada buluşması, örneğin çocuklarının dünyaya gelmesi, eşyle tartışması ve eşyle yaşadığı eşinin ailesinden kaynaklı sorunlar, evli öğretmenler arasında sosyal arkadaşlığı güçlendirmektedir. Bu ortak paydada yer alamayan bekar öğretmenler işyerinde sosyal arkadaşlık boyutunda yalnızlık yaşıyor olabilirler (Karakurt, 2012). Bu açıklamalardan anlaşılacağı gibi, evli öğretmenler okul içinde birbirleriyle paylaşabileceği ortak yönler bulabilirler. Bu ortak yönlerin paylaşılması evli öğretmenlerin sosyal arkadaşlıklarını geliştirebilir.

Bekarların evlilere göre daha fazla yalnızlık yaşadıklarını ortaya koyan Palcino (1978), Barron, Foxall, Dollen, Jones ve Kelly (1994), West, Keline ve West'in (1986) çalışmalarıyla tutarlık göstermektedir. Ünal ve Bilge (2005) araştırmalarında dul olanların evli yaşlılara göre daha yalnız oldukları ve medeni durumun yalnızlık üzerinde etkisi olduğunu belirtmiştir. Gün'ün (2006) araştırmasında ailesi olmayanların yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Karakurt (2012) tarafından yapılan araştırmada, öğretmenlerin medeni durum değişkenine göre işyerindeki yalnızlıklarının sosyal arkadaşlık ve duygusal yoksunluk boyutlarındaki yalnızlıklarında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu araştırmanın medeni durum değişkenine göre duygusal yoksunluk boyutundaki sonuçla örtüşmezken sosyal arkadaşlık boyutundaki sonuçla örtüşmektedir.

Öğretmenlerin medeni durum değişkenine göre, yaşam doyumları evli öğretmenlerin lehine anlamlı bir farklılık göstermektedir. Ünal, Karlıdağ ve Yoloğlu (2001) tarafından yapılan bir çalışmada evli bireylerin yaşam doyumları anlamlı bir şekilde daha yüksek çıkmıştır. Linn, Yager ve Cope (1985) de evli bireylerin yaşam doyumunu daha yüksek bulmuştur. Bu sonuçlar araştırma sonuçlarını desteklemektedir.

Araştırmada okul dışında sosyal etkinlik yapan öğretmenlerin duygusal yoksunluk ve sosyal arkadaşlık boyutlarındaki iş yerinde yalnızlık düzeyleri, okul dışında sosyal etkinlik yapmayanlara göre daha düşüktür. İşyerinde diğer öğretmenlerle, yöneticilerle veya velilerle sağlıklı ve yeterli iletişim kurmakta zorlanan bir öğretmenin iş yaşamında yalnızlık duygusu yaşaması beklenebilir. Örneğin karşılaştığı bir sorunu çalışma arkadaşına aktaramayan, okul dışında düzenlenen bir partiye katılmayan veya işyerindeki bir beklentisini müdürüne aktaramayan bir öğretmenin iş yerinde yalnızlık yaşaması kaçınılmazdır (Karakurt, 2012). Örgütler iletişim kurmadan faaliyetlerini sürdüremezler. Çalışanlar birbirlerinin ihtiyaçlarından haberdar olmadıkları zaman, işbirliği mümkün olmaz. İletişim planlama,

örgütlenme ve kontrol gibi temel yönetim fonksiyonlarının başarılmasına yardımcı olur (Sabuncuoğlu ve Tüz, 1990). İş ortamı dışında beraber sosyal aktiviteler yapan işgörenler birbirlerini daha iyi tanıyabilir, ortak yönler oluşturmaya çalışabilirler. Yine bu etkinlikle ekip olma özelliğini kazanmak için gayri resmi ağlar oluşturabilirler, karşılıklı yarar sağlayacak ve dostça ilişkiler gerçekleştirebilirler (Goleman, 2000). Bu sebeplerden dolayı okul dışında öğretmenlerin beraber sosyal etkinlik yapmaları birbirlerini daha iyi tanımalarını, empatik temelli ilişki kurmalarını, birbirlerine olumlu ve kuvvetli yönlerini görmelerini sağlayabilir. Bu durumda kendilerini daha az yalnız hissetmelerini sağlayabilir. Çalışanların işlerine olan olumlu tutumları ile iş dışındaki beraber faaliyetlerde bulunma arasında doğrusal bir ilişki bulunmuştur (Cohen, 2004). Bu sonuç araştırma bulgularını desteklemektedir. Aynı zamanda Karakurt (2012) tarafından yapılan araştırmada benzer sonuçlar bulunmuştur.

İnsanı diğer varlıklardan ayıran en baskın özellik, sosyal bir varlık olmasıdır. Diğer insanlarla beraber olma, onlarla beraber iş yapabilme, duygu ve düşünce alışverişi yapma insana ait temel özelliktir. Öğretmenlerin çalışma ortamları dışında beraber kültürel ve sportif aktiviteler yapmaları sosyal beklentilerini karşılayarak yaşam doyumlarını artırabilir. Diener ve Diener, M. (1995) yakın ilişkilerin yaşam doyumunu açıklamada önemli etkiye sahip olduğunu bulgulandırmıştır. Froh ve diğerleri (2007) insan ilişkileri ile yaşam doyumunu arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Petrovski ve Gleeson (2007) yaptığı bir araştırma da komşuluk ilişkileri ile yaşam doyumunu arasında pozitif yönde ilişki vardır. Bu iki bulgunun araştırma sonucunu desteklediği söylenebilir. Araştırma sonucuna göre, öğretmenlerin iş yerinde yalnızlık algıları, yaşam doyum algılarındaki değişkenliğin %5,6 sını açıklamaktadır. Bu oran küçümsenmeyecek bir orandır. Öğretmenlerin iş yerinden kaynaklanan ruhsal halinin, hayata ilişkin genel algısı etkileyebilmektedir. Çevrenin bireylere sunduğu imkanlar yaşam doyumunu etkileyebilir (Yılmaz, 2008). Bu duygu, bireyin düşük sosyal beceriye sahip olmasını, biriyle doyum sağlayıcı ilişkiler kurmasını engelleyebilir (Wilbert ve Rupert, 1986, Akt. Kılınç, 2006). Yalnızlık, bireylerde yüksek strese sebep olmakta ve düşük sosyal etkileşimi tetiklemektedir (Hawkey, Burleson, Berntson ve Cacioppo, 2003). Yalnızlık duygusu bireyin çevresiyle olan bütünlüğü etkileyebilir. Aynı zamanda yalnızlık duygusu bireylerde yaşamı anlamlı görmeme, yönetilebilir görmeme gibi duyguların oluşmasına sebep olabilir. Bir kişinin dünyayı anlaşılabilir, yönetilebilir ve anlamlı olarak görmesi, onun yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde açıklamaktadır (Çeçen, 2008). Bu açıklamalardan da anlaşılacağı gibi öğretmenlerin iş yerinde yalnızlıkları, yaşam doyumlarını etkileyebilir. Bu konuyla ilgili doğrudan yapılmış çalışmalara rastlanmamıştır. Yalnız genel yalnızlık algısı ile yaşam doyumunu arasında yapılan araştırmalarda iki değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Goodwin, Cook ve Yung, 2001; Schumaker, Shea, Monfries ve Groth-Marnat, 1992). Öneriler olarak okullarda bekar öğretmenlerin yalnızlıklarının giderilmesi ile ilgili önlemler alınabilir. Öğretmenlerin iş yerinde yalnızlıklarının azaltılması için okul içinde yapılan sosyal etkinlikler teşvik edilebilir. Bu sonuçların araştırma sonuçlarını desteklediği düşünülebilir.

#### Kaynakça

- Avşaroğlu, S., Deniz, M. E. ve Kahraman (2005). Teknik öğretmenlerde yaşam doyumunu iş doyumunu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *S. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14, 115-129.
- Aysan, F. ve Bozkurt, N. (Temmuz, 2004). *Okul psikolojik danışmanlarının yaşam doyumunu, stresle başa çıkma stratejileri ile olumsuz otomatik düşünceleri: İzmir ili örnekleme*. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Malatya, Özet Kitapçığı.
- Balcı, A. (2004). *Sosyal bilimlerde araştırma*. Ankara: Pegem.
- Barron, C. R., Foxall, M. J., Dollen, K. V., Jones, P. A. ve Kelly, A. S (1994). Marital status social support and loneliness in visually impaired elderly people. *Journal of Advanced Nursing* 19, 272-280.
- Borys, S. ve Perlman, D. (1985). Gender differences in loneliness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 11, 63-74.



- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., Crawford, E., Ernst, J. M., Burleson, M. H., Kowalewski, R. B., Malarkey, W. B., Van Cauter, E., ve Bernston, G. G. (2002). *Loneliness and health: Potential mechanisms. Psychosomatic Medicine, 64*, 407-417.
- Chadsey-Rusch, J., DeStefano, L., O'Reilly, M., Gonzalez, P. ve Collet-Klingenberg, L. (1992). Assessing the oneliness of workers with mental retardation. *Mental Retard, 30*, 85-92.
- Christopher, J. C. (1999). Situating psychological well-being: exploring the cultural roots of its theory and research. *Journal of Counseling ve Development, 77*(2), 141-153.
- Cohen, S. (2004). Social support and health. *American Psychologist*. November, 676-682.
- Çeçen, A. R. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama, 4* (1), 19-30.
- Demir, A. (1990). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi, 7* (23), 14-18.
- Deniz, E. ve Yılmaz, E. (2004). *Üniversite öğrencilerinin duygusal zeka yetenekleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişki*. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, Malatya: Eğitim Fakültesi İnönü Üniversitesi.
- Diener, E. ve Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*, 653–663.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49* (1), 71-75.
- Doğan, T., Çetin, B. ve Sungur, M. Z. (2009). İş yaşamında yalnızlık ölçeği Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi, 10*, 271-277.
- Ernst, J. M., ve Cacioppo, J. T. (1999). Lonely hearts: Psychological perspectives on loneliness. *Applied and Preventive Psychology, 8*, 1-22.
- Froh, J. J., Fives, C J., Fuller, J. R., Jacofsky, M. D., Terjesen, M. D. ve Yurkewicz, C. (2007) Interpersonal relationships and irrationality as predictors of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology, 2* (1), 29-39.
- Geçtan, E. (1999). *Modern life and abnormal behaviors*. İstanbul: Remzi Publishing.
- Goleman, D. (2000). *İş başında duygusal zeka*. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Goodwin, R., Cook, O., ve Yung, Y. (2001). Loneliness and life satisfaction among three cultural groups. *Personal Relationships, 8*, 225-230.
- Gumbert, D. E., ve Boyd, D. P. (1984). The loneliness of the small business owner. *Harvard Business Review, 62*(6), 33-38.
- Gün, F. (2006). *Kent kültüründe yalnızlık duygusu*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Hawkley, L. C., Burleson, M. H., Berntson, G. ve Cacioppo, J. T. (2003). Loneliness on everyday life: kardiyovaskular aktivite, psicososyal bağlam ve sağlık davranışları. *Journal of Personality and Social Psychology, 85* (1), 105-120.
- Kafetsios, K. (2002). *Attachment, social support and well-being across the life-span: Independent and combined effects*. 11. International Conference On Personal Relationships poster, Halifax, Canada.
- Karakurt, A. (2012). *Öğretmenlerin iş yerinde yalnızlık düzeyinin örgütsel destek ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Karasar, N. (2007). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel.

- Kılınç, M. (2006). *Nstitutional environment and place attachment as determinants of elders' life satisfaction*. Unpublished master's thesis, The Graduate School of Social Sciences of Middle East Technical University.
- Koçak, E. (2008). *Ergenlerde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adana Çukurova Üniversitesi, Adana
- Kozaklı, H. (2006). *Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkilerin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Lau, S. ve Gruen, G. E. (1992). The social stigma of loneliness: Effect of target person's and perceiver's sex. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 182-189.
- Levin, I. ve Stokas, J. P. (1986). An examination of the relation individual difference variables to loneliness. *Journal of Personality*, 54, 717-733.
- Linn, L. S., Yager, J. ve Cope, D. (1985). Health status, job satisfaction, job stress and life satisfaction among academic and clinical faculty. *JAMA*, 254(19): 2775-2782.
- Özer, M. ve Karabulut, Ö. Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Geriatry*, 6(2), 72-74.
- Palcino, S. R. (1978). Loneliness-the genesis of solitude, friendship and contemplation. *Hospital Progress*, 61, 656-659.
- Petrovski, P. ve Gleeson, G. (2007). The relationship between job satisfaction and psychological health in people with an intellectual disability in competitive employment. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 22(3), 199-211.
- Sabuncuoğlu, Z. ve Tüz, M. (1990). *Örgütsel psikoloji*. Bursa: Ezgi Kitabevi Yayınları.
- Schmitter, A. C. (2003). life satisfaction in centenarians residing in long-term care, <http://www.mmhc.com/articles/NHM9912/cutillo.html>, adresinden 21.02.2003 tarihinde edinilmiştir.
- Schultz, N. R. ve Moore, D. (1986). The loneliness experience of college students: Sex differences. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12, 1.
- Schumaker, J. F., Shea, J. D., Monfries, M. M. ve Groth-Marnat, G. (1992). Loneliness and life satisfaction in Japan and Australia. *The Journal of Psychology*, 127, 65-71.
- Serin, N. G. ve Özbülak, B. (2006). Okul idarecilerinin duygusal zeka beceri düzeyleri ile yaşam doyumunu yöneticilik deneyimleri ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Uluslar Arası Duygusal Zeka ve İletişim Sempozyum Bildiri Kitabı* (ss.23-30). İzmir: Ege Üniversitesi, İletişim Fakültesi.
- Sonnenburg, F. K. (1994). *Managing with a conscience*. New York: McGraw-Hill.
- Sung-Mook, H. ve Giannakopoulos, E. (1994). The Relationship of satisfaction with life to personality characteristics. *Journal of Psychology Interdisciplinary and Applied*, 128(5), 547-558.
- Sünbül, A. M. (2002). Bir meslek olarak öğretmenlik. Öğretmenlik mesleğine giriş (Editör: Demirel, Özcan ve Kaya, Zeki) *Öğretmenlik mesleğine giriş* içinde (s. 245-276). Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Şişman, M. (2002). *Öğretmenlik mesleğine giriş*. Ankara: Pegem.
- Temel, Z. F. ve Aksoy, A. B. (2001). *Ergen ve gelişimi yetişkinliğe ilk adım*. Ankara: Nobel.
- Ünal, S., Karlıdağ, R. ve Yoloğlu, S. (2001). Hekimlerde tükenmişlik ve iş doyumu düzeylerinin yaşam doyumu düzeyleri ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4, 113-118.

- Ünal, G. ve Bilge, A. (2005). The evaluation of the loneliness, depression and cognitive function in older age group. *Turk. J. Geriatr*, 8, 89-93.
- Vara, Ş. (1999). *Yoğun bakım hemşirelerinde iş doyumu ve genel yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisan Tezi, İzmir Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Veenhoven, R. (1996). The study of life satisfaction. In: W. E. Saris, R. Veenhoven, A. C. Scherpenzeel, ve B. Bunting (Eds). A comparative study of satisfaction with life in Europe. pp. 11-48. Eötvös University Press.
- Yalom, I. (1999). *Varoluşçu psikoterapi*. İstanbul: Kapakçı.
- Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan bireye mutluluk resimleri*. İstanbul: Bağlam.
- Yılmaz, E. (2008). Organizational commitment and loneliness and life satisfaction levels of school principals. *Social Behavior And Personality*, 36(8), 1085-1096.
- Yılmaz, E. ve Şahin, M. (2009). A study into life satisfaction levels of the teachers working at primary education in terms of some variables. *e-Journal of New World Sciences Academy Education Sciences*, 1C0105, 4(4), 1404-1414.
- West, D. A., Kellner, R. ve West, M. M. (1986). The Effects of loneliness: A review of the literature. *Compr Psychiatry*, 27(4), 351-363.
- Wright, S. (2005). Organizational climate, social support and loneliness in the workplace. *Research on Emotion in Organizations, Emerald Group Publishing Limited*. 1, 123 – 142.
- Wright S. L., Burt, C. D. B. ve Strongman, K. T. (2006). Loneliness in the workplace: Construct definition and scale development. University of Canterbury New Zealand. *Journal of Psychology*, 35(2), 59-68.