

PAPER DETAILS

TITLE: TÜKENMİSLİK ÖLÇEGİ KISA VERSİYONU'NUN TÜRKÇE'YE UYARLAMA, GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

AUTHORS: Songül TÜMKAYA,Sabahattin ÇAM,Ilknur ÇAVUSOGLU

PAGES: 387-398

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/50519>

TÜKENMİŞLİK ÖLÇEĞİ KISA VERSİYONU’NUN TÜRKÇE’YE UYARLAMA, GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Doç. Dr. Songül TÜMKAYA
Ç. Ü. Eğitim Fakültesi
İlköğretim Bölümü
stumkaya@cu.edu.tr

Yrd. Doç. Dr. Sabahattin ÇAM
Ç. Ü. Eğitim Fakültesi
Eğitim Bilimleri Bölümü
sabahcam@cu.edu.tr

İlknur ÇAVUŞOĞLU
Ç. Ü. Eğitim Fakültesi
İlköğretim Böl. Yük. Lis. Öğr.
ilkcav83@yahoo.com

ÖZET

Bu çalışmanın amacı farklı meslek grupları ve tezsiz yüksek lisans öğrencilerinin tükenmişliklerini ölçmek için Pines (2005) tarafından hazırlanan Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu’nun (The Burnout Measure Short Version-BMS) öğretmen adayları için Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışmalarını yapmaktır. Çalışma grubu, Ç. Ü. Eğitim Fakültesi son sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Toplam 233 öğrencinin 137’si kız, 96’sı erkektir. Veriler, Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Depresyon Anksiyete ve Stres Ölçeği ile sınıf ortamında toplanmıştır. Yapılan faktör analizi sonucunda (Principal Component Analysis) Tükenmişlik Ölçeğindeki maddelerin öz değeri 1.00’den büyük olan bir faktörde toplandığı görülmüştür. Bu faktör toplam varyansın % 55.92’sini açıklamakta ve öz değeri 5.59’dur. Maddelerin faktör yükleri ise .54 ile .87 arasında değişmektedir. Maddelerin toplam puan ile korelasyon değerleri ise .46 ile .81 arasındadır. Aracın ölçüt geçerliği için yapılan analizlerde Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu puanlarının Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarıyla -.48, Depresyon puanlarıyla .73, Anksiyete puanlarıyla .70 ve Stres puanlarıyla da .70 korelasyon değerleri göstermiştir ($p < .01$). Ölçek maddelerinin iç tutarlılık güvenirlik katsayısı .91, test-tekrar test güvenirliği ise .70’dir.

Bu çalışmada yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının sonuçları, ölçeğin orijinali için yapılan çalışmaların sonuçlarına oldukça benzer olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar, Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu’nun Türk kültüründe öğretmen adaylarının tükenmişlik yaşantılarını ölçmek için kullanılabilecek bir araç olduğunu göstermektedir.

Anahtar sözcükler: Tükenmişlik ölçeği, Geçerlik, Güvenirlik, Öğretmen adayları

Turkish Adaptation of the Burnout Syndrome Inventory Short Version

ABSTRACT

This study mainly aims at investigating reliability and validity of the Turkish adaptation of the Burnout Syndrome Inventory short version - developed by Pines (2005) – on students in non-thesis master’s program and people from different professions. The participants of this study were senior student teachers from Çukurova

University, The Faculty of Education. 233 students -137 females and 98 males- participated in the study. The data of this research were collected through the Burnout Syndrome Inventory short form, the Life Satisfaction Inventory and the Inventory of Stres in a classroom environment. As for the results, the principal component analysis showed a factor of which absolute value was higher than 1.00. This factor was able to explain 55.92 % of the total variance and its absolute value was 5.59. The factor loads of items varied from .54 to .87. Also, total score of items and correlation values were between .46 and .81. The criterion validity analysis indicated that the Burnout Syndrome Inventory short version had a correlation of -.48 with the Life Satisfaction Inventory, a correlation of .73 with depression scores, a correlation of .70 with anxiety scores and finally, a correlation of .70 with stress scores ($p < .01$). Internal validity reliability coefficient of inventory item was .91 and test-retest reliability was .70.

The reliability and validity results in this study were in line with the results based on the original version of the inventory. This implied that the Turkish adaptation of the Burnout Syndrome Inventory was an appropriate tool in measuring student teachers' burnout experiences in Turkish culture.

Key words: The Burnout Syndrome Inventory, Reliability, Validity, Student Teachers

Giriş

Yaşamda meydana gelen bilimsel, teknolojik ve sosyal değişiklikler nedeniyle insan üzerinde giderek fiziksel, zihinsel ve duygusal olarak baskı oluşturan durumlardan stres ve onun aşırı hali olan “tükenmişlik” kavramı 70’li yıllardan bu yana oldukça yaygın bir araştırma konusu olmuştur (Laes ve Laes, 2001; Pines ve Nunes, 2003). Tükenmişlik kavramı, düşük (azalmış) başarı, duyarsızlaşma ve iş ilgisinin azalması belirtilerinin eşlik ettiği fiziksel, duygusal ve zihinsel bir yorgunluk fenomeni olarak ilk kez Freudenberg (1974) tarafından kullanılmış (Akt. Weisberg ve Sagie, 1999) ve daha çok doktorluk, hemşirelik, öğretmenlik, avukatlık gibi insanlarla yüz yüze ilişki gerektiren mesleklerde görüldüğü ifade edilmiştir (Maslach ve Leiter, 1997).

Tükenme, çalışanların hizmet verdiği insanlara karşı ilgilerinin kaybolmasını içerir. Tükenmişlikte fiziksel tükenmişliğe duygusal tükenme eşlik eder. Duygusal tükenme, çalışanların ilgili oldukları insanlara uzun bir süre en ufak olumlu bir duygu, sempati ya da ilgi duymaması şeklinde ortaya çıkar. Böyle bir durumda bu kişilerde sıklıkla insanları çok alaycı ve insancıl olmayan bir tarzda algılama gelişir. Daha sonra onları küçük düşürecek şekilde hitap etme ve bu düşünceye göre yardım etme davranışları gelişir. Sonuç olarak verilen hizmet ya da gösterilen ilginin niteliğinde bir bozulma görülür (Weiskopf, 1980; Mazur ve Lynch, 1989).

Öncü araştırmacılara göre tükenmişlik, yüksek motivasyonlu kişilerin coşkularını kaybettikleri bir aşınma sürecinin sonucudur (Freudenberg, 1980; Maslach, 1982; Pines ve Aronson, 1988). Freudenberg, (1974) tükenmeyi, enerji, kaynaklar ve kişisel güçle ilgili aşırı talepler neticesinde bitme olarak tanımlarken, Maslach (1978), bireyin bütün ilgisini ve birlikte çalıştığı bütün arkadaşlarına karşı duygusal hislerini kaybetmesi ve onlara karşı olumsuz davranışlar göstermesi şeklinde tanımlamıştır. Maslach’ın tanımı tükenmişlik ile ilgili olarak yapılan en geçerli iki tanımdan biridir. Bu tanımda bireyin işinde gittikçe artan kronik baskı ve stres sonucu kendisini fiziksel, duygusal ve zihinsel olarak zayıf, güçsüz ve hatta bitmiş hissetmesi olarak adlandırılmaktadır. Bu tanımda tükenme üç farklı alt boyutta ele alınmaktadır. Bunlar; duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve düşük kişisel başarıdır. Burada önemli olan, tükenmişliğin sürekli bir değişken olması ve bireylerin ya hep ya da hiç şeklinde sınıflandırılmamasıdır (Akt. Maslach, Schaufeli ve Leiter, 2001). Tükenmişliğin boyutları aşağıdaki gibi açıklanmaktadır.

Duygusal Tükenme: Tükenmişliğin bireysel stres boyutunu içerir. Çalışanların kendilerini yorgun ve duygusal yönden aşırı yıpranmış hissetmelerini, diğer bir deyişle kişinin işinde aşırı yüklenmiş olma duygularını tanımlar (Özer, 1998). Kişinin duygusal kaynaklarının tükendiğini hissetmesiyle duygusal bir yorgunluk yaşaması ve çalıştığı kurumda hizmet verdiği kişilere geçmişte olduğu kadar verici ve sorumlu davranmadığını düşünür. Gerginlik ve kaygı duygusunu aşamayan kişi için ertesi gün işe gitmek çok zor gelmektedir. Dolayısıyla işe gitmeme, işyerine saatinde gelmeme, psiko-somatik şikayetler nedeniyle işe devamsızlık, işten ayrılma gibi hem çalışan hem de kurum açısından verimsiz bir durum ortaya çıkmaktadır. Duygusal tükenme, tükenmişliğin temel boyutu, en net belirtisi olarak kabul edilmiştir (Sürgevil, 2005).

Duyarsızlaşma: Tükenmişliğin kişilerarası boyutunu ifade eder. Çalışanların hizmet verdikleri kişilere birer nesne gibi davranması, küçültücü sözler söylemesi, umursamaz, alaycı bir tutum sergilemeleridir. Aslında bu davranışların altında bir

yabancılaşma duygusu ve savunma mekanizması yatmaktadır. İşi gereği karşılaştığı insanlara ve işine karşı geliştirilen soğuk, ilgisiz, katı tutumlardır. Bu durumdaki iş görenler, etkileşimde bulundukları kişilere ve çalıştıkları örgüte karşı mesafeli, umursamaz tavır takınırlar (Izgar, 2003; Sürgevil, 2005).

Düşük Kişisel Başarı: Tükenmişliğin kişisel gelişme boyutunu temsil etmektedir. Kişisel başarı kişinin işindeki yeterlik ve başarı duygularını ifade eder. Kişisel başarısızlık ise, kişinin kendisini işinde yetersiz ve başarısız olarak değerlendirmesidir. Bu aşamada birey, kişisel olarak başarısızlık duyguları ile doludur. Başkaları hakkında geliştirdiği olumsuz düşünce tarzı, kişinin kendisi hakkında negatif düşünmesine yol açar. Kişi bu düşünce ve duyguları ile kendini suçlu hisseder. Kendisi hakkında başarısız olduğu hükmünü verir. Böylece harcadığı çabanın boşa gitmesi ve suçluluk duygusu, çalışanın iş motivasyonunu düşürerek başarı için gerekli davranışları gerçekleştirilmesini engeller (Izgar, 2003; Sürgevil, 2005).

Tükenmişlikle ilgili bir başka tanım Pines ve Aronson'un yaptığı tanımıdır. Bu yazarlara göre, tükenmişlik, bir şevk, enerji, idealizm, perspektif ve amaç kaybıdır ve sürekli strese, umutsuzluğa, çaresizliğe ve kapana kısılmışlık duygularına neden olan fiziksel, duygusal ve zihinsel bir tükenme durumudur (Pines ve Aronson, 1988). Pines'a (1993; 1996) göre, mesleki tükenmişlik yalnızca idealist ve yüksek düzeyde bir güdülenmeye sahip olan kişilerde görülmektedir. Bu kişilerin, meslek yaşamları ile ilgili beklenti düzeyleri yüksek, yaşadıkları duygusal baskı yoğun ve uzun süreli olduğunda stres, yabancılaşma, kaygı ve depresyon gibi duyguları da daha yoğun düzeyde yaşamaktadırlar.

Yurt dışında ve ülkemizde tükenmişliğin ölçülmesinde en yaygın kullanılan ölçme aracı Maslach ve Jackson (1981) tarafından geliştirilen "Maslach Tükenmişlik Envanteri (MTE)"dir. Bunun dışında Pines, Aronson ve Kafry (1981) tarafından geliştirilen "Tükenmişlik Ölçeği (TÖ)" (Schaufeli, Enzmann ve Girault, 1993) ile Seidman ve Zager (1986-87) tarafından geliştirilen "Öğretmen Tükenmişliği Ölçeği (ÖTÖ)" de kullanılmaktadır.

Maslach ve Jackson (1981) tarafından geliştirilen ve Maslach'ın adıyla literatüre geçen Tükenmişlik Envanteri yedi dereceli Likert tipi yanıtlama seçenekleri olan toplam 22 madde ve üç alt boyuttan oluşmaktadır. Envanter tükenmişliği, duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarısızlık boyutlarıyla ölçmektedir. Ölçek maddeleri "1 hiçbir zaman" ve "7 her zaman" biçiminde puanlanmaktadır. Ergin (1993) tarafından Türkçe'ye çevrilen envanter Türkiye'de farklı meslek gruplarında çalışan bireylerin tükenmişlik durumlarını ölçmek amacıyla kullanılmaktadır.

Öğretmen Tükenmişliği Ölçeği (ÖTÖ) Seidman ve Zager tarafından (1986-87) geliştirilen 20 maddeden oluşan 6 dereceli Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin adaptasyonu ile geçerlik ve güvenirlik çalışması Tümçaya (1996) tarafından yapılmıştır. ÖTÖ'nün dört alt ölçeği bulunmaktadır. *Görülen idari destek* alt boyutunda; öğretmenlerin eğitim sorunlarını gidermede yöneticilerden yardım alıp almadıklarını, başarılarının takdirle karşılanıp karşılanmadığını ve problemlerin ortaya çıkış nedenleri olarak yöneticilerin kendilerini ne düzeyde sorumlu tuttuklarını belirlemeye çalışılmaktadır. *İşe bağlı stresle başa çıkma* alt boyutunda; öğretim etkinliklerinden kaynaklanan sorunlarda öğretmenlerin tahammül edebilme ve mesleğin gerektirdiği sorumlulukları alabilme düzeylerini belirleme hedeflenmektedir. *İş doyumu*; öğretmenlerin yaptıkları işten

doyum sağlayıp sağlamadıklarını, mesleğe yönelik düşünceleri ve işini ne derece severek yaptığını belirlemeyi amaçlayan ifadelerden oluşmaktadır. *Öğrencilere yönelik tutumlar* ise; öğretmenlerin öğrencilerin eğitime karşı ilgileriyle davranışlarına yönelik düşünce ve tutumlarını kapsamaktadır.

Tükenmişlik Ölçeği (TÖ), kişilerin mesleki tükenmişlik düzeyini ölçmek üzere yedi dereceli yanıt seçeneği olan 21 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin orijinali Pines ve Aronson (1988) tarafından geliştirilmiştir. Bu süreçte önce Pines, Aronson ve Kafry (1981) TÖ'nin psikometrik özelliklerini değişik ülkelerdeki örneklemeler ve farklı meslek gruplarıyla gerçekleştirdikleri çalışmalar sonucunda ortaya koymuşlardır. Bu çalışmalar sürecinde TÖ'nin yapı geçerliği için yapılan faktör analizi sonucunda ölçeğin üç bileşenli fakat tek faktörlü olduğu ifade edilmiştir (Justice, Gold ve Klein, 1981; Corcoran, 1986; Pines ve Aronson, 1988). Yapı geçerliğine kanıt oluşturmak amacıyla, ölçeğin mesleki tükenmişlik ile pozitif ve negatif olarak ilişkili olduğu ifade edilmiş olan değişkenlerle ilişkileri incelenmiş ve istatistiksel olarak anlamlı sonuçlara ulaşılmıştır. Bu değişkenlerden, sosyal destek, özerklik, geribildirim ve değişiklik eksikliği, görev esnasında karşılaşılan ve kişilerin kendisi tarafından ifade edilen baş ağrısı, iştahsızlık, sinirlilik, sırt ağrısı ve mide ağrısı gibi fiziksel semptomlar arasında pozitif; kişinin kendisinden, işinden ve yaşamından elde ettiği doyum arasında ise negatif bir ilişki bulunduğu rapor edilmiştir (Pines ve Aronson, 1988; Schaufeli ve Enzmann, 1998). Yapılan tüm çalışmalardan sonra TÖ'nin oldukça geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu ifade edilmiştir (Schaufeli ve Enzmann, 1998). TÖ bir çok farklı ülkede, insanlarla yüz yüze çalışan meslek dallarındaki kişilerin yanı sıra (Schaufeli ve Van Dierendonck, 1993) çok çeşitli meslek dallarında çalışanları (Pines, Aronson ve Kafry, 1981) inceleyen araştırmalarda da kullanılmıştır. Pines ve Aronson (1988) ve Pines, Aronson ve Kafry (1981)'ye göre, tükenmişlik belli meslek grupları için sınırlandırılabilir bir fenomen değildir. Bu nedenle, tüm meslek grupları üzerinde kullanılabilen, tek bir toplam tükenmişlik puanı veren ve üç bileşenli ve tek faktörlü bir ölçme aracı olarak ifade edilen TÖ bu yönüyle tükenmişliği ölçmek için geliştirilen diğer ölçeklerden ayrılmaktadır. TÖ'nün Türkçe uyarlaması Çapri (2006) tarafından farklı sektörlerde çalışanlar üzerinde yapılmış ve sonuçta ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu bulunmuştur.

Pines (2005), 21 maddeden oluşan Tükenmişlik Ölçeği'nin daha kolay kullanılması ve uygulama alanının genişlemesi gerekçesiyle aracın 10 maddelik kısa versiyonunu oluşturma gereksinimini duyduğunu ifade etmiştir. Kısa versiyon için seçilen 10 madde 21 maddelik versiyona istatistik analiz uygulanarak değil, teorik analiz uygulanarak seçilmiştir. Bir başka deyişle maddeler içeriklerine bakılarak seçilmiştir. Örneğin bireyin fiziksel bitkinlik düzeyini belirlemek için; zayıf veya hasta hissetmek uyku sorunu yaşamak, duygusal bitkinlik düzeyi için; depresif ve umutsuz hissetmek, ve zihinsel bitkinlik düzeyi için, değersiz/kaybeden gibi hissetmek, başkaları yüzünden hayal kırıklığı yaşamak gibi maddeler seçilmiştir. Hemşire, tezsiz yüksek lisans öğrencileri ve yöneticilere uygulanan Tükenmişlik Ölçeği'nin hem uzun, hem de kısa versiyonu sonucunda elde edilen ortalama tükenmişlik puanı aynı bulunmuştur (Pines, 2000). Ayrıca tezsiz yüksek lisans öğrencilerine uygulanan ölçeğin uzun ve kısa versiyonundan elde edilen tükenmişlik puanları arasındaki korelasyonun da oldukça yüksek olduğu görülmüştür (.77). Tükenmişlik Ölçeği (21 madde) toplam

puanları ile bunlar arasından Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu için seçilen 10 maddenin toplam puanları arasında yüksek bir ilişki bulunmuştur (.89). Tükenmişlik Ölçeği (21 madde) toplam puanı ile geriye kalan 11 maddenin toplam puanı arasında daha düşük bir ilişki elde edilmiştir(.46). Bu da kısa versiyon için seçilen maddelerin tükenmişliği ölçmek için ideal olduğunu göstermiştir (Pines, 2005).

Yüksek lisans öğrencilerinden toplanan verilerle Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonunun iç tutarlılık katsayısı .85 olarak bulunmuştur. Üç ay ara ile yapılan test-tekrar test güvenilirliğinin ise .74 olduğu görülmüştür (Pines, 2005). Ölçeğin psikometrik özellikleri ile ilgili daha detaylı bilgiler aşağıdaki ölçme araçları başlığında verilmiştir.

Çağımızın önemli bir fenomeni olan ve günlük yaşam ve çalışma yaşamı içindeki kişilerin sıklıkla karşılaştığı tükenmişlik kavramının belirlenmesi ve onun etkili bir şekilde ölçülmesinin önemi gittikçe artmaktadır. Tükenmişlikle ilgili literatür incelendiğinde 1970’li yıllardan günümüze kadar yapılan araştırmaların daha çok çalışma yaşamındaki bireylerle yürütüldüğü görülmektedir. Oysa günlük yaşamda ve okul-eğitim yaşamında bireylerin tükenmişlik yaşadıkları gözlenmektedir. Sayıları az da olsa öğrencilerle ilgili tükenmişliğin incelendiği araştırmalara da rastlanmaktadır (Pines, 2005). Ancak Türk kültüründe üniversite öğrencilerinde tükenmişliği ölçmeyi hedefleyen bir aracının olmadığı görülmektedir. Alandaki bu eksikliği gidermek için Pines (2005) tarafından geliştirilen Tükenmişlik Ölçeği-Kısa Versiyonu’nun Türkçe’ye kazandırılması hedeflenmiştir. Bu aracın seçilmesinin nedeni, geliştirilme sürecinde örneklemde tezsiz yüksek lisans öğrencilerinin de yer almasıdır. Böylece bu çalışmada, Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu’nun öğretmen adaylarının yaşadıkları tükenmişlik durumlarını ölçebilecek psikometrik özelliklere sahip olup olmadığı incelenmiştir.

Yöntem

Çalışma, farklı meslek grupları ve tezsiz yüksek lisans öğrencilerindeki tükenmişliği ölçmeye yönelik olarak hazırlanan “Tükenmişlik Ölçeği-Kısa Versiyonu’nun (The Burnout Measure Short Version “BMS”) öğretmen adaylarındaki geçerlik ve güvenilirlik çalışmasıdır.

Çalışma Grubu: Araştırmanın çalışma grubunu 2007-2008 öğretim yılında Çukurova Üniversitesi, Eğitim Fakültesi İlköğretim Bölümü Sınıf Öğretmenliği Lisans Programında öğrenim gören 4. sınıf öğretmen adaylarının tamamı oluşturmaktadır. Ancak verilerin toplandığı zaman diliminde bazı öğrencilerin okulda bulunamayışından dolayı tüm gruplara ulaşılamamıştır. Bu nedenle gruptan 137’si kız ve 96’sı erkek olmak üzere toplam 233 öğretmen adayına ulaşılmıştır. Çalışma evreni ve çalışma grubundaki öğretmen adaylarının öğrenim türü ve cinsiyetlerine göre dağılımları Tablo 1 de verilmiştir.

Tablo 1:Çalışma evreni ve çalışma grubundaki öğretmen adaylarının öğrenim türü ve cinsiyetlerine göre dağılımları

Öğretim Türü	Cinsiyet								Toplam		
	Kız				Erkek						
	Çalışma Evreni		Çalışma Grubu		Çalışma Evreni		Çalışma Grubu		Çalışma Evreni	Çalışma Grubu	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	n	%
Birinci Öğretim	84	57.14	82	57.30	63	42.86	61	42.70	147	143	97.28
İkinci Öğretim	57	55.34	55	61.10	46	44.66	35	38.90	103	90	87.38
Toplam	141	56.40	137	58.80	109	43.60	96	41.20	250	233	93.20

Tablo 1 incelendiğinde birinci öğretimdeki öğrencilerin % 97.28'sine, ikinci öğretim öğrencilerinin de % 87.38'ine ulaşıldığı görülmektedir. Cinsiyet açısından bakıldığında çalışma evreninin %56.40'nı kız, %43.60'ını erkek öğrencilerin oluşturduğu gözlenmektedir. Çalışma grubunda bu değerler sırasıyla %58.80 ve %41.20'dir. Toplam açısından bakıldığında % 93.20'lik bir oranda öğrenciye ulaşıldığı ve bu sayının çalışma evrenini temsil ettiği ifade edilebilir.

Ölçme Araçları

Ölçeğin uyarlama çalışması için, öğretmen adaylarına aynı anda Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu-Türkçe Deneme Formu, Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASÖ) ve Yaşam Doyumu Ölçeği uygulanmıştır.

Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu (The Burnout Measure Short Version –BMS): Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu, 1 (Hiç) ile 7 (Daima) arasında yanıt seçenekleri olan 10 maddeden oluşmaktadır. Faktör analizi çalışmasında maddelerin toplam varyansın % 64.8'ini açıklayan üç faktörde toplandığını ancak aracın tek boyutlu olarak değerlendirilebileceğini göstermiştir. Ölçekten yüksek puan alanların düşük puan alanlara göre daha fazla kronik yorgunluk, baş ve sırt ağrıları gibi şikayetleri daha fazla bildirdikleri ve bunların düşük iş doyumuna ve düşük performans beklentisinde oldukları gözlenmiştir. Orijinal Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu puanları yaşam doyumuna, genel iyimserlik ve iş doyumuna ile negatif ilişkilidir. Ayrıca somatik bozukluk, genel iş stresi ve çeşitli spesifik iş stresleri ile pozitif ilişkiler göstermiştir. Farklı etnik köken, meslek ve öğrenci gruplarından elde edilen verilerle hesaplanan ölçeğin iç tutarlık katsayıları .85 ile .92 arasında değişmektedir. Üç ay ara ile öğrenci grubunda test-tekrar test katsayısı ise .74'tür.

BMS-Türkçe Deneme Formu: Ölçeğin deneme formu bu çalışmadaki birinci araştırmacı tarafından Türkçe'ye çevrilmiştir. Yapılan çeviri öncelikle İngilizce Öğretmenliği Anabilim Dalı'nda görev yapan bir öğretim üyesi tarafından kontrol edilmiş ve uygun olduğu kanaatine varılmıştır. Çevrilen denemelik form uzman görüşü alınmak üzere İngilizce ve Türkçe karşılıklarıyla Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi İlköğretim ve Eğitim Bilimleri Bölümünde bulunan 15 öğretim elemanına verilmiştir. Uzmanlardan alınan dönütlere göre düzenlenen form, görünüş geçerliğini incelemek amacıyla 20 kişilik küçük bir öğrenci grubuna uygulanmıştır. Gerek uzmanlardan, gerekse öğrencilerden gelen öneriler doğrultusunda, orijinalinde tek

kelime olarak ifade edilen maddeler uyarlama formunda cümleye dönüştürülerek uygulanmaya hazır hale gelmiştir.

Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASÖ): Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından geliştirilen DASÖ 42 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 0 “bana hiç uygun değil”, 1 “bana biraz uygun”, 2 “bana genellikle uygun”, ve 3 “bana tamamen uygun” şeklinde 4’lü likert tipi bir derecelendirmeye sahiptir. DASÖ’de 14’ü depresyon, 14’ü anksiyete ve 14’ü stres boyutlarına ait olmak üzere toplam 42 madde bulunmaktadır. Depresyon, anksiyete ve stres boyutlarının her birinden alınan puanların yüksek olması bireyin ilgili probleme sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Maddelerin hepsi yanıtladığı gibi puanlanmaktadır. Ölçekten elde edilen puanlar her bir alt boyut için 0 ile 42 arasında değişmektedir. Yapı geçerliği için yapılan faktör analizinde, depresyon ölçeğindeki maddelerin faktör yüklerinin .36 ile .80; anksiyete ölçeği faktör yüklerinin .31 ile .64 ve stres ölçeği faktör yüklerinin .40 ile .76 arasında olduğu görülmüştür. DASÖ’nün sekiz hafta arayla yapılan test- tekrar test güvenirlik katsayısı .48, Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları ise depresyon, anksiyete ve stres boyutları için sırasıyla .96, .89 ve .93 olarak bulunmuştur (Akt., Akın ve Çetin, 2007). DASÖ’nin Türkçe geçerli güvenirlik çalışması Akın ve Çetin (2007) tarafından yapılmıştır. Yapı geçerliği için yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda DASÖ’nün orijinal formda olduğu gibi depresyon, anksiyete ve stres şeklinde üç faktöre sahip olduğu görülmüştür. İç tutarlılık katsayısı ölçeğin bütünü için .89, depresyon, anksiyete ve stres için sırasıyla .90, .92 ve .92 olduğunu ortaya koymuştur. Yirmibir gün arayla yapılan test-tekrar test güvenirlik çalışmasında iki uygulama arasındaki korelasyonların ölçeğin bütünü için .99, alt boyutlar için .98 olarak bulunmuştur.

Yaşam Doyumu Ölçeği: Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985)’nin geliştirdiği yaşam doyumu ölçeği 5 olumlu ifadeden oluşmuştur. Her maddeye katılım düzeyi “1” Hiç uygun değil, “7” Çok uygun olmak üzere 7’li değerlendirme basamağına göre yapılmaktadır (Akt., Köker, 1991). Ölçeğinin Türkçeye çevrilmesi ve uyarlanması Köker (1991), tarafından yapılmıştır. Ölçeğin güvenirlik çalışmaları sonucunda; test-tekrar test güvenirliği .85, madde-test korelasyonları ise .71 ile .80 arasında hesaplanmıştır.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Veri toplama işlemi grup halinde sınıf ortamında gerçekleştirilmiştir. Uygulamanın yapılacağı gruplarda o gün derse gelen öğrencilere çalışmanın amacı ve yönerge açıklanarak ölçme araçlarını yanıtlanmaları sağlanmıştır. Veri toplama işlemi 2007-2008 öğretim yılı bahar döneminde gerçekleştirilmiştir. Toplanan veriler SPSS 11.5 programıyla analiz edilmiştir. Analizlerde açıklayıcı faktör analizi, doğrulayıcı faktör analizi, Cronbach alfa ve basit doğrusal korelasyon teknikleri kullanılmıştır. Faktör analizi sonucunda faktör yükleri değerinin $\geq .40$; istatistiksel sonuçların yorumlanmasında anlamlılık düzeyi .05 olarak ölçüt alınmıştır.

Bulgular

Toplanan verilerle önce açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Yapılan analizde $KMO = .91$ ve $\chi^2 = 1308.33$ ($p < 0.0001$) değerleri elde edilmiştir. Bu değerler, toplanan verilerin faktör analizi çalışmasının yapılmasına olanak verdiğini göstermektedir. Maddelerin ortak varyans değerleri .29 ile .75 arasında değişmektedir. Açıklayıcı faktör

analizi(AFA) sonucunda öz değeri 1.00'dan büyük olan sadece bir faktör ortaya çıkmıştır. Bu faktörün öz değeri 5.59, varyansın da % 55.92'sini açıklamaktadır. Ölçekte yer alan 10 madde söz konusu faktöre .54 ile .87 arasında değişen değerler ile yüklenmişlerdir. Bu analiz sonucuna göre doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmış ve benzer şekilde bu faktörün öz değeri (5.59) ve varyansı açıklama yüzdesi (55.92) değişmemiştir. Ancak maddelerin ortak varyans değerlerinin .24 ile .75 arasında değiştiği görülmüştür. Her iki faktör analizi sonucunda maddelere ilişkin elde edilen faktör yükü değerleri ve madde-toplam puan korelasyon katsayıları aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 2: AFA ve DFA sonucu maddelerin faktör yükleri ile madde-toplam puan korelasyon değerleri

Maddeler	AFA Yük.	DFA Yük.	r *
(4) Kapana kısılmış gibi hissediyorum	.87	.86	.81
(5) Çaresiz hissediyorum	.84	.82	.77
(6) Üzüntülü/kederli (depresif) hissediyorum	.83	.82	.77
(3) Umutsuzluk duyuyorum	.82	.80	.74
(10) Bıkkınlık hissediyorum	.80	.77	.74
(8) Değersiz ve başarısız biri gibi hissediyorum	.73	.69	.65
(2) İnsanlar tarafından hayal kırıklığına uğratılmış hissediyorum	.69	.65	.61
(7) Fiziksel olarak hastalıklı hissediyorum	.66	.61	.58
(1) Yorgunluk hissediyorum	.63	.58	.56
(9) Uyumada zorluk çekiyorum	.54	.49	.47
Öz değer	5.59	5.59	
Açıklanan Varyans	55.92	55.92	

*p< .01

Tablo 2'ye bakıldığında her iki analiz sonucunda maddelerin faktör yükü değerlerine göre sıralanmasının aynı olduğu görülmektedir. Maddelerin faktör yükleri ile madde-toplam puan korelasyon değerleri ölçeğin bir boyutlu olduğunu göstermektedir.

Aracın benzer ve farklı yapılar geçerliği için çalışma grubundaki 233 öğrenciye Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu ile birlikte Yaşam Doyumu Ölçeği ve Depresyon, Anksiyete, Stres Ölçeği uygulanmıştır. Yapılan analizlerde Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu puanlarının Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarıyla -.48, Depresyon puanlarıyla .73, Anksiyete puanlarıyla .70 ve Stres puanlarıyla da .70 korelasyon değerleri göstermiştir ($p < .01$).

Ölçeğin güvenirliğine Cronbach Alfa ve test-tekrar test teknikleriyle bakılmıştır. Ölçek maddelerinin iç tutarlılık güvenirlik katsayısı 233 öğrenciden toplanan verilerden hesaplanmış ve değerin .91 olduğu bulunmuştur. Ölçek dört hafta ara ile 50 öğrenciye uygulanmış ve test-tekrar test güvenirlik katsayısı .70 olarak hesaplanmıştır.

Yorum ve Tartışma

Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu'nun Türkçe formundan elde edilen açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi sonucunda tüm maddelerin bir faktörde toplandığı ve bu faktörün toplam varyansın %55.92'sini açıkladığı anlaşılmıştır. Bu değer orijinal ölçek için %64.8'dir. Orijinal çalışmada, Yahudi ve Arap örnekleminin birleştirilmesinden elde edilen sonuçlara göre, sırasıyla depresyon, çaresizlik, kapana kısılmışlık, değersizlik ve umutsuzluk maddelerinin faktör yüklerinin en yüksek maddeler olduğu bulunmuştur (Pines, 2005). Ölçeğin uyarlama çalışmasında da madde faktör yükleri orijinaline benzer bir şekilde ağırlıklı olarak aynı maddelerde toplanmış ancak yerleşme sıraları değişiklik göstermiştir. Uyarlamadaki sıralama faktör yüklerine göre; kapana kısılmışlık, çaresizlik, depresyon, umutsuzluk, bıkkınlık ve değersizlik şeklinde ortaya çıkmıştır.

Ölçeğin benzer yapı geçerliği için yapılan analizde, depresyon, anksiyete ve stres ölçeği ile beklenen yönde orta düzeyde ve olumlu bir ilişki gösterdiği anlaşılmıştır. Farklı yapı geçerliği için yaşam doyumu ile ilişkisine bakılmış ve orijinalinde olduğu gibi tükenmişliğin bu değişken ile olumsuz bir ilişkisi olduğu saptanmıştır.

Pines (2005) tarafından ölçeğin, farklı etnik köken, meslek ve öğrenci gruplarından elde edilen verilerle hesaplanan iç tutarlık katsayıları .85 ile .92 arasında değişmiştir. Ölçeğin uyarlama çalışmasında öğretmen adaylarından elde edilen iç tutarlılık güvenirlik katsayısı ise .91 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç ölçeğin orijinal çalışmasındaki tezsiz yüksek lisans grubundan elde edilen değerden (.85) yüksektir.

Ayrıca, orijinal BMS'nin üç ay ara ile öğrenci grubunda test-tekrar test katsayısı ise .74 olarak bulunmuştur. Uyarlama çalışmasında ise öğretmen adaylarından dört hafta arayla elde edilen korelasyon katsayısı .70 olarak hesaplanmıştır. Güvenirlik analizlerinden elde edilen sonuçlar, uyarlama çalışması yapılan ölçme aracının en az, orijinali kadar güvenilir olduğu biçiminde değerlendirilebilir.

Bu çalışmada yapılan geçerlik ve güvenirlik analizlerinin sonuçları ölçeğin orijinali için yapılan çalışmaların sonuçlarıyla oldukça benzer olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar, BMS'nin Türkçe uyarlamasının orijinalindeki gibi yapı geçerliğine, yüksek madde-toplam puan korelasyon katsayılarına, benzer ve farklı yapılarla olan ilişkilere, iç tutarlılık ve kararlılık katsayısına sahip olduğunu göstermektedir. Böylece, Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu'nun Türk kültüründe öğretmen adaylarının tükenmişlik yaşantılarını ölçmek için kullanılabilecek bir araç olduğu söylenebilir.

Ölçeğin orijinali tükenmişliği üç bileşenli bir boyutta ölçmektedir. Uyarlama çalışması sonucunda üç bileşen ortaya çıkmamakla birlikte ölçeğin tükenmişliği tek boyutta geçerli ve güvenilir bir şekilde ölçebildiği kabul edilebilir.

Uyarlama çalışması sınıf öğretmenliği programının son sınıfında öğrenim gören öğretmen adaylarıyla sınırlıdır. Ölçeğin farklı programlarda ve farklı sınıf

düzeylerinde öğrenim gören öğrenciler için geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının yapılması yararlıdır. Benzer bir çalışma farklı meslek elemanları için de yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Akın, A. ve Çetin, B. (2007). Depresyon, anksiyete, stres ölçeği (DASÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(1), 241-268.
- Corcoran, K.J. (1986). Measuring burnout: A reliability and convergent validity study. *Journal of Social Behavior and Personality*, 1, 107-112.
- Çapri, B. (2006). Tükenmişlik ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 62-77.
- Ergin, C. (1993). Doktor ve hemşirelerde tükenmişlik ve Maslach tükenmişlik ölçeğinin uyarlanması. R. Bayraktar, İ.Dağ (Ed), *VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları* (ss.143-154), Ankara: Meteksan A.Ş.
- Freudenberger, H. J. (1980). Burn-out: The high cost of high achievement . Garden City, New York: Doubleday.
- Izgar H., (2003). *Okul yöneticilerinde tükenmişlik*. Ankara, Nobel Yayın Dağıtım.
- Justice, B., Gold, R.S. ve Klein, J.P. (1981). Life events and burnout. *Journal of Psychology*, 108, 219-226.
- Köker, S. (1991). Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeylerinin Karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi.
- Laes, T. ve 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.
- Maslach, C. (1982). *Burnout-the cost of caring. englewood cliffs*. NJ: Prentice Hall.
- Maslach, C. ve Jackson, S.E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.
- Maslach, C. ve Leiter, M.P. (1997). *The truth about burnout: How organizations cause personal stress and what to do about it*. San Francisco: Jossey Bass.
- Maslach, C., Schaufeli, W.B., ve Leiter, M.P. (2001). Job burnout. *Annual Reviews of Psychology*, 52, 397-422.
- Mazur, P. J. ve Lynch, M. D. (1989). Differential impact of administrative, organizational and personality factors on teacher burnout. *Teaching and Teacher Education*, 5(4), 337-353.

- Özer, R. (1998). Rehber Öğretmenlerde Tükenmişlik Düzeyi, Nedenleri ve Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Pines, A. M. (2005). The burnout measure short version (BMS). *International Journal of Stress Management*, 12(1), 78-88.
- Pines, A., Aronson, E., ve Kafry D. (1981). *Burnout: From tedium to personal growth*. New York: The Free Press.
- Pines, A.M. (1993). Burnout: An existential perspective. In Schaufeli, W., Maslach, C., & Marek, T. (Eds.), *Professional burnout: Developments in theory and research* (pp. 33-52). Washington D.C.: Taylor & Francis.
- Pines, A.M. (1996). *Couple burnout*. New York/London: Routledge.
- Pines, A.M. (2000). Nurses' burnout: An existential psychodynamic perspective. *Journal of Psychosocial Nursing*, 38(2), 1-9.
- Pines, A.M. ve Aronson, E. (1988). *Career burnout: Causes and cures*. New York: Free Press.
- Pines, A.M. ve Nunes, R. (2003). The relationship between career and couple burnout: Implications for career and couple counseling. *Journal of Employment Counseling*, 40 (2), 50-64.
- Schaufeli, W.B. ve Van Dierendonck, D. (1993). The construct validity of two burnout measures. *Journal of Organizational Behavior*, 14, 631-647.
- Schaufeli, W.B., Enzmann, D. ve Girault, N. (1993). The measurement of burnout: A review. In Schaufeli, W.B., Maslach, C., & Marek, T. (Eds.), *Professional burnout: Recent developments in theory and research* (pp. 199-215). New York: Taylor & Francis.
- Schaufeli, W.B.ve Enzmann, D. (1998). *The burnout companion to study and practice: A critical analysis*. London: Taylor & Francis.
- Seidman, S.A. ve Zager, J. (1986-87). The teacher burnout scale. *Educational Research Quarterly*, 11, 26-33.
- Sürgevil, O. (2005). Tükenmişlik ve Tükenmişliği Etkileyen Örgütsel Faktörler: Akademik Personel Üzerinde Bir Uygulama. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Tümekaya, S. (1996). Öğretmenlerdeki Tükenmişlik, Görülen Psikolojik Belirtiler ve Başa Çıkma Davranışları. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Adana: Çukurova Üniversitesi.
- Weisberg, J. ve Sagie, A. (1999). Teachers' physical, mental and emotional burnout: Impact on intention to quit. *The Journal of Psychology*, 133 (3), 333-339.
- Weiskopf, P. E. (1980). Burnout among teachers of exceptional children. *Exceptional Children*, 47, 18-23.