

Araştırma Makalesi/ Research Article

Hemşirelik Öğrencilerinin Tükenmişlik Düzeyi ile Psikolojik İyi Oluşları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi

Determination The Relationship Between Burnout Level and Psychological Well-Being in Nursing Students

Hasan Sevinik¹  Tuğba Gözütok Konuk² 

¹Şırnak Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Şırnak, TÜRKİYE

²Selçuk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Hemşirelik Esasları Anabilim Dalı, Konya, TÜRKİYE

Geliş tarihi/ Date of receipt: 05/08/2022

Kabul tarihi/ Date of acceptance: 02/05/2023

© Ordu University Faculty of Health Sciences, Department of Nursing, Türkiye, Published online: 15/10/2023

ÖZ

Amaç: Bu araştırma, hemşirelik öğrencilerinin tükenmişlik düzeyi ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla tanımlayıcı türde planlanmıştır.

Yöntem: Araştırmanın çalışma grubunu 462 hemşirelik öğrencisi oluşturmuştur. Veriler 'Tanıtıcı Bilgi Formu', 'Psikolojik İyi Oluş Ölçeği' ve "Maslach Tükenmişlik Envanteri- Öğrenci Formu" ile toplanmıştır.

Bulgular: Katılımcıların Maslach Tükenmişlik Envanteri-Öğrenci Formu ve Psikolojik iyi oluş ölçeği puan ortalamalarının orta düzey olduğu belirlenmiştir. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ile Maslach Tükenmişlik Envanteri-Öğrenci Formuna ait "tükenme" ve "duyarsızlaşma" alt boyutları arasında zayıf ve negatif yönde; "yetkinlik" alt boyutu arasında ise zayıf ve pozitif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir. Psikolojik iyi oluş üzerinde "tükenme" ve "yetkinlik" alt boyutlarının anlamlı düzeyde etkili olduğu; "duyarsızlaşma" alt boyutunun ise anlamlı düzeyde bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Ayrıca, bu değişkenlerin ("tükenme", "duyarsızlaşma" ve "yetkinlik") psikolojik iyi oluştaki varyansın %22'sini açıkladığı saptanmıştır.

Sonuç: Çalışmamızda katılımcıların tükenmişlik düzeylerinin psikolojik iyi oluşları üzerinde negatif yönde ve önemli oranda (%22) etkili olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin psikolojik iyi oluşunu koruma ve güçlendirme açısından yaşadıkları tükenmişlik düzeylerini azaltmaya yönelik çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Hemşirelik eğitimi, hemşirelik öğrencileri, psikolojik iyi oluş, tükenmişlik

ABSTRACT

Objective: This research has been planned as a descriptive-relational study in order to examine the relationship between "burnout" and "psychological well-being" of nursing students.

Methods: The sample population consisted of 462 nursing students. In the data collection has been used "Personal Information Form", "Maslach Burnout Inventory-Student Form" and "Psychological Well-Being Scale".

Results: It was determined that burnout and psychological well-being mean scores of the participants were moderate. While there was a weak and negative correlation between "exhaustion" and "cynicism" with psychological well-being; there was a weak and positive correlation between "efficacy" with psychological well-being. Although "exhaustion" and "efficacy" were significantly effective on psychological well-being, "cynicism" was not. In addition, it has been determined that the burnout of the participants explained 22% of the variance in psychological well-being.

Conclusion: In our study, it was determined that the burnout levels of the participants had an important (22%) effect on their psychological well-being. It is recommended to carry out studies to reduce the burnout levels experienced by students in terms of protecting and strengthening their psychological well-being.

Keywords: Burnout, psychological well-being, nursing students, nursing education

ORCID IDs of the authors: HS: 0000-0002-6460-0019; TGK: 0000-0002-4173-4663

Sorumlu yazar/Corresponding author: Hasan Sevinik

Şırnak Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Şırnak, TÜRKİYE

*Bu çalışma 2. Uluslararası 3. Ulusal Sağlık Bakım Hizmetleri Kongresi'nde 18.05.2022 tarihinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

e-posta/e-mail: hasansevinik@hotmail.com

Atf/Citation: Sevinik H, Konuk TG. (2023). Hemşirelik öğrencilerinin tükenmişlik düzeyi ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin belirlenmesi. Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi, 6(3), 673-680. DOI:10.38108/ouhcd.1156057



Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Giriş

İlk olarak Freudenberger tarafından 1970'li yıllarda literatüre giren tükenmişlik kavramı üzerine günümüze kadar farklı alanlarda çokça çalışma yapılmıştır (Freudenberger, 1974). Maslach ve Jackson bu kavramı; fiziksel bitkinlik, uzun süreli yorgunluk, çaresizlik ve umutsuzluk duygularının yanı sıra kişinin sahip olduğu işe, hayata ve insanlara karşı gösterdiği olumsuz tutumları içeren, fiziksel ve zihinsel boyutları olan bir sendrom olarak açıklamıştır (Maslach ve Jackson, 1981).

İngilizce'de "burnout" olarak tanımlanan tükenmişlik kavramını Türk Dil Kurumu; "Gücün yitirilmesi, çaba göstermeme" şeklinde tanımlamıştır (Türk Dil Kurumu, 2021). Enerji ve motivasyonun düşmesi, diğerlerine karşı olumsuz tutum ve bu bireylerden aktif olarak geri çekilme ile karakterizedir. Maslach, tükenmişliğin üç boyutu olduğunu belirtmiştir: "duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve başarı duygusunun azalması" (Maslach ve Jackson, 1981).

Tükenmişlik açısından riskli meslek gruplarından biri, insan merkezli görev yaptığı ve stresli olduğu için hemşireler olarak görülmüş, nitekim çoğu çalışmada da hemşirelerin tükenmişlik düzeyi yüksek çıkmıştır (Altay ve ark., 2010; Can ve Hisar, 2019; Öztürk ve ark., 2014). Tükenmişlik, her ne kadar iş ile ilgili bir kavram olarak karşımıza çıksa da, öğrencilerin de sıklıkla bu durumu yaşadığına yönelik çalışmalar yer almaktadır (Aydın ve ark., 2017a; Bardakçı ve Filiz, 2020; Denat ve ark., 2018; Ertekin Pinar ve ark., 2015; Kaya ve Arıöz, 2014). Ayrıca hemşirelik öğrencilerinin farklı bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinden daha yüksek bir tükenmişlik yaşadıkları görülmüştür (Denat ve ark., 2018). Tükenmişliğin bir süreç olduğu düşünüldüğünde, hemşirelik öğrencilerinin iş hayatına henüz başlamadan tükenmişlik yaşaması, meslek yıllarında da eklenecek olumsuz çalışma şartları ve sorunlarla birlikte ciddi boyutlara ulaşabilmektedir (Kaya ve Arıöz, 2014).

Öğrencilerde görülen tükenmişliğin sağlık ve akademik gelişim üzerinde olumsuz etkileri vardır (Wei ve ark., 2021). Sınavlar, ödevler, klinik uygulama, iş yoğunluğu ve zaman kısıtlılığı, yetersiz öğretim elemanı davranışları gibi stresörler devam ettiği takdirde öğrencilerde tükenmişliğe neden olduğu ve ruhsal sağlıklarını olumsuz etkilediği görülmüştür (Rios-Risquez ve ark., 2018).

Ryff iyi olmayı, sahip olunan potansiyelin en iyi düzeyde kullanılması olarak tanımlamaktadır (Ryff, 1989). Psikolojik iyi oluş, bireyin, yaşam akışı

içerisinde karşı karşıya kalabildiği; anlamlı amaçları sürdürme, kişisel gelişim ve nitelikli ilişkiler kurma gibi varoluşsal problemleri yönetme olarak tanımlanmıştır (Keyes ve ark., 2002). Psikolojik iyi oluş düzeyi hemşirelik öğrencilerinin akademik yaşamlarına yönelik kararlarını, meslek hayatlarındaki stresli durumları yönetebilmelerini ve ruhsal sağlık durumlarını etkileyebilmektedir (Smith ve Yang, 2017).

Literatürde üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşlarına yönelik; algılanan sosyal destek (Aydın ve ark., 2017b), fiziksel egzersiz yapma durumu (Başar ve Sarı, 2018; Elmas ve ark., 2021), toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutum (Palas Karaca ve Çubukçu Aksu, 2020) ve klasik müzik dinleme durumlarına (Erginsoy Osmanoglu ve Yılmaz, 2019) göre çalışmalar yapıldığı görülmüştür. Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik iyi oluşuna yönelik ise literatürde çok az çalışma olduğu görülmüştür (Aydın ve ark., 2017b; Kayman ve ark., 2021).

Sağlık hizmetlerinin vazgeçilmez profesyonellerinden olan hemşireler çalışma hayatlarında yoğun bir iş yükü ile karşı karşıya kalmaktadır. Öğrencilik döneminde de teorik ve uygulamalı olmak üzere yoğun bir eğitim alan hemşire adaylarının psikolojik iyi oluşlarının korunması ve güçlendirilmesi için tükenmişlik düzeyleri ve bunun psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisini belirlemek önemlidir. Bu çalışmanın, literatürde hemşirelik öğrencilerinin tükenmişlik düzeyi ile psikolojik iyi oluşlarının incelendiği çalışmaların sınırlı olması bakımından önemli olduğu düşünülmektedir. Çalışma bulgularının hem öğrencilik yıllarında hem de iş hayatlarında hemşirelerin karşılaşabilecekleri güçlük ve problemler karşısında psikolojik iyi oluşlarını korumaları için gerekli beceri ve dayanıklılığa sahip olmalarına yönelik beceri geliştirme ve müdahale programlarının önemini göstermesi beklenmektedir.

Yöntem

Araştırmanın Tipi

Bu çalışma tanımlayıcı ve ilişkisel türde bir araştırmadır.

Araştırmanın evreni ve örnekleme

Bu araştırmanın evrenini İç Anadolu Bölgesindeki bir üniversitenin Hemşirelik Fakültesinde okuyan tüm öğrenciler oluşturmaktadır. Hemşirelik Fakültesinde kayıtlı toplam 795 öğrenci (1.sınıf: 202; 2.sınıf: 174; 3.sınıf: 203; 4.sınıf: 216) bulunmaktadır. Araştırmada örneklem seçimine gidilmeyip tüm

evrene ulaşılması amaçlandı. Öğrencilerin %66'sı (525 kişi) anketi cevapladı. Çalışmanın dışlanma kriterlerine göre, tanı konulan ruhsal bir bozukluğu bulunan veya herhangi bir işte çalışan 63 öğrenci çalışmaya dâhil edilmedi. Toplamda 462 öğrenci, çalışma grubunu oluşturdu.

Araştırmada dışlama ölçütleri; "Tanı konulan ruhsal bir bozukluğa sahip olma"nın psikolojik iyi oluş üzerindeki olumsuz etkisi (Fava ve ark., 2001; Telef, 2013); "herhangi bir işte çalışma"nın ise tükenmişliği artıran bir faktör (Akansel ve ark., 2012; Aydın ve ark., 2017a) olarak çalışmalarda gösterilmiş olması nedeni ile bu özellikleri taşıyan öğrenciler çalışmaya dahil edilmedi.

Verilerin toplanması

Araştırmanın verileri Aralık 2021'de, çalışmanın veri toplama araçlarından oluşan anket formu aracılığı ile toplandı. Anket formunun içeriği Google formlara aktarıldıktan sonra öğrencilere whatsapp grupları aracılığı ile iletildi.

Veri toplama araçları

Tanıttıcı Bilgi Formu

Katılımcıların sınıf, yaş, cinsiyet, medeni durum, aylık gelir, kardeş sayısı, kalınan yer ve kronik bir hastalığa sahip olma durumunu sorgulamaya yönelik sekiz sorudan oluşmaktadır.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Telef (2013) tarafından yapılan ölçek 8 maddeden oluşmakta olup alt boyutu bulunmamaktadır. Ölçek, "kesinlikle katılmıyorum=1" ile "kesinlikle katılıyorum=7" şeklinde 7'li Likert maddesi olarak puanlanmaktadır. Ölçekten en düşük 8, en yüksek 56 puan alınabilir. Ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınan puanın yüksek olması sahip olduğu psikolojik kaynak ve gücün fazla olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında Cronbach Alfa değeri 0.80 olarak bulunmuştur (Telef, 2013). Bu çalışmada ise Cronbach Alfa değeri 0.87 olarak hesaplandı.

Maslach Tükenmişlik Envanteri

Öğrenci Formu (MTE-ÖF): Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Çapri ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan ölçek 13 maddeden oluşmakta olup "tükenme (5 md)", duyarsızlaşma (4 md)" ve "yetkinlik (4 md)" olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarında alınan puan arttıkça; yetkinlik alt boyutunda ise alınan puan azaldıkça tükenmişlik artmaktadır. Ölçek, "hiçbir zaman, bazen, genellikle, çoğu zaman, her zaman" olmak üzere 5'li Likert maddesi olarak puanlanmaktadır. Ölçeğin

Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında Cronbach Alfa değerleri .76, .82 ve .61; yapılan test-tekrar test güvenilirlik sonuçları ise sırasıyla .76, .74 ve .70 olarak bulunmuştur (Çapri ve ark., 2011). Bu çalışmada ise Cronbach Alfa değerleri sırası ile 0.84, 0.82 ve 0.55 olarak hesaplandı.

İstatistiksel analiz

İstatistiksel analizlerde tanımlayıcı veriler için sayı, yüzde, ortalama, standart sapma kullanıldı. İlişki arayıcı analizlerde normal dağılıma uygunluk Kolmogrov-Smirnov testi ile kontrol edildi, verilerin normal dağıldığı belirlendiği için ilişki arayıcı analizlerde pearson korelasyon analizi kullanıldı. Ayrıca, tükenmişliğin psikolojik iyi oluşu yordama düzeyini belirlemek için çoklu regresyon analizi uygulandı.

Bulgular

Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerinin dağılımına ilişkin bulgular Tablo 1'de görülmektedir. Katılımcıların yaş ortalamalarının 20.3±1.46, %26.8'inin 3. sınıf, %83.3'ünün kadın, %99.1'inin bekâr olduğu, %83.1'inin ailesinin aylık gelirini "orta" olarak algıladığı; %38.5'inin 3 kardeş olduğu (kendisi dâhil), %60'ının yurtda kaldığı, %95.2'sinin herhangi bir kronik hastalığının olmadığı belirlendi.

Tablo 1. Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerinin dağılımı (n=462)

Değişkenler	n	%	
Yaş	20.3±1.46		
	1	120	26.0
	2	108	23.4
Sınıf	3	124	26.8
	4	110	23.8
Cinsiyet	Erkek	77	16.7
	Kadın	385	83.3
Medeni durum	Bekâr	458	99.1
	Evli	4	0.9
Ailenizin aylık geliri	Düşük	67	14.5
	Orta	384	83.1
	Yüksek	11	2.4
	1	5	1.1
	2	122	26.4
Kardeş sayısı (siz dâhil)	3	178	38.5
	4	103	22.3
	5 ve üzeri	54	11.7
Kaldığımız yer	Yurt	277	60.0
	Aile ile	155	33.5
	Ev (tek başına veya arkadaşlar ile)	29	6.3
	Diğer (akraba)	1	0.2
Kronik bir hastalığınız var mı?	Evet	22	4.8
	Hayır	440	95.2
Toplam		462	100.0

Öğrencilerin MTE-ÖF ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puan ortalamaları Tablo 2’de görülmektedir. Katılımcıların MTE-ÖF alt boyutları ve Psikolojik

iyi oluş ölçeği puan ortalamalarının orta düzey olduğu belirlendi.

Tablo 2. Öğrencilerin MTE-ÖF ve psikolojik iyi oluş ölçeği puan ortalamaları

Ölçekler	Min-Max	Ort.	SS	
MTE-ÖF	Tükenme	5-25	14.09	4.37
	Duyarsızlaşma	4-20	9.92	3.54
	Yetkinlik	5-18	11.61	2.47
Psikolojik İyi Oluş Ölçeği	Toplam Puan	8-55	39.67	8.44

Tablo 3’te öğrencilerin tükenmişlik düzeyleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki korelasyon analizi sonuçları görülmektedir. Analiz sonucunda Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ile MTE-ÖF’ye ait

“tükenme” ve “duyarsızlaşma” alt boyutları arasında zayıf ve negatif yönde; “yetkinlik” alt boyutu arasında ise zayıf ve pozitif yönde ilişki olduğu belirlendi ($p<0.05$).

Tablo 3. Tükenmişlik ile psikolojik iyi oluş değişkenleri arasındaki ilişki

MTE-ÖF Alt boyutları	Psikolojik İyi Oluş Ölçeği
Tükenme	$r = -0.37, p = 0.000$
Duyarsızlaşma	$r = -0.35, p = 0.000$
Yetkinlik	$r = 0.41, p = 0.000$

Pearson korelasyon

Psikolojik İyi Oluş üzerinde MTE-ÖF’ye ait “tükenme”, “duyarsızlaşma” ve “yetkinlik” alt boyutlarının etkisini gösteren Tablo 4’e göre psikolojik iyi oluş üzerinde “tükenme” ve “yetkinlik” alt boyutlarının anlamlı düzeyde etkili

olduğu ($p<0.05$); “duyarsızlaşma” alt boyutunun ise anlamlı düzeyde bir etkisinin olmadığı belirlendi ($p>0.05$). Ayrıca, bu değişkenlerin (“tükenme”, “duyarsızlaşma” ve “yetkinlik”) psikolojik iyi oluştaki varyansın %22’sini açıkladığı saptandı.

Tablo 4. Tükenmişlik ile psikolojik iyi oluş değişkenleri arasındaki ilişkiye ait çoklu regresyon analizi

Değişken	B	Std. Hata	β	t	p
Sabit	34.71	2.55		13.62	0.000
Tükenme	-0.37	0.12	-0.19	-3.13	0.002
Duyarsızlaşma	-0.20	0.15	-0.09	-1.36	0.174
Yetkinlik	1.05	0.15	0.31	6.88	0.000

R= 0.48; Adjusted R²=0.22
F= 44.88; p= 0.000

Bağımlı değişken: Psikolojik İyi Oluş

Tartışma

Hemşirelik fakültesinde öğrenim gören öğrenci hemşirelerin tükenmişlik düzeyi ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada, öğrencilerin tükenmişlik ölçeği toplam puan ortalamalarının orta düzeyde olduğu görülmüştür.

Sağlık alanında okuyan üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalar incelendiğinde; yapılan

bir çalışmada öğrencilerin çalışmamızla benzer puanlar aldığı görülmüştür (Ertekin Pinar ve ark., 2015). Bazı çalışmalarda ise “tükenme” ve “duyarsızlaşma” alt boyutlarında öğrencilerin, çalışmamızdan elde edilen sonuca göre daha fazla tükenmişlik yaşadığı (Alan ve Oran, 2019; Denat ve ark., 2018; Öcalan ve ark., 2020), “yetkinlik” alt boyutunda ise örneklem grubumuzdaki öğrencilerin puanlarının literatüre göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Çam ve ark., 2018; Tansel,

2015; Turan ve ark., 2019). Yetkinlik alt boyutu puanı azalması tükenmişliğin arttığını göstermektedir. Bu bağlamda öğrencilerin akademik başarı algılarının daha zayıf olduğunu söylemek mümkündür. Kısaca özetlemek gerekirse, öğrencilerin tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarında daha az tükenme yaşadığı, yetkinlik alt boyutunda ise daha fazla tükenme yaşadığını söylemek mümkündür. Bu farkın çok küçük olduğu, genel olarak bulgularımızın literatürle uyumlu olduğu söylenebilir. Literatürde en çok sağlık alanında öğrenim gören öğrencilerin tükenmişlik yaşadığı belirtilmiştir (Gündüz ve ark., 2012; Macit, 2021). Tükenmişliğe yönelik gerekli önlemler alınmaz ve bu durum görmezden gelinirse, akademik sorunlara ve okul terkine kadar pek çok farklı soruna neden olabildiği belirtilmiştir (Boyacı ve Özhan, 2018).

Dünya Sağlık Örgütü (1948) sağlığı; “bireyin fiziksel, ruhsal ve sosyal açıdan tam bir iyilik hali içerisinde bulunmasıdır” şeklinde tanımlayarak, sağlıklı insandan söz etmenin psikolojik iyi oluşu da içermesi gerektiğini vurgulamıştır (Demir, 2020). Hayatta anlam ve amaca sahip olma işlevini içeren öz-farkındalık algısının özeti olan, bireyin kişiler arası iyi ilişkilerini ve öz yeterlik duygusunu kapsayan psikolojik iyi oluş düzeyinin (Çankaya, 2020), çalışmamızda öğrenci hemşirelerde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Psikolojik iyi oluş, kişinin hem kendisini hem de yaşamının niteliğini nasıl değerlendirdiği ile ilgili bilgi vermeye odaklanır (Ateş, 2016). Bu bağlamda, öğrenci hemşirelerin psikolojik kaynak ve güce yeterli düzeyde sahip olduklarını söylemek mümkündür.

Farklı bölümlerden üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada, psikolojik iyi oluş puanının çalışmamızla benzer olduğu görülmüştür (Elmas ve ark., 2021). Literatürde sağlık çalışanlarının ve öğrenci hemşirelerin psikolojik iyi oluşlarının olumsuz çalışma şartlarına rağmen ortalamasının üzerinde olduğu belirlenmiştir (Karacaoğlu ve Köktaş, 2016; Priesack ve Alcock, 2015; Ratanasiripong ve Wang, 2011). Bunun aksine bazı çalışmalarda ise öğrenci hemşirelerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır (He ve ark., 2018; Zhao ve ark., 2016). Yapılan çalışmalarda; psikolojik iyi oluşun üniversite öğrencilerinin akademik başarılarında (Ateş, 2016) ve işten ayrılma niyeti üzerinde (Çankaya, 2020) önemli bir etkiye sahip olduğu ve öz yeterlilik algılarıyla doğrudan ilişkili olduğu (He ve ark., 2018; Priesack ve Alcock, 2015) sonucuna ulaşılmıştır.

Hem teorik hem de uygulamalı eğitimi ile karmaşık bir yapısı bulunan hemşirelik eğitiminin sınavlar, ödevler veya müfredat gibi eğitim faaliyetleri akademik anlamda öğrencilerin tükenmişliklerine neden olurken bu durumun psikolojik iyilik üzerinde olumsuz etkileri olması olasıdır (Aghajari ve ark., 2018). Çalışmamızda hemşirelik öğrencilerinin tükenmişlik düzeyleri ile psikolojik iyi oluşları arasında zayıf ve negatif ilişki saptanmış, ayrıca tükenmişliğin psikolojik iyi oluştaki varyansın %22'sini açıkladığı belirlenmiştir. Mevcut literatürde de daha yüksek düzeyde tükenmişlik yaşayan öğrencilerin daha düşük bir psikolojik iyi oluş ve akademik başarı duygusuna sahip olabileceği belirtilmektedir (Wei ve ark., 2021). Üniversite öğrencileri ile yürütülen bir çalışmada öğrencilerin tükenmişlik düzeyleri ile psikolojik iyi oluşları arasında negatif ilişki olduğu gösterilmiştir (Rehman ve ark., 2020). Bir üniversitenin hemşirelik, beslenme, sağlık kurumları yöneticiliği ve fizyoterapi bölümleri öğrencileri ile yapılan bir çalışmada tükenmişlik düzeyleri ile daha sağlıklı bir yaşam tarzına işaret eden iyilik hali arasında ters yönlü ilişki olduğu belirlenmiştir (Öcalan ve ark., 2020). Başka bir çalışmada duygusal anlamda yaşanan tükenmenin hemşirelik öğrencilerinin psikolojik iyi oluşları üzerinde açık ve önemli bir olumsuz etki gösterdiği saptanmıştır (Rios-Risquez ve ark., 2018). Hemşirelik öğrencilerinin tükenmişlik ve psikolojik iyi oluşlarını inceleyen bir sistematik derlemede öğrencilerin tükenmişlik insidansını azaltmanın akademik performanslarının artması ve profesyonel yaşamlarına devam etmelerinde önemli olabileceği vurgulanmıştır (Wei ve ark., 2021). Ayrıca, tükenmişliği önlemek/azaltmak için hemşirelik programlarında danışmanlık ve destek hizmetlerinin sağlanması ve baş etme stratejilerinin kullanılmasının gerekli olduğu belirtilmektedir (Njim ve ark., 2018).

Sonuç ve Öneriler

Çalışmamızda hemşirelik öğrencilerinin tükenmişlik düzeyleri arttıkça psikolojik iyi oluşlarının azaldığı saptanmış olup, tükenmişliğin psikolojik iyi oluştaki varyansın %22'sini açıkladığı belirlendi. Öğrencilerin psikolojik iyi oluşunu koruma ve güçlendirme açısından yaşadıkları tükenmişlik düzeylerini azaltmaya yönelik çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Buna yönelik olarak deneysel çalışmaların yapılması önerilmektedir. Ayrıca, hemşirelik programlarında danışmanlık ve destek hizmetlerinin sağlanması ve

öğrencilerin psikolojik dayanıklılığını artırma, eğitim içeriğinin varsa stresli yönlerini azaltma gibi psikolojik iyi oluşlarını artırabilecek stratejiler geliştirilmesi önerilebilir. Bu sayede hemşire adaylarının gerek öğrencilik gerekse çalışma hayatlarında yaşayacakları zorlukları daha iyi yönetebileceği ve baş etmelerinin güçleneceği, bu durumun da bireylerin ruhsal sağlıklarına olumlu yönde katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Çalışmanın sınırlılıkları

Bu çalışmanın sonuçları, çalışmaya katılan katılımcılar ile sınırlıdır, genellenemez.

Teşekkür

Çalışmamıza katılan tüm öğrencilere teşekkür ederiz.

Araştırmanın Etik Yönü/ Ethics Committee

Approval: Araştırma, Helsinki Bildirgesi'ne uygun olarak yürütülmüştür. Çalışmanın yapılabilmesi için Selçuk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurul (Tarih: 01.12.2021, Karar: 2021/76) onayı ve kurum izni ve katılımcılardan "Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu" alınmıştır. Ölçeklerin kullanımı için ölçek sahiplerinden e-posta yoluyla izin alınmıştır.

Hakem/Peer-review: Dış hakem değerlendirmesi.

Yazar Katkısı/Author Contributions: Fikir/kavram: HS; Tasarım: HS ve TGK; Veri toplama ve işleme: HS ve TGK; Analiz ve yorum: HS ve TGK; Kaynak tarama: HS ve TGK; Makalenin Yazımı: HS ve TGK.

Çıkar çatışması/Conflict of interest: Araştırmacılar herhangi bir çıkar çatışması belirtmemişlerdir.

Finansal Destek/Financial Disclosure: Bu araştırma için finansal destek alınmamıştır.

Çalışma Literatüre Ne Kattı?

- Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik iyi oluşları üzerinde tükenmişliğin etkisini inceleyen çalışmaların sınırlı olması nedeni ile çalışmamız bu konudaki literatüre katkı sunabilir.
- Yoğun dikkat ve konsantrasyon gerektiren bir meslek olan hemşirelikte, geleceğin hemşire adaylarının bireysel performanslarını etkileyebilecek tükenmişlik ve psikolojik iyi oluşlarının ne düzeyde olduğunun henüz meslek hayatına başlamadan belirlenmesi ve bu alanlarda güçlendirme sağlanması iş performanslarının artmasını sağlayabilir.

Kaynaklar

Aghajari Z, Loghmani L, Ilkhani M, Talebi A, Ashktorab T, Ahmadi M. ve ark. (2018). The relationship between quality of learning experiences and academic

burnout among nursing students of Shahid Beheshti University of Medical Sciences in 2015. *Electronic Journal of General Medicine*, 15(6),em90.

Akanel N, Tunk G.Ç, Ozdemir A, Tugutlu Z. (2012). Assessment of burnout levels among working undergraduate nursing students in Turkey: Being a full time employee and student. *International Journal of Caring Sciences*, 5(3), 328-334.

Alan N, Oran N. (2019). Hemşirelik fakültesi sınıf öğrencilerinin mizah tarzları ile tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Medical Sciences*, 14(2), 82-92.

Altay B, Gönener D, Demirkıran C. (2010). Bir üniversite hastanesinde çalışan hemşirelerin tükenmişlik düzeyleri ve aile desteğinin etkisi. *Fırat Tıp Dergisi*, 15(1), 10-16.

Ateş B. (2016). Üniversite öğrencilerinde akademik başarının yordayıcısı olarak psikolojik iyi oluş ve sosyal yetkinlik. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1203-1214.

Aydın A, Kahraman N, Hiçdurmaz D. (2017b). Hemşirelik öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi olma düzeylerinin belirlenmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(1), 40-47.

Aydın D, Akay B, Baydemir S. (2017a). Hemşirelik öğrencilerinde tükenmişlik ve etkileyen faktörler. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 7(1), 19-23.

Bardakçı S, Filiz M. (2020). Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi: Sivas Cumhuriyet Üniversitesi örneği. *Sağlık Akademisi Kastamonu*, 5(2), 120-133.

Başar S, Sarı İ. (2018). Düzenli egzersizin depresyon, mutluluk ve psikolojik iyi oluş üzerine etkisi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 25-34.

Boyacı M, Özhan MB. (2018). Ortaokul öğrencilerinin okul tükenmişliğinde umut ve aile ilişkilerinin rolü: Bir yapısal eşitlik modellemesi. *Eğitim ve Bilim*, 43(195), 137-150.

Can R, Hisar K. (2019). Hemşirelerin profesyonellik davranışları ve tükenmişlik düzeyleri. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 6(1), 1-9.

Çam MO, Beycan Ekitli G, Dökmetaş TB, Mercan N. (2018). Ege üniversitesi hemşirelik fakültesi öğrencilerinin tükenmişlik düzeyinin incelenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 34(3), 89-102.

Çankaya M. (2020). Sağlık çalışanlarında algılanan örgütsel destek ve psikolojik iyi oluşun işten ayrılma niyeti üzerindeki etkisi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(8), 79-98.

Çapri B, Gündüz B, Gökçakan Z. (2011). Maslach tükenmişlik envanteri-öğrenci formunun (MTE-ÖF) Türkçe'ye uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40, 134-147.

- Demir B. (2020). Sağlık kavramsallaştırılması ve insan odaklı sağlık hizmetlerinde kalite ve akreditasyon perspektifi. *İnsan ve İnsan*, 7(24), 62-83.
- Denat Y, Dikmen Y, Yılmaz G, Karalar D. (2018). Hemşirelik öğrencilerinin tükenmişlik düzeyi ve etkileyen etmenlerin incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 11(3), 218-223.
- Elmas L, Yüceant M, Ünlü H, Bahadır Z. (2021). Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile psikolojik iyi oluş durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sportive*, 4(1), 1-17.
- Erginsoy Osmanoglu D, Yilmaz H. (2019). The effect of classical music on anxiety and well-being of university students. *International Education Studies*, 12(11), 18-25.
- Ertekin Pinar S, Bilgic D, Demirel G, Akyuz MB, Karatepe C, Sevim D. (2015). Sağlık alanlarında okuyan üniversite öğrencilerinin tükenmişlik ve yaşam doyumları arasındaki ilişki. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 14(4), 284-292.
- Fava GA, Rafanelli C, Ottolini F, Ruini C, Cazzaro M, Grandi S. (2001). Psychological well-being and residual symptoms in remitted patients with panic disorder and agoraphobia. *Journal of Affective Disorders*, 65(2), 185-190.
- Freudenberger HJ. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.
- Gündüz B, Çapri B, Gökçakan, Z. (2012). Üniversite öğrencilerinin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(19), 38-55.
- He FX, Turnbull B, Kirshbaum MN, Phillips B, Klainin-Yobas P. (2018). Assessing stress, protective factors and psychological well-being among undergraduate nursing students. *Nurse Education Today*, 68, 4-12.
- Karacaoğlu K, Köktaş G. (2016). Psikolojik dayanıklılık ve psikolojik iyi olma ilişkisinde iyimserliğin aracı rolü: Hastane çalışanları üzerine bir araştırma. *İş ve İnsan Dergisi*, 3(2), 119-127.
- Kaya Ş, Arıöz A. (2014). Ebe ve hemşire öğrencilerinde tükenmişlik düzeyi ve etkileyen faktörler. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 31, 89-99.
- Kayman E, Dilsiz K, Ügücü G, Yiğit R. (2021). İntörn hemşirelik öğrencilerinin olumsuz çocukluk deneyimleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 5(2), 177-185.
- Keyes CL, Shmotkin D, Ryff CD. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022.
- Macit M. (2021). Üniversite öğrencilerinde tükenmişlik ve yaşam tatmini: KSÜ öğrencileri üzerine bir çalışma. *Optimum Ekonomi ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 8(2), 263-290.
- Maslach C, Jackson SE. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2, 99-113.
- Njim T, Mbanga C, Mouemba D, Makebe H, Toukam L, Kika B. ve ark. (2018). Determinants of burnout syndrome among nursing students in Cameroon: Cross-sectional study. *BMC Research Notes*, 11(1), 1-6.
- Öcalan D, Ceylantekin Y, Kunduracılar Z, Doğan T. (2020). Üniversite öğrencilerinde beden kütle indeksi, tükenmişlik düzeyi ve iyilik hâli arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türkiye Diyabet ve Obezite Dergisi*, 3, 270-278.
- Öztürk S, Özgen R, Şişman H, Baysal D, Sariağaçlı N, Aslaner E. ve ark. (2014). Bir üniversite hastanesi'nde çalışan hemşirelerin tükenmişlik düzeyi ve sosyal desteğin etkisi. *Çukurova Medical Journal*, 39(4), 752-764.
- Palas Karaca P, Çubukçu Aksu S. (2020). Sağlık hizmetleri öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 4(7), 91-100.
- Priesack A, Alcock J. (2015). Well-being and self-efficacy in a sample of undergraduate nurse students: A small survey study. *Nurse Education Today*, 35, e16-e20.
- Ratanasiripong P, Wang CCD. (2011). Psychological well-being of Thai nursing students. *Nurse Education Today*, 31, 412-416.
- Rehman AU, Bhuttah TM, You X. (2020). Linking burnout to psychological well-being: The mediating role of social support and learning motivation. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 545-554.
- Rios-Risquez MI, Garcia-Izquierdo M, Sabuco-Tebar ELA, Carrillo-Garcia C, Solano-Ruiz C. (2018). Connections between academic burnout, resilience, and psychological well-being in nursing students: A longitudinal study. *Journal of Advanced Nursing*, 74, 2777-2784.
- Ryff CD. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Smith GD, Yang F. (2017). Stress, resilience and psychological well-being in Chinese undergraduate nursing students. *Nurse Education Today*, 49, 90-95.
- Tansel B. (2015). Üniversite öğrencilerinin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44(2), 241-262.
- Telef BB. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 374-384.
- Turan N, Kaya H, Özşaban A, Özdemir-Aydın G, Özçelik K, Güneş E. (2019). Hemşirelik öğrencilerinin empati ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin

incelenmesi. Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi, 27(2), 119-132.

Türk Dil Kurumu. (2021). Erişim tarihi: 30.12.2021, <https://sozluk.gov.tr>

Wei H, Dorn A, Hutto H, Webb Corbett R, Haberstroh A, Larson K. (2021). Impacts of nursing student burnout on psychological well-being and academic achievement. *Journal of Nursing Education*, 60(7), 369-376.

Zhao F, Guo Y, Suhonen R, Leino-Kilpi H. (2016). Subjective well-being and its association with peer caring and resilience among nursing vs medical students: A questionnaire study. *Nurse Education Today*, 37, 108-113.