

İstanbul’da öğretmenlerin ekonomik baskı deneyimi, psikolojik etkiler ve mesleki sürdürülebilirlik: Fenomenolojik bir tematik analiz

Ali İhsan ÖZTÜRK¹ Melis SOYER²

DOI 10.5281/zenodo.18230487

Özet

Çalışmamız, İstanbul’da görev yapan öğretmenlerin yaşam koşullarını ekonomik ve psikolojik boyutlarıyla betimleyerek bu deneyimlerin mesleki sürdürülebilirlik algısına nasıl yansıdığını ortaya koymayı amaçlamaktadır. Fenomenolojik yaklaşımın benimsendiği araştırmada, İstanbul’un farklı ilçelerinde devlet ve özel okullarda çalışan 25 öğretmeninden (N=25) yazılı yarı yapılandırılmış görüşme yanıtları toplanmış ve veriler tematik analizle çözümlenmiştir. Analiz sonucunda beş ana tema belirlenmiştir: (1) ekonomik baskı ve geçim deneyimi (gelir yetersizliği, barınma/kira, ulaşım maliyeti, ek iş, borçlanma ve gelecek kaygısı), (2) psikolojik etkiler (sürekli kaygı, duygusal tükenme, motivasyon kaybı ve psikosomatik yansımalar), (3) İstanbul’un zaman-mekan yükü (uzun ulaşım ve zaman kıtlığı), (4) kurumsal destek ve başa çıkma (yönetim desteği/adalet, meslektaş dayanışması, psikolojik destek ihtiyacı ve bireysel yenilenme stratejileri) ve (5) mesleki sürdürülebilirlik (meslekte kalma/ayrılma düşüncesi, mesleki anlam ve planların ertelenmesi). Bulgular, ekonomik baskının psikolojik yük üreterek öğretmenlerin meslekte kalma isteğini zayıflatabildiğini; kurumsal desteğin ise bu süreci tamponlayabilecek önemli bir kaynak alanı olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Öğretmen iyi oluşu, ekonomik baskı, tükenmişlik, meslekte kalma niyeti, tematik analiz.

Teachers’ Experiences of Economic Pressure, Psychological Impacts, and Professional Sustainability in Istanbul: A Phenomenological Thematic Analysis

Abstract

This study explores how teachers working in Istanbul experience economic strain and its psychological consequences, and how these experiences shape perceptions of professional sustainability. Using a phenomenological qualitative design, written responses to a semi-structured interview guide were collected from 25 teachers (N=25) working in public and private schools across different districts of Istanbul. Data were analyzed using thematic analysis, yielding five overarching themes: (1) economic pressure and livelihood experience (insufficient income, housing/rent, commuting costs, side jobs, debt, future worries), (2) psychological impacts (persistent anxiety, emotional exhaustion, reduced motivation, psychosomatic reflections), (3) Istanbul’s time–space burden (long commutes and time scarcity), (4) organizational support and coping (managerial support/justice, collegial solidarity, need for psychological support, individual recovery practices), and (5) professional sustainability (intention to stay/leave, professional meaning, postponed plans). Findings suggest that economic pressure may generate psychological strain that undermines teachers’ willingness to remain in the profession, while organizational support can function as a critical buffer in a high-cost metropolitan context.

Keywords: Teacher well-being, economic pressure, burnout, intention to remain in the profession, thematic analysis.

¹ Öğretmen, İstanbul Enka Okulları, pskaliozturk@gmail.com, ORCID: 0009-0002-6116-5696

² Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, melis.soyer@nisantasi.edu.tr, ORCID: 0000-0001-5878-474X

Giriş

Öğretmenlik, gündelik öğretim pratiklerinin ötesine taşan, yoğun bir duygusal emek ve süreklilik talebi üreten bir mesleki alan olarak tanımlanabilir. Sınıf içi performans, idari beklentiler ve velilerle kurulan ilişkiler, öğretmen deneyimini yalnızca pedagojik değil, aynı zamanda psikolojik bir zeminde şekillendirir. Öğretmenlerin meslekte kalma isteği ve iyi oluş düzeyi, zaman içinde bireysel özelliklerden çok daha karmaşık bir ilişki ağına bağlanmış görünmektedir (Ingersoll, 2001; Borman ve Dowling, 2008).

Ekonomik koşullar, öğretmen deneyiminin sıklıkla dolaylı biçimde ele alınan fakat günlük yaşamda sürekli hissedilen bir boyutunu oluşturur. Gelir düzeyi, barınma giderleri ve ulaşım maliyetleri, öğretmenlerin yaşam alanını daraltan temel etmenler arasında yer alır. Özellikle büyükşehirlerde bu etmenler, geçici zorluklar olmaktan çıkarak süregelen bir baskı hissine dönüşebilir. Öğretmen anlatılarında ekonomik sıkışma, çoğu zaman doğrudan dile getirilmese de, karar alma süreçlerini ve gelecek tasavvurlarını etkileyen bir arka plan olarak varlığını sürdürür.

İş Talepleri–Kaynaklar modeli, öğretmenlerin bu deneyimini anlamada işlevsel bir çerçeve sunar. Model, iş ortamında karşılaşılan taleplerin artması ve mevcut kaynakların bu talepleri karşılamakta yetersiz kalması durumunda tükenmişlik riskinin yükseldiğini öne sürer (Demerouti vd., 2001; Bakker ve Demerouti, 2007). Ekonomik baskı, zaman kısıtı ve ulaşım yükü, öğretmenlik mesleğinde iş taleplerini yoğunlaştıran unsurlar arasında değerlendirilebilir. Kurumsal destek, adalet algısı ve meslektaş dayanışması gibi kaynakların sınırlı kaldığı durumlarda, bu taleplerin psikolojik etkileri daha görünür hale gelir.

Kaynakların Korunumu yaklaşımı ise ekonomik baskının psikolojik boyutunu farklı bir açıdan ele alır. Yaklaşımına göre bireyler, sahip oldukları maddi ve psikolojik kaynakları korumaya yönelir; kaynak kaybı tehdidi ise stres ve kaygıyı artırır (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001). Öğretmenler açısından ekonomik zorlanma, yalnızca gelirle sınırlı bir kayıp olarak yaşanmaz. Zaman, enerji ve gelecek planlarına ilişkin beklentiler de bu süreçte aşınabilir. Ekonomik baskının öğretmen deneyiminde yarattığı gerilim, çoğu zaman bir kayıp sarmalı hissi üzerinden okunabilir.

Türkiye bağlamında öğretmenlerin ekonomik koşulları genellikle ücret politikaları ve satın alma gücü üzerinden tartışılmaktadır. Ancak büyükşehirlerde yaşam maliyetinin öğretmen deneyimini nasıl dönüştürdüğü, bu dönüşümün psikolojik iyi oluş ve meslekte kalma isteğiyle nasıl kesiştiği konusunda ayrıntılı nitel betimlemeler sınırlıdır. İstanbul, barınma ve ulaşım giderlerinin yüksekliği, uzun yolculuk süreleri ve zaman kıtlığı ile öğretmen deneyimini belirgin biçimde farklılaştıran bir bağlam sunar. Bu bağlamda öğretmenlerin yaşadığı ekonomik baskının, mesleki anlam ve süreklilik algılarıyla nasıl iç içe geçtiği henüz yeterince görünür değildir.

Ortaya çıkan problem, İstanbul’da görev yapan öğretmenlerin ekonomik baskıyı nasıl deneyimlediği, bu deneyimin psikolojik yansımalarının hangi biçimlerde ortaya çıktığı ve meslekte kalma ya da ayrılma düşüncelerini nasıl etkilediği konusundaki sınırlı bilgidir. Öğretmenlerin anlatılarında ekonomik zorlanmanın gündelik pratiklere nasıl sızdığı, zaman-mekan yüküyle nasıl birleştiği ve kurumsal destekle hangi noktalarda kesiştiği, derinlemesine incelenmesi gereken bir alan olarak durmaktadır.

Araştırmanın önemi iki düzlemde değerlendirilebilir. Kuramsal düzlemde, öğretmen deneyimini JD-R modeli ve Kaynakların Korunumu yaklaşımı ışığında, büyükşehir bağlamına yerleştirerek ele almak, mevcut literatüre bağlamsal bir katkı sunma potansiyeli taşır. Uygulama düzleminde ise öğretmenlerin ekonomik ve psikolojik yüklerini görünür kılan nitel bulguların, okul düzeyi destek mekanizmaları ve yerel politika tartışmaları için anlamlı bir zemin oluşturabileceği düşünülebilir.

Bu doğrultuda yanıt aranan sorular şu biçimde yapılandırılmıştır:

- (i) İstanbul'da görev yapan öğretmenler ekonomik zorlukları hangi bileşenler üzerinden tanımlamaktadır?
- (ii) Ekonomik baskının öğretmenlerin psikolojik iyi oluşuna yansımaları nasıl betimlenebilir?
- (iii) Zaman-mekân yükü olarak deneyimlenen ulaşım ve zaman kıtlığı, öğretmen anlatılarında nasıl yer almaktadır?
- (iv) Kurumsal destek ve bireysel başa çıkma pratikleri öğretmenler tarafından nasıl anlamlandırılmaktadır?
- (v) Bu deneyim örüntüleri, mesleki sürdürülebilirlik algılarıyla nasıl ilişkilendirilmektedir?

Yöntem

Bu araştırma nitel araştırma yaklaşımıyla yürütülmüş; öğretmenlerin İstanbul'da yaşadıkları zorlukları yaşantı temelli anlam örüntüleriyle ortaya koymak amacıyla fenomenolojik desen benimsenmiştir (Moustakas, 1994; Creswell, 2016).

Çalışma Grubu

Araştırma grubunu, İstanbul'un farklı ilçelerinde devlet ve özel okullarda görev yapan 25 öğretmen (N=25) oluşturmaktadır. Katılımcıların belirlenmesinde amaçlı örnekleme yaklaşımları içinde yer alan maksimum çeşitlilik örnekleme kullanılmıştır. Bu yaklaşım doğrultusunda okul türü, branş, mesleki kıdem ve görev yapılan ilçe bakımından farklı özelliklere sahip öğretmenlerin çalışmaya dahil edilmesine özen gösterilmiştir. Böylece öğretmenlerin ekonomik ve psikolojik deneyimlerinin farklı bağlamlarda nasıl şekillendiğinin daha görünür hale gelmesi amaçlanmıştır. Katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Katılımcı kimlikleri raporlama sürecinde Ö1-Ö25 kodlarıyla anonimleştirilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların demografik özellikleri (N=25)

Değişken	Kategori	n (%)
Cinsiyet	Kadın	13 (%52)
	Erkek	12 (%48)
Okul türü	Devlet	16 (%64)
	Özel	9 (%36)
Eğitim düzeyi	Lisans	13 (%52)
	Yüksek Lisans	9 (%36)
	Doktora	3 (%12)
Medeni durum	Evli	14 (%56)
	Bekar	8 (%32)
	Boşanmış	2 (%8)
	Dul	1 (%4)

Veri Toplama Aracı ve Süreç

Veriler, demografik bilgi formu ile 15 açık uçlu sorudan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme rehberi aracılığıyla toplanmıştır. Görüşme soruları; öğretmenlerin ekonomik zorluk algısı, İstanbul'un yaşam maliyeti ve ulaşım koşulları, psikolojik etkiler, kurumsal destek ve mesleki sürdürülebilirlik temalarını kapsayacak biçimde yapılandırılmıştır. Uygulama sürecinde katılımcılar soruları yazılı olarak yanıtlamış; yanıtlar kişisel tanımlayıcı bilgilerden arındırılarak analiz edilmiştir.

Verilerin geçerli ve güvenilir biçimde yorumlanabilmesi için nitel araştırmalarda önerilen bazı temel ilkelere dikkat edilmiştir. Görüşme soruları, öğretmenlerin ekonomik ve psikolojik deneyimlerini farklı boyutlarıyla ortaya koyabilecek temalar etrafında önceden yapılandırılmış; böylece veri toplama sürecinde konu dışına taşan ya da yüzeysel yanıtlar üretilmesinin önüne geçilmeye çalışılmıştır. Soruların yarı yapılandırılmış biçimde hazırlanması, katılımcıların kendi deneyimlerini serbestçe ifade edebilmesine imkân tanırken, araştırma odağının korunmasını da sağlamıştır.

Verilerin yazılı olarak toplanması, katılımcı ifadelerinin olduğu gibi korunmasına ve analiz sürecinde geriye dönük denetimin mümkün olmasına katkı sunmuştur. Analiz aşamasında temalar, doğrudan katılımcı ifadeleriyle desteklenmiş; yorumların veriye dayalı biçimde kurulmasına özen gösterilmiştir. Bu yaklaşım, araştırmacı yorumlarının metinden kopuk biçimde üretilmesini sınırlandıran bir işlev görmüştür.

Güvenirliği desteklemek amacıyla kodlama sürecinde tema-alt tema ilişkileri açık biçimde yapılandırılmış; benzer içeriklerin aynı temalar altında toplanmasına dikkat edilmiştir. Verilerin anonimleştirilmesi ve kişisel tanımlayıcı bilgilerin analiz sürecinden çıkarılması, etik ilkelerin korunmasının yanı sıra katılımcıların daha açık ve içten yanıtlar vermesine olanak tanımıştır. Elde edilen bulgular, genelleme iddiası taşımamakta; belirli bir bağlamda öğretmen deneyimlerini anlamaya yönelik betimleyici bir çerçeve sunmaktadır.

Verilerin Analizi

Verilerin çözümlenmesinde Braun ve Clarke tarafından tanımlanan tematik analiz yaklaşımı izlenmiştir (Braun & Clarke, 2006). Analiz süreci doğrusal bir teknik işlemde ziyade, verilerle tekrar tekrar temas edilen döngüsel bir ilerleyiş şeklinde yürütülmüştür. İlk aşamada tüm katılımcı yanıtları bir bütün olarak okunmuş; öğretmenlerin ekonomik, psikolojik ve mesleki deneyimlerine ilişkin genel örüntülerle aşinalık kazanılmaya çalışılmıştır. Bu aşamada dikkat çeken ifadeler not alınmış, ancak henüz kesin kodlar oluşturulmamıştır.

İkinci aşamada metinler satır satır incelenerek başlangıç kodları üretilmiştir. Kodlama sürecinde katılımcı ifadelerinin anlamını daraltmadan, mümkün olduğunca betimleyici ve veriyle uyumlu kodlar tercih edilmiştir. Benzer içeriklere sahip ifadelerin aynı kod altında toplanmasına, farklı anlam katmanları taşıyan ifadelerin ise ayrı kodlar olarak ele alınmasına özen gösterilmiştir.

Üçüncü aşamada başlangıç kodları bir araya getirilerek daha üst düzey örüntüler aranmış; bu örüntüler doğrultusunda taslak temalar oluşturulmuştur. Temaların kurulması sürecinde, her bir temanın öğretmen deneyiminin hangi boyutuna karşılık geldiği ve araştırma sorularıyla nasıl ilişkilendiği göz önünde bulundurulmuştur. Dördüncü aşamada temalar yeniden gözden

geçirilmiş; bazı temalar birleştirilmiş, bazıları ise içerik tutarlılığını güçlendirmek amacıyla ayrıştırılmıştır. Bu süreçte, temaların verinin tamamını temsil edip etmediği ve örtüşen anlamlar üretip üretmediği sürekli olarak kontrol edilmiştir.

Son aşamada temalar adlandırılmış ve raporlama sürecine uygun hale getirilmiştir. Tema adlarının, katılımcı anlatılarında öne çıkan anlamları yansıtmaya ve aşırı genelleştirici olmamasına dikkat edilmiştir. Kodlama ve tema oluşturma kararlarının izlenebilirliğini sağlamak amacıyla bir kod defteri tutulmuş; ana tema, alt tema ve kodlar arasındaki ilişkiler denetim izi mantığıyla korunmuştur. Bu yapı, analiz sürecinin geriye dönük olarak takip edilebilmesine ve yorumların veriye dayalı biçimde kurulmasına imkan tanımıştır.

İnandırıcılık ve Etik

Nitel araştırmalarda inandırıcılık ve tutarlılık; veri üretimi, analiz ve raporlama süreçlerinin şeffaf biçimde yürütülmesine bağlıdır. Çalışmamızda temaların kurulması sürecinde kod defteri kullanılmış; tema-alt tema örüntüleri, katılımcı alıntılarıyla desteklenerek yorumların veriye dayalı olduğu gösterilmiştir. Etik ilkeler çerçevesinde gönüllülük, gizlilik ve anonimlik gözetilmiş; toplanan veriler yalnızca bilimsel amaçlarla kullanılmıştır.

Bulgular

Tematik analiz sonucunda beş ana tema belirlenmiştir: ekonomik baskı ve geçim deneyimi, psikolojik etkiler, İstanbul'un zaman-mekân yükü, kurumsal destek ve başa çıkma, mesleki sürdürülebilirlik. Aşağıda temalar, alt tema vurguları ve seçili katılımcı alıntılarıyla sunulmaktadır.

Tema 1: Ekonomik baskı ve geçim deneyimi

Tablo 2. Ekonomik Baskı ve Geçim Deneyimi Temasına İlişkin Kod–Alt Tema Yapısı

Ana Tema	Alt Tema	Kodlar
Ekonomik baskı ve geçim deneyimi	Gelir yetersizliği	Maaşın yetmemesi, tek gelirle geçinme, geçim zorluğu
	Barınma ve kira baskısı	Kira artışı, semt değiştirme düşüncesi, taşınma
	Ulaşım maliyeti	Yol masrafı, uzun mesafe, zaman kaybı
	Ek iş ve yan gelir ihtiyacı	Özel ders verme, ek ders ihtiyacı, yan iş
	Borçlanma ve gelecek kaygısı	Kredi kullanımı, belirsizlik hissi, plan erteleme

Not: Kodlar, katılımcı anlatılarında tekrar eden anlam örüntülerinden türetilmiştir.

Ekonomik baskı ve geçim deneyimi teması, öğretmen anlatılarında gündelik yaşamı doğrudan etkileyen maddi zorlanmalar etrafında kümelenen kodlardan oluşmaktadır (bkz. Tablo 2). Anlatılar, ekonomik baskının tekil bir gelir sorunu olarak değil; barınma, ulaşım ve gelecek planlarıyla iç içe geçen çok katmanlı bir deneyim alanı olarak yaşandığını düşündürmektedir.

Alt temalar incelendiğinde, gelir yetersizliğinin öğretmenler açısından temel bir referans noktası oluşturduğu görülmektedir. Katılımcılar, mevcut gelir düzeyinin özellikle büyükşehir

koşullarında temel ihtiyaçları karşılamakta zorlandığını, bu durumun da yaşam alanını daralttığını ifade etmektedir. Barınma ve kira baskısı, bu daralmanın en belirgin görünümlerinden biri olarak öne çıkmaktadır. Kira artışları ve semt değiştirme düşüncesi, öğretmenlerin yalnızca mekansal tercihlerini değil, mesleki geleceklerine ilişkin algılarını da etkilemektedir.

“Artan kiralar nedeniyle Kadıköy’den taşınmayı düşünüyorum. Bu durum, mesleki geleceğime dair belirsizlik yaratıyor.” (Ö1, Devlet, Kadıköy, 10 yıl)

Ulaşım maliyeti ve uzun yolculuk süreleri, ekonomik baskının zamansal boyutunu görünür kılan bir başka alt tema olarak ortaya çıkmaktadır. Yol masrafları ve günlük ulaşım süresi, öğretmenlerin bütçesinde zorunlu bir kalem haline gelirken, aynı zamanda dinlenme ve sosyal yaşama ayrılabilir zamanı da sınırlamaktadır.

Ek iş ve yan gelir ihtiyacı, ekonomik baskıyla başa çıkma stratejilerinden biri olarak anlatılarda yer almaktadır. Özellikle tek gelirle geçinmenin zorlaştığı durumlarda, özel ders verme ya da ek derslere yönelme, yaşam standardını korumaya yönelik bir çaba olarak ifade edilmektedir. Ancak bu durum, iş yükünün artmasına ve dinlenme alanlarının daha da daralmasına yol açabilmektedir.

“Boşanma sonrası tek maaşla geçinmek zorlaştı. Ek dersler ve özel dersler olmasa, hayat standardım düşerdi.” (Ö18, Devlet, Gaziosmanpaşa, 27 yıl)

Borçlanma ve gelecek kaygısı, ekonomik baskının daha uzun vadeli yansımalarını görünür kılan bir alt tema olarak dikkat çekmektedir. Katılımcı anlatılarında kredi kullanımı, tasarruf yapamama ve planların ertelenmesi gibi ifadeler, ekonomik zorlanmanın öğretmenlerin gelecek tasavvurunu belirsizleştirdiğine işaret etmektedir. Bu durum, ekonomik baskının yalnızca mevcut koşulları değil, ileriye dönük beklentileri de şekillendiren bir deneyim olarak yaşandığını düşündürmektedir.

Tema 2: Psikolojik etkiler

Tablo 3. Psikolojik Etkiler Temasına İlişkin Kod–Alt Tema Yapısı

Ana Tema	Alt Tema	Kodlar
Psikolojik etkiler	Sürekli kaygı ve zihinsel meşguliyet	Geçim kaygısı, gelecek endişesi, zihnin sürekli dolu olması
	Duygusal tükenme	Yorgunluk hissi, bitkinlik, enerjinin azalması
	Motivasyon kaybı	İşe isteksizlik, mesleki heyecan kaybı
	Psikosomatik yansımalar	Uyku sorunları, baş ağrısı, bedensel yorgunluk

Not: Kodlar, katılımcı anlatılarında tekrar eden duygusal ve bedensel deneyim örüntülerinden türetilmiştir.

Psikolojik etkiler teması, öğretmen anlatılarında ekonomik baskı ve kent temposuyla iç içe geçen duygusal ve bedensel yükler etrafında şekillenmektedir (bkz. Tablo 3). Anlatılar, psikolojik zorlanmanın tekil bir ruhsal durumdan ziyade, gündelik yaşamın farklı alanlarına yayılan süregelen bir deneyim olarak yaşandığını düşündürmektedir.

Alt temalar incelendiğinde, sürekli kaygı ve zihinsel meşguliyetin öğretmen deneyiminde belirgin bir yer tuttuğu görülmektedir. Katılımcılar, ekonomik belirsizlikler ve iş yüküyle birleşen düşünsel yoğunluğun, dinlenme anlarında dahi zihni meşgul etmeye devam ettiğini ifade etmektedir. Bu durum, psikolojik yükün yalnızca iş ortamıyla sınırlı kalmadığını, gündelik yaşamın tamamına yayıldığını göstermektedir.

“Sabahları aklıma ilk gelen, o günkü ders programının yoğunluğu ve velilerden gelebilecek olası şikayetler oluyor.” (Ö2, Özel, Beşiktaş, 20 yıl)

Duygusal tükenme, bu zihinsel yükü bağlantılı biçimde anlatılarda sıkça yer alan bir diğer alt tema olarak öne çıkmaktadır. Katılımcılar, uzun süreli yorgunluk hissi, enerji azalması ve kendini bitkin hissetme gibi ifadelerle duygusal kaynaklarının giderek tükendiğini dile getirmektedir. Motivasyon kaybı ise tükenme deneyiminin mesleki alana yansıyan bir uzantısı olarak betimlenmektedir. Bazı anlatılarda öğretmenlikten alınan manevi doyumun azaldığına, mesleki heyecanın zayıfladığına dair ifadeler dikkat çekmektedir.

“İstanbul’un kalabalığı ve gürültüsü beni yoruyor. Bazen kendimi tükenmiş hissediyorum.” (Ö25, Devlet, Beykoz, 36 yıl)

Psikosomatik yansımalar, psikolojik zorlanmanın bedensel düzeyde de karşılık bulduğunu gösteren bir alt tema olarak ortaya çıkmaktadır. Uyku sorunları, baş ağrıları ve sürekli bedensel yorgunluk gibi ifadeler, katılımcı anlatılarında psikolojik yükü birlikte anılmaktadır. Bu yansımalar, öğretmenlerin yaşadığı psikolojik zorlanmanın soyut bir duygu durumundan ibaret olmadığını, bedensel deneyimlerle iç içe geçtiğini düşündürmektedir.

Tema 3: İstanbul’un zaman-mekân yükü

Tablo 4. İstanbul’un Zaman–Mekân Yükü Temasına İlişkin Kod–Alt Tema Yapısı

Ana Tema	Alt Tema	Kodlar
İstanbul’un zaman–mekân yükü	Uzun ulaşım süreleri	İşe gidiş-gelişin uzunluğu, trafikte geçen zaman
	Zaman kıtlığı	Kendine zaman ayıramama, günün yetmemesi
	Fiziksel yorgunluk	Erken yola çıkma, eve yorgun dönme
	Gündelik yaşamın daralması	Aileye zaman ayıramama, sosyal yaşamdan çekilme

Not: Kodlar, katılımcı anlatılarında İstanbul’un mekansal yapısı ve ulaşım koşullarıyla ilişkili tekrar eden deneyim örüntülerinden türetilmiştir.

İstanbul’un zaman–mekân yükü teması, öğretmen anlatılarında kentin fiziksel büyüklüğü, ulaşım koşulları ve günlük zaman kullanımına ilişkin sınırlılıklar etrafında şekillenmektedir (bkz. Tablo 4). Anlatılar, mekansal uzaklıkların ve ulaşım sürelerinin öğretmen deneyiminde yalnızca fiziksel bir zorluk olarak değil, gündelik yaşamın ritmini belirleyen temel bir unsur olarak yaşandığını düşündürmektedir.

Alt temalar incelendiğinde, uzun ulaşım sürelerinin öğretmenlerin gündelik deneyiminde merkezi bir yer tuttuğu görülmektedir. Katılımcılar, işe gidiş ve dönüşlerde geçirilen sürenin günün önemli bir bölümünü kapladığını, bu durumun da mesai başlamadan önce fiziksel ve zihinsel yorgunluk yarattığını ifade etmektedir. Ulaşım süresinin uzaması, öğretmenlerin işe başlarken kendilerini toparlanmış hissetmelerini zorlaştırmaktadır.

“Esenyurt’tan şehir merkezine ulaşım saatlerimi alıyor. Bu durum, işe başlarkenki tüm enerjimi tüketiyor.” (Ö3, Devlet, Esenyurt, 4 yıl)

Zaman kıtlığı, ulaşım yüküyle bağlantılı biçimde ortaya çıkan bir diğer alt tema olarak dikkat çekmektedir. Katılımcı anlatılarında, günün büyük bölümünün iş ve yol arasında geçmesi, kişisel ihtiyaçlara, dinlenmeye ve aile yaşamına ayrılacak zamanı sınırlandıran bir etken olarak betimlenmektedir. Bu durum, öğretmenlerin gündelik yaşamlarını sürekli bir yetişme hissiyle sürdürdüklerini düşündürmektedir.

Fiziksel yorgunluk ve gündelik yaşamın daralması, zaman–mekan yükünün daha dolaylı yansımalarını görünür kılmaktadır. Erken saatlerde yola çıkma ve geç saatlerde eve dönme, öğretmenlerin bedensel enerjisini tüketirken; sosyal etkinliklere katılım ve aileyle geçirilen zaman giderek azalabilmektedir. Bu anlatılar, İstanbul’un mekansal yapısının öğretmen deneyiminde yalnızca bir arka plan değil, doğrudan yaşantıyı şekillendiren bir unsur olarak yer aldığını düşündürmektedir.

Tema 4: Kurumsal destek ve başa çıkma

Tablo 5. Kurumsal Destek ve Başa Çıkma Temasına İlişkin Kod–Alt Tema Yapısı

Ana Tema	Alt Tema	Kodlar
Kurumsal destek ve başa çıkma	Yönetim desteği ve adalet algısı	Yönetimin tutumu, adil davranılma beklentisi
	Meslektaş dayanışması	Paylaşım, destek görme, yalnız hissetmeme
	Psikolojik destek ihtiyacı	Danışmanlık ihtiyacı, duygusal destek arayışı
	Bireysel başa çıkma pratikleri	Dinlenme, sınır koyma, kişisel zaman yaratma

Not: Kodlar, öğretmenlerin zorlayıcı koşullar karşısında destek algılarını ve başa çıkma yollarını ifade eden anlatılardan türetilmiştir.

Kurumsal destek ve başa çıkma teması, öğretmen anlatılarında ekonomik baskı ve zaman–mekân yükü karşısında dengeleyici bir alan olarak ortaya çıkmaktadır (bkz. Tablo 5). Anlatılar, zorlayıcı koşulların öğretmen deneyiminde kaçınılmaz biçimde yer aldığını; ancak bu koşulların etkisinin, algılanan destek düzeyine bağlı olarak farklı biçimlerde deneyimlenebildiğini düşündürmektedir.

Alt temalar incelendiğinde, yönetim desteği ve adalet algısının öğretmenler açısından merkezi bir öneme sahip olduğu görülmektedir. Katılımcılar, okul yönetiminin tutumunu ve karar süreçlerindeki adalet hissini, yaşadıkları ekonomik ve psikolojik yüklerle başa çıkabilmelerini

etkileyen temel unsurlar arasında değerlendirmektedir. Bu anlatılar, destekleyici bir kurumsal iklimin öğretmenlerin zorlanmayı daha katlanabilir hale getirebildiğini düşündürmektedir.

Meslektaş dayanışması, kurumsal destek alanının daha yatay bir boyutunu oluşturmaktadır. Öğretmenler, benzer koşulları yaşayan meslektaşlarla kurulan paylaşımların, yalnızlık hissini azalttığını ve duygusal yükün hafiflemesine katkı sunduğunu ifade etmektedir. Bu durum, destek deneyiminin yalnızca yönetsel düzeyde değil, mesleki topluluk içinde de üretildiğini göstermektedir.

Psikolojik destek ihtiyacı, anlatılarda daha örtük fakat dikkat çekici bir alt tema olarak yer almaktadır. Katılımcılar, yaşadıkları zorlanmaların her zaman bireysel başa çıkma yollarıyla dengelenemediğini; profesyonel destek mekanizmalarına erişimin sınırlı olduğunu dile getirmektedir. Bu ifade biçimleri, öğretmen iyi oluşunun kurumsal düzeyde sistematik olarak ele alınmadığı durumlarda, başa çıkma yükünün bireyin omuzlarına bırakıldığını düşündürmektedir.

Bireysel başa çıkma pratikleri, öğretmenlerin mevcut koşullar içinde geliştirdikleri geçici dengeleme stratejileri olarak anlatılmaktadır. Dinlenme, kendine zaman ayırma ve sınır koyma çabaları, öğretmenlerin tükenmeyi sınırlamaya yönelik girişimleri olarak ifade edilmektedir. Ancak bu pratiklerin çoğu, kurumsal destekle tamamlanmadığında kırılgan bir denge üzerinde ilerlemektedir.

Sonuç

Elde edilen bulgular, ilgili alan yazın ve kuramsal çerçeveye birlikte ele alınarak tartışılmaktadır. Amaç, bulguları yeniden özetlemekten ziyade, öğretmen deneyiminin büyükşehir bağlamında ne anlama geldiğini görünür kılmaktır.

Araştırmanın bulguları, İstanbul'da görev yapan öğretmenlerin ekonomik baskıyı yalnızca maaş düzeyiyle ilişkili bir sorun olarak deneyimlediklerini göstermektedir. Öğretmen anlatılarında ekonomik zorlanma; barınma giderleri, ulaşım süresi ve gündelik yaşamın daralmasıyla birlikte ele alınmaktadır. Böylece, öğretmen deneyimini yalnızca okul içi koşullar üzerinden açıklayan yaklaşımların büyükşehir bağlamında sınırlı kaldığı düşünülmektedir. Bulgular bu yönüyle, öğretmen iyi oluşunu bağlamsal olarak ele alan çalışmalarla örtüşmekte ancak, kentsel yaşamın ekonomik ve zamansal yüklerini daha belirgin biçimde ortaya koymaktadır.

Bulguların önemli bir kısmı, öğretmenlerin iş yükünü değerlendirirken yalnızca ders saatleri ve idari sorumluluklara odaklanmadıklarını göstermektedir. Uzun ulaşım süreleri ve günün büyük bölümünün zorunlu hareketlilik içinde geçmesi, öğretmenlerin işe başlarken fiziksel ve zihinsel olarak yorgun hissetmelerine yol açmaktadır. Bu çerçevede, iş taleplerinin kentsel yaşam koşullarıyla birlikte genişlediğini göstermektedir. Öğretmen anlatılarında dile getirilen deneyim, iş yükü tartışmalarının mekansal ve zamansal boyutları da içerecek şekilde ele alınması gerektiğine işaret etmektedir.

Ekonomik baskının psikolojik yansımaları, öğretmen anlatılarında çoğu zaman dolaylı fakat süregelen bir biçimde ortaya çıkmaktadır. Tasarruf yapamama, gelecek planlarını erteleme ve belirsizlik hissi, öğretmenlerin zihinsel yükünü artıran temel unsurlar olarak öne çıkmaktadır.

Bu bulgu, ekonomik zorlanmanın yalnızca mevcut yaşam koşullarını değil, öğretmenlerin geleceğe ilişkin beklentilerini de şekillendirdiğini göstermektedir. Zaman içinde bu belirsizlik hissinin duygusal yorgunluk ve motivasyon kaybıyla birleşmesi, ekonomik baskının tekil bir sorun olmaktan çıkarak daha derin bir deneyim alanına dönüştüğünü düşündürmektedir.

Çalışmada kurumsal destek, öğretmenlerin yaşadığı bu baskıyla başa çıkma biçimlerini belirleyen önemli bir unsur olarak öne çıkmaktadır. Yönetimin tutumu, adalet algısı ve meslektaşlar arası dayanışmaya ilişkin anlatılar, öğretmenlerin zorlayıcı koşulları daha katlanabilir biçimde deneyimleyebildiklerini göstermektedir. Bu bulgu, örgütsel desteğin öğretmen iyi oluşu üzerindeki önemine işaret eden literatürle uyumlu olmakla birlikte, büyükşehir bağlamında bu desteğin ekonomik ve mekansal baskılarla birlikte düşünülmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

Okul türüne bağlı farklılaşmalar, öğretmen deneyiminin tek tip bir yapı sergilemediğini açıkça ortaya koymaktadır. Özel okul öğretmenleri daha çok iş güvencesi ve performans baskısını vurgularken, devlet okulu öğretmenlerinin anlatılarında barınma yükü ve uzun vadeli tükenmişlik daha belirgin biçimde öne çıkmaktadır. Bu farklılaşma, öğretmen refahına yönelik politika ve uygulamaların tek tip çözümlerle ele alınmasının yetersiz kalabileceğini düşündürmektedir.

Yapılan çalışma, İstanbul'da görevli öğretmenlerin mesleki deneyimlerinin ekonomik, psikolojik ve kurumsal etmenlerin kesişiminde şekillendiğini göstermektedir. Bulgular, öğretmen iyi oluşunu desteklemeye yönelik girişimlerin yalnızca ücret düzenlemelerine odaklanmasının yeterli olmadığını ortaya koymaktadır. Barınma, ulaşım, iş yükü ve psikososyal destek alanlarını birlikte ele alan bütüncül yaklaşımların, büyükşehir bağlamında öğretmenlerin mesleki sürdürülebilirliğini güçlendirmede daha işlevsel olacağı anlaşılmaktadır.

Referans

- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The job demands–resources model: State of the art. *Journal of Managerial Psychology*, 22(3), 309–328.
- Borman, G. D., & Dowling, N. M. (2008). Teacher attrition and retention: A meta-analytic and narrative review of the research. *Review of Educational Research*, 78(3), 367–409. <https://doi.org/10.3102/0034654308321455>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
- Creswell, J. W. (2016). Nitel araştırma yöntemleri: Beş yaklaşım ve nitel araştırma deseni (M. Bütün & S. B. Demir, Trans.). Siyasal Kitabevi. (Original work published 2013)
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands–resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499–512. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.3.499>
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513–524.
- Hobfoll, S. E. (2001). The influence of culture, community, and the nested-self in the stress process: Advancing conservation of resources theory. *Applied Psychology: An International Review*, 50(3), 337–370. <https://doi.org/10.1111/1464-0597.00062>
- Ingersoll, R. M. (2001). Teacher turnover and teacher shortages: An organizational analysis. *American Educational Research Journal*, 38(3), 499–534. <https://doi.org/10.3102/00028312038003499>
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*. SAGE Publications.