



## Determination of the Relationship Between Self-Handicapping and Burnout of Nursing Students

Sümevra TOPAL<sup>a</sup>, Sinem YALNIZOĞLU ÇAKA<sup>a\*</sup>, Nursan ÇINAR<sup>a</sup>

<sup>a</sup> Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü,  
Sakarya/Türkiye



### Article Info

DOI: 10.14812/cufej.380804

#### Article history:

Received 18.01.2018

Revised 28.03.2018

Accepted 10.04.2018

#### Keywords:

Nursing students,  
Self-handicapping,  
Burnout.

### Abstract

This study was conducted to determine the relationship between self-handicapping and burnout of nursing students. In the study which was carried out descriptively, the population consisted of all students attending the nursing department of a state university during the first semester of the 2016-2017 academic year, and the sample group consisted of the students who were volunteer to participate (n=338) in the study on the date when the data were collected. The data were collected using the Personal Information Form, the Self- Handicapping Scale (SHS) and the Maslach Burnout Inventory (MBI). In evaluating the data, the number, percentage, mean and Spearman correlation analysis test were used. 47.3% (n=160) of 338 nursing students who participated in the study were 3rd-grade and 52.7% (n=178) were 4th-grade students and the average age was 21.30±1.15 years. 72.2% (n=244) of the students stated that their school success was at the medium level and 77.1% (n=259) stated that they were satisfied with their department. It was identified that there was a low-level positive significant correlation between emotional exhaustion and depersonalization in the subgroups of SHS and MBI (r=.351, p=.000; r=.316, p=.000, respectively). It was determined that the students sabotaging/restraining themselves experienced exhaustion more.

## Hemşirelik Öğrencilerinin Kendini Sabotaj Stratejileri ve Tükenmişlikleri Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi

### Makale Bilgisi

DOI: 10.14812/cufej.380804

#### Makale Geçmişi:

Geliş 18.01.2018

Düzeltilme 28.03.2018

Kabul 10.04.2018

#### Anahtar Kelimeler:

Hemşirelik öğrencisi,  
Kendini sabotaj,  
Tükenmişlik.

### Öz

Bu araştırma hemşirelik öğrencilerinin kendini sabotaj stratejileri ile tükenmişlikleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yapıldı. Tanımlayıcı olarak yapılan çalışmada evreni 2016-2017 Güz Yarıyılı'nda bir devlet üniversitesinin hemşirelik bölümünde öğrenim gören öğrencilerin tamamı, örneklemini verilerin toplandığı tarihte çalışmaya katılmaya gönüllü öğrenciler (n=338) oluşturdu. Veriler; Kişisel Bilgi Formu, Kendini Sabotaj Ölçeği (KSÖ) ve Maslach Tükenmişlik Ölçeği (MTÖ) kullanılarak toplandı. Verilerin değerlendirilmesinde; frekans, yüzde, ortalama ve Spearman korelasyon analiz testi kullanıldı. Araştırmaya katılan 338 hemşirelik öğrencisinin %47.3'ü (n=160) 3. ve %52.7'si (n=178) 4. sınıf öğrencisi ve yaş ortalaması 21.30±1.15 idi. Öğrencilerin %72.2'si (n=244) okul başarılarının orta düzeyde olduğunu ve %77.1'i (n=259) bölümünden memnun olduğunu ifade etti. Öğrencilerin, KSÖ ile MTÖ alt gruplarında duygusal tükenme ve duyarsızlaşma arasında pozitif yönde, düşük düzeyde anlamlı düzeyde korelasyon olduğu saptandı (sırasıyla r=.351, p=.000; r=.316, p=.000). Kendini sabote eden/ engelleyen öğrencilerin daha fazla tükenmişlik yaşadığı belirlendi.

\* Author: sinemyalnizoglu@sakarya.edu.tr

## Introduction

Mankind, by its very nature, attaches great significance to success and spends efforts for the success that the society expects from it. Accordingly, the competitive environment in modern life and increasing expectations bring about certain issues such as anxiety and depression in the social participation processes such as education, business and social life. Individuals encountering such problems resort to various defense mechanisms (Kalyon, Dadandi & Yazici, 2016). Some individuals associate self-respect with success or talent in their lives and think the environment where they live evaluate them this way. Concerned that failure is socially considered to be inadequacy or weakness, the individual attempts to avoid projecting this state to the extent possible or to resort to strategies that would render failure reasonable for him/her and for his/her environment. Developed by individuals psychologically in order to protect their self-respect as well as to shape and dominate the thoughts of the people in their environment, these strategic ventures are called "self-handicapping" (Akin, 2012; Büyükgöze & Gün, 2015).

Self-handicapping was first coined by Jones and Berglas (1978:406). A person who handicaps oneself seeks or creates factors that would prevent him/her from exerting good performance, thereby trying to maintain or increase his/her adequacy. If he/she delivers bad performance, he/she ascribes the reason of his/her failure to the handicap he/she created, thereby externalizing it. This way he/she has fulfilled his/her attempt to find a reasonable explanation for a possibility of failure. If he/she displays good performance, he/she shows he/she has achieved success despite inconvenient conditions. This way the self-handicapping individual wins either way (Jones & Rhodewalt, 1982; Akin, 2012). Self-handicapping may transpire in verbal or behavioral patterns. An individual who handicaps himself/herself verbally puts forward the negative conditions that befall him/her as the reason of his/her failure. These negative conditions essentially harbor an excuse such as illness, anxiety or stress, inadequacy or incompatibility of his/her colleague or teammate. Individuals who handicap themselves with their behavior conduct certain direct, conscious and observable actions that might negatively affect their performance. Alcohol, drug and substance abuse, procrastination or excessive interest in works that are not his/her job can be cited as examples (Abacı & Akin, 2011; Akin, 2012; Büyükgöze & Gün, 2015; Özçetin & Hiçdurmaz, 2016). Self-handicapping strategies may protect self-respect in the short term, however may cause long term damages such as reduced well-being, low sense of adequacy, low internal motivation, negative mood, increase in symptoms and substance abuse.

One of the long term consequences of self-handicapping is burnout (Akin, 2012). Maslach and Jackson (1981) define burnout as "a symptom of emotional exhaustion, depersonalization and diminished feelings of personal accomplishment". Today, burnout is described as reduced energy, power and resource in the face of excessive demand. Burnout has a harmful effect that transforms into significant human and economic cost on the integrity of employees and organizations (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). Maslach considers burnout as a process involving three scales which are emotional exhaustion, depersonalization and personal accomplishment. Unable to respond anymore to spiritual demands of the persons he/she is interacting with, the individual first suffers emotional exhaustion (Maslach & Jackson, 1981). The individual then becomes desensitized to the environment he/she finds himself/herself in and thinks his/her personal accomplishments are inadequate (Ergin, 1992).

Examining the literature on burnout reveals that healthcare is one of the professions where syndromes related to burnout were observed first (Hansen, Sverke & Näswall, 2009). Moreover, there are studies mentioning that burnout syndrome is usually observed among students who study on areas related to health. The reason for this is described as academic responsibilities imposed on students such as passing the exams, students working in areas related to health attending the hospital environment intensively and being engaged in professional practices, taking responsibilities in patient care and suffering heavily stressful situations owing reasons such as interpersonal relations (Güçük et al., 2005; Sevcen et al., 2011; Naçar, Baykan & Çetinkaya, 2012; Kaya & Ariöz, 2014; Pınar et al., 2015). Thus, the student may resort to inappropriate coping methods to protect his/her self-respect, handicap

himself/herself and suffer burnout. An individual handicapping himself/herself or suffering burnout during his/her student years may negatively affect his/her later professional life as well (Güdük et al., 2005; Akin, 2012). Even though there is literature on self-handicapping and burnout, there are few studies that examine the relation between these variables. Moreover, we found no study that involves nursing students. This research was made to identify the relation between self-handicapping strategies and burnout of nursing students.

#### *Research Questions*

- Is there a relation between certain sociodemographic characteristics of students of nursing and their self-handicapping incidents?
- Is there a relation between certain sociodemographic characteristics of students of nursing and their burnout levels?
- Is there a relation between self-handicapping and burnout level?

### **Method**

#### **Purpose and Importance of the Study**

Healthcare personnel are involved in intense communication in their work life owing to their profession. This intense communication may cause pressure and stress on the individual. This may lead individuals to resort to inappropriate coping methods and later to professional burnout. If nursing students who will become a member to health team in the future learn healthy coping methods before they graduate, this will facilitate their struggle with difficulties that might arise in their professional life and increase their professional success. For this purpose, the study was conducted in such way to define and seek relations for identifying the relation between and influential factors regarding the self-handicapping and burnout levels of 3rd and 4th year students of nursing.

#### **Place and Time of Study**

The study was conducted with 3rd and 4th year nursing students studying in Sakarya University, Faculty of Health Sciences in the Fall Semester of 2016-2017.

#### **Universe and Sample of Study**

The universe of the study comprised of all 3rd and 4th year nursing students and the sample comprised of students who weren't absent from school at the time of conducting the study and who volunteered to take part in the study (n=338).

#### **Instrument**

The " Sociodemographic Questionnaire" containing the identification details of students, the "Self-Handicapping Scale" to measure their self-handicapping levels and the "Maslach Burnout Inventory" to measure their burnout level were used for collecting data.

#### *Sociodemographic Questionnaire*

This is the form prepared by the researchers pursuant to the literature, comprising of 14 questions that contain sociodemographic characteristics of students such as age, gender, class, work and economic status, number of siblings and the educational status of parents.

#### *Self-Handicapping Scale (SHS)*

The validity and reliability work for the Turkish language regarding SHS developed by Jones and Rhodewalt (1982) was conducted by Akin (2012). The scale consists of 25 items and is a likert type measuring tool with 6 options ranging from "Strongly disagree" to "Strongly agree". The range of scores to be obtained from the scale ranges between 25 and 150. The items 3, 5, 6, 10, 13, 20, 22 and 23 in the scale are inversely encoded and the total score comprises of the total of scores from all items. Increase in the obtained score means high self-handicapping tendency in the individual. In the Turkish validity

and reliability work for the scale, Cronbach alpha value is .79 and the Cronbach Alpha value for the sample group is .70.

#### *Maslach Burnout Inventory (MBI)*

The validity and reliability work for the Turkish language regarding MBI developed by Maslach and Jackson (1981) was conducted by Ergin (1992). Comprising of 22 items, the scale has three subscales and is a likert type measuring tool with 5 options ranging from "Never = 0" to "Always = 4". The subscales of the scale are emotional exhaustion (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20), depersonalization (5, 10, 11, 15, 22) and personal accomplishment (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21). Emotional exhaustion means the person feeling exhausted and consumed by his/her work; depersonalization means the person acting indifferent to the persons whom he/she serves and provides care; personal accomplishment means the sense of adequacy in one's work and handling issues. In the Turkish validity and reliability work for the scale, Cronbach Alpha values are found to be 0.83 for emotional exhaustion, 0.65 for depersonalization and 0.72 for personal accomplishment (Ergin, 1992). The scores obtained from subscales of the scale range between 0 to 36 for emotional exhaustion, 0 to 20 for depersonalization and 0 to 32 for personal accomplishment. 27 points and above are considered high, 17 - 26 points are considered medium and 17 points and below are considered low for emotional exhaustion. 13 points and above are considered high, 7-12 points are considered medium and 6 points and below are considered low for depersonalization. 0-31 points are considered high, 32-38 points are considered medium and 39 points and above are considered low for personal accomplishment. If the score averages of emotional exhaustion and depersonalization are high and score average of personal accomplishment is low, this indicates burnout. In this study, the Cronbach's Alpha value for the subscales of the scale is found to be 0.85 for emotional exhaustion, 0.68 for depersonalization and 0.66 for personal accomplishment.

#### **Ethical Aspect of the Study**

Written permission was obtained from respective organization for the study. The students were given information regarding the study and those who volunteered were involved in the study.

#### **Data Analysis**

For data analysis, the relation between study questions and data collection tools was considered. Homogeneity of data and their suitability for normal distribution were checked before proceeding with data analysis. Levene Homogeneity test was made to identify homogeneity and Kolmogorov Smirnov test was made to identify normality. Mann Whitney U Test was used in groups of two and Kruskal Wallis-H Test was used in groups of more than two persons in data which didn't show normal distribution for analysis of scales that comprise quantitative data for the study. These tests are non-parametric methods used for comparing two or three independent group averages. The relation between the scales was examined with the Spearman correlation analysis. Level of relevance was considered 0.05. Moreover, from among the scales where quantitative data were obtained, Cronbach Alpha value for sample group of Self-Handicapping Scale was found to be .70, Cronbach Alpha values for Maslach Burnout scale subscales were found as 0.85 for emotional exhaustion, 0.68 for depersonalization and 0.66 for personal accomplishment.

#### **Result**

Age average of students taking part in the study are  $21.30 \pm 1.13$ , 83.1% of whom are female and in terms of economic status, the income-expense ratio for 82.5% of them were found to be of medium level. Of the students, 79,6% were found to be of core family structure, 74% had 1-3 siblings, the mothers of 70.8% were graduate of primary - secondary school, the fathers of 47.6% were graduate of university, school rate of success of 72.5% were of medium level and 77.8% were satisfied with the department where they studied (Table 1).

**Table 1.**  
*Distribution of Sociodemographic Characteristics of Students (n=338)*

SOCIODEMOGRAPHIC CHARACTERISTICS		Min-Max	Mean±SD
<b>Age (year)</b>		19-25	21.30±1.13
		<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Gender</b>	Female	281	83.1
	Male	57	16.9
<b>Year</b>	3rd Year	159	47
	4th Year	179	53
<b>Employment status</b>	Employed	40	11.9
	Unemployed	297	88.1
<b>Economic status</b>	Income is less than expenses	8	2.4
	Income is equal to expenses	279	82.5
	Income is more than expenses	51	2.4
<b>Family type</b>	Core Family	269	79.6
	Extended Family	64	18.9
	Fragmented Family	5	1.5
<b>Number of siblings</b>	Single child	42	12.4
	1-3 siblings	250	74
	4 and above	46	13.6
<b>Mother's educational status</b>	Literate	37	11
	Primary - Secondary School	238	70.8
	High School - University	61	18.2
<b>Father's educational status</b>	Literate	14	4.1
	Primary - Secondary School	163	48.2
	High School - University	161	47.6
<b>School success rate</b>	Successful (1)	70	20.7
	Medium level (2)	245	72.5
	Unsuccessful (3)	23	6.8
<b>Satisfaction with one's department</b>	Content	263	77.8
	Discontent	75	22.2

Upon examining the subscales of MBI, it was found the emotional exhaustion score average was 16.08±7.60, depersonalization score average was 7.10± 4.05 and personal accomplishment score average was 19.98±5.69. It was found that according to score averages obtained from the scale, the students' emotional exhaustion was low, depersonalization was medium and personal accomplishment was high (Table 2).

**Table 2.**  
*Distribution of Score Averages the Students Got from Maslach Burnout Inventory Subscales (n= 338)*

MBI Subscales	Mean	SD	Minimum	Maximum
<b>Emotional Exhaustion</b>	16.08	7.60	2	43
<b>Depersonalization</b>	7.10	4.049	5	17
<b>Personal Accomplishment</b>	19.98	5.69	17	63

It was found the sociodemographic characteristics of students such as gender, class, working status, economic status, family type, number of siblings and educational status of parents do not have a notable statistical impact on the SHS score average ( $p > 0.05$ ). It was also found the SHS score averages of those whose school success rate is medium and unsuccessful were notably high in statistical terms compared to those who were successful ( $X^2 = 13.451$ ,  $p = 0.001$ ) and the SHS score averages of students

who were content with their department were notably high compared to those who were not content with their department ( $Z = -2.607$ ,  $p = 0.009$ ) (Table 3).

**Table 3.**

*Comparison of Identification Characteristics of Students and the Self-Handicapping Scale Score Averages (n=338)*

SOCIODEMOGRAPHIC CHARACTERISTICS		test	SHS	
			Mean±SD	p
<b>Gender</b>	Female		78.88±11.97	0.157
	Male	MWU	81.38±10.90	
<b>Year</b>	3rd Year		79.67±11.67	0.599
	4th Year	MWU	79.00±11.96	
<b>Employment status</b>	Employed		79.22±14.46	0.563
	Unemployed	MWU	79.32±11.45	
<b>Economic status</b>	Income is less than expenses		81.86±7.69	0.117
	Income is equal to expenses	KW	80.00±11.24	
	Income is more than expenses		75.23±14.38	
<b>Family type</b>	Core Family		79.07±11.82	0.384
	Extended Family		80.69±11.44	
	Fragmented Family	KW	74.40±16.35	
<b>Number of siblings</b>	Single child		76.76±15.29	0.725
	1-3 siblings	KW	79.60±11.56	
	4 and above		79.95±9.45	
<b>Mother's educational status</b>	Literate		80.97±10.71	0.768
	Primary - Secondary School		79.28±10.93	
	High School - University	KW	78.43±15.27	
<b>Father's educational status</b>	Literate		78.27±13.27	0.656
	Primary - Secondary School	KW	79.66±11.84	
	High School - University		79.00±11.75	
<b>School success rate</b>	Successful (1)		73.25±13.78	<b>0.001</b> <sup>a,b</sup> **
	Medium level (2)	KW	80.79±10.92	
	Unsuccessful (3)		80.83±9.39	
<b>Satisfaction with one's department</b>	Content	MWU	78.45±11.47	<b>0.009</b> <sup>*</sup>
	Discontent		82.50±12.61	

MWU: Mann Whitney U Test. KW: Kruskal Wallis Test. a: 1-2, b: 1-3 \*  $p < 0.05$  \*\*  $p < 0.001$

Upon examining the relation between the sociodemographic characteristics of students and the MBI subscales, it was found the scores received by males ( $Z = -3.404$ ,  $p = 0.001$ ) and 3rd year students ( $Z = -2.196$ ,  $p = 0.028$ ) from depersonalization subscale were notably high. Moreover, the depersonalization score averages of those who were employed in a job were high compared to those who were unemployed ( $Z = -2.209$ ,  $p = 0.027$ ) and their personal accomplishment score averages ( $Z = -1.967$ ,  $p = 0.049$ ) were notably low in statistical terms. Examining the school success rates revealed that the scores received for emotional exhaustion subscale by those who considered themselves successful were notably low in statistical terms compared to those who were successful on medium level and those who were unsuccessful ( $X^2 = 10.960$ ,  $p = 0.004$ ). The scores received by those who were content with their department from the emotional exhaustion ( $Z = -6.983$ ,  $p = 0.000$ ) and depersonalization ( $Z = -2.539$ ,  $p = 0.011$ ) subscales were low and the scores they got from personal accomplishment subscale ( $Z = -2.132$ ,  $p = 0.033$ ) were notably high in statistical terms (Table 4).

**Table 4.**

*Comparison of Identification Characteristics of Students and the Maslach Burnout Inventory Subscales Score Averages (n=338)*

SOCIODEMOGRAPHIC CHARACTERISTICS		test	Emotional Exhaustion	Depersonalization	Personal Accomplishment
			Mean±SD	Mean±SD	Mean±SD
<b>Gender</b>	Female	MWU	15.94±7.49	6.73±3.87	19.96±5.09
	Male		16.78±7.95	8.94±4.43	20.09±8.04
	p		0.372	<b>0.001**</b>	0.366
<b>Year</b>	3rd Year	MWU	16.36±8.22	7.65±4.18	20.32±5.97
	4th Year		15.84±6.95	6.61±3.88	19.67±5.43
	p		0.592	<b>0.028*</b>	0.563
<b>Employment status</b>	Employed	MWU	16.33±8.13	8.46±4.18	18.56±4.73
	Unemployed		15.98±7.42	6.91±4.01	20.17±5.80
	p		0.771	<b>0.027*</b>	<b>0.049*</b>
<b>Economic status</b>	Income is less than expenses	KW	16.75±9.97	7.50±5.83	21.12±7.70
	Income is equal to expenses		16.24±7.44	7.10±3.97	20.13±5.61
	Income is more than expenses		15.10±7.56	7.04±4.22	18.96±5.79
	p		0.632	0.973	0.536
<b>Family type</b>	Core Family	KW	15.97±11.82	7.03±3.99	20.07±5.08
	Extended Family		16.88±7.66	7.43±4.26	20.08±7.22
	Fragmented Family		12.60±7.33	6.60±4.93	14.00±11.81
	p		0.422	0.784	0.096
<b>Number of siblings</b>	Single child	KW	15.45±7.67	6.97±4.76	19.90±6.44
	1-3 siblings		16.32±7.68	7.08±3.96	20.04±5.72
	4 and above		15.40±6.94	7.33±3.90	19.78±4.89
	p		0.884	0.909	0.808
<b>Mother's educational status</b>	Literate	KW	16.91±7.81	7.86±4.51	20.97±8.41
	Primary - Secondary School		15.98±7.39	7.02±3.88	20.317±4.91
	High School - University		15.98±8.22	6.95±4.36	18.40±6.11
	p		0.312	0.295	0.660
<b>Father's educational status</b>	Literate	KW	13.08±6.22	6.00±3.14	25.00±12.84
	Primary - Secondary School		15.87±7.72	6.80±3.87	20.63±4.73
	High School - University		16.56±7.48	7.51±4.28	18.91±5.39
	p		0.206	0.537	0.338
<b>School success rate</b>	Successful (1)	KW	13.58±8.14	6.43±4.21	20.48±6.61
	Medium level (2)		16.59±7.35	7.37±4.01	19.91±5.47
	Unsuccessful (3)		18.04±6.72	6.39±3.81	19.26±5.18
	p		<b>0.004<sup>a,b**</sup></b>	0.159	0.121
<b>Satisfaction with department</b>	Content	MWU	14.50±6.95	6.80±4.00	20.31±5.95
	Discontent		21.73±7.01	8.15±4.07	18.79±4.46
	p		<b>0.000**</b>	<b>0.011*</b>	<b>0.033*</b>

MWU: Mann Whitney U Test. KW: Kruskal Wallis Test. a: 1-2, b: 1-3 \* p<0.05 \*\* p<0.001

Examining the relation between SHS and MBI subscales revealed a statistically weak level of sensible relation between SHS and emotional exhaustion ( $r = .351$ ,  $p = 0.000$ ) and depersonalization ( $r = .316$ ,  $p = 0.000$ ) (Table 5).

**Table 5.**

*Comparison of the Relation Between the Students' Maslach Burnout Inventory and Self-Handicapping Scale Scores*

Maslach Burnout Inventory Subscales	Self-Handicapping Scale	
	r	p
Emotional Exhaustion	.351	.000*
Depersonalization	.316	.000*
Personal Accomplishment	-.092	.114
r: Spearman Correlation Analysis	* p<0.05	** p<0.001

### Discussion & Conclusion

Nursing students may encounter more physical and psychological issues compared to other occupational groups since their work area is directly human health. Therefore stress which is not handled well may cause self-handicapping and burnout on individuals (Pınar et al., 2015; Da Silva et al., 2014). It is important to identify the factors that may cause self-handicapping and burnout in order to provide proper response to nursing students who will be a member of the health team in the future. This study was conducted in order to identify the relation between the self-handicapping strategies and burnout of nursing students who will play a significant role in conducting healthcare services.

Analysis of the findings revealed that the gender of student nurses who took part in the study did not make notable difference with regard to their self-handicapping tendencies. We see there are many studies which support and do not support this study. Similar studies conducted abroad highlight that no relation was found between gender and self-handicapping (Barnes, 2004; Dorman & Ferguson, 2004). Most of the studies conducted in our country support the same results (Yalnız, 2014; Büyükgöze & Gün, 2015; Kalyon et al, 2016). A study conducted by Anlı (2011) on university students reports that males have higher self-handicapping tendencies than females (Anlı, 2011). Upon examining the literature, we found that studies were made on university students with regard to the matter, however, we found no studies in the area of nursing.

Upon comparing the burnout levels of students according to gender, we did not find sensible difference between emotional and personal accomplishment levels, but we found sensible relation between depersonalization levels. The study conducted by Gündüz, Çapri & Gökçakan (2012) identified that male students had more burnout in the depersonalization subscale and female students had more burnout in the emotional exhaustion subscale. The study of Kaya & Ariöz (2014) conducted with nursing students found no notable difference between emotional exhaustion level of students according to gender while it found notable difference between depersonalization and personal accomplishment levels. Certain studies made with students working on health revealed the gender factor does not have an impact on the burnout level of nursing students (Sevencan et al., 2011; Pınar et al., 2015; Akansel, Çitak, Özdemir & Turgutlu, 2012). The results of this study are similar to the results obtained from the studies of Gündüz and others (2012) and Kaya and Ariöz (2014). While there are few studies with regard to students, the studies show that both genders might experience burnout.

Comparison of the year of the students with the score averages of SHS and MBI subscales reveals no sensible relation between SHS and years while it reveals sensible relation between the depersonalization subscale of MBI and years. According to it, depersonalization levels of 3rd grades were notably higher than those of 4th grades. In certain studies made with nursing students, evaluating the students according to their year reveals the 4th year students have high burnout scores (Gündüz et al., 2012; Kaya & Ariöz, 2014; Aydın, Akay & Baydemir, 2017). The idea is that various factors such as the presence of graduation criteria, the fact that they are preparing for certain exams that are required to begin their job and ambiguity regarding employment cause more stress and burnout on senior students. This study shows, however, the burnout score averages of 3rd year students are higher than those of



4th year students. This might be related to the fact that 3rd year students have much responsibility regarding classes.

Comparison between employment status and score averages of SHS and MBI subscales reveals no sensible relation between SHS and employment status while it reveals sensible relation between the depersonalization and personal accomplishment subscales of MBI and employment status. According to it, employed students' depersonalization levels are high and personal accomplishment levels are lower. Examining the literature reveals that similar results were observed among those who worked in their student years in the studies made on nursing students (Aydın et al., 2017; Tomaschewski-Barlem et al., 2014).

It was observed there is no sensible difference between the perceived income level of students and self-handicapping score averages. Similar results were observed in the study made by Anlı (2011) with university students. No other study examining the relation between self-handicapping and perceived income level was found. It was also found in the work that there is no difference between economic status and burnout level. It was found in the study conducted by Kaya and Ariöz (2014) with nursing and midwifery students that there is no sensible difference between economic status and burnout.

It was observed that self-handicapping was less among participants who stated their academic success is good than those who stated their academic success is low or medium. Examining the literature on the matter reveals notable negative relation between self-handicapping and grade point average (Leondari & Gonida, 2007; del Mar Ferradás, Freire, Valle & Núñez, 2016). One might say that as the academic score of individuals measured with grade point average increase, their need to resort to self-handicapping behavior will lessen. This finding and the overall studies in the literature are similar to the findings obtained in this study. It was found in the study there is sensible relation among emotional exhaustion of students from among MBI subscales according to their academic success. The study of Kaya and Ariöz (2014) with nursing and midwifery students examined the relation between the grade point average of students and their emotional exhaustion and depersonalization subscales and found a low level of inverse relation between them. The study also reveals notably low statistical level of self-handicapping and burnout subscales among students who are content with their department compared to those who are not. Individuals doing their work with enthusiasm and eagerness lead them to respect themselves, their profession and the individuals they serve and empowers them to offer quality care service. Coping strategies and burnout may therefore vary among individuals who are earnest in doing their work (Abacı & Akin, 2011; Pinar et al., 2015; Aydın and others, 2017). The studies made on the matter revealed sensible difference among the burnout levels of students who came to the department willingly and are content to continue their education in this department. We can say that burnout subscales score averages of students who are content with their department are lower than those of students who are not (Sevencan et al., 2011; Akin, 2012; Kaya & Ariöz, 2014; Tansel, 2015; del Mar Ferradás and others, 2016).

In this study, we examined the relation of self-handicapping with burnout and we found a low level of sensible statistical relation between emotional exhaustion and depersonalization subscales of MBI and SHS. Upon examining the literature, we found no study that examines the relation between the two scales in the case of healthcare employees or nursing students. A sensible relation was also found in the study conducted by Akin (2012) on university students, examining the relation between self-handicapping and burnout. Similar findings were found in another study that examines the relation between the burnout levels and self-handicapping levels of employees (Coşar, 2012). In this sense, the results of our study are similar with the literature. Based on general evaluation of the results, we can say that self-handicapping students have particular tendency to emotional exhaustion and depersonalization and they experience more burnout.

Use of self-handicapping strategies can be seen as a good opportunity for individuals as they have influence on protecting one's self in handling new situations that require accomplishment or talent, however, continuous and long term use of these strategies may prevent the likelihood of facing failure and developing one's self. Long term use of these strategies causes negative impacts on the health of the individual, reducing his/her welfare and may cause burnout in his/her life. Thus, it must be emphasized that no matter what, it creates more value for nursing students to face the situations that

cause failure and to seek solutions in order to protect the integrity of the self and to mitigate burnout instead of resorting to self-handicapping strategies to protect his/her personality in case of failure. Actions for preventing factors that cause burnout and for developing methods to overcome them must be planned with the students, they must be implemented early and attempt must be made to resolve the issue. Moreover, the students must be prepared for their future professional life and the methods to overcome the issues they will face in their professional life must be provided to them. In conclusion, it is recommended that the environment and the conditions in and under which the student nurses offer services are improved, organizational support is provided, psychological consultation services are delivered to students, increase in work satisfaction is ensured for student nurses and the regulations are made accordingly.

## Türkçe Sürümü

### Giriş

İnsanoğlu başarıyı önemseyen bir yapıya sahiptir ve toplumun kendisinden beklediği başarı için çaba sarf etmektedir. Bu doğrultuda, modern yaşamdaki rekabet ortamı ve artan beklentiler, eğitim, iş ve sosyal yaşam vb. topluma katılım süreçlerinde anksiyete ve depresyon gibi birtakım sorunları beraberinde getirmektedir. Bu sorunlarla karşılaşan bireyler çeşitli savunma yollarına başvurmaktadır (Kalyon, Dadandi & Yazici, 2016). Bazı bireyler, yaşamlarında öz-saygıyı başarı ya da yetenek ile ilişkilendirirler ve yaşadıkları çevreninde bu şekilde değerlendirdiğini düşünürler. Başarısızlığın toplumsal olarak yetersizlik veya zayıflık olarak değerlendirileceğinden endişelenen birey, bu durumu mümkün olduğunca dışarı yansıtmamaya ya da başarısızlığı hem kendisi hem de çevresi için makul kılacak stratejilere başvurma girişiminde bulunur. Bireylerin hem kendi öz-saygılarını koruyabilme hem de çevresindekilerin düşüncelerine şekil verip üzerinde hakimiyet kurabilme isteği ile psikolojik olarak geliştirdiği bu stratejik girişimler, “kendini sabotaj” olarak adlandırılır (Akin, 2012; Büyükgöze & Gün, 2015).

Kendini sabote etme, Jones ve Berglas (1978:406) tarafından ilk olarak nitelendirilmiştir. Kendini sabote eden birey, iyi bir performans ortaya koymasını engelleyecek unsurları arar veya oluşturur, bu sayede öz yeterliliğini korumaya veya artırmaya çalışır. Eğer kötü performans sergilerse başarısızlığın nedenini oluşturduğu engele yükleyerek dışsallaştırmış olur. Bu şekilde başarısız olması ihtimaline karşı makul bir açıklama bulma girişimini yerine getirmiştir. Şayet iyi bir performans ortaya koyarsa elverişsiz şartlara rağmen başarılı olduğunu gösterir. Böylelikle, kendini sabote eden birey her şekilde kazanmış olur (Jones & Rhodewalt, 1982; Akin, 2012). Kendini sabote etme, sözel veya davranışsal şekillerde ortaya çıkabilmektedir. Kendini sözel olarak sabote eden birey, içinde bulunduğu olumsuz koşulları öne sürer ve başarısızlığın nedeni olarak gösterir. Bu olumsuz koşullar, hastalık, kaygılı ve stresli ruh hali, iş ya da takım arkadaşının yetersizliği ya da uyumsuzluğu gibi temelinde bir mazereti barındırır. Kendini davranışlarıyla sabote eden bireyler ise performanslarını olumsuz etkileyebilecek doğrudan, bilinçli ve gözlemlenebilir birtakım eylemlerde bulunurlar. Alkol, ilaç, madde kullanımı, görev ve faaliyetlerini erteleme, görevi olmayan işlerle aşırı ilgilenmesi örnek olarak gösterilebilir (Abacı & Akin, 2011; Akin, 2012; Büyükgöze & Gün, 2015; Özçetin & Hiçdurmaz, 2016). Kendini sabote etme stratejileri kısa dönemde öz-saygıyı koruyabilir, ancak iyilik halinde azalma, düşük yeterlilik hissi, düşük iç motivasyon, negatif ruh hali ve semptomlarda artma ve madde kullanımı gibi uzun dönem zararlara yol açabilmektedir.

Kendini sabote etmenin uzun dönemli sonuçlarından biri de tükenmişliktir (Akin, 2012). Maslach ve Jackson (1981), tükenmişliği “duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve azalmış kişisel başarı duygularının bir sendromu” olarak tanımlamıştır. Günümüzde tükenmişlik, aşırı taleplerin varlığında enerji, güç ve kaynak azalması olarak nitelendirilmektedir. Tükenmişliğin, çalışanlar ve kurumlar bütünlüğü üzerinde önemli insani ve ekonomik maliyete dönüşen, zararlı etkisi vardır (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). Maslach, tükenmişlik kavramını duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı olmak üzere üç boyutu olan bir süreç şeklinde değerlendirmektedir. Etkileşim halinde olduğu kişilerin ruhsal isteklerine daha fazla cevap veremeyecek duruma gelen bireyde ilk olarak duygusal tükenme yaşamaktadır (Maslach & Jackson, 1981). Birey sonra içinde bulunduğu ortama karşı duyarsızlaşır ve kişisel başarılarının yetersiz olduğunu düşünür (Ergin, 1992).

Tükenmişlik konusu ile ilgili literatür incelendiğinde; sağlık çalışanları, tükenmişlikle ilgili sendromların ilk olarak görüldüğü meslek gruplarından birisidir (Hansen, Sverke & Näswall, 2009). Ayrıca tükenmişlik sendromunun çoğunlukla sağlıkla ilgili alanlarda çalışan öğrenciler arasında yaşandığına yönelik çalışmalar da yer almaktadır. Bu durumun nedeni, öğrencilerden sınavlardan başarılı olma gibi çeşitli akademik sorumlulukların beklenmesi, sağlıkla ilgili alanlarda çalışan öğrencilerin

hastane ortamında yoğun olarak bulunmaları ve mesleki uygulama yapmaları, hasta bakımında sorumluluk almaları, kişilerarası ilişkiler gibi nedenlerle yoğun stres durumları ile karşı karşıya kalmaları olarak açıklanmaktadır (Güdük vd., 2005; Sevencan vd., 2011; Naçar, Baykan & Çetinkaya, 2012; Kaya & Arıöz, 2014; Pınar vd., 2015). Dolayısıyla öğrenci, benlik saygısını korumaya yönelik uygun olmayan baş etme yöntemlerine başvurabilir, kendini sabote edebilir ve tükenmişlik yaşayabilir. Öğrencilik döneminde bireyin kendini sabote etmesi veya tükenmişlik yaşaması daha sonraki mesleki yaşamını da olumsuz etkileyebilir (Güdük vd., 2005; Akın, 2012). Bu doğrultuda kendini sabote etme ve tükenmişlik üzerine literatür bulunmasına rağmen, bu değişkenlerin birbirlerine nasıl bağlı olduğunu inceleyen az sayıda çalışma mevcuttur. Ayrıca, hemşirelik öğrencilerini içeren bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu araştırma hemşirelik öğrencilerinin kendini sabotaj stratejileri ve tükenmişlikleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

#### *Araştırma Soruları*

- Hemşirelik bölümü öğrencilerinin bazı sosyodemografik özellikleri ile kendilerini sabote etme durumları arasında bir ilişki var mıdır?
- Hemşirelik bölümü öğrencilerinin bazı sosyodemografik özellikleri ile tükenmişlik düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?
- Kendini sabote etme ile tükenmişlik düzeyi arasında bir ilişki var mıdır?

### **Yöntem**

#### **Araştırmanın Amacı ve Önemi**

Sağlık çalışanları meslekleri gereği iş yaşamlarında yoğun bir iletişim içerisinde. Bu yoğun iletişim birey üzerinde baskı ve strese neden olabilmektedir. Bu durum kişilerin sağlıklı olmayan baş etme yöntemlerine başvurmasına ve sonrasında mesleki tükenmişliğe neden olabilir. Gelecekte sağlık ekibinin bir üyesi olacak hemşirelik öğrencilerinin sağlıklı baş etme yöntemlerini öğrenerek mezun olmaları mesleki yaşamlarında karşılarına çıkabilecek zorluklar ile mücadele etmelerini kolaylaştıracak ve mesleki başarılarını arttıracaktır. Bu amaçla araştırma, hemşirelik bölümü 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin kendini sabotaj ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi ve etkileyen faktörleri belirlemek amacı ile tanımlayıcı ve ilişki arayıcı nitelikte gerçekleştirildi.

#### **Araştırmanın Yeri ve Zamanı**

Araştırma, 2016-2017 Güz Yarıyılı'nda Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimler Fakültesi'nde öğrenim gören 3. ve 4. sınıf hemşirelik bölümü öğrencileri ile yürütüldü.

#### **Araştırmanın Evreni ve Örneklemi**

Araştırmanın evrenini 3. ve 4. sınıf hemşirelik bölümü öğrencilerinin tamamı, örneklemini ise çalışmanın yapıldığı süre içerisinde devamsız olmayan, çalışmaya katılıma gönüllü öğrenciler (n=338) oluşturdu.

#### **Kullanılan Veri Toplama Araçları**

Verilerin toplanmasında öğrencilerin tanıtıcı bilgilerini içeren "Sosyodemografik Soru Formu" kendini sabote etme düzeylerini ölçmek için "Kendini Sabotaj Ölçeği" ve tükenmişlik düzeylerini ölçmek için "Maslach Tükenmişlik Envanteri" kullanıldı.

#### *Sosyodemografik Soru Formu*

Araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda hazırlanan, öğrencilerin yaş, cinsiyet, sınıf, çalışma ve ekonomik durum, kardeş sayısı, anne-baba öğrenim durumu vb. sosyodemografik özelliklerini içeren toplam 14 sorudan oluşan formdur.

#### *Kendini Sabotaj Ölçeği (KSÖ)*

Jones ve Rhodewalt (1982) tarafından geliştirilen KSÖ'nün Türkçe'ye geçerlik ve güvenilirlik çalışması Akın (2012) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek, 25 maddeden oluşmaktadır ve "Hiç katılmıyorum" ile "Tamamen katılıyorum" arasında değişen 6'lı likert tipi bir ölçme aracıdır. Ölçekten alınabilecek puan aralığı 25-150 arasında değişmektedir. Ölçekte yer alan 3, 5, 6, 10, 13, 20, 22 ve 23 maddeler ters olarak kodlanmaktadır ve tüm maddelerin puanlarının toplamından toplam puan oluşmaktadır. Alınan puanın yükselmesi bireylerin kendisini sabotaj eğilimlerinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışmasında Cronbach alfa değeri .79, örneklem grubu için Cronbach Alfa değeri .70 dir.

#### *Maslach Tükenmişlik Ölçeği (MTÖ)*

Maslach ve Jackson (1981) tarafından geliştirilen MTÖ'nün Türkçe'ye geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Ergin (1992) tarafından gerçekleştirilmiştir. 22 maddeden oluşan ölçek, üç alt boyuta sahiptir ve "Hiçbir zaman= 0" ile "Her zaman= 4" arasında değişen 5'li likert tipi bir ölçme aracıdır. Ölçeğin alt boyutları, duygusal tükenme (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20), duyarsızlaşma (5, 10, 11, 15, 22) ve kişisel başarı (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21) dir. Duygusal tükenme, kişinin kendisini tükenmiş ve işi tarafından tüketilmiş olması duygularını, duyarsızlaşma kişinin bakım ve görev sunduğu kişilere karşı duygusuz şekilde davranmasını, kişisel başarı ise bir bireyin yaptığı işte yeterlilik ve sorunlarla baş edebilme duygularını tanımlar. Ölçeğin Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışmasında Cronbach's Alpha değerleri; duygusal tükenme alt boyutu için 0.83, duyarsızlaşma alt boyutu için 0.65 ve kişisel başarı duygusu alt boyutu için 0.72 olarak bulundu (Ergin, 1992). Ölçek alt boyutlarından alınan puanlar duygusal tükenme için 0-36, duyarsızlaşma için 0-20 ve kişisel başarı için 0-32 arasında değişmektedir. Duygusal tükenme alt boyutu için 27 puan ve üstü yüksek, 17-26 puan arası değerler orta, 17 ve altı puan ise düşük kabul edilir. Duyarsızlaşma alt boyutu için 13 ve üzeri puan yüksek, 7-12 arası orta, 6 ve aşağısı düşük grupta değerlendirilir. Kişisel başarı alt boyutunda ise 0-31 puan arası yüksek, 32-38 arası orta ve 39 ve üzeri puan ise düşük grup olarak değerlendirilir. Duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarının puan ortalamalarının yüksek, kişisel başarı puan ortalamasının düşük olması tükenmeyi gösterir. Bu çalışmada ölçek alt boyutlarına ait Cronbach's Alpha değeri; duygusal tükenme alt boyutu 0.85, duyarsızlaşma alt boyutu 0.68, kişisel başarı alt boyutu 0.66 olarak bulundu.

#### **Araştırmanın Etik Boyutu**

Araştırma için ilgili kurumdan yazılı izin alındı. Öğrencilere araştırma hakkında bilgi verildikten sonra gönüllü olanlar çalışmaya dahil edildi.

#### **Veri Analizi**

Veri analizinde, araştırma soruları ve veri toplama araçlarının ilişkisi göz önünde bulunduruldu. Verilerin analizine geçmeden önce verilerin homojenliği ve normal dağılıma uygunluğu kontrol edildi. Homojenliği belirlemek için Levene Homojenlik testi, normallik testi için ise Kolmogorov Smirnov testi yapıldı. Araştırmanın nicel verilerini oluşturan ölçeklerin analizlerinde, normal dağılım göstermeyen verilerde ikili gruplarda Mann Whitney U Testi, ikiden fazla gruplarda Kruskal Wallis-H Testi kullanıldı. Bu testler, iki veya üç bağımsız grup ortalamalarını karşılaştırmak amacıyla kullanılan non-parametrik yöntemlerdir. Ölçekler arasındaki ilişki ise Spearman korelasyon analizi ile incelendi. Anlamlılık düzeyi olarak 0.05 alındı. Ayrıca, nicel verilerin elde edildiği ölçeklerden Kendini Sabotaj Ölçeği'nin örneklem grubu için Cronbach Alfa değeri .70, Maslach Tükenmişlik ölçeği alt boyutlarına ait Cronbach's Alpha değerleri; duygusal tükenme alt boyutu 0.85, duyarsızlaşma alt boyutu 0.68, kişisel başarı alt boyutu 0.66 olarak bulundu.

#### **Sonuçlar**

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması  $21.30 \pm 1.13$  olup, %83.1'inin kadın ve, %82.5'inin ekonomik durumunun gelir-gider denginin orta düzeyde olduğu belirlendi. Öğrencilerin, %79.6'sının çekirdek aile yapısında, %74'ünün 1-3 kardeşe sahip, %70.8'inin annesinin ilkököl-ortaokul, %47.6'sının babasının üniversite mezunu, %72.5'inin okul başarı durumunun orta düzeyde olduğu ve %77.8'sinin okuduğu bölümden memnun olduğu belirlendi (Tablo 1).

**Tablo 1.**  
*Öğrencilerin Sosyodemografik Özelliklerinin Dağılımı (n=338)*

SOSYODEMOGRAFİK ÖZELLİKLER		Minimum- Maksimum	Ort±SS
Yaş (yıl)		19-25	21.30±1.13
		<b>n</b>	<b>%</b>
Cinsiyet	Kadın	281	83.1
	Erkek	57	16.9
Sınıf	3. Sınıf	159	47
	4. Sınıf	179	53
Çalışma durumu	Çalışıyor	40	11.9
	Çalışmıyor	297	88.1
Ekonomik durum	Gelirim giderimden az	8	2.4
	Gelirim giderime denk	279	82.5
	Gelirim giderimden fazla	51	2.4
Aile tipi	Çekirdek Aile	269	79.6
	Geniş Aile	64	18.9
	Parçalanmış Aile	5	1.5
Kardeş sayısı	Tek çocuk	42	12.4
	1-3 kardeş	250	74
	4 ve üzeri	46	13.6
Anne eğitim durumu	Okuryazar	37	11
	İlkokul-Ortaokul	238	70.8
	Lise- Üniversite	61	18.2
Baba eğitim durumu	Okuryazar	14	4.1
	İlkokul-Ortaokul	163	48.2
	Lise - Üniversite	161	47.6
Okul başarı durumu	Başarılı (1)	70	20.7
	Orta düzeyde (2)	245	72.5
	Başarısız (3)	23	6.8
Bölümünden memnuniyet durumu	Memnun	263	77.8
	Memnun değil	75	22.2

MTÖ alt boyutları incelendiğinde duygusal tükenme alt boyutu puan ortalamasının  $16.08 \pm 7.60$ , duyarsızlaşma alt boyutu puan ortalamasının  $7.10 \pm 4.05$  ve kişisel başarı alt boyutu puan ortalamasının  $19.98 \pm 5.69$  olduğu belirlendi. Ölçekten alınan puan ortalamalarına göre, öğrencilerin duygusal tükenmelerinin düşük, duyarsızlaşmalarının orta ve kişisel başarılarının yüksek düzeyde olduğu saptandı (Tablo 2).

**Tablo 2.**  
*Öğrencilerin Maslach Tükenmişlik Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puan Ortalamalarının Dağılımı (n=338)*

MTÖ Alt Boyutları	Ortalama	SS	Minimum	Maksimum
Duygusal Tükenme Boyutu	16.08	7.60	2	43
Duyarsızlaşma Boyutu	7.10	4.049	5	17
Kişisel Başarı Boyutu	19.98	5.69	17	63

Öğrencilerin cinsiyet, sınıf, çalışma durumu, ekonomik durum, aile tipi, kardeş sayısı, anne-baba eğitim durumu gibi sosyodemografik özelliklerinin KSÖ puan ortalamasına istatistiksel olarak anlamlı

düzeyde etki etmediği saptandı ( $p > 0.05$ ). Bununla birlikte, okul başarı durumu orta düzeyde ve başarısız olanların, başarılı olanlara ( $X^2 = 13.451$ ,  $p = 0.001$ ) ve bölümünden memnun olan öğrencilerin memnun olmayanlara göre ( $Z = -2.607$ ,  $p = 0.009$ ) KTÖ puan ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptandı (Tablo 3).

**Tablo 3.**  
*Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri ile Kendini Sabotaj Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (n=338)*

SOSYODEMOGRAFİK ÖZELLİKLER	test	KSÖ toplam		
		Ort±SS	p	
<b>Cinsiyet</b>	MWU	Kadın	78.88±11.97	0.157
		Erkek	81.38±10.90	
<b>Sınıf</b>	MWU	3. Sınıf	79.67±11.67	0.599
		4. Sınıf	79.00±11.96	
<b>Çalışma durumu</b>	MWU	Çalışıyor	79.22±14.46	0.563
		Çalışmıyor	79.32±11.45	
<b>Ekonomik durum</b>	KW	Gelirim giderimden az	81.86±7.69	0.117
		Gelirim giderime denk	80.00±11.24	
		Gelirim giderimden fazla	75.23±14.38	
<b>Aile tipi</b>	KW	Çekirdek Aile	79.07±11.82	0.384
		Geniş Aile	80.69±11.44	
		Parçalanmış Aile	74.40±16.35	
<b>Kardeş sayısı</b>	KW	Tek çocuk	76.76±15.29	0.725
		1-3 kardeş	79.60±11.56	
<b>Anne eğitim durumu</b>	KW	4 ve üzeri	79.95±9.45	0.768
		Okuryazar	80.97±10.71	
		İlkokul-Ortaokul	79.28±10.93	
<b>Baba eğitim durumu</b>	KW	Lise- Üniversite	78.43±15.27	0.656
		Okuryazar	78.27±13.27	
		İlkokul-Ortaokul	79.66±11.84	
<b>Okul başarı durumu</b>	KW	Lise - Üniversite	79.00±11.75	0.001 <sup>a,b</sup> **
		Başarılı (1)	73.25±13.78	
		Orta düzeyde (2)	80.79±10.92	
<b>Bölümünden memnuniyet durumu</b>	MWU	Başarısız (3)	80.83±9.39	0.009* *
		Memnun	78.45±11.47	
		Memnun değil	82.50±12.61	*

MWU: Mann Whitney U Testi. KW: Kruskal Wallis Testi. a: 1-2, b: 1-3 \*  $p < 0.05$  \*\*  $p < 0.001$

Öğrencilerin sosyodemografik özellikleri ile MTÖ alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde, erkeklerin ( $Z = -3.404$ ,  $p = 0.001$ ) ve 3. sınıfların ( $Z = -2.196$ ,  $p = 0.028$ ) duyarsızlaşma alt boyutundan aldıkları puanların anlamlı derecede yüksek olduğu saptandı. Ayrıca bir işte çalışanların çalışmayanlara göre duyarsızlaşma puan ortalamaları yüksek ( $Z = -2.209$ ,  $p = 0.027$ ) ve kişisel başarı puan ortalamaları ( $Z = -1.967$ ,  $p = 0.049$ ) istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük idi. Okul başarı durumları incelendiğinde, kendilerini başarılı görenlerin orta düzeyde başarılı ve başarısızlara göre duygusal tükenme alt boyutundan aldıkları puanlar istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük idi ( $X^2 = 10.960$ ,  $p = 0.004$ ). Bölümünden memnun olanların duygusal tükenme ( $Z = -6.983$ ,  $p = 0.000$ ) ve duyarsızlaşma ( $Z = -2.539$ ,  $p = 0.011$ ) alt boyutlarından aldıkları puanlar düşük ve kişisel başarı alt boyutundan ( $Z = -2.132$ ,  $p = 0.033$ ) aldıkları puanlar ise istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek idi (Tablo 4).

**Tablo 4.**

*Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri ile Maslach Tükenmişlik Ölçeği Alt Boyutlarının Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (n=338)*

SOSYODEMOGRAFİK ÖZELLİKLER		test	Duygusal Tükenme Ort±SS	Duyarsızlaşma Ort±SS	Kişisel Başarı Ort±SS
Cinsiyet	Kadın	MWU	15.94±7.49	6.73±3.87	19.96±5.09
	Erkek		16.78±7.95	8.94±4.43	20.09±8.04
	p		0.372	<b>0.001**</b>	0.366
Sınıf	3. Sınıf	MWU	16.36±8.22	7.65±4.18	20.32±5.97
	4. Sınıf		15.84±6.95	6.61±3.88	19.67±5.43
	p		0.592	<b>0.028*</b>	0.563
Çalışma durumu	Çalışıyor	MWU	16.33±8.13	8.46±4.18	18.56±4.73
	Çalışmıyor		15.98±7.42	6.91±4.01	20.17±5.80
	p		0.771	<b>0.027*</b>	<b>0.049*</b>
Ekonomik durum	Gelirim giderimden az	KW	16.75±9.97	7.50±5.83	21.12±7.70
	Gelirim giderime denk		16.24±7.44	7.10±3.97	20.13±5.61
	Gelirim giderimden fazla		15.10±7.56	7.04±4.22	18.96±5.79
	p		0.632	0.973	0.536
Aile tipi	Çekirdek Aile	KW	15.97±11.82	7.03±3.99	20.07±5.08
	Geniş Aile		16.88±7.66	7.43±4.26	20.08±7.22
	Parçalanmış Aile		12.60±7.33	6.60±4.93	14.00±11.81
	p		0.422	0.784	0.096
Kardeş sayısı	Tek çocuk	KW	15.45±7.67	6.97±4.76	19.90±6.44
	1-3 kardeş		16.32±7.68	7.08±3.96	20.04±5.72
	4 ve üzeri		15.40±6.94	7.33±3.90	19.78±4.89
	p		0.884	0.909	0.808
Anne eğitim durumu	Okuryazar	KW	16.91±7.81	7.86±4.51	20.97±8.41
	İlkokul-Ortaokul		15.98±7.39	7.02±3.88	20.317±4.91
	Lise- Üniversite		15.98±8.22	6.95±4.36	18.40±6.11
	p		0.312	0.295	0.660
Baba eğitim durumu	Okuryazar	KW	13.08±6.22	6.00±3.14	25.00±12.84
	İlkokul-Ortaokul		15.87±7.72	6.80±3.87	20.63±4.73
	Lise - Üniversite		16.56±7.48	7.51±4.28	18.91±5.39
	p		0.206	0.537	0.338
Okul başarı durumu	Başarılı (1)	KW	13.58±8.14	6.43±4.21	20.48±6.61
	Orta düzeyde (2)		16.59±7.35	7.37±4.01	19.91±5.47
	Başarısız (3)		18.04±6.72	6.39±3.81	19.26±5.18
	p		<b>0.004<sup>a,b**</sup></b>	0.159	0.121
Bölüm memnuniyet	Memnun	MWU	14.50±6.95	6.80±4.00	20.31±5.95
	Memnun değil		21.73±7.01	8.15±4.07	18.79±4.46
	p		<b>0.000**</b>	<b>0.011*</b>	<b>0.033*</b>

MWU: Mann Whitney U Testi. KW: Kruskal Wallis Testi. a: 1-2, b: 1-3 \* p<0.05 \*\* p<0.001

KSÖ ve MTÖ alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde, KSÖ ile duygusal tükenme ( $r = .351$ ,  $p = 0.000$ ) ve duyarsızlaşma ( $r = .316$ ,  $p = 0.000$ ) arasında istatistiksel olarak zayıf düzeyde anlamlı ilişki olduğu saptandı (Tablo 5).



**Tablo 5.**

*Öğrencilerin Maslach Tükenmişlik Envanteri ile Kendini Sabotaj Ölçeği Puanlarının Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması*

Maslach Tükenmişlik Envanteri Alt Gruplar	Kendini Sabotaj Ölçeği	
	r	p
Duygusal Tükenme	.351	.000*
Duyarsızlaşma	.316	.000*
Kişisel Başarı	-.092	.114

r: Spearman Korelasyon Analizi

\* p&lt;0.05

\*\* p&lt;0.001

### Tartışma ve Öneriler

Hemşirelik öğrencileri, çalışma alanı doğrudan insan sağlığı olması nedeniyle diğer meslek gruplarına göre daha fazla düzeyde fiziksel ve psikolojik sorunlarla karşı karşıya gelebilmektedir. Bu nedenle sağlıklı biçimde baş edilemeyen stres, bireylerde kendine sabotaja ve tükenmişliğe neden olabilmektedir (Pınar vd., 2015; Da Silva vd., 2014). Gelecekte sağlık ekibinin bir üyesi olacak hemşirelik öğrencilerine uygun girişimlerin yapılabilmesi için kendine sabotaj ve tükenmişliğe neden olabilecek faktörleri saptamak önemlidir. Bu araştırma sağlık bakım hizmetlerinin yürütülmesinde önemli bir yere sahip olacak olan hemşirelik öğrencilerinin kendini sabotaj stratejileri ve tükenmişlikleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

Elde edilen bulguların analizleri sonucunda çalışmaya katılan öğrenci hemşirelerin cinsiyetlerinin kendini sabotaj eğilimleri üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı görülmüştür. Bu çalışmayı destekleyen ve desteklemeyen birçok araştırmanında olduğu görülmektedir. Yurt dışında yapılan benzer çalışmalarda cinsiyet ile kendini sabotaj arasında ilişki görülmediği vurgulanmaktadır (Barnes, 2004; Dorman & Ferguson, 2004). Ülkemizde yapılan çalışmaların çoğu da aynı sonuçları destekler niteliktedir (Yalnız, 2014; Büyükgöze & Gün, 2015; Kalyon ve diğerleri, 2016). Anlı'nın (2011) üniversite öğrencileri ile yaptığı bir çalışmada erkeklerin kadınlara göre daha yüksek düzeyde kendini sabotaj eğilimlerinin olduğu rapor edilmiştir (Anlı, 2011). Literatür incelendiğinde, konu ile ilgili üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış çalışmalar olsa da hemşirelik alanında bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Öğrencilerin cinsiyete göre tükenmişlik düzeyleri karşılaştırıldığında, duygusal ve kişisel başarı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken; duyarsızlaşma düzeyleri arasında anlamlılık belirlenmiştir. Gündüz, Çapri & Gökçakan'ın (2012) yaptıkları çalışmada, cinsiyet ile duyarsızlaşma alt ölçeğinde erkek öğrencilerin, duygusal tükenme alt ölçeğinde ise kız öğrencilerin daha fazla tükenmişlik yaşadıkları belirlenmişti. Kaya & Ariöz'ün (2014) hemşirelik öğrencileri ile yaptıkları çalışmalarında öğrencilerin cinsiyete göre duygusal tükenmişlik düzeyi ile aralarında anlamlı bir farklılık bulunmazken; duyarsızlaşma ve kişisel başarı düzeyleri arasında anlamlılık belirlenmiştir. Sağlık alanında çalışan öğrenciler ile yapılan bazı çalışmalarda cinsiyet faktörünün hemşirelik öğrencilerinin tükenmişlik düzeyini etkilemediği görülmüştür (Sevencan vd., 2011; Pınar vd., 2015; Akansel, Çitak, Özdemir & Turgutlu, 2012). Bu araştırma sonuçları Gündüz ve diğerleri (2012) ve Kaya ve Ariöz'ün (2014) çalışma sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Öğrenciler ile ilgili az sayıda çalışma olmakla birlikte çalışmalar her iki cinsiyetin de tükenmişlik sorunuyla karşılaşabileceğini göstermektedir.

Öğrencilerin devam ettikleri sınıf ile KSÖ ve MTÖ alt boyutlarının puan ortalamaları karşılaştırıldığında, KSÖ ile sınıflar arasında anlamlı bir ilişki saptanmazken, MTÖ'nün duyarsızlaşma alt boyutu ile sınıflar arasında anlamlı bir ilişki görülmektedir. Buna göre 3. sınıfların duyarsızlaşma düzeyleri 4. sınıflardan anlamlı düzeyde yüksek idi. Hemşirelik öğrencileri ile yapılan bazı çalışmalarda, öğrenciler sınıflarına göre değerlendirildiğinde 4. sınıf öğrencilerin tükenmişlik puanlarının yüksek olduğu görülmektedir (Gündüz ve diğerleri, 2012; Kaya & Ariöz, 2014; Aydın, Akay & Baydemir, 2017). Mezuniyet kriterlerinin olması, göreve başlamak için gerekli olan bazı sınavlara hazırlanmaları ve istihdama yönelik belirsizlik gibi çeşitli faktörlerin son sınıf öğrencilerinde daha fazla stres ve tükenmeye neden olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmada ise 3. sınıf öğrencilerinin tükenmişlik puan ortalamalarının

4. sınıf öğrencilerine kıyasla yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum, 3. sınıf öğrencilerinin ders yükümlülüğünün fazla olması ile ilişkili olabilir.

Öğrencilerin çalışma durumları ile KSÖ ve MTÖ alt boyutlarının puan ortalamaları karşılaştırıldığında, KSÖ ile çalışma durumu arasında anlamlı bir ilişki saptanmazken, MTÖ'nün duyarsızlaşma ve kişisel başarı alt boyutları ile arasında anlamlı bir ilişki görülmektedir. Buna göre, çalışan öğrencilerin duyarsızlaşma seviyeleri yüksek ve kişisel başarı düzeyleri daha düşüktür. Literatür incelendiğinde, hemşirelik öğrencileri ile yapılan çalışmalarda, öğrencilik döneminde çalışanlarda benzer sonuçlar görülmektedir (Aydın ve diğerleri, 2017; Tomaschewski-Barlem vd., 2014).

Öğrencilerin algıladıkları gelir düzeyi ile kendine sabotaj puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Anlı'nın (2011) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada benzer sonuçlar bulunmuştur. Kendine sabotaj ile algılanan gelir düzeyi arasında ilişkiyi inceleyen başka çalışmaya rastlanılmamıştır. Ayrıca, çalışmada ekonomik durum ile tükenmişlik düzeyi arasında bir fark olmadığı da tespit edilmiştir. Kaya ve Ariöz'ün (2014) hemşirelik ve ebellek öğrencileri ile yaptığı çalışmada da ekonomik durum ile tükenmişlik arasında anlamlı bir fark olmadığını görülmüştür.

Akademik başarılarının iyi olduğunu belirten katılımcılarda düşük ve orta akademik başarıya sahip olduğunu bildirenlere göre kendini sabotajın daha az olduğu görülmüştür. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde kendini sabotaj ile genel not ortalaması arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu belirlenmektedir (Leondari & Gonida, 2007; del Mar Ferradás, Freire, Valle & Núñez, 2016). Bireylerin genel not ortalamalarıyla ölçülen akademik başarıları arttıkça, kendini sabote etme davranışına daha az başvurma gereksinimi duyacakları söylenebilir. Bu bulgu ve genel olarak literatürde yer alan çalışmalar, bu araştırmada elde edilen bulgularla benzerlik göstermektedir. Çalışmada öğrencilerin akademik başarılarına göre MTÖ alt gruplarından duygusal tükenme arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Kaya ve Ariöz'ün (2014) hemşirelik ve ebellek öğrencileri ile yaptığı çalışmada öğrencilerin not ortalamalarının duygusal tükenmişlik ve duyarsızlaşma alt boyutları ile ilişkisi incelendiğinde aralarında düşük ve zıt yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Ayrıca çalışmada bölümden memnun olan öğrencilerin memnun olmayanlara göre kendini sabote etme ve tükenmişlik alt boyutlarına ilişkin düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşüktür. Bireylerin işini isteyerek ve severek yapması, kişinin kendisine, mesleğine ve hizmet verdiği bireylere saygı duymasını, kaliteli bir bakım hizmeti verebilmelerini sağlar. İşini severek yapan bireylerde bu duruma bağlı olarak baş etme stratejileri ve tükenmişlik durumları farklılık gösterebilmektedir (Abacı & Akin, 2011; Pınar vd., 2015; Aydın ve diğerleri, 2017). Konu ile ilgili yapılan çalışmalarda bölüme isteyerek gelen ve bu bölümde öğrenimini devam ettirmekten memnun olan öğrencilerin tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı fark bulunmuştur. Bölümden memnun olan öğrencilerin memnun olmayanlara göre tükenmişlik alt boyutları puan ortalamalarının daha düşük olduğu söylenebilmektedir (Sevencan vd., 2011; Akin, 2012; Kaya & Ariöz, 2014; Tansel, 2015; del Mar Ferradás ve diğerleri, 2016).

Bu çalışmada kendini sabote etmenin tükenmişlikle ilişkisi incelenmiş olup, KSÖ ile MTÖ alt boyutlarından duygusal tükenme ile duyarsızlaşma arasında istatistiksel olarak zayıf düzeyde ancak anlamlı ilişki olduğu saptandı. Literatür incelendiğinde sağlık çalışanlarında veya hemşirelik öğrencilerinde iki ölçek arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Akin (2012) tarafından üniversite öğrencilerine yapılan, kendini sabotaj ve tükenmişlik arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada da anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Çalışanların tükenmişlik düzeyleri ile kendini sabotaj düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir diğer araştırmada da benzer bulgulara ulaşılmıştır (Coşar, 2012). Bu bakımdan çalışma sonuçlarımız literatür ile benzerlik göstermektedir. Sonuçlar genel olarak değerlendirildiğinde, kendini sabote eden öğrencilerin özellikle duygusal tükenmeye ve duyarsızlaşmaya yatkınlık gösterdikleri ve daha fazla tükenmişlik yaşadıkları söylenebilir.

## References

- Abacı, R., & Akın, A. (2011). Kendini sabotaj: İnsanoğlunun sınırlı doğasının bir sonucu. Ankara: Pegem.
- Akansel, N., Çitak Tunç, G., Özdemir, A. & Turgutlu, Z. (2012). Assessment of burnout levels among working undergraduate nursing students in Turkey: Being a full time employee and student. *International Journal of Caring Sciences*, 5 (3), 328-334.
- Akın, A. (2012). Kendini Sabotaj Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 37(164), 176-187.
- Akın, A. (2012). Self-handicapping and burnout. *Psychological reports*, 110(1), 187-196.
- Anlı, G. (2011). Kendini sabotaj ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Aydın, D., Akay, B. & Baydemir, S. (2017). Hemşirelik Öğrencilerinde Tükenmişlik ve Etkileyen Faktörler. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 1(1), 19-23.
- Barnes, B. (2004). Gender differences in use of anxiety as a self handicapping strategy on effort and performance. Retrieved from ProQuest Dissertations and Thesis Database. (UMI No. 314081)
- Berglas, S., & Jones, E. E. (1978). Drug choice as a self handicapping strategy in response to non-contingent success. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(4), 405-417.
- Büyükgöze, H., & Gün, F. (2015). Araştırma görevlilerinin kendini sabotaj eğilimlerinin incelenmesi. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(2), 690-704.
- Coşar, S. (2012). Çalışanların tükenmişlik düzeyleri ile kendini sabotaj düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- del Mar Ferradás, M., Freire, C., Valle, A., & Núñez, J. C. (2016). Academic goals and self-handicapping strategies in university students. *The Spanish journal of psychology*, 19 (e24), 1-9.
- Da Silva RM, Goulart CT, Lopes LF, Serrano PM, Costa AL, & de Azevedo Guido L. Hardy personality and burnout syndrome among nursing students in three Brazilian Universities - analytic study. *BMC Nurs*. 2014; 13(1): 9.
- Dorman, J. P. & Ferguson, J. M. (2004). Associations Between Students' Perceptions of Mathematics Classroom Environment and Self-Handicapping in Australian and Canadian High Schools. *McGill Journal of Education*, 39(1), 69-86.
- Ergin C. (1992). Doktor ve hemşirelerde tükenmişlik ve Maslach tükenmişlik ölçeğinin uyarlanması, R Bayraktar, İ Dağ (Ed), VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları içinde (s 143-154). Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Güdük, M., Erol, Ş., Yağcıbulut, Ö., Uğur, Z., Özvarış, Ş. B., & Aslan, D. (2005). Ankara'da bir tıp fakültesinde okuyan son sınıf öğrencilerde tükenmişlik sendromu. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 14(8), 169-173.
- Gündüz, B., Çapri, B., & Gökçakan, Z. (2012). Üniversite öğrencilerinin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19, 38-55.
- Hansen, N., Sverke, M., & Näswall, K. (2009). Predicting nurse burnout from demands and resources in three acute care hospitals under different forms of ownership: A cross-sectional questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 46(1), 96-107.
- Jones, E. E., & Rhodewalt, F. (1982). *The Self-Handicapping Scale*. Princeton, NJ: Princeton University.
- Kalyon, A., Dadandi, I., & Yazici, H. (2016). The relationships between self-handicapping tendency and narcissistic personality traits, anxiety sensitivity, social support, academic achievement/kendini sabote etme eğilimi ile narsistik kişilik özellikleri, anksiyete duyarlılığı, sosyal destek ve akademik başarı arasındaki ilişki. *Düşünen Adam*, 29(3), 237-246.

- Kaya, S. D., & Ariöz, A. (2014). Ebe ve hemşire öğrencilerinde tükenmişlik düzeyi ve etkileyen faktörler. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (31), 89-99.
- Leondari, A. & Gonida, E. (2007). Predicting academic self-handicapping in different age groups: The role of personal achievement goals and social goals. *British Journal of Educational Psychology*, 77, 595-611.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior*, 2(2), 99-113.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual review of psychology*, 52(1), 397-422.
- Naçar, M., Baykan, Z., & Çetinkaya, F. (2012). Erciyes Üniversitesi tıp fakültesi birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinde tükenmişlik durumu ve eğitimin etkisi. *Tıp Eğitimi Dünyası Dergisi*, 35(3), 9-20.
- Özçetin, Y. S. Ü., & Hiçdurmaz, D. (2016). Kendini sabote etme ve ruh sağlığı üzerine etkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(2), 145-154.
- Pınar, Ş. E., Bilgiç, D., Demirel, G., Akyüz, M. B., Karatepe, C., & Sevim, D. (2015). Sağlık alanlarında okuyan üniversite öğrencilerinin tükenmişlik ve yaşam doyumları arasındaki ilişki. *TAF Prev Med Bull*, 14(4), 284-292.
- Sevencan, F., Uzun, N., Yücel, E. H., Şener, A., Yılmaz, A. E. & Üner, S. (2011). Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi dönem VI öğrencilerinde tükenmişlik düzeyi ve etkileyen faktörler. *Hacettepe Tıp Dergisi*, 42(1), 42-48.
- Tansel, B. (2015). Üniversite öğrencilerinin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44(2), 241-268.
- Tomaschewski-Barlem, J. G., Lunardi, V. L., Lunardi, G. L., Barlem, E. L. D., Silveira, R. S. D., & Vidal, D. A. S. (2014). Burnout syndrome among undergraduate nursing students at a public university. *Revista latino-americana de enfermagem*, 22(6), 934-941.
- Yalınz, A. (2014). Algılanan anne baba tutumları, kendini sabotaj ve öz-yeterlik arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yükseklisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya*.