

The Variables Predicting Couple Burnout*

Burhan ÇAPRI** Zafer GÖKÇAKAN***

ABSTRACT. The purpose of the study is to investigate the contributions of variables concerned with socio-demographic features, career burnout, marital adjustment, spouse support, marriage and relationship on the prediction of couple burnout of married individuals. The research group consisted of 435 married females (n= 235) and males (n= 200), who are university staff in different units of Mersin University, selected randomly from the population and who accepted to join the study voluntarily. In order to measure couple burnout, “Couple Burnout Measure (CBM)”; in order to measure career burnout, “Burnout Measure (BM)”; in order to measure marital adjustment, “Marital Adjustment Scale (MAS)”; and in order to determine the variables concerned with marriage and relationship, spouse support, socio-demographic features, “Personal Information Form” were used. In order to analyze the data stepwise linear multiple regression analysis and t test were employed and significance level was taken as 0.01 and 0.05 for analyses. As a result of the analysis, it is found that married individuals’ couple burnout scores were predicted by different variables. The findings were discussed according to the literature.

Key Words: Couple Burnout, Career Burnout, Marital Adjustment, Spouse Support, Marriage

SUMMARY

Purpose and significance: The purpose of this study is to investigate the contributions of variables concerned with socio-demographic features, career burnout, marital adjustment, spouse support, marriage and relationship on the prediction of couple burnout of married individuals.

Methods: This research has the characteristics of a prediction study with relational scanning model. The research group included 435 married females and males who are university staff in different units of Mersin University, selected randomly from the population and who accepted to join the study voluntarily. Of the individuals in the research group, 235 were females (54,02%) and 200 were males (45,98%); and 29,9%(n=130) of them work as academic staff; 23,3% (n=101) of them work as administrative staff; 23,7% (n=103) work as health staff and 23,2% (n=101) work as assistant staff. In the research, in order to measure the couple burnout, “Couple Burnout Measure (CBM)”; in order to measure career burnout, “Burnout Measure (BM)”; in order to measure marital adjustment, “Marital Adjustment Scale (MAS)”; and in order to determine the variables concerned with marriage and relationship, spouse support, socio-demographic features, “Personal Information Form” were used. In the analysis of data, stepwise linear multiple regression analysis and t test were employed and significance level was taken as 0.01 and 0.05 for analyses.

Results: According to the findings from the stepwise linear multiple regression analysis, it has been revealed that the couple burnout scores of married individuals have been predicted by the variables of marital adjustment, career burnout, security, overload, emotional attraction, exploitation, significance, positive outlook, gender and staff type. When all the variables were taken into consideration altogether, it was seen that these variables have explained 64,6% of variance of the couple burnout scores. It was also revealed that marital adjustment, the best predictor variable of couple burnout, has itself explained 40,7% of couple burnout variance and this variable has been followed by career burnout with 14.2%, security with 3.4%, overload with 1.9%, emotional attraction with 1.5%, exploitation with 1.0%, significance with 0.7%, positive outlook with 0.4%, gender with 0.4%, and staff type with 0.4%.

Discussion and Conclusions: In the evaluation of the results from the research, it has been seen that this research concerned with couple burnout which has never been studied beforehand, especially in the Turkish culture, has contributed greatly and offered a different point of view. In the overall evaluation after considering all the findings, it has been found that the most effective variables in couple burnout scores of married individuals are marital adjustment and career burnout. When the percentages of variance these two variables have explained have been considered, it has been revealed that they have a highly important effect on the prediction of the couple burnout scores of married individuals. On the other hand, it has been seen that, of the socio-demographic features, only gender and staff type variables have a significant effect on the prediction of couple burnout. It has also been revealed that, of the variables concerned with marriage and relationship, positive outlook variable which was reported to have predicted the couple burnout at the highest level in the previous research is also among the variables predicting the couple burnout at a significant level in this research.

* This research was produced from doctoral thesis which supported by Mersin University Scientific Research Unit (BAP-SOBE EM (BÇ) 2006-3 DR)

** Yrd. Doç. Dr. Burhan ÇAPRI, Mersin University, Faculty of Education, Department of Education Sciences, burhancapri@gmail.com

*** Prof. Dr. Zafer GÖKÇAKAN, Mugla University, Faculty of Education, Department of Education Sciences, zgokcakan@mugla.edu.tr

Eş Tükenmişliğini Yordayan Değişkenler*

Burhan ÇAPRI**

Zafer GÖKÇAKAN***

ÖZ. Bu araştırmanın amacı, sosyo-demografik özellikler, mesleki tükenmişlik, evlilik uyumu, eş desteği, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerin evli bireylerin eş tükenmişliğini yordamadaki katkılarını incelemektir. Araştırma grubunu, Mersin Üniversitesi'nin çeşitli birimlerinden, çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden ve evrenden seçkisiz olarak seçilen 435 evli kadın (n=235) ve erkek (n=200) üniversite personeli oluşturmuştur. Araştırmada, eş tükenmişliğini ölçmek üzere "Eş Tükenmişlik Ölçeği (ETÖ)"; mesleki tükenmişliği ölçmek üzere "Tükenmişlik Ölçeği (TÖ)"; evlilik uyumunu ölçmek için "Evlilik Uyum Ölçeği (EUÖ); sosyo-demografik özellikler, eş desteği, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenleri belirlemek üzere "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Verilerin analizinde, aşamalı doğrusal çoklu regresyon analizi ile t testinden yararlanılmış ve sonuçların değerlendirilmesinde hata payı üst sınırı 0.01 ve 0.05 ölçüt olarak kabul edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, evli bireylerin eş tükenmişliği puanlarının, farklı değişkenler tarafından yordandığı bulunmuştur. Bulgular literatür ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Eş Tükenmişliği, Mesleki Tükenmişlik, Evlilik Uyumu, Eş Desteği, Evlilik

GİRİŞ

Son yıllarda meslek, aile ve evlilik alanlarında meydana gelen değişimler, bireyin günlük yaşamını etkilemekte, kişisel, sosyal, mesleki ve ailevi açıdan birçok sorun yaşamasına ve çağımızın önemli fenomenlerinden birisi olan tükenmişlik durumuyla karşı karşıya gelmesine neden olmaktadır.

Özellikle insan yaşamı üzerinde fiziksel, zihinsel ve duygusal olarak baskı oluşturan durumlardan "stres" ve onun aşırı hali olan "tükenmişlik" 70'li yıllardan bu yana oldukça yaygın bir araştırma konusu olmuştur (Laes & Laes, 2001). Tükenmişlik kavramı ilk kez Bradley (1969) tarafından kullanılmış olmasına rağmen (Schaufeli & Enzmann, 1998), düşük (azalmış) başarı, duyarsızlaşma ve iş ilgisinin azalması semptomlarının eşlik ettiği fiziksel, duygusal ve zihinsel bir yorgunluk fenomeni olarak ilk kez Freudenberg (1974) tarafından tanımlanmış (Weisberg & Sagie, 1999) ve birçok araştırmacı tarafından farklı tanımları yapılmıştır. Ancak, tükenmişlik ile ilgili literatüre bakıldığında kavram ile ilgili geçerli olan iki tanım göze çarpmaktadır. Birincinin sahibi olan Maslach & Jackson (1986)'a göre tükenmişlik, insana yardım mesleklerinde çalışan bireyler arasında, duygusal tükenmişlik, duyarsızlaşma ve kişisel başarı duygusunun azalması biçiminde ortaya çıkan bir sendromdur. Diğer önemli tanımın sahibi olan Pines & Aronson (1988)'a göre tükenmişlik, bir şevk, enerji, idealizm, perspektif ve amaç kaybı olarak sürekli strese, umutsuzluğa, çaresizliğe ve kapana kısılmışlık duygularına neden olan fiziksel, duygusal ve zihinsel bir yorgunluk semptomudur.

Başlangıçta insanlara yüz yüze hizmet veren ve insan merkezli meslek dalları için mesleki bir tehdit olarak değerlendirilen tükenmişlik ile ilgili yapılan araştırmalar sonucunda, tükenmişliğin artık diğer meslek dalları çalışanlarına (Kahil, 1988; Pines, 1993; Maslach, 1998; Vandenberghe & Huberman, 1999), evlilik/ilişki ve aile üzerine (Kinnunen & Mauno, 1998; Vinokur & Westman, 1998; Hochschild, 1999; Burke & Greenglass, 2001; Westman, 2001; Lavee & Adital, 2007; Hammer & Zimmerman, 2010; Pines, Neal, Hammer & Icekson, 2011) yayıldığı, eşlerden birinin yaşadığı tükenmişlik duygusunun diğer eşe geçiş yaptığı ve bu geçiş sürecinin karşılıklı olduğu (Westman & Etzion, 1995; 1999; Hammer, Allen & Grigsby, 1997; Vinokur & Westman, 1998; Westman, Etzion & Danon, 2001; Demerouti, Bakker & Schaufeli, 2005; Bakker, Demerouti & Schaufeli, 2005; Pines ve diğ., 2011) görülmüştür.

Etzion & Pines (1986)'a göre, tükenmişlik insanların kişisel ve psikolojik iyilik halleri, eş, aile ve toplum yaşamları için oldukça önemli bir tehdittir. Bu nedenle, ağır yaşanan bir tükenmişlik durumu kişide ciddi bireysel, mesleki ve ailevi problemlerin yanı sıra psikosomatik bozukluk, evlilik problemleri, uykusuzluk, alkol ve madde kullanımı gibi problemlere neden olabilmektedir (Ergin, 1992; Aslan, Gürkan, Alparslan ve Ünal, 1996). Bu açıdan değerlendirildiğinde, tükenmişliğin etkileri bireyin sadece iş hayatını kapsamamakta, bireyin kişisel olarak yıpranmasına neden olduğu gibi, aynı zamanda hayatının farklı alanlarında sıkıntılar yaşamasına neden olmaktadır (Sürgevil, 2005). Bu alanlardan birisi de evlilik, ilişki ve aile sistemi içinde yer alan eş tükenmişliği alanıdır. Eş tükenmişliği alanında yapılan çalışmaların

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

** Yrd. Doç. Dr. Burhan ÇAPRI, Mersin Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, PDR Anabilim Dalı burhancapri@gmail.com

*** Prof. Dr. Zafer GÖKÇAKAN, Muğla Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, PDR Anabilim Dalı zgokcakan@muqla.edu.tr

kuramsal dayanağının Pines'in Psikoanalitik-Varoluşçu Eş Tükenmişlik Modeli olduğu göze çarpmaktadır.

Pines'in Psikoanalitik-Varoluşçu Eş Tükenmişlik Modeli iki sayılıya dayanmaktadır. Birinci sayılı, insanların yaşamlarının anlamlı olduğuna inanma ihtiyacında olmaları ve onlar için önemli ve anlamlı olan şeyleri arama eğiliminde olmalarıdır (Pines, 1993; 2000a). İkinci sayılı ise insanların ailelerinden kalıtım yoluyla geçen ve çocukluklarında doyurmak ihtiyacı içinde olup da doyuramadıkları beklentileri ve güncel hayallerini, anlamlı çocukluk deneyimleriyle yer değiştirmelerine olanak sağlayacak bir seçim yapma eğilimine sahip olmalarıdır (Pines, 2000b; Pines & Yanai, 2000).

Bu durumda, psikoanalitik-varoluşçu modele göre, insanlar doyurulmamış çocukluk ihtiyaçlarını giderecek ve çocukluk yaşantılarına anlam kazandıracak bir eş seçmektedirler (Pines, 2000a). Bu durumda, herhangi bir eş seçiminin bilinçdışı belirleyicilerini, kişilerin bireysel ve ailesel geçmişleri yansıtmaktadır. İnsanlar çocukluk yıllarında doyuramadıkları bazı ihtiyaçlarını gidermek ve çocukluk yaşantılarına varoluşsal bir anlam kazandırabilme imkanını elde edebilmek için bir eş seçmektedirler (Pines, 1996; Pines, 2000b; Pines & Yanai, 2000; 2001).

İnsanlar böylesi önemli bir konu olan eş seçimi üzerine odaklandıklarında çok yüksek düzeyde bir beklenti içerisine girmektedirler. Bu durumda kişi için en yüksek beklenti, çözümlenmemiş (iyileşmemiş) bazı çocukluk yaraları olmaktadır. Yaşamdan elde edilen doyum ve başarılar bu yaraların iyileşmesine yardımcı olmaktadır. Fakat insanlar bunları elde etmede başarısız olduklarında ya da yanıldıklarını hissettiklerinde seçilen eş, çocukluk travmalarının yol açtığı yaraları iyileştirmek yerine aynı travmaların yeniden yaşanmasına neden olduğunda sonuç tükenmişlik olmaktadır (Pines & Nunes, 2003).

Pines'in Psikoanalitik-Varoluşçu Eş Tükenmişlik bakış açısına göre, mesleki tükenmişlik ile eş tükenmişliği arasında önemli düzeyde bir ilişki vardır. Çünkü insanların hem aşk ilişkisi, hem de meslek seçimi üzerinde aynı çocukluk travmalarının iyileştirilmesi ve de çocukluk ihtiyaçlarının doyurulması güdüsü söz konusu ise, ikisi arasında önemli düzeyde bir ilişkinin olması beklenen bir durum olarak değerlendirilmektedir (Pines, 1996). Literatürde bu değerlendirmeyi destekleyen birçok araştırma bulgusu göze çarpmaktadır (Pines, 1993; 1996; Pines, Nunes, Rodrigue & Utasi, 2000; Nunes, Pines, Rodrigue & Utasi, 2000; Utasi, 2000; Pines, 2000c; Gonzalez, 2000; Laes & Laes, 2001; Pines & Nunes, 2003; Pines ve diğ., 2011).

Diğer yandan, evlilik ve aile hayatından alınan doyumun ve aile yapısının olumlu olarak algılanması sonucu ortaya çıkan uyumun, mesleki tükenmişlikle negatif bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür (York, 1982; Cleary & Mechanic, 1983; Dytell, Pardine & Napoli, 1985; Greenglass & Burke, 1988; Wolstencroft, 1989; Tevrüz, 1996; Roberts & Le&nson, 2001; Brotheridge & Lee, 2005). Bu durumda, mesleki tükenmişlikle ilişkili olan eş tükenmişliğinin de evlilik uyumu ile ilişkili olması beklenen bir durum olarak değerlendirilebilir.

Ayrıca, tükenmişlik yaşayan eşlerle yapılan klinik çalışmalar, mülakatlar ve araştırmalarda, cinsiyetler açısından kadınların erkeklerden daha yüksek düzeyde tükenmişlik yaşadığı rapor edilmiştir (Pines, 1989; 1993; 1996; Pines ve diğ., 2011). Eş tükenmişliği ile ilişkisi incelenen cinsiyet değişkenine ek olarak, sosyo-demografik özelliklerden yaş, çalışma süresi ve evlilik süresi değişkenlerinin de eş tükenmişliği ile ilgili 21 tükenmişlik semptomu ile çeşitli biçimlerde anlamlı ilişkilerinin olduğu rapor edilmiştir (Laes & Laes, 2001). Buna ek olarak, Pines (1989) tükenmişlik üzerindeki zaman etkisini ve ilişki ve evlilik süresini değerlendirmek amacıyla yaptığı iki farklı çalışmadan elde ettiği veri analizi sonucunda, eş tükenmişliği ile ilişki ve evlilik süresi arasında beklenenin aksine anlamlı bir ilişkinin olmadığını bulmuştur. Benzer biçimde, bir çiftin sahip olduğu çocuk sayısı ve halihazırda evde yaşamakta olan çocuklarının sayısı ile eş tükenmişliği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olmadığını rapor etmiştir.

Diğer yandan, Pines (1989) eş tükenmişliği ile ilgili yaptığı çalışmalarda, eş tükenmişliğinin evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerle (pozitif bakış açısı, iletişim, güvenlik, kendini gerçekleştirme, önemlilik, duygusal çekicilik, cinsel yaşam, kişiliklerin bağdaşabilirliği, partnerin çekiciliği, fiziksel çekicilik, ortak hedefler, zihinsel çekicilik, kontrol, ortak paylaşım, takdir etme, fazla yüklenme, sıkılma, talep çatışması, başarı, bağımsızlık, iş-ev çatışması, ev işlerinin paylaşımı, istismar, değişiklik) ilişkili olduğunu ve bu değişkenlerden birçoğunun eş tükenmişliğinin anlamlı birer yordayıcısı olduğunu belirtmiştir. Buna ek olarak, yüksek ve düşük tükenmiş eşler arasındaki sosyal desteğe ilişkin yaptığı karşılaştırmalarda ise, tükenmiş eşlerin, mutlu evlilikleri olan eşlerden daha az düzeyde sosyal destek hissettikleri sonucuna ulaştığını da rapor etmiştir.

Sonuç olarak, yukarıda kısaca değinilen kuramsal yapı ve araştırma bulguları göz önünde bulundurulduğunda, özellikle yurtiçinde yapılan tükenmişlik araştırmalarının meslek çalışanları üzerinde mesleki tükenmişlik bağlamında yapıldığı göze çarpmaktadır. Ancak, yurtdışında yoğun bir araştırma konusu olmuş olan eş tükenmişliği konusunda yurtiçinde herhangi bir çalışmanın yapılmaması ve eş tükenmişliği ile ilişkili olan farklı değişkenlerin eş tükenmişliğini ne ölçüde yordadığının incelenmemesi bu araştırmanın yapılmasına ihtiyaç olduğunu düşündürmektedir. Yapılan bu çalışma ile eş tükenmişliğinin Pines'in psikoanalitik-varoluşçu tükenmişlik modeli bakış açısından Türk kültüründe ilk kez inceleniyor olması oldukça önemlidir. Ayrıca bu çalışmadan elde edilecek sonuçların Türkiye'deki evlilik, aile ve eş danışmanlığı alanındaki hizmetlere yönelik bilimsel düşünme ve araştırma olanaklarının yaratılmasına, Pines'in psikoanalitik-varoluşçu mesleki tükenmişlik ve eş tükenmişliği modelleri arasındaki, kavramsal, felsefi ve kuramsal ilişkilerin varlığına bir kanıt oluşturulmasına ve bu alanda çalışan evlilik ve aile danışmanları tarafından danışanlarının eş tükenmişliği problemlerinin çözüm sürecinde kullanılmasına katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

Bu açıklamaların ışığında, bu araştırmanın amacı, sosyo-demografik özellikler, mesleki tükenmişlik, evlilik uyumu, eş desteği, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerin evli bireylerin eş tükenmişliğini yordamadaki katkılarını incelemektir.

Problem Cümlesi

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

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

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

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini, Mersin Üniversitesi'nin tüm birimlerinde çalışmakta olan tüm evli kadın ve erkek personel oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemi belirlemek amacıyla, Mersin Üniversitesi Personel Daire Başkanlığı'na müracaat edilerek evli personellerinin sayısı ve birimlere göre dağılımı istenmiştir. Fakat ellerinde bu doğrultuda bir istatistiksel bilginin bulunmadığı cevabı üzerine örneklem belirlenememiştir. Bunun üzerine, üniversitenin tüm birimlerine gidilerek araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden ve evrenden seçkisiz (random) olarak seçilen toplam 435 (Yaş Ortalaması=36,26, Ss=6,56) evli kadın ve erkek personel araştırma grubunu oluşturmuştur. Araştırma grubunda yer alan bireylerin, 235'i kadın (% 54,02) ve 200'ü (% 45,98) erkek olup, % 29,9'u (n=130) akademik personel, % 23,3'si (n=101) idari personel, % 23,7'si (n=103) sağlık personeli ve % 23,2'si (n=101) de yardımcı personel olarak görev yapmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Eş Tükenmişlik Ölçeği (ETÖ): Eş Tükenmişlik Ölçeği (ETÖ), Pines & 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 güvenme" şeklindeki ifadeye 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 güvenilirlik çalışmaları Çapri (2008) 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.

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 & Aronson (1988) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Çapri (2006) tarafından gerçekleştirilmiştir. TÖ'nin geçerliği 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) ile yapılan ölçüt bağıntılı 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.

Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ): Locke & 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.

Kişisel Bilgi Formu: Çalışmada araştırma grubuna, diğer ölçme araçlarıyla birlikte sosyo-demografik özellikler, eş desteği, evlilik ve ilişki ile ilgili belirleyici olan bazı değişkenlere ilişkin bilgileri içeren bir "Kişisel Bilgi Formu" verilmiştir.

İşlem Yolu

Uygulamada kullanılan ölçme araçlarının araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden katılımcılara kimliklerinin gizliliğini sağlayarak daha içten bilgiler elde etmek amacıyla ölçme araçları kapalı zarf içinde verilip alınmış ve katılımcıların isimlerini yazmaları istenmemiştir.

Verilerin Analizi

Araştırmayla ilgili veri toplama araçları uygulandıktan sonra, her bir veri seti tek tek kontrol edilerek bilgisayar ortamına aktarılmış ve elde edilen verilerin istatistiksel analizleri için SPSS paket programının 11.5 versiyonu kullanılmıştır. Analize, uygulanan ölçme araçlarını tam ve doğru olarak dolduran bireylerin verileri alınmış, kişisel bilgi formu ve ölçme araçlarının herhangi birinde eksikliği olan bireylerin verileri değerlendirmeye alınmamıştır. Araştırma grubunda yer alan bireylerin cinsiyetlerine göre sosyo-demografik özellikler, mesleki tükenmişlik, eş desteği, evlilik uyumu, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerin eş tükenmişliğini yordamadaki katkılarını belirlemek için "Aşamalı Doğrusal Çoklu Regresyon Analizi" yapılmıştır. Aşamalı regresyon analizine, eş tükenmişliği ile istatistiksel olarak anlamlı ilişkilerin görüldüğü değişkenler dahil edilerek, bu değişkenlerin eş tükenmişliğinin ne kadarını yordadığı belirlenmeye çalışılmıştır. Veriler Kalaycı (2005)'nin belirttiği, "Aşamalı Doğrusal Çoklu Regresyon Analizi" uygulamasının yapılabilmesi için gerekli olan varsayımları karşıladığını göstermiştir. Araştırmada yordayıcı değişkenler iki kategoride ele alınmıştır. Birinci kategoride nicel değişkenler, ikinci kategoride ise nitel değişkenler bulunmaktadır. Aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizinde kategorik olan sosyo-demografik özelliklerden cinsiyet, 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. Ayrıca araştırmadaki evli kadın ve erkek bireylerin eş tükenmişliği puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığı t testi kullanılarak incelenmiştir. Sonuçların değerlendirilmesinde hata payı üst sınırı 0.01 ve 0.05 ölçüt olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın problemi doğrultusunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Evlili Bireylerde Eş Tükenmişlik Puanlarının Yordanmasına İlişkin Bulgular

Evlili bireylerde eş tükenmişlik puanlarının yordanmasına ilişkin bulgular Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Evli Bireylerde Eş Tükenmişlik Puanlarının Yordanmasına İlişkin Aşamalı Doğrusal Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	B	Standart Hata B	t	p	İkili r	ΔR ²
EŞ TÜKENMİŞLİĞİ		SABİT	3.676	.248	14.834	.000		
	1	EVLİLİK UYUMU (EU) R= 0.638 R ² = 0.407 F _(1,433) = 297.299*	-.021	.005	-4.570	.000	-.638	.407
	2	MESLEKİ TÜKENMİŞLİK (MT) R= 0.741 R ² = 0.549 F _(2,432) = 262.584*	.318	.032	9.896	.000	.531	.142
	3	GÜVENLİK (G) R= 0.764 R ² = 0.583 F _(3,431) = 200.933*	-.090	.037	-2.428	.016	-.575	.034
	4	FAZLA YÜKLENME (FY) R= 0.776 R ² = 0.602 F _(4,430) = 162.500*	.077	.025	3.099	.002	.442	.019
	5	DUYGUSAL ÇEKİCİLİK (DÇ) R= 0.786 R ² = 0.617 F _(5,429) = 138.259*	-.098	.035	-2.788	.006	-.562	.015
	6	İSTİSMAR (İ) R= 0.792 R ² = 0.627 F _(6,428) = 119.769*	.104	.032	3.275	.001	.457	.010
	7	ÖNEM (Ö) R= 0.796 R ² = 0.634 F _(7,427) = 105.747*	-.085	.037	-2.276	.023	-.584	.007
	8	POZİTİF BAKIŞ AÇISI (PBA) R= 0.799 R ² = 0.638 F _(8,426) = 93.984*	-.070	.036	-1.953	.050	-.511	.004
	9	CİNSİYET (C) R= 0.801 R ² = 0.642 F _(9,425) = 84.588*	-.140	.062	-2.271	.024	-.203	.004
10	PERSONEL TÜRÜ (PT) R= 0.803 R ² = 0.646 F _(9,425) = 77.218*	.045	.021	2.132	.034	.258	.004	

$$EŞ TÜKENMİŞLİĞİ=3.676-0.021EU+0.318MT-0.090G+0.077FY-0.098DÇ+0.104İ-0.085Ö-0.070PBA-0.140C+0.045PT$$

*p< .05

Tablo 1 incelendiğinde, evli bireylerde eş tükenmişliği puanlarına ilişkin çoklu regresyon analizi sonucunda 10 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 orta düzeyde bir ilişkinin $r = -.64$ olduğu görülmektedir. İkinci regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile mesleki tükenmişlik arasındaki ikili korelasyon değerinde pozitif ve orta düzeyde bir ilişki $r = .53$ 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 $r = -.58$ olduğu görülmektedir. Dördüncü regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile fazla yüklenme arasındaki ikili korelasyon değerinde pozitif ve orta düzeyde bir ilişki $r = .44$ olduğu görülmektedir. Beşinci regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile duygusal çekicilik arasındaki ikili korelasyon değerinde negatif ve orta düzeyde bir ilişki $r = -.56$ olduğu görülmektedir. Altıncı regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile istismar arasındaki ikili korelasyon değerinde pozitif ve orta düzeyde bir ilişki $r = .46$ olduğu görülmektedir. Yedinci regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile önem arasındaki ikili korelasyon değerinde negatif ve orta düzeyde bir ilişki $r = -.58$ olduğu görülmektedir. Sekizinci regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile pozitif bakış açısı arasındaki ikili korelasyon değerinde negatif ve orta düzeyde bir ilişki $r = -.51$ olduğu görülmektedir. Dokuzuncu regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile sosyo-demografik özelliklerden cinsiyet arasındaki ikili korelasyon değerinde negatif ve düşük düzeyde bir ilişki $r = -.20$ olduğu görülmektedir. Onuncu regresyon modelinde, eş tükenmişliği ile sosyo-demografik özelliklerden personel türü arasındaki ikili korelasyon değerinde pozitif ve düşük düzeyde bir ilişki $r = .26$ olduğu görülmektedir.

Tablodaki R değerleri incelendiğinde; evlilik uyumu değişkeni için korelasyon katsayısı $R = .64$ elde edilirken, sırasıyla mesleki tükenmişliğin eklenmesiyle $R = .74$ 'e, güvenlik eklendiğinde $R = .76$ 'ya, fazla yüklenme eklendiğinde $R = .78$ 'e, duygusal çekicilik ve istismar eklendiğinde $R = .79$ 'a, önem, pozitif bakış açısı, cinsiyet ve personel türü eklendiğinde ise $R = .80$ 'e yükseldiği görülmektedir.

R² değerleri incelendiğinde ise; sırasıyla evlilik uyumunun tüm varyansın % 41'ini, mesleki tükenmişliğin % 55'ini, güvenliğin % 58'ini, fazla yüklenmenin % 60'ını, duygusal çekiciliğin % 62'sini, istismar ve önemin % 63'ünü, pozitif bakış açısı ve cinsiyetin % 64'ünü personel türünün ise % 65'ini açıkladıkları görülmektedir.

Değişkenlerin tümü birlikte ele alındığında, bu değişkenlerin eş tükenmişliği puanları varyansının % 64,6'sını açıkladıkları görülmektedir. Eş tükenmişliğini en iyi yordayan değişkenin evlilik uyumu olduğu görülmektedir. Evlilik uyumu tek başına eş tükenmişliği varyansının % 40.7'sini açıklarken, bu değişkeni sırasıyla; mesleki tükenmişlik % 14.2, güvenlik % 3.4, fazla yüklenme % 1.9, duygusal çekicilik % 1.5, istismar % 1.0, önem % 0.7, pozitif bakış açısı % 0.4, cinsiyet % 0.4 ve personel türünün % 0.4 ile takip ettiği görülmektedir.

Diğer taraftan, yapılan regresyon analizi sonuçları değerlendirildiğinde, anlamlı bir model oluşturan on değişkenden evlilik uyumunun tek başına eş tükenmişlik varyansının % 41'ini açıkladığı ve bu değişkene mesleki tükenmişlik değişkeni eklendiğinde bu iki değişkenin varyansı açıklama oranının % 55'e yükseldiği görülmüştür. Bu noktada, en yüksek varyansı açıklama düzeyinin % 65 olduğu göz önünde bulundurulduğunda, kalan sekiz değişkeninin eş tükenmişliği varyansının yalnızca % 10'unu açıkladığının göze çarpmaktadır.

Ayrıca, regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, 10 regresyon modeli içinde yer alan bütün değişkenlerin eş tükenmişliği üzerinde istatistiksel olarak 0.05 düzeyinde anlamlı birer yordayıcı olduğu görülmektedir.

Regresyon analizi sonuçlarına göre eş tükenmişliğinin yordanmasına ilişkin regresyon eşitliği aşağıda verilmiştir:

$$EŞ TÜKENMİŞLİĞİ=3.676-0.021EU+0.318MT-0.090G+0.077FY-0.098DÇ+ 0.104İ-0.085Ö-0.070PB-0.140C+0.045PT$$

TARTIŞMA

Bu bölümde, araştırmanın problemi doğrultusunda elde edilen bulguların tartışılmasına yer verilmiştir.

Evli Bireylerde Eş Tükenmişlik Puanlarının Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Evli bireylerde, eş tükenmişliği puanlarına ilişkin çoklu regresyon analizi sonucunda, 10 değişik regresyon modeli elde edilmiştir. Değişkenlerin tümü birlikte ele alındığında, bu değişkenlerin evli bireylerin eş tükenmişliği varyansının % 64,6'sını açıkladıkları görülmektedir. Evli bireylerin eş tükenmişliğini en iyi yordayan değişkenin "evlilik uyumu" olduğu görülmektedir. Evlilik uyumu tek başına eş tükenmişliği varyansının % 40.7'sini açıklarken, bu değişkeni sırasıyla; mesleki tükenmişlik % 14.2, güvenlik % 3.4, fazla yüklenme % 1.9, duygusal çekicilik % 1.5, istismar % 1.0, önem % 0.7, pozitif bakış açısı % 0.4, cinsiyet % 0.4 ve personel türünün % 0.4 ile takip ettiği görülmektedir.

Elde edilen bulgular ışığında, evli bireylerdeki eş tükenmişliği puanlarının yordanmasına ilişkin sonuçlara bakıldığında, özellikle evlilik uyumu değişkeninin eş tükenmişliği toplam varyansının yarısından fazlasını tek başına açıkladığı göze çarparken, mesleki tükenmişliğin eklenmesiyle, bu iki değişkenin birlikte toplam eş tükenmişliği varyansının büyük bir kısmını açıkladığı görülmektedir. Bu aşamada, evlilik uyumu ve mesleki tükenmişlik değişkenlerinin, evli bireylerin eş tükenmişliği varyansını açıklama yüzdesi üzerinde önemli düzeyde bir katkısının olduğu görülürken, kalan sekiz değişkeninin bir arada eş tükenmişliği toplam varyansın açıklanma yüzdesine oldukça düşük düzeyde bir katkısının olduğunun görülmesi, dikkat çekici bir sonuç olarak göze çarpmaktadır.

Günümüz itibarıyla, birçok kültürel eğilimler vasıtasıyla, evlilik kurumu açısından köklü değişimler olmuş ve dolayısıyla modern evliliklerde stres yaşantıları da giderek artmaya başlamıştır. Özellikle de böylesi eğilimler, geniş ailelerin bölünmesine ve aile ile ilgili fonksiyonların da çeşitli resmi ve özel kurum ve kuruluşlara devredilmesine neden olmuştur. Örneğin çocuk bakımı konusundaki eğilim, ev yerine çocuk bakım merkezleri, kreş ve anaokullarına doğru bir değişim göstermiştir. Bu ve bunun gibi eğilimlerle birlikte, evlilik kurumunu korumaya yönelik hizmet veren bazı geleneksel yapılardan uzaklaşmaya başlanmıştır (Pines, 1996). Ayrıca, sosyo-ekonomik, teknolojik, kültürel, siyasi ve politik gelişmeler sonucu ortaya çıkan kiriz durumları günlük hayat içindeki bireyi ve evlilik kurumu içindeki eşleri de olumsuz yönde etkilemiştir.

Pines (1996)'a göre böylesi olumsuzlukların tehdidi altında olan bir evlilik ilişkisi, her iki eşin de birbirlerine fiziksel olduğu kadar, duygusal olarak da uyum sağlama ve uzlaşma zorunluluğunu ortaya

çıkarmaktadır. Ancak, bu durum hiç de kolay bir biçimde gerçekleşmemektedir. Özellikle de eşlerden birinin, sürekli olarak diğerinden bir şeyler talep etmesi durumunda, bu uyumu sağlamak da oldukça zor olmaktadır. Çünkü farklı bir kişiyle ortak bir yaşam içine girmek daima talepkar davranışları doğurmaktadır. İnsanlar farklı düşünüp, farklı değer, ihtiyaç ve beklentilere sahip olduğu için, bu durum her zaman bazı tavizlerin verilmesini gerektirmektedir.

İnsanların iş, aşk ve evlilik ile ilgili beklenti düzeyleri oldukça yüksektir. Birçok insan yeni bir işe, ilişkiye veya evliliğe başladıklarında bunların sonsuza dek süreceği umudunu taşımaktadır. Bu tür insanların, mesleki ve 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 seviyede yaşamaları olası olmaktadır. Aynı zamanda, mesleki ya da evlilik yaşamları ile ilgili tükenmişlik duyguları da ortaya çıkabilmektedir (Pines, 1993; 1996).

Bu noktadan hareketle, herhangi bir eşin evlilik yaşamına yüksek düzeyde bir beklentiyle girmesi ve bu beklentilerini karşılayabilmek için eşinden yoğun taleplerde bulunması, eğer eşlerin evlilik uyumları etkiliyor ve bu durum yoğun ve uzun süreli olduğunda tükenmişliğe de yol açabiliyorsa, evlilik uyumu ve tükenmişlik arasındaki ilişki de beklenen bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Diğer taraftan, literatürde evlilik ve aile hayatından alınan doyumun ve aile yapısının olumlu olarak algılanması sonucu ortaya çıkan uyumun mesleki tükenmişlikle negatif (York, 1982; Cleary & Mechanic, 1983; Dytell, Pardine & Napoli, 1985; Greenglass & Burke, 1988; Wolstencroft, 1989; Tevrüz, 1996; Roberts & Levenson, 2001; Brotheridge & Lee, 2005), mesleki tükenmişliğin de eş tükenmişliği ile pozitif (Pines, 1993; 1996; Pines ve diğ., 2000; Nunes ve diğ., 2000; Utasi, 2000; Pines, 2000c; Gonzalez, 2000; Laes & Laes, 2001; Pines & Nunes, 2003; Pines ve diğ., 2011) ilişkisinin olduğu göz önünde bulundurulduğunda, evlilik uyumunun da eş tükenmişliği ile aynı şekilde ilişkili olması ve eş tükenmişliğinin anlamlı bir yordayıcısının olması yönündeki beklenen durumu doğrulamış olduğu düşünülebilir.

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 & Kafry (1981) ve Pines & 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 bulunduğu ilişkin olarak elde edilen araştırma bulguları (Pines, 1993; 1996; Pines ve diğ., 2000; Nunes ve diğ., 2000; Utasi, 2000; Pines, 2000c; Gonzalez, 2000; Laes & Laes, 2001; Pines & 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 & Kafry, 1981; Pines & Aronson, 1988) ve eş tükenmişliği (Pines, 1989; 1993; 1996) modelleri arasındaki, kavramsal, felsefi ve kuramsal ilişkilerin varlığına bir kanıt olarak değerlendirilebileceği düşünülmektedir.

Diğer taraftan, mesleki tükenmişliğin, eş tükenmişliğini yordamada katkı sağladığının görülmesi, eş tükenmişliğinin de mesleki tükenmişlik üzerinde etkili olabileceği ve onu anlamlı düzeyde yordayıcı bir özelliğe sahip olabileceğini düşündürmektedir. 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 (Westman & Etzion, 1995; 1999; Hammer, Allen & Grigsby, 1997; Kinnunen & Mauno, 1998; Vinokur & Westman, 1998; Hochschild, 1999; Burke & Greenglass, 2001; Westman, 2002; Westman, Etzion & Danon, 2001; Demerouti, Bakker & Schaufeli, 2005; Bakker, Demerouti & Schaufeli, 2005; Lavee & Adital, 2007; Hammer & Zimmerman, 2010; Pines ve ark., 2011) destekleyici bir sonuç olduğu ve tükenmişliğin geçiş-yayıma sürecinin varlığına bir kanıt oluşturduğu düşünülebilir.

Ayrıca, araştırma kapsamındaki değişkenler açısından elde edilen araştırma bulguları, evli bireylerdeki eş tükenmişliğinin yordanmasında, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerden, güvenlik, fazla yüklenme, duygusal çekicilik, istismar, önem ve pozitif bakış açısı değişkenlerinin eş tükenmişliği varyansına % 8.9 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 da başlatabileceği belirtilmiştir. Elde edilen bulgular göz önünde bulundurulduğunda, birlikte eş tükenmişliği varyansının % 8.9'unu açıkladıkları görülen evlilik ve ilişki ile ilgili altı değişkenin, evli bireylerdeki eş tükenmişliğinin olması ya da olmamasında veya pozitif veya negatif bir sarmalın başlayıp başlamaması konusunda dinamik bir etkisinin olabileceği düşünülebilir.

Bu altı evlilik ve ilişki ile ilgili değişken arasında, eş tükenmişliği varyansına en yüksek düzeyde katkı sağlayan değişkenin % 3,4 ile “güvenlik” olduğu göze çarpmaktadır. 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. Tükenmiş eşler, ilişkilerinde güvenlik duygusunun çok az ya da hiç olmadığını ifade ederken, mutlu eşler ise güvenlik duygusunun kendilerine oldukça pozitif ve önemli bir ödül sağladığını ifade etmektedirler.

Pines (1989) eş tükenmişliği ile ilgili yaptığı çalışmalardan birinde, güvenlik 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 güvenlik duygusu arasında $r = -.59$ düzeyinde bir ilişki bulmuş ve güvenlik değişkeninin eş tükenmişliği varyansının % 0,2'sini açıkladığını rapor etmiştir. Bu çalışmada ise evli bireylerin eş tükenmişliği ile evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerden güvenlik arasında $r = -.58$ düzeyinde bir ilişki elde edilip, güvenlik değişkeninin eş tükenmişliği varyansının % 3,4'ünü açıkladığı görülerek benzer sonuçlara ulaşılmıştır.

Eş tükenmişliğinin artıran değişkenlerden birisi olarak belirtilen ve evli bireylerin eş tükenmişliği varyansına güvenlikten sonra en yüksek katkıyı % 1.9 ile sağlayan “fazla yüklenme” değişkeni, eş ilişkisi içerisindeki kişilerin taşıyabileceğinden çok daha fazla ve çok zor görevlerin altından kalkmadığı durumlarda ortaya çıkan duygu durumu olarak tanımlanmakta ve eşler arasındaki fazla yüklenme duygusunun yaşanma sıklığı ne kadar fazla olursa, tükenmişliğin de o düzeyde yüksek olacağı ifade edilmektedir (Pines, 1989). Diğer taraftan, Gueritault-Calvin ve diğ. (2000) fazla yüklenmenin tükenmişlik varyansının % 6'sını açıkladığını belirttikleri araştırmalarının ışığında, fazla yüklenmenin tükenmişliğin önemli bir yordayıcısı olduğunu ifade etmişlerdir.

Benzer biçimde, Pines (1989) Haifa çalışması olarak adlandırdığı araştırmasında tükenmişlik ile fazla yüklenme arasındaki korelasyonun istatistiksel olarak anlamlı olduğunu bulmuştur. Ayrıca Kafry & Pines (1980) insana yönelik meslek, şirket, bilim ve sanat alanlarındaki meslek çalışanından oluşan bir örneklem grubu üzerinde, çeşitli ev ve iş özelliklerine ilişkin görüşleri ile tükenmişlikleri arasındaki ilişkileri inceledikleri araştırmalarının sonucunda, katılımcıların ev ve iş özelliklerinden fazla yüklenme değişkeninin, tükenmişlikle anlamlı bir ilişkisinin olduğunu rapor etmişlerdir. Bu çalışmadan elde edilen bulgularda, evlilik ve ilişki ile ilgili fazla yüklenme değişkeninin, evli bireylerin eş tükenmişliğini anlamlı düzeyde yordayan bir değişken olduğunun görülmesi sonucu, Gueritault-Calvin ve diğ. (2000)'nin, Pines (1989)'ın Haifa çalışmasının ve Kafry & Pines (1980)'ın çalışmalarının araştırma sonuçlarıyla benzerlik gösterdiği düşünülmektedir.

Evli bireylerin eş tükenmişliği varyansına % 1.5 düzeyinde anlamlı bir katkı sağlayan diğer 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 katılımcıların eş tükenmişliği varyansının % 0,1'ini açıkladığını rapor etmiştir. Bu çalışmada ise evli bireylerin eş tükenmişliği ile duygusal çekicilik arasında $r = -.56$ düzeyinde bir ilişki elde edilip, duygusal çekicilik değişkeninin eş tükenmişliği varyansının % 1,5'ini açıkladığı görülerek benzer sonuçlara ulaşılmıştır.

Buna ek olarak, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerden "istismar"ın da 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 kadınlarda eş tükenmişliği ile anlamlı bir ilişkisinin ($r = .32$, $p < .002$) olduğunu rapor etmiştir. Fakat bu çalışmadan elde edilen bulgularda, istismar değişkeninin evli bireylerin eş tükenmişliğini de anlamlı düzeyde yordayan bir değişken olduğunun görülmesinin, kadınların eş tükenmişliği ile anlamlı bir ilişkisinin olduğu rapor edilen yukarıdaki araştırma sonucuna katkı sağlaması açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Ayrıca, evli bireylerin eş tükenmişliği varyansına % 0.7 düzeyinde anlamlı bir katkı sağlayan diğer değişkenin "önem" olduğu göze çarpmaktadır. Pines (1989) San Francisco çalışması olarak adlandırdığı araştırmasında eş tükenmişliği ile önem değişkeni arasında $r = -.55$ düzeyinde bir ilişki bulmuş ve önem değişkeninin katılımcıların eş tükenmişliği varyansının % 0,1'ini açıkladığını rapor etmiştir. Bu çalışmada ise evli bireylerin eş tükenmişliği ile önem değişkeni arasında $r = -.58$ düzeyinde bir ilişki elde edilip, önem değişkeninin eş tükenmişliği varyansının % 0,7'sini açıkladığı görülerek benzer sonuçlara ulaşılmıştır.

Evli bireylerin eş tükenmişliği varyansına anlamlı düzeyde bir katkı sağladığı bulunan evlilik ve ilişki ile ilgili son değişkenin "pozitif bakış açısı" olduğu göze çarpmaktadır. Lauer & Lauer (1985) uzun dönemli mutlu evliliklerin temel özelliklerini belirlemek amacıyla yaptıkları çalışmalarında, mutlu evliliklerin en temel özelliğinin ilişkiye yönelik pozitif bakış açısının olduğunu rapor etmişlerdir (Akt: Pines, 1996). Benzer biçimde, Pines (1989) eş tükenmişliği ile ilgili yaptığı çalışmalarının sonucunda, yüksek ve düşük tükenmişlik gruplarında yer alan eşler arasındaki, en büyük farklılaşmanın görüldüğü değişkenin, pozitif bakış açısı olduğunu rapor etmiştir. Bu noktada, pozitif bakış açısı ortalama puanı ve tükenmişlik düzeyi düşük olan grup ile yüksek olan grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğunu bulmuştur. Ayrıca, Pines (1989) San Francisco çalışması olarak adlandırdığı araştırmasında, çalışmaya katılan eşlerin tepkileri sonucunda, tükenmişlikle en yüksek ilişkiye sahip olan ($r = -.72$) ve 18 evlilik ve ilişki ile ilgili değişken içinde eş tükenmişliğini en fazla yordayan değişkenin (% 50) ilişkiye bir bütün olarak pozitif bir biçimde bakma becerisi olduğunu rapor etmiştir. Diğer taraftan, aynı çalışmada kadın ve erkeklerden bu evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenleri önemlilik derecesine göre sıralamaları da istenmiş ve sıralama sonuçlarına göre, kadın ve erkekler için birinci sırada önemliliğe sahip olan evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenin pozitif bakış açısı olduğunun görüldüğü ifade edilmiştir.

Bu çalışmada ise evli bireylerin eş tükenmişliği ile evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerden pozitif bakış açısı arasında $r = -.64$ düzeyinde bir ilişki elde edilip, pozitif bakış açısı değişkeninin eş tükenmişliği varyansının % 0,4'ünü açıkladığı görülmüştür. Bu noktada, evli bireyler için eş tükenmişliği ile pozitif bakış açısı değişkenleri arasında elde edilen korelasyon değeri, Pines (1989)'ın rapor ettiği korelasyon değeriyle benzerlik göstermesine rağmen, yordama düzeyi açısından elde edilen büyük farklılık dikkat çekici bulunmuştur.

Buna ek olarak, bu çalışmada, eş tükenmişliğini yordayıcı özelliğe sahip olan çok az sayıda sosyo-demografik özelliğin bulunduğu göz önünde bulundurulduğunda, evli bireyler için sosyo-demografik özelliklerden eş tükenmişliğini % 0.4 düzeyinde yordayıcı bir özelliğe sahip olan yalnızca "cinsiyet" ve "personel türü" değişkenlerinin olduğu göze çarpmaktadır. Pines (1989; 1993; 1996) eş tükenmişliğindeki cinsiyet farklılıklarına kanıt oluşturmak amacıyla, tükenmişlik yaşayan eşlerle yaptığı klinik çalışmalar ve mülakatlarda kadınların erkeklerden daha yüksek düzeyde tükenmişlik yaşadığını rapor etmiştir. Benzer biçimde, Pines (1989) Haifa çalışmasında da eş tükenmişliği ile evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenler arasında cinsiyet farklılıklarının olup olmadığını da incelemiş ve genelde kadınlar lehine anlamlı sonuçlara ulaşıldığını rapor etmiştir.

Bu çalışma kapsamında, eş tükenmişliği ile cinsiyet arasında $r = -.20$ düzeyinde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu ve cinsiyet değişkeninin eş tükenmişliği varyansı üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Bu durumda hangi cinsiyetin eş tükenmişliği üzerinde etkili olduğunu ortaya çıkarmak için, çalışmadaki evli kadın ve erkek bireylerin eş tükenmişliği puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma

olup olmadığına bakılmış ve kadınlar lehine elde edilen [$t_{(433)}= 4.58, p<.01$] araştırma sonuçlarının, Pines (1989; 1993; 1996)'ın araştırma sonuçlarını desteklediği görülmüştür.

Evli bireylerin eş tükenmişliği üzerinde etkili olan son değişkenin ise “personel türü” olduğu görülmektedir. Blix, Cruise, Mitchell & Blix (1994) üniversite personellerinin çok sayıdaki öğrenci, meslektaş ve idareci ile yoğun bir iletişim ve ilişki içinde olmalarından dolayı, tükenmişlik adayı olduklarını ifade etmişlerdir. Literatüre bakıldığında, üniversite personellerinin mesleki tükenmişlikleri ile cinsiyet (Örneğin, Taycan, Kutlu, Çimen ve Aydın, 2006; Hogan & McKnight, 2007), yaş ve hizmet süresi (Örneğin, Lackritz, 2004; Aktuğ, Susur, Keskin, Balcı ve Seber, 2006), eğitim düzeyi (Örneğin, Aktuğ ve diğ., 2006), akademik ünvan (Örneğin, Budak ve Sürgevil, 2005; Aktuğ ve diğ., 2006), medeni durum (Örneğin, Brewer & McMahan, 2003; Aktuğ ve diğ., 2006), çocuk durumu (Örneğin, Budak ve Sürgevil, 2005; Aktuğ ve diğ., 2006), çocuk sayısı (Danylchuk, 1993) gibi sosyo-demografik özellikler arasında ilişkisel, farklılaşmaya dayalı ve yordayıcı çalışmalar göze çarpmaktadır.

Fakat yapılan çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda, personel türü olarak adlandırılarak oluşturulan bir değişkenle ne mesleki tükenmişliğin, ne de eş tükenmişliğinin çalışılmadığı göze çarpmaktadır. Bu noktada, elde edilen sonuçlar, özellikle evli bireylerin eş tükenmişliği varyansına % 0.4 düzeyinde anlamlı bir katkı sağladığı görülen personel türü değişkeninin, eş tükenmişliğinin yordanmasında önemli bir değişken olabileceğini düşündürmektedir.

Sonuç ve Öneriler

Araştırmadan elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde, özellikle Türk kültürü içinde daha önce hiç çalışılmamış olan eş tükenmişliği ile ilgili yapılan bu araştırmanın, yurt içindeki tükenmişlik literatürüne önemli bir katkı sağladığı ve farklı bir bakış açısı sunduğu düşünülmektedir. Elde edilen bütün bulgular göz önüne alınıp genel bir değerlendirme yapıldığında, araştırma bulguları evli bireylerin eş tükenmişliği puanları üzerinde en temel etkiye sahip olan değişkenlerin, evlilik uyumu ve mesleki tükenmişlik olduğu göze çarpmaktadır. Bu iki ortak değişkenin açıkladıkları varyans yüzdeleri göz önünde bulundurulduğunda, evli bireylerin eş tükenmişliği puanlarının yordanması üzerinde oldukça önemli etkiye sahip olduğu görülmektedir. Diğer yandan, sosyo-demografik özelliklerden eş tükenmişliğinin yordanması üzerinde yalnızca cinsiyet ve personel türü değişkenlerinin anlamlı bir etkiye sahip olduğu göze çarpmaktadır. Evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerden ise eş tükenmişliğini daha önceki araştırmalarda en yüksek düzeyde yordadığı rapor edilen değişkenlerden biri olan, pozitif bakış açısı değişkeninin, bu araştırmada da eş tükenmişliğini anlamlı düzeyde yordayan değişkenler arasında olduğu görülmektedir.

Araştırmanın sonuçlarına dayalı olarak gelecekte eş tükenmişliği ile ilgili çalışmalar yapacak araştırmacılar ile eşler üzerinde çalışan, evlilik ve aile alanlarında hizmet veren uzmanlara aşağıdaki önerilerde bulunulabilir:

1. Bu araştırmada, mesleki tükenmişlik ve evlilik uyumu değişkenlerinin eş tükenmişliği varyansını % 55 düzeyinde açıkladığı göz önünde bulundurulduğunda, birbirleri üzerinde oldukça önemli etkilere sahip olduğu bulunan bu üç değişken üzerinde farklı araştırma dizaynları içerisinde, derinlemesine araştırmaların yapılarak, aralarındaki ilişkilerin aydınlatılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

2. Bu araştırmada, eş tükenmişliği ile pozitif bakış açısı arasında elde edilen korelasyon değerinin literatürdeki değerlerle benzerlik göstermesi, ancak yordama düzeyi açısından literatürdeki değerlerden büyük farklılık göstermesi, eş tükenmişliği ve pozitif bakış açısı değişkeni ile ilgili ayrıntılı çalışmaların yapılmasına ihtiyaç duyulduğunu düşündürmektedir.

3. Bu araştırmada, Eş tükenmişliği varyansına anlamlı düzeyde bir katkı sağladığı görülen cinsiyet ve personel türü değişkenlerinin, nitel ve nicel araştırma yöntemlerinin kullanıldığı farklı araştırmalar içinde derinlemesine incelenmesi yararlı olacaktır.

4. Bu araştırmadan elde edilen sonuçların, Pines'in Psikoanalitik-Varoluşçu Mesleki Tükenmişlik ve Eş Tükenmişliği Modelleri arasındaki, kavramsal, felsefi ve kuramsal ilişkilerin varlığına bir kanıt oluşturduğu göz önünde bulundurulduğunda, özellikle Pines'in bu modellerini test etmeye yönelik, nitel ve nicel araştırma yöntemlerinin kullanıldığı çalışmaların yapılmasının gerekli olduğu düşünülmektedir.

5. Bu araştırmadan elde edilen bulgular sonucunda, ilişki, evlilik ve aile yaşamı üzerinde oldukça önemli bir etkiye sahip olduğu ve bu alan içinde yeni bir kavram olarak yerini almış olduğu görülen eş tükenmişliğinin, gelecekte yapılacak araştırmalarda, eşlerin her ikisinin de dahil edildiği bir zeminde, gerek evlilikle ilgili (yaşam doyumu, evlilik doyumu, yüklenme biçimleri gibi), gerekse psikolojik (stres,

depresyon, problem çözme, öz-yeterlik, empati gibi) bazı değişkenlerle değerlendirilmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

6. Stres ve tükenmişliğe karşı önemli bir tampon görevini üstlendiği bilinen anne-baba, kardeş, aile, akraba öğretmen, uzman, komşu, sevgili, eş desteği vb. gibi sosyal destek türlerinden, iş ve evlilik yaşamındaki sosyal destek ve eş desteği türlerinin, bu araştırma kapsamında eş tükenmişliğinin anlamlı bir yordayıcısının olmadığı bulunması, sosyal desteğe ilişkin eş tükenmişliği araştırmalarının sürmesi gerektiğini düşündürmektedir.

7. Ülkemizde ilk kez çalışılan bir konu alanı olan, eş tükenmişliği ile ilgili bu araştırma, Mersin Üniversitesi'nin farklı birimlerinde çalışmakta olan, tüm evli personel arasından, araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden üniversite personeli üzerinde yürütülmüştür. Bundan sonra yapılacak araştırmalarda, bu çalışmanın bir benzerinin farklı üniversite personellerinin de içinde bulunduğu bir örneklem grubu üstünde genişletilerek tekrar edilebileceği ve farklı meslek alanlarında çalışmakta olan evli meslek elemanları üzerinde öz-yeterlik, depresyon, kaygı gibi psikolojik değişkenlerin de dahil edildiği bir araştırma dizaynı içinde gerçekleştirilerek sınanabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Aktuğ, İ. Y., Susur, A., Keskin, S., Balcı, Y. ve Seber, G. (2006). Osmangazi üniversitesi tıp fakültesi'nde çalışan hekimlerde tükenmişlik düzeyleri. *Osmangazi Tıp Dergisi*, 28 (2), 91-101.
- Aslan, S. H., Gürkan, S. B., Alparslan, Z. N. ve Ünal, M. (1996). Tıpta uzmanlık öğrencisi hekimlerde tükenme düzeyleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 7(1), 39-45.
- 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.
- Blix, A. G. Cruise, R. J. Mitchell, B. N., & Blix, G. G. (1994). Occupational stress among university teachers. *Educational Research*, 36 (2), 157-169.
- Brewer, E. W. & McMahan, J. (2003). Job stress and burnout among industrial and technical teacher educators. *Journal of Vocational Education Research*, 28 (2), 125-140.
- Brotheridge, C. M. & Lee, R. T. (2005). Impact of work-family interference of general well-being: A replication and extension. *International Journal of Stress Management*, 12 (3), 203-221.
- Budak, G. ve Sürgevil, O. (2005). Tükenmişliği ve tükenmişliği etkileyen örgütsel faktörlerin analizine ilişkin akademik personel üzerinde bir uygulama. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 20 (2) 95-108.
- 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.
- Çapri, B. (2006). Tükenmişlik ölçeği'nin Türkçe uyarlama geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (1), 62-77.
- Çapri, B. (2008). *Eş tükenmişliğini yordayan değişkenlerin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Danylchuk, K. E. (1993). The presence of occupational burnout and its correlates in university physical education personnel. *Journal of Sport Management*, 7, 107-121.
- 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.
- Dytell, R. S., Pardine, P., & Napoli, A. (1985). *Importance of occupational and non-occupational stress among professional men and women*. Paper presented at the meeting of the Eastern Psychological Association, Philadelphia.
- Ergin, C. (1992). *Doktor ve hemşirelerde tükenmişlik ve Maslach Tükenmişlik Ölçeği'nin uyarlanması*. VII. Ulusal Psikoloji Kongresi, Ankara.
- 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.
- 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.

- Gueritault-Calvin, V., Kalichman, S. C., Demi, A., & Peterson, J. L. (2000). Work-related stress and occupational burnout in aids caregivers: Test of a coping model with nurses providing aids care. *Aids care, 12* (2), 149-161.
- 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.
- Hochschild, A. R. (1999). *The time bind: When work becomes home and home becomes work*. New York: Henry Holt.
- Hogan, R. L. & McKnight, M. A. (2007). Exploring burnout among university online instructors: An initial investigation. *Internet and Higher Education, 10*, 117–124.
- Kafry, D. & Pines, A. M. (1980). The experience of tedium in life work. *Human Relations, 33* (7), 477-503.
- Kahill, S. (1988). Symptoms of professional burnout. A review of the empirical evidence. *Canadian Psychology, 29*, 284-297.
- Kalaycı, Ş. (2005). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Asil Yayın Dağıtım, Ankara.
- 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.
- 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. (1986). *Maslach Burnout Inventory Manual*. Palo Alto, CA Consulting Psychologist Press.
- Maslach, C. (1998). A multidimensional theory of burnout. In C.L. Cooper (Ed.). *Theory of organizational stress* (pp. 68-86). New York: Oxford University Press.
- 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., 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. (2000a). Treating career burnout: A psychodynamic existential perspective. *Psychotherapy in Practice, 56* (5), 633-642.
- Pines, A. M. (2000b). Nurses' burnout: An existential psychodynamic perspective, *Journal of Psychosocial Nursing & Mental Health Services, 38* (2), 23-31.
- Pines, A.M. (2000c). 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. & Yanai O. (2000). Unconscious influences on the choice of a career: Implications for organizational consultation. *Journal of Health and Human Services Administration, 4*, 502-511.
- Pines, A. M. & Yanai O. (2001). Unconscious determinants of career choice and burnout: theoretical

- model and counseling strategy. *Journal of Employment Counseling*, 38, 170-184.
- 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.
- Roberts, N. A. & Levenson, R. W. (2001). The remains of the workday: Impact of job stress and exhaustion on marital interaction in police couples. *Journal of Marriage and Family*, 63, 1052-1067.
- Schaufeli, W. B. & Enzmann, D. (1998). *The burnout companion to study & practice: A critical analysis*. London: Taylor & Francis.
- Taycan, O., Kutlu, L., Çimen, S. ve Aydın, N. (2006). Bir üniversite hastanesinde çalışan hemşirelerde depresyon ve tükenmişlik düzeyinin sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 7, 100-108
- Tevrüz, S. (1996). *Endüstri ve örgüt psikolojisi*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- 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.
- Vandenberghe, R. & Huberman, A. M. (1999). *Understanding and preventing teacher burnout: A sourcebook of international research and practice*. Cambridge: Cambridge University Press.
- 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.
- Weisberg, J. & Sagie, A. (1999). Teachers' physical, mental and emotional burnout: impact on intention to quit. *The Journal of Psychology*, 133 (3), 333-339.
- 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. (2001). A model of stress crossover. *Human Relations*, 54, 557-591.
- Westman, M., Etzion, D., & Danon, E. (2001). Job insecurity and crossover of burnout in married couples. *Journal of Organizational Behavior*, 22, 467-481.
- Wolstencroft, J. M. (1989). *Burnout and marital adjustment in urban and rural clergy families*. The Florida State University. Unpublished Dissertation.
- York, D. C. (1982). Relationship between burnout and assertiveness, aggressiveness, styles of relating, and marital adjustment with pastors. Biola University, Rosmead School of Psychology. Unpublished Dissertation.