

Lise Öğrencilerinde Tükenmişliğin Cinsiyet, Sınıf Düzeyi, Okul Türü ve Algılanan Akademik Başarı Değişkenlerine Göre İncelenmesi*

Investigation of Burnout of High School Students According to Gender, Grade Level, School Type and Perceived Academic Achievement Level

Uğur Çapulcuoğlu** Bülent Gündüz***

Özet: Bu araştırmanın amacı, lise öğrencilerinin tükenmişlik düzeylerini cinsiyet, sınıf düzeyi, öğrenim gördükleri okul türü ve algılanan başarı düzeyi değişkenlerine göre incelemektir. Mersin il merkezindeki çeşitli türdeki okullarda öğrenim gören 1385 lise öğrencisinin katıldığı araştırmada, Schaufeli ve ark. (2002) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenilirlik çalışması Çapri, Gündüz ve Gökçakan (2011) tarafından yapılan Maslach Tükenmişlik Envanteri-Öğrenci Formu (MTE-ÖF) ile demografik değişkenleri belirlemek üzere araştırmacılar tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Öğrencilerin demografik değişkenlere göre tükenmişlik düzeylerinin karşılaştırılmasında bağımsız gruplar için t-testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Araştırmada, MTE-ÖF'nin tükenme, duyarsızlaşma ve yetkinlik alt ölçeklerinin hepsinde erkek öğrencilerin; tükenme alt boyutunda hazırlık sınıfı, duyarsızlaşma alt boyutunda 9. sınıf ve yetkinlik alt boyutunda ise 11. sınıf öğrencilerinin tükenmişlik yaşadıkları saptanmıştır. Başarı düzeylerini düşük algılayan öğrencilerin ise duyarsızlaşma ve yetkinlik alt boyutlarında yüksek tükenmişlik yaşadıkları belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Öğrenci, tükenmişlik, duyarsızlaşma, yetkinlik, algılanan başarı düzeyi.

Abstract: The present research is a descriptive study aiming to examine the burnout level of students according to gender, grade level, the type of school they attended and perceived level of academic achievement. The study group consisted of 1385 high school students ranging from the preparatory to 12th grade attended various high schools in 2010-2011 educational year in Mersin central districts. “Maslach Burnout Inventory-Student Survey” (MBI-SS), adapted to Turkish and conducted validity and reliability studies by Çapri, Gündüz and Gökçakan (2011) was used to measure burnout level of students) “Personal Information Sheet” designed by the researcher was used to gather personal information in the study. One-way analysis of variance (one way ANOVA) and t-test were used to compare the burnout level of students according demographic variables. In the research, it was observed that the burnout level of male students is higher than female students in exhaustion and depersonalization dimensions. Preparatory class students in exhaustion sub-dimension, 9th graders in depersonalization sub-dimension, and 11th graders in efficacy sub-dimension of MBI-SS scored higher than other groups. Although no significant difference was observed in exhaustion dimension according to perceived achievement level, it was stated that the students perceiving their achievement level low scored higher in depersonalization and efficacy sub-dimensions of Maslach Burnout Inventory-Student Survey.

Keywords: Student, burnout, depersonalization, efficacy, perceived level of academic achievement

GİRİŞ

Ülkemizde eğitim; ilköğretim, lise, üniversite ve hatta meslek öncesi dönemde oldukça yüksek düzeyde yarışmaya dayalı sınavların olduğu bir sisteme sahiptir. Bu nedenle, bu öğretim

* Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında hazırlanmış yüksek lisans tezinin bir bölümüdür.

** Uzm. Psikolojik Danışman. Davultepe Belediyesi İlkokulu, Mezitli-Mersin, ugurugca@hotmail.com

*** Yrd. Doç. Dr.; Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Ana Bilim Dalı, Mersin, bgunduz27@yahoo.com

kademelerinde bulunan öğrenciler için kariyerlerini planlamaları oldukça sıkıntılı ve stresli bir hal almaktadır. Aslında, günlük yaşam dilinde söylenmesine rağmen öğrenciler ne bir çalışandır, ne de öğrencilik bir meslek olarak değerlendirilebilir. Ama yine de, psikolojik bir perspektiften bakıldığında, öğrenciliğin en temel etkinlikleri, “iş” olarak tanımlanabilmekte ve “iş”e eşit bir anlam ifade etmektedir (Schaufeli ve Taris, 2005; Akt: Çapri, Gündüz ve Gökçakan, 2011). Bu çerçeveden bakıldığında öğrenciler; okula gider, ders çalışır, sınavlarda başarılı olmak için çabalar, bunların sonucunda sınıflarını geçerler ve en son aşamada ise başvurdukları üst eğitim kurumları sınavlarında başarılı olurlar. Bu süreç öğrencilerin, istedikleri ya da elde edebildikleri bir meslek sahibi oluncaya kadar sürekli ve yoğun bir artış ile devam eder. Bu aşamalar silsilesi içerisinde bir iş olarak değerlendirilebilecek öğrenciliğin de tükenmişlik yaşama açısından önemli bir risk grubu olduğu ifade edilebilir.

Sözlük tanımında tükenmişlik, enerji, güç ve kaynaklar üzerinde aşırı taleplerden dolayı, başarısız olmak, yavaş yavaş yıpranmak ya da yorulmaktır. Öznel bir olgu olarak ele alındığında tükenmişlik, duygusal taleplerin yoğun olduğu ortamlarda uzun süre çalışan, fiziksel olarak yıpranan, çaresizlik, ümitsizlik ve hayal kırıklığı ile birlikte olumsuz benlik tasarımı geliştiren, işyerinde çalışanlara ve yaşama karşı olumsuz tutumlar besleyen kişilerde görülen bir durumdur (Çokluk, 2003). Günümüzde sıklıkla kullanılan ve bu çalışmanın üzerine temellendirildiği Maslach modeli'ne göre tükenmişlik, insanlarla yüz yüze çalışılan meslek gruplarında bireylerin, duygusal yönden kendilerini tükenmiş hissetmeleri, işlerinde karşılaştıkları insanlara karşı duyarsızlaşmaları ve kişisel başarı/yeterlilik duygularında azalma şeklinde görülen bir sendrom olarak tanımlanmıştır. Maslach modeline göre tükenmişliğin, duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı noksanlığı olmak üzere üç boyutu bulunmaktadır (Maslach, Schaufeli ve Leiter, 2001).

Tükenmişliğin nedenleri arasında kişinin sosyal yaşamı ve kişilik yapısı önemli yer tutmaktadır. Kişisel faktörler, kişinin tükenmişlik sendromundan etkilenmesini hem arttırıcı hem de azaltıcı etkiye sahiptir (Yardım, 1995). Tükenmişliğe neden olan bireysel nedenler; eğitim, yaş, evlilik, çocuk sayısı, mesleğe aşırı bağlanma, kişisel yaşamdaki stres, performans, mesleki doyum, kişisel beklentiler, motivasyon, benlik ve kişilik dayanıklılığı, deneyim, sınırlamalar ve strestir (Çam, 1992).

Tükenmişlik yavaş yavaş ve sinsice başlayan, ortaya çıkışı ne kadar ani de olsa sürekli gelişen kronik bir olgudur. Bireyin bir gün içinde ani bir şekilde yaşadığı bir olay, yaşanan tükenmişliğin belirtisi haline gelebilir. Tükenme durumuna gelmeden kısa bir süre önce, genellikle ya bir iş ya da sınav baskısı, ya bir aile üyesinin hastalığı ya da arka arkaya gelen stres yaratıcı olaylar gibi bazı çevresel koşullara rastlanır. Bazen çok seyrek de olsa tükenmişlik herhangi bir olay olmadan, birdenbire ortaya çıkarır. Tükenmiş kişiler genellikle zayıf yönlerini iyi gizleyebilen, yetenekli insanlar oldukları için çoğunlukla bu durumun ilk dönemlerinde içlerinde olup bitenlerin farkında bile değildirler (Freudenberger ve Richelson, 1981; Akt: Sürgevil, 2006). Diğer yandan tükenmişliğe maruz kalan kişilerde yorgunluk, uykusuzluk, iştahsızlık, baş ağrıları, sindirim güçlükleri gibi fiziksel sonuçlar ve depresyon, kaygı, çaresizlik, öz saygının azalması, alınganlık gibi duygusal sorunlar sıklıkla görülmektedir (Torun, 1995).

Tükenmişlik sendromu yaşayan kişiler sıkıntılarını azaltabilmek umuduyla içki, sigara, uyuşturucu sakinleştirici tüketimini arttırmakta ve zamanla bu maddelere bağımlı hale gelmektedir. İşe devamsızlık, işten ayrılma, performans miktarı ve kalitesinde düşme ise sendromun örgüt ortamındaki zararlı sonuçlarıdır. Tükenmişlik sendromunu yaşayan kişilerin çok karmaşık duygular yaşamalarına bağlı olarak birçok davranış bozukluğu gösterdikleri de gözlenmiştir (Izgar, 2003).

Türkiye’de tükenmişlikle ilgili çalışmalarda yurt dışındaki gelişmelere paralel bir seyir izlendiği görülmektedir. Başlangıçta insan merkezli (yüz yüze etkileşimin gerektirdiği) sağlık çalışanları, eğitimciler ve sosyal çalışmacılar gibi meslek alanlarında; sonrasında diğer meslek çalışanlarında da (bilgisayar operatörlüğü, santral memurluğu gibi meslekler) görülebileceği düşüncesi ortaya çıkmıştır (Maslach ve Leiter, 1997). İki binli yıllardan sonra tükenmişlik alan yazınında yeni bir çalışma grubu olan öğrencilerle ilgili çalışmalar hızlanmıştır (Hu ve Schaufeli, 2009). Ergenlik dönemi etkilerinin baş gösterdiği ortaöğretim seviyesindeki öğrencilerin de tükenmişlik yaşama olasılıkları azımsanmayacak kadar fazla olduğu ifade edilebilir. Her ne kadar öğretmenlik, hemşirelik, doktorluk ve polislik gibi meslek dallarında araştırmaya konu olmuş olsa da tükenmişlik öğrenciler üzerinde pek fazla çalışılmamıştır. Yoğun okul hayatı, ergenlik dönemindeki değişimler, sosyal çevre ve arkadaşlık, ana-baba tutumları, sınav sistemi, sınav kaygısı ve okul başarısı gibi etmenler öğrencilerin tükenmişlik yaşama risklerini artırmaktadır.

Tükenmişliği açıklayan farklı yaklaşımlar olsa da -yukarıda ifade edildiği gibi- en yaygın olarak kullanılan Maslach Modeli’nin ön gördüğü üçlü yapı (duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı azlığı) meslek gruplarında ve öğrencilerde değişmemiştir. Meslek çalışanları açısından üçlü yapıdaki duygusal tükenme (emotional exhaustion), kişinin duygusal ve fiziksel olarak yorulması ve enerji kaynaklarının tükenmesini (Maslach, Schaufeli ve Leiter, 2001); duyarsızlaşma (depersonalizasyon/cynicism), çalışanların, hizmet ya da bakım verdiği kişilere karşı olumsuz ve alaycı tutumlar sergilemesi, onlara duygudan yoksun bir şekilde davranmasını (Maslach ve Jackson, 1981) ve kişisel başarı (Lack of Personal Accomplishment), enerjisi tükenen, işine ve çevresine yönelik ilgisi azalan kişilerin performanslarını yeterli bulmamasını (Maslach, Schaufeli ve Leiter, 2001) tanımlamaktadır. Schaufeli, Martinez, Marques-Pinto, Salanova ve Bakker (2002) tarafından geliştirilen MTE-ÖF, MTE-Genel Formu’nun maddelerinin akademik bağlama daha iyi uyabilmesi için yeniden formüle edilmiş bir sürümüdür. Zhang, Gan ve Cham (2007; akt. Kutsal ve Bilge, 2012)’in öne sürdüğü gibi, akademik tükenmişlik belirtilerinde kendini yorgun hissetme tükenmeyi, okul ödevlerine karşı alaycı olma, ilgisiz tutum takınma ve davranışlarda bulunma duyarsızlaşmayı ve bir öğrenci olarak kendini yeteneksiz hissetme, verimliliğin azalmasını başarı azalması olarak karşılık bulmaktadır.

Maslach Tükenmişlik Modeli çerçevesinde alan yazın incelendiğinde öğrenci tükenmişliğinin sınırlı sayıda araştırmayla incelendiği ve bunların genellikle üniversite örneklemeyle çalıştıkları görülmektedir. Weckwerth ve Flynn (2006) tarafından üniversite öğrencilerinde algılanan destek ve tükenmişlik üzerinde cinsiyet etkisi incelenmiştir. Elde edilen bulgularda cinsiyet açısından algılanan destek için tükenmişliğin duyarsızlaşma ve kişisel başarı alt boyutlarında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Kızların algıladıkları destek, erkeklerden önemli ölçüde yüksek çıkmıştır. Ayrıca duyarsızlaşma alt ölçeğinde ve kişisel başarı alt ölçeğinde erkeklerin kızlardan daha yüksek puana sahip olduğu görülmüştür. Esteve (2008), tükenmişliğin ve okul bağlılığının, öz yetkinlik düzeyi ile olan ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda kız öğrencilerin tükenme ve inancını kaybetme düzeylerinin, erkek öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur.

Yılmaz (2009), tıpta uzmanlık öğrencileriyle yaptığı araştırma sonucunda; yaş ilerledikçe, duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve genel tükenmişlik puanlarının azaldığını; cinsiyetin, tükenmişlik düzeyini etkilediği, kadınlarda genel tükenmişlik, duygusal tükenme ve kişisel başarı alt ölçek puanları daha yüksek olduğu; mezuniyet yılı yakın olanlarda duygusal tükenme, duyarsızlaşma, genel tükenmişlik puanlarının yükseldiği; aylık gelir durumu ile tükenmişlik düzeyi etkilenmediği; aldıkları ücreti yeterli bulmayanların duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt ölçek puanları yüksek olduğu;

üstlerinden takdir görmeyenlerin duygusal tükenme, duyarsızlaşma, kişisel başarı ve genel tükenmişlik puanları yüksek olduğu gibi sonuçlara varılmıştır.

Liseli ergenlerle yaptığı çalışmada Kutsal (2009), öğrencilerin tükenmişlik düzeylerinin algıladıkları sosyal destek düzeyi ile yordandığı ve cinsiyetin öğrencilerin tükenmişlik düzeylerinde orta düzeyde etkisi olduğu saptanmıştır. Yaş artışı ve sınıf düzeyindeki yükselmeye bağlı olarak tükenmişlik düzeylerinin de yükseldiği; herhangi bir alanda öğrenim gören öğrencilerin tükenmişlik düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediği; orta düzeyde akademik başarı algılayan öğrencilerin yüksek düzeyde akademik başarı algılayan öğrencilerden daha yüksek düzeyde tükenmişlik yaşadıkları; okulun fiziksel koşullarının uygun olmasının düşük düzeyde tükenmişlik yaşanmasında etkili olduğu; kardeş sayısının ise öğrencilerin tükenmişlik düzeylerini etkilemediği sonuçlarına varılmıştır.

Balkıs, Duru, Buluş, Duru (2011)'nin öğretmen adayı öğrencilerle yaptığı çalışmada; erkek öğretmen adaylarının daha fazla tükenmişlik yaşadıklarını ve tükenmişliğin akademik başarı ile anlamlı düzeyde negatif ilişkili olduğunu belirtmiştir. Gündüz, Çapri ve Gökçakan (2012) üniversite öğrencileriyle yaptığı bir diğer çalışmada cinsiyet değişkenine göre MTE-ÖF'nun duyarsızlaşma alt ölçeğinde erkek öğrencilerin, tükenme alt ölçeğinde ise kız öğrencilerin daha fazla tükenmişlik yaşadıkları görülmüştür. Bunun yanı sıra; sosyal desteğe sahip olmayan, büyük şehirlerde yaşamını geçiren, üst sınıflarda okuyan, haftalık ders yükü fazla olan öğrencilerde tükenmişliğin daha yoğun olduğu gözlenmiştir.

Ergenlerin içinde buldukları zorlu dönem düşünüldüğünde tükenme riskiyle karşılaşma ihtimallerinin yüksek olduğu söylenebilir. Bu çerçevede, tükenmişliğin erken dönemlerde incelenmesi, PDR hizmetlerinin önleyici ve koruyucu işlevine destek sağlayabilecektir. Çalışma, bu işleve katkı sunmak amacıyla; yurt dışında ve Türkiye'de çok az araştırma yapılan liseli ergen öğrencilerin tükenmişliklerini betimlemeyi hedeflemektedir. Tükenmişlikle ilişkili birçok demografik ve psikolojik değişken olmakla birlikte, bu araştırma kapsamında cinsiyet, sınıf seviyesi, okul türü ve algılanan başarı düzeyi değişkenleri çerçevesinde liseli ergen öğrencilerde problemin incelenmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

2. 1. Katılımcılar

Bu araştırma, Mersin ili merkez ilçeleri (Akdeniz, Mezitli, Toroslar ve Yenişehir)'ndeki Fen Liseleri (n=138, %10), Anadolu Liseleri (n=113, %8.2), Sosyal Bilimler Lisesi (n=127, %8.8), Anadolu Öğretmen Lisesi (n=118, %8.5), Genel Liseler (n=283, %20.5), Teknik ve Endüstri Meslek Lisesi (n=324, %23.3), İmam-Hatip Liseleri (n=118, %8.5) ve Sağlık Meslek Lisesi (n=170, %12.2)'nde öğrenim gören ve oransız küme örnekleme yöntemiyle ulaşılan toplam 1385 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. 778'i kız (% 56,2), 607'si erkek (% 43,8) olan öğrencilerin, % 4.3'ü (n=60) hazırlık sınıfında, % 25.8'si (n=357) 9. sınıfta, % 24.2'si (n=335) 10. sınıfta, %23.5'i (n=326) 11. sınıfta ve % 22.2'si (n=307) 12. sınıfta öğrenim görmektedir.

2. 2. Veri Toplama Araçları

2. 2. 1. Maslach Tükenmişlik Envanteri-Öğrenci Formu (MTE-ÖF)

Araştırmada, Schaufeli, Martinez, Marques-Pinto, Salanova ve Bakker (2002) tarafından geliştirilen; Çapri, Gündüz ve Gökçakan (2011) tarafından Türkçeye uyarlaması, geçerlik ve

güvenirlilik çalışması yapılan “Maslach Tükenmişlik Envanteri-Öğrenci Formu” (MTE-ÖF) kullanılmıştır. Beşli Likert tipi bir araç olan MTE-ÖF; duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve yetkinlik faktörlerinden oluşan 13 maddelik bir araçtır. Envanterde, duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt faktörlerinde yüksek puan, yetkinlik alt faktöründe ise düşük puan tükenmişliğin yüksek olduğunu göstermektedir.

MTE-ÖF'nin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla uygulanan doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonucunda, model uyum göstergelerinden ve maddelerin Lambda (faktör yükü), t ve R² değerlerinden elde edilen sonuçların uyarlanan ölçme aracının yeterince yüksek düzeyde yapı geçerliğine sahip olduğuna işaret ettiği görülmüştür. Diğer taraftan, yapı geçerliğine kanıt olarak üç alt faktörün MTE-ÖF yapısının alt faktörleri olup olmadığını belirlemek için ölçekten elde edilen alt faktörlere ait puanlar arasındaki korelasyonlar hesaplanmış ve 0,32 ile 0,83 arasında elde edilen korelasyon katsayılarının 0,01 düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Ölçeğin test-tekrar test güvenirlik sonuçlarına da bakılmış ve sırasıyla .76, .74 ve .70 olarak bulunmuştur. Ayrıca, madde toplam test korelasyonları hesaplanmış ve birinci alt faktörün korelasyon değerleri .51 ile .72, ikinci alt faktörün .35 ile .48, üçüncü alt faktörün ise .35 ile .48 arasında değiştiği saptanmıştır. Güvenirlik çalışmaları kapsamında elde edilen bulguların, ölçek maddelerinin güvenirliğine ve aynı yapıyı ölçtüğüne kanıt olarak değerlendirilebileceği ve uyarlama çalışması yapılan ölçme aracının güvenilir bir biçimde kullanılabilmesine işaret ettiği söylenebilir. MTE-ÖF'nin uyarlama çalışmasında (Çapri, Gündüz ve Gökçakan, 2011) “tükenme”, “duyarsızlaşma” ve “yetkinlik” alt ölçekleri için Cronbach Alpha katsayıları sırasıyla .76, .82 ve .61'dir. Bu araştırma kapsamında “tükenme”, “duyarsızlaşma” ve “yetkinlik” alt ölçekleri için Cronbach Alpha katsayıları ise, sırasıyla .77, .77 ve .58 olarak bulunmuştur.

2. 2. 2. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın bağımsız değişkenleri olan cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü ve algılanan başarı düzeyi durumlarının belirlenmesi amacıyla araştırmacılar tarafından kişisel bilgi formu oluşturulmuştur.

2. 3. Verilerin Toplanması ve Analizi

Çalışmada kullanılan veri toplama araçlarının büyük bir kısmı araştırmacılar tarafından uygulanmıştır. Bazı okulların uygunluk ve zamanlamadan kaynaklanan durumları nedeniyle ilgili okulların psikolojik danışmanlarından destek alınmıştır. Tükenmişlik puanları ortalamalarının, cinsiyete göre karşılaştırılmasında ortalamalar arası farkın anlamlı düzeyde olup olmadığını incelemek için bağımsız gruplara uygulanan “t” testi kullanılmıştır. Tükenmişlik puanları ortalamalarının, sınıf düzeyi, okul türü ve algılanan başarı düzeyine göre karşılaştırılmasında “Tek Yönlü Varyans Analizi” (ANOVA); gruplar arası farkın kaynağını belirlemek üzere Tukey Testi kullanılmıştır. Analizlerde hata payı üst sınırı 0.05 ve 0.01 olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

3. 1. Öğrencilerin Tükenmişlik Puanlarının, Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

Öğrencilerin MTE-ÖF alt ölçek puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklı olup olmadığı “Bağımsız Gruplar İçin t-testi” ile analiz edilmiş ve sonuçlara ilişkin N, ortalama (\bar{X}), standart sapma (S) ve “t” değerleri Tablo-1’de verilmiştir.

Tablo 1: Öğrencilerin Cinsiyet Değişkenine Göre MTE-ÖF Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanların Ortalama, Standart Sapma ve “t” Değerleri

MTE-ÖF	Gruplar	N	\bar{X}	S	t
Tükenme	Kız	778	12.27	4.24	-1.623**
	Erkek	607	12.64	4.23	
Duyarsızlaşma	Kız	778	8.48	3.42	-1.922**
	Erkek	607	8.84	3.51	
Yetkinlik	Kız	778	13.32	3.25	-1.028**
	Erkek	607	13.50	3.13	

** P < .01

Tablo-1 incelendiğinde, cinsiyet değişkenine göre MTE-ÖF'nin “tükenme” [$t_{(1383)} = -1.623$; $p < .01$] ve “duyarsızlaşma” [$t_{(1383)} = -1.922$; $p > .01$] alt ölçeklerine göre erkek öğrencilerin daha fazla tükenmişlik yaşadıkları izlenirken; bunun aksine “yetkinlik” [$t_{(1383)} = -1.028$; $p > .01$] alt ölçeğinde kızların kendilerini erkeklere oranla daha az yetkin hissettikleri dolayısıyla daha fazla tükenmişlik yaşadıkları görülmektedir.

3. 2. Öğrencilerin Tükenmişlik Puanlarının, Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

Öğrencilerin MTE-ÖF alt ölçek puanlarının sınıf düzeyi değişkenine göre farklı olup olmadığı “Tek Yönlü Varyans Analizi” (ANOVA) ile incelenmiş ve sonuçlara ilişkin N, ortalama (\bar{X}), standart sapma (S) ve “F” değerleri Tablo-2’de verilmiştir.

Tablo 2: Öğrencilerin Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre MTE-ÖF Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanlara İlişkin ANOVA Sonuçları

MTE-ÖF	Gruplar	N	\bar{X}	S	F	Anamlı fark
Tükenme	Hazırlık	60	13.00	3.98	3.109*	H>9>12>11>10
	9. Sınıf	357	12.77	4.38		
	10. Sınıf	335	11.83	4.17		
	11. Sınıf	326	12.27	4.27		
	12. Sınıf	307	12.76	3.91		
Duyarsızlaşma	Hazırlık	60	8.49	3.10	4.323**	9>12>11>H>10
	9. Sınıf	357	9.17	3.42		
	10. Sınıf	335	8.11	3.45		
	11. Sınıf	326	8.52	3.68		
	12. Sınıf	307	8.74	3.31		
Yetkinlik	Hazırlık	60	13.36	3.73	3.824**	11<9<H<12<10
	9. Sınıf	357	13.08	3.12		
	10. Sınıf	335	13.85	3.15		
	11. Sınıf	326	13.07	3.05		
	12. Sınıf	307	13.62	3.32		

* P < .05

** P < .01

Tablo-2 incelendiğinde, öğrencilerin sınıf düzeyi değişkenine göre, tükenme [$F_{(4-1380)}=3.109$; $p<.05$]; duyarsızlaşma [$F_{(4-1380)}=4.323$; $p<.01$] ve yetkinlik [$F_{(4-1380)}=3.824$; $p<.01$] alt ölçek puanları arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmüştür. Gruplar arasında gözlenen bu farkın kaynağını belirlemek için verilere post-hoc test olarak Tukey uygulanmıştır. Öğrencilerin sınıf düzeyi değişkenine göre, Hazırlık Sınıfı öğrencilerinin tükenme alt ölçeğinde en fazla tükenmişliğin görüldüğü grup olduğu; sırasıyla 9. Sınıf, 12. Sınıf, 11. sınıf ve 10. Sınıf öğrencilerinin hazırlık sınıfından daha az tükenme yaşadıkları izlenmektedir. Duyarsızlaşma alt ölçeği incelendiğinde, 9. Sınıf öğrencilerinin en fazla tükenmişliğin görüldüğü grup olduğu; sırasıyla 12. Sınıf, 11. Sınıf, Hazırlık sınıfı ve 10. Sınıf öğrencilerinin 9. Sınıf öğrencilerinden daha az duyarsızlaştığı izlenmektedir. Yetkinlik alt ölçeği puanları incelendiğinde ise, 10. Sınıf öğrencilerinin sırasıyla 12. Sınıf, Hazırlık Sınıfı, 9. Sınıf ve 11. Sınıf öğrencilerine oranla kendilerini daha yetkin hissettikleri, dolayısıyla daha az tükenmişlik yaşadıkları görülmektedir.

3. 3. Öğrencilerin Tükenmişlik Puanlarının, Okul Türü Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

Öğrencilerin MTE-ÖF alt ölçek puanlarının okul türü değişkenine göre farklı olup olmadığı “Tek Yönlü Varyans Analizi” (ANOVA) ile incelenmiş ve sonuçlara ilişkin N, ortalama (\bar{X}), standart sapma (S) ve “F” değerleri Tablo-3’te verilmiştir.

Tablo 3: Öğrencilerin Okul Türü Değişkenine Göre MTE-ÖF Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanlara İlişkin ANOVA Sonuçları

MTE-ÖF	Gruplar	N	\bar{X}	S	F	Anlamlı Fark
Tükenme	FASÖ*	490	13.60	4.33	38.743**	FASÖ>ML>GL
	Genel Liseler	283	10.97	3.66		
	Meslek Liseleri	612	12.17	4.16		
Duyarsızlaşma	FASÖ*	490	9.33	3.50	21.153**	FASÖ>ML>GL
	Genel Liseler	283	7.70	3.28		
	Meslek Liseleri	612	8.51	3.42		
Yetkinlik	FASÖ*	490	12.82	3.28	16.254**	FASÖ<ML<GL
	Genel Liseler	283	14.13	2.73		
	Meslek Liseleri	612	13.53	3.25		

** P < .01

* FASÖ: Fen Liseleri, Anadolu Liseleri, Sosyal Bilimler Lisesi ve Anadolu Öğretmen Lisesi

Tablo-3 incelendiğinde, öğrencilerin eğitim gördükleri okul türü değişkenine göre, tükenme [$F_{(2-1382)} = 38.743$; $p<.01$]; duyarsızlaşma [$F_{(2-1382)} = 21.153$; $p<.01$] ve yetkinlik [$F_{(2-1382)} = 16.254$; $p<.01$] alt ölçek puanları arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmüştür. Gruplar arasında gözlenen bu farkın kaynağını belirlemek için verilere post-hoc testlerden Tukey uygulanmıştır. Tukey testi sonuçlarına göre, öğrencilerin öğrenim gördükleri okul türü değişkenine göre, FASÖ öğrencilerinin tükenme ve duyarsızlaşma alt ölçeklerinde en fazla tükenmişliğin görüldüğü grup olduğu; sırasıyla Meslek Lisesi (ML) ve Genel Lise (GL) öğrencilerinin, FASÖ öğrencilerinden daha az tükenmişlik yaşadıkları izlenmektedir. Yetkinlik alt ölçeği puanları incelendiğinde ise GL öğrencilerinin ML ve FASÖ öğrencilerine oranla kendilerini daha yetkin hissettikleri, dolayısıyla daha az tükenmişlik yaşadıkları görülmektedir.

3. 4. Öğrencilerin Tükenmişlik Puanlarının, Algılanan Başarı Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

Öğrencilerin MTE-ÖF alt ölçek puanlarının algılanan başarı düzeyi değişkenine göre farklı olup olmadığı Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiş ve sonuçlara ilişkin N, ortalama (\bar{X}), standart sapma (S) ve “F” değerleri Tablo-4’te verilmiştir.

Tablo 4: Öğrencilerin Algılanan Başarı Düzeyi Değişkenine Göre MTE-ÖF Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanlara İlişkin ANOVA Sonuçları

MTE-ÖF	Gruplar	N	\bar{X}	S	F	Anamlı fark
Tükenme	Düşük	120	13.01	4.65	1.580	-----
	Orta	911	12.31	4.12		
	Yüksek	354	12.54	4.38		
Duyarsızlaşma	Düşük	120	9.45	3.91	4.310**	Düşük>Orta>Yüksek
	Orta	911	8.63	3.30		
	Yüksek	354	8.37	3.70		
Yetkinlik	Düşük	120	12.90	3.01	24.787*	Düşük<Orta<Yüksek
	Orta	911	13.07	3.15		
	Yüksek	354	14.41	3.17		

* P < .05

** P < .01

Tablo-4 incelendiğinde, öğrencilerin algıladıkları başarı değişkenine göre, tükenme [$F_{(2-1382)}=1.580$; $p>.05$] alt ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak herhangi bir farklılaşma görülmezken; duyarsızlaşma [$F_{(2-1382)}=4.310$; $p<.01$] ve yetkinlik [$F_{(2-1382)} = 24.787$; $p<.05$] alt ölçek puanları arasındaki farkın anlamlı olduğu izlenmektedir. Gruplar arasında gözlenen bu farkın kaynağını belirlemek için verilere post-hoc testlerden Tukey uygulanmıştır. Tukey testi sonuçlarına göre, başarı düzeylerini düşük algılayan öğrencilerin, başarı düzeylerini orta ve yüksek algılayan öğrencilerden daha fazla duyarsızlaşma yaşadıkları; yetkinlik alt ölçek puanlarına göre ise, başarı düzeylerini yüksek algılayan öğrencilerin, sırasıyla başarı düzeylerini orta ve düşük algılayan öğrencilere oranla kendilerini daha fazla yetkin hissettikleri, dolayısıyla daha az tükenmişlik yaşadıkları görülmektedir.

TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Lise öğrencisi ergenlerde, cinsiyet, sınıf seviyesi, okul türü ve algılanan başarı düzeyi değişkenlerine göre tükenmişlik düzeylerinin ele alındığı bu çalışmada, Maslach Tükenmişlik Envanteri-Öğrenci Formu (MTE-ÖF)’nun tükenme, duyarsızlaşma ve yetkinlik alt ölçek puanları arasında anlamlı düzeyde farklılaşmaların olduğu görülmüştür. Araştırmanın ilk alt problemine ilişkin değişken olan cinsiyete göre veriler değerlendirildiğinde, tükenme ve duyarsızlaşma alt ölçeklerinde erkek öğrencilerin; yetkinlik alt ölçeğinde kızların daha fazla tükenmişlik yaşadıkları görülmüştür. Bu sonuç, Ören ve Türkoğlu (2006), Eker (2007), Kutsal (2009) ile Balkıs, Duru, Buluş ve Duru (2011)’nin bulgularını desteklerken; Maslach ve Jackson (1981), Bresó, Salanova ve Schaufeli (2007), Esteve (2008), Çavuşoğlu (2009) ve Yılmaz (2009)’ın bulgularını desteklememektedir.

Erkek öğrencilerin “tükenme” ve “duyarsızlaşma” alt ölçeklerinde tükenmişlik düzeylerinin kız öğrencilerin tükenmişlik düzeylerinden yüksek olması cinsiyet rolleri ile ilişkili olabilir. Aile eğitim

süreci iki cinsiyet için de yoğun baskı oluştururken; özellikle aile ve toplum tarafından beklenen davranışların ve kişilik özelliklerinin sergilenmesi erkekler üzerinde daha fazla baskıya yol açmaktadır. Atak, bağımsız, rekabetçi, girişken ve hatta daha saldırgan yetiştirilen; kızlara göre birinci planda olan erkekler, herhangi bir sorun yaşadıklarında yardım arayışına girmekten de kaçınabilirler. Erkeklerin duygularını bastırmaya teşvik edilmesi onların sosyal destek arayışlarını olumsuz olarak etkileyebilir, bu da stresli durumlar karşısında erkeklerin tükenmişlik düzeylerinin yüksek olmasında rol oynayabilir. Buna karşın kızların duygularını ifade edebilmeleri ve daha fazla sosyal destek alma yönelimli olmaları, stres veren yaşantılar sonrasında daha az tükenmişlik yaşamalarında önemli bir faktör olabilir (Eroğlu ve diğ., 2009). Buna karşılık araştırma bulgularında erkeklerin kendilerini daha yetkin görmeleri de beklenmeyen bir sonuç olarak değerlendirilmektedir. Bu duruma en büyük etkenin erkek öğrencilerin kendilerini “birinci planda” görmeleri olabileceği gibi kendi ayakları üzerinde durabilen, bağımsız ve girişken erkek çocuk yetiştirmeyi amaçlayan toplumsal değerlerin varlığı olduğu da ileri sürülebilir. Erkek çocukların daha atak, bağımsız, rekabetçi, dayanıklı, dışa dönük ve girişken yetiştirilmeleri stres ve zorluk yaratmasına, üzerlerine ağır bir baskı oluşturmaya karşın bu yetiştirilme sürecindeki deneyimleri, erkeklerin kızlara oranla yetkin ve avantajlı olmalarını sağlıyor olabilir. Cinsiyete dayalı bu tür sonuçların nitel çalışmalarla ele alınması, kültürel-psikolojik yapıların anlaşılmasına destek sunabilecektir.

Sınıf düzeyi değişkenine göre MTE-ÖF’den alınan puanlara göre tükenme, duyarsızlaşma ve yetkinlik alt ölçek puanları arasındaki farkın anlamlı olduğu izlenirken; hazırlık sınıfı öğrencilerinin tükenme, 9. Sınıf öğrencilerinin duyarsızlaşma alt ölçeğinde en fazla tükenmişliğin görüldüğü grup olduğu; yetkinlik alt ölçeği puanları incelendiğinde ise 10. Sınıf öğrencilerinin kendilerini daha yetkin hissettikleri izlenmektedir. Bu sonuç; Eker (2007)’nin bulgularını bütünüyle, Kutsal (2009)’ın bulgularını kısmen desteklerken; Balkıs, Duru, Buluş ve Duru (2011) ile Gündüz, Çapri ve Gökçakan (2012)’nin bulgularını desteklememektedir. Yapılan araştırma kapsamında MTE-ÖF’nun tükenme boyutunda hazırlık sınıfı öğrencilerinin yüksek tükenmişlik yaşadıkları izlenmiştir. Bu duruma en önemli katkıyı, ağırlıklı olarak aldıkları yabancı dil eğitiminin sağladığı düşünülmektedir. M.E.B. (2005)’e göre hazırlık sınıfı öğrencilerinin tüm hafta boyunca aldığı derslerin %63’ü yabancı dil eğitimi ile geçmekte; öğrenciler çabalarının büyük bir kısmını yabancı dillerini geliştirmek, yabancı dili en iyi düzeyde anlamak ve kullanmak için harcamaktadırlar. Yoğun ders sürecinde ve özellikle haftada 35 saat ders gören hazırlık sınıfı öğrencilerinin 22 ders saatinde yabancı dil eğitimi alması öğrenciler üzerindeki kaygıyı, dolayısıyla öğrencilerin tükenmişliklerini artırdığı da söylenebilir. Ülkemizde ve yurt dışında yapılan birçok araştırmada yabancı dil kaygısının diğer kaygılardan farklı olduğunu ve yabancı dil öğrenme sürecinde oldukça etkili olduğunu göstermektedir (Öner ve Gedikoğlu, 2007).

Araştırma sonucunda 9. sınıf öğrencilerinin, MTE-ÖF’nin tükenme ve duyarsızlaşma boyutlarında en yüksek tükenmişlik düzeyine sahip ve kendilerini yeterince yetkin görmeyen grup olarak tespit edilmesinin en önemli nedeninin yeni bir okulda öğrenime başlamaları, ilköğretimden sonra çok farklı bir öğrenim kültürü içine girmeleri ve yoğun ders yükü ile karşılaşmaları olabilir. 9. sınıflarda ortak dersler olarak adlandırılan derslerin yoğun oranda okutuluyor olması (M.E.B., 2005), öğrencilerin diğer sınıf seviyelerine göre daha fazla ders yükü ile karşı karşıya kalmalarına, başarılı olmak için daha yoğun çaba harcamalarına ve artan ders yükü nedeniyle daha fazla tükenmişlik yaşamalarına neden olabilir. Gündüz, Çapri ve Gökçakan (2012)’nin yaptığı çalışmada ders yükü fazla olan öğrencilerin daha fazla tükendiği bulgusu bu yorumu desteklemektedir. Aynı zamanda liselerin ilk sınıfları (9. sınıflar) “yöneltme” sınıfı olarak kabul edilmekte olduğundan (Doğan, 2002), bu sınıf öğrencileri eğitim öğretim yılı sonunda alan seçimi ile karşı karşıya kaldıkları ve istedikleri

alanlara gidebilmek için alana kaynaklık eden derslerde üstün başarı sergileme ihtiyacı duydukları düşünülmektedir. Gelecekte istediği mesleğe seçebileceği alan ile ulaşabileceğini düşünen 9. öğrencileri ilgi, istek, yetenek ve başarı durumlarına göre alanlara yönlendirilmekte, yöneltme ve yönlendirmede alanlara kaynaklık eden derslerin yılsonu notları ya da yılsonu notlarının ağırlıklı ortalamaları esas alınmakta (M.E.B., 2004) olduğundan, bu süreç içinde çevresinin beklentilerini ve kendi isteklerini karşılamak için sürekli ders çalışma eğilimi içinde davranırken, bir yandan da istediği bölüme giremeyeceği düşüncesi ile yaşıyor olabilirler. Bu durumun da tükenmişliklerini artırdığı, istediği alana giremeyecekleri kaygısı ile de kendilerini daha az yetkin hissettikleri ileri sürülebilir.

12. sınıf öğrencilerinin, 9. sınıf öğrencilerinden sonra MTE-ÖF'nin tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarında en yüksek tükenmişlik yaşayan grup olarak izlenmesi, Yükseköğretime Giriş Sınavı (YGS) ve Lisans Yerleştirme Sınavı (LYS) çalışmalarının ve lise öğrenimi sonrası için öğrencinin kaygılarının artması ile açıklanabilir. Kutsal (2009)'a göre, öğrencilerin YGS ve LYS'de istedikleri başarıyı elde etmeleri uzun ve yorucu bir hazırlık süreci gerektirmektedir. Öğrencilerin bu uzun süreç içerisinde zaman zaman yorulmaları ve çalışmalarına olan inançlarını kaybetmeleri olasıdır. 12. sınıf öğrencilerinin lise eğitimlerinin sonunda olmaları, okul derslerinde başarılı olmak ile sınava hazırlanma arasında kaldıkları düşüncesi de tükenmişlik düzeylerini fazlasıyla artırıyor olabilir. Kulaksızoğlu (2007)'na göre, lise son sınıftaki genç, hem okuldaki ders programını izlemek, hem de üniversite giriş sınavlarına hazırlanmak durumundadır. Lisede öğrenilen konuların değerlendirme biçimi ile üniversite giriş sınavlarındaki soru biçimleri arasında farklılıklar vardır. Bu bakımdan öğrenciler ayrıca üniversite giriş sınavlarına hazırlanmak, orada sorulan soru türlerine hazırlıklı olmak için çaba göstermek zorundadırlar. Bu da ek bir çalışmayı gerektirmektedir.

Öğrencilerin öğrenim gördükleri okul türü değişkenine göre MTE-ÖF'den alınan puanlar değerlendirildiğinde, tükenme ve duyarsızlaşma alt ölçeklerinde Fen Lisesi, Anadolu Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi ve Anadolu Öğretmen Lisesi (FASÖ) öğrencilerinin en fazla tükenmişlik yaşayan grup olduğu; yetkinlik alt ölçeğinde Genel Lise (GL) öğrencilerinin kendilerinin daha yetkin gördükleri izlenmiştir. Bu sonuç, üniversite öğrencisi sınıf öğretmeni adayları üzerinde Çavuşoğlu (2009)'nun yaptığı araştırma bulgularıyla farklılıklar göstermektedir. Çavuşoğlu (2009), mezun olunan okul türü değişkenini incelemiş ve en yüksek tükenmişliğin süper liselerde; en düşük tükenmişlik düzeyinin ise öğretmen liselerinde olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Lise öğrencilerinin seçebilecekleri üst öğretim kurumları ve bölümlerinin çok çeşitli olması ile seçilmek istenen bölümleri kazanmanın ve bu bölümlerin eğitim durumlarının zorlu olması lise öğrencileri için sorun oluşturmaktadır. Gençler, en çok gelecekte ne yapacaklarını ve istedikleri bölüme girip giremeyecekleri konusunda kaygı yaşamaktadırlar. Kulaksızoğlu (2007), İstanbul'da 150 lise son sınıf öğrencisi ile yaptığı araştırma sonucunda, bu yaş grubundaki gençlerin öncelikle gelecekte seçecekleri meslekleri ve girecekleri yüksek okulları sorun ettiklerini rapor etmiştir. Bu bağlamda belirli liselerde eğitim görmek önemli duruma gelirken, FASÖ öğrencileri için durum değişmektedir. FASÖ öğrencilerinin, kendilerinden beklentinin en yüksek olduğu grup olduğu ve akademik başarı düzeylerinin diğer grup öğrencilerinden daha fazla olduğu söylenebilir. M.E.B. (2009), okulların öğrenci seçme sınavı puan ve başarı istatistiklerinin detaylı kıyaslamasını içeren istatistikî verilerine göre de bu düşünce desteklenmektedir. Akademik başarı düzeyinin yüksek oluşu, öğrencilerin bilgi düzeylerinin yüksekliği ile orantılı olarak artmaktadır. FASÖ öğrencilerinin bilgi düzeylerinin GL ve ML öğrencilerinden daha yüksek olması, ailelerinin ve kendilerinin beklentilerinin fazla olması, okul içi rekabet ortamının aşırılığı ve bu rekabet ortamında sınavda yarışılacak öğrenci sayısının hızla çoğalması tükenmişliği artırmakta etkili olduğu düşünülebilir.

Bununla birlikte, sınav odaklı yaşayan FASÖ öğrencilerinin okul dışı zamanlarda dershaneye gittikleri, üzerlerindeki aşırı baskı ve zorlamadan kaynaklı olarak da sürekli ders çalışma eğiliminde oldukları ifade edilebilir. FASÖ öğrencilerinin yoğun ders çalışma aktivitelerinin yanında boş zaman faaliyetlerine ihtiyaç duydukları, bu faaliyetlerin FASÖ öğrencilerinin streslerini azaltabileceği; ancak okul yönetimlerinin ve branş öğretmenlerinin de boş zaman faaliyetlerine olumsuz bakış açısının FASÖ öğrencileri için dezavantaj oluşturduğu söylenebilir. FASÖ öğrencilerinin bu tür faaliyetlere yoğun olarak Beden Eğitimi Öğretmenleri tarafından yönlendirilmesi (Yetiş, 2008) bu düşüncüyü destekler niteliktedir.

Bunun aksine GL öğrencilerinin sınav beklentisinin az olması ve bu sayede daha fazla boş zaman ve rekreatif faaliyetlere katılmaları tükenmişliklerini azaltıyor olabilir. Bu gruptaki öğrencilerin, boş zaman faaliyetlerine okullarındaki Rehber Öğretmenleri, aileleri ve arkadaşları gibi birçok kişi tarafından yönlendirilmesi; okul yöneticilerinin de desteklemesi, zaman yetersizliği konusunda diğer grup öğrencilerine oranla daha avantajlı olmaları (Yetiş, 2008) bu durumu destekler niteliktedir.

Algılanan başarı düzeyi değişkenine göre MTE-ÖF'dan alınan puanlar değerlendirildiğinde, tükenme alt ölçeğinde anlamlı bir farkın olmadığı görülürken, duyarsızlaşma alt ölçeğinde başarı düzeylerini düşük algılayan öğrencilerin daha fazla tükenmişlik yaşadıkları; yetkinlik alt ölçeğinde ise başarı düzeylerini yüksek algılayan öğrencilerin kendilerini daha yetkin gördükleri izlenmiştir. Bu sonuç, Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova ve Bakker (2002), Kutsal (2009) ile Balkıs, Duru, Buluş ve Duru (2011)'nin bulgularını desteklerken; Çavuşoğlu (2009)'nun bulgusu ile de paralellik göstermektedir.

Stres ve günlük yaşamda yaşanabilecek olası zorlanmalar bireyin tükenmişlik düzeyini yükseltebilir; yüksek tükenmişlik ise bireyin akademik uyumunu olumsuz etkileyebilir. Bir diğer deyişle daha yüksek tükenmişlik düzeyinin daha düşük akademik başarı düzeyiyle ilişkili olması beklenebilir (Balkıs, Duru, Buluş ve Duru, 2011). Bu bulgu, Yang (2004)'ın öğrencilerin akademik başarılarını ve öğrenme motivasyonlarını artırmak için tükenmişlik düzeylerini azaltıcı önlemler alınmasının bir gereklilik olduğunu belirten görüşünü destekler niteliktedir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar ışığında, öğrencilerde tükenmişlikle ilgili yeni araştırma planlayan araştırmacılara ve alandaki uygulamacılara aşağıdaki önerilerde bulunulabilir.

Uygulamacılara ve Öğretmenlere Yönelik Öneriler:

1. Hazırlık ve 9. sınıf öğrencilerin tükenmişliklerinin yüksek çıkmasından dolayı, bu okullarda görevli psikolojik danışmanların okullarına yeni gelen öğrencilerle ilgili önleyici çalışmalar yapabilir.
2. Özellikle Fen Liseleri, Anadolu Liseleri, Anadolu Öğretmen Liseleri ve Sosyal Bilimler Liseleri öğrencilerinin tükenmişliklerinin, diğer okul türlerinde eğitim-öğretim gören öğrencilere göre yüksek çıkmasından dolayı, bu okullarda görevli psikolojik danışmanların konuya daha dikkatle yaklaşmaları ve konu ile ilgili çalışmaları eğitim-öğretim yılı başında programlarına dâhil etmeleri yararlı olabilir.
3. Ortaöğretim kurumlarındaki psikolojik danışmanların, öğrencilerde tükenmişlik konusunu programlarına almaları ve tükenmişliği azaltıcı çalışmalar yapmaları koruyucu ve önleyici PDR hizmetlerine katkı sunabilir.

4. Başarılarını düşük algılayan öğrencilerin, diğer öğrencilere oranla tükenmişliklerinin yüksek olmasından dolayı okullarda kendini başarısız olarak algılayan öğrencilerin tespit edilip, akademik ve psikolojik destek çalışmaları yapılabilir.
5. Öğrencilerin yaşadıkları birçok sorunun çözülebilmesi için okul, aile ve öğrenci arasında işbirliği kurulmalıdır. Bu amaçla konsültasyon hizmetleri çerçevesinde, aile içi iletişim ve ergenlik dönemindeki değişim ve gelişmeleri içeren ana-babaya ve öğretmenlere yönelik eğitim seminerleri düzenlenebilir.

Araştırmacılara Yönelik Öneriler:

1. Bu çalışma Mersin merkez ilçelerinde yer alan okullarla sınırlıdır. Bu türden bir çalışma, farklı iller ve coğrafi bölgelerde, daha geniş bir evren ve örneklem üzerinde yapılabilir.
2. Araştırmada incelenen değişkenlere yönelik bulguları destekleyecek çalışmaların olmadığı görülmüş, öğrenci tükenmişliği konusunda çalışmaların yetersiz olduğu tespit edilmiştir. Sonuçların karşılaştırılabilmesi adına yararlı olabileceği düşünüldüğünden, benzer ve farklı değişkenlerle (yaş, öğrenim görülen alan türü, kardeş sayısı, aile yapısı, boş zaman değerlendirme faaliyetleri, sigara-alkol-uyuşturucu madde kullanımı gibi.) öğrenci tükenmişliği incelenebilir.

KAYNAKLAR

- Balkıs, M., Duru, E., Buluş, M. ve Duru, S. (2011). Tükenmişliğin öğretmen adayları arasındaki yaygınlığı, demografik değişkenler ve akademik başarı ile ilişkisi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29 (1), 151–165.
- Breso, E., Salanova, M. ve Schaufeli, W. (2007). In search third dimension of burnout: efficacy or inefficacy? *Applied Psychology: An International Review*, 56 (3), 460–478.
- Çam, O. (1992). *Tükenmişlik envanterinin geçerlik ve güvenilirliğinin araştırılması*. VII. Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları, Hacettepe Üniversitesi. Ankara: VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Düzenleme Kurulu ve Türk Psikologlar Derneği Yayını.
- Çapri, B., Gündüz, B. ve Gökçakan, Z. (2011). Maslach Tükenmişlik Envanteri-Öğrenci Formu (MTE-ÖF)' nin Türkçe'ye uyarlaması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1 (40), 134–147.
- Çavuşoğlu, İ. (2009). *Sınıf öğretmenliği son sınıf öğretmen adaylarının tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi*. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Çokluk, Ö. (2003). *Örgütlerde tükenmişlik. Yönetimde çağdaş yaklaşımlar: uygulamalar ve sorunlar*. (Ed: C. Elma ve K. Demir) Ankara: Anı Yayıncılık.
- Doğan, İ. (2002). *Liselerde alan seçmeli program uygulamaları üzerine bir değerlendirme: Ankara il merkezlerindeki liseler örneği*. 2000'li Yıllarda Lise Eğitimine Çağdaş Yaklaşımlar Sempozyumunda sunulan bildiri. Kültür Üniversitesi, İstanbul, 08–09 Haziran 2002.
- Eker, G. (2007). *Endüstri meslek lisesi öğrencilerinin tükenmişlik düzeyi*. Marmara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Teknoloji Eğitimi Ana Bilim Dalı. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Eroğlu, K. ve diğ. (2009). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin görüşleri. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6 (1), 775–792.
- Esteve, E. B. (2008). *Well-being and performance in academic settings. The predicting role of self-efficacy*. Dissertation, Universitat Jaume I, Spain.
- Gündüz, B., Çapri, B. ve Gökçakan, Z. (2012). Üniversite öğrencilerinin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*. (Yayın aşamasında.)

- Hu, Q. ve Schaufeli, W. B. (2009). The factorial validity of the Maslach Burnout Inventory-Student Survey in china. *Psychological Reports*, 105, 394–408.
- Izgar, H. (2003). *Okul yöneticilerinde tükenmişlik*. (2. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kulaksızoğlu, A. (2007). *Ergenlik psikolojisi*. (9. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kutsal, D. (2009). *Lise öğrencilerinin tükenmişliklerinin incelenmesi*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Kutsal, D. ve Bilge, F. (2012). A study on the burnout and social support levels of high school students. *Education and Science*, 37 (164), 283-297.
- Maslach, C. ve Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Jour of Occupational Behavior*, 2, 99–113.
- Maslach, C. ve Leiter, M. P. (1997). *The truth about burnout*. San Francisco: CA.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B. ve Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psycholog*, 52, 397–442.
- M.E.B. Ortaöğretim Kurumları Sınıf Geçme ve Sınav Yönetmeliği. (2004). T. C. Resmi Gazete, 25664, 08.12.2004.
- M.E.B. (2005). *Tebliğler dergisi*, Sayı: 2575, 14.07.2005 tarih ve 192 sayılı karar.
- M.E.B. (2009). *Okulların ÖSS puan ve başarı istatistiklerinin detaylı kıyaslaması*. 06.10.2011 tarihinde http://ogm.meb.gov.tr/istat_oss.asp adresinden alınmıştır.
- Öner, G. ve Gedikoğlu, T. (2007). Ortaöğretim öğrencilerinin İngilizce öğrenimlerini etkileyen yabancı dil kaygısı. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6 (2), 144–155.
- Ören, N. ve Türkoğlu, H. (2006). Öğretmen adaylarında tükenmişlik. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16.
- Schaufeli, W. B., Matinez, I. M., Marquez-Pinto, A., Salanova, M. ve Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-cultural Studies*. 33, 464–481.
- Sürgevil, O. (2006). *Çalışma hayatında tükenmişlik sendromu: tükenmişlikle mücadele teknikleri* (1. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Torun, A. (1995). *Tükenmişlik aile yapısı ve sosyal destek üzerine bir inceleme*. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Örgütsel Davranış Ana Bilim Dalı. Yayınlanmamış Doktora Tezi.
- Weckwerth, A. C. ve Flynn, D. M. (2006). Effect of sex on perceived support and burnout in university students. *College Student Journal*, 40, (2), 237–249.
- Yang, H. J. (2004). Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrollment programs in Taiwan's technical-vocational colleges. *International Journal of Educational Development*, 24, 283–301.
- Yardım, V. (1995). *Örgütsel yaşamda tükenmişlik duygusu doktor ve hemşirelerin tükenmişlik duygularını belirlemeye yönelik bir araştırma*. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Fakültesi Personel Yönetimi Ana Bilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Yetiş, Ü. (2008). *Ortaöğretim öğrencilerinin boş zaman değerlendirme eğilimleri (Ankara ili örneği)*. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı. Yayınlanmamış Doktora Tezi.
- Yılmaz, T. D. (2009). *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanelerinde tıpta uzmanlık öğrencilerinin tükenmişlik düzeyi ve ilişkili etmenler*. Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı Tıpta Uzmanlık Tezi. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi.