

Investigation of the Relationship Between Social Jetlag and Burnout Level and Life Satisfaction in Midwives*

Ebelerdeki Sosyal Jetlag Görülme Durumunun Tükenmişlik Düzeyi ve Yaşam Doyumu ile İlişkisinin İncelenmesi*

Yasemin AYDIN KARTAL^a, Sema AKER^{b*}, Aleyna BULUT^c, Beyzanur KIZILTAŞ^d

^a Professor Doctor, Department of Midwifery, Hamidiye Faculty of Health Sciences, Health Sciences University, Istanbul, Türkiye. [ROR](#)

^a Profesör Doktor, Ebelik Bölümü, Hamidiye Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul, Türkiye. [ROR](#)

^b Research Assistant, Department of Midwifery, Hamidiye Faculty of Health Sciences, Health Sciences University, Istanbul, Türkiye. [ROR](#)

^b Araştırma Görevlisi, Ebelik Bölümü, Hamidiye Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul, Türkiye. [ROR](#)

^c Research Assistant, Department of Midwifery, Hamidiye Faculty of Health Sciences, Health Sciences University, Istanbul, Türkiye. [ROR](#)

^c Araştırma Görevlisi, Ebelik Bölümü, Hamidiye Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul, Türkiye. [ROR](#)

^d Undergraduate Student, Department of Midwifery, Hamidiye Faculty of Health Sciences, Health Sciences University, Istanbul, Türkiye. [ROR](#)

^d Lisans Öğrencisi, Ebelik Bölümü, Hamidiye Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul, Türkiye. [ROR](#)

* Corresponding Author / İletişimden Sorumlu Yazar, E-mail: semanuraker@gmail.com

ARTICLE INFO

Article History:

Received: 22.04.2025

Accepted: 24.06.2025

Publication: 07.08.2025

Citation:

Aydın Kartal, Y., Aker, S., Bulut, A., and Kızıltas, B. (2025). Investigation of the relationship between social jetlag and burnout level and life satisfaction in midwives. *Artuklu Health*, 12, 9-15.
<https://doi.org/10.58252/artukluhealth.1682000>

ABSTRACT

Introduction: This study was conducted to determine the social jetlag experienced by midwives and to evaluate the relationship between this situation and life satisfaction and burnout levels.

Methods: The sample of the study, which was conducted with a descriptive and correlational design, consisted of 213 midwives actively working in city hospitals in Istanbul. Data were collected with the "Introductory Information Form", "Life Satisfaction Scale", "Maslach Burnout Scale" and "Social Jetlag Form". Descriptive statistics, Mann-Whitney U, Kruskal Wallis Test were used in the evaluation of the data.

Results: The average age of the midwives participating in the study was determined as 31.59±7.71. It was determined that 54% of the midwives defined their sleep patterns as moderate, 63.8% of them defined their nutrition patterns as moderate and 60.1% of them defined their social life as moderate. It was determined that the variables of marital status, having children and smoking status did not significantly affect the social jetlag levels of the midwives. It was determined that the variables of income status, having children, the clinic they worked at, the type of work, sleep patterns, nutrition patterns and social life patterns significantly affected the Maslach Burnout Inventory total and emotional exhaustion, depersonalization sub-dimensions. No significant relationship was found in the correlation analysis between the midwives' total mean scores of burnout, life satisfaction and social jetlag.

Conclusion: According to the study findings, it was determined that the burnout levels of the midwives were moderate and their life satisfaction levels were above moderate. Although no significant relationship was found between social jetlag, burnout and life satisfaction in midwives, it is recommended that shift patterns be planned in accordance with biological rhythms and more comprehensive studies be conducted on this subject.

Keywords: Midwife, Social jetlag, Burnout, Life satisfaction

MAKALE BİLGİLERİ

Makale Geçmişi:

Geliş Tarihi: 22.04.2025

Kabul Tarihi: 24.06.2025

Yayın Tarihi: 07.08.2025

Atıf Bilgisi:

Aydın Kartal, Y., Aker, S., Bulut, A., and Kızıltas, B. (2025). Ebelerdeki sosyal jetlag görülme durumunun tükenmişlik düzeyi ve yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesi. *Artuklu Health*, 12, 9-15.
<https://doi.org/10.58252/artukluhealth.1682000>

ÖZET

Giriş: Bu çalışma, ebelerin sosyal jetlag yaşama durumlarını belirlemek, bu durumun yaşam doyumu ve tükenmişlik düzeyi ile ilişkisini değerlendirmek amacıyla yürütüldü.

Gereç ve Yöntem: Tanımlayıcı ve korelasyonel desende yürütülen araştırmanın örneklemini, İstanbul ilinde bulunan şehir hastanelerinde aktif olarak çalışmakta olan 213 ebe oluşturdu. Veriler, "Tanıtıcı Bilgi Formu", "Yaşam Doyumu Ölçeği", "Maslach Tükenmişlik Ölçeği" ve "Sosyal Jetlag Formu" ile toplandı. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler, Mann-Whitney U, Kruskal Wallis Testi kullanıldı.

Bulgular: Araştırmaya katılan ebelerin yaş ortalaması 31,59±7,71 olarak belirlendi. Ebelerin; %54'ünün uyku düzenini orta düzeyde, %63,8'inin beslenme düzeninin orta düzeyde ve %60,1'inin ise sosyal hayatını orta düzeyde tanımladığı belirlendi. Medeni durum, çocuk sahibi olma durumu ve sigara kullanma durumu değişkenlerinin ebelerin sosyal jetlag düzeylerini anlamlı olarak etkilemediği saptandı. Gelir durumu, çocuk sahibi olma durumu, çalışılan klinik, çalışma türü, uyku düzeni, beslenme düzeni ve sosyal hayat düzeni değişkenlerinin ise Maslach Tükenmişlik Ölçeği toplam ve duygusal tükenme, duyarsızlaşma alt boyut ortalamalarını anlamlı etkilediği belirlendi. Ebelerin tükenmişlik, yaşam doyumu ve sosyal jetlag toplam puan ortalamaları arasında yapılan korelasyon analizinde anlamlı bir ilişki saptanmadı.

Sonuç: Çalışma bulguları doğrultusunda; ebelerin tükenmişlik düzeylerinin orta düzeyde olduğu ve yaşam doyum düzeylerinin orta düzeyin üzerinde olduğu belirlenmiştir. Ebelerde sosyal jetlag, tükenmişlik ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki saptanmamış olmakla birlikte, vardiya çalışma düzenlerinin biyolojik ritme uygun planlanması ve bu konuda daha kapsamlı çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Ebe, Sosyal jetlag, Tükenmişlik, Yaşam doyumu

1. Giriş

Sağlık hizmetlerinde bakımın sürekliliğini sağlamak açısından vardiyalı çalışma sistemi ebeler açısından gerekli olmakla birlikte, dönüşümlü vardiya sistemi bireylerin sirkadiyen ritimlerinin bozulmasına yol açmaktadır (Lin ve ark., 2014). Vardiyalı çalışma sistemi, bireylerin uyku kalitesini azaltmaktadır. Dolayısıyla bu durum bireylerin günlük aktivitelerini, karar verme süreçlerini, iş performansını ve bakım kalitesini olumsuz etkileyebilmektedir. Karar verme ve bakım kalitesini etkileyen bu durum doğrusal olarak hasta sonuçlarının kötüleşmesine neden olabilmektedir (Ganesan ve ark., 2019).

Vardiyalı çalışan sağlık personellerinin uyku kalitesindeki düşüş; gündüz işlev bozukluğu, uyku sonrası toparlanma zorluğu, uyku tatmininin düşük olması, uykuya başlamada ve sürdürmede zorluk gibi olumsuz birtakım etkilerle ilişkilendirilmiştir (Lim ve ark., 2019). Araştırmalar, vardiyalı çalışan hemşirelerin %63'ünün uyku bozuklukları yaşadıklarını ve bu çalışanların yarısından fazlasının düşük uyku kalitesine sahip olduklarını saptamışlardır (Bukowska-Damska ve ark., 2018; Chien ve ark., 2013; Hsieh ve ark., 2011). Özellikle gece vardiyasında çalışanların gündüz uyumak zorunda kalmaları; uyku süresi ve kalitesini daha da olumsuz etkilemektedir. Böylece uyku yoksunluğunun birikmesine ve konsantrasyon kaybına yol açarak iş performansını düşürmektedir (Alves ve ark., 2016). Devore ve arkadaşları tarafından gerçekleştirilen çalışmada; uzun yıllar vardiyalı çalışan bireylerde, bilişsel işlevlerin olumsuz etkilendiği saptanmıştır (Devore ve ark., 2013).

Sosyal jetlag; bireyin dış saatinin (sosyal çalışma programı), iç saatiyle (sirkadiyen ritim) uyumsuzluğunu ifade etmektedir. Özellikle vardiyalı çalışanlar arasında sosyal jetlag yaygın olarak görülmektedir. Çeşitli araştırmalar, sosyal jetlagın kronik hastalıklar ve kanser riskini artırarak yaşam kalitesini olumsuz etkilediğini göstermiştir (Chang ve ark., 2014; Gu ve ark., 2017). Sosyal jetlag, yalnızca uyku düzenini değil, aynı zamanda bireylerin iş performansını ve yaşam doyumunu da tehdit eden bir faktör olarak değerlendirilmektedir. Yapılan çalışmalar, sağlık çalışanlarının çalışma saatlerinin tükenmişlik düzeylerini ve iş-sosyal yaşam dengesini etkilediğini göstermektedir (Dyrbye ve ark., 2020). Özellikle vardiyalı çalışma sistemi; hemşirelerde yorgunluk, tükenmişlik ve merhamet yorgunluğu düzeylerini olumsuz etkileyerek iş ve yaşam doyumunu azaltmaktadır (Ruiz-Fernández ve ark., 2020; Zborowska ve ark., 2021). Ebeler özelinde yapılan çalışmalarda ise vardiyalı çalışmanın bireylerin kendilerine ayırdıkları zamanı kısıtladığı, tükenmişlik düzeylerini

artırdığı ve yaşam doyumlarını olumsuz yönde etkilediği saptanmıştır (Stoll ve Gallagher, 2019). Bu nedenle bu çalışma, ebelerin sosyal jetlag yaşama durumlarını belirlemek, bu durumun yaşam doyumunu ve tükenmişlik düzeyi ile ilişkisini değerlendirmek amacıyla yürütülmüştür.

2. Yöntem

2.1. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Tanımlayıcı ve korelasyonel desende 25 Mart 2024-10 Mart 2025 tarihleri arasında yürütülen araştırmanın evrenini, İstanbul'da bulunan şehir hastanelerinde aktif olarak görev yapan ebeler oluşturmuştur. Araştırma yüz yüze yürütülmüş olup, çalışma anketi mesai saatleri dışında ebelere iletilmiştir. Türkiye'de Ebelik lisans ve lise (sağlık lisesi) mezunu olan ve aktif olarak ebelik yapan, herhangi bir psikiyatrik tanısı olmayan, iletişim ve iş birliğine açık ebeler araştırmanın dahil edilme kriterlerini oluşturmuştur. Bu kriterlere göre araştırmaya dahil edilirken katılımcıların beyanları esas alınmıştır.

Araştırmanın örneklem seçiminde; Sosyal Jetlag Formu ile Yaşam Doyumu Ölçeği ve Maslach Tükenmişlik Ölçeği arasında en düşük korelasyon katsayısı 0.20 olarak öngörülerek $\alpha=0.05$ hata payı ve %95 power değeri ile $n=319$ ebenin çalışmaya alınması gerektiği belirlendi. Araştırmaya katılmaya gönüllü olan ve örneklem seçim kriterlerine uyan 213 ebe çalışmanın örneklemi oluşturmuştur (Katılım Oranı: %66.77).

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verileri, araştırmacılar tarafından oluşturulan "Tanıtıcı Bilgi Formu", "Yaşam Doyumu Ölçeği", "Maslach Tükenmişlik Ölçeği" ve "Sosyal Jetlag Formu" kullanılarak toplanmıştır.

Tanıtıcı Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından literatür araştırması (Karahan ve ark., 2020; Molu ve ark., 2023) yapılarak ve uzman görüşü alınarak düzenlenmiştir. Formun birinci bölümünde ebelerin sosyodemografik özellikleri (yaş, eğitim durumu, medeni durum, gelir durumu, çocuk varlığı vb.), ikinci bölümde çalışma koşulları ile ilgili bilgilerini içeren sorular yer almaktadır.

Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ): Diener ve arkadaşları tarafından 1985 yılında geliştirilen ölçek 5 sorudan oluşmaktadır (Diener ve ark., 1985). Ölçeğin Türkçe uyarlaması Yetim (1993) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek, yedili likert (hiç uygun değil, 1 ile

tamamıyla uygun, 7) ile tasarlanmıştır. Kişinin kendini değerlendirilmesini sağlayan ölçekten alınabilecek toplam puan 5 ila 35 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan toplam puanın artması bireyin yaşam doyumunun yüksek olduğunu ifade etmektedir. Ölçeğe yönelik Cronbach Alpha değeri 0.86 olarak hesaplanmıştır (Yetim, 1993). Bu çalışmanın örneklemini için Cronbach alfa değeri 0.89 olarak bulunmuştur.

Maslach Tükenmişlik Ölçeği (MTÖ): Maslach tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlaması Ergin (1992) tarafından gerçekleştirilmiştir. Beşli likert ile tasarlanan ölçek “Duygusal Tükenme”, “Duyarsızlaşma” ve “Kişisel Başarı” olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Alt ölçek puanları duyarsızlaşma ve duygusal tükenme için 0’dan 4’e doğru puanlanırken kişisel başarı için tersine puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek toplam puan 0 ila 88 arasında değişmektedir. Alt boyutlar için toplam puan “duygusal tükenme” için 0-36, “duyarsızlaşma” için 0-20 ve “kişisel başarı” için 0-32 arasında değişmektedir. “Duyarsızlaşma” ve “Duygusal tükenme” puanlarının artması tükenmişliğin arttığını, “kişisel başarı” puanının artması ise tükenmişliğin azaldığını göstermektedir. Ölçeğe yönelik Cronbach Alpha değeri 0,93 olarak hesaplanmıştır (Ergin, 1992). Bu çalışmanın örneklemini için Cronbach alfa değeri 0.89 olarak bulunmuştur.

Sosyal Jetlag Formu (SJF): Form kapsamında bireylerin çalışma günlerinde uyanma/uyuma saati ve serbest günlerinde uyanma/uyuma saatleri sorularak aşağıdaki formül yardımıyla sosyal jetlag değeri hesaplanmaktadır. Sosyal Jetlag= Hafta sonu uykunun orta noktası (midsleep on free days-MSF)-Hafta içi uykunun orta noktası (midsleep on workdays-MSW). Sosyal jetlag değerinin hesaplanmasında ise bireylerin çalışma günlerinde uyanma/uyuma saati ve serbest günlerde uyanma/uyuma saatleri açık uçlu sorular sorularak belirtmesi istenmektedir. Sosyal jetlag değerinin 0 sayısından uzaklaşması, uyku sorunlarının arttığını ifade etmektedir (Roenneberg ve ark., 2012).

2.3. Verilerin Analizi

Araştırma verileri, SPSS 16.0 (Statistical Package for Social Science) paket programında değerlendirilmiştir. Araştırmaya katılan ebelerin tanımlayıcı özelliklerinin belirlenmesinde frekans ve yüzde analizlerinden, ölçeklerin incelenmesinde ortalama ve standart sapma istatistiklerinden faydalanılmıştır. Veri dağılımının normalliği Kolmogorov-Smirnov testi ile kontrol edilmiştir. Verilerin normal dağılım göstermediği belirlenmiştir. İki sürekli değişkenin karşılaştırılmasında; Spearman korelasyon testi ve kategorik değişkenlerin sürekli değişkenlerle karşılaştırılmasında

Mann-Whitney U-testi ve Kruskal-Wallis testleri kullanılmıştır. $P<0.05$ istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

2.4. Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırmanın yürütülebilmesi için Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Bilimsel Araştırmalar Etik Kurul’undan etik kurul onayı alınmıştır (Sayı: 24165, Tarih: 29.12.2023). Araştırmanın tüm aşamalarında “gizlilik ilkesine” uyulmuştur ve Helsinki Bildirgesinde yer alan kurallara uygun olarak yürütülmüştür. Katılımcılara, araştırma hakkında bilgi verildikten sonra yüz yüze olarak bilgilendirilmiş gönüllü onamları alınmıştır.

3. Bulgular

Çalışmaya katılan ebelerin; yaş ortalaması 31.59 ± 7.71 , %53.1’inin evli, %63.4’ünün çocuk sahibi olmadığı, %62.9’unun gelirinin giderine eşit olduğu ve %69’unun eğitim düzeyinin ön lisans-lisans düzeyinde olduğu saptandı.

Ebelerin; %31.9’unun 11 yıl ve üzerinde ebe olarak çalıştığı, %67.1’inin vardiyalı sistemde çalıştığı ve %39.9’unun doğumhanede çalıştığı belirlendi. Tablo 1’de ebelerin, tanımlayıcı özelliklerine ilişkin bulgular yer almaktadır.

Tablo 1. Ebelerin Tanıtıcı Özelliklerine İlişkin Bulgular (n=213)

	$\bar{X} \pm SS$	Min.	Max.
Yaş	31.59 ± 7.71	22	59
		n	%
Medeni Durum	Evli	113	53.1
	Bekar	100	46.9
Çocuk Varlığı	Evet	78	36.6
	Hayır	135	63.4
Gelir Durumu	Gelir giderden az	37	17.4
	Gelir gidere eşit	134	62.9
	Gelir giderden fazla	42	19.7
Eğitim Düzeyi	Ön lisans-lisans	147	69
	Lisansüstü	66	31
Aile Tipi	Çekirdek aile	194	91.1
	Geniş aile	11	5.2
	Parçalanmış aile	8	3.8
Çalışma Yılı	2 yıl ve altı	43	20.2
	3-5 yıl	64	30
	6-10 yıl	38	17.8
	11 yıl ve üzeri	68	31.9
Çalışma Türü	Vardiyalı	143	67.1
	Gündüz	62	29.1
	Gece	8	3.8
Çalışılan Klinik	Doğumhane	85	39.9
	Ayaktan tedavi (Kadın Doğum)	73	34.3
	Acil/Poliklinikler)		
	Kadın doğum klinikleri	55	25.8

$\bar{X}$ = Ortalama, SS= Standart Sapma, Min= Minimum, Max= Maksimum, n= Sayı, %= Yüzde

Çalışmaya katılan ebelerin; %23.9’unun sigara kullandığı, %16.4’ünün alkol kullandığı ve %20.7’sinin ise kronik bir hastalığı olduğu saptandı. Ebelerin; %54’ünün uyku düzenini orta düzeyde, %63.8’inin beslenme düzenini orta düzeyde ve

%60.1'inin ise sosyal hayatını orta düzeyde tanımladığı belirlendi (Tablo 2).

Tablo 2. Ebelerin Yaşam Tarzlarına İlişkin Bulgular (n=213)

		n	%
Sigara Kullanma Durumu	Evet	51	23.9
	Hayır	162	76.1
Alkol Kullanma Durumu	Evet	35	16.4
	Hayır	178	83.6
Kronik Hastalık Durumu	Evet	44	20.7
	Hayır	169	79.3
Sürekli İlaç Kullanma Durumu	Evet	38	17.8
	Hayır	175	82.2
Uyku Düzeni	İyi	28	13.1
	Orta	115	54
	Kötü	70	32.9
Beslenme Düzeni	İyi	34	16
	Orta	136	63.8
	Kötü	43	20.2
Sosyal Hayat Düzeni	İyi	45	21.1
	Orta	128	60.1
	Kötü	40	18.8

n= Sayı, %= Yüzde

Katılımcıların, MTÖ toplam puanı 39.50±14.28 olarak belirlendi. Maslach Tükenmişlik Ölçeği alt boyut toplamaları; Duygusal Tükenme 17.80±8.45, Duyarsızlaşma 6.36±4.74 ve Kişisel Başarı 15.33±4.85 olarak saptandı.

Katılımcıların YDÖ toplam puanı, 21.77±6.75 olarak belirlendi. Ebelerin SJF düzeyleri 7.95±5.47 olarak saptandı.

Tablo 3. Ebelerin Maslach Tükenmişlik Ölçeği, Yaşam Doyum Ölçeği ve Sosyal Jetlag Formu Toplam Puan Ortalamaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

		MTÖ	YDÖ
SJF	r	-.124	.042
	p	.071	.547

SJF=Sosyal Jetlag Formu, MTÖ= Maslach Tükenmişlik Ölçeği, YDÖ= Yaşam Doyum Ölçeği, r= Korelasyon, p= İstatistiksel anlamlılık değeri

Ebelerin tükenmişlik, yaşam doyumu ve sosyal jetlag toplam puan ortalamaları arasında yapılan korelasyon analizinde anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (Tablo 3).

Tablo 4. Ebelerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre Ölçek Toplam Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

		Maslach Tükenmişlik Ölçeği Medyan (Min-Max) Ort±SS	Yaşam Doyumu Ölçeği Medyan (Min-Max) Ort±SS	Sosyal Jetlag Formu Medyan (Min-Max) Ort±SS
Medeni Durum	Evli	39 (7-68) 37.57±13.72	23 (5-35) 22.23±6.80	12 (0-15) 9.12±5.07
	Bekar	42 (0-73) 41.69±14.65 U=-1.945 p=0.05	21 (5-35) 21.26±6.69 U=-1.102 p=0.27	3.17 (0-15) 6.63±5.62 U=-2.459 p=0.01
Gelir Durumu	^a Gelir giderden az	48 (16-73) 45.78±12.82	17 (7-29) 17.67±5.24	11.50 (0-15) 7.41±5.88
	^b Gelir gidere eşit	40 (0-69) 38.79±13.87	23 (5-35) 22.25±6.68	11.50 (0-15) 8.00±5.42
	^c Gelir giderden fazla	37.50 (7-69) 23.88±6.79 KW=9.783 p=0.00	24.50 (8-35) 23.88±6.79 KW=20.021 p=0.00 c>a; b>a	11.85 (0-14) 8.26±5.35 KW=0.089 p=0.95
Çocuk Varlığı	Evet	38 (7-69) 35.10±13.76	22 (7-35) 21.84±6.94	12 (0-15) 9.21±5.12
	Hayır	42 (0-73) 42.05±14.00	21 (5-35) 21.74±6.66	10.50 (0-15) 7.22±5.54

		U=-3.300 p=0.00	U=-0.059 p=0.95	U=-1.823 p=0.06
Sigara Kullanma Durumu	Evet	41 (13-73) 39.62±14.71	22 (5-35) 21.68±6.63	2.15 (0-14) 6.02±5.43
	Hayır	40.50 (0-69) 39.46±14.19 U=-0.038 p=0.97	22 (5-35) 21.80±6.81 U=-0.007 p=0.99	12 (0-15) 8.56±5.35 U=-2.771 p=0.00
Çalışılan Klinik	Doğumhane	42 (10-73) 40.83±14.07	21 (6-35) 20.80±6.46	11.65 (0-15) 8.18±5.46
	Ayaktan Tedavi (Kadın Doğum Acil/Poliklinikler)	35 (7-68) 34.72±14.37	24 (7-35) 23.17±6.85	11.50 (0-15) 7.69±5.44
	Kadın Doğum Klinikleri	46 (0-69) 43.80±12.84 KW=14.920 p=0.00	21 (5-35) 21.43±6.86 KW=5.270 p=0.07	11.50 (0-15) 7.94±5.59 KW=0.029 p=0.98
Çalışma Yılı	2 yıl ve altı	41 (0-69) 39.58±15.59	21 (5-35) 20.34±6.93	10.50 (0-15) 7.07±5.51
	3-5 yıl	42 (18-61) 42.35±10.98	23 (5-31) 23.01±6.03	11.75 (0-15) 7.80±5.70
	6-10 yıl	41.50 (9-73) 42.10±15.24	21 (9-33) 21.28±5.52	11.25 (0-15) 7.45±5.46
	11 yıl ve üzeri	41 (0-73) 35.32±14.90 KW=9.066 p=0.02	22 (5-35) 21.79±7.74 KW=5.027 p=0.17	12 (0-14) 8.92±5.19 KW=4.90 p=0.17
Çalışma Türü	Vardiyalı	42 (0-73) 41.39±14.09	21 (5-35) 21.56±6.44	11.50 (0-15) 7.75±5.49
	Gündüz	36.50 (7-68) 35.46±13.84	22 (6-35) 21.77±7.36	12 (1-15) 8.19±5.47
	Gece	40.50 (14-57) 37.00±15.87 KW=8.134 p=0.01	27.50 (10-32) 25.62±6.90 KW=3.636 p=0.162	11.75 (1-14) 9.62±5.28 KW=2.333 p=0.311
Uyku Düzeni	İyi	22 (0-54) 24.17±14.31	27 (5-35) 25.14±7.53	12 (1-15) 9.28±4.95
	Orta	41 (10-69) 39.76±12.23	22 (6-35) 21.91±6.51	11.50 (0-15) 8.05±5.54
	Kötü	47.50 (14-73) 45.21±13.06 KW=36.623 p=0.00	20 (5-33) 20.21±6.36 KW=11.412 p=0.00	10.75 (0-15) 7.25±5.50 KW=3.728 p=0.15
Beslenme Düzeni	İyi	31 (7-68) 27.32±13.24	27 (9-35) 26.85±5.50	12 (0-15) 9.16±4.80
	Orta	40 (0-69) 40.44±12.54	22 (5-34) 21.97±6.20	11.50 (0-15) 8.21±5.41
	Kötü	48.50 (22-73) 46.18±14.74 KW=32.152 p=0.00	16 (5-29) 17.13±6.28 KW=37.612 p=0.00	11.50 (0-15) 6.16±5.82 KW=5.466 p=0.06
Sosyal Hayat Düzeni	İyi	25.50 (7-56) 32.55±15.09	27 (14-35) 26.13±5.59	12 (1-15) 8.94±5.19
	Orta	41.50 (10-69) 39.27±13.52	22 (6-34) 21.86±6.29	11.50 (0-15) 7.65±5.53
	Kötü	49 (0-73) 48.07±11.19 KW=25.271 p=0.00	17 (5-29) 16.60±5.83 KW=42.159 p=0.00	2 (0-15) 7.78±5.56 KW=3.210 p=0.20

U= Mann Whitney U Test, KW= Kruskal Wallis Test, Ort= Ortalama, SS= Standart Sapma, Min= Minimum, Max= Maksimum, p= İstatistiksel anlamlılık değeri

Gelir durumu, çocuk sahibi olma durumu, çalışılan klinik, çalışma türü, uyku düzeni, beslenme düzeni ve sosyal hayat düzeni değişkenlerinin Maslach Tükenmişlik Ölçeği toplam ve duygusal tükenme, duyarsızlaşma alt boyut ortalamalarını anlamlı etkilediği belirlendi (p<0.05) (Tablo 4).

Medeni durum değişkeninin Maslach Tükenmişlik Ölçeği toplam ve sosyal jetlag düzeylerini anlamlı etkilediği saptandı. Gelir durumu, uyku düzeni ve beslenme düzeni değişkenlerinin yaşam doyumu ölçeği toplam puan ortalamalarını anlamlı etkilediği belirlendi (p<0.05) (Tablo 4).

Çocuk sahibi olma durumu, sigara kullanımı, çalışma yılı, uyku düzeni ve beslenme düzeni değişkenlerinin MTÖ kişisel başarı alt

boyutunu anlamlı olarak etkilediği saptandı. Ayrıca çocuk sahibi olma ve sigara kullanma durumu değişkenlerinin sosyal jetlag düzeylerini anlamlı etkilediği belirlendi belirlendi ($p<0.05$).

4. Tartışma

Dünyada giderek artan ve yaşlanan nüfus, sağlık hizmeti sistemlerini sağlık bakım profesyoneli eksikliğiyle karşı karşıya bırakmaktadır. Sağlık bakım profesyonelleri arasında önemli rol ve sorumlulukları olan ebe ve hemşireler, sağlık iş gücünün yaklaşık %50'sini oluşturmaktadır (World Health Organization, 2024). Ebe ve hemşireler sağlık sisteminde herhangi bir bakım ortamında çok sayıda ve karmaşık faaliyeti üstlenirler ve en önemli rolleri, etkili ve verimli hasta merkezli bakım sağlamaktır (Yen ve ark., 2018). Ancak sağlık hizmetlerinin kesintisiz sürdürülmesi ebeler için zorlayıcı olabilmektedir (Hansson ve ark., 2022). Ebelerin sosyal jetlag yaşama durumlarını belirlemek ve bu durumun yaşam doyumu ile tükenmişlik düzeyine ilişkisini değerlendirmek amacıyla gerçekleştirilen bu çalışmada katılımcıların MTÖ toplam puanı orta düzeyde belirlendi. Sidhu ve arkadaşları tarafından farklı ölçüm aracı kullanılarak gerçekleştirilen çalışmalarda ebelerin tükenmişlik düzeylerinin orta ve yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır. Yetersiz iş yeri koşulları, ağır iş yükü, yetersiz personel destek, zorlu klinik durumlar ve vardiyalı çalışma düzeni gibi pek çok faktör bireylerin refah düzeyini etkilemekte olup ebeleri fiziksel ve psikolojik olarak etkilemektedir (Sidhu ve ark., 2020).

Hildingsson ve arkadaşları tarafından gerçekleştirilen çalışmada; ebelerin iş deneyim süresinin artmasının tükenmişlik düzeyini artırdığı saptanmıştır (Hildingsson ve ark., 2024). Yu ve arkadaşları tarafından onkoloji hemşireleri üzerinde gerçekleştirilen çalışmada da hemşirelerin meslekte çalışma yılı arttıkça bireylerin tükenmişlik düzeylerinin arttığı tespit edilmiştir (Yu ve ark., 2016). İnce ve Yılmaz tarafından ebelerde gerçekleştirilen çalışmada da ebelerin klinikte çalışma süresi arttıkça tükenmişlik düzeylerinin arttığı belirlenmiştir (İnce ve Yılmaz, 2024). Çalışma bulgularımız literatürle benzerlik göstermektedir. Çalışma yılı değişkeninin, MTÖ toplam ve kişisel başarı alt boyut ortalamalarını anlamlı olarak etkilediği belirlendi. Çalışmamız kapsamında ebelerin çalışma yılı arttıkça tükenmişlik düzeyi artmaktadır. Bu durumun nedeni olarak bakım sürecinin ve iş yükünün getirdiği duygusal ve fiziki yüklerin bireyin tükenmişlik düzeylerini etkilediği düşünülmektedir.

Türkiye genelinde aktif olarak çalışan ebelerde gerçekleştirilen çalışmada (n=415) sürekli gece nöbeti tutan ve vardiyalı çalışan

ebelerin tükenmişlik düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır (İnce ve Yılmaz, 2024). Benzer şekilde gerçekleştirilen pek çok çalışmada da sürekli nöbet tutan ve vardiyalı çalışan sağlık profesyonellerinin tükenmişliklerinin daha fazla olduğu tespit edilmiştir (Başkaya, 2018; Ertuğrul, 2010). İsveçli ebelerle (n=2209) gerçekleştirilen çalışmada vardiyalı çalışma düzeninin ebelerin bireysel tükenmişlik düzeyleri ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Aynı çalışmada dönüşümlü vardiya sistemleri ile çalışmanın iş tükenmişliğine neden olduğu belirlenmiştir (Hildingsson ve ark., 2024). Çalışmamız kapsamında da çalışma türü değişkeninin Maslach Tükenmişlik Ölçeği toplam ve duygusal tükenme, duyarsızlaşma alt boyut ortalamalarını anlamlı etkilediği saptandı ($p<0.05$). Vardiyalı ve nöbetli çalışma saatleri ülkemizde genellikle 16 saat olduğu için ebelerin sürekli nöbet tutmaları veya vardiyalı çalışmaları uykusuzluk, yorgunluk gibi sorunları ortaya çıkarmaktadır. Bu durumun tükenmişliği ve yaşam doyumunu etkileyebileceği düşünülmektedir.

Ebelerin tükenmişlik, yaşam doyumu ve sosyal jetlag toplam puan ortalamaları arasında yapılan korelasyon analizinde anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Ek olarak çalışmamız kapsamında ebelerin çalışma türü ve çalışma yılı değişkenlerinin sosyal jetlag toplam puan ortalamalarını anlamlı olarak etkilemediği saptanmıştır. Çalışma bulgularımız literatürle farklılık göstermektedir. Literatürde sosyal jetlag ve tükenmişlik, bireylerin yaşam doyumunu olumsuz etkileyebileceği öne sürülmektedir. Gerçekleştirilen pek çok çalışmada hem sosyal jetlag hem de tükenmişlik yaşayan sağlık çalışanlarının yaşam doyumunun belirgin bir şekilde azaldığını göstermektedir (Nakata ve ark., 2004; Kalmbach ve ark., 2017). Bu bağlamda, ebelerin uyku hijyenine dikkat etmeleri, iş yüklerini dengelemeleri ve stres yönetimi stratejilerini benimsemeleri, bu olumsuz etkileri azaltmada kritik bir rol oynayabileceği düşünülmektedir.

5. Sonuç

Çalışmamız kapsamında ebelerin tükenmişlik düzeyleri; yaşam doyumu ve sosyal jetlag durumları arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Ancak sağlık hizmetlerinin kritik bir parçası olarak ebelerin düzensiz çalışma saatleri ve uzun nöbet süreleri nedeniyle sosyal jetlag riskiyle karşı karşıya kalabilmektedirler. Mevcut literatür çalışmaları doğrultusunda bu durumun, ebelerin mesleki tükenmişlik düzeylerini artırabileceği öne sürülmektedir. Ebelerin, bu etkileri azaltmak ve hem fiziksel hem de zihinsel sağlıklarını koruyabilmek için uyku hijyenine önem vermesi ve iş yüklerini dengeli bir şekilde yönetmeleri büyük önem

taşımaktadır. Ebelerin vardiya çalışma planlamalarının iyileştirilmesi ve esnek çalışma modellerinin geliştirilmesiyle bu alanlardaki olası olumsuz etkilerin önlenmesine yönelik uygulamaların desteklenmesi önerilmektedir.

Article Information / Makale Bilgileri

Evaluation: Two External Reviewers / Double Blind

Değerlendirme: İki Dış Hakem / Çift Taraflı Körlük

Ethical Consideration: Ethical approval for the study was obtained from the Hamidiye Scientific Research Ethics Committee of the University of Health Sciences (No: 24165, Date: 29.12.2023). The principle of confidentiality was adhered to throughout all stages of the study, which was conducted in accordance with the rules set out in the Declaration of Helsinki. After being informed about the study, participants provided their informed consent in person.

It is declared that scientific and ethical principles were complied with during the preparation of this study and all the studies used in this study were cited in the bibliography.

No artificial intelligence-based tools or applications were utilized in the preparation of this manuscript. All content was generated solely by the author(s) in adherence to scientific research methodologies and academic ethical standards.

Etik Beyan: Araştırmanın yürütülebilmesi için Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Bilimsel Araştırmalar Etik Kurul'undan etik kurul onayı alınmıştır (Sayı: 24165, Tarih: 29.12.2023). Araştırmanın tüm aşamalarında "gizlilik ilkesine" uyulmuştur ve Helsinki Bildirgesinde yer alan kurallara uygun olarak yürütülmüştür. Katılımcılara, araştırma hakkında bilgi verildikten sonra yüz yüze olarak bilgilendirilmiş gönüllü onamları alınmıştır. Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur.

Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde yapay zeka tabanlı herhangi bir araç veya uygulama kullanılmamıştır. Çalışmanın tüm içeriği, yazar(lar) tarafından bilimsel araştırma yöntemleri ve akademik etik ilkelere uygun şekilde üretilmiştir.

Similarity Screening: Done- intihal.net

Benzerlik Taraması: Yapıldı –intihal.net

Ethical Statement / Etik Bildirim: health@artuklu.edu.tr

Authorship Contribution / Yazar Katkıları:

Araştırmanın Tasarımı (CRediT 1)	YAK (%50) - SA (%25) - AB (%25)
Veri Toplanması (CRediT 2)	BK (%80) - SA (%20)
Araştırma - Veri Analizi - Doğrulama (CRediT 3-4-6-11)	SA (%50) - YAK (%50)
Makalenin Yazımı (CRediT 12-13)	AB (%40) - SA (%40) – YAK (%20)

Metnin Geliştirilmesi ve Tashihi (CRediT 14)

AB (%20) - SA (%20) – YAK (%60)

Research Design (CRediT 1)

YAK (%50) - SA (%25) - AB (%25)

Data Collection (CRediT 2)

BK (%80) - SA (%20)

Research - Data Analysis -

SA (%50) - YAK (%50)

Verification (CRediT 3-4-6-11)

AB (%40) - SA (%40) – YAK (%20)

Writing the Article (CRediT 12-13)

Development and Revision of the

AB (%20) - SA (%20) – YAK (%60)

Text (CRediT 14)

Conflict of Interest: No conflict of interest declared.

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması beyan edilmemiştir.

Financing: This research has received financial support from TUBITAK 2209-A Research Projects Support Programme for University Students.

Finansman: Bu araştırma, Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu (TÜBİTAK) 2209-A Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı kapsamında finansal destek alınmıştır.

Copyright & Licence: The authors own the copyright of their work published in the journal and their work is published under the CC BY-NC 4.0 licence. 

Telif Hakkı & Lisans: Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır. 

Acknowledgments: We thank TUBITAK for their contributions. We also extend our sincere gratitude to the midwives who volunteered to participate in our study.

Teşekkür: Katkılarından dolayı TÜBİTAK'a teşekkür ederiz. Ayrıca çalışmamıza gönüllü olarak katılım sağlayan ebelerle içten teşekkürlerimizi sunarız.

*This article was presented as an oral presentation at the 1st International Cyprus Congress of Scientific Research, held on 21–23 March 2025 in Nicosia, Turkish Republic of Northern Cyprus, and hosted by Near East University.

*Bu makale, 21-23 Mart 2025 tarihlerinde Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nin Lefkoşa şehrinde, Yakın Doğu Üniversitesi ev sahipliğinde düzenlenen 1. Uluslararası Kıbrıs Bilimsel Araştırmalar Kongresi kapsamında sözel bildiri olarak sunulmuştur.

Kaynaklar

- Alves, M. S., Andrade, R. Z., Silva, G. C., Mota, M. C., Resende, S. G., Teixeira, K. R., ... and Crispim, C. A. (2016). Social jetlag among night workers is negatively associated with the frequency of moderate or vigorous physical activity and with energy expenditure related to physical activity. *Journal of Biological Rhythms*, 32(1), 83-93. <https://doi.org/10.1177/0748730416682110>
- Başkaya, Y. (2018). Türkiye'deki ebelerin mesleki aidiyeti ve tükenmişlik düzeyleriyle ilişkisi. Doktora Tezi, Osmangazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

- Bukowska-Damska, A., Reszka, E., Kaluzny, P., Wiecezorek, E., Przybek, M., Zienoldindyn, S., and Peplonska, B. (2018). Sleep quality and methylation status of selected tumor suppressor genes among nurses and midwives. *Chronobiology International*, 35(1), 122-131. <https://doi.org/10.1080/07420528.2017.1376219>
- Chang, Y. S., Chen, H. L., Wu, Y. H., Hsu, C. Y., Liu, C. K., and Hsu, C. (2014). Rotating night shifts too quickly may cause anxiety and decreased attentional performance, and impact prolactin levels during the subsequent day: a case control study. *BMC Psychiatry*, 14, 218. <https://doi.org/10.1186/s12888-014-0218-7>
- Chien, P. L., Su, H. F., Hsieh, P. C., Siao, R. Y., Ling, P. Y., and Jou, H. J. (2013). Sleep Quality among Female Hospital Staff Nurses. *Sleep disorders*, 2013, 283490. <https://doi.org/10.1155/2013/283490>
- Devore, E. E., Grodstein, F., and Schernhammer, E. S. (2013). Shift work and cognition in the Nurses' Health Study. *American journal of epidemiology*, 178(8), 1296-1300. <https://doi.org/10.1093/aje/kwt214>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. and Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 71-75
- Dyrbye, L. N., West, C. P., Halasy, M., O'Laughlin, D. J., Satele, D., and Shanafelt, T. (2020). Burnout and satisfaction with work-life integration among PAs relative to other workers. *JAAPA : official journal of the American Academy of Physician Assistants*, 33(5), 35-44. <https://doi.org/10.1097/01.JAA.0000660156.17502.e6>
- Ergin, C. (1992). Doktor ve hemşirelerde tükenmişlik ve Maslach Tükenmişlik Ölçeğinin uyarlanması, VII. Ulusal Psikoloji Kongresi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Ertuğrul, E. (2010). Üniversite uygulama ve araştırma hastanesinde çalışan hemşire, ebe, sağlık memuru ve acil tıp teknisyenlerinin tükenmişlik ve depresyon düzeyinin değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Zonguldak Karaelmas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Zonguldak.
- Ganesan, S., Magee, M., Stone, J. E., Mulhall, M. D., Collins, A., Howard, M. E., Lockley, S. W., Rajaratnam, S. M. W., and Sletten, T. L. (2019). The Impact of Shift Work on Sleep, Alertness and Performance in Healthcare Workers. *Scientific reports*, 9(1), 4635. <https://doi.org/10.1038/s41598-019-40914-x>
- Gu, F., Xu, S., Devesa, S. S., Zhang, F., Klerman, E. B., Graubard, B. I., and Caporaso, N. E. (2017). Longitude position in a time zone and cancer risk in the United States. *Cancer Epidemiology, Biomarkers & Prevention*, 26(8), 1306-1311. <https://doi.org/10.1158/1055-9965.EPI-16-1029>
- Hansson, M., Dencker, A., Lundgren, I., Carlsson, I. M., Eriksson, M., and Hensing, G. (2022). Job satisfaction in midwives and its association with organisational and psychosocial factors at work: a nation-wide, cross-sectional study. *BMC health services research*, 22(1), 436. <https://doi.org/10.1186/s12913-022-07852-3>
- Hildingsson, I., Fahlbeck, H., Larsson, B., and Johansson, M. (2024). Increasing levels of burnout in Swedish midwives—A ten-year comparative study. *Women and Birth*, 37(2), 325-331. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2023.10.010>
- Hsieh, M. L., Li, Y. M., Chang, E. T., Lai, H. L., Wang, W. H., and Wang, S. C. (2011). Sleep disorder in Taiwanese nurses: a random sample survey. *Nursing & health sciences*, 13(4), 468-474. <https://doi.org/10.1111/j.1442-2018.2011.00641.x>
- İnce, B., ve Yılmaz, S. (2024). Ebelerin aidiyet, merhamet ve tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi. *Selçuk Sağlık Dergisi*, 5(2), 199-217.
- Kalmbach, D. A., Arnedt, J. T., Song, P. X., Guille, C., and Sen, S. (2017). Sleep disturbance and short sleep as risk factors for depression and perceived medical errors in first-year residents. *Sleep*, 41(4). <https://doi.org/10.1093/sleep/zsw073>
- Karahan, A., Abbasoğlu, A., Uğurlu, Z., Işık, S. A., Kılıç, G., ve Elbaş, N. Ö. (2020). Hemşirelerin çalıştıkları shiftlere ve kronotip özelliklerine göre uyku kalitesi, yorgunluk ve dikkat durumlarının belirlenmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 11(2), 98-105. <https://doi.org/10.14744/phd.2019.90277>
- Lim, S., Han, K., Cho, H., and Baek, H. (2019). Shift-work nurses' work environments and health-promoting behaviours in relation to sleep disturbance: A cross-sectional secondary data analysis. *Journal of clinical nursing*, 28(9-10), 1538-1545. <https://doi.org/10.1111/jocn.14769>
- Lin, S. H., Liao, W. C., Chen, M. Y., and Fan, J. Y. (2014). The impact of shift work on nurses' job stress, sleep quality and self-perceived health status. *Journal of nursing management*, 22(5), 604-612. <https://doi.org/10.1111/jonm.12020>
- Maslach, C., and Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2(2), 99-113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Molu, B., Tuna, P. T., Keskin, A. Y., ve Tuna, H. İ. (2023). Vardiyalı çalışan hemşirelerde kronotip, yaşam kalitesi, uyku kalitesi ve sosyal jetlag'ın belirlenmesi. *Journal of Turkish Sleep Medicine*, 10, 48-53. <https://doi.org/10.4274/jtsm.galenos.2022.29484>
- Nakata, A., Haratani, T., Takahashi, M., Kawakami, N., Arito, H., and Kobayashi, F. (2004). Job stress, social support, and prevalence of insomnia in a population of Japanese daytime workers. *Social Science & Medicine*, 71(5), 892-898. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2004.02.002>
- Roenneberg, T., Allebrandt, K. V., Merrow, M., and Vetter, C. (2012). Social jetlag and obesity. *Current biology: CB*, 22(10), 939-943. <https://doi.org/10.1016/j.cub.2012.03.038>
- Ruiz-Fernández, M. D., Pérez-García, E., and Ortega-Galán, Á. M. (2020). Quality of life in nursing professionals: Burnout, fatigue, and compassion satisfaction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(4), 1253. <https://doi.org/10.3390/ijerph17041253>
- Sidhu, R., Su, B., Shapiro, K. R., and Stoll, K. (2020). Prevalence of and factors associated with burnout in midwifery: a scoping review. *European Journal of Midwifery*, 4, 4. <https://doi.org/10.18332/ejm/115983>
- Stoll, K., and Gallagher, J. (2019). A survey of burnout and intentions to leave the profession among Western Canadian midwives. *Women and Birth*, 32(4), e441-e449. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2018.10.002>
- World Health Organization. (2024). Nursing and midwifery. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/nursing-and-midwifery>
- Yen, P. Y., Kellye, M., Lopetegui, M., Saha, A., Loversidge, J., Chipps, E. M., Gallagher-Ford, L., and Buck, J. (2018). Nurses' Time Allocation and Multitasking of Nursing Activities: A Time Motion Study. *AMIA ... Annual Symposium proceedings. AMIA Symposium*, 2018, 1137-1146.
- Yetim, Ü. (1993). Life satisfaction: A study based on the organization of personal projects. *Social Indicators Research*, 29, 277-289
- Yu, H., Jiang, A., and Shen, J. (2016). Prevalence and predictors of compassion fatigue, burnout and compassion satisfaction among oncology nurses: A cross-sectional survey. *International journal of nursing studies*, 57, 28-38. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2016.01.012>
- Zborowska, A., Gurowiec, P. J., Młynarska, A., and Uchmanowicz, I. (2021). Factors affecting occupational Burnout Among nurses including job satisfaction, life satisfaction, and life orientation: a cross-sectional study. *Psychology research and behavior management*, 1761-1777. <https://doi.org/10.2147/prbm.s325325>