

PSİKOLOJİK DANIŞMANLARIN KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Yakup CAMCI

Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. pdryakup@hotmail.com

Yrd. Doç. Dr. Leyla ERCAN

Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Leyla@gazi.edu.tr

ÖZ

Bu araştırmada psikolojik danışmanların tükenmişlik düzeylerini etkileyen faktörlerin belirlenmesi ve tükenmişlik düzeylerinin kişilik özellikleri ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. İlişkisel tarama modelleri kullanılmıştır. Çalışma grubu 164 psikolojik danışmandan oluşmaktadır. Veri toplama araçları olarak "Maslach Tükenmişlik Ölçeği", "Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği" ve bilgi formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde bağımsız gruplar t testi, tek yönlü varyans analizi, Pearson korelasyonu ve çoklu regresyon istatistiksel yöntemlerinden faydalanılmıştır. Araştırma sonucunda: psikolojik danışmanların tükenmişlik durumlarının, duygusal denge kişilik özelliği ile pozitif; dışa dönüklülük ve deneyime açıklık özellikleri ile de negatif ilişki içinde olduğu, evli psikolojik danışmanların tükenmişlik boyutlarının tümünde bekar danışmanlara göre daha düşük seviyede tükenmişlik yaşadıkları, kadın psikolojik danışmanların erkek danışmanlara göre daha çok duygusal tükenme ve azalan kişisel başarı duygusuna sahip oldukları ve son olarak da yüksek lisans mezunu psikolojik danışmanların lisans mezunu danışmanlara göre daha düşük seviyede kişisel başarı boyutunda tükenmişlik yaşadıkları tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler : Psikolojik danışman, tükenmişlik, kişilik özellikleri

ANALYSING OF RELATIONSHIP BETWEEN PERSONALITY TRAITS AND BURNOUT LEVELS OF PSYCHOLOGICAL COUNSELORS

ABSTRACT

In this study, it was aimed to determine the factors affecting the burnout levels of the psychological counselors and to examine the relationship between burnout levels of the counselors and their personality traits. This quantitative study is designed as relational survey method. 164 psychological counselors who works at public schools were participated in the study Maslach burnout scale, five factor personality trait scale and information form were used as data collection tools. In order to analyze the data, independent groups t test, one way variance analysis, pearson correlation and multiple regression statistical methods were used. The findings revealed that psychological counselors' burnout situations and emotional balance personality traits are positively related. In addition, burnout of psychological counselors is negatively related to extraterrestrial personality traits and developmental openness personality traits. Female psychological counselors were more emotionally exhausted than male psychological counselors and their feelings of success decreased. On the other hand, male psychological counselors appear to have higher outward turnover and compliance personality traits

than female psychological counselors. Moreover, married psychological counselors have a lower level of burnout than single counselors in all of the burnout dimensions. Lastly, psychological counselors with undergraduate degrees are experiencing more failure than psychological counselors with graduate degrees.

KeyWords : *Psychological counselor, burnout, personality traits*

1.GİRİŞ

Tükenmişlik 1970'lı yıllar itibariyle bilim dünyasında önemi anlaşılan bir kavram olarak ortaya çıkmıştır. Bu kavramı ilk olarak araştırmalarında kullanarak literatürüne kazandıran bilim insanı Freudenberger'dir. Freudenberger, tükenmişliği; yorgunluk, hayal kırıklığı ve iş bırakma durumlarını tanımlamak için kullanmıştır. Freudenberger, bu kavramı bir aşamalılık içinde anlatmıştır ve ilk aşamada fiziksel belirtilerin görüldüğünü; bitkinlik ve yorgunluk hissi, baş ağrılarından dolayı acı çekme, mide ve bağırsak rahatsızlıkları, nefes alma güçlükleri gibi durumların daha sonraki aşamada ise çabuk öfkelenme, anlık kızgınlıklar, engellenme duygusuna kapılma gibi davranışsal göstergelerin ve son aşama olarak da güvensizlik, paranoya ve değişime tahammül edememenin olduğunu belirtmiştir (Freudenberger, 1976). Tükenmişliğin kabul gören en yaygın tanımını yapan Maslach'a (1998) göre de tükenmişlik; zihinsel enerji düzeylerinin aşırı isteklere maruz kalmasıyla oluşan duygusal yorgunluk ve duyarsızlaşmada artışın olduğu ve kendini beğenmenin azaldığı, iş yapma isteksizliğinin yaşandığı, ilginin, sempatinin azaldığı bir durumdur.

Tükenmişlik, duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarısızlık olmak üzere üç kategoride ele alınmaktadır. Yoğun çalışma temposu yaşayan birey kendine aşırı yüklenildiğini kabul ederek bu talepler altında duygusal açıdan ezilmektedir. Bu duruma bir tepki olarak duygusal tükenme ortaya çıkmaktadır (Maslach ve Jackson, 1981, s. 48). Duyarsızlaşma, kişinin hizmet verdiği kesime karşı, onların kendilerine özgü bir birey olduklarını yok sayarak, onlara karşı duygudan yoksun tutum ve davranış sergilemesi olarak tanımlanmaktadır. Kişisel başarısızlık ise kişinin kendisine ve başarılarına ilişkin olumsuz tepkilerini içerir (Yıldız, 2011).

Tükenmişliğin genel olarak fiziksel, psikolojik ve davranışsal belirtilerinin olduğu kabul edilmektedir. Bu belirtilerin kişilik özellikleri ile ilişkilendirildiğinde cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim seviyesi, beklentiler ve zorluklarla baş etme stratejileri gibi özgül durumların önemli olduğu görülmektedir. Bireyin kişilik yapısı ve kişilik özellikleri de tükenmişlikle ilgili önemli bir parametredir ve bu konuda yapılan çalışmalara göre kişilik, bireyin hem işle ilgili algılarını, hem de insanlara, olaylara ve hayata olan duygusal tepkilerini etkilemektedir.

Bireyin ihtiyaçları, yetenekleri, istekleri ve kişilik özellikleri, çalıştıkları iş yerinin talep ya da sınırlılıkları bireyin iş stresi yaşamasına neden olmaktadır (Akçamete, Kaner ve Sucuoğlu, 2001). Yaşanan stresin aşırı seviyelere ulaşmasının nihai sonucu ise tükenmişliği oluşturmaktadır. Bu bağlamda, tükenmişlik ve kişilik özellikleri ile ilgili yaptığı araştırmasında Meier (1983), tükenmişliği stres koşulları altında başkalarıyla temas halinde çalışan bireyler de sıkça görülen duygusal tükenme olarak görmüştür. Edelwich ve Brodsky (1980), ise bu tanımı psikolojik yardım sağlayan mesleklerde çalışan kişilerde iş koşullarının bir sonucu olarak ideallerinde, enerjilerinde ve amaçlarında görülen ve zamanla artan ve devam eden bir kayıp olarak tanımlamışlardır (Biçen, 2014). Bunlara ek olarak, tükenmişlik yaşama durumu kişilerin bazı özelliklerine göre diğer kişilerden daha yatkın olduğunu göstermektedir. Yaş faktörü açısından yapılan araştırmalar kişilerin yaşı arttıkça tükenmişliğe girme oranlarının da düştüğünü göstermektedir. Polatçı'nın (2007) araştırmasına göre kişilerin yaşları ve kıdemleri arttıkça tükenmişliğin alt boyutu olan duygusal tükenme ve duyarsızlaşmanın azaldığı bununla birlikte de başarılarını arttığı görülmektedir. Genç yaştaki işçilerin daha ileri yaştakilere göre işlerinde kendilerini yetersiz şekilde algıladıkları ve işten ayrılma oranlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Fakat ileri yaşlarda tükenmişlik sendromu yaşayanların da şiddet durumlarının daha ciddi olduğu görülmektedir (Cherniss, 1995). Yaşa göre artan tecrübeyle birlikte tükenmişlikle de etkili mücadelede başarı artmaktadır. Genç yaştaki bireylerin mücadeledeki zayıflığı işle ilgili bağlarını koparmada daha güçlü bir etki oluşturmaktadır (Seğmenli, 2001). Benzer şekilde cinsiyetin de tükenmişlik üzerindeki etkisini inceleyen çalışmalar mevcuttur (örn: Dolu, 1997; Güllüce, 2006). Bu çalışmalar kadınlarda duygusal tükenmenin erkeklere oranla daha sık görüldüğünü belirtmektedir. Tükenmişlik üzerinde etkisi olduğu düşünülen bir diğer değişken de bireylerin medeni durumudur. Bekarların, evlilere oranla daha yüksek tükenmişlik yaşadıkları görülmektedir (örn: Özer, 1998, s. 42; Seçer, 2011).

Psikolojik danışmanlık, öğretmenlikten ayrı bir meslek grubudur. Bu gruptaki kişiler görevlerini diğer öğretmenlerinde yer aldığı okul sisteminde icra ederler. Okullarda bireylerin psiko-sosyal açıdan gelişmelerini ve gereksinimlerini karşılamaya yönelik sunulan etkinlik ve yardımlar rehberlik ve psikolojik danışmanlık etkinliği olarak tanımlanabilir. Bu etkinliğin baş aktörü olarak da psikolojik danışmanlar rol almaktadır. Psikolojik danışmanların sağlıklı bir şekilde mesleğini icra edebilmesi için öncelikle kendi sorunlarından arınması gerekmektedir. Akten'in (2007) yapmış olduğu çalışmada, rehber öğretmenlerin yaşadığı sorunlar arasında okul yöneticilerin ve öğretmenlerinin rehberlik çalışmalarına karşı olumsuz

tutumları, rehberlik çalışmalarına karşı öğretmen, öğrenci ve velinin gerekli önemi vermemesi, rehber öğretmenlere görev alanı dışındaki işlerin verilmesi ve başka okullara görevlendirilmeleri, rehber öğretmenlerde mesleki anlamda beklentilerin yüksek olması, rehber öğretmenlere destek verecek mesleki oluşumların yetersizliği gibi bulguları elde etmiştir. Bu ve benzeri durumlar psikolojik danışmanların tükenmişlik yaşamasına neden olmaktadır.

Değişen ve gelişen dünya kişilere birçok fayda sağladığı gibi kişilerin toplum içinde uyum problemleri yaşamalarına da neden olmaktadır. Kişilerin ferdi yaşadığı sorunlar; uzak veya yakın çevre, iş alanı, eğitim alanı, toplu yaşam alanı gibi birçok çevrede de sorunlar yaşamasını tetiklemektedir. Bu durum ülkemizde ruh sağlığı hizmeti sunan mesleklerin önemini ortaya koymaktadır. Bu meslek alanında faaliyet gösteren psikolojik danışmanlar, okullarda psiko-sosyal alanda, kişisel, mesleki ve eğitsel rehberlik anlamında diğer bireylere, öğrencilere, ailelere, öğretmenlere, okul yöneticilerine yine aynı şekilde kendine, kendi ailesine ve kendi çevresine oldukça değerli ve etkili bir görev üstlenmektedir. Bu anlamda psikolojik danışmanların kendi rollerine ilişkin algıları, mesleki yeterlilikleri, tecrübeleri ve kişilik özellikleri gibi değişkenler mesleğini verimli şekilde yerine getirmesinde önemli bir yere sahiptir.

Bu araştırmanın genel amacı, okullarda çalışan psikolojik danışmanların/rehber öğretmenlerin kişilik özellikleri ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesidir.

Yukarıda belirtilen durumlar ve çalışmanın amacı ışığında, aşağıdaki araştırma sorularına cevap aranacaktır:

1. Araştırılan grubun betimleyici özellikleri nelerdir?
2. Demografik özellikler, psikolojik danışmanların tükenmişlik düzeylerinde bir farklılığa neden olmakta mıdır?
3. Demografik özellikler, psikolojik danışmanların kişilik özelliklerinde bir farklılık oluşturmakta mıdır?
4. Psikolojik danışmanların kişilik özellikleri ile tükenmişlik düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?

2.YÖNTEM

Araştırma Deseni

Nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama, iki ya da daha çok değişken arasındaki birlikte değişimin varlığını ve derecesini belirlemeyi amaçlayan bir araştırma modelidir (Fraenkell, Wallen, ve Hyun, 2012). İlişkisel tarama modellerinde, değişkenler arası ilişkiler, korelasyon ve karşılaştırma olmak üzere iki şekilde incelenir. Bunlardan korelasyon modellerinde değişkenlerin birbirleriyle ilişkisinin olup olmadığı, ilişkiliyse derecesi ve yönü gibi durumlara bakılır. Karşılaştırma modellerinde ise değişkenlerden gruplar oluşturularak diğer değişkenlere göre farklılaşmaları tespit edilir (Karasar, 2012).

Bu araştırma psikolojik danışmanların kişilik özellikleri ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik ilişkisel tarama modeli türünde betimsel bir çalışmadır.

Çalışma Grubu

Örneklem grubu 2016-2017 eğitim- öğretim yılında, Ankara merkezde devlete bağlı çeşitli eğitim kurumlarında çalışan 164 psikolojik danışmandan oluşmaktadır. Katılımcılara ait demografik bilgilere bulgularda yer verilmiştir. Veriler, aşağıda belirtilen ölçeklerle elde edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırma değişkenlerine ilişkin verilerin toplanmasında araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu” , “Beş Faktör Kişilik Ölçeği” ve “Maslach Tükenmişlik Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, psikolojik danışmanların demografik özelliklerini (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, mesleki kıdem) içeren ifadelerden oluşmaktadır. Bilgi formundaki maddeler literatür taraması yapılarak ve alandaki akademisyenlerin görüşleri dikkate alınarak belirlenmiştir.

Beş Faktör Kişilik Ölçeği (BFKÖ), kişilik özelliklerini ölçmek amacıyla Benet-Martinez ve John (1998) tarafından geliştirilmiştir. BFKÖ, öz bildirim tarzı, 5’li likert tipi (1-Hiç Katılmıyorum, 5-Tamamen Katılıyorum), 44 maddelik bir ölçme aracıdır. Ölçek dışadönüklük, duygusal dengesizlik (nörotiklik), uyumluluk, sorumluluk (özdisiplin) ve deneyime açıklık (gelişime açıklık) olmak üzere beş boyuttan oluşmaktadır. Dışadönüklük ve duygusal dengesizlik faktörleri 8’er madde, uyumluluk ve sorumluluk 9’ ar madde ve

deneyime açıklık faktörü ise 10 madde ile ölçülmektedir (Çetin, 2008). Kişilerin alabilecekleri en yüksek puanlar boyutlardaki madde sayısının 5 ile çarpılmasıyla bulunmaktadır.

BFKÖ Ölçeğinin Türkçe' ye uyarlanması konusundaki ilk çalışmalar, Schmitt ve arkadaşlarının 2007 yılında raporlaştırdıkları ve 56 ülke kapsamında gerçekleştirdikleri kişilerin kendilerini tanımlama profilleri konusundaki çalışmayla gerçekleşmiştir. Bu çalışmanın Türkiye bölümü N. Sümer ve Sümer (2005) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin güvenilirlik katsayıları 0,64 ile 0,77 arasında değişen değerlerde bulunmuştur (Sümer, Lajunen ve Özkan, 2005). Ölçeğin kültürlerarası yapılan çalışmalarda da iç güvenilirlik değerlerinin yüksek çıkması ölçeğin çalışmada seçilmesinde önemli bir yere sahiptir (Schmitt vd., 2007). Yapılan bu çalışmada ise BFKÖ ölçeğinin örnekleme bir kez uygulanması ve ölçekteki ifadelerin likert tipi puanlandırılmasından dolayı iç tutarlılık tahmin yöntemlerinden Cronbach Alfa katsayısına bakılmıştır. Bu katsayı ölçekte yer alan maddelerin varyanslarının toplamının genel varyansa oranlanması ile bulunan ortalama bir değerdir (Özdamar, 2002). BFKÖ Ölçeğinin güvenilirlik katsayısı 0,638 olarak bulunmuştur. Bulunan bu değer ölçeğin güvenilir olduğunu göstermektedir. Ölçeğin geçerliliğini tespit etmek amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Faktör analiziyle yapısal geçerlilikleri belirleyebilmek için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Barlett testleri uygulanmıştır. Ölçeğin KMO değeri 0,858' dir. KMO değeri 0,5 üzerinde olduğu için anlamlıdır. Barlett değeri de ($p = 0,000 < 0,01$; $\chi^2=4189,199$) anlamlı çıkmıştır. Ölçeğin değişkenleri toplam varyansın % 53,100 'ünü açıklamaktadır.

Maslack ve Jakson (1981) tarafından geliştirilen Tükenmişlik Ölçeği ise 22 maddeden oluşmakta ve "duygusal tükenme", "duyarsızlaşma" ve "kişisel başarı" olmak üzere üç boyutludur. 9 soru duygusal tükenmişliği, 5 soru duyarsızlaşmayı, 8 soru kişisel başarı hissinde düşmeyi ölçmektedir. Ölçekteki ifadeler (kesinlikle katılmıyorum' dan, tamamen katılıyorum' a doğru) 5'li likert tipidir ve kişinin kendisi tarafından cevaplanmaktadır. Ölçekte bulunan üç alt boyutun her maddesi 0-4 arasındaki rakamlarla puanlanmaktadır. Alt ölçek maddelerinde "kesinlikle katılmıyorum" seçeneğine 0 ve "tamamen katılıyorum" seçeneğine ise 4 puan verilmektedir. Puanlamada duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt ölçekleri düz, kişisel başarı ölçeği ise ters yönde puanlanmaktadır (Öner, 2006). Ölçekteki her alt boyutun toplam puanları madde puanlarının toplanmasıyla elde edilmektedir. Alt ölçeklerden alınabilecek en yüksek ve en düşük puanlar şu şekildedir: Duygusal Tükenme: 0-36; Duyarsızlaşma: 0-20; Azalan Kişisel Başarı: 0-32 (Çınar, 2016). Yüksek derecede

tükenmişlik, duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt ölçeklerinde yüksek puan alırken bireysel başarı alt ölçeğinden düşük puan alma ile belirlenmektedir (Baysal, 1995). Tükenmişlik düzeyi konusunda toplam puan üzerinden bir değerlendirme yapılmamaktadır, değerlendirme alt boyut puanları üzerinden ayrı ayrı yapılarak, sonuçlar düşük, normal ve yüksek olmak üzere üç kategoride değerlendirilmektedir (Turgut, 2016).

Tükenmişlik ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Ergin (1992) tarafından yapılmış ve Türkçe'ye uyarlanmıştır. Uyarlama çalışmasında birbirinden farklı meslek grubundan (polis, doktor, avukat, öğretmen, hemşire vb.) 235 kişi yer almıştır. Bu çalışma verilerinin analizi sonucunda ölçeğin Türk kültürüne uygunluğunu sağlamak amacıyla özgün formunda bulunan seçenek sayısı 5'e indirilmiştir. Ölçeğin Türkçe formu için yapılan geçerlilik çalışmaları tükenmişliği üç alt boyutunun kültürümüzde de geçerli olduğunu göstermiştir. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları Duygusal Tükenme için 0,83; Kişisel Başarı için 0,72; Duyarsızlaşma için 0,65 olarak bulunmuştur. Test tekrar test güvenilirlik katsayıları ise Duygusal Tükenme için 0,83; Kişisel Başarı için 0,67 ve Duyarsızlaşma için 0,72 olarak hesaplanmıştır (Aydın, 2017). Bu çalışmada ise ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Cronbach Alfa değerleri duygusal tükenme 0,87; duyarsızlaşma boyutu 0,75 ve kişisel başarı boyutunda ise 0,84 olarak bulunmuştur. Ölçeğin yapısal geçerliliğini tespit etmek amacıyla Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Barlett testleri uygulanmıştır. Ölçeğin KMO değeri 0,892' dir. KMO değeri 0,5 üzerinde olduğu için anlamlıdır. Barlett değeri de ($p = 0,000 < 0,01$; $\chi^2=1752,478$) anlamlı çıkmıştır. Ölçeğin değişkenleri toplam varyansın % 53,16 'sini açıklamaktadır.

Verilerin Analizi

Çalışma grubunun özelliklerine göre frekans ve yüzde dağılımları bulunmuştur. Çalışmanın amacı doğrultusunda kişilik özellikleri ve tükenmişlik düzeyi arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla Korelasyon Analizi yapılmıştır. Kişilik özelliklerinin tükenmişliği açıklama düzeyini belirlemek amacıyla da Çoklu Regresyon Analizi yapılmıştır.

Tükenmişlik sendromunun alt boyutları olan duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı hissinde azalma boyutları ile demografik değişkenlerin ilişkisinin incelenmesinde; Bağımsız Örneklem T- testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır. Varyans analizi

sonucunda farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla da Tukey HSD ve Scheffe testinden yararlanılmıştır.

Araştırmada toplanan veriler bilgisayar ortamında SPSS paket programı kullanılarak analiz edilmiştir

3. BULGULAR

Bu bölümde çalışmaya ilişkin bulgular, demografik özellikler, ölçeklerden alınan puanların demografik özelliklere göre değerlendirilmesi ve kişilik özelliklerinin tükenmişlik ile ilişkisinin incelenmesi şeklinde sıralanmıştır.

Demografik Özellikler

Araştırmaya katılan 164 psikolojik danışmanın % 32,3' ü erkek ($N = 53$), % 67,7'si kadındır ($N = 111$). Yaş dağılımları açısından % 29,3'ü 20-25 yaş arasında ($N = 8$), % 40,2'si 26-30 yaş arasında ($N = 66$), % 10,4'ü 31-35 yaş arasında ($N = 17$), %9,8'i 36-40 yaş arasında ($N = 16$) ve % 10,4'ü de 41-45 yaş arasında ($N = 17$) yer almaktadır. Araştırmaya katılan psikolojik danışmanların, % 45,7' si evli ($N = 75$), % 54,3'ü de bekindir ($N = 89$).

Katılımcıların % 72,6 'sının lisans ($N = 119$), % 27,4 'ü de yüksek lisans ($N = 45$) mezunudur. Mesleki kıdemlerine bakıldığında % 61'lik kısmı 0-5 yıl grubunu ($N= 100$), % 16,5'lik kısmı 6-10 yıl grubunu ($N=27$), % 8,5'lik kısmı 11-15 yıl grubunu ($N=14$), %10,4'ü 16-20 yıl grubunu ($N=17$) geriye kalan % 3,7'si de 21-25 yıl grubunu ($N=3$) oluşturmaktadır.

Psikolojik danışmanların % 46,3'ü ($N=76$) ilköğretimde, % 30,5'i ($N=50$) ortaöğretimde, % 9,1'i ($N=15$) yükseköğretimde ve % 14'ü ($N=23$) rehberlik araştırma merkezlerinde (RAM) çalışmaktadır.

Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Maslach Tükenmişlik Ölçeklerinin Alt Boyutlarından Alınan Puanlar

Katılımcıların tükenmişlik ölçeği ve kişilik özellikleri ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanların aritmetik ortalaması ve standart sapması tablo 1 ve tablo 2' de verilmiştir.

Tablo 1

Psikolojik Danışmanların Tükenmişlik Alt Boyut Puanları

Alt Boyutlar	N	Ortalama puan	Standart sapma
Duygusal Tükenme	164	23,4329	7,59329
Duyarsızlaşma	164	10,0000	3,87694
Kişisel Başarı	164	30,8476	5,02215

Tükenmişlik düzeyinin belirlenmesinde; duygusal tükenme 18 ve üzeri, duyarsızlaşma 10 ve üzeri, kişisel başarı boyutu ise 0-21 aralığında alınan puanlar tükenmişliğin yüksek seviyede olduğunu göstermektedir (Ergin, 1992). Psikolojik danışmanların ortalama puanlarına bakıldığında duygusal tükenme boyutunda 23,43 puan, duyarsızlık boyutunda 10,00 puan ve kişisel başarı boyutunda da 30,84 puan aldıkları tespit edilmiştir. Buna göre katılımcıların, duygusal tükenme ve duyarsızlaşma boyutunda yüksek derecede tükenmişlik yaşadıkları görülürken kişisel başarı boyutunda tükenmişlikleri düşük seviyededir.

Tablo 2

Psikolojik Danışmanların Kişilik Özellikleri Alt Boyut Puanları

Alt boyutlar	N	Ortalama puan	Standart sapma
Duygusal Denge	164	23,2317	3,26836
Dışa Dönüklük	164	25,4024	3,46360
Deneyime Açıklık	164	35,0122	4,67074
Uyumluluk	164	29,4878	2,46569

Sorumluluk	164	30,8354	3,07828
------------	-----	---------	---------

Tablo 2 kişilik özelliklerinden alınabilecek en yüksek puana göre değerlendirildiğinde psikolojik danışmanların duygusal dengesizlik puanından 40 üzerinden 23,23 puan, dışa dönüklülük boyutunda 40 puan üzerinden 25,40 puan, deneyime açıklık boyutundan 50 puan üzerinden 35,01 puan, uyumluluk boyutundan 45 puan üzerinden 29,48 puan ve son olarak sorumluluk boyutundan 45 puan üzerinden 30,83 puan aldıkları görülmektedir.

Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Maslach Tükenmişlik Ölçeklerinin Alt Boyutları ve Demografik Özellikler

Aşağıdaki tablolarda, ölçeklerin alt boyutlarından alınan puanların demografik özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmıştır. Bağımsız değişken olarak demografik özellikler, bağımlı değişken olarak da ölçeklerin alt boyutları analize dahil edilmiştir. İki gruptan oluşan değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki farklılıklarını tespit etmek için bağımsız gruplar t testi yöntemi, ikiden daha fazla gruplar içinde tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi için p değerinin 0,05 den küçük olmasına bakılmıştır.

Tablo 3

Tükenmişlik Alt Boyutlarının Psikolojik Danışmanların Cinsiyetlerine Göre Farklılıkları

Değişkenler	Cinsiyet	N	Ortalama Puan	Standart Sapma	t	p
Duygusal tükenme	Kadın	111	24,3694	7,22990	2,316	,022*
	Erkek	53	21,4717	8,02305		
Duyarsızlaşma	Kadın	111	10,1712	4,07626	,817	,415
	Erkek	53	9,6415	3,43116		
Kişisel başarı	Kadın	111	30,0991	4,78626	-2,820	,005*

Erkek 53 32,4151 5,18665

*p< 0,05

Tablo 3' de tükenmişliğin alt boyutlarına cinsiyet açısından bakıldığında duygusal tükenme ve kişisel başarı boyutlarında anlamlı farklılıklar ($p<0,05$) görülmektedir. Kadınlar erkeklere göre daha yüksek seviyede duygusal tükenme ve azalan kişisel başarı duygusu yaşamaktadır.

Tablo 4

Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Psikolojik Danışmanların Cinsiyetlerine Göre Farklılıkları

Değişkenler	Cinsiyet	N	Ortalama Puan	Standart Sapma	t	p
Duygusal Dengesizlik	Kadın	111	23,5315	3,36782	1,710	,089
	Erkek	53	22,6038	2,98290		
Dışa Dönüklük	Kadın	111	25,0270	3,35602	-2,028	,044*
	Erkek	53	26,1887	3,58446		
Deneyime Açıklık	Kadın	111	34,5495	4,68215	-1,849	,066
	Erkek	53	35,9811	4,53826		
Uyumluluk	Kadın	111	29,1802	2,28512	-2,344	,020*
	Erkek	53	30,1321	2,71773		
Sorumluluk	Kadın	111	31,0270	2,91847	1,155	,250
	Erkek	53	30,4340	3,38270		

*p< 0,05

Tablo 4'te kişilik özelliklerine bakıldığında uyumluluk ve dışadönüklülük boyutlarında Erkeklerin kadınlara göre daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmektedir.

Tablo 5

Tükenmişlik Alt Boyutlarının Psikolojik Danışmanların Medeni Durumlarına Göre Farklılıkları

Değişkenler	Medeni durum	N	Ortalama puan	Standart Sapma	t	p
Duygusal Tükenme	Evli	75	21,7467	7,29512	-2,659	,009*
	Bekar	89	24,8539	7,58819		
Duyarsızlaşma	Evli	75	9,0667	3,26046	-2,893	,004*
	Bekar	89	10,7865	4,18730		
Kişisel Başarı	Evli	75	31,7467	4,95410	2,127	,035*
	Bekar	89	30,0899	4,98096		

*p< 0,05

Tablo 5' de tükenmişliğin duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı boyutlarında bekarlar evlilere göre daha yüksek tükenmişlik yaşamaktadırlar.

Tablo 6

Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Psikolojik Danışmanların Medeni Durumlarına Göre Farklılıkları

Değişkenler	Medeni durum	N	Ortalama puan	Standart Sapma	t	p
-------------	--------------	---	---------------	----------------	---	---

Duygusal Dengesizlik	Evli	75	22,6933	2,73107	-1,953	,053
	Bekar	89	23,6854	3,61372		
Dışa Dönüklük	Evli	75	25,4800	3,26885	,262	,793
	Bekar	89	25,3371	3,63676		
Deneyime Açıklık	Evli	75	34,8800	4,52011	-,332	,740
	Bekar	89	35,1236	4,81669		
Uyumluluk	Evli	75	29,3067	2,55731	-,863	,389
	Bekar	89	29,6404	2,38959		
Sorumluluk	Evli	75	30,5200	3,13377	-1,206	,230
	Bekar	89	31,1011	3,02281		

Tablo 6’ da kişilik özellikleri ile medeni durum arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($p < 0,05$) görülmemektedir.

Tablo 7

Tükenmişlik Alt Boyutlarının Psikolojik Danışmanların Eğitim Durumlarına Göre Farklılıkları

Değişkenler	Eğitim durum	N	Ortalama puan	Standart Sapma	t	p
Duygusal Tükenme	Lisans	119	23,9412	7,78993	1,398	,164
	Y. lisans	45	22,0889	6,95055		
Duyarsızlaşma	Lisans	119	10,3109	4,04162	1,679	,095

	Y. lisans	45	9,1778	3,30488		
Kişisel Başarı	Lisans	119	30,1597	5,02196	-2,917	,004*
	Y. lisans	45	32,6667	4,59743		

*p< 0,05

Tablo 7 incelendiğinde lisans mezunu bireyler yüksek lisans mezunu bireylere göre daha yüksek seviyede azalan kişisel başarı duygusu yaşamaktadır.

Tablo 8

Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Psikolojik Danışmanların Eğitim Durumlarına Göre Farklılıkları

Değişkenler	Medeni durum	N	Ortalama puan	Standart Sapma	t	p
Duygusal Dengesizlik	Lisans	119	23,3782	3,40735	,933	,352
	Y. lisans	45	22,8444	2,86797		
Dışa Dönüklük	Lisans	119	25,1176	3,48891	-1,723	,087
	Y. lisans	45	26,1556	3,31632		
Deneyime Açıklık	Lisans	119	34,5882	4,84228	-1,905	,058
	Y. lisans	45	36,1333	4,02040		
Uyumluluk	Lisans	119	29,3950	2,33332	-,783	,435
	Y. lisans	45	29,7333	2,79935		
Sorumluluk	Lisans	119	30,7059	2,99534	- ,875	,383

Y. lisans 45 31,1778 3,29799

Tablo 8’ de eğitim durumları ile kişilik özellikleri arasında anlamlı bir farklılık ($p<0,05$) görülmemektedir.

Tablo 9

Tükenmişlik Alt Boyutlarının Psikolojik Danışmanların Yaş Gruplarına Göre Farklılıkları

Tükenmişlik Boyutları	Yaş grubu	N	Ortalama	Standart sapma	F	p	Fark
Duygusal Tükenme	1 (20-25)	48	25,1250	8,27358	1,758	,176	
	2 (26-30)	66	22,9394	7,24915			
	3 (31-45)	50	22,4600	7,23430			
Duyarsızlaşma	1 (20-25)	48	10,0208	3,88390	2,255	,108	
	2 (26-30)	66	10,6515	4,17130			
	3 (31-45)	50	9,1200	3,32977			
Kişisel Başarı	1 (20-25)	48	29,4583	4,24243	3,894	,022*	1-3
	2 (26-30)	66	30,8030	5,51702			
	3 (31-45)	50	32,2400	4,73183			

* $p<0,05$

Tablo 9’ da, katılımcıların yaş guruplarına göre tükenmişlik alt boyutlarında aldıkları ortalamalarına öncelikle beşli yaş guruplarına göre bakılmış ve işlemin sonucunda anlamlı bir farklılık ($p<0,05$) bulunamamıştır. Daha sonra grup sayısı üçe düşürülerek tekrar test edilmiş ve kişisel başarı puanlarında gurplara göre farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Hangi gurplar arasında olduğunu Post Hoc analiz yöntemlerinden Tukey ve Scheffe kullanılarak bakılmıştır.

Sonuç olarak 1.grubun 3.gruba göre kişisel başarı boyutunda yüksek tükenmişlik yaşadığı görülmüştür (Kişisel başarı puanlarından alınan yüksek puanlar daha düşük tükenmişliği temsil etmektedir).

Tablo 10

Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Psikolojik Danışmanların Yaş Gruplarına Göre Farklılıkları

Kişilik özellikleri	Yaş grubu	N	Ortalama puan	Standart sapma	F	p
Duygusal Denge	1 (20-25)	48	23,0000	3,93565	1,071	,373
	2 (26-30)	66	23,7576	3,35610		
	3 (31-35)	17	23,0588	2,19290		
	4 (36-40)	16	22,0000	1,75119		
	5 (41-45)	17	23,1765	2,65130		
Dışa Dönüklük	1 (20-25)	48	25,2708	2,73464	,511	,728
	2 (26-30)	66	25,7879	3,89285		
	3 (31-35)	17	25,4118	3,53657		
	4 (36-40)	16	25,1250	3,28380		
	5 (41-45)	17	24,5294	3,80982		
Deneyime Açıklık	1 (20-25)	48	34,3542	4,06065	,785	,536
	2 (26-30)	66	34,8636	5,21208		
	3 (31-35)	17	36,3529	4,80808		
	4 (36-40)	16	36,0000	5,03322		
	5 (41-45)	17	35,1765	3,50420		
Uyumluluk	1 (20-25)	48	29,2917	1,82137	,404	,805
	2 (26-30)	66	29,4697	2,83505		

	3 (31-35)	17	30,1765	2,60373		
	4 (36-40)	16	29,4375	2,58118		
	5 (41-45)	17	29,4706	2,42687		
Sorumluluk	1 (20-25)	48	30,6250	2,54847	,551	,699
	2 (26-30)	66	30,8030	3,02919		
	3 (31-35)	17	31,7647	3,45560		
	4 (36-40)	16	30,3750	2,70493		
	5 (41-45)	17	31,0588	4,47871		

Tablo 10' da yaş grupları ile kişilik özellikleri arasında anlamlı bir farklılık ($p<0,05$) bulunmamaktadır.

Tablo 11

Tükenmişlik Alt Boyutlarının Psikolojik Danışmanların Çalıştıkları Kurumlara Göre Farklılıkları

Değişkenler	Kurumlar	N	Ortalama Puan	Standart Sapma	F	p
Duygusal Tükenme	1.İ.Ö	76	23,3289	7,77412	,217	,885
	2.O.Ö	50	24,0800	7,66875		
	3.Y.Ö	15	22,9333	7,21572		
	4.RAM	23	22,6957	7,43722		
Duyarsızlaşma	1.İ.Ö	76	9,9211	3,74794	,596	,618
	2.O.Ö	50	9,6000	3,56857		
	3.Y.Ö	15	10,8667	3,52272		

	4.RAM	23	10,5652	5,09747		
Kişisel Başarı	1.İ.Ö	76	30,8816	4,48989		
	2.O.Ö	50	31,1200	4,47506		
	3.Y.Ö	15	30,2667	6,38600	,147	,931
	4.RAM	23	30,5217	6,86142		

İ.Ö.: ilköğretim, O.Ö.: Ortaöğretim, Y.Ö.: Yükseköğretim RAM: Rehberlik Araştırma Merkezi

Tablo 11’ de ilköğretim, ortaöğretim, yükseköğretim ve rehberlik araştırma merkezinde (RAM) çalışan bireyler arasında duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı arasında istatistiksel anlamda bir farklılık ($p < 0,05$) bulunmamaktadır.

Tablo 12

Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Psikolojik Danışmanların Çalıştıkları Kurumlara Göre Farklılıkları

Kişilik özellikleri	Kurum türü	N	Ortalama puan	Standart sapma	F	p
Duygusal Denge	1.İ.Ö	76	23,5921	3,21321	,766	,515
	2.O.Ö	50	22,8200	3,38478		
	3.Y.Ö	15	22,6000	2,72029		
	4.RAM	23	23,3478	3,54976		
Dışa Dönüklük	1.İ.Ö	76	25,0132	2,90972	1,755	,158
	2.O.Ö	50	26,2600	3,14811		

	3.Y.Ö	15	25,6667	4,18614		
	4.RAM	23	24,6522	4,89535		
Deneyime Açıklık	1.İ.Ö	76	34,3816	4,14718	1,879	,135
	2.O.Ö	50	36,1400	4,73377		
	3.Y.Ö	15	35,8000	5,36124		
	4.RAM	23	34,1304	5,41298		
Uyumluluk	1.İ.Ö	76	29,3289	2,38545	1,931	,127
	2.O.Ö	50	29,5600	2,50843		
	3.Y.Ö	15	28,6000	2,44365		
	4.RAM	23	30,4348	2,50138		
Sorumluluk	1.İ.Ö	76	30,8158	3,36139	,043	,988
	2.O.Ö	50	30,9200	2,53820		
	3.Y.Ö	15	30,6000	3,04256		
	4.RAM	23	30,8696	3,37510		

İ.Ö.: ilköğretim, O.Ö.: Ortaöğretim, Y.Ö.: Yükseköğretim RAM: Rehberlik Araştırma Merkezi

Tablo 12’ de farklı kurumlarda çalışan psikolojik danışmanların, kişilik özellikleri alt boyutları arasında istatistiksel anlamda bir farklılık ($p < 0,05$) bulunmamaktadır.

Tablo 13

Tükenmişlik Alt Boyutlarının Psikolojik Danışmanların Mesleki Kıdemlerine Göre Farklılıkları

Değişkenler	Mesleki deneyim	N	Ortalama puan	Standart Sapma	t	p
Duygusal Tükenme	0-5 yıl	100	23,9400	8,05890	1,069	,286
	6-(+) yıl	64	22,6406	6,78787		
Duyarsızlaşma	0-5 yıl	100	10,4000	4,11698	1,660	,269
	6-(+) yıl	64	9,3750	3,40634		
Kişisel Başarı	0-5 yıl	100	30,3700	4,98615	-1,528	,128
	6-(+) yıl	64	31,5938	5,02602		

Tablo 13' de, mesleki deneyim olarak katılımcıların mesleklerindeki ilk 5 yıl dikkate alınarak tükenmişliklerine bakılmıştır. Analiz işlemin sonucunda anlamlı bir farklılık görülemediği görülmüştür.

Tablo 14

Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Psikolojik Danışmanların Mesleki Kıdemlerine Göre Farklılıkları

Değişkenler	Mesleki deneyim	N	Ortalama puan	Standart Sapma	t	p
Duygusal Denge	0-5 yıl	100	23,4100	3,69300	,873	,384
	6-(+) yıl	64	22,9531	2,46518		
Dışa	0-5 yıl	100	25,6800	3,46667	1,285	,200

Dönüklülük	6-(+) yıl	64	24,9688	3,44097		
Deneyime	0-5 yıl	100	34,7600	4,87857		
Açıklık	6-(+) yıl	64	35,4063	4,33413	-,864	,389
Uyumluluk	0-5 yıl	100	29,7000	2,28963		
	6-(+) yıl	64	29,1563	2,70343	1,381	,169
Sorumluluk	0-5 yıl	100	30,8600	2,79978		
	6-(+) yıl	64	30,7969	3,49230	,128	,899

Tablo 14' de mesleki deneyime göre kişilik özellikleri arasında anlamlı bir farklılık ($p < 0,05$) görülmemektedir.

Kişilik Özellikleri ile Tükenmişlik Boyutları Arasındaki İlişkiler

Aşağıdaki tablolarda, ölçeklerin alt boyutlarının birbirleriyle ilişkisinin yönünü, derecesini ve önemi ortaya koymak amacıyla istatistiksel yöntemlerden korelasyon analizi uygulanarak verilerin pearson korelasyon katsayısına bakılmıştır. Kişilik özelliklerinin tükenmişlik boyutlarının anlamlı birer yordayıcı olup olmadığını tespit etmek amacıyla da çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Her iki analizde de anlamlılık düzeyi olarak p değerlerinin 0,05 den küçük olduğu değerler dikkate alınmıştır. Tükenmişliğin duyarsızlaşma alt boyutu kişilik özellikleri tarafından anlamlı bir şekilde yordanmadığı için ayrı bir tablo halinde gösterilmemiştir.

Tablo 15

Psikolojik Danışmanların Tükenmişlik Düzeyleri İle Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkiler

Duygusal	Dışa	Deneyime	Uyumluluk	Sorumluluk
Dengesizlik	Dönüklük	Açıklık		

Duygusal	r	,409	-,233	-,109	,055	,056
Tükenme	p	,000*	,003*	,164	,486	,474
Duyarsızlaşma	r	,470	-,225	-,226	,062	,088
	p	,000*	,004*	,004*	,428	,260
Kişisel Başarı	r	-,296	,550	,516	,184	,123
	p	,000*	,000*	,000*	,018*	,117

*p< 0,05

Tablo 15’ de tükenmişlik alt boyutlarından duygusal tükenme ile kişilik özellikleri alt boyutlarından duygusal dengesizlik arasında pozitif yönde ilişki varken, dışa dönüklükle de negatif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Tükenmişliğin duyarsızlaşma alt boyutuna bakıldığında duygusal dengesizlik kişilik özelliği ile arasında pozitif; deneyime açıklık ve dışadönüklülük kişilik özellikleriyle de negatif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tükenmişliğin son boyutu olan kişisel başarıya bakıldığında ise dışadönüklülük, uyumluluk ve deneyime açıklık kişilik boyutlarıyla arasında pozitif ve duygusal dengesizlik boyutu ile de negatif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 16

Duygusal Tükenmenin Kişilik Özellikleri Yönünden Yordanabilirliği

Duygusal	Kişilik	B	Standart	Beta	T	p	R ²	F
Tükenme	Özellikleri		Hata	(β)				
(Bağımlı)	(Bağımsız)							
Sabit		13,764	5,598		2,459	,015*	,203	21,707

Duygusal Dengesizlik	,925	,163	,398	5,683	,000*
Dışa Dönüklülük	-,465	,154	-,212	-3,029	,003*

*p< 0,05

Tablo 16' daki aşamalı regresyon analizi incelendiğinde duygusal dengesizlik ve dışa dönüklülük kişilik özelliklerinin duygusal tükenmeye ilişkin varyansın yaklaşık % 20 sini açıkladığı görülmektedir. Beta katsayılarına bakıldığında duygusal dengesizlik kişilik özelliğinin duygusal tükenmeyi pozitif yönde yordarken, dışa dönüklük kişilik özelliğini de negatif yönde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 17

Kişisel Başarının Kişilik Özellikleri Yönünden Yordanabilirliği

Kişisel Başarı (Bağımlı)	Kişilik Özellikleri (Bağımsız)	B	Standart Hata	Beta (β)	T	p	R ²	F
Sabit		16,064	3,411		4,710	,000		
Duygusal Dengesizlik		-,399	,092	-,260	-4,321	,000	,413	39,162
Dışa Dönüklülük		,534	,109	,369	4,896	,000		
Deneyime Açıklık		,300	,081	,279	3,699	,000		

*p< 0,05

Tablo 17' de ki aşamalı regresyon analizi sonucuna göre duygusal dengesizlik, dışadönüklülük ve deneyime açıklık kişilik özellikleri kişisel başarı boyutunun yaklaşık % 41'ni açıklamaktadır. Beta değerleri baz alındığında dışadönüklülük ve deneyime açıklık özellikleri kişisel başarıyı pozitif yönde yordarken duygusal dengesizliğin negatif yordadığı görülmektedir. Tabloya diğer iki kişilik boyutu kişisel başarıyı anlamlı bir şekilde yordamadığı için dahil edilmemiştir.

4. SONUÇ VE TARTIŞMA

Araştırma sonucuna bakıldığında kadın psikolojik danışmanlar erkek psikolojik danışmanlara göre yüksek düzeyde duygusal tükenme ve azalan başarı duygusu yaşamaktadır. Bu bulgu duygusal tükenme açısından kadınların erkeklere göre daha fazla tükendiklerini göstermekte ve bu yönüyle Sılığ (2003), Akten (2007), Yıldız (2011) ve Aydemir'in (2014) araştırmalarının sonuçlarıyla benzerlik göstermekteyken kişisel başarısızlık duygusunun kadınlarda daha yüksek seviyede tükenmişlik oluşturmasıyla da Süren (2015) ve Çınar'ın (2016) bulgularıyla da uyumaktadır.

Kadınların duygusal tükenmeyi fazla yaşaması onların toplumsal rolleri ve iş hayatında karşılaştıkları yoğun taleplerle açıklanabilir. Toplumun kültürel yapısının kadınlar üzerindeki baskısı eskiye nazaran azalmakla birlikte halen bitmiş değildir ve iş hayatında yer edinmeye çalışan kadın aynı zamanda ev ortamında da toplum tarafından kendisine biçilen rollerle bir uyum sağlama mücadelesi vermektedir. Bu mücadele ile birlikte kadın psikolojik danışmanlar iş ortamında kendisinden yardım bekleyen insanlara da hizmet sunmaktadır. Bu gibi durumlar kadın psikolojik danışmanların tükenmişlik yaşama durumlarını etkilemektedir.

Araştırmanın bir diğer sonucuna bakıldığında evli psikolojik danışmanlar tükenmişlik boyutlarının tümünde bekarlara göre düşük seviyede tükenmişlik yaşamakta olduğu görülmektedir. Araştırmanın bu sonucu Başören (2005), Tavlı (2009) ve Aydemir'in (2014) sonuçlarıyla bir kısım boyutlarda tutarlı sonuçlar göstermekteyken Kepekçioğlu'nun (2009) çalışmasıyla bütün boyutlarda benzer sonuçlar göstermektedir. Kepekçioğlu (2009) çalışmasında öğretim elemanlarının duygusal tükenme, duyarsızlaşma alt boyutlarının medeni duruma göre anlamlı bir farklılık göstermekte olduğunu ve evli öğretim elemanlarının tükenmişlik düzeylerinin bekar öğretim elemanlarına göre daha düşük seviyede olduğunu bulmuştur. Evli bireylerin tükenmişlik düzeylerinin düşük çıkmasında evlilik kurumunun onlara yüklediği rollerin, kazandırdığı statünün, eşlerinden gelen sosyal desteğin ve ailenin üyelerine kattığı olumlu ilişkinin etkisinin olduğu düşünülebilir.

Araştırmada yüksek lisans mezunu psikolojik danışmanların kişisel başarı boyutundaki tükenmişliklerinin lisans mezunlarına göre düşük çıktığı bulunmuştur. Bu sonuç Yıldız'ın (2011) rehber öğretmenler üzerinde yapmış olduğu çalışmayla tutarlılık göstermektedir. Aydemir (2014) ve Çınar (2016) ise çalışmalarında rehber öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerinin eğitim durumlarına göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Yüksek lisans mezunu kişilerin daha az başarısızlık duygusu yaşamalarının nedenleri değerlendirildiğinde

onların daha çok kariyer odaklı oldukları, problemlerle mücadele daha başarılı bir yol sergiledikleri ve kişisel motivasyon kaynaklarını etkili kullandıkları düşünülebilir.

Yaşa göre tükenmişlik durumları değerlendirildiğinde 20-25 yaş grubunda yer alan psikolojik danışmanların, 31-45 yaş grubunda yer alanlara göre kişisel başarı boyutunda daha yüksek seviyede tükenmişlik yaşadıkları görülmektedir. Bu sonuç, göreve yeni başlayan psikolojik danışmanların, kıdemlilere göre kişisel başarı boyutunda tükenmişliklerinin yüksek olduğunu da göstermektedir. Kaya (2009) rehber öğretmenler üzerinde yapmış olduğu çalışmada 21-30 yaş grubundaki öğretmenlerin 31-40 yaş grubundaki öğretmenlerden kişisel başarı boyutunda daha fazla tükenmişlik yaşadıklarını tespit etmiştir. Kaya' nın (2009) çalışması araştırma sonucunu desteklerken Akten (2007) ve Aydemir'in (2014) rehber öğretmenlerin tükenmişliklerinde yaş faktörünün farklılığa yol açmadığı sonucuyla da ayrılmaktadır. Kişisel başarı alanında yaşanan tükenmişliğin genç bireylerde daha yaygın olmasında onların mesleklerindeki deneyim eksikliklerinin, meslekleriyle ilgili gerçekçi olmayan beklenti düzeylerinin, yönetici ve öğretmenlerin rehberlik çalışmalarına karşı olumsuz tutumlarının, rehber öğretmenlere görevleri dışındaki işlerin verilmesinin etkili olduğu söylenebilir.

Araştırmada psikolojik danışmanların tükenmişlik düzeylerinin, duygusal dengesizlik kişilik özelliği ile pozitif, dışadönüklülük ve deneyime açıklık özellikleri ile de negatif bir ilişki içinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Süren (2015) banka çalışanlarıyla yapmış olduğu çalışmada duygusal dengesizlik (nevrotiklik) özelliğinin artması kişilerin tükenmişlik düzeyini de artıracığı yönünde bir ilişki tespit etmiştir. Düz'ün (2015) sağlık çalışanlarıyla yapmış olduğu çalışmada da aynı sonuç görülmektedir. Özabacı, İşmen ve Yıldız (2004) çalışmalarında ise psikolojik danışmanların; dışadönük, iletişim kurabilen, kendisiyle barışık, pratik, rahat, sabırlı, sevecen olma gibi özelliklere sahip olma durumlarının tükenmişliği azalttığı görülmektedir.

KAYNAKÇA

Akçamete, G., Kaner, S. ve Sucuoğlu, B.(2001). *Öğretmenlerde tükenmişlik, iş doyumu ve kişilik*. Ankara: Nobel

Akten, S. (2007). *Rehber öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisan Tezi, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne.

- Aydemir, S. (2014). *Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı çalışan rehber öğretmenlerin yöneticilerinin liderlik tarzını algılamaları ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aydın, M. A. (2017). *Zihinsel engelli bireye sahip olan ebeveynlerin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Başören, M. (2005). *Çeşitli değişkenlere göre rehber öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi (Zonguldak ili örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Zonguldak Karaelmas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Zonguldak.
- Baysal, A. (1995). *Lise ve dengi okul öğretmenlerinde tükenmişliğe etki eden faktörler*. Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Biçen, H. (2014). *Yeni atanan öğretmenlerde tükenmişlik sendromu*. Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Diyarbakır
- Cherniss, C. (1995). *Beyond Burnout*. New York: Routledge.
- Cordes, C. L. & Dougherty, T. W. (1993). A review and integration of research on job burnout. *Academy of Management Review*, 18 (9), 621-658.
- Çetin, F. (2008). *Kişilerarası ilişkilerde kendilik algısı, kontrol odağı ve kişilik yapısının çatışma çözme yaklaşımları üzerine etkileri*. Yüksek Lisans Tezi, Kara Harp Okulu Savunma Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çınar, Y. (2016). *Psikolojik danışmanların tükenmişlik düzeyleri ve problem çözme becerilerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dolu, G. (1997). *Onkolojide çalışan hekimlerde tıbbi sosyal çalışma açısından tükenmişlik sendromunun araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Düz, A. G.(2015). *Sağlık çalışanlarında tükenmişlik sendromunun kişilik özellikleri ile olan ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Edelwich, J., & Brodsky, A. (1980). *Burn-out: Stages of disillusionment in the helping professions*. New York, NY: Human Sciences

- Ergin, C. (1992). Doktor ve hemşirelerde tükenmişlik ve Maslach tükenmişlik ölçeğinin uyarlanması. Y. Topsever ve M. Göregenli (Eds.), *VII. Ulusal psikoloji kongresi bilimsel çalışmaları* içinde (s. 143-154). Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Ergin, C. (1992). Doktor ve hemşirelerde tükenmişlik ve Maslach tükenmişlik ölçeğinin uyarlanması. *Türk Psikologlar Derneği Yayını*.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education*. New York: McGraw-Hill
- Freudenberger, H. J. (1976). Freudenberger on staff burnout. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 3 (1)
- Güllüce, A. Ç. (2006). *Mesleki tükenmişlik ve duygusal zeka arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel.
- Kaya, T. (2009). *Rehber öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi (İstanbul ili örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kepekçioğlu, E.S. (2009). *Öğretim elemanlarında tükenmişlik*. Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Maslach C. & Jackson S. E.(1981). The Measurement of Expenenced Burnout, *Journal of Occupotional Behaviour*, 2, 99-113.
- Maslach, C. ve Goldberg, J. (1998). Prevention of Burnout: New Perspectives. *Applied and Preventive Psychology*, 7, 63-74.
- Meier, S. T. (1983). Toward a theory of burnout. *Human Relations*, 36 (10), 899-910.
- Öner, N. (2006). *Türkiye 'de kullanılan psikolojik testlerden örnekler*. İstanbul: Boğaziçi
- Özabacı, N., İşmen, A. E. ve Yıldız, A. (2004). Psikolojik danışmanların ideal özellikleri ile yılgınlık düzeylerinin karşılaştırılması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 37, 8-25.
- Özdamar, K. (2002). *Paket programlarla istatistiksel veri analizi*. Eskişehir: Kaan
- Polatcı, S. (2007). *Tükenmişlik sendromu ve tükenmişlik sendromuna etki eden faktörler*. Yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tokat.

- Schmitt, D. P., Allik, J., Mccrae, R. R. & Benet-Martinez, V. (2007). The geographic distribution of big five personality traits: patterns and profiles of human self-description across 56 nations. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 38(2), 173-212.
- Seçer, İ. (2011). *Psikolojik danışmanların tükenmişlik düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Seğmenli, S. (2001). *Rehber öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Sılığ, A. (2003). *Banka çalışanlarının tükenmişlik düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Sümer, N., Lajunen, T. & Özkan, T. (2005). Big five personality traits as the distal predictors of road accident involvement. In G. Underwood (Ed.), *Traffic and Transport Psychology* (pp. 215–227). USA: Elsevier.
- Süren, S. (2015). *Banka çalışanlarında tükenmişlik ve beş büyük kişilik özellikleri arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Tavlı, O. (2009). *Lise öğretmenlerinin problem çözme becerileri ile tükenmişlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Turgut, H. S. (2016). *Bankacılık sektöründe kişilik özellikleri, yöneticiye güven ve tükenmişlik ilişkilerinde aracılık rolleri*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldız, E. (2011). *Eğitimcilerde tükenmişlik (rehber öğretmenler üzerinde bir araştırma)*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.