

## Pedagojik Formasyon Eğitimi Alan Öğrencilerin Yılmazlık ve Tükenmişliklerinin İncelenmesi\*

### Examination Of Burnout And Resilience In Pedagogy Formation Students

Gülşen BÜYÜKŞAHİN ÇEVİK\*\*, İsmihan DOĞAN\*\*\*, Mehmet Ali YILDIZ\*\*\*\*

**Öz:** Bu araştırmanın amacı pedagojik formasyon eğitimi alan öğrencilerin yılmazlık ve tükenmişlik düzeylerini incelemektir. Araştırmanın çalışma grubunu, Adıyaman Üniversitesi Eğitim Fakültesi’nde Pedagojik Eğitim Sertifika Programına devam eden 155 erkek ve 174’ü kızlardan olmak üzere toplam 329 kişi ( $\bar{X}$  yaş=27.7; Ss=5.4; ranj, 20-43) oluşturmuştur. Araştırmada veri toplamak amacıyla araştırmacıların geliştirdiği “Kişisel Bilgi Formu”, Gürgân’ın (2006) geliştirdiği Yılmazlık Ölçeği ve Pines’in (2005) geliştirdiği, uyarlaması Tümkaya, Çam ve Çavuşoğlu’nun (2009) yaptığı Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu kullanılmıştır. Veriler SPSS 15.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Araştırmanın verileri betimsel istatistikler, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu, çok değişkenli varyans analizi (Tek Yönlü MANOVA) ve post-hoc çoklu karşılaştırma testlerinden Tukey HSD testi kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırmanın sonucunda öğrencilerin tükenmişlik ile yılmazlıkları arasında ( $r=-.45$ ) negatif yönde anlamlı düzeyde bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Cinsiyete göre öğrencilerin yılmazlık ve tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir fark bulunmamıştır. Araştırma bulguları ilgili literatür doğrultusunda tartışılarak ve önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Yılmazlık, tükenmişlik, pedagojik formasyon programı

**Abstract:** The purpose of this study is to examine burnout and resilience according to some variables. The study is carried out on student of pedagogy formation program in Adıyaman University. The study group consisted of 329 (155 male: 174 female, age=27.7; Sd=5.4; ranj, 20-43). The data was collected through the a personal information form designed by the researchers, Resiliency Scale developed by Gürgân (2006), the short version of the Burnout Inventory developed Pines (2005) and adapted by Tümkaya, Çam and Çavuşoğlu (2009). Statistical Package for the Social Sciences SPSS 15.0 software was used for the statistical analysis of the data. In order to analyze the Pearson Correlation Coefficient, One way MANOVA and Tukey HSD analysis method was employed. According to findings, negatively significant correlation was found between burnout and resilience. According to gender, it is not observed a significant difference for the resilience and burnout. The findings of the present study were discussed in the light of the related literature.

**Keywords:** Resilience, burnout, pedagogy formation program

#### Giriş

Yılmazlık beklenmeyen olumsuz durumlar karşısında pozitif bir yaklaşım benimsemeyi ifade etmektedir (Li, Xu ve Wu, 2012; Fredrickson, 2001). Yılmazlık zorlu yaşam deneyimleri ile baş etme yeteneği olarak tanımlanmıştır (Newman, 2005). Benzer olarak Johnson’da (2008) yılmazlığı riskli ve zorlayıcı yaşam deneyimlerine karşın bireyin kendine tehdit oluşturan durumlarla başa çıkma süreci olarak tanımlamıştır. Aynı zamanda yılmazlığın farklı yaşam deneyimlerine karşı değişebileceği, çevresel faktörlerden etkilendiği kadar biyolojik faktörlerden de etkilendiği vurgulanmıştır (Kirby ve Fraser, 1997). Aynı zamanda bu yaklaşımı benimseyen organizmanın savunmaya geçtiği ve uzun dönemde ruh sağlığını koruyucu bir görev yaptığı bildirilmektedir (Davydow, Stewart, Ritchie ve Chaudieu, 2012; Hourani vd.,

\*Bu çalışma 13. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi’nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

\*\*Yrd. Doç. Dr., Adıyaman Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Adıyaman, e-posta: gbuyuksahin@hotmail.com

\*\*\*Uzman, Mersin Devlet Hastanesi, Mersin, e-posta: [ismihandgn@hotmail.com](mailto:ismihandgn@hotmail.com)

\*\*\*\*Yrd. Doç. Dr., Adıyaman Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Adıyaman, e-posta: alipdr@hotmail.com

2012). Öte yandan yılmazlığın üç kategoride incelenebileceği bildirilmiştir. 1. Bireyin kişiliğindeki pozitif kaynaklar, 2. Sürekli destekleyici bir aile ortamı ve 3. Çevresel koşullara uyum sağlamada destekleyici sosyal ilişkilerin önemi vurgulanmıştır (Werner, 1995). Yılmazlık düzeyleri yüksek bireylerin ruh sağlıklarını daha iyi koruyabildiği (Bruneau, vd., 2003) yaşamdaki kriz ve travmalarla daha iyi mücadele ederek hayata karşı pozitif bir tutum geliştirdikleri ortaya çıkmıştır (Ray-Bennett vd., 2010). Yılmazlığın geliştirilebilmesinde ise aile ortamı, okul ve çevrenin önemli olduğu bildirilmiştir (Thomsen, 2002). Ailelerin yılmazlıkları ile ilişkili olan değişkenlerin başında sosyal destek, manevi değerler, pozitif bakış açısı ve aile bağları olduğu belirlenmiştir (Özbay ve Aydoğan, 2013). Yılmazlığın ortaya çıkmasında ve gelişiminde ise aile ve toplumsal özelliklerin önemli bir rol oynadığı belirtilmektedir (Masten, 2001). Benzer olarak Mc Namara (2000) çocuk ve gençlerde ailenin ve çevredeki sosyal kaynakların, depresif duygulanımı azaltacağı, yaşamdaki stresle aktif olarak başa çıkmada yardımcı olacağı ve yılmazlık düzeylerini olumlu yönde etkileyeceğini rapor etmiştir.

Yılmazlıkla ilgili yapılan çalışmalarda yılmazlığın depresyon, psikolojik dayanıklılık ve özellikle de sosyal destek ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Yılmazlık çalışmaları Werner ve Smiths'in (1989) zorluklarla ya da yaşamsal riskler yaşayan çocukların bu durumların üstesinden başarılı olarak geçebilmelerine ilişkin boylamsal çalışmaları ile incelenmiştir. Yılmazlığın pek çok psikolojik değişkenle ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Yılmazlığın pozitif bağlanma stili, stresle baş etme, umutsuzluk ve iyimserlik gibi pek çok psikolojik değişkenle ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır (Johnson, Wood, Gooding, Taylor ve Tarrier, 2011). Aynı zamanda yılmazlık ile depresyon arasında da bir ilişkinin olduğu ortaya çıkmıştır (Rainey, Petrey, Reynolds, Agtarap ve Warren, 2014; Jung-Ah, Chang-Uk ve Jeong-Ho, 2015). Serbest (2010) üniversite öğrencilerinde depresif belirtilerin yılmazlık düzeylerine etkisi olduğunu ortaya çıkarmıştır. Malkoç ve Yalçın (2015) psikolojik iyi olmanın psikolojik dayanıklılık, stresle başa çıkma becerileri, aile, arkadaş ve diğerlerinden alınan sosyal destek tarafından yordandığını ortaya koymuşlardır. Beightol, Jeverson, Carter, Gray ve Gass (2012) yaptıkları çalışmada yapılandırdıkları yılmazlık programının bireylerin yılmazlık düzeylerini anlamlı olarak yükselttiğini ortaya çıkarmıştır. Öte yandan yılmazlık ile güvenli bağlanma arasında pozitif bir ilişki, belirsiz bağlanma ile negatif yönde bir korelasyon olduğu ortaya çıkmıştır (Shibue ve Kasai, 2014).

Aynı zamanda yılmazlığı etkileyen faktörlerin aile, arkadaş desteği, okul iklimi, öğretmen tutum ve davranışlarının öğrenci yılmazlığını etkilediği rapor edilmiştir (Arastaman, Balci, 2013). Benzer bir çalışmada öğretmenler üzerinde yaptıkları çalışmalarında Kırımoglu, Yıldırım ve Temiz (2010) cinsiyete, medeni duruma ve hizmet süresine göre yılmazlık düzeylerinin değişmediğini bulmuşlardır. Üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeyleri ve kariyer seçimlerini inceleyen Ilgaz (2011) yılmazlık ile kariyer seçimleri arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Özcan (2005) anne-babası boşanmamış olan ergenlerin yılmazlık düzeylerinin anne ve babası boşanmış olan ergenlere göre daha yüksek düzeyde olduğunu ortaya çıkarmıştır. Terzi (2008) tarafından yapılan başka bir araştırmada üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destekle yılmazlıkları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda yılmazlık ile algılanan sosyal destek arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Pedagojik formasyon öğrencilerinde incelenmesi gerektiği ve yılmazlıkla ilişkisi olabileceği düşünülen değişkenlerden biri de tükenmişlik olabilir. Freudenberger (1974) tükenmişliği başarısız olmak, yıpranmak, enerji ve gücün azalması sonucunda bireyin iç kaynaklarından yararlanamaması olarak tanımlamıştır. Pearlman ve Hartman (1982) ise tükenmişliği başarısızlık, yorgunluk ve duygusal olarak tükenme, yaratıcı ve işe bağlı olmama, kuruma yabancılaşma, stresli olma ve uygun olmayan davranışsal özellikler gösterme olarak tanımlanmışlardır. Öte yandan tükenmişliğin duygusal tükenmeye, başarıda düşüklüğe ve duyarsızlaşmaya neden olduğu ortaya çıkmıştır (Maslach ve Jackson, 1981). Öğretmen adayları ya da pedagojik formasyon alan öğrencilerde de tükenmişliğin önemli olduğu düşünülmektedir. Tümkaya ve Çavuşoğlu'na (2010) göre öğretmen adaylarının devletin kadro açmaması nedeniyle günden güne önemli bir kitleye dönüştüğünü vurgulamışlardır. Bu probleminde

öğretmen adaylarında gelecek kaygısı ve stres yaşamalarına neden olduğu söylenebilir. Öte yandan Schwab, Jackson ve Schuler (1986) eğitim ortamında tükenmişliğin, iş ortamı ve kişisel faktörlerin etkisiyle geliştiğini belirtmişlerdir. Tükenmişliğin kişisel nedenleri arasında yaş, evlilik, medeni durum, çocuk sayısı, kendini işine aşırı bağlama, sorumluluk, katılık, A tipi kişilik (hırs, rekabet vs. özellikler) kişisel yaşamdaki stresler ve başa çıkma yöntemleri bulunmaktadır (Çam, 1991; Lavanco, 1997). Tükenmişlikle ilgili öğretmenlerle yapılan birçok araştırmaya da rastlanılmaktadır (Aydoğan, 2008; Işıklar, 2002; İde, 2008; Oruç, 2007; Pepe, 2008). Öğretmen adaylarında tükenmişliği çalışan Ören ve Türkoğlu (2006), kişisel başarı ve duyarsızlaşmada erkeklerin tükenmişlik düzeylerinin yüksek, duygusal tükenme boyutunda da kızların tükenmişliklerinin yüksek olduğunu bulmuşlardır.

Tümkiye ve Çavuşoğlu (2010) tarafından yapılan çalışmada öğretmen adaylarının %8.6'sının ciddi düzeyde tükenmişlik yaşadıkları ortaya çıkmıştır. Öğretmen adaylarının KPSS (Kamu Personeli Seçme Sınavı) sınavına yönelik bir kaygının yaşandığı gözlenmiştir. Benzer bir çalışmada Balkıs, Duru, Buluş ve Duru (2011) öğretmen adaylarıyla yaptıkları çalışmalarında tükenmişlik düzeyinin cinsiyete, sınıf düzeyine göre farklılaştığını bulmuşlardır. Başka bir çalışmada Çelikkaleli (2011) yetkinlik ile tükenmişliğin alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Gündüz, Çapri ve Gökçakan (2012) sosyal destek almadığını düşünen üniversite öğrencilerinin tükenmişliklerinin daha yüksek olduğunu ortaya çıkarmışlardır. Biçen'in (2014) çalışmasında yeni atanan öğretmenlerde tükenmişliğin cinsiyete göre farklılaşmadığı, KPSS'ye girme sıklığı açısından beş ve üzeri girenlerde duygusal tükenme, duyarsızlaşma boyutlarında yüksek puanlar aldıkları ortaya çıkmıştır.

Öğretmenlerin eğitilmesi ve öğretmenlerin kişisel özellikleri eğitim sisteminin temel parçalarıdır. Aynı zamanda öğretmen adaylarının geçirdikleri eğitim süreçleri, kişisel nitelikleri öğrencileri etkilemektedir. Dolayısıyla öğretmen adaylarında ruh sağlığı ile ilgili değişkenlerden olan yılmazlık (resilience) ve tükenmişliğin (burnout) incelenmesinin de önemli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca bu öğrencilerin çoğu işsiz durumdadır işsizlikte, yılmazlık açısından bir risk faktörü olarak ele alınmıştır (Gürgân, 2006). Yılmazlıkla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında olumsuz yaşam koşulları, stresli yaşam deneyimleri ve riskli yaşam koşulları ile ilgili mücadeleyi içerdiği görülmektedir. Pines (2002) bireylerin başardıkları işlerin faydalı ve yararlı olduğunu hissetmelerine ihtiyaçları olduğunu belirtmiştir. Bu nedenle insanların bu duyguyu hissetmediklerinde hayal kırıklıklarına uğrayarak yaptıkları işlerde mutsuz olmaya başlayacaklarını, bununda kişilerde tükenmişliğe neden olabileceği rapor edilmiştir. Bu nedenle yılmazlık ve tükenmişlik ile ilgili yapılacak çalışmaların bu öğrencilerin yılmazlık ve tükenmişlik düzeylerine müdahalede önemli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca tükenmişlik ve yılmazlığın birlikte incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Aynı zamanda yılmazlık, tükenmişliğin cinsiyete, yanlış alan seçtiğini düşünmeye, bir işte çalışmaya, KPSS'ye hazırlanmalarına göre birlikte ele alınıp yapılan bir çalışmanın olmaması bu araştırmanın yapılma gerekçesini oluşturmuştur. Pedagojik formasyon öğrencilerinde yılmazlık ve tükenmişliğin çalışılmasının bir diğer nedeni, bu gruptakilerin çoğunluğunun lisans öğrencilerine göre yaş ortalamalarının daha yüksek olmasından dolayı bu değişkenleri nasıl etkilediğini ortaya çıkarmaktır. Yaş ortalamalarının daha yüksek olması, çalıştıkları işten memnun olmamaları, yanlış alan seçtiğini düşünme, ya da atanamaktan dolayı daha fazla KPSS'ye girmiş olabileceklerinden dolayı, bu gruptakilerin yılmazlık ve tükenmişlik açısından risk grubunda olabilecekleri, bu nedenle bu değişkenlere göre incelemenin tükenmişliğe müdahalede ve yılmazlık düzeylerini yükseltmede önemli olduğu düşünülmektedir.

#### ***Araştırmanın Amacı***

Bu araştırmada, pedagojik formasyon eğitim alan öğrencilerin tükenmişlikleri ile yılmazlıkları arasında bir ilişkinin olup olmadığı, cinsiyet, yanlış alan seçtiğini düşünme, bir işte çalışma ve KPSS'ye hazırlanmaya göre tükenmişlik ve yılmazlık puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir.

#### **Yöntem**

### ***Araştırmanın Modeli***

Bu araştırma mevcut durumu incelemeyi amaçlayan betimsel bir araştırmadır. Betimsel araştırmalar olanı olduğu biçimde saptamaya yöneliktir (Karasar, 2005, 77).

### ***Araştırma Grubu***

Araştırmada Adıyaman Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde 2014-2015 Eğitim-öğretim yılında Pedagojik Eğitim Sertifika Programına devam eden 155'i erkek (% 47) ve 174'ü (% 53) kızlardan olmak üzere toplam 329 kişi ( $\bar{X}$  yaş=27,77; Ss=5,14; ranj, 20-43) çalışma grubunu oluşturmuştur. Bu grupta 614 kişi kayıt yaptırmıştır. Çalışma grubunun oluşturulmasında uygun örneklem yöntemi kullanılmıştır. Verilerin toplandığı tarihlerde tüm sınıflarda o günlerde derse devam eden bütün bölümler çalışma grubuna dahil edilmiştir. Pedagojik formasyon öğrencilerine ait betimsel istatistikler incelendiğinde, öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun (% 64.1) lisans mezunu oldukları, %32.5'nin lisansa devam ettikleri ve %3.3'nün ise yüksek lisans mezun oldukları ve yarısından fazlasının (% 65) evli olduğu, bekarların oranının ise % 35 olduğu görülmüştür. Okudukları bölümü isteyerek seçenlerin yarısından fazla olduğu (% 52.6), isteyerek seçmeyenlerin oranının ise % 43.8 olduğu görülmüştür. Katılımcıların yaklaşık olarak yarısı yanlış bölüm seçtiğini (% 50.5) düşünmekte, diğer yarısı ise (% 49.5) yanlış bölüm seçmediğini düşünmektedir. Öğrencilerin büyük bir çoğunluğu (% 72.3) çevresinden maddi destek almazken % 27.7'si çevresinden maddi destek almaktadır. Öğrencilerin yarısından fazlası (% 54.1) bir işte çalışmamakta ve 45.9'u ise bir işte çalışmaktadır. Öğrencilerin yarısından (% 73.6) fazlasının sosyal güvencesi olmakla birlikte % 26.4'nün sosyal güvencesi bulunmamaktadır.

Öte yandan % 51.1'i KPSS'ye hazırlanırken, %48.9'u ise KPSS'ye hazırlanmamaktadır. KPSS'de başarılı olamayacağını düşünenlerin oranı yarından fazla (%56.8) olmakla birlikte, KPSS sınavında başarılı olacağını düşünenlerin oranı % 43.2'dir. Öğrencilerin % 5.2'si psikiyatrik tedavi alırken, %4.9'nun ise intihar etme teşebbüsünde bulunduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca öğrencilerin yarısından fazlası (%59.9) işsiz kalabileceğini düşünürken, %40.1'i ise işsiz kalmayacağını düşünmektedir.

### ***Veri Toplama Araçları***

#### ***Yılmazlık Ölçeği***

Araştırmada kullanılan Yılmazlık Ölçeğinin özgün hali Gürgân (2006) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte toplam 50 madde bulunmaktadır. Bu ölçekte bulunan maddeler; 1= hiç tanımlamıyor ve 5=çok tanımlıyor olmak üzere 5'li likert ölçeği ile değerlendirilmiştir. Yılmazlık Ölçeği 50-250 arasında puanlanmaktadır. Puanlardaki artış yılmazlık düzeyinin artması anlamına gelmektedir. Açıklayıcı faktör analizine göre, toplam varyansın %57.56'sını açıkladığı ve 50 maddenin de 8 faktörde toplandığı ortaya çıkmıştır. Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları için test tekrar test yöntemine göre iki uygulama arasındaki korelasyon .89 olarak bulunmuştur. Cronbach Alfa değerleri ise sırasıyla .78 ve .87 olarak bulunmuştur. Geçerlik çalışmasında hesaplanan Cronbach Alfa değeri .80 olarak bulunmuştur.

#### ***Tükenmişlik Ölçeği Kısa Versiyonu***

Ölçeğin özgün hali Pines (2005) tarafından, Türkçe 'ye uyarlama çalışması Tümkaya, Çam ve Çavuşoğlu (2009) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin her bir maddesi 1 ile 7 arasında puanlanan toplam 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddelere verilen yanıtların toplanarak 10'a bölünmesiyle puanlanmaktadır. Faktör analizinde ölçeğin üç boyutta toplandığını ancak ölçeğin tek boyutta değerlendirilebileceği ortaya çıkmıştır. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda öz değeri 1.00'dan büyük olan sadece bir faktör olduğu bulunmuştur. Maddelerin ortak varyans değerlerinin ise .29 ile .75 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlık katsayıları .85 ile .92 arasında olduğu ortaya çıkmıştır. Test-tekrar test katsayısı ise .74 olarak bulunmuştur.

### ***Kişisel Bilgi Formu***

Araştırmada kişisel bilgileri toplamak amacıyla araştırmacılar “Kişisel Bilgi Formu” geliştirmiştir. Bağımsız değişkenleri belirlemeye yönelik olan form, cinsiyet, öğrenim düzeyleri, medeni durumlarına, bölümü isteyerek seçme, yanlış alan seçtiğini düşünme, çevreden maddi destek alma, bir işte çalışma ve sosyal güvenceye sahip olmaya ilişkin soruları kapsamaktadır. Bunun yanında sosyal destek alma, KPSS’ye hazırlanma, KPSS’de başarılı olacağına inanma, psikiyatrik tedavi alma, intihar etme teşebbüsü, işsiz kalabileceğini düşünme ile ilgili soruları içermektedir.

### Verilerin Analizi

Araştırmada verilerin analizinde betimleyici istatistikler, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu, çok değişkenli varyans analizi (Tek Yönlü MANOVA) ve Post-Hoc çoklu karşılaştırma testlerinden Tukey HSD testi kullanılmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını belirlemek için .05 önem düzeyi esas alınmıştır.

Tek Yönlü MANOVA’nın kullanılması için veride “doğrusallık” ve “normallik” sayıtlarının düşmesine neden olan uç değerlerin saptanması için Mahalanobis uzaklık değerleri ortaya çıkarılmıştır. Buna göre uç değerlerin olmadığı saptanmıştır. Ayrıca Tek Yönlü MANOVA kullanabilmek için bir diğer önemli koşul ise Kovaryans Matris tablo değerinin (Box M Test) .05’den yüksek olmasıdır, yani varyansların benzeşik (homojen) olmasıdır. Elde edilen kovaryans matris tablosu değerleri varyansların benzeşik olduğunu göstermektedir. Ayrıca varyansların homojenliği Levene Testi ile incelenmiştir ve tüm gruplarda varyansların homojenliğinin sağlandığı görülmüştür.

### Bulgular

Araştırmaya katılan pedagojik formasyon öğrencilerinin toplamının, her bir ölçekten alınan puanların çarpıklık ve basıklık değerleri tanımlayıcı istatistikleri ile araştırmanın değişkenleri arasındaki korelasyon değerleri hesaplanmıştır. Sonuçlar, Tablo 1’de sunulmuştur.

**Tablo 1.** Araştırmadaki Değişkenlere İlişkin Betimleyici İstatistikler ve Pearson Korelasyon Katsayısı Değerleri

Değişkenler	$\bar{X}$	Ss	Basıklık	Çarpıklık	1	2
1.Tükenmişlik	4.58	1.13	.62	-.49	-	
2.Yılmazlık	116.60	30.4	-.41	.06	-.45**	-

N=329,\*\*p<.01

Tablo 1 incelendiğinde Tükenmişlik ve Yılmazlık değişkenlerinin basıklık değerlerinin .62 ile -.41 arasında olduğu, çarpıklık değerlerinin ise -.49 ile .06 arasında olduğu görülmüştür. Verilerin, önerilen değerler olan +1 ile -1 arasında olması normallik açısından önemli bir ihlalin bulunmadığını göstermektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Ayrıca normallik testlerinden One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test’inin de  $p>0.05$  olduğu görülmüştür. Hesaplanmış Mahalanobis puanı, bulunan tablo değerinden düşük olması durumunda, çok değişkenli normallik varsayımının karşılanabileceği öngörülebilir. Ki kare tablo değerinin üzerinde bir Mahalanobis değerinde olan veriler uç değerler olarak belirlenmektedir ve veriden çıkartılmaktadır. Bu işlemler için .001 manidarlık düzeyinin dikkate alınması önerilmektedir (Büyüköztürk, 2003). Yapılan bu analizlerden sonra çalışmada parametrik testlerin yapılabileceği söylenebilir. Tablo 1’de görüldüğü gibi Tükenmişlik ile Yılmazlık arasında ( $r=-.45$ ) negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Cinsiyete göre öğrencilerin tükenmişlik ve yılmazlık puanları bağlamında aralarında fark olup olmadığı Tek Yönlü MANOVA ile incelenmiştir. Sonuçlar Tablo 2’de sunulmuştur.

**Tablo 2.** Cinsiyete Göre Grupların Tükenmişlik ve Yılmazlık Puanlarına İlişkin MANOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	$\eta^2$
Yılmazlık	47.321	1	47.321	.051	.821	.000
Tükenmişlik	1.383	1	1.383	1.076	.300	.003

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

Yapılan analizde Kovaryans matris değeri anlamlı düzeyde bulunmamıştır (Box M Test= 1,184, p=.759). Aynı zamanda Levene Testi sonucunda da varyans eşitliği şartının sağlandığı görülmüştür (p>0.05). Tablo 2 incelendiğinde, yapılan tek yönlü çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) sonucunda, yılmazlığın grup etkisinin anlamlı düzeyde olmadığı görülmüştür. [Wilks'  $\lambda = .996$ ,  $F_{(1,327)} = .051$ , p>.05]. Bir başka deyişle, cinsiyete göre öğrencilerin yılmazlık düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 2 incelendiğinde, yapılan tek yönlü çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) sonucunda, tükenmişliğin grup etkisinin anlamlı düzeyde olmadığı görülmektedir [Wilks'  $\lambda = .996$ ,  $F_{(1,327)} = 1.076$ , p>.05]. Bir başka deyişle, cinsiyete göre öğrencilerin tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir fark bulunmamıştır.

Yanlış alan seçtiğini düşünenlere (1=Evet, 2=Hayır) göre tükenmişlik ve yılmazlık puanları arasında fark olup olmadığını incelemek için tek yönlü MANOVA testi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 3'te sunulmuştur.

**Tablo 3.** Yanlış Alan Seçmeye Göre Grupların Tükenmişlik ve Yılmazlık Puanlarına İlişkin MANOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	$\eta^2$
Yılmazlık	14237.469	1	1423.469	16.113	.000***	.047
Tükenmişlik	10.948	1	10.948	8.719	.003**	.026

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

Yapılan analizde Kovaryans matris değeri anlamlı düzeyde bulunmamıştır (Box M Test= 1,490, p=.687). Aynı zamanda Levene Testi sonucunda da varyans eşitliği şartının sağlandığı görülmüştür (p>0.05). Tablo 3 incelendiğinde, yapılan tek yönlü çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) sonucunda, yılmazlığın grup etkisinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür. [Wilks'  $\lambda = .948$ ,  $F_{(1,327)} = 16,113$ , p<.001]. Öte yandan, eta kare değerinin de orta düzeye yakın bir ilişkiyi işaret ettiği görülmektedir ( $\eta^2 = .047$ ). Bir başka deyişle, yanlış alan seçtiğini düşünenler arasında yılmazlık puanları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Farkların hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için Tukey HSD testi kullanılmıştır. Buna göre yanlış alan seçtiğini düşünenlerin yılmazlık puanlarının ( $\bar{X} = 123.120$ ) yanlış alan seçtiğini düşünmeyenlere göre ( $\bar{X} = 109.963$ ) daha yüksek yılmazlık puanlarının olduğu görülmüştür.

Tablo 3 incelendiğinde, yapılan tek yönlü çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) sonucunda, yılmazlığın grup etkisinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür [Wilks'  $\lambda = .948$ ,  $F_{(1,327)} = 8,719$ , p<.01]. Öte yandan, eta kare değerinin de düşük düzeyde bir ilişkiyi işaret ettiği görülmektedir ( $\eta^2 = .026$ ). Bir başka deyişle, yanlış alan seçtiğini düşünenler arasında yılmazlık puanları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık ortaya çıkmıştır. Farkların hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için Tukey HSD testi kullanılmıştır. Buna göre yanlış alan seçtiğini düşünenlerin tükenmişlik puanlarının ( $\bar{X} = 4.407$ ) yanlış alan seçtiğini düşünmeyenlere göre ( $\bar{X} = 4.772$ ) daha az düzeyde tükenmişlik yaşadığı ortaya çıkmıştır.

Bir işte çalışma durumlarına göre (1=Evet, 2=Hayır) tükenmişlik ve yılmazlık puanları arasında fark olup olmadığını incelemek için tek yönlü MANOVA testi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 4'te verilmiştir.

**Tablo 4.** Bir İşte Çalışma Durumlarına Göre Grupların Tükenmişlik ve Yılmazlık Puanlarına İlişkin MANOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	$\eta^2$
-------------------	----	----	----	---	---	----------

Yılmazlık	4493.301	1	4493.301	4.919	.027*	.015
Tükenmişlik	4.487	1	4.487	3.518	.062	.011

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

Yapılan analizde Kovaryans matris değeri anlamlı düzeyde bulunmamıştır (Box M Test= 2,975, p=.399). Aynı zamanda Levene Testi sonucunda da varyans eşitliği şartının sağlandığı görülmüştür (p>0.05). Tablo 4 incelendiğinde, yapılan tek yönlü çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) sonucunda, yılmazlığın grup etkisinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür [Wilks'  $\lambda = .982$ ,  $F_{(1,327)} = 4,919$ , p<.05]. Öte yandan, eta kare değerinin de düşük düzeyde bir ilişkiyi işaret ettiği görülmektedir ( $\eta^2 = .015$ ). Bir başka deyişle, bir işte çalışmaya göre yılmazlık puanları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık ortaya çıkmıştır. Farkların hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için Tukey HSD testi kullanılmıştır. Buna göre bir işte çalışanların yılmazlık puanlarının ( $\bar{X} = 112.58$ ) bir işte çalışmayanlara göre ( $\bar{X} = 120.00$ ) daha düşük düzeyde yılmazlık puanlarının olduğu ortaya çıkmıştır.

Tablo 4 incelendiğinde, yapılan tek yönlü çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) sonucunda, tükenmişliğin grup etkisinin anlamlı düzeyde olmadığı görülmüştür [Wilks'  $\lambda = .982$ ,  $F_{(1,327)} = 3,518$ , p >.05]. Buna göre çalışma durumuna göre tükenmişlik puanlarının farklılaşmadığı ortaya çıkmıştır.

KPSS'ye hazırlanmalarına göre (1=Evet, 2=Hayır) tükenmişlik ve yılmazlık puanları arasında fark olup olmadığını incelemek için tek yönlü MANOVA testi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 5'te verilmiştir.

**Tablo 5.** KPSS'ye hazırlanmalarına Göre Grupların Tükenmişlik ve Yılmazlık Puanlarına İlişkin MANOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	$\eta^2$
Yılmazlık	4964.984	1	4964.984	5.444	.020*	.016
Tükenmişlik	4.150	1	4.150	3.251	.072	.010

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

Yapılan analizde Kovaryans matris değeri anlamlı düzeyde bulunmamıştır (Box M Test= 4,649, p=.202). Aynı zamanda Levene Testi sonucunda da varyans eşitliği şartının sağlandığı görülmüştür (p>0.05). Tablo 5 incelendiğinde, yapılan tek yönlü çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) sonucunda, yılmazlığın grup etkisinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür [Wilks'  $\lambda = .981$ ,  $F_{(1,327)} = 5.444$  p<.05]. Öte yandan, eta kare değerinin de düşük düzeyde bir ilişkiyi işaret ettiği görülmektedir ( $\eta^2 = .016$ ). Bir başka deyişle, KPSS'ye hazırlanmalarına göre yılmazlık puanları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık ortaya çıkmıştır. Farkların hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için Tukey HSD testi kullanılmıştır.

Buna göre KPSS'ye hazırlananların yılmazlık puanlarının ( $\bar{X} = 112.63$ ) hazırlanmayanlara göre ( $\bar{X} = 120.40$ ) daha düşük düzeyde puanlara sahip oldukları ortaya çıkmıştır.

Tablo 5 incelendiğinde, yapılan tek yönlü çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) sonucunda, tükenmişliğin grup etkisinin anlamlı düzeyde olmadığı görülmüştür [Wilks'  $\lambda = .981$ ,  $F_{(1,327)} = 3.251$  p>.05]. Bir başka deyişle, KPSS'ye hazırlanmalarına göre tükenmişlik puanları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık ortaya çıkmamıştır.

### Tartışma ve Sonuç

Bu bölümde bulgular, alan yazın çerçevesinde tartışılmış ve yorumlanmıştır. Araştırmanın sonucuna göre tükenmişlik ile yılmazlık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Alan yazın çerçevesinde yılmazlık ile tükenmişlik arasında bir araştırmaya rastlanmadığından benzerlik ya da farklılıkları tartışılmamıştır. Buna karşılık yılmazlığın pozitif bağlanma stili, stresle baş etme, umutsuzluk ve iyimserlik gibi psikolojik değişkenlerle ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır (Johnson, Wood, Gooding, Taylor ve Tarrier, 2011). Aynı

zamanda depresyon ile yılmazlık arasında da negatif yönde bir ilişkinin olduğu ortaya çıkmıştır (Jung-Ah, Chang-Uk ve Jeong-Ho, 2015; Rainey, Petrey, Reynolds, Agtarap ve Warren, 2014). Dolayısıyla yılmazlık ve tükenmişlik arasında negatif yönde bir ilişkinin ortaya çıkması beklenebilecek bir bulgu olarak görülmektedir. Çünkü yılmazlık zorlu yaşam koşulları ile mücadele etmeyi içerirken, ruh sağlığını koruyucu pozitif bir faktör olarak ele alınırken, tükenmişlik bireylerin kendilerini başarısız ve duygusal olarak tükenmiş hissetmelerini içermektedir. Ayrıca yılmazlık pozitif olarak tanımlanan bir psikolojik değişken iken, tükenmişlik negatif olarak ele alınan bir değişkendir. Dolayısıyla bu iki değişken arasında negatif bir ilişkinin ortaya çıkmasının beklenen bir durum olabileceği söylenebilir.

Araştırmadaki bir diğer bulgu cinsiyete göre yılmazlık ve tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir farklılığın bulunmamasıdır. Benzer başka çalışmalarda da cinsiyete göre yılmazlık düzeylerinin değişmediği ortaya çıkmıştır (Çelik, 2013; Çetinkaya, 2009; Gera ve Kaur, 2015; Kırımoğlu, Filazoğlu Çokluk ve Yıldırım, 2012; Kırımoğlu, Yıldırım ve Temiz, 2010). Bu sonuçlara göre hem erkek hem de kadınların aynı düzeyde yılmazlık becerisine sahip oldukları söylenebilir. Öte yandan bu araştırmanın bulguları ile paralel olarak başka çalışmalarda da cinsiyete göre tükenmişlik düzeyinin değişmediği ortaya çıkmıştır (Gündüz, 2004; Polatçı, 2007; Sucuoğlu ve Kuloğlu, 1996). Buna karşılık Balkıs, Duru, Buluş ve Duru (2011) öğretmen adaylarıyla yaptıkları çalışmalarında tükenmişlik düzeyinin cinsiyete, göre farklılaştığını bulmuşlardır. Bu iki sonuç farklı örneklem alınmasından kaynaklanabileceği düşünülebilir. Öte yandan bu araştırmanın sonuçlarını destekleyen çalışmasında Biçen (2014) yeni atanan öğretmenlerde tükenmişliğin cinsiyete göre farklılaşmadığını bulmuştur.

Araştırmanın bir diğer bulgusu yanlış alan seçtiğini düşünenler arasında yılmazlık ve tükenmişlik puanları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Buna göre yanlış alan seçtiğini düşünenlerin yılmazlık puanlarının yanlış alan seçtiğini düşünmeyenlere göre daha yüksek yılmazlık puanlarının olduğu görülmüştür. Aynı zamanda yanlış alan seçtiğini düşünmeyenlerin tükenmişlik puanlarının yanlış alan seçtiğini düşünenlere göre daha fazla düzeyde tükenmişlik yaşadığı ortaya çıkmıştır. Buna göre yanlış alan seçtiğini düşünenlerin daha yüksek düzeyde yılmazlık puanlarına sahip olduğu gibi daha az düzeyde tükenmişlik yaşadıkları ortaya çıkmıştır. Yanlış alan seçtiğini düşünenlerin yılmazlık puanlarının yüksek olması ve tükenmişliklerinin düşük olmasının nedeninin okudukları ya da mezun oldukları alanla ilgili mücadele etmemelerinden kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Yanlış alan seçtiğini düşünenlerin KPSS sınavına hazırlanmıyor olabileceğinden daha az tükenmişlik yaşamalarının beklenir bir durum olduğu düşünülebilir. Aynı zamanda yanlış alan seçtiğini düşünmeyenlerin daha fazla tükenmişlik yaşamalarının nedeninin ise öğretmen ya da memur olarak atanmak için daha fazla çaba ve emek sarf etmek zorunda olduklarından dolayı daha fazla zaman harcamalarından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Benzer bir çalışmada Semerci, Semerci, Eliüşük ve Kartal (2012) öğretmenlerin mesleklerini isteyerek seçtiklerini ortaya çıkarmışlardır. Buna karşılık öğretmenlerin çoğunluğunun öğretmenlik yapmada mutsuz oldukları ortaya çıkarılmıştır. Benzer bir başka bir çalışmada Recepoglu (2013) yaşam doyumu ile öğretmenliğe ilişkin tutum arasında pozitif bir korelasyon ortaya çıkarmıştır. Çetinkaya (2009), öğretmenlik mesleğini ilk sıralarda tercih eden öğretmen adaylarının mesleğine daha olumlu baktıkları ortaya çıkmıştır. Şişman ve Acat'ın (2003) yaptığı araştırmanın sonuçlarına göre, öğretmen adayları ile yaptıkları araştırmalarında öğretmenliğin sosyal statüsünü beğenmedikleri ortaya çıkmıştır. Bu araştırma sonucunda da pedagojik formasyon öğrencilerinin % 50.5'i yanlış alan seçtiğini düşünmektedir. Dolayısıyla bu sonuç bu öğrencilerin bu eğitimi alsalar dahi öğretmen olmak için hedeflerinin olmadığını gösterebilir.

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre bir işte çalışmaya göre öğrencilerin yılmazlık puanları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık ortaya çıkmıştır. Buna göre bir işte çalışanların yılmazlık puanlarının bir işte çalışmayanlara göre daha düşük düzeyde yılmazlık puanlarının olduğu ortaya çıkmıştır. Buna göre çalışanların yılmazlık puanlarının çalışmayanlara göre daha düşük düzeyde olduğu söylenebilir. Çalışanların daha düşük düzeyde yılmazlık puanlarına sahip olmalarının nedeninin ise çalışma ortamlarına ve koşullarına ilişkin olabileceği düşünülmektedir. Çünkü mezun ya da mezun durumda olabilecek bu gruptaki çalışanların zorlu



yaşam koşulları ile mücadele ettikleri (düşük maaşa çalışma, sigortalı olmama, vb.), çalışma ve yaşam standartlarının düşük olmasından dolayı yılmazlık puanlarının da düşük olabileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla çalışanların zorlu yaşam koşulları ile mücadele etmeleri ve stresli yaşam olaylarının yılmazlık puanlarını etkileyebileceği düşünülmektedir. Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre çalışma durumuna göre tükenmişlik puanlarının farklılaşmadığı ortaya çıkmıştır. Normal koşullar altında çalışan gruptaki kişilerin refah düzeylerinin daha iyi olması bekleneğinden tükenmişlik düzeylerinin de buna bağlı olarak daha düşük olması beklenebilirdi. Fakat bu gruptaki çalışanların iyi şartlarda çalışmadığı (düşük maaş, sigortalı çalışmama, uzun çalışma saatleri, vb.) düşünülmektedir. Ayrıca örnekleme ait betimsel istatistiklere bakıldığında da yarısından fazlasının (% 65) evli olduğu ve bu nedenle bir eve bakmak zorunda olabileceğinden herhangi bir işte çalışma zorunluluklarının olmalarından tükenmişlik puanları farklılaşmamış olabilir.

Araştırmadaki bir diğer önemli bulgu, KPSS'ye hazırlanmalarına göre öğrencilerin yılmazlık puanları arasında anlamlı düzeyde bir farklılığın olmasıdır. Buna göre KPSS'ye hazırlananların yılmazlık puanlarının hazırlanmayanlara göre daha düşük düzeyde olduğu ortaya çıkmıştır. Bunun nedeninin ise KPSS sınavının kazanılması zor ve zorlayıcı bir sınav olarak düşünülmesinden kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Bu araştırma kapsamında KPSS'de başarılı olamayacağını düşünenlerin oranı yarıdan fazladır. Dolayısıyla KPSS sınavına hazırlananların aynı zamanda başarılı olamayacağını düşünmelerinden dolayı yılmazlık puanlarının daha düşük olmasının beklenir bir durum olduğu düşünülmektedir. Benzer bir başka çalışmada da bireylerin yaşama dair amaçlarının olmasının ruh sağlığı üzerinde olumlu etkisinin olduğu ve yılmazlık düzeyini olumlu yönde etkilediği rapor edilmiştir (Fuster, 2014). Tümkaya, Aybek ve Çelik (2007) çalışmalarında üniversite den mezun olan gençliğin önemli bölümünü oluşturan öğretmen adaylarının KPSS nedeniyle psikolojik sorunlar yaşayarak zorlandıklarını rapor etmişlerdir. Zorlu yaşam deneyimlerinin ise büyük oranda depresyon, kaygı ve umutsuzluk düzeyini artırdığı belirtilmiştir. Araştırmanın bir diğer bulgusu ise KPSS'ye hazırlanmalarına göre tükenmişlik puanları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Fakat araştırma grubunun genel tükenmişlik puanlarına bakıldığında (4.58) olduğu görülmektedir. Yani her iki grubunda risk altında olduğu ve ciddi düzeyde tükenmişlik yaşadıkları söylenebilir.

### Öneriler

Öğretmen adaylarının tükenmişliği ve yılmazlığı arasında negatif yönde bir ilişkinin olduğu ortaya çıkmıştır. Öğretmen adaylarında tükenmişlik düzeyinin düşürülmesi için yılmazlık ile ilgili psiko-eğitimsel grup çalışmalarının yapılması önerilebilir. Bir işte çalışanların yılmazlık puanlarının bir işte çalışmayanlara göre daha düşük düzeyde yılmazlık puanlarının olduğu ortaya çıkmıştır. Buna göre KPSS'ye hazırlananların yılmazlık puanlarının hazırlanmayanlara göre daha düşük düzeyde puanlara sahip oldukları ortaya çıkmıştır. Katılımcıların yüzde beşinin psikiyatrik tedavi görmekte ve intihar girişimlerinin olması hem kendi ruh sağlığı hem de yetiştirecekleri öğrenciler açısından önemli olduğu düşünülerek, pedagojik formasyon eğitimi programına kayıtlı öğrencilerinde Üniversite Psikolojik Danışma Merkezleri'nde psikolojik danışma hizmetinden yararlandırılması ve yönlendirilmesi sağlanabilir.

Gelecekte yapılması planlanan araştırmalar için şu önerilerde bulunulabilir: 1.Yılmazlıkla ilişkisi olabilecek değişkenlerle (öğrenilmiş çaresizlik, yaşam doyumu, aile tutumları, yalnızlık vb.) çalışmalar planlanabilir. 2. Çeşitli eğitim kurumlarında çalışan pedagojik formasyon eğitimi almış olan öğretmenler üzerinde hem formasyon programlarının işlevi hem de niteliğine ilişkin çalışmalar planlanabilir. 3. Pedagojik formasyon eğitimi alan ya da almış olan öğretmenlerin eş ve çocuklarının tükenmişlik düzeyleri incelenebilir.

### Kaynaklar

- Aydoğan, O. (2008). *İş stresinin tükenmişlik ve örgütsel bağlılıkla ilişkisi: Kamu sektöründe bir uygulama*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Savunma Bilimleri Enstitüsü, Kara Harp Okulu, Ankara.
- Arastaman, G. ve Balcı, A. (2013). Investigation of high school students' resiliency perception in terms of some variables, *Educational Sciences: Theory & Practice*, 13(2), 922-928.
- Balkıs, M., Duru, E., Buluş, M. ve Duru, S. (2011) Tükenmişliğin öğretmen adayları arasındaki yaygınlığı, demografik değişkenler ve akademik başarı ile ilişkisi, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(I), 151-165.
- Beightol, J., Jeverson, J., Carter, S., Gray, S., & Gass, M. (2012). Adventure education and resilience enhancement. *Journal of Experiential Education*, 35, 307-325.
- Biçen, H. (2014). *Yeni atanmış öğretmenlerde tükenmişlik sendromu*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dicle Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Diyarbakır.
- Bruneau, M., Chang, SE., Eguchi, RT., Lee, GC., O' Rourke, TD., Reinhorn, AM., Shinozuka, M., Tierney, K., Wallace, W.A., & Winterfeldt, D.A. (2003). Framework to quantitatively assess and enhance the seismic resilience of communities. *Earthq Spectra*, 19(4):733-752.
- Büyüköztürk, S. (2003). *Veri Analizi El Kitabı* (2. Baskı). Pegem/A Yayıncılık. Ankara.
- Çam, O. (1991). Hemşirelerde tükenmişlik ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi, Yayınlanmamış doktora tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Çelik, E. (2013). Lise son sınıf öğrencilerinin yılmazlık özelliklerinin duygusal dışavurum açısından incelenmesi, *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(2): 221-236.
- Çelikkaleli, Ö. (2001). Yetişkin eğitimcisi öğretmenlerin tükenmişlik ve mesleki yetkinliklerinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(4) 38-53.
- Çetinkaya, Z. (2009). Türkçe öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumlarının belirlenmesi, *İlköğretim Online*, 8(2), 298-305.
- Davydow, D.M, Stewart R, Ritchie, K., & Chaudieu, I.(2010). Resilience and mental health. *Clinic Psychology Revivew*, 30, 479-495.
- Fuster, V. (2014). The power of resilience. *Journal of The American College Of Cardiology*, 64(8). 1-3.
- Fredrickson, B.L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology, *American Psychologist*, 56(3), 218–226.
- Freudenberger, H.J. (1974). Staff burnout, *Journal of Social Issues*, 30, 159-165.
- Gera, M., & Kaur, J. (2015). Study of Resilience and Parenting Styles of Adolescents, *International Journal of Multidisciplinary Approach and Studies*, 2(1), 168-177.
- Gündüz, B. (2004). *Öğretmenlerde tükenmişliğin akılcı olmayan inançlar ve bazı mesleki değişkenlere göre yordanması*, Yayınlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Gündüz, B., Çapri, B. ve Gökçakan, Z. (2012). Üniversite öğrencilerinin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi, *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19, 38-55.
- Gürgân, U. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Hourani, L., Bender, R.H., Weimer, B., Peeler, R, Bradshaw, M., Lane, M. & Larson, G. (2012). Longitudinal study of resilience and mental health in marines leaving military service. *Journal Affect Disord*, 139, 154-165.
- İlgaz, B. (2011). *Üniversite düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin yılmazlık, umutsuzluk durumları ve sektörel tutumlarının kariyer seçimlerine etkileri: Akdeniz Üniversitesi örneği*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.

- Işıklar, A. (2002). *Lise dengi ve ilköğretim okullarındaki öğretmenlerin iş doyumu, tükenmişlik ve empatik eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- İde, O. (2008). *Engelli okullarında görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeyleri üzerine bir araştırma*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Jung-Ah, M., Chang-Uk L., & Jeong-Ho, C. (2015). Resilience moderates the risk of depression and anxiety symptoms on suicidal ideation in patients with depression and/or anxiety disorders, *Comprehensive Psychiatry*, 56, 103–111.
- Johnson, B. (2008). Teacher-students relationships which promote resilience at school: A micro-level analysis of students' views. *British Journal of Guidance & Counseling*, 36(4).
- Johnson J., Wood, A.M., Gooding, P., Taylor, P.J., & Tarrier, N. (2011). Resilience to suicidality: the buffering hypothesis. *Clinic Psychology Review*, 31(4), 563-591.
- Karasar, N. (2005), *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kırımoğlu, H., Filazoğlu Çokluk, G. ve Yıldırım, Y. ( 2012). Türk antrenörlerin yılmazlık düzeylerinin incelenmesi, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*,11(39), 115-127.
- Kırımoğlu, H., Yıldırım, Y. ve Temiz, A. (2010). İlk ve ortaöğretim okullarında görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yılmazlık düzeylerinin incelenmesi (Hatay ili örneği), *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 88-97.
- Kirby, L.D., & Fraser, M.W. (1997). Risk and Resilience in Childhood. M. W. Fraser (Ed), *Risk and Resilience in Childhood An Ecological Perspective* in (pp.10-33). USA: NASW Press.
- Lavanco, G. (1997). Burnout syndrome and type A behavior in nurses and teachers in Sicily, *Psychol Rep*, 81(2), 523-8.
- Li, M., Xu, J., & Wu, Z. (2012).The analysis of the resilience of adults one year after the 2008 wenchuan earthquake, *Journal of Community Psychology*, 40(7), 860-870.
- Malkoç, A. ve Yalçın, İ.(2015). Üniversite öğrencilerinde psikolojik dayanıklılık, sosyal destek, başa çıkma ve iyi-oluş arasındaki ilişkiler, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 35-53.
- Mahlios, M., & Maxon, M. (1998). Metaphors as structures for elementary and secondary preservice teachers' thinking. *International Journal of Educational Research*, 29, 227-240.
- Maslach, C., & Jackson, S.E. (1981). The measurement of experienced burnout, *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99-113.
- Masten, A.S. (2001). Ordinary magic: resilience processes in development, *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Mc Namara, S. (2000). *Stress in young people:what's new and what can we do?* UK: The Cromwell Press.
- Newman, R. (2005). APA's resilience initiative. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(3), 227-229.
- Oruç, S. (2007). *Özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Ören, N. ve Türkoğlu, H. (2006). Öğretmen Adaylarında Tükenmişlik, *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16.
- Pepe, Ş. (2008). *Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Perlman, B., & Hartman, E.A. (1982). Burnout: summary and future research, *Human Relations*, 35(4), 283-305.

- 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.
- Pines, A.M. (2005). The Burnout Measure Short Version (BMS), *International Journal of Stress Management*, 12(1), 78-88.
- Polatçı, S. (2007). *Tükenmişlik sendromu ve tükenmişlik sendromuna etki eden faktörler (Gazi Osmanpaşa Üniversitesi akademik personeli üzerinde bir analiz)*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Osmanpaşa Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tokat.
- Rainey, E.E.M.S., Petrey, L.B.M.D., Reynolds, M.S., Agtarap, S.B.A., & Warren, A.M. (2004). Psychological factors predicting outcome after traumatic injury: the role of resilience, *American Journal of Surgery*, 208, 517-523.
- Ray-Bennett, N.S., Collins A., Bhuiya, A., Edgeworth, R., Nahar, P., & Alamgir, F. (2010). Exploring the meaning of health security for disaster resilience through people's perspective in Bangladesh. *Health Place*, 16, 581-589.
- Recepoğlu, E. (2013). Öğretmen adaylarının yaşam doyumları ile öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (1), 311-326.
- Schwab, R.L., Jackson, S.E., & Schuler, R.S. (1986). Educator burnout: Sources and consequences, *Educational Research Quarterly*, 10 (3), 14-29.
- Semerci, Ç., Semerci, N., Eliüşük, A. ve Kartal, S.A. (2012). Öğretmenlik mesleğinin gündemine ilişkin öğretmen görüşleri (Bartın İli Örneği), *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 22-40.
- Serbest, S. (2010). *Üniversite öğrencilerinin algıladıkları baba ve anne kabulünün, baba ilgisi ve depresif belirtilerin yılmazlık düzeylerine etkisi*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Boğaziçi Üniversitesi. İstanbul.
- Shibue, Y., & Kasai, M. (2014). Relations between attachment, resilience, and earned security in Japanese University students, *Psychological Reports: Relationships & Communications*, 115(1), 279-295.
- Sucuoğlu, B. ve Kuloğlu, N. (1996). Özürlü çocuklarla çalışan öğretmenlerde tükenmişliğin değerlendirilmesi, *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(36), 44-60.
- Şahin, F.S., Zade, B.M. ve Direk, H. (2009). Öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutum ve yaşam doyumu düzeyleri. *18. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı (01-03.Ekim)*. Ege Üniversitesi. İzmir.
- Şişman, M. ve Acat, B. M. (2003). Öğretmenlik uygulaması çalışmalarının öğretmenlik mesleğinin algılanmasındaki etkisi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(1), 235-250.
- Tabachnick, B.G., & Fidell, L.S. (2007). *Using Multivariate Statistics* (5th ed.). New York: Allyn and Bacon.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinin yılmazlıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 29, 1-9.
- Thomsen, K. (2002). *Building Resilient Students*, California: Corwin Press Inc.
- Tümekaya, S. Aybek, B. ve Çelik, M. (2007). KPSS'ye girecek öğretmen adaylarındaki umutsuzluk ve durumluk-sürekli kaygı düzeylerini yordayıcı değişkenlerin incelenmesi, *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(2), 953-974.
- Tümekaya, S., Çam, S. ve Çavuşoğlu, İ. (2009). Tükenmişlik ölçeği kısa versiyonu'nun Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması, *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18(1), 387-398.
- Tümekaya, S. ve Çavuşoğlu, İ. (2010). Sınıf öğretmenliği son sınıf öğretmen adaylarının tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi, *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(2), 468-481.
- Özbay, Y. ve Aydoğan, D. (2013). Aile yılmazlığı: bir engele rağmen birlikte güçlenen aile, *Sosyal Politika Çalışmaları*, 13(31), 129-146.

Özcan, B. (2005). *Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Werner, E.E. (1995). Resilience in development. *Current Directions in Psychological Science*, 4, 81-85.

## Extended Abstract

### Introduction

Resilience means adopting a positive attitude in the presence of unexpected negative circumstances (Li, Xu & Wu, 2012; Fredrickson, 2001). Resilience has been defined as the ability to cope with compelling life experiences (Newman, 2005). Similarly, Johnson (2008) described resilience as individual's process of dealing with threatening conditions in the face of risks and hardships. It has been shown that persons with high levels of resilience are better at protecting their mental health (Bruneau et al., 2003) and develop a positive approach towards life by better fighting crises and traumas in life (Ray-Bennett et al., 2010). Family environment, school, and the larger environment have been reported to contribute in developing resilience (Thomsen, 2002). Burnout is the other variable, considered associated with resilience, to be studied on pedagogic formation students. Freudenberg (1974) described burnout as the individual's inability to utilize internal sources due to failure, exhaustion, and declining energy and power. Pearlman and Hartman (1982), on the other hand, defined burnout as failure, exhaustion and emotional weariness, not being creative and being detached from work, alienation in the organization, being stressed out, and exhibiting inappropriate behavioral characteristics. Based on another definition, burnout has been described as emotional exhaustion, decreased achievement, and an increase experienced in depersonalization (Maslach & Jackson, 1981).

Teacher preparation and the teachers' individual characteristics are among basic components of the educational system. Thus, the education that the teacher candidates receive, their individual characteristics, and their mental health influence the generations to come. Hence, studying resilience and burnout among variables associated with mental health in teacher candidates is considered important. In addition, majority of these students are unemployed. Unemployment has been considered a risk factor in relation to resilience (Gurgan, 2006). A review of studies on resilience points out to the fight against poor and risky life conditions and stressful life experiences. To that end, studies to be conducted on resilience and burnout are considered important in terms of confronting these students' resilience and burnout levels. Also, a study investigating resilience and burnout jointly has not been detected. Further, lack of research investigating resilience and burnout jointly in relation to gender, considering one's choice of major unfitting, being employed, and preparing for Public Personnel Selection Examination (PPSE) has led to conducting the current study. Based on those variables, the current research is significant in terms of fighting burnout and increasing resilience levels. Thus, the purpose of the current study was to investigate whether there was a relationship between resilience and burnout in students of pedagogic formation and whether their burnout and resilience scores differed on gender, considering that one's choice of major is not right, being employed, and preparing for Public Personnel Selection Examination (PPSE).

### Methods

#### Participants

The current study was conducted with students of a pedagogic formation program in Adiyaman University. The study group consisted of 329 students (155 males; 174 females, age=27.7; SD=5.4; range, 20-43). Descriptive statistics on the pedagogic formation students indicated the following: majority of the students had BA degrees (64.1%); 32.5% were attending undergraduate education; 3.3% had MA degrees; more than half (65%) were married; and 35% were single.

## **Results**

A negative relationship was found between resilience and burnout. A significant difference on gender was not found between students' resilience and burnout levels. It was seen that those considering their choices of major unfitting had higher resilience scores than those considering their choices of major fitting right. Those considering their choices of major unfitting had lower levels of burnout than those considering their choices of major fitting right did. Those employed had lower levels of resilience than those unemployed did. It was found that burnout scores did not differ on employment. Those preparing for PPSE had lower resilience scores than those not preparing did. Burnout scores did not significantly differ on PPSE preparations.

## **Discussion**

The current study results showed a significant negative relationship between burnout and resilience. Resilience is a psychological variable defined as positive; however, burnout is a variable considered negative. Thus, the negative relationship revealed between these two variables is considered expectable.

Another finding in the current study indicated that there was no significant difference on gender between resilience and burnout levels. In some other similar studies also, resilience (Gera & Kaur, 2015; Kırımoglu, Filazoğlu, Çokluk & Yıldırım, 2012) and burnout (Gündüz, 2004; Polatçı, 2007) levels did not differ on gender. Based on these results, it can be said that both men and women have resilience on the same levels and burnout did not differ on gender.

It was found that there was a significant difference between the resilience and burnout scores of those considering their choices of major unfitting. Those considering their choices of major unfitting had either high scores of resilience or low scores of burnout; it is thought that this may be based on their lack of fight for the major of their choice that they studied or graduated with. Cetinkaya (2009) showed that teacher candidates considering the teaching profession among their top five preferences approached the profession more positively than the groups of other majors did. According to the results of current research, 50.5% of the pedagogic formation students considered their choice of major unfitting. This may be indicating that, even though they attended the teacher preparation program, these students may be not aiming to become teachers.

It was seen that those employed had quite lower resilience scores than those unemployed had. The underlying factor behind the low resilience scores of those employed may be about their workplace and working conditions. Another finding in the current study showed that burnout scores did not differ on employment. Normally, welfare levels of those employed would be considered higher; thusly, their burnout levels may have been lower. However, this may be due to the employment conditions of those employed (low wages, no social security, longer work hours, etc.).

Another important finding in the current research was that students' resilience scores significantly differed on their preparation for the PPSE. The resilience scores of those with preparation for the PPSE were lower than those preparing for the PPSE. This may be based on the consideration that PPSE is not an easy exam to pass. In a similar study, Tumkaya and Cavusoglu (2010) found that teacher candidates mostly considered preparation for PPSE, completing assignments, and experiencing hardships in one's private life tiring and wearing when asked what made them exhausted and wearied. In another similar research, it was reported that having a purpose in life positively impacted individuals' mental health and their resilience levels (Fuster, 2014).

## **Suggestions**

In order to reduce burnout levels in teacher candidates, organizing psycho-educational group activities associated with resilience may be recommended. 5% of the participants, with a history of suicide attempt, were receiving psychiatric treatment. Considering that this is important both for them and the students that they will teach, those registered in a pedagogic formation program may be referred to psychological counseling services within Psychological Counseling Centers.