

CİNSİYET FARKLILIĞININ TÜKENMİŞLİK VE YAŞAM DOYUMUNA ETKİSİ: KIRKLARELİ ÜNİVERSİTESİNDE GÖREV YAPAN ARAŞTIRMA GÖREVLİLERİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

Makale Başvuru Tarihi: 07.02.2018
Makale Kabul Tarihi: 19.03.2018

Bora YENİHAN,

Doç. Dr. , Kırklareli Üniversitesi, İİBF, Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri Bölümü

bora.yenihan@klu.edu.tr

Nisan Nur ÇAKIR,

Doktora Öğrencisi, Kırklareli Üniversitesi, SBE, Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri ABD

nisannurcakir@gmail.com

Büşra ALABAŞOĞLU,

Yüksek Lisans Öğrencisi, Kırklareli Üniversitesi, SBE, Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri ABD

busra.alabasoglu@hotmail.com

Özet

Tükenmişlik 1970'li yıllardan sonra literatüre girmiş bir kavram olarak mesleki bir tehlike biçiminde kabul edilmiştir. Çalışanların iş yaşamlarında karşılaştıkları çeşitli olumsuz duyguları ifade eden tükenmişlik birçok kavramla ilişkilidir. Son yıllarda tükenmişlik ile ilgili yapılan çalışmaların önemli bir bölümü de yaşam doyumu tükenmişlik ilişkisini araştırmaya yöneliktir. İnsanların yaşamlarından duydukları mutluluğu ifade eden yaşam doyumu kavramı başta iş yaşamı olmak üzere insanların tüm sosyal çevreleri ile ilişkili olarak ortaya çıkmaktadır. Bu çalışma da Kırklareli Üniversitesinde görev yapan Araştırma Görevlilerinin yaşadıkları tükenmişlik düzeyleri ile yaşam doyumu seviyeleri cinsiyet faktörü ele alınarak incelenmiştir. Cinsiyet açısından Araştırma Görevlilerinin tükenmişlik düzeyleri arasında bir farklılık bulunamazken, cinsiyet faktörü dikkate alınmadığında yaşam doyumu ve tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: *Tükenmişlik, Yaşam Doyumu, Cinsiyet*

THE IMPACT OF LIFE SATISFACTION AND BURNOUT ON GENDER DIFFERENCE: A STUDY ON RESEARCH ASISSTANTS WORKING AT KIRKLARELİ UNIVERSITY

Abstract

Burnout was accepted in the literature as a occupational hazard after the 1970s. Burnout, which expresses various negative emotions that employees encounter in their work life, is related to many concepts. In the recent years, an important part of the ongoing studies on burnout has also begun to explore life satisfaction and burnout relations. The concept of life satisfaction, which expresses the happiness that people feel in their lives, appears in relation to all the social environment of people, especially business life. This study was carried out by considering the level of burnout experienced by Research Assistants working at Kırklareli University and the gender factor of life satisfaction levels. As a result, there was no significant difference in burnout among the Research Assistants in terms of gender, but there was a significant relationship between life satisfaction and burnout levels when the gender factor was not taken into consideration.

Keywords: *Burnout, Life Satisfaction, Gender*

GİRİŞ

İnsan yaşamının önemli bir bölümünü kapsayan çalışma hayatı birçok değişkenden etkilenebilmektedir. Özellikle 1970'li yıllardan sonra çalışma yaşamında meydana gelen dönüşümler ve beyaz yakalı çalışanların sayısının gün geçtikçe artması literatüre yeni kavramları ve yeni çalışma alanlarını kazandırmıştır. Tükenmişlik kavramı da bu dönemlerden günümüze kadar gelen süreçte üzerinde sıkça durulan bir olgu haline gelmiştir. Mesleki bir tehlike olarak nitelendirilen tükenmişlik, çalışanların mesleklerinden dolayı maruz kaldıkları olumsuz duygular şeklinde nitelendirilebilirken aynı zamanda diğer birçok kavramla da ilişkili olduğunu söylemek mümkündür.

Yaşam doyum kavramı ise insanların yaşamları ile ilgili beklentileri ve elde ettiklerinin bir karşılaştırılması şeklinde kendisini göstermektedir. Çalışma yaşamı insanların hayatlarının önemli bir bölümünü oluşturmakta ve yaşam doyum düzeylerini etkileyebilmektedir. Yerli ve yabancı araştırmacıların yaptıkları çalışmalar göstermektedir ki insanların iş yaşamlarında karşılaştıkları olumsuz durumlar yaşam doyum düzeylerini de olumsuz etkilemektedir.

Bu çalışmada Kırklareli Üniversitesinde görev yapan Araştırma Görevlilerinin tükenmişlik seviyeleri ve yaşam doyum düzeyleri cinsiyet faktörüne bağlı olarak incelenmeye çalışılacaktır. Yapılan literatür taraması sonucunda konunun teorik alt yapısı oluşturularak daha sonra çeşitli ölçekler kullanılarak "Kırklareli Üniversitesinde görev yapan Araştırma Görevlilerinin tükenmişlik seviyeleri ve yaşam doyum düzeyleri arasında cinsiyete bağlı bir farklılık var mıdır?" sorusuna cevap aranacaktır.

1. Tükenmişlik Kavramı ve Boyutları

Tükenmişlik kavramı ilk kez Freudenberger tarafından 1974 yılında kullanılmış ve bu kavram mesleki bir tehlike şeklinde nitelendirilmiştir (Arı ve Bal, 2008: 132). Başarısızlık, yıpranma, aşırı yüklenme ve karşılanamayan istekler sonucu ortaya çıkan enerji, güç kaybı sonucu bireyin enerjisinin tükenme durumu olarak da nitelendirilen tükenmişliğin en yaygın tanımı ise Maslach tarafından yapılmıştır. (Üngören vd., 2010: 2923; Bakan ve Tombak, 2014: 682). Maslach'a göre tükenmişlik "*işinden kaynaklı yoğun duygusallığa maruz kalan ve sürekli diğer insanlarla yüz yüze çalışmak durumunda kalan kişilerde görülen fiziksel bitkinlik, uzun süreli yorgunluk, çaresizlik ve umutsuzluk duygularının, yapılan işe, hayata ve diğer insanlara karşı olumsuz tutumlarla yansımaları ile oluşan bir sendromdur*" (Bakan ve Tombak, 2014: 682).

Sözlükteki tanımında ise; tükenmişlik, enerji, güç ve kaynaklar üzerinde aşırı taleplerden dolayı başarısızlığa uğramak, yavaş yavaş yıpranmak veya yorulmaktır. Öznel bir olgu olarak düşünüldüğünde tükenmişlik, duygusal taleplerin yoğun olduğu ortamlarda uzun süre çalışan, fiziksel olarak yıpranan, çaresizlik, ümitsizlik ve hayal kırıklığı ile birlikte olumsuz benlik içine giren, işyerinde çalışanlara ve yaşama karşı olumsuz duygular besleyen kişilerde görülen bir durumdur (Çapulcuoğlu ve Gündüz, 2013: 13).

Kavla'ya göre; tükenmişlik, kişi ile çevresi arasında olan karşılıklı etkileşimin negatif bir deneyimle sonuçlanması ve kronik iş stresine tepkidir (Akt. Avşaroğlu vd., 2005: 117). Diğer yandan kişinin iş ve aile yaşamı ayrıca sosyal yaşam gibi birden çok alanda stres yaşatan olayla karşı karşıya kalması ve stres yaşamaya yatkın bir kişilik yapısına sahip olması da tükenmişlik sendromunun ortaya çıkmasını kolaylaştırmaktadır (Eroğul ve Örkün, 2012: 325).

Tükenmişliğin nedenleri, bireysel ve örgütsel olmak üzere iki grupta toplanmaktadır. Bireysel nedenleri; yaş, cinsiyet, medeni durum, çocuk sayısı, işe bağlılık, kişisel beklentiler, güdülenme, kişilik örüntüleri, performans, bireysel yaşantıda karşılaşılan stresler, iş doyum ve üstlerinden gördüğü destek gibi etmenlerden oluşmaktadır. Örgütsel nedenleri ise; yapılan işin niteliği, yapılan meslek tipi, çalışma süresi, iş yerinin özellikleri, iş yükünün yoğunluğu, iş gerilimi, rol belirsizliği, eğitim durumu, karara katılmama, örgüt içi ilişkiler, ekonomik ve toplumsal etmenlerdir (Avşaroğlu vd., 2015: 117). Tükenmişlik literatürde farklı şekillerde kavramsallaştırılsa da tanımların ortak noktası iş stresi nedeniyle bireyin iç kaynaklarının tükenmesidir (Çelik, 2016: 1140). Tükenmişlik; işi gereği insanlarla yoğun ilişki içerisinde olanlarda görülen bir tür strestir (Ceylan vd. 2016: 49).

Tükenmişlik kavramı bir süreç olarak değerlendirildiği, bu bağlamda da iki modelin var olduğu gözlenmektedir: Maslach Modeli ve Golembiewski Modeli (Arı ve Bal, 2008: 134). Maslach modelinde, Maslach ve Jackson tükenmişliğin üç farklı boyuttan oluşan çok boyutlu bir yapı olduğunu savunmaktadırlar. Bu boyutlar duygusal tükenmişlik, duyarsızlaşma ve kişisel başarıdır (Kış, 2015: 88). Maslach Modeline göre tükenmişlik bireyin işe ilişkin stres kaynaklarına verdiği bir tepki olarak duygusal tükenme ile başlar. Duygusal tükenmişlikle baş etme stratejisi olarak birey diğer insanlarla olan ilişkilerinde duyarsızlaşmaya ve onlarla arasına psikolojik olarak bir mesafe koymaya başlar. Duyarsızlaşma başladığında ise birey, çalıştığı kişiler ve işverenin kendisinden beklentileri ile içerisinde bulunduğu durum arasındaki uyumsuzluğu fark eder. Bu durumda kişinin kendisini yetersiz hissetmesi ve başarılarını değerlendirirken kendisini başarısız bulması ile sonuçlanır. Maslach Modeline göre duygusal tükenmişlik duyarsızlaşmanın, duyarsızlaşma da kişisel başarıda düşme hissini bir nedeni olarak değerlendirilmektedir. Golembiewski Modelinde ise duyarsızlaşma ile tükenmişlik süreci başlar. Duyarsızlaşma kişinin işe ilişkin performansına yansır ve başarıya ilişkin değerlendirmelerini etkileyerek kişisel başarıda düşme hissine yol açar. Bir sonraki aşamada ise bireyin duygusal tükenmişlik yaşaması ile son bulur. Golembiewski Modeline göre duyarsızlaşma kişisel başarıda düşme hissini, kişisel başarıda düşme hissi de duygusal tükenmenin nedenidir (Arı ve Bal, 2008: 134-135).

Tükenmişliğin sonuçları ise; ortamdan uzaklaşma eğilimi, işi aksatma, hastalıktan kaynaklanan sebeplerle işe geç gelme veya gelmeme, hizmet kalitesinde düşme, işletme içi ve dışı insan ilişkilerinde bozulma ve uyumsuzluklar, örgütsel bağlılıkta azalma, azalmış verim ve düşük performans, sağlık problemleri, işgücü devrinde yükselme şeklinde ortaya çıkabilmektedir (Mete vd., 2015: 42). Hatta tükenmişliğin sonuçları birey ve çalışma hayatı üzerinde yaptığı olumsuz etkilerle bitmemekte, tükenmişlik sonucu ortaya çıkan ruhsal sıkıntılar, davranış bozukluklarına ve kişilerarası anlaşmazlıklara yol açtığından aile hayatını da olumsuz etkilemektedir (Ardıç ve Polatçı, 2008: 75).

2. Yaşam Doyumu

Neugarten, tarafından ilk kez 1961 yılında ortaya atılan yaşam doyumu kavramı daha sonra pek çok araştırmacının çalışmalarına da ışık tutmuştur. Yaşam doyumu, bir insanın istekleriyle, elinde olanların karşılaştırılması sonucu elde edilen durumdur. Yaşam doyumu, kişinin beklentilerinin, gerçek durumla kıyaslanmasıyla ortaya çıkan sonucu gösterir (Özer ve Karabulut, 2003: 73). Yaşam doyumu kavramı bireyin kendisine yüklediği kriterler ile yaşam koşullarını algılayışı arasındaki karşılaştırmaları, dolayısıyla kendi yaşamı hakkında değer biçmesini kapsamaktadır. Yaşam doyumu durumsal bir değerlendirmeden çok kişinin genel olarak tüm yaşamını ve bu yaşamının çok farklı boyutlarını kapsar. Yaşam doyumu öznel iyi olmanın bilişsel bileşenleri olup, bu bileşenler birbirleriyle yakından ilgilidirler (Recepoğlu ve Tümlü, 2015: 1852; Çeçen, 2007: 181).

Öznel iyi oluş, kişinin yaşamını bilişsel ve duygusal olarak değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır. Bu değerlendirme, olaylara verilen duygusal tepkileri ve doyumun bilişsel değerlendirmesini kapsamaktadır (Tümlü ve Recepoğlu, 2013: 207).

Öznel bir nitelik taşıyan yaşam doyumu, bireyin kendi durumuna uygun bir standart olduğunu düşündüğü durumlarla karşılaştırmasıdır. Bu standartlar, bireyin iyi bir yaşam için belirlediği kendi ölçütleri olabildiği gibi, yaygın olarak önem verilen genel ölçütlerden de oluşabilmektedir. Ayrıca, bireyin farklı yaşam alanlarında başarı kazanabilmek için daha farklı standartları benimsemesi de söz konusu olabilir. Bu nedenle, bireyin belirli bazı yaşam alanlarındaki doyumlarından çok, yaşamına ilişkin genel yargılarını değerlendirmenin daha önemli olduğu vurgulanmaktadır (Çivitçi, 2012: 322). Yaşam doyumu tümünden gelimci bir yaklaşımla, daha çok kişilik gibi etmenlere bağlı olarak yaşamın genel değerlendirmesidir şeklinde de açıklanabilmektedir (Şimşek ve Aktaş, 2014: 124).

Yaşam doyumu kavramı kişiden kişiye farklı algılandığı için, kavramın tanımlanmasında ve kapsamının belirlenmesinde belirsizlik söz konusudur. Bu nedenle çok farklı yaklaşımlara rastlanılmaktadır. Bireylerin yaşam doyumunu etkileyen unsurlar şu şekilde sıralanmaktadır (Keser, 2005: 80);

- Günlük yaşamdan mutluluk hissetmek,
- Yaşamı anlamlı bulmak,

- Amaçlara ulaşma konusunda uyum,
- Pozitif bireysel kimlik,
- Fiziksel olarak bireyin kendisini iyi hissetmesi,
- Ekonomik güvenlik,
- Sosyal ilişkiler.

3. Tükenmişlik ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki

Tükenmişlik ve yaşam doyumu kavramlarının birbiriyle olan ilişkisi doğal bir sonuç olarak kabul edilmekte olup, bu sonuçların kişilerin farklı tutum ve tepkilerinden kaynaklandığı ifade edilmektedir (Avşaroğlu vd., 1999: 117). Özellikle bireylerin iş ortamında karşılaştıkları uzun süreli stres karşısında kendilerini ortaya koymalarını engelleyici boyuta ulaşması tükenmişliğe, tükenmişlik de örgüt ve birey açısından ciddi sonuçlar doğuran önlenmesi gereken durumlara neden olmaktadır (Çokluk, 2000; Ağaoğlu vd., 2004).

Alan yazın incelendiğinde tükenmişliğin, mesleki tükenmişlik, yaşam doyumu, iş doyumu arasındaki ilişkinin sıklıkla irdelendiği görülmektedir (Uyguç vd., 1998; Ünal vd., 2001; Kurçer, 2005; Keser, 2005; Sanlı, 2006).

Literatürde yer alan çalışmalarda öğretmenlere yönelik iş doyumu, yaşam doyumu, mesleki tükenmişlik ve tükenmişlik ilişkisinin araştırıldığı görülmektedir (Akçamete vd., 1998; Avşaroğlu vd., 1999; Saraçoğlu, 2001). Üniversite akademik personelinin yaşam doyumuna yönelik araştırmaların sonucuna göre ise, ders yükleri ve çalışma saatlerinin fazla olması, bilimsel çalışma imkânlarının yetersizliği, sosyal ve ailevi yaşantılarının kısıtlı olması yaşam doyumlarını olumsuz etkileyerek tükenmişliğe neden olduğu tespit edilmiştir (Tümlü ve Reçepoğlu, 2013; 207; Barut ve Kalkan, 2002; Gold, 1988; Koyuncu, 2001; Murat, 2003; Talbot, 2000; Todd-Mancillas, 1988; Tümkaya, 1999; Tümkaya, 2006; Tümkaya, 2007).

Öğretmenlerin ekonomik durumları, mesleki statüleri, hizmet verdikleri yer ve çevre koşulları yaşam doyumlarını etkileyen faktörler arasında yer alırken bu unsurların eksik kalması sonucunda tükenmişliğin yaşamasında stresli öğretim koşullarına, öğrencilere ve öğretim durumuna ciddi olumsuz etkiler yaratmaktadır (Tümkaya, 1996; Avşaroğlu vd., 1999: 118). Özellikle araştırma görevlilerinin yoğun çalışma şartları altında iş, boş zaman ve diğer iş dışı zaman olarak tanımlanan yaşama gösterdiği duygusal tepkilerin genel yaşam doyumlarına etkisi daha hızlı gerçekleşmekte olup, mesleki olarak öğrencilere doğrudan hizmet veren araştırma görevlilerinin tükenmişliğe maruz kalmaları daha hızlı gerçekleşmektedir (Dolunay, 2002: 52; Sung-Mook ve Giannakopoulos, 1994).

Tükenmişliğin bireysel nedenleri arasında yer alan cinsiyet unsurunun yaşam doyumu ile olan ilişkisinin literatürdeki yeri incelendiği zaman ise bazı çalışmalarda cinsiyet değişkeninin tükenmişlik düzeylerinde etki yaratmadığı (Kırılmaz vd., 2003; Dolunay, 2002), bazı çalışmalarda ise erkeklerin, kadınlara nazaran daha çok tükenmişlik yaşadıkları tespit edilmiştir (Ağaoğlu vd., 2004).

4. Materyal ve Yöntem

Çalışmada veri toplama aracı olarak anket yöntemi tercih edilmiştir. Anketin birinci bölümü katılımcıların demografik özelliklerini belirlemeye yönelikken diğer iki bölümde kullanılan ölçekler katılımcıların tükenmişlik seviyelerini ve yaşam doyum düzeylerini ölçmeye yöneliktir. Kırklareli Üniversitesinde görev yapan Araştırma Görevlilerinin demografik özelliklerini sorgulamak üzere 6 soru yöneltilmiştir. Bu bölüm katılımcıların cinsiyetini, yaşını, medeni durumunu, çocuk sayısını, eğitim durumunu, kaç yıldır iş hayatında olduğunu belirlemeyi hedeflemektedir.

Kullanılan birinci ölçekte, ankete katılanların tükenmişlik seviyelerini ölçmeye yönelik olarak Maslach'ın tükenmişlik envanteri kullanılmıştır. Maslach'ın tükenmişlik envanteri ilk olarak Ergin (1992) tarafından Türkçeye uyarlanmış ve Çam (1992) tarafından da güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçek 22 sorudan ve 3 boyuttan oluşmaktadır. Duygusal tükenme boyutunu ölçmeye yönelik olarak 1, 2, 3, 6, 8, 16, 20 numaralı sorular, duyarsızlaşma boyutunu ölçmeye yönelik olarak 5, 10, 11, 15, 21, 22 numaralı sorular ve kişisel başarı hissini ölçmeye yönelik olarak 4, 7, 9, 12, 14, 18, 19 numaralı sorular bulunmaktadır. Mevcut araştırmada Tükenmişlik alt boyutları olan duygusal tükenme boyutunun Cronbach's Alpha değeri 0,822,

duyarsızlaşma boyutunun Cronbach's Alpha değeri 0,682, kişisel başarı boyutunun Cronbach's Alpha değeri 0,770 olduğu tespit edilmiştir.

Ölçeğin ikinci bölümünde Diener ve arkadaşları tarafından 1985 yılında oluşturulan yaşam doyum ölçeği kullanılmıştır. Köker (1991) tarafından Türkçeye uyarlanan bu ölçek 5 sorudan oluşmaktadır (Akt. Çivitçi, 2012). Mevcut araştırmada Cronbach's Alpha değeri 0,803 olarak tespit edilmiştir. Çalışmada kullanılan her iki ölçekte beşli likert sistemine dayalıdır.

4.1. Araştırmanın Örneklemi ve Hipotezleri

Bu çalışma da Kırklareli Üniversitesinde görev yapan Araştırma Görevlilerinin yaşamış oldukları tükenmişlik hissi ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişki araştırılmaya çalışılmıştır. Çalışmanın evreninin Kırklareli Üniversitesi'nin fakülte ve yüksekokullarında görev yapan araştırma görevlileri oluşturmaktadır. Evren belirlenirken Kırklareli Üniversitesi, Personel Daire Başkanlığı ile iletişime geçilmiş ve 27.03.2017 yılı itibari ile herhangi bir görevlendirme almadan görev yapan Araştırma Görevlilerinin sayısı net olarak öğrenilmiştir. Alınan bilgi doğrultusunda evren 114 olarak belirlenmiştir. Evrenin tamamına ulaşılmış ancak çalışmaya katılmayı kabul eden Araştırma Görevlisi sayısı 90 olmuştur.

Yapılan literatür taraması sonucunda bu konuda daha önce yapılan yerli ve yabancı çalışmaların bir kısmına ulaşılmış ve çalışmanın hipotezleri şu şekilde belirlenmiştir:

Hipotez 1: Araştırma görevlilerinin tükenmişliği ve yaşam doyumu cinsiyete göre anlamlı bir fark yoktur.

Hipotez 2: Araştırma görevlilerinin tükenmişliğin alt boyutu olan duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarılarının yaşam doyumu ile ilişkisi vardır.

4.2. Bulgular

Araştırmada kullanılan Maslach Tükenmişlik Ölçeğinin alt boyutlarının güvenilirlik analizleri, Cronbach Alpha katsayılarının hesaplanmasıyla yapılmıştır. Sonuçlar, Kırklareli Üniversitesi'nde yapılan tükenmişlik ve yaşam doyumu ölçümünün istikrarlı ve tutarlı olduğunu göstermektedir. Yaşam doyumu değişkeninin ortalamasının 3,27 olduğu tespit edilmiştir. Sonuçlar Tablo 1. de verilmiştir.

Tablo 1. Ölçeklere İlişkin Ortalama Değer ve Puanlar

Değişken	Madde Sayısı	Cronbach's Alpha	Toplam	Standart Sapma
Duygusal Tükenme Boyutu	9	0,822	22,56	6,22
Duyarsızlaşma Boyutu	5	0,682	9,31	3,19
Kişisel Başarı Boyutu	8	0,770	25,70	4,12
Yaşam Doyumu	5	0,803	3,27	0,72

Tablo 2. katılımcıların demografik özelliklerini göstermektedir.

Tablo 2. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişken	Frekans	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	35	% 38,9
Erkek	55	% 61,1
Yaş		
22 – 30	41	% 45,5
31 – 35	43	% 47,8
36 ve Üzeri	6	% 6,7
Medeni Durum		
Bekâr	49	% 54,4
Evli	41	%45,6
Çocuk Sayısı		
0	67	% 74,7
1	19	%21,1
2 ve +	4	%4,4
Eğitim Durumu		
Lisans	6	%6,7
Yüksek Lisans	64	%71,1
Doktora	20	%22,2
Çalışılan Süre (Yıl)		
0 – 1	5	% 5,6
2 – 3	14	% 15,6
4 – 5	26	% 28,9
6 – 7	22	%24,4
8 ve üzeri	23	%25,6
Toplam	90	%100

Buna göre; 35 kadın (%38,9) ve 55 erkek (%61,1) araştırmaya katılmıştır. Araştırmaya katılanların yaşları incelendiğinde, 22 – 30 yaş arası 41 katılımcı (% 45,5), 31 – 35 yaş arası 43 (% 47,8) katılımcı ve 36 ve üzeri yaşta bulunan 6 (% 6,7) katılımcı olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların 49'unun (% 54,4) bekâr, 41'inin (%45,6) evli olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılanların sahip oldukları çocuk sayısı ile ilgili, 67 katılımcının (74,7) çocuk sahibi olmadığı, 19 katılımcının (%21,1) 1 çocuk sahibi olduğu ve 4 katılımcının (%4,4) 2 ve/veya daha fazla çocuk sahibi olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların 6'sının (%6,7) lisans, 64'ünün (%71,1) yüksek lisans, 20'sinin (%22,2) doktora düzeyinde eğitime sahip olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılanların 5'i (%5,6) 0-1 yıl arası, 14'ü (%15,6) 2-3 yıl arası, 26'sı (%28,9) 4-5 yıl arası, 22'si (%24,4) 6-7 yıl arası, 23'ü (%25,6) 8 yıl ve üzeri süredir çalışmaktadırlar.

Tablo 3. Ölçeklere İlişkin Normal Dağılım Analizi Sonuçları

Değişken	Kolmogorov-Smirnov Test Sonuçları		
	İstatistik	sd	p
Duygusal Tükenme Boyutu	,139	90	,000
Duyarsızlaşma Boyutu	,132	90	,001
Kişisel Başarı Boyutu	,122	90	,002
Yaşam Doymumu	,139	90	,000

Tablo 3. ölçeklere ilişkin normal dağılım analizi sonuçlarını içermektedir. Ölçeklerin normal dağılıma uygun olup olmadığını belirlemek amacıyla Kolmogorov-Smirnov normal dağılım testleri uygulanmıştır. Elde edilen bulgular; tükenmişlik alt boyutları ve yaşam doymumu değişkenlerinin normal dağılım özelliklerine sahip olmadığını göstermiştir. Bu çerçevede, normal dağılım özelliklerine sahip olmayan değişkenler için parametrik olmayan testler (örneğin; Mann-Whitney U) kullanılmıştır.

Tablo 4. Tükenmişlik Alt Boyutları ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular

Değişken	Ortalama±SS	Test	Test Değeri	p değeri
Duygusal Tükenme				
Kadın	23,25±6,05	MW-U	Z: -0,929	0,353
Erkek	22,12±6,51			
Duyarsızlaşma				
Kadın	9,40±3,36	MW-U	Z: -0,067	0,947
Erkek	9,25±3,12			
Kişisel Başarı				
Kadın	25,20±3,00	MW-U	Z: -1,111	0,267
Erkek	26,01±3,83			
Yaşam Doyumu				
Kadın	3,34±0,71	MW-U	Z: -0,936	0,350
Erkek	3,23±0,73			

Tablo 4. tükenmişlik altı boyutları olan duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı ile yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılaşmasının sonuçlarını göstermektedir. Buna göre; kadınların tükenmişlik seviyeleri (2,67±0,40) ile erkeklerin tükenmişlik seviyeleri (2,67±0,38) arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir (z: -0,012; p: 0,990).

Duygusal tükenmenin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği incelendiği zaman, kadınların duygusal tükenmelerinin (23,25±6,05) erkeklerin duygusal tükenmelerinden (22,12±6,51) farklı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (z: -0,929; p: 0,353).

Duyarsızlaşma ile cinsiyet arasında farklılık olup olmadığına dair yapılan analizler sonucunda kadınların duyarsızlaşmasının (9,40±3,36) erkeklerin duyarsızlaşmasından (9,25±3,12) farklı olmadığı tespit edilmiştir (z: -0,067; p: 0,947).

Kişisel başarı ile cinsiyet arasında farklılık olup olmadığına dair yapılan analizler sonucunda da kadınların kişisel başarısının (25,20±3,00) erkeklerin kişisel başarısından (26,01±3,83) farklı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (z: - 1,111; p: 0,267).

Yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği incelendiği zaman, kadınların yaşam doyumunun (3,34±0,71) erkeklerin yaşam doyumundan (3,23±0,73) farklı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (z: -0,936; p: 0,350). Bu bağlamda çalışmanın H1 hipotezi kabul edilmiştir.

Tablo 5. Tükenmişlik Alt Boyutları ve Yaşam Doyumu İlişkisine Dair Bulgular

Değişkenler	Yaşam Doyumu	p
1. Duygusal Tükenme	-0,428**	0,000
2. Duyarsızlaşma	-0,302**	0,004
3. Kişisel Başarı	0,535**	0,000

*: p<0,05

** : p<0,01

Tablo 5. tükenmişlik altı boyutları olan duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı ile yaşam doyumunu ile ilişkili olup olmadığını göstermektedir. Buna göre, duygusal tükenme ve yaşam doyumunu arasında negatif bir ilişki (rho: -0,428; p: 0,000); duyarsızlaşma ve yaşam doyumunu arasında negatif bir ilişki (rho: -0,302; p: 0,004); kişisel başarı ve yaşam doyumunu arasında ise pozitif bir ilişki (rho: 0,537; p: 0,000) bulunmaktadır.

Diğer bir ifade ile Kırklareli Üniversitesi araştırma görevlilerinin yaşam doyumu arttıkça duygusal tükenme, duyarsızlaşmalarında azalma yaşanırken; kişisel başarılarında artışlar meydana geldiği tespit edilmiştir. Bu bağlamda çalışmanın H2 hipotezi kabul edilmiştir.

SONUÇ

Yerli ve yabancı literatür incelendiğinde tükenmişlik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiye yönelik birçok çalışma olduğu görülmektedir. Yapılan bu çalışmalar tükenmişlik ve yaşam doyumu kavramları arasındaki ilişkiyi ortaya koymakta ve tükenmişlik düzeylerinde yaşanan artışların yaşam doyumunu olumsuz yönde etkilediği ortaya çıkmaktadır.

Özellikle eğitim sektöründe yoğun çalışma temposu, ekonomik beklentiler, statü ve hizmet verilen bölgelerin tükenmişlik düzeyleri üzerinde etkileri olduğu ve bu etkilerin yaşam doyumunu olumsuz etkilediğini söylemek mümkündür. Ancak bireysel faktörlerden cinsiyetin tükenmişlik düzeyleri üzerindeki etkisi tartışmalı bir konudur. Yapılan çalışmaların bir kısmı cinsiyet ve tükenmişlik arasında bir ilişki saptayamazken, bazı çalışmalar erkeklerin tükenmişlik düzeylerinin kadınlardan daha fazla olduğunu göstermektedir.

Bu çalışmada da cinsiyet faktörü ile tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu çerçevede çalışma literatürdeki diğer çalışmaların önemli bir bölümünü destekler niteliktedir. Yine yaşam doyumu ile cinsiyet faktörü arasında da bu çalışma bağlamında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir.

Tükenmişlik seviyeleri ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde ise aralarında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Yaşam doyumu arttıkça duygusal tükenme ve duyarsızlaşma boyutlarının seviyelerinde azalma, kişisel başarı hissinde ise artma olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar itibari ile çalışma literatürü destekler niteliktedir.

Çalışanların yaşam doyum düzeyleri ile tükenmişlik seviyeleri arasındaki ilişki insan yaşamına dair birçok konuya ışık tutabilecek niteliktedir. Hayatlarını mutlu bir şekilde geçiren insanların çalışma yaşamlarında tükenmişlik sendromuna yakalanma ihtimallerinin daha düşük, çalışma yaşamında tükenmişlik sendromuna yakalanmayan insanlarınsa hayatlarının diğer alanlarında da daha mutlu olacaklarını söylemek mümkündür.

KAYNAKÇA

Ağaoğlu, E; Ceylan, M; Kasım, E; Madden, T. (2004), "Araştırma Görevlilerinin Kendi Tükenmişlik Düzeylerine İlişkin Görüşleri". Malatya: XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı.

Avşaroğlu S., Deniz M., Kahraman A. (1999), "Teknik öğretmenlerde yaşam doyumu iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi" Yayınlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.

Ardıç, Kadir ve Polatçı, Sema (2008), "Tükenmişlik Sendromu Akademisyenler Üzerinden Bir Uygulama (GOÜ Örneği)", Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, Cilt 10, Sayı 2, s. 69-96.

Arı, Güler Sağlam ve Bal, Çına Emine (2008), "Tükenmişlik Kavramı: Bireyler Ve Örgütler Açısından Önemi", Yönetim Ve Ekonomi, Cilt 15, Sayı 1, s. 131-148.

Avşaroğlu, Selahattin, Deniz, M. Engin ve Kahraman, Ali (2005), "Teknik Öğretmenlerde Yaşam Doyumu İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi", Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Sayı 14, 115-129.

Bakan, Hakan ve Tombak, Nurdoğan (2014), "İdari Personelin Tükenmişlik Düzeylerinin Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi: Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Örneği", Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, Cilt 7, Sayı 35, s. 681-695.

Barut, Y. & Kalkan, M. (2002), "Ondokuz Mayıs Üniversitesi Öğretim Elemanlarının Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi". Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 14, 65-76.

Ceylan, Harun, Gül, Nimet ve Öksüz, Metin (2016), "Sosyal Çalışmacılarda İş Doyumu ve Tükenmişliğe Etki Eden Faktörlerin Sosyal Hizmet Alanlarına Göre Karşılaştırmalı İncelenmesi", Yalova Sosyal Bilimler Dergisi, Cilt 6, Sayı 11, s. 43-69.

Çam, O. (1992), "Tükenmişlik Envanterinin Geçerlilik ve Güvenirliliğinin Araştırılması", 7. Ulusal Psikoloji Kongresi Çalışmaları, 22-25 Eylül.

Çapulcuoğlu, Uğur ve Gündüz, Bülent (2013), "Lise Öğrencilerinde Tükenmişliğin Cinsiyet, Sınıf Düzeyi, Okul Türü ve Algılanan Akademik Başarı Değişkenlerine Göre İncelenmesi", Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 3, Sayı 1, s. 12-24.

Çeçen, A. Rezan (2007), "Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet ve Yaşam Doyumu Düzeylerine Göre Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi", Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 3, Sayı 2, s. 180-190.

Çelik, Muhsin (2016), "Tükenmişlik Yaşam Doyumu Ve İş Yükü İlişkisi: Denizli'de Faaliyet Gösteren Muhasebe Meslek Mensupları Üzerinde Bir Araştırma", Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, Cilt 21, Sayı 4, s. 1139-1152.

Çivitçi, Asım (2012), "Üniversite Öğrencilerinde Genel Yaşam Doyumu Ve Psikolojik İhtiyaçlar Arasındaki İlişkiler", Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt 21, Sayı 2, s. 321-336.

Çokluk, Ö. (2000). "Örgütlerde Tükenmişlik: Yönetimde Çağdaş Yaklaşımlar". (Edit: Cevat Elma ve Kamile Demir). Ankara: Anı Yayıncılık.

Dolunay, A.B (2002). "Genel Liseler ve Teknik-Ticaret-Meslek Liselerinde Görevli Öğretmenlerde Tükenmişlik Durumu". Ankara: Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası. 55 (1).

Ergin, C. (1992), "Doktor ve Hemşirelerde Tükenmişlik ve Maslach Tükenmişlik Ölçeğinin Uyarlanması", Türk Psikologları Derneği Yayınları.

Eroğul, Rezan Çeçen ve Örkün, Ümran (2012), "Tekstil Sektörü Mavi Yaka Çalışanlarının Yaşam Ve Tükenmişlik Düzeylerinin İş Doyumu Tarafından Yordanması", Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt 21, Sayı 1, s. 323-338.

Gold, Y. (1988), "Recognizing and Coping with Academic Burnout", Contemporary Education, 59(3), 142-145.

Keser, Aşkın (2005), "İş Doyumu Ve Yaşam Doyumu İlişkisi: Otomotiv Sektöründe Bir Uygulama", Çalışma ve Toplum, Sayı 4, s. 77-96.

Kırılmaz, A.Y; Çelen, Ü; Sarp, N. (2003). "İlköğretimde Çalışan Bir Öğretmen Grubunda "Tükenmişlik Durumu" Araştırması". İlköğretim online 2 (1) 2-9.

Kış, Ali (2015), "Eğitim Paydaşlarının Tükenmişliğinde Cinsiyet Farklılığı: Bir Meta-Analiz Çalışması (Türkiye Örneği)", Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 2, Sayı 34, s. 88-106.

Koyuncu, M. (2001), "Üniversite Öğretim Elemanlarında Tükenme Duygusu ve Organizasyondan Ayrılma İsteğine Etkisi", 9.Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi, 349-360.

Kurçer, M. A. (2005), "Harran üniversitesi Tıp Fakültesi Hekimlerinin İş Doyumu ve Tükenmişlik Düzeyleri" Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 2 (3), 11.

Mete, Mehmet, Ünal, Ömer Faruk, Akyüz, Bülent ve Kılıç, Recep (2015), "Psikolojik Şiddetin İşe Bağlı Tükenmişliğe Etkisi: Batman İlinde Öğretmenler Üzerine Bir Araştırma", Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi, Cilt 6, Sayı 12, s. 37-61.

Murat, M. (2003), "Üniversite Öğretim Elemanlarında Tükenmişlik", Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2(19), 25-34.

Özer, Melek ve Karabulut, Özsoy Özlem (2003), "Yaşlılarda Yaşam Doyumu", Geriatri, Cilt 6, Sayı 2, s. 72-74.

Recepoglu, Ergün ve Tümlü, Ülker Gamze (2015), "Üniversite Akademik Personelinin Mesleki Ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", Kastamonu Üniversitesi Kastamonu Eğitim Dergisi, Cilt 23, Sayı 4, s. 1851-1868.

Sanlı, S. (2006), "Adana ilinde çalışan polislerin iş doyum ve tükenmişlik düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi" Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.

Sung-Mook, H. & Giannakopoulos, E. (1994). The Relationship of satisfaction with life to personality characteristics. Journal of Psychology Interdisciplinary & Applied, 128(5), 547-558.

Şimşek, Eylem ve Aktaş, Hakkı (2014), "Örgütsel Sessizlik ile Kişilik ve Yaşam Doyumu Etkileşimi: Kamu Sektöründe Bir Araştırma", Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Cilt 14, Sayı 2, s. 121-136.

Talbot, L. A. (2000), "Burnout and humor usage among community college nursing faculty members" Community College Journal of Research & Practice, 24(5), 359-374.

Tümkaya, S. (1999), "Akademik Tükenmişlik Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması". Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Fakültesi, Ankara.

Tümkaya, S. (2006), "İş Ortamı ve Mizah Yoluyla Başa Çıkmanın Öğretim Elemanlarındaki Tükenmişlikle İlişkisi" Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 6(3), 889-921.

Tümkaya, S. (2007), "Burnout and humor relationship among university lecturers" Humor: International Journal of Humor Research, 20(1), 73- 92.

Tümlü, Ülker Gamze ve Recepoglu, Ergün (2013), "Üniversite Akademik Personelinin Psikolojik Dayanıklılık Ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki", Yükseköğretim ve Bilim Dergisi, Cilt 3, Sayı 3, s. 205-213.

Üngören, Engin, Doğan, Hulusi, Özmen, Mehmet ve Tekin, Akgün Ömer (2010), "Otel Çalışanlarının Tükenmişlik Ve İş Tatmini Düzeyleri İlişkisi", Journal of Yasar University, Cilt 17, Sayı 5, s. 2922-2937.