

Kadın Psikolojik Danışmanların Mesleğe İlişkin Kişisel Eğilimleri ile Tükenmişlikleri Arasındaki İlişki

Female Counselors' Professional Disposition and Burnout Relationship

Nur Demirbaş Çelik¹, Fidan Korkut Owen²

¹Sorumlu Yazar, Doç. Dr., Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, nur.celik@alanya.edu.tr, (https://orcid.org/0000-0001-7920-4361)

²Prof. Dr., Hacettepe Üniversitesi (Emekli), fdnkrkt@gmail.com, (https://orcid.org/0000-0003-0144-1521)

Geliş Tarihi: 27.10.2024

Kabul Tarihi: 23.05.2025

ÖZ

Yapılan çalışmalar tüm psikolojik danışmanların etkili olabilmek için tükenmişlikle baş etmelerinin önemini işaret etmektedir. Etkili psikolojik danışman olabilmek için mesleğe ilişkin kişisel eğilimlere sahip olmanın önemi de alanyazında vurgulanmaktadır. Bu çalışmada kadın psikolojik danışmanların mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerinin tükenmişliklerini yordayıp yordamadığı sorusuna yanıt aranmıştır. Bu amaçla 121 kadın psikolojik danışmana çevrimiçi olarak ulaşılmış ve veriler Maslach Tükenmişlik Ölçeği, Mesleğe İlişkin Kişisel Eğilimi Değerlendirme Ölçeği (MİKEDÖ) ve Kişisel bilgi formu aracılığı ile toplanmıştır. Tükenmişliğin üç ayrı boyutu ile MİKEDÖ'nün toplam ve altı alt boyut puanları arasında hesaplanan korelasyon katsayılarının neredeyse hepsinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Yapılan regresyon analizi sonucuna göre MİKEDÖ'den elde edilen toplam puan, tükenmişliğin üç alt boyutunu da yordamaktadır. Tükenmişliğin Kişisel Başarı alt boyutu, Kişilerarası İlişkilere Özen, Yaşama Karşı Olumlu Tutum ve Yeniliklere Açık Olma alt boyutu; Duygusal Tükenme alt boyutu Kendinin Farkında Olma alt boyutu; Duyarsızlaşma alt boyutunun ise İnsanlara ve Yardıma Etmeye Yönelik Olma, Kendinin Farkında Olma ve Yeniliklere Açık olma boyutları tarafından yordanmaktadır. Bu durumda psikolojik danışmanların mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerinin tükenmişliklerini yordadığı ve o nedenle psikolojik danışmanlara bu konuda eğitim ve destek verilmesinin işe yarayabileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Kadın psikolojik danışmanlar, mesleğe ilişkin kişisel eğilimler, tükenmişlik, duygusal tükenme, duyarsızlaşma, kişisel başarı.

ABSTRACT

Studies indicate the importance of having personal tendencies related to the profession in order to be an effective psychological counselor is also emphasized in the literature. This study, sought to answer the question of whether female counselors' personal tendencies related to the profession predict their burnout. For this purpose, 121 female counselors were reached online, and data were collected via the Maslach Burnout Inventory, Professional Disposition Scale for Counselors (PDSC), and Personal Information Form. It was found that almost all of the correlation coefficients calculated between the three separate dimensions of burnout and the total and six sub-dimension scores of PDSC were significant. According to the results of the regression analysis, the total score obtained from PDSC predicts all three sub-dimensions of burnout. Personal Accomplishment sub-dimension of burnout, Care for Interpersonal Relations, Positive Attitude toward Life, and Openness to New Experiences sub-dimension; The Emotional Exhaustion sub-dimension is predicted by the Self-awareness sub-dimension; and the Desensitization sub-dimension is predicted by

the Being Oriented to People and Helping, Self-awareness and Openness to New Experiences dimensions. In this case, it can be said that the professional dispositions of counselors predict their burnout and therefore, providing training and support to counselors on this issue may be useful.

Keywords: Female counselors, professional dispositions, burnout, emotional exhaustion, desensitization, personal accomplishment.

GİRİŞ

Alanyazına göre psikolojik danışmanların etkili olmalarında tükenmişlik yaşamamaları önemli görünmektedir. Psikolojik danışmanların ağırlıklı olarak kadınlardan oluşması dikkate alındığında kadın psikolojik danışmanların yaptıkları mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerinin tükenmişliklerini yordayıcı gücünün araştırılması anlamlı görünmektedir. Amerika Birleşik Devletleri'ndeki (ABD) psikolojik danışmanların çoğunun kadın olduğunu belirten raporlar bulunmaktadır. Örneğin Okul Psikolojik Danışmanlığı Derneği (American School Counseling Association, 2020) tarafından yapılan ulusal taramada okul psikolojik danışmanlarının % 87'sinin kadın olduğu saptanmıştır. İngiltere'deki psikolojik danışma derneği (British Association for Counselling and Psychotherapy, 2017) yayınladığı bir raporda üyelerinin % 84'ünün kadınlardan oluştuğunu belirtmektedir. Türkiye'de bu konuyla ilgili doğrudan bir rapor olmamakla birlikte Yükseköğretim Kurulu (YÖK) tarafından, 2023-2024 Öğretim Yılı Yükseköğretim İstatistikleri'nden alınan verilere göre oluşturulan YÖK Lisans Atlası (2024) içindeki tablolar incelendiğinde kadın öğrencilerin oranının % 60 - % 86 arasında değiştiği görülmektedir. Geleceğin psikolojik danışmanlarını yetiştiren psikolojik danışma ve rehberlik programlarındaki lisans öğrencilerinin çoğunun kadın öğrenci olduğu dolayısıyla Türkiye'de de ABD ve İngiltere'dekine benzer bir eğilimin olduğu söylenebilir.

Tükenmişliğin kaynakları arasında bireyin cinsiyeti, çalışma yılı gibi demografik özelliklerinin yanısıra, kişisel özellikleri de gösterilmektedir. Agresta (2002) kadın psikolojik danışmanların profesyonel rollerinin yanısıra diğer yaşam rolleriyle (aile, arkadaşlık, anlamlı bir ilişki içinde olmak, anababalık, toplumsal roller, akademik hedefler gibi) daha fazla iç içe olduklarını bunun da onların iyi oluşlarını /tükenmişliklerini etkilediğini belirtmektedir. Kadınlarda tüm bu çoklu rol (Vergara, 1999) ve sorumlulukları bir araya geldiğinde önemli birer stres kaynağı olabilmektedir (Skinner, 2021). Ayrıca toplumsal cinsiyet rolleri erkeklerden çok kadınlara işteki sorumluluklar yerine ailenin öncelikli olduğu konusunda mesaj vermektedir (Aarntzen vd., 2021). Türkiye'de yapılan bir çalışma, kadın psikolojik danışmanların toplumsal cinsiyet rolleri nedeniyle iş yerinde mobbing, ayrımcılık gibi zorluklara erkek meslektaşlarına göre daha fazla maruz kaldıklarını belirlemiştir (Akgün, 2022). Camcı & Ercan (2017) çalışmalarında kadın psikolojik danışmanların erkek psikolojik danışmanlara göre daha çok duygusal tükenmişlik ve daha az kişisel başarı duygusuna sahip olduklarını saptamışlardır. Alanyazında kadın psikolojik danışmanların daha fazla tükenmişlik gösterdiklerini saptayan başka çalışmalar da bulunmaktadır (Örn., Lerias & Byrne, 2003; Sprang vd., 2007; Star, 2013). Öte yandan psikolojik danışmanlık mesleği doğası gereği diğer mesleklerden duygusal emek açısından ayrılmaktadır (İkiz, 2010). Kadın psikolojik danışman ve öğretmenlerle yürütülen bir çalışmada duygusal emek ile tükenmişlik arasında güçlü bir ilişki olduğu bulunmuştur (Tiwarei vd. 2020). Diğer bir çalışmada kadın psikolojik danışmanların erkek meslektaşlarına kıyasla işlerinde daha özenli oldukları ancak mesleki zorluklar nedeniyle sosyal yaşamlarında da sorunlar yaşadıkları bulunmuştur (Akgün, 2022). Son olarak kadınların yardım etmeye yönelik mesleklere daha fazla yöneldikleri ile ilgili araştırma sonuçları da (Eagly & Wood, 1999; Korkut-Owen vd., 2014; Severiens & ten Dam, 2012; Vailan, 2014) bulunmaktadır. Tüm bu bilgilerden yola çıkarak bu çalışmada sadece kadın psikolojik danışmanlara odaklanılmıştır. Ayrıca psikolojik danışmanların tükenmişlikleri ile ilgili farklı tanımlar ve araştırmalar yapılmış (Bardhoshi vd., 2019; Bardhoshi & Um, 2021; Evans & Villavisanis, 1997; Fye vd., 2020; Kim vd., 2018; Maslach & Leiter, 2016; Malach-Pines & Yafe-Yanai, 2001; McCarthy & Frieze, 1999) olsa da tükenmişliğin ayrıntılı

olarak yapısının anlaşılması için yapılan çalışmalar hala sınırlı olarak değerlendirilmektedir (Lee vd., 2023). Bu bağlamda kadınlarda tükenmişlik ile mesleğe ilişkin kişisel eğilimler ilişkisini anlamak önemli görünmektedir.

1.1. Tükenmişlik

Çalışma yaşamıyla ilgili olan tükenmişlik kavramı ilk olarak 1973'te Freudenberger tarafından kullanılmıştır (Freudenberger, 1989). Maslach & Leiter (2016) tarafından tükenmişlik "işle ilgili kişilerarası stress kaynaklarına verilen uzun süren tepki olarak ortaya çıkan psikolojik bir sendrom" olarak tanımlanmaktadır. Psikolojik danışmanlar arasındaki tükenmişlik Kesler (1990) tarafından kişisel başarının azaldığını hissetme, duygusal ve fiziksel yorgunluk, kariyer yorgunluğu, danışanlara karşı şüpheci bir tutum geliştirme, danışanlardan uzaklaşma, kronik depresyon ve /veya artan kaygı yaşama biçiminde içsel psikolojik bir süreç olarak ele alınmaktadır. Bu konuda en yaygın olarak kullanılan Maslach & Jackson'ın (1981) geliştirdikleri Maslach Tükenmişlik Ölçeği'nde tükenmişliğin duygusal tükenmişlik, duyarsızlaşma ve kişisel başarı duygusunun düşmesi biçiminde üç boyutu bulunmaktadır. Duygusal tükenme, duygusal yorgunluk, enerjinin düşmesi, enerjinin olmaması duygusu ile işaret vermektedir. Bazı araştırmacılara göre duygusal tükenme tükenmişliğin en temel boyutu (Seidler vd., 2014) ve en güçlü yordayıcısı (McCormack vd., 2018) olarak ele alınmaktadır. Duyarsızlaşma danışanlara karşı olumsuz tutum ya da şüphecilik ile karakterize edilmektedir. Kişisel başarının düşmesi ise bireyin kendini etkisiz hissetmesi ya da işini tam yapamadığını düşünmesi biçiminde kendini göstermektedir.

Tükenmişliğin çok boyutlu olan kaynakları kurumsal (iş yerine, yöneticilere, iş yeri kurallarına vb ilişkin), mesleki (mesleğin gereklilikleri, zorlukları vb) ve bireysel (yaş, cinsiyet gibi demografik özellikler ve kişilik vb) olarak gruplanmaktadır (Maslach vd., 2001; Oser, vd., 2013; Shirom, 2003). Psikolojik danışmanlar arasında tükenmişliğin kaynakları demografik (yaş, çalışma yılı, çalışılan okul düzeyi vb.), kişisel (kişilik özellikleri, başa çıkma becerileri vb) ve kurumsal (uzun çalışma saatleri, aşırı iş, fazla öğrenci sayısı vb) olmak üzere üç grupta ele alınmaktadır (Wilkerson & Bellini, 2006).

Tükenmişlikle ilgili çalışmalar incelendiğinde, çalışmaların çoğunun kurumsal ve mesleki kaynaklara odaklandığı, bireyin demografik özelliklerine odaklanan çalışmalar olsa da kişilik özellikler üzerinde fazla durulmadığı görülmektedir (Cordes & Dougherty, 1993; Kahill, 1988, Swider & Zimmerman, 2010). Demografik değişkenlerle yapılan çalışmalarda birbiriyle çelişen araştırma sonuçlarına rastlanmaktadır. Örneğin psikolojik danışmanların tükenmişliklerinin cinsiyet (Camcı & Ercan, 2017; Ergin, 1992; Sparng vd., 2007; Star, 2013), çalışma yılı (Boscarino vd., 2004; İkiz, 2010; Merriman, 2015; Thompson vd., 2014) çalışılan okul düzeyine (Alver vd., 2008; Karal & Atak, 2022) göre değiştiğini gösteren çalışma sonuçları bulunmaktadır. Ancak aynı zamanda psikolojik danışmanların tükenmişliklerinin cinsiyetlerine (Alper vd., 2018; Dönmez & Sarı, 2021; Gonzales vd., 2019; Harker vd., 2016; Thompson vd., 2014), çalışma yıllarına (Başören, 2005; Hocaoglu Özkaya, 2005; Karal & Atak, 2022) ve okul düzeylerine göre (Çelik, 2017; Jacobs, 2020; Yam, 2018) değişmediğini gösteren araştırma sonuçları da bulunmaktadır.

Bireylerin kişilik özellikleri ile tükenmişlikleri arasındaki ilişkiye yönelik az çalışma olsa da yapılan çalışmalar bireylerin kişiliklerinin yaşayacakları tükenmişliğin en önemli yordayıcılarından olduğunu göstermektedir (Guthier vd., 2020; McCormack vd., 2018; Swider & Zimmerman 2010). Swider & Zimmerman (2010) yaptıkları araştırma sonunda tükenmişliğin daha çok bireylerin içsel özelliklerinden kaynaklanabileceğini bulmuşlardır. Kişilik özellikleri ve tükenmişlik arasındaki ilişkiye yönelik yapılan çalışmaların çoğunun Costa & McCrae (1992) tarafından geliştirilen Büyük Beşli Kuramına (BBK) dayandırıldığı görülmektedir. Öyle ki Angelini (2023) farklı meslek gruplarındaki bireylerle yapılan toplam 83 bağımsız çalışmaya dayalı olarak yaptığı meta analizi çalışması sonunda BBK'nın boyutlarının tükenmişlikle bağları

konusunda bazı saptamalarda bulunmuştur. Bu saptamalara göre yüksek derecede tükenmişlik, yüksek nörotizm (.10 ile .64 arasında), düşük uyumluluk (-12 ile -.35 arasında), düşük sorumluluk (-12 ile -.35 arasında), düşük dışadönüklük (-.03--.33 arasında) ve düşük açık olma (-.18 ile -.24 arasında) ile bağlantılı görünmektedir.

Zellers ve diğerleri (2000) tükenmişlikle kişilik arasındaki ilişkileri araştıran çalışmaların sınırlı kişilik özelliklerine odaklandığını, bazı özelliklerin gözden kaçırıldığını belirtmektedir. O nedenle farklı kişilik özelliklerine de odaklanmanın iyi olacağı düşünülmektedir. BBK’nda ele alınan kişilik özellikler dışındaki özellikleri araştıran çalışmalara da rastlanmaktadır. Örneğin Manker (2022), öz yeterliğin duygusal tükenmişlik ile duyarsızlaşmayı yordamadığını saptamışken aksi sonuçları olan (Örn., Gündüz, 2012; Jacobs, 2020) araştırmalar da bulunmaktadır. Kişisel özelliklerle stres düzeyi, başa çıkma becerileri, öz yeterlik ve tükenmişlik arasında anlamlı güçlü ilişkiler olduğu saptanmıştır (Anderson, 2015; Fye vd., 2018). Psikoterapistler ile yapılan bir çalışmada duygusal tükenmişlik, başa çıkma, kontrol odağı ve duygusal denge arasındaki ilişkiler incelendiğinde duygusal tükenmenin duygusal denge ile bazı başa çıkma mekanizmaları tarafından yordandığı saptanmıştır (Görgülü & Kumova, 2023).

Psikolojik danışmanların profesyonel olarak etkili olmalarında sadece alanla ilgili eğitim, bilgi ve becerilerin olması tek başına yeterli olmayıp onların bazı akademik olmayan özelliklere de sahip olmaları gerekmektedir. Sözkonusu akademik olmayan özellikler kişilik özellikleri, profesyonel performans, kişisel gelişim (Christensen vd., 2018) gibi farklı kavramlarla adlandırılrsa da en yaygın ve kapsayıcı kullanım mesleğe ilişkin kişisel eğilimler (professional dispositions) kavramıdır (Christensen vd., 2018; Garner vd., 2020; Miller vd., 2020; Spurgeon vd., 2012). Mesleğe ilişkin kişisel eğilimler, farklı biçimlerde tanımlanabilmektedir. Mesleğe ilişkin kişisel eğilimleri psikolojik danışma ile ilgili ortamlarda belli bir tarzda davranmaya yönelik bir eğilim, ruh hali, mizaç (Barrio-Minton vd., 2016) olarak ele alanların yanısıra tutumlar, kişisel özellikler, kişilerarası ilişkiler ve etik davranışlar (Landon vd., 2021) olarak ele alanlar da bulunmaktadır.

ABD’de psikolojik danışma eğitimi veren üniversiteler akredite edilmek istediklerinde, Psikolojik Danışma ve İlgili Eğitim Kurumlarının Akreditasyonu Kurulu’na (Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs - CACREP) başvurumaktadırlar. Bu durumda kurumlardan birçok diğer belgenin yanısıra öğrencilerinin mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerini değerlendirme, izleme ve geliştirme konusunda da belgelendirmeleri beklenmektedir (CACREP, 2021; Sabella vd., 2020). CACREP (2015) mesleğe ilişkin kişisel eğilimleri psikolojik danışmanın profesyonel gelişimini, danışanları ve meslektaşları ile etkileşimini etkileyen özellikleri, adanmışlıkları, değerleri, kişilerarası işlevleri ve davranışları olarak tanımlamaktadır. Miller ve arkadaşları (2020) yaptıkları bir araştırmanın sonunda mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerin bilişsel, etik/yasal, kişilerarası, kişisel/profesyonel sınırlar, profesyonellik, özkontrol, etkili tepki verebilirlik (responsiveness), mesleğe uygunluk ve iyilik hali olarak birbirinden bağımsız ancak birbiriyle bağlantılı dokuz boyutlu bir yapısı olduğunu saptamışlardır. Mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerlerin tanımı ve hangi özelliklerden oluştuklarına ilişkin fikir birliği bulunmamaktadır (Barrio-Minton vd., 2016; Landon vd., 2021; Miller vd., 2020). Spurgeon vd., (2012) mesleğe ilişkin kişisel eğilimleri bağlılık / sorumluluk, açıklık, saygı, dürüstlük ve öz farkındalık; Swank-Lambie & Witta (2012) ise profesyonellik, sınırlarını bilme, etiğe uyma, duygusal olarak dengeli olma ve geri bildirimlere açıklık olarak ele almaktadırlar. CACREP tarafından onaylanan psikolojik danışma programlarının incelendiği bir çalışmada lisansüstü düzeydeki psikolojik danışma öğrencilerden en çok beklenen mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerin gelişmeye açıklık, öz farkındalık ve diğerlerinin farkında olma, duygusal olarak dengeli olma, dürüstlük, esneklik, şefkat ve kişisel tarz olduğu saptanmıştır (Christensen vd., 2018).

Etkili terapistlerin özelliklerine bakıldığında bu özellikler arasında bireysel iyi oluşuna dikkat etme, bilişsel zorlanmaları değerli bulma, yeni bilgileri öğrenmeye güdülenmiş olma ve güçlü iletişim becerilerine sahip olmanın yer aldığı görülmektedir (Jenning & Skovholt, 1999).

Güncel bir çalışma sonucunda da psikolojik olarak güçlü, etkili olan terapistlerin özellikleri her biri birbiriyle önemli biçimde bağlantılı olan güçlü kişilerarası ilişkilere yönelik olma, kendisiyle aktif olarak ilgilenme (özfarkındalık), öğrenmeye ve gelişmeye açık olma, çekirdek değerler ve inançlar çerçevesine sahip olma biçiminde saptanmıştır (Hou & Skovholt, 2020). Bu özellikler mesleğe ilişkin kişisel eğilimler olarak ele alınan özelliklerle (Christensen vd., 2018; Miller vd., 2019; Spurgeon vd., 2012) büyük benzerlikler göstermektedir. Dolayısıyla psikolojik danışmanların mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerin yüksek olması, etkili psikolojik danışman olma olasılıklarını artırıcı olabilir. Bu noktada psikolojik danışmanların mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerinin yüksek olmasının tükenmişliklerini önleyebileceği akla gelmektedir.

1.2. Psikolojik Danışmanlar, Kişilik, Mesleğe İlişkin Kişisel Eğilimler ve Tükenmişlik

Psikolojik danışmanlarının streslerinin ve tükenmişliklerinin olası nedenleri arasında mesleğe ilişkin kişisel eğilimleri ve kişisel özellikleri yer almaktadır (Fye vd., 2018). Psikolojik danışmanların başa çıkma becerileri gibi bazı kişisel özellikleri tükenmişlik riskini etkilemektedir (Resenberg & Pace, 2006). Bunun yanısıra danışmanlarının sorunlarına fazla dahil olmanın duygusal tükenme ve duyarsızlaşmayla yakından ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (McCormack vd., 2018; Oser vd., 2013). Araştırmalar sonunda psikolojik danışmanlar arasında artan empatinin ve azalan şefkatin (Elder, 2021), psikolojik danışmanların kendilerine gösterdikleri öz şefkatin (Kim, 2019) tükenmişliğin yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Thompson ve diğerleri (2014), ruh sağlığı psikolojik danışmanlarıyla yaptıkları çalışmada kullanılan başa çıkma mekanizmaları, bilinçli farkındalık (mindfulness) tutumları ve diğerlerine yardım etmekten alınan haz almagibi kişisel özelliklerin tükenmişliği yordadığını saptamışlardır. Onlara göre etkili başa çıkma mekanizmalarını kullanan, yüksek bilinçli farkındalığa sahip olma ile diğerlerine yardım etmekten haz alanlar daha az tükenmişlik yaşamaktadırlar.

BBK'e dayalı olarak psikolojik danışmanlarla yapılan bir çalışmada düşük düzeyde nörotizm ve yüksek dışadönüklük, uyumluluk ve sorumluluk yaşayan psikolojik danışmanların daha az duyarsızlaşma ve duygusal tükenmişlik, daha fazla kişisel başarı yaşadıkları saptanmıştır (Lent & Schwartz, 2012). Bakker vd., (2006) psikolojik danışmanlarla yaptıkları çalışmada duygusal tükenmenin duygusal dengesizlik /nörotizm, duyarsızlaşmanın dışa dönüklük, duygusal dengesizlik /nörotizm ve deneyimlere açık olma olma ile kişisel başarının ise dışa dönüklük ve duygusal dengesizlik /nörotizm tarafından yordandığını bulmuşlardır. BBK'nın bireyin mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerini araştırmak için pratik bir kuramsal çerçeve sunduğu savunulmaktadır (Garner vd., 2016; Lamers vd., 2012). Buradan yola çıkılarak yapılan bir yordama çalışmasının bulguları mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerin BBK'nın savunduğu beş boyut tarafından yordandığını göstermektedir (Korkut-Owen, 2021).

1.3. Araştırmanın Amacı

Psikolojik danışmanlık alanında tükenmişlik ve mesleki eğilimler üzerine yapılan çalışmalar genellikle cinsiyet ayrımı yapmadan genelleme eğilimindedir. Ancak cinsiyetin bu dinamikler üzerindeki etkisi, özellikle kadınların mesleki deneyimlerini anlamak için yeterince ele alınmamıştır. Bu çalışmada alanyazındaki çalışmaların sonuçlarından yola çıkarak kadın psikolojik danışmanların mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerinin tükenmişliklerini yordayıp yordamadığı sorusuna yanıt aranmıştır.

YÖNTEM

Bu çalışmada kadın psikolojik danışmanların mesleğe ilişkin kişisel eğilimleri ile tükenmişlikleri arasındaki ilişki incelendiği için nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu model bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki birlikte değişimin yönünü ve derecesini açıklamayı ifade etmektedir (Karasar, 2003). Bu araştırmanın bağımsız değişkeni mesleğe ilişkin kişisel eğilimler iken bağımlı değişkeni tükenmişliğin boyutlarıdır.

2.1. Katılımcılar

Katılımcıların belirlenmesinde uygun örneklem (Onwuegbuzie & Collins, 2007) kullanılarak okullarda, Rehberlik Araştırma Merkezlerinde ve farklı kurumlarda çalışan kadın psikolojik danışmanlara Google-Forms kullanılarak çevrimiçi olarak ulaşılmıştır. Araştırmada ulaşılan kadın psikolojik danışman sayısı 125 iken 4 katılımcının verileri ölçeklerin eksik doldurulmuş olması ve uç değerlerin bulunması gibi nedenlerle çalışmaya dahil edilmemiştir. Sonuç olarak analizler için toplam 121 kadın psikolojik danışmanın verileri kullanılmıştır. Bu katılımcı sayısı Tabachnick & Fidell'in (2013) önerdiği minimum örneklem büyüklüğünü karşılamaktadır. Katılımcıların 107'sinin (% 88.4) farklı kademelerdeki okullarda 14'ünün (% 11.6) Rehberlik Araştırma Merkezi, Halk Eğitimi Merkezi ve özel merkezler gibi kurumlarda çalıştıkları belirlenmiştir. Çalışma yıllarına göre katılımcıların dağılımları 0-5 yıl (n=23; % 19); 6-10 yıl (n=27; % 22.3); 11-15 yıl (n=51; % 42.1) ve 16 yıl ve daha fazla süredir çalışanlar (n=20; % 16.5) biçimindedir. Medeni durumlarına göre psikolojik danışmanların dağılımları evli olanlar (n=67; % 55.4) ve evli olmayanlar (n=54; % 44.6); çocuk sahibi olma durumuna göre çocuk sahibi olanlar (n=55; % 45.5) ve olmayanlar (n=66; %54.5) biçimindedir.

2.2. Veri Toplama Araçları

Veriler Maslach Tükenmişlik Ölçeği, Mesleğe İlişkin Kişisel Eğilimi Değerlendirme Ölçeği ve demografik bilgileri içeren Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla toplanmıştır.

2.2.1. Maslach Tükenmişlik Ölçeği (MTÖ)

MTÖ, Maslach & Jackson (1981) tarafından geliştirilmiş olup Ergin (1992) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. Ölçeğin duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı olarak isimlendirilen boyutları ayrı ayrı punlanmaktadır. Dolayısıyla ölçekten toplam puan elde edilmemektedir. Duygusal tükenmişlik boyutu 9 (olumsuz), duyarsızlaşma boyutu 5 (olumsuz) ve kişisel başarı boyutu 8 (olumlu) madde içermektedir. MTÖ'nin Türkçe formu orijinalinden farklı olarak 5'li likert olarak derecelendirilmektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayıları incelendiğinde duygusal tükenmişlik için güvenirlik katsayısı 0.83, duyarsızlaşma için 0.65 ve kişisel başarı için 0.72 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada elde edilen Cronbach Alpha Güvenirlik Katsayıları sırasıyla 0.93, 0.79 ve 0.78 olarak hesaplanmıştır.

2.2.2. Mesleğe İlişkin Kişisel Eğilimi Değerlendirme Ölçeği (MİKEDÖ)

Korkut-Owen ve diğerleri (2018) tarafından geliştirilen MİKEDÖ toplam 40 maddeden oluşmaktadır. Alınan puanların yüksekliği mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerin beklenen düzeye yakın olduğunu ifade etmektedir. Hem toplam hem de alt boyutlarından puan alınabilen ölçeğin altı alt boyutu bulunmaktadır. Bu boyutlar; farklılara saygı (FS); kişilerarası ilişkilerde özen (KİÖ); insanlara ve yardım etmeye yönelik olma (İYEYO); yaşama karşı olumlu tavır (YKOT); kendinin farkında olma (KFO) ve yeniliklere açık olma (YAO) şeklindedir. Beşli likert olarak derecelendirilen ölçekten 40-200 arası toplam puan alınmaktadır. Alt boyutlardan alınabilecek puan aralıkları madde sayılarına göre değişmektedir. MİKEDÖ'nün güvenirliği için Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı tüm ölçek için .89 olarak hesaplanmıştır. Alt boyutlar için katsayılar sırasıyla, 0.82; 0.64, 0.69, 0.65, 0.66 ve 0.69 olarak elde edilmiştir. Bu çalışmada tüm ölçek için hesaplanan Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı 0.93'tür. Boyutlarından elde edilen katsayılar ise sırasıyla 0.87, 0.76, 0.80, 0.67, 0.75 ve 0.63 olarak bulgulanmıştır.

2.2.3. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından oluşturulan bu formda katılımcıların toplam beş soru bulunmaktadır. Bu sorular katılımcıların çalıştıkları kurumlar, psikolojik danışman olarak çalışma süreleri, medeni durumları, çocuk sahibi olma durumları ile ilgilidir.

2.3. Verilerin Toplanma Süreci

Öncelikle Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi'nden 08/01/2024 tarihli 5998 sayılı etik kurul izni alınmıştır. Veriler 2024 yılının Mart ve Haziran ayları arasında online olarak toplanmıştır. Veriler toplanırken gönüllülük ilkesi önemle hatırlatılmış katılımcılara diledikleri zaman ölçme araçlarını doldurmayı bırakabilecekleri bilgisi verilmiştir.

2.4. Verilerin Analizi

Veriler, regresyon analizi ile değerlendirilmiştir. Regresyon analizi öncesi regresyon varsayımları kontrol edilmiştir. Uç değerler analize dahil edilmemiş olup normallik varsayımı Shapiro-Wilk testi ve çarpıklık basıklık değerleri kontrol edilmiştir. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin incelenmesinde ardından regresyon analizine geçmeden önce değişkenler arası ilişkiler Pearson Korelasyon Katsayısı ile incelenmiştir. Varsayımların sağlandığı değişkenler arasında aşamalı regresyon analizleri ayrı ayrı yapılmıştır. Bu analizler için Jamovie 2.5.6 programı kullanılmıştır (Jamovi, 2024).

Tablo 1'de tüm bağımlı ve bağımsız değişkenlerin ortalamaları, standard sapma değerleri, minimum ve maksimum değerleri ile çarpıklık ve basıklık değerlerini içeren betimsel istatistikler yer almaktadır.

Tablo 1

Betimsel İstatistikler

Değişken	$\bar{X}$	SS	Min.	Maks.	S-W	Çarpıklık	Basıklık
1. FS	34.52	4.19	22	40	$p > 0.05$	-0.47	-0.36
2. KÖ	29.50	3.25	20	35	$p > 0.05$	-0.56	0.33
3. İYEYO	35.44	3.44	21	40	$p > 0.05$	-1.14	2.23
4. YKOT	28.89	3.48	18	35	$p > 0.05$	-0.31	-0.12
5. KFO	27.50	4.42	14	35	$p > 0.05$	-0.59	0.40
6. YAO	12.49	1.88	8	15	$p > 0.05$	-0.36	-0.61
7. MİKEDÖ	168.34	16.47	118	200	$p > 0.05$	-0.45	0.11
8. DT	23.69	9.06	9	45	$p > 0.05$	0.49	-0.67
9. KB	31.56	4.14	20	40	$p > 0.05$	-0.46	0.23
10. DY	08.56	3.92	5	25	$p > 0.05$	1.41	2.33

FS: Farklılara Saygı, KÖ: Kişilerarası İlişkilerde Özen; İYEYO: İnsanlara Yardım Etmeye Yönelik Olma; YKOT: Yaşama Karşı Olumlu Tavrı; KFO: Kendinin Farkında Olma; YAO: Yeniliklere Açık Olma; DT: Duygusal Tükenme; KB: Kişisel Başarı; DY: Duyarsızlaşma

Tablo 1 incelendiğinde, Shapiro-Wilk normallik testine göre tüm değişkenlerin normallik varsayımını karşıladığı görülmüştür ($p > 0.05$). Çarpıklık ve basıklık değerleri için Tabachnick ve Fidell (2019), -1.5 ile +1.5 aralığını ideal olarak önermekte; 2 ile 4 arasındaki değerlerin ise kabul edilebilir düzeyde olduğunu belirtmektedir. Bu bağlamda, İYEYO ve DY boyutları dışındaki tüm değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin önerilen aralıkta olduğu tespit edilmiştir. İYEYO ve DY boyutları için ise *Shapiro-Wilk* normallik testi sonuçları ve çarpıklık değerleri normallik varsayımını karşılarken, basıklık değerleri kabul edilebilir sınırlar içinde yer almaktadır. Dolayısıyla, tüm değişkenler için normallik varsayımının sağlandığı sonucuna varılmıştır.

BULGULAR

Bu kısımda önce korelasyon matrisi verilmiştir. Ardından tükenmişliğin üç alt boyutuna göre yapılan regresyon analizi çalışmalarına ilişkin bulgular sunulmuştur. Değişkenler arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2

Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. FS									
2. KÖ	0.55***								
3. İYEYO	0.68***	0.74***							
4. YKOT	0.50***	0.72***	0.70***						
5. KFO	0.60***	0.58***	0.55***	0.48***					
6. YAO	0.53***	0.31***	0.42***	0.44***	0.23*				
7. MİKEDÖ	0.83***	0.84***	0.87***	0.81***	0.78***	0.55***			
8. DT	-0.26**	-0.29**	-0.30***	-0.25**	-0.48***	-0.05	-0.37***		
9. KB	0.50***	0.58***	0.56***	0.64***	0.35***	0.47***	0.64***	-0.20*	
10. DY	-0.35***	-0.40***	-0.44***	-0.36***	-0.52***	-0.04	-0.48***	0.65***	-0.24**

Not. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

FS: Farklıklara Saygı, KÖ: Kişilerarası İlişkilerde Özen; İYEYO: İnsanlara Yardım Etmeye Yönelik Olma; YKOT: Yaşama Karşı Olumlu Tavrı; KFO: Kendinin Farkında Olma; YAO: Yeniliklere Açık Olma; DT: Duygusal Tükenme; KB: Kişisel Başarı; DY: Duyarsızlaşma

Tablo 2 incelendiğinde duygusal tükenmenin FS ($r = -0.26$; $p < 0.01$), KÖ ($r = -0.29$; $p < 0.01$), İYÖYÖ ($r = -0.30$; $p < 0.001$) ve YKOT ($r = -0.25$; $p < 0.01$) olumsuz yönde düşük düzeyde, KFO ($r = -0.48$; $p < 0.001$) ve MİKEDÖ toplam puanı ($r = -0.37$; $p < 0.001$) ile olumsuz yönde orta düzeyde ilişkili iken YAO boyutu ile anlamlı düzeyde ilişkisi olmadığı belirlenmiştir. Kişisel Başarı’nın FS ($r = 0.50$; $p < 0.001$), KÖ ($r = 0.58$; $p < 0.001$), İYEYO ($r = 0.56$; $p < 0.001$), YKOT ($r = 0.64$; $p < 0.001$), KFO ($r = 0.35$; $p < 0.001$), YAO ($r = 0.47$; $p < 0.001$) ve MİKEDÖ toplam puanı ($r = 0.64$; $p < 0.001$) ile olumlu yönde orta düzeyde ilişkili olduğu saptanmıştır. Son olarak duyarsızlaşmanın FS ($r = -0.35$; $p < 0.001$), KÖ ($r = -0.40$; $p < 0.001$), İYEYO ($r = -0.44$; $p < 0.001$), YKOT ($r = -0.36$; $p < 0.001$), KFO ($r = -0.52$; $p < 0.001$) ve MİKEDÖ toplam puanı ($r = -0.48$; $p < 0.001$) ile olumsuz yönde orta düzeyde ilişkili iken YAO boyutu ile anlamlı düzeyde ilişkisi olmadığı bulunmuştur.

MİKEDÖ ile boyutlarının kendi aralarındaki ilişkilerden dolayı her bir tükenmişlik boyutuna ilişkin regresyon analizleri önce MİKEDÖ toplam puanı bağımsız değişken olarak alınarak tükenmişlik boyutlarını ne derece yordadığı ayrı ayrı incelenmiştir. MİKEDÖ toplam puanının tükenmişlik boyutlarını yordayıcılığı Tablo 3’de yer almaktadır.

Tablo 3*MİKEDÖ'nin Tükenmişlik Boyutlarını Yordayıcılığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları*

Yordayıcı	B	SH	β	t	R ²	F
Duygusal Tükenme						
MİKEDÖ	-0.20	0.05	-0.37	-4.35	0.13	18.9
Kişisel Başarı						
MİKEDÖ	0.16	0.02	0.64	9.08	0.40	82.5
Duyarsızlaşma						
MİKEDÖ	-0.11	0.01	-0.48	-3.96	0.23	82.5

Tablo 3 incelendiğinde MİKEDÖ toplam puanı tüm tükenmişlik boyutlarını yordamaktadır. Buna göre MİKEDÖ toplam puanı duygusal tükenmişliğin % 13'ünü [$F(1,119) = 18.9$; $p < 0.001$], kişisel başarının % 40'ını [$F(1, 119) = 82.5$; $p < 0.001$] ve duyarsızlaşmanın % 23'ünü [$F(1, 119) = 35.5$; $p < .001$] açıklamaktadır.

Her bir tükenmişlik boyutunun MİKEDÖ'nin alt boyutları tarafından yordanıp yordanmadığı ayrı ayrı incelenmiştir. YAO ile duygusal tükenme ve duyarsızlaşmanın anlamlı ilişkisi olmadığı için analize dahil edilmemiştir. Anlamlı ilişkisi olan boyutlar arasında aşamalı regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Her bir boyut için ayrı ayrı yapılan analiz sonuçları Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4*MİKEDÖ'nin Boyutlarının Tükenmişlik Boyutlarını Yordayıcılığına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları*

Yordayıcı	B	SH	β	t	R ²	F
Duygusal Tükenme						
KFO	-1.00	0.17	-0.47	-5.87	0.23	34.5
Kişisel Başarı						
YKOT	0.43	0.12	0.36	3.59	0.413	83.8
KİO	0.31	0.12	0.25	2.56	0.442	46.7
YAO	0.51	0.16	0.23	3.13	0.485	36.7
Duyarsızlaşma						
KFO	-0.36	0.08	-0.40	-4.39	0.274	44.8
İYEYO	-0.25	0.10	-0.22	-2.44	0.308	26.3

Tablo 4'te KFO boyutu duygusal tükenme puanının % 23'ünü [$F(1, 119) = 34.5$; $p < 0.001$] açıkladığı görülmektedir. YKOT, KİO ve YA boyutları tarafından kişisel başarı puanının % 48.5'ini [$F(3, 117) = 36.7$; $p < 0.001$] açıklamaktadır. Kişisel başarıyı açıklayan boyutlardan YKOT toplam varyansın % 41.3'ünü, KİO % 2.9'unu ve YA % 4.3'ünü açıklamaktadır. KFO ve İYEYO duyarsızlaşmanın % 30.8'ini [$F(2, 118) = 26.3$; $p < 0.001$] açıkladığı belirlenmiştir. KFO kişisel başarının % 27.4'ünü açıklarken İYEYO % 2.4'ünü açıklamaktadır.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde bulguların tartışma ve yorumları korelasyon matrisine ve regresyon analizleri sonuçlarına göre gruplanmıştır. Yordama analizleri kişisel başarı, duygusal tükenmişlik ve duyarsızlaşma boyutlarına göre sıralanarak sunulmuştur. Ardından sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

4.1. Korelasyon Matrisine İlişkin Tartışma ve Yorum

Maslach Tükenmişlik Ölçeği'nin üç boyutu ile MİKEDÖ'nün toplam ve altı alt boyut puanları arasında hesaplanan 21 korelasyon katsayısının 19'unun anlamlı olduğu bulunmuştur. Kişisel başarı alt boyutuyla MİKEDÖ'nün toplam puanı ve tüm alt boyutları arasındaki korelasyon katsayıları pozitif yönlüdür. Bu bulgu, MİKEDÖ'nün tüm boyutlarının kişisel başarıyla güçlü bir ilişkisi olduğunu göstermektedir. Mesleki eğilimleri yüksek olan bireylerin, kişisel başarı duygusunun da yüksek olması şeklinde yorumlanabilir. Alanyazında, kişisel başarının psikolojik danışmanlık gibi duygusal yoğunluk gerektiren mesleklerde çalışanların mesleki yeterlilik algısı ve iş doyumuyla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Schaufeli & Bakker, 2004). Benzer şekilde, Gündüz (2012) okul psikolojik danışmanlarında yüksek mesleki öz-yeterlik algısının iş doyumunu artırdığını ve tükenmişlik riskini azalttığını bildirmiştir. Özellikle KİO ve İYEYO gibi boyutların kişisel başarıyla pozitif ilişkili olması, psikolojik danışmanların öğrenciler ve meslektaşlarla kurdukları empatik ilişkilerin ve yardım odaklı yaklaşımlarının mesleki başarı algısıyla bağlantılı olduğunu düşündürmektedir. FS ve YKOT boyutlarının ise okul ortamında farklı öğrenci profilleriyle çalışan danışmanların kapsayıcı ve iyimser tutum sergilemelerine olanak tanıyarak kişisel başarıyı desteklediği söylenebilir. KFO'nun bu ilişkideki rolü, danışmanların duygusal farkındalık yoluyla mesleki görevlerini daha etkili yerine getirmelerine katkı sağladığı şeklinde yorumlanabilir. YAO'nun olumlu ilişkisi ise yenilikçi yaklaşımların danışmanların kendilerini daha yetkin hissetmelerine olanak sağladığını göstermektedir.

Duygusal tükenme ve duyarsızlaşma boyutlarının, MİKEDÖ'nün toplam puanı ve YAO dışındaki diğer alt boyutları (FS, KİO, İYEYO, YKOT, KFO) ile olumsuz yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği bulunmuştur. Bu bulgular, farklılıklara saygı, kişilerarası ilişkilerde özen, yardım etmeye yönelik tutumlar, olumlu yaşam tavrı ve öz-farkındalık gibi mesleki eğilimlerin yüksek olmasının, psikolojik danışmanların duygusal tükenme ve duyarsızlaşma düzeylerini azalttığını ortaya koymaktadır. Psikolojik danışmanlık, öğrencilerle birebir çalışan, duygusal destek sağlayan ve çoğunlukla karmaşık sorunlarla başa çıkan bir meslek olduğu için yüksek düzeyde duygusal beklentilerle karşılaşılması kaçınılmazdır (Skovholt & Trotter-Mathison, 2011). FS, KİO ve İYEYO gibi boyutların duygusal tükenme ve duyarsızlaşmayla negatif ilişkili olması, bu eğilimlerin koruyucu bir faktör olarak işlev görebileceğini düşündürmektedir. Örneğin, KİO, öğrenciler ve okuldaki diğer personelle kurulan empati temelli ilişkiler yoluyla sosyal desteği artırarak duyarsızlaşma riskini azaltabilir. İYEYO ise yardım odaklı olmanın mesleki anlamı güçlendirerek duygusal tükenmeyi hafifletebileceğini göstermektedir. Bu sonuçlar, İş Talepleri-Kaynakları Modeli'ni (Demerouti vd., 2001) destekler niteliktedir. FS, KİO, İYEYO, YKOT ve KFO gibi mesleki eğilimlerin, iş yükü ve duygusal stres gibi olumsuz iş taleplerinin etkilerini tamponlayan iş kaynakları olarak işlev gördüğü öne sürülebilir (Bakker & Demerouti, 2007).

Duygusal tükenme ve duyarsızlaşmanın YAO ile anlamlı bir ilişki göstermemesi, yeniliklere açık olmanın bu tükenmişlik boyutlarıyla doğrudan bağlantılı olmadığını ortaya koymaktadır. Yeniliklere açıklık, bilişsel esneklik, yaratıcı problem çözme ve değişime uyum sağlama kapasitesiyle ilişkilidir (Costa & McCrae, 1992). Ancak psikolojik danışmanlık bağlamında YAO'nun etkisi dolaylı olabilir çünkü okullarda çalışan psikolojik danışmanlar belli bir müfredata göre çalışmalarını gerçekleştirmek durumunda kalabilmektedirler bu durumda yenilikçi yaklaşımları uygulamaya geçirmede güçlükler yaşanmasına nedne olabilir. Öte yandan Yam (2018) psikolojik danışmanların tükenmişlik düzeylerinin sosyal destek ve okul yönetimiyle

ilişkiler gibi bağlamsal faktörlerden etkilendiğini belirtmiştir. Bu bulgu, YAO'nun tükenmişlik üzerindeki etkisinin daha karmaşık olduğunu ve sosyal destek, iş doyumu gibi aracı değişkenlerle incelenmesinin daha uygun olabileceğini düşündürmektedir.

4.2. Yordama Çalışmalarına İlişkin Tartışma ve Yorum

4.2.1. Kişisel Başarı

Kişisel başarı, kadın psikolojik danışmanların MİKEDÖ'den aldıkları toplam puan tarafından büyük oranda yordanmaktadır. MİKEDÖ'nün alt boyutlarına bakıldığında kişisel başarı KIÖ, YKOT ve YAO tarafından yordanmaktadır. Kişisel başarı alt boyutu tükenmişlik ölçeğinin olumlu ifadeler içeren tek boyutudur. Bu boyutun MİKEDÖ'nün toplam puanıyla yüksek oranda yordanması anlamlı bir bulgudur. Bu durumda mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerinin yüksek olmasının kişisel başarılarını olumlu yönde yordadığı anlaşılmaktadır.

Kişisel başarı alt boyutuna, KIÖ açısından bakıldığında kişilerarası ilişkilere karşı özenli olanların kişisel başarı duygularının daha yüksek düzeyde olduğu anlaşılmaktadır. BBK'na göre dışa dönük olan bireyler kişilerarası bağlar oluşturabildikleri ve daha olumlu duygular yaşadıkları için daha az tükenme yaşamaktadırlar (Clark & Watson, 1999; Lucas vd., 2000). Bu araştırmada elde edilen bulgu yapılan farklı çalışmalarda kadınların iletişim becerilerinin daha iyi olduğuna yönelik bulgulara (Örn., Güçlü, 2016; Koç vd., 2015; Suzuki-Laidlaw vd., 2006) benzerlik göstermektedir. Bulgulara göre YKOT'un kişisel başarıyı yordayıcılığı toplam ölçek puanının yordayıcılığından daha yüksektir. Bu durumda yaşama karşı daha olumlu bakmanın kişisel başarı duygusuna büyük etkisi olduğu söylenebilir. Kadın psikolojik danışmanların daha fazla yaşam doyumu (Demir & Murat, 2017), özgüven (Rand vd., 2016) ve iyimserlik (Gülcan & Nedim-Bal, 2014) içinde olduklarını gösteren araştırma sonuçlarına bakıldığında bunun YKOT ile yakından ilgili oldukları görülmektedir. Psikolojik danışmanların YKOT'larının BBK yer alan beş alt boyut tarafından da yordandığının saptanması (Korkut-Owen, 2021) bu özelliğin psikolojik danışmanlar için farklı bir önemi olduğunun göstergesi olarak ele alınabilir. Comings (2023) yetişkinlerin amaçlarına ulaşmada olumlu tavır içinde olmalarının önemli rolü olduğuna değinmektedir. YKOT açısından bakıldığında kişisel başarı değişkeni yaşam doyumu ile bağlantılı gibi görünmektedir. Bu anlamda yapılan bazı çalışmalarla olumlu düşünme setine sahip olmanın yaşam doyumu ile bağı olduğu saptanmıştır (Oishi & Westgate, 2022). Sağlık çalışanları ile yapılan bir çalışmada tükenmişliğin kişisel başarı alt boyutuna daha ağırlık verilerek çalışılmıştır (Khorfan vd., 2021). Çalışma sonunda yaşam doyumu ile ilişkili olarak iş doyumu arttıkça kişisel başarı duygusunun da arttığı saptanmıştır. Bu çalışmadan elde edilen bulguya dayalı olarak psikolojik danışmanların YKOT'larının yüksek olmasının, kişisel başarı duygusunu artırarak tükenmişliği önleyici olabileceği söylenebilir.

Kişisel başarı alt boyutuna YAO açısından bakıldığında, BBK'ndaki deneyimlere açıklık boyutuna dayalı olarak yorum yapılabilir. BBK'na göre yüksek derecede deneyimlere açık olanlar yeni durumlara karşı bilişsel olarak meraklı oldukları için bu özellikler onları rahatsızlık duymaktan (Zimmerman, 2008) ve tükenmişlik yaşamaktan (Angelini, 2023) korumaktadır. Yapılan çalışmalar kadınların yeniliklere daha açık olduğunu göstermektedir (Costa, vd., 2001; Tatar, 2009). Bu durumda yeniliklere açık olan kadın psikolojik danışmanların kendileri daha başarılı hissettikleri söylenebilir.

4.2.2. Duygusal Tükenme

Bu araştırmanın sonunda duygusal tükenme alt boyutunun MİKEDÖ'nün toplam puanıyla ve KFO alt boyutu tarafından yordandığı saptanmıştır. Maslach'ın tükenmişlik modelinde üç boyut olsa da alanyazındaki bazı yayınlarda duygusal tükenme boyutunun temel boyut olduğundan söz edilmektedir (Seidler vd., 2014). Toplam puanın duygusal tükenmeyi yordaması genel mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerin yüksek olmasının duygusal tükenmeyi önleyebileceğini düşündürmektedir.

KFO'nun duygusal tükenmeyi yordayıcılığı toplam ölçek puanının yordayıcılığından daha fazladır. Bireyin kendinin farkında olması, duygularının, düşüncelerinin, gereksinimlerinin farkında olması, onları kabul etmesi ve gereksinimlerini karşılayacak türden davranmasını içermektedir. Alanyazında genel olarak kendinin farkında olmanın tükenmişliği azaltmadaki rolünden (Rokach & Boulazreg, 2022; Rupert & Kent, 2007), yeterince kendinin farkında olmamanın ruh sağlığı çalışanları için tükenmişlik riski taşıdığından (Killian, 2008) ve kendinin farkında olmanın tükenmişlikten koruyucu yanından (Friedman, 2017) söz edilmektedir. Lambie (2007) de psikolojik danışmanların öz farkındalıklarının yüksek olmasının onları tükenmişlikten kurtaracağını savunmaktadır. Ko & Lee (2021) ihtiyaçlarının ve ilgilerinin farkında olan psikolojik danışmanların kendilerini tükenmişlikten koruduklarını ve danışanları için daha etkili olduklarını belirtmektedirler. Kadın üniversite psikolojik danışmanlarıyla yapılan bir çalışmada (Lin, 2012) kendinin farkında olmanın, kendine bakmayı hızlandırdığı ve tükenmişliği önlemede önemli olduğu saptanmıştır. Alanyazındaki araştırmalar kadınların (Boden vd., 2013) ve kadın psikolojik danışman adaylarının (Gençtanırım-Kurt vd., 2015) yüksek farkındalık düzeylerine sahip olduklarını göstermektedir. Bu bulgu, duygusal tükenmişliği önlemede psikolojik danışmanların öz farkındalıklarının yüksek olmasının önemine dikkat çekmektedir. Öte yandan kadınların psikolojik danışmanların duygusal emekleri ile tükenmişlik bağına değinen çalışma (Tiwari, 2020) dikkate alındığında özellikle kadın psikolojik danışmanların duygusal emeklerine ilişkin farkındalıklarının da artırılması önemli görünmektedir.

4.2.3. Duyarsızlaşma

Psikolojik danışmanların duyarsızlaşmaları MİKEDÖ'den aldıkları toplam puan tarafından yordanmaktadır. Ayrıca duyarsızlaşmanın, MİKEDÖ'nün alt boyutlarından İYEYO, KFO ve YAO tarafından yordandığı da saptanmıştır. Yordayıcılık açısından bakıldığında İYEYO'nun tek başına toplam puan kadar, KFO'nun ise toplam puandan daha fazla oranda duyarsızlaşmayı yordadığı anlaşılmaktadır. Toplam puan açısından bakıldığında, psikolojik danışmanların genel mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerinin yüksek olmasının duyarsızlaşmayı azaltacağı biçiminde yorum yapılabilir.

İYEYO boyutu alanyazındaki başkalarına yardım etmekten alınan haz değişkenine benzemektedir. Ruh sağlığı psikolojik danışmanlarıyla yapılan bir çalışmada diğerlerine yardım etmekten alınan hazzın tükenmişliği yordadığı saptanmıştır (Thompson vd., 2014). Bu çalışmaya göre diğerlerine yardım etmekten haz alanlar daha az tükenmişlik yaşamaktadırlar. Elder (2021) de bireylerin başkalarına karşı duydukları şefkat duygusunun azalmasının tükenmişliği yordadığını saptamıştır. Bu çalışmada elde edilen bulgu, alanyazındaki kadınların yardım etmeye yönelik mesleklere daha fazla yöneldikleri ile ilgili araştırma sonuçlarına (Eagly ve Wood, 1999; Korkut-Owen vd., 2014; Severiens & ten Dam, 2012; Vailan, 2014) benzerlik göstermektedir. Başkalarına yardım etmekten hoşlanan kadın psikolojik danışmanların daha az duyarsızlaşma yaşadıkları söylenebilir.

KFO'nun artması ile duyarsızlaşmanın azaldığı anlaşılmaktadır. Urdang (2010) öz farkındalık arttıkça tükenmişliğin önlenebileceğini belirtmektedir. Earle (2017) öz farkındalığı korumaya yönelik davranışların tükenmişliğin her boyutuyla ilişkili olduğunu saptamıştır. Bireyin kendinin farkında olması arttıkça tükenmişlikle ilgili olabilecek belirtileri yaşamaya başladığında bunu farketmesi ve önlem alması daha erkenden olabilir. Duygusal tükenme boyutunda olduğu gibi duyarsızlaşma boyutunda da KFO'nun önemli olduğu anlaşılmaktadır. Psikolojik danışmanların kendilerinin farkında olmaları arttıkça duyarsızlaşmaları, dolayısıyla tükenmişlikleri azalıyor görünmektedir.

Bulgulara göre YAO'nun fazla olması ile duyarsızlaşma azalmaktadır. BKK'nın boyutlarından birisi olan açık olmanın daha düşük tükenmişlikle bağlı olduğunu gösteren araştırma sonuçları bulunmaktadır (Angelini 2023; Engphaiboon, 2012). Burisch (2002) tarafından öğretmenlerle yapılan uzunlamasına bir çalışmada duyarsızlaşma ile açık olma

arasında anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Başka bir çalışmada ise duyarsızlaşma ile açık olma arasında bağ olmadığı bulunmuştur (Stephens, 2020). Çoğu çalışma yeni deneyimlere açık olmak ile duyarsızlaşma arasında olumsuz bir ilişki olduğunu gösterse de bazı çalışmalar bu iki kavram arasında olumlu ilişki olduğunu göstermektedir (Örn., Bahadori vd., 2019). Yukarıda duygusal tükenme boyutunda da söz edildiği gibi kadınlar yeniliklere daha açık görünmektedir (Costa vd., 2001; Tatar, 2009). Bu durumda yeniliklere açık olan kadın psikolojik danışmanların duyarsızlaşma olasılıklarının görece düşük olduğu söylenebilir.

4.3. Sonuç ve Öneriler

Kadın psikolojik danışmanlarla gerçekleştirilen bu araştırmada tükenmişliğin üç ayrı boyutu ile MİKEDÖ'nün toplam ve altı alt boyut puanları arasında hesaplanan korelasyon katsayılarının neredeyse hepsinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Regresyon sonuçlarına göre ise MİKEDÖ'den elde edilen toplam puan, tükenmişliğin üç alt boyutunu da açıklamaktadır. Tükenmişliğin Kişisel Başarı alt boyutu, KİÖ, YKOT ve YAO tarafından yordanmaktadır. Ayrıca Duygusal Tükenme alt boyutunun KFO alt boyutu, Duyarsızlaşma alt boyutunun ise İYEYÖ, KFO ve YAO boyutları tarafından yordandığı saptanmıştır. Bu durumda psikolojik danışmanların mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerini tükenmişliği yordadığı ve o nedenle psikolojik danışmanlara bu konuda eğitim ve destek verilmesinin işe yarayabileceği söylenebilir. Elde edilen bulgulara göre psikolojik danışmanların mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerini, özellikle YKOT'larını, öz farkındalıklarını artıran seminerler, hizmet içi eğitimler verilebilir.

Kişisel başarı alt boyutun yordanmasında psikolojik danışmanların YKOTlarının yordayıcılığı oldukça yüksek orandadır. Duygusal tükenme ve duyarsızlaşma boyutlarında ise KFO oldukça önemli görünmektedir. Bu nedenle psikolojik danışmanlara yönelik hizmetiçi eğitimlerde farkındalık temelli yaklaşımların etkili olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca mesleki dayanışma platformlarının etkin kullanılması kişisel gelişimi destekleyici grupların içerisinde yer almaları da farkındalıklarının artırılması noktasında etkili olabilir. Ayrıca kadın psikolojik danışmanların toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin farkındalıklarını da artırmak önemli görünmektedir. Tüm bunlar dikkate alındığında, psikolojik danışma programları geleceğin psikolojik danışmanlarını yetiştiriyorken öğrencilerin mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerini geliştirici çalışmalar yapmaları anlamlı olabilir. Özellikle YKOT ve KFO alanlarının geliştirilmesi için özel çaba gösterilmesi psikolojik danışman adaylarının gelecekte tükenmiş yaşamalarını önlemek için işe yarayabilir. Bu çalışma ile mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerin tükenmişliği yordadığı saptanmıştır. Bazı araştırmalar tükenmişlik ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi daha iyi anlamak için daha fazla araştırmaya gerek duyulduğu savunmaktadır (Örn., Lee vd., 2023). O nedenle psikolojik sağlık, öz bakım, öz şefkat, iyi oluş, öz saygı benzeri değişkenlerle benzeri çalışmalar yapılabilir. Tükenmişliği önleyebilmek için yapılabilecek etkinlikler için psikolojik danışmanların düşüncelerinin alındığı nitel çalışmalar da anlamlı olabilir. Diğer taraftan kadınların çoklu rolleri, toplumsal cinsiyet rolleri, duygusal emek düzeyi gibi değişkenler açısından tükenmişlik düzeyleri incelenebilir.

Çalışmamızda 121 kadın psikolojik danışmandan veri toplanmıştır. Her ne kadar bu Tabachnick & Fidell (2013)'in önerdiği minimum örneklem büyüklüğünü karşılarsa da genellemeler yapabilmek adına daha büyük örneklem sayısı ile toplumsal cinsiyet rolleri, çoklu rol stresi, duygusal emek gibi değişkenleri aracı değişken olarak alan yapısal model testleri yapılabilir. Katılımcılardan tükenmişlikleri ile ilgili nitel veriler toplayarak elde edilen bulgular güçlendirilmesi anlamlı olabileceği için nitel soruların olmaması bu araştırma için bir sınırlılık olarak ele alınabilir. Gelecek nicel çalışmalarda hem tükenmişlik hem de mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerle ilgili nitel sorular aracılığı ile de veri toplanması düşünülebilir. Öte yandan bu araştırmanın bulgularının kadın psikolojik danışmanların mesleğe ilişkin kişisel eğilimlerinin, tükenmişlik yaşamalarını yordadığını göstermesinin alana önemli bir katkı olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Aarntzen, L., van der Lippe, T., van Steenbergen, E., & Derks, B. (2021). How individual gender role beliefs, organizational gender norms, and national gender norms predict parents' work-Family guilt in Europe. *Community, Work & Family*, 24(2), 120-142. <https://doi.org/10.1080/13668803.2020.1816901>
- Agresta J. M. (2002). Role perceptions of school mental health personnel: Their unique and overlapping functions. Dissertation Abstracts International. *The Sciences & Engineering*, 63(5-A), 1993.
- Akgün, A. (2022). Psikolojik danışmanların mesleki tükenmişlik düzeyleri ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi: Karma desen çalışması. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Akyürek, M. İ. (2020). Öğretmenlerde tükenmişlik. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1 (37), 35-47. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/zgefd/issue/54277/657574>
- Alver, B., Dursun, A., Zengin, Ö. & Aydın, F. (2018). Okul psikolojik danışmanlarının tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi (Bursa-Yıldırım Rehberlik ve Araştırma Merkezi Örneği). *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 7, 76-187.
- Anderson, R. (2015). Personal characteristics, school setting, school counselor tasks, and burnout relationships to school counselor self-advocacy. [Unpublished doctoral dissertation]. University of South Dakota ProQuest Dissertations & Theses, 3728854
- Angelini, G. (2023). Big five model personality traits and job burnout: a systematic literature review. *BMC Psychology*, 11, 49. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01056-y>
- American School Counseling Association (2020). State of the Profession 2020, 2020-State-of-the-Profession.pdf (schoolcounselor.org)
- Bahadori, M., Ravangard, R., Raadabadi, M., Hosseini-Shokouh, S. M., & Behzadnia, M. J. (2019). Job stress and job burnout based on personality traits among emergency medical technicians. *Trauma Monthly*, 24(6), 24-31. <https://doi.org/10.30491/TM.2019.104270>
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The Job Demands-Resources Model: State of the art. *Journal of Managerial Psychology*, 22(3), 309-328. <https://doi.org/10.1108/02683940710733115>
- Bakker, A. B., Van Der Zee, K. I., Lewig, K. A., & Dollard, M. F. (2006). The relationship between the big five personality factors and burnout: A study among volunteer counselors. *The Journal of Social Psychology*, 146(1), 31-50. <https://doi.org/10.3200/SOCP.146.1.31-50>
- Bardhoshi, G., Erford, B. T., & Jang, H. (2019). Psychometric synthesis of the Counselor Burnout Inventory. *Journal of Counseling & Development*, 97(2), 195-208. <https://doi.org/10.1002/jcad.12250>
- Bardhoshi, G., & Um, B. (2021). The effects of job demands and resources on school counselor burnout: Self-efficacy as a mediator. *Journal of Counseling & Development*, 99(3), 289-301. <https://doi.org/10.1002/jcad.12375>
- Barrio Minton, C. A., Gibson, D. M., & Wachter Morris, C. A. (2016). Evaluating student learning outcomes in counselor education. American Counseling Association.

- Başören, M. (2005). Çeşitli değişkenlere göre rehber öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Zonguldak Karaelmas Üniversitesi.
- Boden, M. T., Gala, S., & Berenbaum, H. (2013). Emotional awareness, gender, and peculiar body-related beliefs. *Cognition and Emotion*, 27(5), 942-951. <https://doi.org/10.1080/02699931.2012.752720>
- Boscarino, J. A., Figley, C. R., & Adams, R. E. (2004). Compassion fatigue following the September 11 terrorist attacks: a study of secondary trauma among New York City social workers. *International Journal of Emergency Mental Health*, 6(2), 57-66. PMID: PMC2713725
- British Association for Counselling and Psychotherapy (2017). Is counseling women's work? Is counselling women's work? (bacp.co.uk)
- Burisch, M. (2002). A longitudinal study of burnout: The relative importance of dispositions and experiences. *Work and Stress*, 16(1), 1-17. <https://doi.org/10.1080/02678370110112506>
- Camcı, Y. & Ercan, L. (2017). Psikolojik danışmanların kişilik özellikleri ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2017(9), 402-429.
- Christensen, J. K., Dickerman, C. A., & Dorn-Medeiros, C. (2018). Building a consensus of the professional dispositions of counseling students. *Journal of Counselor Preparation and Supervision*, 11(1). <https://digitalcommons.sacredheart.edu/jcps/vol11/iss1/2>
- Comings, J. P. (2023). Persistence: Helping adult education students reach their goals. In *Review of Adult Learning and Literacy*, Volume 7 (pp. 23-46). Routledge.
- Cordes, C. L., Dougherty, T. W., & Blum, M. (1997). Patterns of burnout among managers and professionals: A comparison of models. *Journal of Organizational Behavior*, 18(6), 685-701. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-1379\(199711\)18:6<685::AID-JOB817>3.0.CO;2-U](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-1379(199711)18:6<685::AID-JOB817>3.0.CO;2-U)
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Normal personality assessment in clinical practice: The NEO Personality Inventory. *Psychological Assessment*, 4(1), 5-13. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.4.1.5>
- Costa, P. T., Terracciano, A. & McCrae, R. R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures: Robust and surprising findings, *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(2), 322-331. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.81.2.322>
- Council for Accreditation in Counseling and Related Educational Programs. (2009). The CACREP 2009 Standards: Developing a Counselor Education Program Assessment. https://www.counseling.org/knowledge-center/vistas/by-subject2/vistas-education-and-supervision/docs/default-source/vistas/vistas_2010_article_23
- Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs. (2015). 2016 CACREP standards. Author.
- Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs. (2016). CACREP 2016 standards. <http://www.cacrep.org/forprograms/2016-cacrep-standards/>.
- Çelik, M. (2017). Rehber öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi (Diyarbakır İli Örneği) [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Toros Üniversitesi.

- Demir, R. & Murat, M. (2017). Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(13), 347-378.
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86, 499–512. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.3.499>
- Dönmez, K. & Sarı, T. (2021). Okul psikolojik danışmanlarında öz şefkat ile tükenmişlik arasındaki ilişkide umudun aracı rolünün incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (59), 60-84. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/maeuefd/issue/64363/900347>
- Eagly, A. H., & Wood, W. (1999). The origins of sex differences: Evolution versus social structure. *American Psychologist*, 54, 408–423. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.6.408>
- Earle, K. M. (2017). Burnout in NSW School Counsellors: Relationships between mindfulness, career-sustaining practices and work setting. *Journal of Student Engagement: Education Matters*, 7(1), 71-96. <https://ro.uow.edu.au/jseem/vol7/iss1/5>
- Elder, C.L. (2021). Empathy and compassion as predictors of counselor burnout and resilience. [Unpublished doctoral dissertation]. Mercer University.
- Engphaiboon, N. (2012). Personality traits and burnout among school mental health professionals. [Unpublished doctoral dissertation]. Murray State University
- Ergin, C. (1992). Doktor ve hemşirelerde tükenmişlik ve Maslach Tükenmişlik Ölçeğinin uyarlanması. VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları, 22-25 Eylül 1992, Hacettepe Üniversitesi, VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Düzenleme Kurulu ve Türk Psikologlar Derneği Yayını, Ankara.
- Eryılmaz, İ., Uzunbacak, H. H. & Akçakanat, T. (2022). Sağlık çalışanlarında tükenmişlik: COVID-19 öncesinde ve sırasında kıyaslamalı bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2 (4), 641-656. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sduiibfd/issue/73306/1148938>
- Evans, T. D., & Villavisanis, R. (1997). Encouragement exchange: Avoiding therapist burnout. *The Family Journal*, 5(4), 342–345. <https://doi.org/10.1177/1066480797054013>
- Freudenberger, H. J. (1989). Burnout: Past, present, and future concerns. *Loss, Grief & Care*, 3(1–2), 1–10. https://doi.org/10.1300/J132v03n01_01
- Friedman, K. (2017). Counselor self-care and mindfulness. *Contemporary Buddhism*, 18(2), 321–330. <https://doi.org/10.1080/14639947.2017.1373437>
- Fye, H. J., Kim, Y., & Rainey, J. S. (2022). Correlates of wellness, affective distress, and burnout among school counselors. *Journal of Counseling & Development*, 100(3), 308–318. <https://doi.org/10.1002/jcad.12425>
- Fye, H. J., Cook, R. M., Baltrinic, E. R., & Baylin, A. (2020). Examining individual and organizational factors of school counselor burnout. *The Professional Counselor*, 10(2), 235–250. <https://doi.org/10.15241/hjf.10.2.235>
- Garner, C. M., Freeman, B. J. & Lee, L. (2016). Assessment of student dispositions: The development and psychometric properties of the professional disposition competence assessment (PDCA). *ACA Knowledge Center*, 52, 1-14.

- Garner, C., Freeman, B., Stewart, R., & Coll, K. (2020). Assessment of dispositions in program admissions: The Professional Disposition Competence Assessment—Revised Admission (PDCA-RA). *The Professional Counselor*, 10(3), 337–350. <https://doi.org/10.15241/cg.10.3.337>
- Gençtanırım-Kurt, D., Kızıldağ, S., Demirtaş-Zorbaz, S. & Özer, A. (2015). Psikolojik danışman adaylarının duygusal farkındalık düzeylerinin belirleyicileri *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5 (44), 15-24.
- Gonzalez, T. C., Helm, H., & Edwards, L. I. (2019). An examination of resilience, compassion fatigue, burnout, and compassion satisfaction between men and women among trauma responders. *North American Journal of Psychology*, 21(1), 1-20.
- Görgülü, B. D. & Kumova, F. (2023). Psikoterapistlerde duygusal tükenmişlikle başa çıkma mekanizmaları, kontrol odağı ve duygusal denge eğiliminin ilişkisi. *ulakbilge*, 80, 75–93. <https://doi.org/10.7816/ulakbilge-11-80-06>
- Gülcan, A. & Nedim-Bal, P. (2014). Genç yetişkinlerde iyimserliğin, mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Asya Öğretim Dergisi*, 2(1(ÖZEL)), 41-52
- Gündüz, B. (2012). Self-efficacy and burnout in professional school counselors. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 12(3), 1761-1767.
- Gürbüz, H., & Karapınar, M. (2014). Bankacılık sektöründe çalışanların tükenmişlik düzeylerinin Maslach kriterlerine göre ölçülmesi, *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, 10(23), 267-278.
- Guthier, C., Dormann, C., & Voelkle, M. C. (2020). Reciprocal effects between job stressors and burnout: A continuous time meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 146(12), 1146-1173. <https://doi.org/10.1037/bul0000304>.
- Harker, R., Pidgeon, A. M., Klaassen, F., & King, S. (2016). Exploring resilience and mindfulness as preventative factors for psychological distress burnout and secondary traumatic stress among human service professionals. *Work*, 54(3), 631-637. <https://doi.org/10.3233/WOR-162311>
- Hou, J.-M., & Skovholt, T. M. (2020). Characteristics of highly resilient therapists. *Journal of Counseling Psychology*, 67(3), 386–400. <https://doi.org/10.1037/cou0000401>
- İkiz, E. (2010). Psikolojik danışmanların tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 25-43
- Jacobs, J. (2020). Self-Efficacy and burnout and their impact on school counselors. [Unpublished doctoral dissertation]. Walden University
- Jennings, L., & Skovholt, T. M. (1999). The cognitive, emotional, and relational characteristics of master therapists. *Journal of Counseling Psychology*, 46(1), 3–11. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.46.1.3>
- Karal, E. & Atak, H. (2022). Ruh sağlığı çalışanları olarak okul psikolojik danışmanlarının tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi: Şırnak ili örneği. *Eğitimde Yeni Yaklaşımlar Dergisi*, 5(1), 51-67.
- Khorfan, R., Hu, Y.Y., Agarwal, G., Eng, J., Riall, T., Choi, Ji, Are, C., Shanafelt, T., Bilimoria, K.Y., & Cheung, E.O. (2021). The role of personal accomplishment in general surgery resident well-being. *Annals of Surgery*, 274(1):12-17. <https://doi.org/10.1097/SLA.0000000000004768>.

- Kesler, K. D. (1990). Burnout: A multimodal approach to assessment and resolution. *Elementary School Guidance and Counseling*, 24(4), 303–311
- Killian, K. D. (2008). Helping till it hurts? A multimethod study of compassion fatigue, burnout, and self-care in clinicians working with trauma survivors. *Traumatology*, 14(2), 32-44. <https://doi.org/10.1177/1534765608319083>
- Kim, J. J., Brookman-Frazee, L., Gellatly, R., Stadnick, N., Barnett, M. L., & Lau, A. S. (2018). Predictors of burnout among community therapists in the sustainment phase of a system-driven implementation of multiple evidence-based practices in children's mental health. *Professional Psychology: Research and Practice*, 49(2), 132–141. <https://doi.org/10.1037/pro0000182>
- Kim, N., & Lambie, G. W. (2018). Burnout and implications for professional school counselors. *The Professional Counselor*, 8(3), 277–294. <https://doi.org/10.15241/nk.8.3.277>
- Ko, H., & Lee, S. M. (2021). Effects of imbalance of self-and other-care on counselors' burnout. *Journal of Counseling & Development*, 99(3), 252-262. <https://doi.org/10.1002/jcad.12372>
- Korkut-Owen, F., Kelecioğlu, H. & Owen, D. W. (2014). Cinsiyetlere göre üniversitelerdeki onbir yıllık eğilim: Kariyer danışmanlığı için doğurgular. *International Journal of Human Sciences*, 11(1), 794-813. <https://doi.org/10.14687/ijhs.v11i1.2845>
- Korkut-Owen, F., Tuzgöl Dost, M. & Çaykuş, E. T. (2022). Psikolojik sağlamlık ile mesleğe ilişkin kişisel eğilim arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracı rolü. *Milli Eğitim Dergisi*, 51 (236), 3275-3298. <https://doi.org/10.37669/milliegitim.1051527>
- Korkut-Owen, F. (2021). Büyük Beşli Modeli ve psikolojik danışman adaylarının mesleğe ilişkin kişisel eğilimleri. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (9), 80-99. <https://doi.org/10.21733/ibad.827546>
- Korkut-Owen, F., Tuzgöl-Dost, M. & Bugay-Sökmez, A. (2018). Psikolojik danışman eğitiminde mesleğe ilişkin (profesyonel) kişisel eğilimi değerlendirme: Ölçek geliştirme çalışması, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(49),173-191. <http://pdrdergisi.org/index.php/pdr/article/view/536/464>
- Kristensen, T. S., Borritz, M., Villadsen, E., & Christensen, K. B. (2005). The Copenhagen Burnout Inventory: A new tool for the assessment of burnout. *Work & stress*, 19(3), 192-207. <https://doi.org/10.1080/02678370500297720>
- Lambie, G.W. (2007). The contribution of ego development level to burnout in school counselors: implications for professional school counseling. *Journal of Counseling & Development*, 85, 82-88. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2007.tb00447.x>
- Lamers, A., Toepper, M., Fernando, S. C., Schlosser, N., Bauer, E., Woermann, F., Driessen, M. & Beblo, T. (2019). Nonacceptance of negative emotions in women with borderline personality disorder: association with neuroactivity of the dorsal striatum. *Journal of Psychiatry and Neuroscience*, 44(5), 303-312. <https://doi.org/10.1503/jpn.180077>
- Landon, T. J., Sabella, S. A., McKnight-Lizotte, M., & Bernacchio, C. (2021). Rehabilitation counselor supervisors' perceptions of counselor professional dispositions for rural service delivery. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 64(3), 145-157. <https://doi.org/10.1177/0034355220940794>

- Lee, D., Nam, S., Jeong, J., Na, G. & Lee, J. (2023). Developing and validating a process model of counselor burnout: A serial mediation model. *The Professional Counselor*, 13(3), 162–176. <https://doi.org/10.15241/dl.13.3.162>
- Lent, J. & Schwartz, R. (2012). The impact of work setting, demographic characteristics, and personality factors related to burnout among professional counselors. *Journal of Mental Health Counseling*, 34 (4): 355–372. <https://doi.org/10.17744/mehc.34.4.e3k8u2k552515166>
- Lerias, D., & Byrne, M. K. (2003). Vicarious traumatization: Symptoms and predictors. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 19(3), 129–138. <https://doi.org/10.1002/smi.969>
- Lin, Y.-N. (2012). Experiences of burnout, self-care, and recovery of female university counsellors in Taiwan. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 46(3). <https://cjc-rcc.ucalgary.ca/article/view/59270>
- Lucas, R.E., Diener, E., Grob, A., Suh, E.M., & Shao, L. (2000). Cross-cultural evidence for the fundamental features of extraversion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79:452–468. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.3.452>
- Malach-Pines, A., & Yafe-Yanai, O. (2001). Unconscious determinants of career choice and burnout: Theoretical model and counseling strategy. *Journal of Employment Counseling*, 38(4), 170-184. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1920.2001.tb00499.x>
- Manker, E. E. (2022). The relationship between school counselor self-efficacy and burnout among professional school counselors. [Unpublished doctoral dissertation], Kansas State University.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). *Maslach burnout inventory manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Burnout. In G. Fink (Ed.), *Stress: Concepts, cognition, emotion, and behavior* (pp. 351–357). Elsevier Academic Press.
- McCarthy, W. C., & Frieze, I. H. (1999). Negative aspects of therapy: Client perceptions of therapists' social influence, burnout, and quality of care. *Journal of Social Issues*, 55(1), 33-50. <https://doi.org/10.1111/0022-4537.00103>
- McCormack, H.M., MacIntyre, T.E., O'Shea, D., Herring, M.P. & Campbell, M.J. (2018). The prevalence and cause(s) of burnout among applied psychologists: A systematic review. *Frontier Psychology*. 9,1897. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01897>
- Merriman, J. (2015). Enhancing counselor supervision through compassion fatigue education. *Journal of Counseling & Development*, 93(3), 370–378. <https://doi.org/10.1002/jcad.12035>
- Miller, T. J., Baranski, E. N., Dunlop, W. L., & Ozer, D. J. (2019). Striving for change: The prevalence and correlates of personality change goals. *Journal of Research in Personality*, 80, 10-16. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2019.03.010>
- Miller, S. M., Larwin, K. H., Kautzman-East, M., Williams, J. L., Evans, W. J., Williams, D. D., Abramski A. L. & Miller K. L. (2020). A proposed definition and structure of counselor dispositions. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 53(2), 117-130, <https://doi.org/10.1080/07481756.2019.1640618>.

- Oishi, S., & Westgate, E. C. (2022). A psychologically rich life: Beyond happiness and meaning. *Psychological Review*, 129(4), 790. <https://doi.org/10.1037/rev0000317>
- Oser, C. B., Biebel, E. P., Pullen, E., & Harp, K. L. (2013). Causes, consequences, and prevention of burnout among substance abuse treatment counselors: A rural versus urban comparison. *Journal of Psychoactive Drugs*, 45(1), 17-27. <https://doi.org/10.1080/02791072.2013.763558>.
- Rand, D. G., Brescoll, V. L., Everett, J. A. C., Capraro, V., & Barcelo, H. (2016). Social heuristics and social roles: Intuition favors altruism for women but not for men. *Journal of Experimental Psychology: General*, 145(4), 389-396. <http://dx.doi.org/10.1037/xge0000154>
- Rosenberg, T., & Pace, M. (2006). Burnout among mental health professionals: Special considerations for the marriage and family therapist. *Journal of marital and family therapy*, 32(1), 87-99. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2006.tb01590.x>
- Rokach, A. & Boulazreg, S. (2022). The COVID-19 era: How therapists can diminish burnout symptoms through self-care. *Current Psychology*, 41:5660–5677 <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01149-6>
- Rupert, P. A., & Kent, J. S. (2007). Gender and work setting differences in career-sustaining behaviors and burnout among professional psychologists. *Professional Psychology: Research and Practice*, 38(1), 88-96. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.38.1.88>
- Sabella, S. A., Landon, T. J., McKnight-Lizotte, M., & Bernacchio, C. P. (2020). How do supervisors assess and develop professional dispositions among counselors in vocational rehabilitation agencies? A qualitative inquiry. *The Clinical Supervisor*, 39(1), 106-127.
- Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior*, 25(3), 293–315. <https://doi.org/10.1002/job.248>
- Seidler, A., Thinschmidt, M., Deckert, S., Then, F., Hegewald, J., Nieuwenhuijsen, K., & Riedel-Heller, S. G. (2014). The role of psychosocial working conditions on burnout and its core component emotional exhaustion – A systematic review. *Journal of Occupational Medicine and Toxicology (London, England)*, 9(1), 10. <https://doi.org/10.1186/1745-6673-9-10>
- Severiens, S. & ten Dam G. (2012). Leaving college: A gender comparison in male and female dominated programs, *Research in High Education*, 53, 453–470. <https://doi.org/10.1007/s11162-011-9237-0>
- Shirom, A. (2003). Job-related burnout: A review. In J. C. Quick & L. E. Tetrick (Eds.), *Handbook of occupational health psychology* (pp. 245–264). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10474-012>
- Skinner, A. (2021). Mothers in academia and their unique needs: Navigating multiple roles while maintaining personal wellbeing. [Unpublished doctoral dissertation]. Texas Woman's University, Teksas.
- Skovholt, T.M., & Trotter-Mathison, M. (2011). *the resilient practitioner: Burnout prevention and self-care strategies for counselors, therapists, teachers, and health professionals*, Second Edition (2nd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203893326>
- Sprang, G., Clark, J. J., & Whitt-Woosley, A. (2007). Compassion fatigue, compassion satisfaction, and burnout: Factors impacting a professional's quality of life. *Journal of Loss and Trauma*, 12(3), 259–280. <https://doi.org/10.1080/15325020701238093>

- Spurgeon, S. L., Gibbons, M. M., & Cochran, J. L. (2012). Creating personal dispositions for a professional counseling program. *Counseling & Values*, 57(1), 96–108. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.2012.00011.x>.
- Stamm, B.H. (2010). The Concise ProQOL Manual, 2nd Ed. Pocatello, ID: ProQOL.org. The-Concise-ProQOL-Manual.pdf (ilworkforceacademy.com)
- Star, K.L. (2013). The relationship between self-care practices, burnout, compassion fatigue, and compassion satisfaction among professional counselors and counselors-in-training. [Unpublished doctoral dissertation]. Kent State University.
- Stephan, J. B. (2005). School environment and counselor resources: A predictive model of school counselor burnout. [Unpublished doctoral dissertation]. University of North Carolina at Greensboro.
- Swank, J. M., & Lambie, G. W. (2012). The assessment of CACREP core curricular areas and student learning outcomes using the counseling competencies scale. *Counseling Outcome Research and Evaluation*, 3(2), 116-127. <https://doi.org/10.1177/21501378124525>
- Swider, B.W., & Zimmerman, R.D. (2010). Born to burnout: A meta-analytic path model of personality, job burnout, and work outcomes. *Journal of Vocational Behavior*. 76:487–506. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2010.01.003>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2019). Using Multivariate Statistics (7th ed.). Pearson.
- Tatar, A. (2009). Beş Faktör Kişilik Modeline dayalı olarak sporcu kadın ve erkeklerin kişilik profillerinin karşılaştırılması, *HÜ. Spor Bilimleri Dergisi*, 20 (2), 70–79.
- Thompson, I., Amatea, E., & Thompson, E. (2014). Personal and contextual predictors of mental health counselors' compassion fatigue and burnout. *Journal of Mental Health Counseling*, 36(1), 58–77. <https://doi.org/10.17744/mehc.36.1.p61m73373m4617r3>
- Tiwari, A., Saraff, S., & Nair, R. (2020). Impact of emotional labor on burnout and subjective well being of female counselors and female teachers. *Journal of Psychosocial Research*, 15(2), 523-532. <https://doi.org/10.32381/JPR.2020.15.02.1>
- Urdang, E. (2010) Awareness of self—a critical tool, *Social Work Education*, 29:5, 523-538, <https://doi.org/10.1080/02615470903164950>
- Valian, V. (2014). Interests, gender, and science. *Perspectives on Psychological Science*, 9(2), 225– 230. <https://doi.org/10.1177/1745691613519109>
- Vergara, M. B. (1999). Multiple role stress, burnout and purpose in life among female counselors. *Philippine Journal of Psychology*, 32(2), 105-126.
- Wilkerson, K., & Bellini, J. (2006). Intrapersonal and organizational factors associated with burnout among school counselors. *Journal of Counseling & Development*, 84(4), 387-506. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2006.tb00428.x>
- Yam, F. C. (2018). Psikolojik danışmanların tükenmişlik düzeyleri, iş doyumu/mesleki memnuniyet düzeyleri ve psikolojik danışma öz yeterlikleri: Türkiye’de yapılmış araştırmaların incelenmesi. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, (70), 110-131.
- Yükseköğretim Kurulu Lisans Atlası (2024). Rehberlik ve psikolojik danışmanlık programı bulunan tüm üniversiteler rehberlik ve psikolojik danışmanlık programı bulunan tüm üniversiteler | YÖK Lisans Atlası (yok.gov.tr)

- Zellars, K.L., Perrewe, P.L., & Hochwarter, W.A. (2000). Burnout in health care: The role of the five factors of personality. *Journal of Applied Social Psychology*, 30, 1570–1598. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2000.tb02456.x>.
- Zimmerman, R.D. (2008). Understanding the impact of personality traits on individuals' turnover decision: A meta-analytic path model. *Personnel Psychology*, 61, 309–348. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2008.00115.x>.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Studies indicate that all counselors must protect themselves from burnout in order to be effective. Maslach and Leiter (2016) define burnout as “a psychological syndrome that occurs as a long-term response to work-related interpersonal stress sources.” In the Maslach Burnout Inventory developed by Maslach and Jackson (1981), burnout has three dimensions: emotional exhaustion, desensitization, and a decrease in the sense of personal accomplishment. The sources of burnout among counselors are addressed in three groups: demographic (age, years of work, level of school, etc.), personal (personality traits, coping skills, etc.), and institutional (long working hours, excessive work, excessive number of students, etc.) (Wilkerson & Bellini, 2006). Although there are few studies on the relationship between individuals' personality traits and burnout, studies show that individuals' personalities are one of the most important predictors of the burnout they will experience (Guthier et al., 2020; McCormack et al., 2018). Swider and Zimmerman (2010) found that the source of burnout may not be external to individuals but rather stem from their internal characteristics. Burnout is predicted by psychological structures such as emotional balance and some coping mechanisms (Görgülü & Kumova, 2023), and self-efficacy (e.g., Gündüz, 2012; Jacobs, 2020). There are also meta-analysis studies showing that there is a significant relationship between the dimensions of the Five Factor Model (Costa & McCrae, 1992) and burnout (Angelini, 2023). One of the concepts related to individuals' personality traits is professional disposition. In addition to those who consider professional disposition as a tendency to behave in a certain way in counseling-related environments, mood, temperament (Barrio-Minton et al., 2016), there are also those who consider it as attitudes, personal characteristics, interpersonal relationships, and ethical behaviors (Landon et al., 2021). In a study examining psychological counseling programs, it was determined that the most expected professional dispositions from graduate-level counseling students were openness to development, self-awareness and awareness of others, emotional stability, honesty, flexibility, compassion, and personal style (Christensen et al., 2018).

Although definitions and research have been made on the burnout of counselors (e.g., Bardhoshi & Um, 2021; Fye et al., 2020; Kim et al., 2018; Maslach & Leiter, 2016; Malach-Pines & Yafe-Yanai, 2001), studies conducted to understand the detailed structure of burnout are still considered limited (Lee et al., 2023). Therefore, based on the results of the studies in the literature, this study sought to answer the question of whether the professional disposition of female counselors related to the profession predict their burnout.

Method

Since the relationship between the professional disposition of counselors and their burnout was examined in this study, the relational survey model, which is one of the quantitative research methods, was used. Since the proportion of women among counselors is high, data was collected from female counselors in this study. 121 female counselors were reached online and data were collected using the Maslach Burnout Inventory, the Professional Disposition Scale for Counselors (PDSC) and the Personal Information Form. Regression analysis was used in the analysis of the data.

Results and Discussion

Almost all of the correlation coefficients calculated between the three separate dimensions of burnout and the total and six sub-dimensions of the PDSC were found to be significant. According to the regression analysis results, the total score obtained from the PDSC predicts all three sub-dimensions of burnout.

The Personal Accomplishment sub-dimension of burnout is predicted by the Care for Interpersonal Relations, Positive Attitudes Towards Life and Openness to New Experiences sub-dimensions. When considered in terms of Care for Interpersonal Relations, it is understood that those who are careful about interpersonal relationships have better feelings of personal accomplishment. According to the literature, extroverted individuals with good interpersonal relationships experience less burnout because they can form interpersonal bonds and experience more positive emotions (Clark & Watson, 1999; Lucas et al., 2000). The predictive value of Positive Attitudes Towards Life for personal success is higher than the predictive value of the total scale score. Considering that female counselors have more life satisfaction (Demir & Murat, 2017), altruism (Rand et al., 2016), and optimism (Gülcan & Nedim-Bal, 2014), these concepts are closely related to Positive Attitude Towards Life. In this case, it can be said that a more positive outlook on life has a great impact on the sense of personal success. Since individuals with a high Openness to New Experiences disposition are curious, these characteristics protect them from discomfort (Zimmermen, 2008) and burnout (Angelini, 2023).

The Emotional Exhaustion sub-dimension is predicted by the Self-Awareness sub-dimension. The emotional exhaustion predictive value of the Self-Awareness sub-dimension is higher than the total scale score. It includes the individual's self-awareness, being aware of their feelings, thoughts, needs, accepting them, and behaving in a way that will meet their needs. In the literature, the role of self-awareness in reducing burnout is generally mentioned (Rokach & Boulazreg, 2022; Rupert & Kent, 2007), and the protective aspect of self-awareness from burnout (Friedman, 2017).

The Desensitization sub-dimension is predicted by the dimensions of Being Oriented to People and Helping, Self-awareness, and Being Open to New Experiences. In terms of predictive value, it is understood that the Being Oriented to People and Helping disposition alone predicts desensitization as much as the total score, while the Self-awareness disposition predicts desensitization more than the total score. In a study conducted with mental health counselors, it was determined that the pleasure derived from helping others predicted burnout, and those who enjoyed helping others experienced less burnout (Thompson et al., 2014). It is understood that desensitization decreases with increasing self-awareness. Urdang (2010) states that burnout can be prevented as self-awareness increases. As in the emotional exhaustion dimension, self-awareness is also important in the desensitization dimension, and as counselors' self-awareness increases, their desensitization, and therefore their burnout, decreases. According to the findings, desensitization decreases with being more open to new experiences. There are research results showing that being open, one of the dimensions of BKK, is associated with lower burnout (Angelini 2023; Engphaiboon, 2012). As a result, the professional disposition of counselors predicts their burnout. Therefore, it can be said that providing training and support to counselors in this regard may be useful.