

MASLOW'UN TÜKENMİŞLİK ÖLÇEĞİ İLE MYO ÖĞRENCİLERİNİN TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİNİN BELİRLENEREK DEĞERLENDİRİLMESİ

Okan Sarıgöz
Hakkari Üniversitesi
okansarigoz@hakkari.edu.tr

Yusuf Çermik
Hakkari Üniversitesi
yusufcrmk@mynet.com

Özet

Bu araştırmada, 'Maslow'un Tükenmişlik Ölçeği' kullanılarak Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin Tükenmişlik Düzeyleri belirlenmeye çalışılmıştır. Bu amaç doğrultusunda, daha önceden Türkçeye çevrilmiş olan 'Maslow'un Tükenmişlik Ölçeği' ile Hakkari Sağlık Hizmetleri MYO'da okuyan öğrencilerin Tükenmişlik, Öz Yeterlik ve Kendine olan Güven, düzeyleri bazı demografik değişkenler de göz önünde bulundurularak belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırma sonuçları, SPSS paket programı, F ve t testi yardımıyla hesaplanmıştır. Araştırmanın sonucunda öğrencilerin, Tükenmişlik düzeylerinin beklenenin üstünde olduğu, Kendilerine Güvenlerinin ise beklenin altında olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonuçlarından hareketle öğrencilerin bir üniversiteye yerleştikten sonra ileriki yaşamları ile ilgili daha bilinçli hale geldikleri ve yaşadıkları bazı olumsuzlukların onları karamsarlığa sürüklediği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Tükenmişlik, Öz Yeterlilik, İnancı Kaybetme, Üniversite.

MASLOW'S BURNOUT MEASURE VOCATIONAL WITH STUDENTS EVOLUTION OF THE LEVELS OF BURNOUT DETERMINED

Abstract

In this research, Maslow's Burnout Measure using the Vocational School students tried to determine levels of burnout. For this purpose, which is already translated Maslow's Burnout Measure with the students in Hakkari Health Services MYO's Burnout, self-efficacy and self-confidence levels of the mind also tried to determine some of the demographic variables. The research results, SPSS packet program, with the help of F and t tests were calculated. As a result of research students, have been higher than expected levels of burnout, a confidence in them is expected to have reached the conclusion that the under. After moving to a college student from the results of research related to future lives have become more conscious and driven by pessimism reached the conclusion that some of them negative.

Key Words: Burnout, Self Sufficiency, Losing Faith, University.

GİRİŞ

Tükenmişlik kavramı 1974 yılında Freudenberger tarafından ortaya atılmış bir kavramdır (Weiskoopf, 1980: 18). Tükenmişlik, bireyde meydana gelen ağır baskı ve değişimler sonucu bazı duyguların yok olması veya azalması olarak tanımlanabilir. Maslach & Zimbardo (1982) tükenmişliği, insanlarla yoğun ilişkiler içerisinde olan kişilerde görülen bireysel başarının azlığı, duyarsızlaşma ve duygusal tükenme (Maslach & Zimbardo, 1982). olarak

tanımlamaktadırlar. Günümüzde en fazla insanlarla yüz yüze ve stres içerisinde çalışan meslekler polislik, hemşirelik, doktorluk, öğretmenlik vb. mesleklerdir. Bu mesleklerde çalışan bireyler hem insanlarla yüz yüze ve bire bir ilişkiler kurmakta hem de stresli bir meslekte çalışmaktadırlar. Baltaş ve Baltaş (2002)'a göre tükenmişlik, genellikle iki ya da daha fazla kişinin çalıştığı yerlerde veya örgütlerde maksimum başarıyı yakalayabilmek için gereğinden fazla çalışanlar ve yapması gereken işten fazlasını yapanlarda ortaya çıkmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2002). Pines (2002)'e göre insanlar bir işte çalıştıklarında veya bir alanda başarılı olduklarında, başarılarının anlamlı ve başardıkları işlerin faydalı ve yararlı olduğunu hissetmelerine ihtiyaçları vardır. İnsanlar bu duyguları hissetmediklerinde bir dönem sonra hayal kırıklıklarına uğrayarak yaptıkları işlerde mutlu olmamaya başlarlar bu da bireylerde tükenmişliği ortaya çıkarır (Pines, 2002). Maslach & Leiter (1997)'ye göre tükenmişlik, insanın ruhuna hitap eder ve ortaya çıktığında insanın ruhunu çökertir (Maslach & Leiter, 1997). Tükenmişlik her zaman bireyin kendi kendine ortaya çıkardığı veya tek başınayken etkilendiği bir durum değildir. Bazen birey bir toplulukla veya bir grupta çalışıyorsa tükenmişlik grubun veya topluluğun tamamında aynı anda grubun başarısızlığı durumunda gruptan da kaynaklanabilir. German ve diğ. (2002)'ye göre tükenmişlik bireyle veya grupta yaşandığında bireyden veya gruptan da kaynaklanabilir (German ve diğ., 2002).

Girgin ve Baysal (2005) ile Çam (1991)'e göre tükenmişlik sendromu Duygusal, Zihinsel ve Fiziksel duygular içerir. Duygusal tükenmişlik yaşayan bireylerde görülen bazı olumsuzluklar; bireyin işine eskisi kadar iyi yoğunlaşamaması, kendilerine mobbing veya yıldırma davranışı uygulandığını sanma, kendilerini güvende hissedememe, umutsuzluk, mekanikleşme, işe eskisi gibi istekle gitmeme, huzursuz ve sinirli olma gibi belirtilerdir. Zihinsel tükenmişlik bulguları; kendisine, çevresine, işine ve genel olarak yaşama karşı olumsuz tutum içerisinde olma, umursamamazlık, doyumsuzluk, işi yavaşlatma, çeşitli engellerle iş verimini ve kalitesini düşürme, ileri vakalarda ise işini önemsememe, işini bırakma ve hayatı önemsememe gibi davranışlar. Fiziksel tükenmişlik bulguları ise; depresyon, kronik yorgunluk, enerji kaybı, madde bağımlılığı, güçsüzlük, baş ağrıları, uykusuzluk, bulantı, çeşitli kramplar ve intihar etmeye kadar varabilecek eylemlerdir (Girgin ve Baysal, 2005; Çam, 1991). Bireyde meydana gelen veya gelebilecek olan tükenmişlik duygusu sadece bireyi etkilememektedir. Bireyin ailesini, yakın çevresini, arkadaşlarını, sosyal çevresini, akrabalarını da etkileyebilmektedir.

Tükenmişlik her zaman sadece bir işyerinde veya meslekte çalışan bireylerde görülmeyebilir. Umudun tükendiği ve olumsuz düşüncelerin başladığı birçok bireyde tükenmişlik baş gösterebilir. İş olmayan bir bireyde, hayatta istediğini elde edememiş bir kişide veya bir sınavdan istediği puanı alamamış bir öğrencide de olumsuz duygular baş göstermiş ve yavaş yavaş tükenmişlik de başlamış olabilir.

İyi bir eğitim alamamış ve alt yapısı olmayan bir öğrenci daha sonra başka bir okulda alt yapısı olan ve kültürlü öğrencilerle öğrenime başladığında öğrenci ister istemez sıkıntıya girip okula gitmeme davranışı gösterebilir. Bu öğrenciler için istenilmeyen bir durumdur. Öğrenci zamanla arkadaşları ile arasındaki bu açığı kapatamadığında, Bursluluk, Seviye Belirleme veya Üniversite sınavlarında beklemediği bir puanı aldığına bu da öğrencilerde tükenmişlik duygusunu ortaya çıkarabilir. Öğrenci istediği bir öğretim programına yerleşemediği halde üniversiteyi kazanmanın verdiği hevesle ilk zamanlarda derslere karşı hevesli olup dersleri ilgi ile takip ederken, zaman ilerledikçe ders yoğunluğu ve konular arttıkça ve dersler zorlaştıkça genellikle öğrencilerde derslerden kopmalar veya uzaklaşmalar meydana gelir ve öğrenciler genellikle uzaklaştıkları derslerden başarısız olurlar. Bu tür olumsuz davranışlar sonunda öğrencide ortaya çıkmaya başlayan duygu yine tükenmişlik duygusu olmaktadır.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı; Maslow tarafından geliştirilen tükenmişlik ölçeğinden yararlanılarak cinsiyet ve öğrenim türüne bağlı olarak meslek yüksek okulunda okuyan öğrencilerin tükenmişlik durumlarını belirlemeye çalışmaktır. Araştırmada, öğrencilerin içerisinde bulunduğu tükenmişlik duygusu ile ilgili sorunlar belirlenerek bu sorunlara çeşitli çözüm önerileri getirilmeye çalışılmıştır.

Araştırmanın Önemi

Bu araştırmadan elde edilen bulgulardan hareketle, akademisyenlerin tükenmişlik duygusuna yakalanan öğrencilere daha hassas, duyarlı, anlayışlı ve özenli davranacakları düşünülmektedir. Dolayısıyla araştırmanın tükenmişlik duygusu konusunda tüm öğrenci, öğretmen, eğitimci ve akademisyenlere rehber olacağı düşünülmektedir.

YÖNTEM

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini, Hakkari Üniversitesine bağlı Hakkari Meslek Yüksekokulu, Yüksekova Meslek Yüksekokulu ve Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulunda okuyan öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklemi ise Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulundaki Çocuk Gelişimi, Tıbbi Tanıtım ve Pazarlama ile Tıbbi Dökümantasyon ve Sekreterlik bölümlerinde okuyan öğrenciler oluşturmaktadır.

Araştırma Modeli

Bu araştırma meslek yüksekokullarında okuyan öğrencilerin, tükenmişlik düzeylerini cinsiyet ve öğrenim türüne bağlı olarak belirleyebilmek amacıyla yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda Maslow tarafından geliştirilmiş olan Tükenmişlik Ölçeği araştırmada kullanılmıştır.

Araştırmada kullanılan ölçek, Hakkari Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulundaki Çocuk Gelişimi, Tıbbi Tanıtım ve Pazarlama ile Tıbbi Dökümantasyon ve Sekreterlik bölümü birinci sınıfta okuyan 156 öğrenciye uygulanmış ve bazı demografik değişkenlere bağlı olarak öğrencilerdeki tükenmişlik duygusu tespit edilmeye çalışılmıştır. Tükenmişlik ölçeğindeki sorular değerlendirilirken olumsuz sorulara verilen cevapların değerleri ters çevrilerek hesaplanmıştır. Araştırmada kullanılan ölçek yedili likert türünde (0) Hiçbir Zaman, (1) Çok Seyrek, (2) Nadiren, (3) Bazen, (4) Sıklıkla, (5) Çok Sık, (6) Her Zaman şeklinde Tükenme, İncancı Kaybetme ve Öz Yeterlilik konuları ile ilgili toplam 15 maddeden oluşmaktadır.

Araştırmada kullanılan tükenmişlik ölçeğinin geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları tekrar yapılmış ve 15 maddeden oluşan ölçeğin Cronbach Alpha iç güvenirlik katsayısı 0,766 olarak tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik değişkenlere bağlı olarak ölçeğe verdikleri cevaplar SPSS 20 istatistik paket programı yardımıyla F ve t- testleri kullanılarak hesaplanmıştır.

Araştırmada, betimsel tarama yöntemlerinden birisi olan 'genel tarama modeli' kullanılmıştır. Genel tarama modeli, "çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında bir yargıya varmak amacıyla, evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup, örnek veya örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir (Karasar, 1994: 79).

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde araştırmaya katılan öğrencilerle ilgili demografik verilere, araştırmada kullanılan ölçekle ilgili elde edilen verilere ve bu verilere ilişkin istatistiksel bulgulara ve gözlemlere yer verilmiştir.

Tablo 1: Araştırmaya Katılan Öğrencilere Ait Demografik Veriler

Bölüm	Öğrenci Sayısı		Cinsiyet		Öğrenim Türü		Mezun Olunan Okul Türü	
	N	%	N	%	N	%	N	
Çocuk Gelişimi	88	56,41	Erkek = 2	2,27	N.Ö = 48	54,55	Düz Lise = 1	Mes. Lise = 84
			Bayan = 86	97,73	İ.Ö = 40	45,45	Süp. Lise = 1	
Tıb. Dök. ve Sekr.	44	28,21	Erkek = 14	31,82	N.Ö = 23	52,27	Düz Lise = 1	Mes. Lise = 43
			Bayan = 30	68,18	İ.Ö = 21	47,73		
Tıbbi Tan. ve Paz.	24	15,38	Erkek = 16	66,67	N.Ö = 24	100	Süp. Lise = 16	Mes. Lise = 4
			Bayan = 8	33,33	İ.Ö = 0	0	And. Lise = 4	

Tablo 1'deki verilerden, araştırmaya katılan 156 öğrenciden, 88'inin (%=56,41) Çocuk Gelişimi bölümünde okuduğu, bu bölümde okuyan öğrencilerden 2'nin (%=2,27) erkek ve 86'sının (%=97,73) bayan olduğu, öğrencilerden 48'inin (%=54,55) gündüz öğretiminde ve 40'ünün (%=45,45) gece öğretiminde okuduğu ve öğrencilerden 1'inin resmi ve gündüz eğitim yapan lise mezunu, 1'inin süper lise mezunu ve 84'ünün de meslek lisesi mezunu olduğu tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan 156 öğrenciden, 44'ünün (%=28,21) Tıbbi

Dökümantasyon ve Sekreterlik bölümünde okuduğu, bu bölümde okuyan öğrencilerden 14'ünün (%=31,82) erkek ve 30'unun (%=68,18) bayan olduğu, öğrencilerden 23'ünün (%=52,27) gündüz öğretiminde ve 21'inin (%=47,73) gece öğretiminde okuduğu, öğrencilerden 1'inin resmi ve gündüz eğitim veren lise mezunu ve 43'ünün de meslek lisesi mezunu olduğu tespit edilmiştir. Yine araştırmaya katılan 156 öğrenciden, 24'ünün (%=15,38) Tıbbi Tanıtım ve Pazarlama bölümünde okuduğu, bu bölümde okuyan öğrencilerden 16'sının (%=66,67) erkek ve 8'inin (%=33,33) bayan olduğu, öğrencilerden 24'ünün (%=100) gündüz öğretiminde okuduğu ve öğrencilerden 16'sının süper lise mezunu, 4'ünün anadolu lisesi ve 4'ünün de meslek lisesi mezunu olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 2: Öğrencilerin Tükenmişlik Ölçeğine Verdikleri Cevapların Cinsiyete Göre t- Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	X	Ss	Sd	t	P
Erkek	34	32,59	14,33	154	,23	,82
Bayan	122	33,12	11,59			

$p > ,05$

Tablo 2'deki veriler incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin tükenmişlik ölçeğine verdikleri cevaplardan öğrencilerin tükenmişlik duygularının cinsiyete göre farklılaşmadığı ($p > ,05$) t- testi sonuçlarına bakılarak söylenebilir.

Tablo 3 :Öğrencilerin Tükenmişlik Ölçeğine Verdikleri Cevapların Öğrenim Türüne Göre t- Testi Sonuçları

Öğrenim Türü	N	X	Ss	Sd	t	P
N.Ö	95	30,16	11,91	154	3,80	,00
İ.Ö	61	37,44	11,34			

$p < ,05$

Tablo 3'deki veriler incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin tükenmişlik ölçeğine verdikleri cevaplardan, öğrenim türüne göre gece öğretiminde okuyan öğrencilerin, gündüz öğretiminde okuyan öğrencilere göre olumsuz yönde daha fazla tükenmişlik duygusu içerisinde oldukları ($p > ,05$) t- testi sonuçlarına bakılarak söylenebilir.

Tablo 3: Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Tükenmişlik Ölçeğine Verdikleri Cevapların Aritmetik Ortalamaları

MADDELER	X
1- Derslerim sebebiyle kendimi duygusal olarak tükenmiş hissediyorum.(T)	2,85
2- Okul başladıktan sonra derslere ilgim gittikçe azaldı.(İK)	2,19
3- Derslerimle ilgili sorunları etkili bir biçimde çözebilirim.(ÖY)	2,49
4- Sabah kalktığımda kendimi yorgun hissedirim ve okulda bir güne daha katlanmak zorundayım diye düşünürüm.(T)	2,28
5- Derslerimin ileride yararlı olup olmayacağı konusunda inancımı kaybettim.(İK)	1,54
6- İyi bir öğrenci olduğuma inanıyorum.(ÖY)	1,87
7- Okulda geçen bir günün sonunda kendimi bitkin hissediyorum.(T)	3,28
8- Hedeflerime ulaştıkça daha çok çalışma arzusu ile doluyorum.(ÖY)	1,33
9- Derslerim esnasında pek çok ilginç şey öğrendim.(ÖY)	2,09
10- Gördüğüm derslerin önemli ve anlamlı olduklarından şüpheliyim.(İK)	1,63
11- Ders çalışmak ya da derse girmek benim için gerçekten bir stres kaynağıdır.(T)	2,00
12- Derslere yönelik hevesim azaldı.(İK)	2,12
13- Girdiğim derslerde sınıfa etkili katkılarımın olduğu inancındayım.(ÖY)	2,72
14- Derslerim sebebiyle tükenmiş durumdayım.(T)	2,73
15-Derslerde yapılması gerekenlerle ilgili etkili olduğum konusunda kendime güveniyorum.(ÖY)	1,89

Genel Aritmetik Ortalama: 2,20

Maslow'un Tükenilmişlik Ölçeği, üç alt boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar; Tükenilmişlik, İncancı Kaybetme ve Öz Yeterlilik boyutlarıdır. Tükenmişlik Ölçeğindeki her soru sıfır ile altı arasında bir değerlendirmeye tabidir. Dolayısıyla her sorunun aritmetik ortalaması da sıfır ile altı değeri arasındadır. Maslow'un Tükenilmişlik Ölçeğindeki (T) Tükenilmişlikle ilgili soruyu, (İK) İncancı Kaybetme ile ilgili soruyu ve (ÖY) Öz Yeterlilik ile ilgili soruyu belirtmektedir. Maslow'un Tükenilmişlik Ölçeğinden alınan puanların yüksekliği öğrencide tükenilmişliğin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Alınan puanların yüksekliği tükenilmişlik duygusuyla doğru orantılıdır.

Maslow'un Tükenilmişlik Ölçeğindeki, 1, 4, 7, 11 ve 14'üncü sorular ölçeğin Tükenilmişlik alt boyutuna ait sorulardır. Bu soruların kendi içerisindeki aritmetik ortalaması 2,63'e denk gelmektedir. Bu ortalama öğrencilerdeki tükenilmişlik boyutunun beklenenin üzerinde olduğunu göstermektedir. Öğrencilerden Tükenilmişlik boyutu ile ilgili beklenen aritmetik ortalama 1.00 ile 2,00 arasında bir değerdir.

Maslow'un Tükenilmişlik Ölçeğindeki, 2, 5, 10 ve 12'nci sorular ölçeğin İncancı Kaybetme alt boyutuna ait sorulardır. Bu soruların kendi içerisindeki aritmetik ortalaması 1,87'ye denk gelmektedir. Bu ortalama öğrencilerin İncancı Kaybetme boyutunun beklenen seviyede veya beklenen seviyeden az olduğunu göstermektedir. Öğrencilerden İncancı Kaybetme boyutu ile ilgili beklenen aritmetik ortalama 1.00 ile 2,00 arasında bir değerdir.

Maslow'un Tükenilmişlik Ölçeğindeki, 3, 6, 8, 9, 13 ve 15'nci sorular ölçeğin Öz Yeterlilik alt boyutuna ait sorulardır. Bu soruların kendi içerisindeki aritmetik ortalaması 2,07'ye denk gelmektedir. Bu ortalama öğrencilerin Öz Yeterlilik boyutunun beklenen seviyenin hemen üzerinde olduğunu göstermektedir. Yine öğrencilerden Öz Yeterlilik boyutu ile ilgili beklenen aritmetik ortalama da 1.00 ile 2,00 arasında bir değerdir.

Maslow'un Tükenilmişlik Ölçeğindeki, Tükenilmişlik, İncancı Kaybetme ve Öz Yeterlilik alt boyutlarına ait tüm soruların aritmetik ortalaması da 2,20'ye denk gelmektedir. Bu aritmetik ortalama da genel Tükenilmişlikle ilgili öğrencilerden beklenen genel aritmetik ortalamanın beklenen seviyenin üzerinde olduğunu göstermektedir. Öğrencilerden beklenen Genel Tükenilmişlik boyutu ile ilgili genel aritmetik ortalama da 1.00 ile 2,00 arasında bir değerdir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuçlar

Yapılan araştırma sonunda cinsiyete bağlı olarak öğrencilerin Tükenilmişlik duygusu ile ilgili erkek öğrenciler ile kız öğrenciler arasında anlamlı bir farkın olmadığı ortaya çıkmıştır. Bu durum meslek yüksekokullarında okuyan öğrencilerin gerek sosyal açıdan gerekse psikolojik açıdan cinsiyete bağlı olarak olumsuz durumlardan ve olaylardan farklı etkilenmediklerini göstermektedir.

Gündüz öğretiminde okuyan öğrencilerle gece öğretiminde okuyan öğrenciler arasında, gece öğretiminde okuyan öğrencilerin gündüz öğretiminde okuyan öğrencilere göre hayata daha karamsar baktıkları ve tükenmişliklerinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bunun sebebinin üniversiteye öğrenciler yerleştirilirken gece öğretimi yapan programların, gündüz öğretimi yapan programlara göre daha düşük puanla öğrenci alması, bu nedenle gece öğretiminde okuyan öğrencilerin kendilerini ikinci sınıf öğrenci gibi görerek moral ve motivasyonlarının bozulması ve öğretim programlarından mezun olduklarında gündüz öğretim yapan programlardan mezun olanların kendilerinden daha önce ve daha kolay iş bulabileceklerini düşünmelerinden kaynaklanmaktadır.

Ölçeğe katılan öğrencilerin, ölçeğin birinci alt boyutu olan tükenilmişlik boyutuna ilişkin sorulara verdikleri cevapların aritmetik ortalaması beklenenin üzerinde çıkmıştır. Bunun sebepleri arasında ilk olarak öğrenciler bir liseden mezun olup üniversiteyi kazandıklarında eğlenceli, özgür ve rahat bir hayatın kendilerini beklediğini sanmalarından kaynaklanmaktadır. Üniversiteye yerleştikten sonra öğrenciler genellikle üniversiteyi kazanmanın verdiği hevesle sınavlara kadar ders çalışmamaktadırlar. Dönem sonuna doğru vize, final vb. sınavların zamanı geldiğinde ise biriken konuların ağırlığından dolayı yoğun olarak ders çalışmak zorunda olduklarını hissetmektedirler ve kısa bir zamanda tüm derslerin konularını öğrenmek zorunda kalmaktadırlar.

Bunu başaramayacaklarını gördüklerinde öğrencilerin okula ve derslere olan duyguları olumsuzlaşmakta ve bu psikoloji öğrencileri tükenmişlik duygusuna doğru sürüklemektedir. İkinci olarak öğrencileri tükenmişliğe sürükleyen etken ise üniversiteyi bitirdiklerinde girecekleri Kamu Personeli Seçme Sınavını kazanmak zorunda olmaları veya kendilerine uygun bir iş bulmanın zorluğunun farkında olmalarından kaynaklanmaktadır.

İnancını Kaybetme alt boyutuna ilişkin öğrencilerin ölçeğe verdikleri cevapların aritmetik ortalaması beklenen seviyede veya beklenen seviyenin hemen altında çıkmıştır. Bu da öğrencilerin bir şeyler başarabilmek için inançlarını hala kaybetmediklerini göstermektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin ölçeğin Öz Yeterlilik boyutundaki sorulara verdikleri cevapların aritmetik ortalaması ise beklenen değer in hemen üzerinde çıkmıştır. Bu durum öğrencilerin kendi Öz Yeterliliklerine güvendiklerini göstermektedir. Ancak yine aritmetik ortalamaya bakarak bu konudaki öz güvenlerinin de sınırd a olduğu söylenebilir.

Öneriler

Öğrenciler bir ortaöğretim okulunu bitirip üniversiteyi kazandıklarında üniversiteyi rahatça, özgürce, istediği gibi ve eğlenerek zaman geçirebilecekleri bir yermiş gibi görmektedirler. Önceleri sınavlara kadar ders çalışmamakta ve daha sonraki dönemlerde birçok dersi alttan almaktadırlar. Ancak dersler üst üste bindiğinde olayın farkına varmakta bu defa da karamsarlığa kapılarak çoğunlukla moral ve motivasyonlarını bozarak devre kaybına uğramaktadırlar. Bu nedenle öğrenciler üniversiteyi ilk kazandıklarında öğrencilere ders olarak eğitim psikolojisi veya rehberlik gibi dersler konularak bu dersler aracılığıyla öğrenciler bu konularda bilgilendirilerek bilinçlendirilmelidirler.

Üniversitelerde gece öğretimi yapan bölümlerde okuyan öğrenciler gündüz öğretiminde okuyan öğrencilere göre daha düşük puanlarla programlara yerleştikleri için kendilerini ikinci sınıf öğrenci gibi görerek okul yaşamlarına olumsuz yönde bakmakta ve yoğun bir psikolojik sıkıntı içerisinde yaşamaktadırlar. Bu nedenle gece programlarında okuyan öğrencilerin sınıf danışmanları eğitim alanında uzmanlaşmış akademisyenlerden seçilmeli ve bu akademisyenler gerekli yerlerde öğrencilere müdahale ederek onları olumsuz duygulara düşmekten veya olumsuz davranışlardan kurtarmalıdır.

Öğrenciler derslerdeki başarıları bakımından kendilerine güvenmektedirler. Onlara gerek hayatla gerekse yaşamla ilgili konularda da kendilerine güvenmeleri konusunda alanında uzmanlaşmış eğitimci veya akademisyenlerce gerekli konularda çeşitli destekler sağlanmalıdır.

Öğrenciler ders çalışma ve derslerde başarılı olma konusunda kendilerini yeterli görmekte ancak bilgilerinin yeterliliği ve işe yaraması konusunda şüphe içerisindedirler. Bu durum öğrencilerin bilgilerinin ileride işlerine yarayıp yaramayacağını bilmemelerinden kaynaklanmaktadır. Bu nedenle onlara edindikleri bilgilerin nerelerde ve nasıl işlerine yarayacağı konusunda çeşitli uygulamalı eğitimler verilerek öğrenciler bilinçlendirilmelidirler.

Not: Bu çalışma 26-28 Nisan 2012 tarihlerinde Antalya’da 46 Ülkenin katılımıyla düzenlenmiş olan “3rd International Conference on New Trends in Education and Their Implications”da sözlü bildiri olarak sunulmuş olup, “Journal of Research in Education and Teaching” Bilim Kurulu tarafından yayınlanmak üzere seçilmiştir.

KAYNAKÇA

Baltaş, A. ve Baltaş, Z. (2002). *Stres ve başa çıkma yolları*. İstanbul: Remzi Yayınevi.

Garman, A. N., Corrigan, P. W. & Morris, S. B. (2002). Staff burnout and patient satisfaction: evidence of relationships at the care unit level. *Journal of Occupational Health Psychology*, 7, 235-241.

Girgin, G. ve Baysal, A. (2005). Tükenmişlik sendromuna bir örnek: zihinsel engelli öğrencilere eğitim veren öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyi. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 4(4), 172-187.

Maslach, C. & Leiter, M. P. (1997). *The truth about burnout: how organizations cause personal stress and what to do about it*. San Francisco, California, Jersey Bass.

Maslach, C. & Zimbardo, P. G. (1982). *Burnout, the cost of caring, englewood cliffs*. New Jersey: Prentice Hall inc.

Pines, A. M. (2002). A psychoanalytic existential approach to burnout: demonstrated in the cases of the nurse, a teacher, and a manager. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 39(1), 103-113.

Karasar, N. (1994). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: 3A Araştırma ve Eğitim Danışmanlık Ltd.

Weiskopf, P. E. (1980). Burnout among of exceptional children. *Exceptional Children*, 47, 18-23.