

## Eş Tükenmişliğinin Yordanmasında Cinsiyet Farklılıkları<sup>1</sup>

### Gender Differences in Predicting of Couple Burnout

Burhan Çapri<sup>2</sup>

Zafer Gökçakan<sup>3</sup>

**Özet:** Bu araştırmanın amacı, eş tükenmişliğinin yordanmasında sosyo-demografik özellikler, mesleki tükenmişlik, evlilik uyumu, eş desteği, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerin cinsiyet farklılıkları açısından katkılarını incelemektir. Araştırma grubunu, Mersin Üniversitesi'nden çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden ve evrenden seçkisiz olarak seçilen 435 evli kadın (n=235) ve erkek (n=200) üniversite personeli oluşturmuştur. Veriler “Tükenmişlik Ölçeği (TÖ)”, “Eş Tükenmişlik Ölçeği (ETÖ)”, “Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ)” ve “Kişisel Bilgi Formu” kullanılarak toplanmıştır. Aşamalı doğrusal çoklu regresyon analizinin kullanıldığı çalışmada hata payı üst sınırı 0.05 kabul edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, evli kadın ve erkek bireylerin eş tükenmişliği puanlarının, farklı değişkenler tarafından yordandığı bulunmuştur. Bulgular literatür ışığında tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Eş Tükenmişliği, Mesleki Tükenmişlik, Evlilik Uyumu, Cinsiyet Farklılıkları

**Abstract:** The purpose of the present study is to investigate the contributions of socio-demographic variables, career burnout, marital adjustment, spouse support, marriage and relationship on the prediction of couple burnout of married individuals according to their gender differences. The research group is consisted of 435 voluntary married university staff in Mersin University (235 female; 200 male). Data were collected using “Couple Burnout Measure (CBM)”, “Burnout Measure (BM)”, “Marital Adjustment Scale (MAS)” and “Personal Information Sheet”. In order to analyze the data stepwise linear multiple regression analysis was employed and significance level was taken as 0.05 for analyses. As a result of analysis, it is found that married female and male individuals' couple burnout scores were predicted by different variables. The findings were discussed according to the literature.

**Keywords:** Couple Burnout, Career Burnout, Marital Adjustment, Gender Differences

## GİRİŞ

Tükenmişlik kavramı uzun yıllardır sözlük anlamı olarak günlük hayat içerisinde yer almasına rağmen bu kavram ile ilgili yapılan çalışmaların 70'li yılların ortalarından itibaren mesleki tükenmişlik boyutu açısından ele alındığı göze çarpmaktadır. Mesleki tükenmişlikten farklı olarak eş tükenmişliği oldukça yeni çalışılan bir değişken olarak ilk kez Pines (1993; 1996) tarafından ortaya atılmış ve psikoanalitik-varoluşçu eş tükenmişlik modeli çerçevesinde kavramlaştırılmış ve gerçeklik ile beklentiler arasındaki kronik bir farklılığın neden olduğu fiziksel, duygusal ve zihinsel bir yorgunluk semptomu olarak tanımlanmıştır. Psikoanalitik-Varoluşçu perspektife göre, tükenmişlik kişilerin işlerinde ve ilişkilerinde elde edemedikleri (varoluşsal) anlamı bulmak isteme ihtiyacından kaynaklanmaktadır. Yaşamda varoluşsal anlam arayışına ilişkin sıklıkla seçilen iki alandan biri iş diğeri ise eş olduğu için insanların iş, aşk ve evlilik ile ilgili beklenti düzeyleri oldukça yüksektir (Pines ve Nunes 2003).

Bu durumda, Pines (1996)'a göre, birçok insan yeni bir işe, ilişkiye veya evliliğe başladıklarında bunların sonsuza dek süreceği umudunu taşımaktadır. Bu tür insanların, meslek ve

<sup>1</sup> Bu çalışma, Mersin Üniversitesi Araştırma Fonu Saymanlığı (BAP-SOBE EM (BÇ) 2006-3 DR) tarafından desteklenen doktora tezinin bir bölümünü içermektedir.

<sup>2</sup> Yrd.Doç.Dr., Mersin Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, burhancapri@gmail.com

<sup>3</sup> Prof.Dr., Muğla Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, zgokcakan@muğla.edu.tr

evlilik yaşamları ile ilgili beklenti düzeyleri yüksek, hissettikleri duygusal baskı ise yoğun ve uzun süreli olduğunda, stres, yabancılaşma, kaygı ve depresyon gibi duyguları da yüksek bir düzeyde yaşamakta ve meslek ya da evlilik yaşamları ile ilgili tükenmişlik durumları da ortaya çıkabilmektedir. Çünkü Pines (1993; 1996)'a göre, mesleki tükenmişlik ve eş tükenmişliği yalnızca idealist ve yüksek düzeyde bir güdülenmeye sahip kişilerde görülmektedir.

Etzion ve Pines (1986)'a göre, tükenmişlik insanların kişisel ve psikolojik iyilik halleri, eş, aile ve toplum yaşamları için oldukça önemli bir tehdit olarak değerlendirilmektedir. Bu noktada, mesleki tükenmişlik şikâyetiyle gelen bir kişi ile ilgili kısa bir araştırma yapıldıktan sonra gerçek problemin evlilik ya da ilişki olduğu keşfedilebilmektedir. Diğer taraftan, evlilik ve eş tükenmişliği probleminin yardım aramak için gelen bir kişinin de gerçek probleminin işi ve mesleği olduğu ortaya çıkabilmektedir (Pines ve Nunes 2003).

Pines (1996)'a göre, son yıllarda kadınların sosyal statülerindeki ilerlemelere rağmen bir ev ve meslek birleşimi sonucu oluşan iki tam zamanlı çifte iş yükünü taşımaları oldukça zor olmaktadır. Özellikle çocuk bakımı ve ev işleri görevlerinin yanı sıra düzenli bir meslek görevini de bir arada götürmek gibi bir misyonu bulunan kadınlar meslek kadını/eş/anne olarak kendisinden beklenen tüm taleplere cevap vermeye çalışmaktadırlar. Bu nedenle, tükenmişlik ile ilgili çalışmalarda özellikle kadınların ev ve iş yaşantıları arasında büyük bir çatışma yaşadıklarının bulunması sürpriz bir sonuç değildir. Etzion (1984)'un çalışmasında erkeklerden farklı olarak kadınların tükenmişlik puanları ile ev ve iş arasındaki çatışma durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgu, Pines ve Kafry (1981)'nin kadınların talep çatışması açısından erkeklerden iş ve ev yaşamlarında daha sık ve daha fazla stres yaşadıklarını buldukları çalışmalarının sonuçlarını desteklemektedir. Diğer taraftan, her ikisi de çalışan eşler için benzer çatışma durumlarının olması muhtemel görünmektedir. Özellikle her iki eş de yakın ilişkinin ve meslek yaşamlarının taleplerini sürekli olarak müzakere ettiklerinde zaman yönetimi konuları etrafındaki belli çatışmalar kaçınılmaz olmaktadır.

Bu açıdan bakıldığında, aslında Greenglass ve Burke (1988) kadın ve erkeklerin tükenmişliklerinin yordayıcılarının farklı değişkenler olduğunu ifade etmektedirler. Fakat tükenmişlik alanındaki cinsiyet farklılıkları araştırmaları farklı sonuçlara işaret etmektedir. Özellikle mesleki tükenmişlik alanında yapılan çalışmalarda farklı bulgular göze çarpmaktadır. Çoğunlukla cinsiyetler açısından kadınların lehine fark bulan araştırmalar (Etzion ve Pines 1986; Etzion 1987; Lackritz 2004; Leiter, Clark ve Durup 1994; Maslach ve Jackson 1981; Maslach 1982; Pines ve Kafry 1981; Pines, Neal, Hammer ve Icekson 2011; Ronen ve Pines 2008) göze çarparken, cinsiyetler açısından erkeklerin lehine fark bulan (Bibou- Nakou, Stogiannidou ve Kiosseoglou 1999; Brake, Bloemendal ve Hoogstraten 2003; Burke ve Greenglass 1989; Maslach ve Jackson 1985; Norvell, Hills ve Murrin 1993) ve bu iki cinsiyet arasında hiçbir fark bulamayan araştırmalar (Benbow ve Jolley 2002; Evers, Brouwers ve Tomic 2002; Greenglass ve Burke 1988; Hastings ve Bham 2003; Kalimo 2000; Maslach ve Jackson 1985) da göze çarpmaktadır.

Diğer taraftan, eş tükenmişliği açısından bakıldığında ise tükenmişlik yaşayan eşlerle yapılan klinik çalışmalar ve mülakatlardan elde edilen bulguların büyük bir çoğunluğunda, kadınların erkeklerden daha yüksek düzeyde tükenmişlik yaşadığı rapor edilmiştir (Pines 1989; 1993; 1996; Pines ve diğ. 2011). Ayrıca, Pines (1996) tarafından eş tükenmişliği ile ilgili yapılan çalışmalarda, eş tükenmişliğinin pozitif bakış açısı, iletişim ve güvenlik gibi evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerin birçoğunun eş tükenmişliğinin anlamlı birer yordayıcısı olduğu bulunmuş ve eş tükenmişliği ile bu değişkenler arasında cinsiyetler açısından genelde kadınlar lehine anlamlı sonuçlara ulaşıldığı rapor edilmiştir.

Bu aşamada, literatürde cinsiyetler açısından elde edilen farklı araştırma bulguları göz önüne alındığında, cinsiyet değişkeninin tükenmişlik üzerindeki etkisini aydınlatmaya yönelik daha fazla sayıda araştırmanın yapılmasının önemli olduğu görülmektedir. Bu nedenle, yapılan bu çalışmada, mesleki tükenmişlik, eş desteği, evlilik uyumu, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenler ve farkı sosyo-demografik özelliklerin eş tükenmişliğini yordamalarındaki katkılarının farklı cinsiyetlerdeki bireyler üzerinde de değerlendirilmesinin, tükenmişlik literatüründe cinsiyetler açısından gerçekleştirilen araştırmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu açıklamaların ışığında, bu araştırmanın amacı eş tükenmişliğinin yordanmasında sosyo-demografik özellikler, mesleki tükenmişlik, evlilik uyumu, eş desteği, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerin cinsiyet farklılıkları açısından katkılarını incelemektir.

### **1.1. Problem Cümlesi**

Sosyo-demografik özellikler, mesleki tükenmişlik, eş desteği, evlilik uyumu, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenler evli bireylerin cinsiyetlerine göre eş tükenmişliklerini yordamakta mıdır?

### **1.2. Alt Problemler**

**1.2.1.** Sosyo-demografik özellikler, mesleki tükenmişlik, eş desteği, evlilik uyumu, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenler evli kadın bireylerin eş tükenmişliğini yordamakta mıdır?

**1.2.2.** Sosyo-demografik özellikler, mesleki tükenmişlik, eş desteği, evlilik uyumu, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenler evli erkek bireylerin eş tükenmişliğini yordamakta mıdır?

## **YÖNTEM**

Bu araştırma betimsel yöntemli ilişkisel tarama modeli bir yordama çalışması niteliğindedir.

### **2.1. Araştırma Grubu**

Araştırma grubunu, Mersin Üniversitesi'nden, çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden ve evrenden seçkisiz olarak seçilen 435 evli çift (235 kadın; 200 erkek) üniversite personeli oluşturmuştur.

### **2.2. Veri Toplama Araçları**

#### **2.2.1. Eş Tükenmişlik Ölçeği (ETÖ)**

Eş Tükenmişlik Ölçeği (ETÖ), Pines ve Aronson (1988) tarafından geliştirilen Tükenmişlik Ölçeği (TÖ)'nin eş ilişkileri (evlilik, sözlülük, nişanlılık ve flört gibi) için uyarlanmış halidir. Eş Tükenmişlik Ölçeği'nin Tükenmişlik Ölçeği'nden ayrıldığı en temel nokta, ölçeğin 15. maddesinde yer alan "İnsanlarla ilgili hayal kırıklığına uğrama ve gücenme" şeklindeki ifadede yer alan "insanlar" kelimesinin yerine "Eş/İlişki" kelimelerinin gelmesidir. Orijinali Pines (1996) tarafından geliştirilen ETÖ evli olan, flört yaşayan, nişanlı olan veya çift olarak nitelendirilen tüm ilişki türlerinde yer alan kişilerin tükenmişlik düzeyini ölçmek üzere yedi dereceli bir ölçek üzerinde görüşmecilerin beyanına dayalı [self-report] olarak hazırlanmış yirmibir maddeden oluşan bir ölçme aracıdır. ETÖ'nin Türkçe uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir. ETÖ'nin geçerliği için faktör analizi ve ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmaları ile değerlendirilmiştir. Faktör analizi sonucunda elde edilen bulguların ölçeğin yapı geçerliğine sahip olduğuna işaret ettiği, Ergin (1992) tarafından uyarlanan Maslach Tükenmişlik Envanteri (MTE) ve Tükenmişlik Ölçeği (TÖ) ile yapılan ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmaları sonucunda, MTE'nin alt boyutlarından duygusal tükenmişlik ( $r=$

.44,  $p < .01$ ) ve duyarsızlaşma ( $r = .35$ ,  $p < .01$ ) alt ölçek puanları ve TÖ toplam puanı ( $r = .53$ ) arasında anlamlı düzeyde pozitif korelasyon, kişisel başarı ( $r = -.31$ ,  $p < .01$ ) alt ölçek puanları arasında ise anlamlı düzeyde negatif bir korelasyon bulunduğu rapor edilmiştir. ETÖ'nin güvenilirlik çalışmaları sonuçlarına göre, iç tutarlık katsayısı  $\alpha = .94$  ve 2 ay arayla elde edilen test-tekrar test korelasyon katsayısı  $r = .91$  olarak bulunmuştur. Ölçekten elde edilen puana göre, ölçeği yanıtlayan bir kişinin tükenmişlik düzeyi dört şekilde yorumlanmaktadır. Bu araştırma kapsamında toplanan verilerden Eş Tükenmişlik Ölçeğinin iç tutarlık katsayısı .95 olarak hesaplanmıştır.

### 2.2.2. Tükenmişlik Ölçeği (TÖ)

Kişilerin mesleki tükenmişlik düzeyini ölçmek üzere yedi dereceli bir ölçek üzerinde görüşmecilerin beyanına dayalı [*self-report*] olarak hazırlanmış yirmibir maddeden oluşan ve Pines ve Aronson (1988) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir. TÖ'nin geçerliği faktör analizi ve ölçüt bağımlı geçerlik çalışmaları ile değerlendirilmiştir. Faktör analizi sonucunda elde edilen bulguların ölçeğin yapı geçerliğine sahip olduğuna işaret ettiği, Ergin (1992) tarafından uyarlanan Maslach Tükenmişlik Envanteri (MTE) ile yapılan ölçüt bağımlı geçerlik çalışması sonucunda duygusal tükenmişlik ( $r = .57$ ,  $p < .01$ ) ve duyarsızlaşma ( $r = .30$ ,  $p < .01$ ) alt ölçek puanları arasında anlamlı düzeyde pozitif korelasyon, kişisel başarı ( $r = -.22$ ,  $p < .01$ ) alt ölçek puanları arasında ise anlamlı düzeyde negatif bir korelasyon bulunduğu rapor edilmiştir. TÖ'nin güvenilirlik çalışmaları sonuçlarına göre, iç tutarlık katsayısı  $\alpha = .93$  ve 1 ve 4 ay arayla elde edilen test-tekrar test korelasyon sırasıyla  $r = .85$  ve  $r = .83$  olarak bulunmuştur. Ölçekten elde edilen puana göre, ölçeği yanıtlayan bir kişinin tükenmişlik düzeyi dört şekilde yorumlanmaktadır. Bu araştırma kapsamında toplanan verilerden TÖ'nin iç tutarlık katsayısı .95 olarak hesaplanmıştır.

### 2.2.3. Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ)

Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilen EUÖ 15 maddelik bir ölçektir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği Tutarel-Kışlak (1999) tarafından yapılmıştır. EUÖ bir genel uyum sorusu, olası anlaşma alanlarını ölçen sekiz soru ile çatışma çözme, bağlılık ve iletişimi ölçen altı soruyu içermektedir. EUÖ'nin iç tutarlık güvenilirliği .90, iki yarım test güvenilirliği .84, test-tekrar test güvenilirliği .57'dir. İlişkilerde Yükleme Ölçeği kullanılarak elde edilen ölçüt bağımlı geçerlik korelasyon katsayısı ise -.54'dür. Ölçekteki puanlar, uyumsuzluktan uyumluluğa doğru artmaktadır. En düşük puan 1, en yüksek puan 60'tır. Ortalamayı temel alan kesim noktası formülü kullanılarak, EUÖ'den elde edilen puanların kesim noktası 43 olarak hesaplanmıştır. Buna göre, ölçekten 43 ve üzeri puan alanlar evliliklerinde uyumlu, 43'ün altında puan alanlar uyumsuz olarak değerlendirilmektedir. Bu araştırma kapsamında toplanan verilerden Evlilikte Uyum Ölçeğinin iç tutarlık katsayısı .90 olarak hesaplanmıştır.

**2.2.4. Kişisel Bilgi Formu:** Araştırma grubunda yer alan katılımcıların sosyo-demografik özellikler, eş desteği, evlilik ve ilişki ile ilgili belirleyici olan bazı değişkenlere ilişkin bilgilerini içeren bir "Kişisel Bilgi Formu" oluşturulmuştur.

### 2.3. İşlem Yolu ve Verilerin Analizi

Uygulamada kullanılan ölçme araçlarının araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden katılımcılara uygulanma işleminde bireylerin kimliklerinin gizliliğini sağlayarak daha içten bilgiler elde etmek amacıyla ölçme araçları kapalı zarf içinde verilip alınmış ve katılımcıların isimlerini yazmaları istenmemiştir. SPSS paket programının 11.5 versiyonu kullanılarak gerçekleştirilen analize, uygulanan ölçme araçlarını tam ve doğru olarak dolduran bireylerin verileri alınmıştır. Araştırma grubunda yer alan tüm bireylerin cinsiyetlerine göre sosyo-demografik özellikler, mesleki tükenmişlik, eş desteği, evlilik uyumu, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerin eş tükenmişliğini yordamadaki katkıları

belirlemek için “Aşamalı Doğrusal Çoklu Regresyon Analizi” yapılmıştır. Aşamalı regresyon analizine, analize eş tükenmişliği ile istatistiksel olarak anlamlı ilişkilerin görüldüğü değişkenler dahil edilmiştir. Veriler Kalaycı (2005)’nin belirttiği, “Aşamalı Doğrusal Çoklu Regresyon Analizi” uygulamasının yapılabilmesi için gerekli olan varsayımları karşıladığını göstermiştir. Aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizinde kategorik olan sosyo-demografik özelliklerden iş yaşamında sosyal destek alıp almama, eşin çalışıp çalışmaması ve evlilik yaşamında sosyal destek alıp almama değişkenleri iki kategori olması nedeniyle 0-1 olarak kodlanmış ve analizler bu şekilde yapılmıştır. Geri kalan üç ve daha fazla kategorisi olan sosyo-demografik özellikler ise iki yapay (dummy) değişken olarak değerlendirilmiş ve regresyon eşitliğine bu şekilde alınmıştır. Sonuçların değerlendirilmesinde hata payı üst sınırı 0.05 ölçüt olarak kabul edilmiştir.

## BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın alt problemleri doğrultusunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

### Evli Kadın ve Erkek Bireylerin, Eş Tükenmişliği, Sosyo-Demografik Özellikler, Mesleki Tükenmişlik, Eş Desteği, Evlilik Uyumu, Evlilik ve İlişki İle İlgili Değişkenlerine Ait Korelasyon Değerleri

Evli kadın ve erkek bireylerin; eş tükenmişliği, sosyo-demografik özellikler, mesleki tükenmişlik, eş desteği, evlilik uyumu, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerine ait korelasyon değerleri Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1: Evli Kadın ve Erkek Bireylerin, Eş Tükenmişliği, Sosyo-Demografik Özellikler, Mesleki Tükenmişlik, Eş Desteği, Evlilik Uyumu, Evlilik ve İlişki İle İlgili Değişkenlerine Ait Korelasyon Değerleri

	DEĞİŞKENLER	KADIN	ERKEK	GENEL
	EVLİLİK UYUMU	-.698**	-.524**	-.638**
	MESLEKİ TÜKENMİŞLİK	.478**	.576**	.531**
	EŞ DESTEĞİ	-.543**	-.363**	-.488**
	<b>SOSYO-DEMOGRAFIK ÖZELLİKLER</b>			
	EĞİTİM DURUMU	-.281**	-.234**	-.231**
	PERSONEL TÜRÜ	.306**	.267**	.258**
	İŞ YAŞAMINDAKİ SOSYAL DESTEK	.151*	.118	.118*
	ÇOCUK SAYISI	.192**	.197**	.149**
	EŞİN ÇALIŞIP ÇALIŞMAMASI	.159*	.107	.014
	EVLİLİK YAŞAMINDAKİ SOSYAL DESTEK	.178**	-.043	.053
	<b>EVLİLİK VE İLİŞKİ İLE İLGİLİ DEĞİŞKENLER</b>			
EŞ TÜKENMİŞLİĞİ	POZİTİF BAKIŞ AÇISI	-.561**	-.403**	-.511**
	İLETİŞİM	-.602**	-.495**	-.563**
	GÜVENLİK	-.600**	-.551**	-.575**
	PARTNERİN ARZU EDİLEBİLİRLİĞİ	-.627**	-.426**	-.578**
	ÖNEM	-.632**	-.469**	-.584**
	DUYGUSAL ÇEKİCİLİK	-.606**	-.466**	-.562**
	FİZİKSEL ÇEKİCİLİK	-.603**	-.412**	-.536**
	CİNSEL YAŞAM	-.547**	-.458**	-.519**
	GELİŞİM			
	EV İŞLERİNİN PAYLAŞIMI	-.385**	-.216**	-.325**
	BENZER AMAÇLAR/HEDEFLER	-.546**	-.494**	-.524**
	ZİHİNSEL ÇEKİCİLİK	-.535**	-.308**	-.417**
	SIKILMA	.517**	.284**	.447**
	FAZLA YÜKLENME	.486**	.357**	.442**
	TALEP ÇATIŞMASI	.324**	.132	.241**
	BAŞARI	-.434**	-.262**	-.358**
	TAKDİR ETME	-.524**	-.348**	-.462**
	ADANMIŞLIK BASKISI	.170**	-.076	.042
	KİŞİLİKLERİN BAĞDAŞABİLİRLİĞİ	-.621**	-.391**	-.545**
	DEĞİŞİKLİK	-.392**	-.375**	-.350**
İSTİSMAR	.527**	.284**	.457**	

\*p< .05

Eş tükenmişliğini yordayıp yordamadığını belirlemek üzere yapılacak aşamalı regresyon analizine, Tablo 1’de eş tükenmişliği ile anlamlı düzeyde ilişki göstermeyen değişkenlerden, evli kadın bireyler grubuna “yaş”, “hizmet süresi” ve “evlilik süresi” değişkenleri; evli erkek bireyler grubuna ise “iş yaşamındaki sosyal destek”, “eşin çalışıp çalışmaması”, “evlilik yaşamındaki sosyal destek”, “yaş”, “hizmet süresi”, “evlilik süresi”, “talep çatışması” ve “adanmışlık baskısı” değişkenleri dahil edilmemiştir. Başka bir ifadeyle, analize eş tükenmişliği ile istatistiksel olarak anlamlı ilişkilerin görüldüğü değişkenler dahil edilerek, bu değişkenlerin eş tükenmişliğinin ne kadarını yordadığı belirlenmeye çalışılmıştır.

### 3.1. Evli Kadın Bireylerde Eş Tükenmişlik Puanlarının Yordanmasına İlişkin Bulgular

Evli kadın bireylerde eş tükenmişlik puanlarının yordanmasına ilişkin bulgular Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2: Evli Kadın Bireylerde Eş Tükenmişlik Puanlarının Yordanmasına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	Standart Hata B	kili	R <sup>2</sup>			
EŞ TÜKENMİŞLİĞİ		SABİT	.565	342	0.430	.000		
	1	EVLİLİK UYUMU (EU) R= 0.698 R <sup>2</sup> = 0.488 F <sub>(1, 233)</sub> = 221.989*	.024	007	3.344	.001	.698	.488
	2	MESLEKİ TÜKENMİŞLİK (MT) R= 0.767 R <sup>2</sup> = 0.588 F <sub>(2, 232)</sub> = 165.318*	368	045	.092	.000	478	.100
	3	İLETİŞİM (İL) R= 0.783 R <sup>2</sup> = 0.614 F <sub>(3, 231)</sub> = 122.226*	.108	054	2.017	.045	.602	.026
	4	ADANMIŞLIK BASKISI (AB) R= 0.795 R <sup>2</sup> = 0.633 F <sub>(4, 230)</sub> = 99.079*	129	033	.891	.000	170	.019
	5	PARTNERİN ARZU EDİLEBİLİRLİĞİ (PAE) R= 0.806 R <sup>2</sup> = 0.650 F <sub>(5, 229)</sub> = 85.004*	.136	058	2.338	.020	.627	.017
	6	İSTİSMAR (İ) R= 0.813 R <sup>2</sup> = 0.660 F <sub>(6, 228)</sub> = 73.831*	129	046	.804	.005	527	.010
	7	KİŞİLİKLERİN BAĞDAŞABİLİRLİĞİ (KB) R= 0.817 R <sup>2</sup> = 0.668 F <sub>(7, 227)</sub> = 65.276*	.134	058	2.324	.021	.621	.008
<b>EŞ TÜKENMİŞLİĞİ=3.565-0.024EU+0.368MT-0.108İL+0.129AB-0.136PAE+0.129İ-0.134KB</b>								

\*p< .05

Tablo 2 incelendiğinde, evli kadın bireylerin eş tükenmişliği puanlarına ilişkin çoklu regresyon analizi sonucunda 7 değişik regresyon modeli elde edilmiştir. Yordayıcı değişkenler ile bağımlı değişken arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde; birinci regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile evlilik uyumu arasında negatif ve yüksek düzeyde bir ilişkinin  $r = -.70$  olduğu görülmektedir. İkinci regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile mesleki tükenmişlik arasındaki ikili korelasyon değerinde pozitif ve orta düzeyde bir ilişki  $r = .48$  olduğu görülmektedir. Üçüncü regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerden iletişim arasındaki ikili korelasyon değerinde negatif ve orta düzeyde bir ilişki  $r = -.60$  olduğu görülmektedir. Dördüncü regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile adanmışlık baskısı arasındaki ikili korelasyon değerinde pozitif ve düşük düzeyde bir ilişki  $r = .17$  olduğu görülmektedir. Beşinci regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile partnerin arzu edilebilirliği arasındaki ikili korelasyon değerinde negatif ve orta düzeyde bir ilişki  $r = -.63$  olduğu görülmektedir. Altıncı regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile istismar arasındaki ikili korelasyon değerinde pozitif ve orta düzeyde bir ilişki  $r = .53$  olduğu görülmektedir. Yedinci regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile kişiliklerin bağdaşabilirliği

arasındaki ikili korelasyon değerinde negatif ve orta düzeyde bir ilişki  $r = -.62$  olduğu görülmektedir. Tablodaki R değerleri incelendiğinde; evlilik uyumu değişkeni için korelasyon katsayısı  $R = .70$  elde edilirken, sırasıyla mesleki tükenmişliğin eklenmesiyle  $R = .77$ 'ye, iletişim eklendiğinde  $R = .78$ 'e, adanmışlık baskısı eklendiğinde  $R = .80$ 'e, partnerin arzu edilebilirliği ve istismar eklendiğinde  $R = .81$ 'e, kişiliklerin bağdaşabilirliği eklendiğinde ise  $R = .82$ 'ye yükseldiği görülmektedir.

$R^2$  değerleri incelendiğinde ise; sırasıyla evlilik uyumunun tüm varyansın % 49'unu, mesleki tükenmişliğin % 59'unu, iletişimin % 62'sini, adanmışlık baskısının % 63'ünü, partnerin arzu edilebilirliğinin % 65'ini, istismarın % 66'sını ve kişiliklerin bağdaşabilirliğinin % 67'sini açıkladıkları görülmektedir.

Değişkenlerin tümü birlikte ele alındığında bu değişkenlerin eş tükenmişliği puanları varyansının % 66,8'ini açıkladıkları görülmektedir. Eş tükenmişliğini en iyi yordayan değişkenin evlilik uyumu olduğu görülmektedir. Evlilik uyumu tek başına eş tükenmişliği varyansının % 48,8'ini açıklarken, bu değişkeni sırasıyla; mesleki tükenmişlik % 10,0, iletişim % 2,6 adanmışlık baskısı % 1,9, partnerin arzu edilebilirliği % 1,7, istismar % 1,0 ve kişiliklerin bağdaşabilirliğinin % 0,8 ile takip ettiği görülmektedir.

Diğer taraftan, yapılan regresyon analizi sonuçları değerlendirildiğinde, anlamlı bir model oluşturan yedi değişkenden evlilik uyumunun tek başına eş tükenmişlik varyansının % 49'unu açıkladığı ve bu değişkene mesleki tükenmişlik eklendiğinde bu iki değişkenin varyansı açıklama oranının % 59'a yükseldiği görülmüştür. Bu noktada, en yüksek varyansı açıklama düzeyinin % 67 olduğu göz önünde bulundurulduğunda, kalan beş değişkeninin eş tükenmişliği varyansının yalnızca % 8'ini açıkladığının görülmesi dikkat çekici olarak değerlendirilmektedir. Ayrıca, regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, yedi regresyon modeli içinde yer alan tüm değişkenlerin eş tükenmişliği üzerinde istatistiksel olarak 0,05 düzeyinde anlamlı birer yordayıcı olduğu görülmektedir.

### 3.2. Evli Erkek Bireylerde Eş Tükenmişlik Puanlarının Yordanmasına İlişkin Bulgular

Evli Erkek bireylerde eş tükenmişlik puanlarının yordanmasına ilişkin bulgular Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3: Evli Erkek Bireylerde Eş Tükenmişlik Puanlarının Yordanmasına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	B	Standart Hata	t	p	kilir	R <sup>2</sup>
EŞ TÜKENMİŞLİĞİ		SABİT	.566	.304	11.719	.000		
	1	MESLEKİ TÜKENMİŞLİK (MT) R= 0.576 R <sup>2</sup> = 0.332 F <sub>(1, 198)</sub> = 98.219*	354	.043	.150	.000	.576	.332
	2	EVLİLİK UYUMU (EU) R= 0.691 R <sup>2</sup> = 0.471 F <sub>(2, 197)</sub> = 90.000*	.021	.006	3.792	.000	.524	.139
	3	GÜVENLİK (G) R= 0.734 R <sup>2</sup> = 0.539 F <sub>(3, 196)</sub> = 76.407, p=.000*	-.186	.048	3.875	.000	.551	.068
	4	DUYGUSAL ÇEKİCİLİK (DÇ) R= 0.747 R <sup>2</sup> = 0.558 F <sub>(4, 195)</sub> = 61.478*	-.111	.043	2.600	.010	-.466	.019
	5	BAŞARI (B) R= 0.755 R <sup>2</sup> = 0.570 F <sub>(5, 194)</sub> = 51.537*	.098	.038	.557	.011	-.262	.012
	6	ÇOCUK SAYISI (ÇS) R= 0.763 R <sup>2</sup> = 0.582 F <sub>(6, 193)</sub> = 44.739*	.083	.038	2.162	.032	.197	.012
7	ÖNEM (Ö) R= 0.768 R <sup>2</sup> = 0.590 F <sub>(7, 192)</sub> = 39.521*	.091	.045	-2.004	.046	.469	.008	
<b>EŞ TÜKENMİŞLİĞİ=3,566+0,354MT-0,0218EU-0,186G-0,111DÇ+0,098B+0,083ÇS-0,091Ö</b>								

\*p< .05

Tablo 3 incelendiğinde, evli erkek bireylerin eş tükenmişliği puanlarına ilişkin çoklu regresyon analizi sonucunda 7 değişik regresyon modeli elde edilmiştir. Yordayıcı değişkenler ile bağımlı değişken arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde, birinci regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile mesleki tükenmişlik arasında pozitif ve orta düzeyde bir ilişkinin  $r = .58$  olduğu görülmektedir. İkinci regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile evlilik uyumu arasındaki ikili korelasyon değerinde negatif ve orta düzeyde bir ilişki  $r = -.52$  olduğu görülmektedir. Üçüncü regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerden güvenlik arasındaki ikili korelasyon değerinde negatif ve orta düzeyde bir ilişki  $r = -.55$  olduğu görülmektedir. Dördüncü regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile duygusal çekicilik arasındaki ikili korelasyon değerinde pozitif ve orta düzeyde bir ilişki  $r = -.47$  olduğu görülmektedir. Beşinci regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile başarı arasındaki ikili korelasyon değerinde negatif ve düşük düzeyde bir ilişki  $r = -.26$  olduğu görülmektedir. Altıncı regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile sosyo-demografik özelliklerden çocuk sayısı arasındaki ikili korelasyon değerinde pozitif ve düşük düzeyde bir ilişki  $r = .20$  olduğu görülmektedir. Yedinci regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerden önem arasındaki ikili korelasyon değerinde negatif ve orta düzeyde bir ilişki  $r = -.47$  olduğu görülmektedir.

Tablodaki R değerleri incelendiğinde; mesleki tükenmişlik değişkeni için korelasyon katsayısı  $R = .58$  elde edilirken, sırasıyla evlilik uyumunun eklenmesiyle  $R = .69$ 'a, güvenlik eklendiğinde  $R = .73$ 'e, duygusal çekicilik eklendiğinde  $R = .75$ 'e, başarı ve çocuk sayısı eklendiğinde  $R = .76$ 'ya, önem eklendiğinde ise  $R = .77$ 'ye yükseldiği görülmektedir.

$R^2$  değerleri incelendiğinde ise; sırasıyla mesleki tükenmişliğin tüm varyansın % 33'ünü, evlilik uyumunun % 47'sini, güvenliğin % 54'ünü, duygusal çekiciliğin % 56'sını, başarının % 57'sini, çocuk sayısının % 58'ini ve önem % 59'unu açıkladıkları görülmektedir.

Değişkenlerin tümü birlikte ele alındığında bu değişkenlerin eş tükenmişliği puanları varyansının % 59'unu açıkladıkları görülmektedir. Eş tükenmişliğini en iyi yordayan değişkenin mesleki tükenmişlik olduğu görülmektedir. Mesleki tükenmişlik tek başına eş tükenmişliği varyansının % 33.2'sini açıklarken, bu değişkeni sırasıyla; evlilik uyumu % 13.9, güvenlik % 6,8, duygusal çekicilik % 1.9, başarı % 1.2, çocuk sayısı % 1.2 ve önem % 0.8 ile takip ettiği görülmektedir.

Diğer taraftan, yapılan regresyon analizi sonuçları değerlendirildiğinde, anlamlı bir model oluşturan yedi değişkenden mesleki tükenmişliğin tek başına eş tükenmişlik varyansının % 33'ünü açıkladığı ve bu değişkene evlilik uyumu eklendiğinde bu iki değişkenin varyansı açıklama oranının % 47'ye yükseldiği görülmüştür. Bu noktada, en yüksek varyansı açıklama düzeyinin % 59 olduğu göz önünde bulundurulduğunda, kalan beş değişkenin eş tükenmişliği varyansının yalnızca % 12'sini açıkladığının görülmesi dikkat çekici olarak değerlendirilmektedir. Ayrıca, regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, yedi regresyon modeli içinde yer alan tüm değişkenlerin eş tükenmişliği üzerinde istatistiksel olarak 0,05 düzeyinde anlamlı birer yordayıcı olduğu görülmektedir.



## **TARTIŞMA ve SONUÇ**

Bu bölümde, araştırmanın alt problemleri doğrultusunda elde edilen bulguların tartışma ve sonuçlarına yer verilmiştir.

### **4.1. Evli Kadın Bireylerde Eş Tükenmişlik Puanlarının Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması**

Evli kadın bireylerde eş tükenmişliği puanlarına ilişkin çoklu regresyon analizi sonucunda, 7 değişik regresyon modeli elde edilmiştir. Değişkenlerin tümü birlikte ele alındığında, bu değişkenlerin evli kadın bireylerin eş tükenmişliği varyansının % 66,8'ini açıkladıkları görülmektedir. Eş tükenmişliğini en iyi yordayan değişkenin evlilik uyumu olduğu görülmektedir. Evlilik uyumu tek başına eş tükenmişliği varyansının % 48.8'ini açıklarken, bu değişkeni sırasıyla; mesleki tükenmişlik % 10.0, iletişim % 2.6, adanmışlık baskısı % 1.9, partnerin arzu edilebilirliği % 1.7, istismar % 1.0 ve kişiliklerin bağdaşabilirliğinin % 0.8 ile takip ettiği görülmektedir.

Elde edilen bulgular ışığında, evli kadın bireylerdeki eş tükenmişliği puanlarının yordanmasına ilişkin sonuçlara bakıldığında, özellikle evlilik uyumu ve mesleki tükenmişlik değişkenlerinin eş tükenmişliğinin yordanması üzerinde oldukça güçlü bir etkiye sahip oldukları göze çarpmaktadır. Buna ek olarak, evli kadın bireylerin eş tükenmişliği varyansına anlamlı düzeyde katkı sağlayan diğer beş değişkenin de evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerden olması oldukça dikkat çekici bir bulgu olarak göze çarpmaktadır.

Pines (1996)'a göre son yıllarda kadın ve erkeklerin cinsiyet rollerindeki değişimler ve kadınların sosyal statülerindeki ilerlemelere rağmen, erkekler iş yaşamlarını mesleki başarı ve mesleki başarısızlık, kişisel başarı ve kişisel başarısızlık boyutunda tanımlayarak sosyalleşmektedirler. Diğer taraftan, kadınlar ise özellikle son yıllara kadarki dönemde, kişisel başarı ya da kişisel başarısızlık boyutlarını daha çok anne veya eş rolleri açısından tanımlayarak sosyalleşmektedirler. Mesleki kimlikler erkekler için, eş ve anne olma kimlikleri de kadınlar için daha önemli olarak ifade edilmektedir. Ayrıca, insanlar yaşamlarına anlam kazandıracak kimlik rollerine ilişkin beklentilerinde hayal kırıklığı yaşadıklarından dolayı tükenmişlik yaşadıklarında, iş yaşamlarında erkeklerin tükenmişliği kadınlardan daha fazla yaşaması, evlilik yaşamında da kadınların erkeklerden daha fazla yaşaması olası olarak değerlendirilmektedir. Evli kadın bireyler için elde edilen bulgular göz önünde bulundurulduğunda, özellikle evlilik alanı içinde yer alan değişkenlerin evli kadın bireylerin eş tükenmişliği üzerinde oldukça önemli bir etkisinin olduğunun görülmesi sonucunun, Pines (1996)'ın yukarıda ifade ettiği bilgilerle tutarlılık gösterdiği düşünülmektedir.

Benzer biçimde, Pines (1996)'a göre özellikle geleneksel açıdan bakıldığında erkekler iş yaşamlarından varoluşsal bir anlam duygusu almayı beklerken, kadınlar aynı duyguyu ilişki ve evlilik yaşamlarından almayı beklemektedirler. Buna ek olarak, yaptığı araştırmalarının sonuçlarında, çoğu kadının yaşamlarının en önemli ve anlamlı parçası olarak kariyerlerinden ziyade ilişki ve evliliklerini tanımladıklarını gördüğünü belirtmiştir. Bu durumda, elde edilen bulgular göz önünde bulundurulduğunda, evli kadın bireylerin yaşamlarından varoluşsal bir anlam duygusunu evlilik ve ilişki yaşamlarından almayı beklemiş olabilecekleri ve yaşamlarının en önemli ve anlamlı parçası olarak kariyerlerinden ziyade ilişki ve evliliklerini tanımlamış olabilecekleri düşünülebilir.

Diğer yandan, Pines (1989) eşlerle yaptığı klinik çalışmalar ve mülakatlar sonucunda kadınların evlilik yaşamlarında erkeklerden daha yüksek düzeyde tükenmişlik yaşadığını rapor etmiştir. Ona göre kadınların evlilik yaşamında erkeklerden daha fazla tükenmişlik yaşamlarının iki

nedeni bulunmaktadır. Birincisi, kadınların evliliklerine yaşamlarına anlam vereceğini düşünerek oldukça yüksek bir beklenti düzeyiyle başlamaları durumuyken, ikincisi ise eşlik ve annelik rollerine ilişkin görevlerin üstesinden gelmeye çalışan evli kadınların, sahip olduğu zorlanma ve stres durumlarının, babalık ve kocalık rollerine sahip olan evli erkeklerinkinden anlamlı düzeyde daha yüksek olması durumudur. Elde edilen bulgular sonucunda, evlilik yaşamlarında tükenmişlik yaşama olasılıkları daha yüksek olarak rapor edilen evli kadın bireylerin, eş tükenmişlik puanları üzerinde, evlilik alanı ile ilgili değişkenlerin etkili olduğunun görülmesi, onların Pines (1989)'ın ifade ettiği gibi evlilik yaşamlarına oldukça yüksek beklenti düzeyiyle başlamış olabileceklerini ve eşlik ve annelik rolleri gereği karşılaştıkları stres ve zorlanma durumlarını daha yüksek düzeyde yaşamış olabileceklerini düşündürmektedir.

Buna ek olarak, evli bireylerin eş tükenmişliği üzerinde oldukça etkili olduğu görülen evlilik uyumunun, eş tükenmişliği ile negatif bir ilişkiye sahip olduğunun da görülmesi, eşlerin evlilik uyumları ne kadar yüksek düzeyde olursa, eş tükenmişliklerini de o kadar düşük düzeyde yaşayabileceklerine işaret etmektedir. Benzer biçimde, evliliklerinde uyumlu olmayan eşlerin, evliliklerinde uyumlu olan eşlere göre, eş tükenmişliğini yaşamalarının daha yüksek bir olasılık olduğu düşünülebilir. Ayrıca, elde edilen bu bulgu sonucunda, evlilik uyumunun evli bireylerin eş tükenmişlikleri karşısında tampon görevi üstlenen önemli bir değişken olduğu da düşünülebilir.

Evli bireylerin eş tükenmişliğini yordaması açısından, evlilik uyumundan sonra, en yüksek varyansı açıklama yüzdesine sahip olan ikinci değişkenin % 14.2 ile "mesleki tükenmişlik" olduğu göze çarpmaktadır. Pines, Aronson ve Kafry (1981) ve Pines ve Aronson (1988)'a göre mesleki tükenmişlik ve eş tükenmişliğinin kökenine de aynı dinamikler kaynaklık etmektedir. İnsanlar evliliklerinde yaşadıkları tükenmişliklerine benzer nedenlerle, iş yaşamlarında tükenmişlik yaşamaktadırlar. Bu noktada, eşlerin tükenme nedeni, evlilik yaşamlarında hayal edip bekledikleri şeyleri gerçekleştirememiş olmalarıyken, çalışanların tükenme nedeni ise iş yaşamlarındaki beklentilerini karşılayamamış olmaları olarak göze çarpmaktadır.

Pines (1996)'ın psikoanalitik-varoluşçu perspektifine göre insanların hem eş ilişkisi hem de meslek seçimi üzerinde aynı çocukluk travmalarının iyileştirilmesi ve de çocukluk ihtiyaçlarının doyurulması güdüsü söz konusu olduğu için, mesleki tükenmişlik ile eş tükenmişliği arasında önemli düzeyde bir ilişkinin olması beklenen bir durum olarak değerlendirilmektedir. Bu durumda, literatürde böylesi önemli düzey bir ilişkinin bulunduğuyla ilişkin olarak elde edilen araştırma bulguları (Pines 1993; 1996; Pines, Nunes, Rodrigue ve Utasi 2000; Nunes, Pines, Rodrigue ve Utasi 2000; Utasi 2000; Pines 2000; Gonzalez 2000; Laes ve Laes 2001; Pines ve Nunes 2003; Pines ve diğ., 2011) ile bu araştırmadan elde edilen ve evli bireylerin eş tükenmişliğini en yüksek düzeyde yordayan ikinci değişkenin mesleki tükenmişlik olduğuna ilişkin bulgular tutarlılık göstermektedir. Bu durumda, elde edilen bu sonucun, Pines'in psikoanalitik-varoluşçu mesleki tükenmişlik (Pines, Aronson ve Kafry 1981; Pines ve Aronson 1988) ve eş tükenmişliği (Pines 1989; 1993; 1996) modelleri arasındaki, kavramsal, felsefi ve kuramsal ilişkilerin varlığına bir kanıt olarak değerlendirilebileceği düşünülmektedir.

Diğer taraftan, araştırma kapsamındaki değişkenler açısından elde edilen araştırma bulguları evli kadın bireylerdeki eş tükenmişliğinin yordanmasında, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerden iletişim, adanmışlık baskısı, partnerin arzu edilebilirliği, istismar ve kişiliklerin bağdaşabilirliği değişkenlerinin % 8.0 düzeyinde bir katkısının olduğuna işaret etmektedir. Pines (1989) eş tükenmişliği ile ilgili yaptığı çalışmalarında evlilik ve ilişki ile ilgili çeşitli değişkenlerin, eş tükenmişliği ile ilişkili olduğunu bulmuş ve bu değişkenlerin birbirlerini etkileyen ve birbirlerinden etkilenen dinamik bir sistem olduğunu ifade etmiştir. Bu noktada birbirlerini dinamik olarak etkileyici

bir özelliğe sahip olan bu değişkenlerden herhangi birinde elde edilen pozitif bir değişimin yukarı doğru bir sarmalı başlatabileceği gibi, negatif bir değişimin ise son aşamada tükenmişliğin bulunduğu yukarı doğru bir sarmalı başlatabileceği belirtilmiştir. Elde edilen bulgular göz önünde bulundurulduğunda, birlikte evli kadın bireylerdeki eş tükenmişliği varyansının % 8.0'ini açıkladıkları görülen evlilik ve ilişki ile ilgili bu beş değişkenin de, eşlerdeki tükenmişliğin olması ya da olmamasında veya pozitif veya negatif bir sarmalın başlayıp başlamaması konusunda dinamik bir etkisinin olabileceği düşünülebilir.

Bu beş evlilik ve ilişki ile ilgili değişken arasında, evli kadın bireylerin eş tükenmişliği varyansına en yüksek düzeyde katkı sağlayan değişkenin % 2,6 ile “iletişim” olduğu göze çarpmaktadır. Pines (1989) eş tükenmişliği ile ilgili olarak gerçekleştirdiği ve San Francisco çalışması olarak adlandırdığı araştırmasında 100 eşin gözlenen 18 evlilik ve ilişki özelliği ile eş tükenmişliği puanları arasındaki sıra katsayıları korelasyon katsayılarını hesaplayarak aralarındaki ilişkileri ve anlamlılık düzeylerini ortaya koymuştur. Araştırmadan elde edilen korelasyon katsayıları yüksekten düşüğe doğru sıralandığında, iletişim değişkeninin  $r = -.64$  ile en yüksek ikinci korelasyon değeri ve % 0.6 yordama düzeyiyle eş tükenmişliği için en önemli üç değişkenden birisi olduğunu bulmuştur.

Aynı araştırma kapsamında, Haifa çalışması olarak adlandırdığı çalışmasında Pines (1989) katılımcıların eş tükenmişlik puanları ile çeşitli evlilik ve ilişki özellikleri arasındaki ilişkileri, cinsiyetleri açısından da incelemiştir. Erkekler için eş tükenmişliği ile iletişim arasındaki korelasyonda  $r = -.58$  olarak bulunurken, kadınlar için eş tükenmişliği ile iletişim arasındaki korelasyonda ise  $r = -.46$  olarak bulunduğunu rapor etmiştir. Ayrıca, kadın ve erkeklerden bu evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenleri önemlilik derecesine göre sıralamalarını da istemiş ve sıralama sonuçlarına göre, kadınlar için birinci sırada önemliliğe sahip olan evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenin, pozitif bakış açısı ve talep çatışmasının, ikinci ve üçüncü sıradaki değişkenlerin ise sırasıyla adanmışlık baskısı ve fazla yüklenme değişkenlerinin olduğunu rapor etmiştir. Diğer taraftan, erkekler için ise birinci sırada önemliliğe sahip olan evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenin, pozitif bakış açısı, ikinci ve üçüncü sıradaki değişkenlerin ise sırasıyla iletişim ve takdir etme değişkenlerinin olduğunu rapor etmiştir.

Bu araştırma kapsamında elde edilen bulgularda, evli kadın bireylerin eş tükenmişliği puanları ile iletişim değişkeni arasındaki korelasyon  $r = -.60$ , eş tükenmişliği varyansına katkısı % 2,6 olarak bulunurken, evli erkek bireylerin eş tükenmişliği puanları ile iletişim değişkeni arasındaki korelasyon değeri  $r = -.50$  ve eş tükenmişliği varyansına katkısı ise istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Bu noktada elde edilen bu bulguların, Pines (1989)'ın iletişim değişkeninin genel grup için yordayıcı olduğunu bulduğu San Francisco çalışması ve özellikle erkek bireyler için oldukça önemli olduğu değerlendirilmesinin yapıldığı Haifa çalışmasından elde ettiği bulgularla farklılaştığı göze çarpmaktadır. Ama yine de elde edilen bulguların, Pines (1996)'ın kadınların iletişimin tüm yönlerine erkeklerden daha fazla önem verdiğini ifade ettiği görüşlerini desteklediği düşünülmektedir. Diğer taraftan, bu sonuçlar göz önüne alındığında, özellikle Türk toplumundaki eşler arasındaki iletişimin, evli erkek bireylerden farklı olarak evli kadın bireyler için oldukça önemli bir değişken olarak bulunması, iletişimin evli kadın bireyler için eş tükenmişliği ile başa çıkmada bir tampon görevi üstlenmiş olabileceğini de düşündürmektedir.

Eş tükenmişliği varyansına % 1.9 düzeyinde anlamlı bir katkı sağlayan diğer değişkenin, “adanmışlık baskısı” olduğu göze çarpmaktadır. Pines (1989) eş tükenmişliği ile ilgili yaptığı çalışmalardan birinde, adanmışlık baskısı ortalama puanları açısından tükenmişlik düzeyi düşük olan grup ile yüksek olan grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğunu bulmuş ve eşler arasındaki adanmışlık baskısının yaşanma sıklığı ne kadar fazla olursa tükenmişliğin de o düzeyde yüksek olacağını ifade etmiştir. Benzer biçimde, Haifa çalışması olarak adlandırdığı diğer bir

çalışmada eş tükenmişliği ile çeşitli evlilik ve ilişki özellikleri arasındaki ilişkileri cinsiyetleri açısından da incelemiştir. Erkekler için eş tükenmişliği ile adanmışlık baskısı arasındaki korelasyonda  $r = .37$  olarak bulunurken, kadınlar için eş tükenmişliği ile adanmışlık baskısı arasındaki korelasyonda ise  $r = .50$  olarak bulunduğunu rapor etmiştir. Diğer taraftan, kadın ve erkeklerden bu evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenleri önemlilik derecesine göre sıralamalarını da istemiş ve sıralama sonuçlarına göre adanmışlık baskısının kadınlar için ikinci sırada önemliliğe sahip olduğunu, erkekler için ise ancak onikinci sırada bir önemliliğe sahip olduğunu rapor etmiştir. Bu araştırmadan elde edilen bulgular göz önünde bulundurulduğunda, evli kadın bireylerin eş tükenmişliği ile adanmışlık baskısı puanları arasındaki anlamlı bir korelasyon elde edilmesi ve adanmışlık baskısının evli kadın bireylerin eş tükenmişliği varyansının % 1.9'unu açıkladığının görülmesi sonuçları ile Pines (1989)'ın özellikle adanmışlık baskısı değişkeninin kadın bireyler için oldukça önemli olduğu değerlendirilmesinin yapıldığı Haifa çalışmasından elde ettiği bulgularıyla tutarlılık göstermektedir.

Eş tükenmişliği varyansına % 1.7 düzeyinde anlamlı bir katkı sağlayan diğer değişkenin "partnerin arzu edilebilirliği" olduğu göze çarpmaktadır. Pines (1989) San Francisco çalışması olarak adlandırdığı araştırmasında eş tükenmişliği ile partnerin arzu edilebilirliği arasında  $r = -.46$  düzeyinde bir ilişki bulunmuş ve partnerin arzu edilebilirliği değişkeninin tüm katılımcıların eş tükenmişliği varyansının % 0,4'ünü açıkladığını rapor etmiştir. Diğer taraftan, bu araştırmada partnerin arzu edilebilirliği değişkeninin yalnızca evli kadın bireylerin eş tükenmişliği varyansı üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür. Evli kadın bireyler açısından elde edilen bu bulgular, Pines (1989)'ın San Francisco çalışması sonucunda elde ettiği bulgularla farklılık göstermektedir.

Buna ek olarak, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerden "istismar"ın, evli kadın bireylerin eş tükenmişliğini % 1.0 düzeyinde yordadığı görülmektedir. Pines (1989) Haifa çalışması olarak adlandırdığı araştırmasında eş tükenmişliği ile istismar arasındaki ilişkileri cinsiyetler açısından incelemiş ve istismarın yalnızca kadınlar için eş tükenmişliği ile anlamlı bir ilişkisinin ( $r = .32, p < .002$ ) olduğunu rapor etmiştir. Fakat bu araştırmadan elde edilen bulgularda, evlilik ve ilişki ile ilgili istismar değişkeninin, evli erkek bireylerden farklı olarak, evli kadın bireylerin eş tükenmişliğini anlamlı düzeyde yordayan bir değişken olduğunun görülmesi sonucu, kadınların eş tükenmişliği ile istismar değişkeninin anlamlı bir ilişkisinin olduğunun rapor edildiği Pines (1989)'ın Haifa çalışmasının sonuçlarını desteklemektedir.

Diğer taraftan, evli kadın bireylerin eş tükenmişliği varyansını % 0.8 düzeyinde yordadığı bulunan evlilik ve ilişki ile ilgili son değişkenin "kişiliklerin bağdaşabilirliği" olduğu göze çarpmaktadır. Pines (1996) eş tükenmişliği ile ilgili yaptığı çalışmalardan birinde eşlerin kişiliklerinin bağdaşabilir olması veya bağdaşabilir olmamasının tükenmişlik üzerinde önemli bir etkisinin olduğunu ve kişilikleri bağdaşabilir olan eşlerin kişilikleri bağdaşabilir olmayan eşlere göre daha az tükenmişlik yaşadıklarını rapor etmiştir. Benzer biçimde, Pines (1989) San Francisco çalışması olarak adlandırdığı araştırmasında eş tükenmişliği ile kişiliklerin bağdaşabilirliği arasında  $r = -.50$  düzeyinde bir ilişki bulunmuş ve kişiliklerin bağdaşabilirliği değişkeninin tüm katılımcıların eş tükenmişliği varyansının % 0,1'ini açıkladığını rapor etmiştir. Bu araştırmada ise yalnızca evli kadın bireylerin eş tükenmişliği ile kişiliklerin bağdaşabilirliği arasında  $r = -.62$  düzeyinde bir ilişki elde edilip, kişiliklerin bağdaşabilirliği değişkeninin eş tükenmişliği varyansının % 0,8'ini açıkladığı görülerek, farklı sonuçlara ulaşılmıştır.

#### **4.2. Evli Erkek Bireylerde Eş Tükenmişlik Puanlarının Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması**

Evli erkek bireylerde eş tükenmişliği puanlarına ilişkin çoklu regresyon analizi sonucunda 7 değişik regresyon modeli elde edilmiştir. Değişkenlerin tümü birlikte ele alındığında bu değişkenlerin

eş tükenmişliği puanları varyansının % 59'unu açıkladıkları görülmektedir. Eş tükenmişliğini en iyi yordayan değişkenin mesleki tükenmişlik olduğu görülmektedir. Mesleki tükenmişlik tek başına eş tükenmişliği varyansının % 33.2'sini açıklarken, bu değişkeni sırasıyla; evlilik uyumu % 13.9, güvenlik % 6,8, duygusal çekicilik % 1.9, başarı ve çocuk sayısı % 1.2, önemin % 0.8 ile takip ettiği görülmektedir.

Elde edilen bulgular göz önünde bulundurularak, evli erkek bireylerdeki eş tükenmişliği puanlarının yordanmasına ilişkin sonuçlara bakıldığında, evli kadın bireylerin sonuçlarında olduğu gibi, özellikle mesleki tükenmişlik ve evlilik uyumu değişkenlerinin, evli erkek bireylerin eş tükenmişliğinin yordanması üzerinde de oldukça güçlü bir etkiye sahip oldukları göze çarpmaktadır. Ancak, evli kadın bireylerin eş tükenmişliğinin yordanmasına ilişkin sonuçlarından farklı olarak, evli erkek bireylerin eş tükenmişliklerinin en önemli yordayıcısı olarak mesleki tükenmişlik değişkeninin ön plana çıktığı görülmektedir. Daha öncede tartışıldığı gibi, Pines (1996)'a göre son yıllarda kadın ve erkeklerin cinsiyet rollerindeki değişimler ve sosyal statülerindeki ilerlemelere rağmen, erkekler iş yaşamlarını mesleki başarılarını ve mesleki başarısızlıklarını kişisel başarı ve kişisel başarısızlık boyutunda tanımlayarak sosyalleşmektedirler. Bu noktada, mesleki kimlikler erkekler için daha önemli olarak ifade edilip, yaşamlarına anlam kazandıracak kimlik rollerine ilişkin beklentilerinde hayal kırıklığı yaşadıklarından dolayı tükenmişlik yaşadıklarında, iş yaşamlarında erkeklerin tükenmişliği kadınlardan daha fazla yaşaması olası olarak değerlendirilmektedir.

Benzer biçimde, Pines (1996)'a göre özellikle geleneksel açıdan bakıldığında erkekler iş yaşamlarından varoluşsal bir anlam duygusu almayı beklerken, kadınlar aynı duyguyu ilişki ve evlilik yaşamlarından almayı beklemektedirler. Buna ek olarak, yaptığı araştırmalarının sonuçlarında çoğu erkeğin yaşamlarının en önemli ve anlamlı parçası olarak ilişki ve evliliklerinden ziyade kariyer ve mesleklerini tanımladıklarını gördüğünü belirtmiştir. Ayrıca Pines (1993; 1996)'a göre mesleki tükenmişlik yalnızca idealist ve yüksek düzeyde bir güdülenmeye sahip kişilerde görülmektedir. Bu kişilerin, meslek yaşamları ile ilgili beklenti düzeyleri yüksek, duygusal baskı ise yoğun ve uzun süreli olduğunda stres, yabancılaşma, kaygı ve depresyon gibi duyguları da yüksek bir seviyede olmaktadır. Meslek yaşamlarında yüksek düzeyde bir beklentiye sahip olan bu tür insanlar, yeni bir kariyer ortamına giriş yaptıklarında ya en yüksek düzeyde bir performans göstermektedirler ya da tükenmişlik yaşamaktadırlar. Bu durumda, elde edilen bulgular göz önünde bulundurulduğunda, evli erkek bireylerin yaşamlarından varoluşsal bir anlam duygusunu mesleklerinden almayı beklemiş olabilecekleri, yaşamlarının en önemli ve anlamlı parçası olarak evliliklerinden ziyade mesleklerini tanımlamış olabilecekleri ve meslek yaşamlarına çok yüksek düzeyde bir beklenti ile başlamış olabilecekleri düşünülebilir. Ayrıca, mesleki tükenmişlik değişkeninin evli erkek bireylerin eş tükenmişliği üzerinde oldukça önemli bir etkiye sahip olduğunun görülmesi sonucunun, Pines (1993; 1996)'ın yukarıda ifade ettiği görüşleriyle tutarlılık gösterdiği düşünülebilir.

Diğer taraftan, evlilik ve meslek yaşamlarında varoluşsal bir anlam duygusu arayan insanlarda, mesleki tükenmişlik ve eş tükenmişliği birbirine paralel geliştiği gibi, aynı zamanda birbirlerini de etkilemektedir. İnsanlar meslek yaşamlarında tükenmeye başladıklarında, tipik olarak kendilerini hem geri çekmekte, hem de izole edilmiş gibi hissetmeye başlamaktadırlar. Aynı zamanda, işlerinin üstesinden yeterince gelemediklerini, mücadele edemediklerini ve takdir edilmediklerini düşünmeye başlamaktadırlar. Sonuçta, meslek yaşamlarından yeterli düzeyde takdir duygusu elde edemeyen bu kişilerin, bu duyguları eşlerinden talep etmek gibi bir durum içine girmeleri söz konusu olabilmektedir. Bu nedenle, mesleki yaşantı ile ilgili reddedilme ve hayal kırıklığı yaşama atmosferi artık evlilik yaşantısı ile ilgili de yaşanmaya başlamakta ve tükenmişlik iş yaşamından ev yaşamına doğru bir yayılma süreci içine girmeye başlamaktadır (Pines ve Aronson 1988; Pines 1993; 1996).

Bu araştırmada, evli erkek bireylerin eş tükenmişliğini en yüksek düzeyde yordayan değişkenin mesleki tükenmişlik olduğuna ilişkin sonuçlar değerlendirildiğinde, erkeklerin meslek yaşamından bir anlam duygusu elde etme isteğinin, kadınlara göre daha fazla olduğu düşüncesinden (Pines 1996) hareketle, özellikle evli erkek bireylerin meslek yaşamlarında tükenmişlik yaşamlarının daha yüksek bir olasılık olabileceği ve oluşan bu mesleki tükenmişlik sürecinin evlilik yaşamına yayılmasının da söz konusu olabileceği düşünülebilir. Bu durumda elde edilen bulguların, evli erkek bireylerin, meslek yaşamlarında ne kadar çok tükenmişlik yaşarlarsa, yaşadıkları bu tükenmişlik sürecinin evlilik yaşamlarına da yayılmasının olası olacağına işaret ettiği de düşünülebilir.

Bu noktada, elde edilen bu bulgunun, mesleki tükenmişliğin evlilik ve ilişki üzerine, iş stresinin de aile üzerine yayıldığı, eşlerden birinin yaşadığı tükenmişlik duygusunun diğer eşe geçiş yaptığı ve bu geçiş sürecinin karşılıklı olduğuna ilişkin araştırma bulgularını (Bakker, Demerouti ve Schaufeli 2005; Burke ve Greenglass 2001; Demerouti, Bakker ve Schaufeli 2005; Hammer, Allen ve Grigsby 1997; Hammer ve Zimmerman 2010; Hochschild 1999; Kinnunen ve Mauno 1998; Lavee ve Adital 2007; Pines ve ark. 2011; Vinokur ve Westman 1998; Westman ve Etzion 1995; 1999; Westman, Etzion ve Danon 2001) destekleyici bir sonuç olduğu ve tükenmişliğin geçiş-yayılma sürecinin varlığına bir kanıt oluşturduğu düşünülebilir.

Diğer taraftan, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenler arasında, evli erkek bireylerin eş tükenmişliği varyansına en yüksek düzeyde katkı sağlayan değişkenin % 6,8 ile “güvenlik” olduğu göze çarpmaktadır. Pines (1989) San Francisco çalışması olarak adlandırdığı araştırmasında, katılımcıların eş tükenmişliği ile güvenlik duygusu arasında  $r = -.59$  düzeyinde bir ilişki bulmuş ve güvenlik değişkeninin eş tükenmişliği varyansının % 0,2’sini açıkladığını rapor etmiştir. Benzer biçimde, Haifa çalışması olarak adlandırdığı araştırmasında ise, eş tükenmişliği ile güvenlik arasındaki ilişkileri cinsiyetler açısından da incelemiştir. Erkekler için eş tükenmişliği ile güvenlik arasındaki korelasyonda  $r = -.43$ , kadınlar için eş tükenmişliği ile güvenlik arasındaki korelasyonda ise  $r = -.42$  bularak oldukça benzer sonuçlara ulaşmıştır. Diğer taraftan, kadın ve erkeklerden, bu evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenleri önemlilik derecesine göre sıralamalarını da istemiş ve sıralama sonuçlarına göre, güvenliğin kadınlar için sekizinci sırada önemliliğe sahip olduğunu, erkekler için ise ancak onuncu sırada bir önemliliğe sahip olduğunu rapor etmiştir.

Bu araştırmada ise evli erkek bireylerin eş tükenmişliği ile güvenlik arasında  $r = -.55$ , evli kadın bireylerin eş tükenmişliği ile güvenlik arasında  $r = -.60$  düzeyinde bir ilişki elde edilip, güvenlik değişkeninin yalnızca evli erkek bireylerin eş tükenmişliği varyansı üzerinde % 6,8 düzeyinde bir etkisinin olduğu görülmüştür. Bu araştırmadan elde edilen bulgularda, güvenlik değişkeninin evli erkek bireylerin eş tükenmişliği varyansı üzerinde anlamlı bir etkisinin görülmesi sonucunun, Pines (1989)’ın Haifa çalışmasında erkeklere nazaran güvenliğin kadınlar için daha önemli olduğu biçiminde elde ettiği sonuçlarıyla farklılaştığı düşünülmektedir. Pines (1996)’a göre, güvenlik duygusu bir ilişkiye derinlik, güç ve duyarlılık vermektedir. Çoğu insan için güvenlik duygusu uzun dönemli bir ilişkinin en pozitif yönü olarak görülmektedir. Bu durumda, evli erkek bireylerden elde edilen güvenlik değişkenine ilişkin bulgular, özellikle Türk erkeklerinin evlilik yaşamlarında ilişkiye derinlik, güç ve duyarlılık katan ve ilişkinin en pozitif yönü olarak değerlendirilen güvenlik duygusuna, kadınlardan daha fazla önem vermiş olabileceklerini düşündürmektedir.

Evli erkek bireylerin eş tükenmişliği varyansına güvenlikten sonra en yüksek katkıyı % 1.9 ile sağlayan evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenin “duygusal çekicilik” olduğu göze çarpmaktadır. Pines (1989) eş tükenmişliği ile ilgili yaptığı çalışmalardan birinde, duygusal çekicilik ortalama puanları açısından tükenmişlik düzeyi düşük olan grup ile yüksek olan grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğunu bulmuştur. Benzer biçimde, San Francisco çalışması olarak adlandırdığı

araştırmasında, eş tükenmişliği ile duygusal çekicilik arasında  $r = -.54$  düzeyinde bir ilişki bulmuş ve duygusal çekicilik değişkeninin tüm katılımcıların eş tükenmişliği varyansının % 0,1'ini açıkladığını rapor etmiştir. Haifa çalışması olarak adlandırdığı araştırmasında ise, eş tükenmişliği ile duygusal çekicilik arasındaki ilişkileri cinsiyetler açısından da incelemiştir. Erkekler için eş tükenmişliği ile duygusal çekicilik arasındaki korelasyonda  $r = -.34$ , kadınlar için eş tükenmişliği ile duygusal çekicilik arasındaki korelasyonda ise  $r = -.33$  bularak oldukça benzer sonuçlara ulaşmıştır. Diğer taraftan, kadın ve erkeklerden bu evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenleri önemlilik derecesine göre sıralamalarını da istemiş ve sıralama sonuçlarına göre, duygusal çekiciliğin kadınlar için onüçüncü sırada önemliliğe sahip olduğunu, erkekler için ise onbeşinci sırada bir önemliliğe sahip olduğunu rapor etmiştir.

Bu araştırmada ise evli erkek bireylerde eş tükenmişliği ile duygusal çekicilik arasında  $r = -.47$ , evli kadın bireylerin eş tükenmişliği ile duygusal çekicilik arasında  $r = -.61$  düzeyinde bir ilişki elde edilip, duygusal çekicilik değişkeninin yalnızca evli erkek bireylerin eş tükenmişliği varyansı üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür. Elde edilen bulgularda, duygusal çekicilik değişkeninin yalnızca evli erkek bireylerin eş tükenmişliği varyansı üzerinde anlamlı bir etkisinin görülmesi sonucunun, Pines (1989)'ın San Francisco çalışmasında, duygusal çekiciliğin yalnızca tüm katılımcılar açısından eş tükenmişliğinin yordanmasında etkili olduğu biçiminde elde ettiği sonuçlarıyla benzerlik gösterdiği, kadınlar için daha önemli bir değişken olarak değerlendirildiği Haifa çalışmasının sonuçlarıyla farklılık gösterdiği düşünülmektedir.

Ayrıca, evli erkek bireylerin eş tükenmişliği varyansını % 1.2 düzeyinde yordadığı bulunan evlilik ve ilişki ile ilgili diğer bir değişkenin "başarı" olduğu göze çarpmaktadır. Pines (1989) Haifa çalışması olarak adlandırdığı araştırmasında, eş tükenmişliği ile başarı arasındaki ilişkileri cinsiyetler açısından da incelemiştir. Erkekler için eş tükenmişliği ile başarı arasındaki korelasyonda  $r = -.45$ , kadınlar için eş tükenmişliği ile başarı arasındaki korelasyonda ise  $r = -.38$  olarak bulunduğunu rapor etmiştir. Diğer taraftan, kadın ve erkeklerden bu evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenleri önemlilik derecesine göre sıralamalarını da istemiş ve sıralama sonuçlarına göre, başarının kadınlar için onbirinci sırada önemliliğe sahip olduğunu, erkekler için ise sekizinci sırada önemliliğe sahip olduğunu rapor etmiştir. Ancak, Kafry ve Pines (1980) farklı meslek gruplarındaki 205 kadın ve erkek meslek çalışanın, çeşitli ev ve iş özelliklerine ilişkin görüşleri ile tükenmişlikleri arasındaki ilişkileri ve bu özellikler açısından tükenmişliklerinin cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını inceledikleri araştırmalarında, katılımcıların ev ve iş özelliklerinden başarı değişkeninin tükenmişlikle anlamlı bir ilişkisinin olduğunu bulurlarken, cinsiyetler açısından ise başarı değişkeninin anlamlı bir farklılaşma oluşturmadığını rapor etmişlerdir.

Bu araştırmada ise evli erkek bireylerin eş tükenmişliği ile başarı arasında  $r = -.26$  olarak elde edilen korelasyon değeri, evli kadın bireylerin eş tükenmişliği ile başarı arasında  $r = -.43$  düzeyinde elde edilen korelasyon değerinden daha düşük olmasına rağmen, başarı değişkeninin yalnızca evli erkek bireylerin eş tükenmişliği varyansı üzerinde % 1,2 düzeyinde bir etkisinin olduğu görülmüştür. Elde edilen bu sonucun, Pines (1989)'ın Haifa çalışmasında, başarının kadınlara nazaran, erkekler için daha önemli olduğu biçiminde elde ettiği sonuçlarıyla benzerlik gösterdiği düşünülebileceği gibi, Kafry ve Pines (1980)'ın cinsiyetlere göre başarı değişkeni açısından anlamlı bir farklılaşmanın olmadığına ilişkin elde ettikleri sonuçlarıyla farklılık gösterdiği de düşünülebilir.

Diğer taraftan, Pines (1993; 1996)'a göre, mesleki tükenmişlik yalnızca idealist ve yüksek düzeyde bir güdülenmeye sahip kişilerde görülmektedir. Destekleyici bir çevrede oldukça yüksek düzeyde bir motivasyona sahip çalışanlar en yüksek performans düzeyine ulaşabilmektedirler. En yüksek performans düzeyine ulaşmak, kişilerin varoluşsal anlam ve başarı duygularının da yükselmesine yardımcı olabilmektedir. Ancak, Pines ve Nunes (2003)'e göre, kişiler varoluşsal anlamı

elde edemeyeceklerini düşünüp başarısızlık yaşadıklarını düşündüklerinde umutsuzluk, çaresizlik ve hatta tükenmişlik duygularına kapılabilmektedirler. Pines (1996)'a göre, modern kültür içindeki erkekler, iş yaşamlarını mesleki başarı ve mesleki başarısızlık, kişisel başarı ve kişisel başarısızlık boyutunda tanımlayarak sosyalleşmektedirler. Cleary ve Mechanic (1983)'e göre ise, genel olarak erkekler meslekleri ve mesleki rolleriyle daha fazla ilgili, fakat ailevi rolleriyle daha az ilgili olma eğilimine sahip görünmektedirler. Bu noktada, mesleki kimlikler erkekler için daha önemli olarak ifade edildiği için, iş yaşamlarında erkeklerin tükenmişliği kadınlardan daha fazla yaşaması olası olarak değerlendirilmektedir.

Bu açıklamalar ışığında, mesleki tükenmişlik ve eş tükenmişliği arasındaki ilişki göz önünde bulundurulduğunda, kendilerini meslekleriyle özdeşleştirerek tanımlayan erkeklerin, mesleki tükenmişliklerinde oldukça kritik bir öneme sahip olan başarı değişkeninin, evli erkek bireylerin eş tükenmişliğini yordayan bir özelliğe sahip olması da beklenen bir durum olarak değerlendirilmektedir.

Diğer taraftan, evli erkek bireylerin eş tükenmişliği varyansına % 0.8 düzeyinde anlamlı bir katkı sağlayan evlilik ve ilişki ile ilgili son değişkenin “önem” olduğu göze çarpmaktadır. Pines (1989) Haifa çalışması olarak adlandırdığı araştırmasında, eş tükenmişliği ile önem değişkeni arasındaki ilişkileri cinsiyetler açısından incelemiş ve önemin yalnızca kadınlardaki eş tükenmişliği ile anlamlı bir ilişkisinin ( $r = -.25, p < .01$ ) olduğunu rapor etmiştir. Diğer taraftan, Kafry ve Pines (1980) farklı meslek gruplarındaki 205 kadın ve erkek meslek çalışmasının, çeşitli ev ve iş özelliklerine ilişkin görüşleri ile tükenmişlikleri arasındaki ilişkileri ve bu özellikler açısından tükenmişliklerinin cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını inceledikleri araştırmalarında, katılımcıların ev ve iş özelliklerinden önem değişkeninin tükenmişlikle anlamlı bir ilişkisinin olduğunu bulurlarken, cinsiyetler açısından ise önem değişkeninin anlamlı bir farklılaşma oluşturmadığını rapor etmişlerdir.

Fakat bu araştırmadan elde edilen bulgularda, evlilik ve ilişki ile ilgili önem değişkeninin, evli erkek bireylerin eş tükenmişliğini de anlamlı düzeyde yordayan bir değişken olduğunun görülmesi sonucunun, kadınların eş tükenmişliği ile anlamlı bir ilişkisinin olduğu rapor edilen Pines (1989)'ın Haifa çalışmasının sonucuyla farklılaştığı, önem değişkeninin tüm katılımcıların tükenmişliğiyle anlamlı bir ilişkisinin olduğunu bulan Kafry ve Pines (1980)'ın sonucuyla ise benzerlik gösterdiği görülmektedir. Sonuç olarak evli erkek bireylerden elde edilen önem değişkenine ilişkin bulgular, Türk toplumundaki erkek bireylerin evlilik yaşamlarında önem değişkenine kadınlardan daha fazla değer vermiş olabileceklerini düşündürmektedir.

Buna ek olarak, bu araştırma kapsamında evli erkek bireylerin eş tükenmişliğini % 1.2 düzeyinde yordayıcı özelliğe sahip olan bu sosyo-demografik özelliğin “çocuk sayısı” olduğu görülmektedir. Pines (1989) eş tükenmişliği ile ilgili olarak gerçekleştirdiği araştırmasının sonucunda, tükenmişlikle bir çiftin sahip olduğu çocuk sayısı ve halihazırda evde yaşamakta olan çocuklarının sayısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadığını rapor etmiştir. Fakat bu araştırmadan elde edilen bulgularda, çocuk sayısı değişkeninin, evli erkek bireylerin eş tükenmişliğini anlamlı düzeyde yordayan bir değişken olduğunun görülmesinin, bir çiftin sahip olduğu çocuk sayısı ve halihazırda evde yaşamakta olan çocuklarının sayısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadığını rapor eden (Pines, 1989)'ın yukarıdaki araştırma sonucuyla farklılaştığı görülmektedir. Pines (1996)'a göre, bazı evli eşlerde çocuklar bir stres kaynağı olarak değerlendiriliyorken, başka evli eşlerde çocuklar bir eğlence ve neşe kaynağı olarak değerlendirildiği için çocukların eşlerin beklentileri, stres yaşantıları ve ulaşılabilir kaynakları üzerinde önemli bir role sahip oldukları görülmektedir. Özellikle ebeveynliğin neden olduğu stres yaşantıları göz önünde bulundurulduğunda, bir çiftin sahip olduğu çocuk sayısı ve hala evde yaşayan çocuk sayısı ile evlilik tükenmişliği arasında



istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olmaması, ilginç ve üzerinde çalışılması gereken bir durum olarak değerlendirilmektedir.

Sonuç olarak, araştırma bulguları değerlendirildiğinde, evli kadın ve erkek bireylerin eş tükenmişliği puanlarını, ortak bazı değişkenler olmasına rağmen, farklı değişkenlerin yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Özellikle açıkladıkları varyans oranları açısından her iki cinsiyette yer alan katılımcıların eş tükenmişliği puanlarının yordanması üzerinde oldukça önemli etkiye sahip olduğu görülen değişkenlerin, evlilik uyumu ve mesleki tükenmişlik olduğu göze çarpmaktadır. Ancak, evli kadın bireylerin eş tükenmişliklerinin en önemli yordayıcısı olarak evlilik uyumu değişkeninin ön plana çıktığı görülürken, evli erkek bireylerin eş tükenmişliklerinin en önemli yordayıcısı olarak mesleki tükenmişlik değişkeninin ön plana çıktığı görülmektedir. Diğer yandan, evli kadın bireylerin eş tükenmişliği puanlarının, iletişim, adanmışlık baskısı, partnerin arzu edilebilirliği, istismar ve kişiliklerin bağdaşabilirliği değişkenlerince yordandığı görülürken, evli erkek bireylerin eş tükenmişlik puanlarının, güvenlik, duygusal çekicilik, başarı, çocuk sayısı ve önem değişkenlerince yordandığı görülmektedir.

Araştırmanın sonuçlarına doğrultusunda aşağıdaki önerilerde bulunulabilir:

1. Araştırma bulguları sonucunda, farklı cinsiyetteki evli bireylerin eş tükenmişlik puanlarının yordanmasında, farklı değişkenlerin etkili olduğu görülmüştür. Tükenmişlik literatüründeki, cinsiyet farklılıklarına ilişkin elde edilen farklı bulgular göz önüne alındığında, cinsiyetler arasındaki bu farklılığın boyutlarının ve nedenlerinin yeni örneklem grupları üzerinde gerçekleştirilecek araştırmalarla aydınlatılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

2. Cinsiyetler açısından eş tükenmişliği varyansına anlamlı düzeyde katkı sağlayan en önemli değişkenlerin evli kadın bireyler için evlilik uyumu, evli erkek bireyler için ise mesleki tükenmişliğin bulunması, her iki cinsiyete ilişkin farklı araştırma dizaynları içerisinde, derinlemesine araştırmaların yapılarak, aralarındaki ilişkilerin aydınlatılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

3. Farklı birçok sosyo-demografik özelliğin, eş tükenmişliği üzerinde etkili olmadığına görülmesi, bu konu üzerinde daha fazla çalışmanın yapılmasının gerekli olduğunu düşündürmektedir.

4. Yapılan analizler sonucunda, eş tükenmişliği ile anlamlı ilişkiye sahip olmasına rağmen, eş tükenmişliğinin yordanmasına anlamlı bir katkı sağlamadığı bulunan sosyo-demografik özellikler ile evlilik ve ilişki ile ilgili farklı değişkenlerin, değişik örneklem grupları üzerinde yeni yapılacak eş tükenmişliği araştırmalarında tekrar incelenmesinin, bu değişkenlerin yordayıcılığı ile ilgili güncel ipuçları ve açıklayıcı bilgiler vermesi açısından önemli olduğu varsayılmaktadır.

5. Eş tükenmişliği ile ilgili problem yaşayan eşler üzerinde çalışmalar yapacak olan eş, evlilik ve aile danışman ve terapistlerin, bu araştırmada eş tükenmişliğinin anlamlı yordayıcıları olarak bulunan evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenleri de dikkate alarak yardım süreçlerini planlamalarının, eşlerin tükenmişlik problemlerinin çözülmesine katkı sağlaması açısından önemli olabileceği düşünülmektedir.

6. Bu araştırma kapsamında, evlilik ve aile yaşamında oldukça önemli bir yere sahip olduğu bulunan eş tükenmişliğini azaltmaya yönelik olarak, gerek bireysel, gerekse grupla psikolojik danışma çalışmalarının yapılmasının, tükenmişlik problemi ile gelen eşlere yardımcı olacağı düşünülmektedir.

## **KAYNAKÇA**

Bakker, A. B., Demerouti, E., & Schaufeli, W. B. (2005). The crossover of burnout and work engagement among working couples. *Human Relations*, 58 (5), 661-689.

- Benbow, S. M., & Jolley, D. J. (2002). Burnout and stress amongst old age psychiatrists. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, *17*, 710–714.
- Bibou-Nakou, I., Stogiannidou, A., & Kiosseoglou, G. (1999). The relation between teacher burnout and teachers' attributions and practices regarding school behaviour problems. *School Psychology International*, *20*, 209–217.
- Brake, H. T., Bloemendal, E., & Hoogstraten, J. (2003). Gender differences in burnout among Dutch dentists. *Community Dentistry Oral Epidemiology*, *31*, 321–327.
- Burke, R. J. & Greenglass, E. R. (1989). Psychological burnout among men and women in teaching: An examination of the Cherniss Model, *Human Relation*, *42* (3), 261-273.
- Burke, R. J. & Greenglass, E. R. (2001). Hospital restructuring, work-family conflict and burnout among nursing staff. *Psychology and Health*, *16*, 583–594.
- Cleary, P. D. & Mechanic, D. (1983). Sex differences in psychological distress among married people. *Journal of Health and Social Behavior*, *24*, 111-121.
- Demerouti, E., Bakker, A. B., & Schaufeli, W. B. (2005). Spillover and crossover of exhaustion and life satisfaction among dual-earner parents. *Journal of Vocational Behavior*, *67*, 266-289.
- Ergin, C. (1992). *Doktor ve hemşirelerde tükenmişlik ve Maslach Tükenmişlik Ölçeği'nin uyarlanması*. VII. Ulusal Psikoloji Kongresi, Ankara.
- Etzion, D. (1984). *Burning out in management: A comparison of women and men in matched organizational positions*. Paper presented at the Second International Interdisciplinary Congress on Women, Croningen, holland, April 17-19.
- Etzion, D. & Pines, A. M. (1986). Sex and culture in burnout and coping among human service professionals. *Journal of Cross Cultural Psychology*, *17*, 191-209.
- Etzion, D. (1987). Burning out in management: A comparison of women and men in matched organizational positions. *Israel Social Research Journal*, *5*, 145-163.
- Evers, W. J. G., Brouwer, A., & Tomic, W. (2002). Burnout and self-efficacy: A study on teachers' beliefs when implementing an innovative educational system in the Netherlands. *British Journal of Educational Psychology*, *72*, 227-243.
- Gonzalez, J. M. R. (2000). Examination of the Spanish version of the Pines couple burnout measure. *International Journal of Psychology*, *35* (3-4), 291-291.
- Greenglass, E. R. & Burke, R. J. (1988). Work and family precursors of burnout in teachers: Sex differences. *Sex Roles*, *18*, 215-229.
- Hammer, L. B., Allen, E., & Grigsby, T. D. (1997). Work and family conflict in dual-earner couples: Within-individual and crossover effects of work and family. *Journal of Vocational Behavior*, *50*, 185-203.
- Hammer, L. B. & Zimmerman, K. L. (2010). Quality of work life. In S. Zedeck (Ed.), *Handbook of I/O Psychology*. Vol. 3. Washington, DC: American Psychological Association.
- Hastings, R. P. & Bham, M. S. (2003). The relationship between student behaviour patterns and teacher burnout. *School Psychology International*, *24*, 115-127.
- Hochschild, A. R. (1999). *The time bind: When work becomes home and home becomes work*. New York: Henry Holt.
- Kafry, D. & Pines, A. M. (1980). The experience of tedium in life work. *Human Relations*, *33* (7), 477-503.
- Kalaycı, Ş. (2005). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Asil Yayın Dağıtım, Ankara.
- Kalimo, R. (2000). The challenge of changing work and stress for human resources. The case of Finland. *Journal of Tokyo Medical University*, *58*, 349-356.
- Kinnunen, U. & Mauno, S. (2001). Dual-earner families in Finland: Differences between and within families in relation to work and family experiences. *Community, Work & Family*, *4* (1), 87-107.
- Lackritz, J. R. (2004). Exploring burnout among university faculty: Incidence, performance, and demographic issues. *Teaching and Teacher Education*, *20*, 713–729.
- Laes, T. & Laes, T. (2001). *Career burnout and its relationship to couple burnout in Finland: A pilot study*. Paper presented in a symposium entitled "The Relationship between Career and Couple Burnout: A Cross-Cultural Perspective" held at the Annual Convention of The American Psychological Association, San Francisco, California.

- Lavee, Y. & Adital, B. (2007). Relationship of dyadic closeness with work-related stress: A daily diary study. *Journal of Marriage and Family*, 69, 1021–1035.
- Leiter, M. P., Clark, D., & Durup, J. (1994). Distinct models of burnout and commitment among men and women in the military. *Journal of Applied Behavioral Science*, 30, 63-82.
- Locke, H. J. & Wallace, K. M. (1959). Short marital-adjustment and prediction tests: Their reliability and validity. *Marriage and Family Living*, 21, 251-255.
- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1981), The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.
- Maslach, C. (1982). *Burnout - The cost of caring*. Englewood Cliffs, New-Jersey: Prentice Hall.
- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1985). The role of sex and family variables in burnout. *Sex Roles*, 12 (7/8), 837-851.
- Norvell, N., Hills, H., & Murrin, M. (1993). Understanding stress in female and male law enforcement officers. *Psychology of Women Quarterly*, 17, 289–301.
- Nunes, R., Pines, A. M., Rodrigue, J. M., & Utasi, A. (2000). Career burnout and couple burnout: A cross-cultural perspective-Portuguese Reality. *International Journal of Psychology*, 35 (3-4), 290-290.
- Pines, A. M. & Kafry, D. (1981). Tedium in the life and work of professional women as compared with men. *Sex Roles*, 7 (10), 963-977.
- Pines, A., Aronson, E., & Kafry D. (1981). *Burnout: From tedium to personal growth*. The Free Press, New York.
- Pines, A. M. & Aronson, E. (1988). *Career burnout: Causes and cures*. New York: Free Press.
- Pines, A. M. (1989). Sex differences in marriage burnout. *Israel Social Science Research*, 5, 60-75.
- Pines, A. M. (1993). Burnout – An existential perspective in W. Schaufeli, C. Maslach & T. Marek (Eds.) *Professional burnout: Developments in theory and research*. Washington D.C.: Taylor & Francis, 1993, 33-52.
- Pines, A. M. (1996). *Couple burnout: Causes and cures*. New York/London: Routledge.
- Pines, A.M. (2000). Career burnout and couple burnout in Israel and the USA. *International Journal of Psychology*, 35 (3-4), 290-290.
- Pines, A. M., Nunes, R., Rodrigue, J. M., & Utasi, A. (2000). Career burnout and couple burnout: A cross-cultural perspective. *International Journal of Psychology*, 35 (3-4), 290-290.
- Pines, A. M. & Nunes, R. (2003). The relationship between career and couple burnout: implications for career and couple counseling. *Journal of Employment Counseling*, 40, 2, 50-64.
- Pines, A. M., Neal, M. B., Hammer, L. B., & Icekson, T. (2011). Job burnout and couple burnout in dual-earner couples in the sandwiched generation. *Social Psychology Quarterly*, 74, 361-386.
- Ronen, S., & Pines, A. M. (2008). Gender differences in Engineers' burnout. *Equal Opportunities International*, 27, 677–691.
- Tutarel-Kışlak, Ş. (1999). Evlilikte uyum ölçeğinin (EUÖ) güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *3P Dergisi*, 7 (1), 50-57.
- Utasi, A. (2000). Career burnout and couple burnout in Hungary. *International Journal of Psychology*, 35 (3-4), 291-291.
- Vinokur, A. D. & Westman, M. (1998). Unraveling the relationship of distress levels within couples: common stressors, empathic reactions, or crossover via social interaction? *Human Relations*, 51, 137-157.
- Westman, M. & Etzion, D. (1995). Crossover of stress, strain and resources from one spouse to another. *Journal of Organizational Behavior*, 16, 169-181.
- Westman, M. & Etzion, D. (1999). The crossover of strain from school principals to teachers and vice versa. *Journal of Occupational Health Psychology*, 4, 269-278.
- Westman, M., Etzion, D., & Danon, E. (2001). Job insecurity and crossover of burnout in married couples. *Journal of Organizational Behavior*, 22, 467-481.