

Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Tükenmişlik Derecesi Psikolojik Esneklik ve Değerler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Taha Burak TOPRAK¹, Osman Tolga ARICAK², Kaasım Fatih YAVUZ³

¹Istanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, İstanbul, Türkiye

²Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Gaziantep, Türkiye

³Istanbul Medipol Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

Öz

Tükenmişlik gün geçtikçe artan yaygınlığı ile birlikte, zorlu bir eğitim sürecinden geçen tıp öğrencileri için de ciddi bir riske dönüşmüştür. Tükenmişliği etkileyen birçok değişken saptanmış olmakla birlikte, müdahale edilebilir olanların saptanması, tükenmişliğin azaltılması ya da önlenmesine yönelik çalışmalar için ampirik bir zemin hazırlayabilir. Bu doğrultuda çalışmamız, tükenmişliği, değerler ve psikolojik esneklik seviyeleri ile ilişkisi açısından incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırma, 2018–2019 öğretim yılı güz döneminde Cerrahpaşa Tıp Fakültesi'nde stajlarını sürdürmekte olan 81 beşinci sınıf öğrencisiyle gerçekleştirilmiştir. Araştırma örnekleminin cinsiyet, yaş gibi sosyo-demografik özelliklerinin belirlenebilmesi amacıyla, sosyo-demografik veri formu, öğrencilerdeki tükenmişlik düzeylerini saptama amacıyla Maslach Tükenmişlik Envanteri Öğrenci Formu, psikolojik esneklik ve katılık seviyelerinin değerlendirilmesi için Kabul ve Eylem Formu-II (KEF-II) ve değer tercihlerini belirlemek amacıyla Değerler Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma bulguları, psikolojik katılık düzeylerinin duygusal tükenmişliği anlamlı derecede yordadığını göstermiştir. Tükenmişliğin diğer bir alt boyutu olan düşük yetkinliği ise entelektüel değerlere verilen önemin ve psikolojik katılık seviyelerinin anlamlı derecede yordadığı saptanmıştır. Tükenmişliğin duyarsızlaşma alt boyutu ile entelektüel ve toplumsal değerler alt boyutları arasında düşük düzeyde bir anlamlı ilişki bulunmuş olmakla birlikte, regresyon analizinde bu değişkenlerin anlamlı derecede yordama gücüne sahip olmadıkları saptanmıştır. Sonuç olarak, çalışmamız, entelektüel değerlerle temastaki artışın yetkinlikteki tükenmişliği azaltabileceğine dair ön veriler sunmakta, psikolojik esneklik seviyeleri azaldıkça duygusal tükenmişliğin arttığını, yetkinlik algısının ise azaldığını göstermektedir. Araştırma bulguları ilgili literatür eşliğinde ele alınmıştır.

Anahtar Kelimeler: Tükenmişlik, psikolojik esneklik, değerler

Abstract

Psychological Flexibility and Values Preferences' Effect on Medical Students' Burnout Level

Burnout with its increasing prevalence has become a serious risk for medical students who experience challenging education process. Although many variables that affect burnout have been identified, the detection of interventions can provide an empirical basis for studies to reduce or prevent burnout. In this regard, our study aims to analyze burnout in terms of its correlation among values and psychological flexibility levels. The study was carried out with 81 fifth grade students doing internship in Cerrahpaşa Medical Faculty during the fall semester of 2018–2019 academic year. In order to determine the socio-demographic characteristics of the research sample such as gender and age socio-demographic data form was used, to state the levels of burnout in students Maslach Burnout Inventory Student Form was used, to evaluate the levels of psychological flexibility and rigidity, Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II) was used, and Values Scale was used to determine value preferences. Research findings show that psychological rigidity levels significantly predicted emotional exhaustion. It is shown that reduction in efficacy, another subscale of burnout, predicted by placing emphasis on intellectual values and the level of psychological rigidity. However, there are low level significant relationship among burnouts subscales of cynicism, intellectual values and social values, it was found that these variables did not have a significant predictive power in regression analysis. In conclusion, our study provides preliminary data that attributing higher importance to intellectual values may reduce the burnout of efficacy, also it has shown that as psychological flexibility levels decrease, emotional burnouts increase where as perception of efficacy is decreases. The findings of the research are discussed with the relevant literature.

Keywords: Burnout, psychological flexibility, values

Correspondence / Yazışma:

Taha Burak TOPRAK

Istanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, İstanbul, Türkiye

Tel: +90 212 414 30 00

E-mail: tahaburaktoprak@gmail.com

Received / Geliş: January 19, 2019

Accepted / Kabul: March 14, 2019

©2019 JCBPR, Available online at <http://www.jcbpr.org/>

GİRİŞ

Tükenmişlik, her geçen gün artan yaygınlığıyla modern toplumun en önemli sağlık sorunlarından biri haline gelmektedir (Shirom, 2005). İsveç'te, çalışanlar arasındaki oran %7,4 (Hallsten, 2005), Hollanda da ise %4-7 arasındadır (Schaufeli & Enzmann, 1998; akt. Shirom, 2005). Bu durum, tükenmişliğin ayrı bir bozukluk tanı kategorisi olarak değerlendirilip değerlendirilmeyeceği tartışmalarına da yol açmıştır (Bianchi, Boffy, Hingray, Truchot & Laurent, 2013; Bianchi, Schonfeld & Laurent, 2015a; Bianchi, Schonfeld & Laurent, 2015b; Iacovides, Fountalinakis, Kaprinis & Kaprinis, 2002). Geçmiş çalışmaların genel bir değerlendirmesi de tükenmişliğin doğrudan ya da dolaylı olarak bir çalışandan diğerine geçebileceği, aynı iş yerinde aynı gruptaki bir çalışandaki belirtilerin diğer çalışanlara da bulaşabileceği yorumlarına neden olmuştur (Bakker, Demerouti & Schaufeli, 2003).

Özellikle eğitim, sosyal servis, tıp, ruh sağlığı ve güvenlik gibi iş yükünün fazla olduğu ve zaman baskısının bulunduğu iş yapıları, tükenmişlik ile ilişkili bulunmuştur (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). Genel olarak hem iş yükü hem de zaman baskısı deneyimini en çok tecrübe eden meslek gruplarından biri olarak sağlık çalışanlarında tükenmişliğe dair geniş bir yelpazede [uzman doktorlar ve pratisyenler (Ünal, Karlıdağ & Yoloğlu, 2001), psikologlar (Oğuzberk & Aydın, 2008), hemşireler (Poncet ve ark., 2007), asistanlar (Makaroglu, Kargin & Armutlukuy, 2013) ve tıp öğrencileri] çalışmalar vardır.

Özellikle tıp öğrencileri için tükenmişlik, eğitim sürecinin neredeyse kaçınılmaz bir parçasına dönüşmüştür (Jennings, 2009). Çalışmalar, tükenmişliğin tıp eğitimi boyunca ilerleyerek ağırlaştığını, sosyal desteğin azalması ve stres artışıyla daha da kötüleştiğini ortaya koymaktadır (Gala'n, Sanmarti'n, Polo & Giner, 2011; Santen, Holt, Kemp & Hemphill, 2010; Willcock, Daly, Tennant & Allard, 2004). Tıp öğrencilerinde yapılan birçok çalışmada araştırmaya alınan öğrencilerin %50'sinden fazlasında anlamlı düzeyde tükenmişlik ya da tükenmişlik riski bulgulanmıştır (Almeida, Souza, Almeida, Almeida & Almeida, 2016; Chang, Eddins-Folensbee & Coverdale, 2012; Drybye ve ark., 2010a). Tükenmişlik ile depresyon (Glass ve McKnight, 1996), uyku bozuklukları (Pagnin ve ark., 2014) ve intihar düşünceleri (Drybye ve ark., 2008) arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Başka bir çalışmada tükenmişlik ile okulu bırakma düşüncesinin ilişkili olduğu ifade edilmiştir (Drybye ve ark., 2010b).

Tükenmişlik, enerji, güç ve iç kaynaklara dair aşırı talepler neticesinde ortaya çıkan başarısız olma algısı ya da

tükenme hali olarak tanımlanmaktadır (Freudenderberger, 1975). Bireyin işine karşı duyarsızlaşması (depersonalizasyon), duygusal olarak tükenmesi (emotional exhaustion) ve kişisel başarısının (personal accomplishment) düşmesini içeren boyutlarda incelenmektedir (Maslach & Jackson, 1981). Öğrenciler için geliştirilen ölçüm araçlarında ise bu boyutlar tükenme (exhaustion), duyarsızlaşma (cynicism) ve yetkinliğin (efficacy) düşmesi olarak ifade edilir (Schaufeli, Martinez, Pinto, Salonova & Bakker, 2002).

Türkiye'deki tıp fakültesi öğrencilerinin tükenmişlik düzeyleri üzerine de çeşitli araştırmalar yapılmıştır. Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi son sınıf öğrencileriyle yapılan bir çalışmada eğitimi altı yılda bitiremeyen öğrencilerin tükenmişlik düzeyinin arttığı, son sınıf eğitiminden memnun olan öğrencilerin olmayanlara kıyasla tükenmişlik düzeylerinin daha düşük olduğu bulunmuştur (Güdük ve ark., 2005). Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi son sınıf öğrencileriyle yapılan çalışmada da tükenmişlik puanlarının, gece nöbeti, dinlenme saati ve verilen derslerden etkilendiği bulunmuş olup, ayrıca Adli Tıp intörnlerindeki tükenmişlik puanlarının daha yüksek seviyelerde olduğu tespit edilmiştir (Şenol, Çete & Gürpınar, 2007). Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinde tükenmişlik durumu ve eğitimin etkisinin araştırıldığı bir çalışmada, stres yönetimi eğitiminin, tıp öğrencilerinde tükenmişliğin, özellikle de "duygusal tükenme" alt boyutunun azaltılmasında etkili olduğu sonucuna varılmıştır (Naçar, Balkan & Çetinkaya, 2012). Beşinci ve altıncı sınıf öğrencilerinin yer aldığı başka bir çalışmada, destek mekanizmaları (aile desteği, çalışma ortam desteği) arttıkça tükenmişliğin azaldığı, nöbet sayısının ve çalışma süresinin fazlalığının tükenmişliğin artışına neden olduğu ifade edilmiştir (Elmas, 2012). Yine birinci ve altıncı sınıf tıp öğrencilerinin tükenmişlik düzeylerini karşılaştıran bir çalışmada, altıncı sınıf öğrencilerinin, Maslach Tükenmişlik Envanteri "duygusal tükenme" alt ölçeği ortalaması, birinci sınıf öğrencilerinden yüksek bulunmuş; bunun da son sınıf öğrencileriyle ilgili yapılan diğer araştırma bulgularını desteklediği ifade edilmiştir (Topak, Karan, Toktaş, Gündoğmuş & Özdel, 2015). Memiş (2011) uzmanlık tezinde Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinin yaş, cinsiyet, anne çalışma durumu, gelir, ders çalışma süresi ile tükenmişlik boyutları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu; klinik eğitimin yoğun olduğu yıllarda ve intörnlerde "duygusal tükenme", "duyarsızlaşma" ve "kişisel başarı (yetkinlik)" algılarının anlamlı bir şekilde arttığını bulmuştur. Yine aynı çalışmaya göre sosyal kaygı arttıkça toplam tükenmişlik düzeyleri, "duygusal tükenme" ve "duyarsızlaşma" artarken, "kişisel başarı (yetkinlik)" algısı azalmaktadır.

Bu önemli sorunu tetikleyen ya da etkileyen parametrelerin neler olduğu birçok çalışmada araştırılmıştır. Yurtdışı çalışmalarda tükenmişlik ve sosyodemografik özellikler, değerler, psikolojik esneklik, stresle başa çıkma becerileri ve diğer psikolojik başa çıkma becerilerine de bakılırken, ülkemizdeki çalışmalarda da tükenmişlik ile sosyodemografik özellikler, klinik eğitimin yoğunluğu, ders çalışma süresi, sosyal kaygı, gece nöbeti, stres yönetimi eğitimi alınması gibi değişkenler arasındaki ilişki araştırılmıştır. Bu bağlamda ülkemizdeki tıp fakültesi öğrencilerinde psikolojik esneklik ve değer tercihlerinin tükenmişlik düzeyleri üzerindeki etkilerine dair yeterli çalışmalar bulunmamaktadır.

Psikolojik esneklik, Kabul ve Kararlılık Terapisi'nin klinik modeli olarak geliştirilmiştir ve kişinin yaşanan ân ile temas ederek, içsel yaşantılara yönelik açık bir tutumla değerleri doğrultusunda kararlı bir şekilde eyleme geçebilmesi ya da değerlerine hizmet edecek davranış değişikliklerine gidebilmesi olarak tanımlanmaktadır (Hayes, Villatte, Levin & Hildebrandt, 2011) Model, birbiriyle ilişkili altı boyut (kabul, bilişsel ayrışma, ân ile esnek temas, gözlemleyen benlik, değerler ve değer odaklı eylemlerde kararlılık) üzerinden değerlendirilmektedir (Hayes, Luoma, Bond, Masuda & Lillis, 2006). Psikolojik esneklik seviyelerindeki düşüklük ve yükseklik, bireyin işlevselliğinde ve davranış repertuarındaki değişikliklere karşılık gelmektedir. Bu doğrultuda, psikolojik esnekliğin azalması durumu "psikolojik katılık" olarak ifade edilir ve yine birbiriyle ilişkisi gösterilmiş altı süreç (ân ile temasın kaybolması, bilişsel birleşme, yaşantısal kaçınma, değerlerden uzaklaşma, kaçınma-kaçma-dürtüsellik, kavramsallaştırılmış benliğe bağlanma) ile tanımlanır (Yavuz, 2015). Psikolojik katılık seviyelerindeki yüksekliğin depresyon (Cribb, Moulds & Carter, 2006), anksiyete bozuklukları (Forman, Herbert, Moitra, Yeomans & Geller, 2007) kronik ağrı (McCracke, Vowles & Eccleston, 2004), nikotin bağımlılığı (Gifford ve ark., 2004), psikoz (Bach & Hayes, 2002; akt. Yavuz ve ark., 2017) başta olmak üzere birçok klinik durum ile ilişkisi gösterilmiştir. Yine Türkiye örneğinde psikolojik katılık puanları depresif, obsesif-kompulsif ve anksiyete belirtileriyle pozitif yönde; yaşam kalitesi ile negative yönde ilişkili bulunmuştur (Yavuz ve ark., 2017). Psikolojik esneklik/katılık ve tükenmişlik ilişkisine baktığımızda, kar amaçlı olmayan organizasyonlarda çalışanlarla yapılan bir çalışmada psikolojik esneklik arttıkça "duygusal tükenmenin" azaldığı ve algılanan "başarının" arttığı bulgulanmıştır (Onwezen, van Veldhoven & Biron, 2014).

Değerler, insanların davranışlarını seçmek için kullandıkları ve böylece davranışlarını haklılaştıran, diğer insanları, kendilerini ve olayları değerlendirmelerine imkan veren

ölçütlerdir (Schwartz, 1992). Değerlerin insan davranışlarını doğrudan güdüleme etkisi de bilinmektedir (Bardi & Schwartz, 2003). Anoreksiya nervoza hastaları ile yapılan bir çalışmada ise psikoterapide değerler üzerine çalışılmasının, psikoterapi etkililiğine katkıda bulunduğu ortaya konulmuştur (Mulkerrin, Bamford & Serpell, 2016). Savaş düzeni almış askerlerin travma sonrası stres bozukluğu belirtileri (TSSB) ve değerler arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada, hazcılık (bedensel haz ve duyuumsal doyum arayışı) ve güç (sosyal statü, insanlar ve kaynaklar üzerinde baskınlık kurma) arttıkça TSSB'nin görülme olasılığı ve belirti şiddetinin arttığı; geleneksellik (kültürel ve dini anlayışlara saygı ve bağlılık) ve evrenselcilik (tüm insanlar için hoşgörü) arttıkça da TSSB'nin görülme olasılığı ve belirti şiddetinin azaldığı bulunmuştur (Zimmerman ve ark., 2014). Çin, Rusya ve Almanya üniversite öğrencileri arasında yapılan kültürlerarası bir çalışmada kişisel değer yönelimleri ve ruh sağlığı arasında anlamlı ilişki bulunmuştur (Maercker ve ark., 2015). Amerika'da yedi farklı tıp fakültesi öğrencilerinin katılımı ile yapılan geniş çaplı başka bir çalışmada, tükenmişlikle, diğergam profesyonel değerler arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Bulgular, hekimlik mesleğinin sosyal sorumluluk olarak fedakarlık gerektirdiği görüşüne olan inancın düşük olmasının, tükenmişlik belirtilerini artırdığını göstermektedir. Yine aynı çalışmada profesyonel olmayan davranışlar (etik olmayan klinik davranışlar) ile tükenmişlik arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Dyrbye ve ark., 2010a).

Tıp eğitiminde, tükenmişliğin azaltılması ya da önlenmesine yönelik olarak strateji geliştirilmesi gereği belirtilmektedir (Cansever, 2015). Ancak bu, tükenmişliği etkileyen değişkenlerin doğru belirlenmesi ve bu şekilde uygun önleyici çalışmaların yapılabilmesi ile mümkün olacaktır. Yukarıda da ifade edildiği gibi, yurtdışı çalışmalarda tükenmişliğin, psikolojik esneklik ve değerler ile ilişkisi (Kroska, Clarge, O'Hara, Deumic & Dindo, 2017) incelenmiş olmasına rağmen Türkiye'de bu konuda yapılmış herhangi bir çalışmaya ulaşılamamıştır. Kroska ve arkadaşlarının (2017) yaptıkları çalışmanın bulgularına göre yaşantısal kaçınma-psikolojik katılık puanları-artıp, değer odaklı davranış azaldıkça, "duygusal tükenme" ve "duyarsızlaşma"nın arttığı, azalan yaşantısal kaçınma-psikolojik katılık puanları-ve artan değer odaklı davranışın ise "kişisel başarı (yetkinlik)" artışı ile ilişkili olduğu görülmüştür. Bu bağlamda, ülkemiz tıp fakültesi öğrencilerinde tükenmişliği etkileyen değişkenlere dair yapılacak çalışmalar, koruyucu düzenleme ve müdahalelerin geliştirilmesi için zemin hazırlayacaktır. Bu doğrultuda çalışmamız, tükenmişliği, değerler ve psikolojik esneklik seviyeleri ile ilişkisi açısından incelemeyi amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Katılımcılar

Araştırma, 2018–2019 öğretim yılı güz döneminde Cerrahpaşa Tıp Fakültesi’nde enfeksiyon hastalıkları ve ruh sağlığı ve hastalıkları stajlarını sürdürmekte olan beşinci sınıf öğrencileriyle gerçekleştirilmiştir. Araştırmada kullanılan ölçekleri eksiksiz dolduran tüm katılımcılara bahar dönemi başında ücretsiz stresle başa çıkma seminerine davetiye verileceği bilgisi verilmiştir. Katılmayı kabul eden 81 gönüllü ile araştırma tamamlanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Sosyo-demografik Veri Formu: Araştırma örnekleminin cinsiyet, yaş gibi sosyo-demografik özelliklerinin belirlenebilmesi amacıyla, araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

Maslach Tükenmişlik Envanteri Öğrenci Formu (MTE-ÖF): Öğrencilerdeki tükenmişlik düzeylerini saptama amaçlı kullanılan form, Maslach ve Jackson (1981) tarafından geliştirilen envanter esas alınarak, Schaufeli ve arkadaşları tarafından, öğrencilere göre yeniden düzenlenerek oluşturulmuştur (2002). Böylece orijinal ölçeğin alt boyutları olan, “duygusal tükenme”, “duyarsızlaşma” ve “kişisel başarı; aynı sırayla, ders taleplerinin neden olduğu çeşitli yorgunluk ve sıkıntı durumlarını değerlendiren “tükenme”, öğrencinin derslerinden zihinsel olarak uzaklaşma durumlarını değerlendiren “duyarsızlaşma” ve öğrencilerin akademik başarı durumlarını değerlendiren “yetkinlik” şeklinde düzenlenmiştir. Maslach Tükenmişlik Envanterinin Ölçeğin Türkçeye uyarlanması, geçerlilik ve güvenilirliği Çapri, Gündüz ve Gökçakan (2011) tarafından yapılmıştır. Form orijinal formla benzer şekilde “tükenmişlik”, “duyarsızlaşma”, “yetkinlik” üç alt boyuttan oluşmaktadır. Madde-toplam puan korelasyonlarında alt faktörlerin korelasyon değerlerinin 0,32 ile 0,69 arasında değiştiği bulunmuştur. Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı sırasıyla 0,76, 0,82 ve 0,61, test-tekerrar test güvenilirlik sonuçları ise 0,76, 0,74 ve 0,73 olarak saptanmıştır (Çapri, Gündüz & Gökçakan, 2011). 5’li Likert tipinde hazırlanan ölçekte katılımcılar, 1 “hiçbir zaman”-5 “her zaman” arasında bir puanlama yaparlar. “duygusal tükenme” ve “duyarsızlaşma” alt ölçeklerinde yüksek puanlar, “yetkinlik” alt ölçeğindeki düşük puanlar tükenmişliği göstermektedir.

Çalışmamız boyunca, öğrenci formunun ilk alt boyutuna dair kullanılan “tükenme” isimlendirmesi yerine, “tükenmişlik” ana başlığından ayırt edilmesinde kolaylık sağlanması, orijinal formu tercih eden ilgili literatürle birlikte tartışılırken, yanlış anlaşılma riskini ortadan kaldırması

için, orijinal ölçeğin “duygusal tükenme” alt boyutu isimlendirmesi tercih edilmiştir. Yine, ilgili literatürdeki örneklerle uygun olarak, “yetkinlik” alt boyutu, bulgular kısmında, tükenmişlik puanı açısından diğer alt boyutlarla kıyaslanabilmesi amacıyla, ters puanlanarak “düşük yetkinlik” olarak isimlendirilmiş, metin içerisinde ise “yetkinlik” ismi ile kullanılmıştır (Hu & Schaufeli, 2009). Bu bağlamda “düşük yetkinlik”teki yükselme, “yetkinlik”teki düşüşe; “düşük yetkinlik”teki düşüş de “yetkinlik”teki yükselmeye işaret etmektedir.

Kabul ve Eylem Formu-II (KEF-II): Bireylerde psikolojik esneklik seviyelerinin değerlendirilmesini amaçlayan ölçek, ilk formu olan Kabul ve Eylem Formu-I’de (Acceptance and Action Questionnaire-I) karşılaşılan güvenilirlik ve anlamlılıkla ilgili sorunlar üzerine geliştirilmiştir. Ölçek 7 maddelik 7’li likert tipindedir ve yüksek puanlar psikolojik katılığı, düşük puanlar psikolojik esnekliği göstermektedir (Bond ve ark., 2011). KEF-II’nin Türkçe uyarlanması, geçerlilik ve güvenilirliği Yavuz ve arkadaşları tarafından 2017’de yapılmıştır. Yüksek puanları depresif, obsesif-kompulsif ve anksiyete belirtileriyle düşük puanları ise yaşam kalitesi ile ilişkili bulunmuştur ve hem klinik hem klinik olmayan örneklemde geçerli bir ölçme aracı olduğu gösterilmiştir. Güvenilirlik için iç-tutarlılık ve zaman bağlı tutarlılık analizleri; yapı geçerliliğini ölçmek için açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizlerinin değerlendirmeleri yapılmıştır. Yakınsama geçerliği, eş-zamanlı geçerlik, tahmin geçerliği analizleri ayrıca değerlendirilmiştir. Alfa katsayısı ortalaması 0,84 olarak, ölçeğin iç geçerliliği iyi derecede bulunmuştur. Test-tekerrar test güvenilirlik analizi sonucunda da ölçeğin iyi derecede ($r=0,85$) zaman geçerliği olduğu bulunmuştur (Yavuz ve ark, 2017).

Değerler ölçeği: Kişilerin değer tercihlerini belirlemek amacıyla Dilmaç ve Arıcak (2014) tarafından geliştirilen ölçek, farklı değer ifadelerini ele alan 39 maddelik 0–9 puan aralığında puanlanan likert tipindedir. Ölçeğin “toplumsal değerler”, “kariyer değerleri”, “entelektüel değerler”, “maneviyat”, “materyalistik değerler”, “insan onuru”, “romantik değerler”, “özgürlük” ve “fütüvvet” olmak üzere 9 alt boyutu vardır. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında faktörler altında yer alan tüm değerlerin 0,48 ile 0,85 ($p<0,001$) arasında faktör yük değerlerine sahip oldukları göstermiştir. Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları “Toplumsal Değerler” için 0,90, “Kariyer Değerleri” için 0,80, “Entellektüel Değerler” için 0,78, “Maneviyat” için 0,81, “Materyalistik Değerler” için 0,78, “İnsan Onuru” için 0,61, “Romantik Değerler” için 0,66, “Özgürlük” için 0,65 ve “Fütüvvet” için de 0,63 olarak bulunmuştur (Dilmaç, Arıcak & Sevim, 2014).

İstatistiksel Analiz

Katılımcılardan elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 21,0 versiyonu kullanılarak istatistiksel analize tabi tutulmuştur. Tanımlayıcı istatistik analizinin yanı sıra, bağımsız gruplar t testi, Pearson korelasyon analizi ve çoklu regresyon analizi teknikleri kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Katılan 81 öğrenci de çalışmayı tamamlamıştır. Ancak 9 öğrencinin bulguları eksik doldurma ve uygun cevaplanma nedeniyle analizden çıkartılmıştır. Analize alınan katılımcılardan 42 tanesi (%58,3) erkek, 30 tanesi (%41,7) kadındır. En küçük katılımcı yaşı 21 iken en yüksek 24'tür. Çalışmaya katılanların yaş ortalaması 22,25'tir. Katılımcıların 71'inin (%98,6) bekar olduğu saptanmıştır.

Tablo 1'de yer aldığı üzere örneklem grubunu oluşturan tıp fakültesi öğrencilerinin insan onuru ($\bar{X}=7,86$), özgürlük ($\bar{X}=7,85$), toplumsal ($\bar{X}=7,85$) ve entelektüel değerleri ($\bar{X}=7,85$) daha fazla benimsedikleri görülmektedir. Değerler arasında öğrencilerin en az benimsedikleri değerlerin ise materyalist ($\bar{X}=5,69$) ve romantik değerlerin ($\bar{X}=6,17$) olduğu görülmektedir. Bununla birlikte tükenmişlik ölçeği alt boyut puanlarına bakıldığında örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin daha çok yetkinlik

Tablo 1: Değerler ölçeği alt boyutları, kabul ve eylem formu-II (KEF-II) ve maslach tükenmişlik envanteri öğrenci formu alt boyutlarına ilişkin betimsel istatistikler

	n	\bar{x}	SH_x	SS	Çarpıklık	Basıklık
Toplumsal	72	7,85	0,08	0,67	-0,19	-0,82
Kariyer	72	7,24	0,11	0,93	-0,30	-0,16
Entelektüel	72	7,85	0,09	0,74	-0,60	0,32
Maneviyat	72	6,51	0,29	2,42	-0,64	-0,98
Materyalist	72	5,69	0,20	1,67	-0,98	0,70
İnsan onuru	72	7,86	0,13	1,10	-0,78	-0,42
Romantik	72	6,17	0,20	1,74	-0,75	-0,03
Özgürlük	72	7,85	0,09	0,80	-0,62	0,24
Fütüvvet	72	6,75	0,17	1,47	-0,27	-0,76
Duygusal Tükenme	72	2,58	0,08	0,69	0,48	-0,28
Duyarsızlaşma	72	2,17	0,07	0,63	0,60	0,69
Yetkinlik	72	2,84	0,08	0,66	-0,30	-0,63
KEF-II	72	3,16	0,08	0,66	0,30	-0,63

noktasında ($\bar{X}=2,84$) tükenmişlik algıladıkları, yetkinliği takiben duygusal tükenme ($\bar{X}=2,58$) ve duyarsızlaşma boyutunda ($\bar{X}=2,17$) tükenmişlik algıladıkları görülmektedir.

Tablo 2'de görüldüğü gibi, Değerler Ölçeği alt boyutları, KEF-II ve MTE-ÖF alt boyut puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız gruplar t testi sonuçlarına göre grupların aritmetik ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemektedir ($p > 0,05$).

Tablo 3'te görüldüğü üzere Değerler Ölçeği alt boyut puanları, KEF-II ve MTE-ÖF alt boyut puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre MTE-ÖF alt boyut puanlarının aralarında orta düzeyde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki gösterdiği görülmektedir ($p < 0,01$). Bununla birlikte MTE-ÖF duygusal tükenme alt boyutunun materyalist değerlerle ($r=0,34$) ve KEF-II puanları ile ($r=0,51$) pozitif yönde ve orta düzeyde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki gösterdiği görülmektedir ($p < 0,01$). MTE-ÖF duyarsızlaşma alt boyutu puanları ise entelektüel değerler puanları ($r=-0,29$) ve toplumsal değerler puanları ile ($r=-0,27$) negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki gösterdiği görülmektedir ($p < 0,05$). MTE-ÖF düşük yetkinlik alt boyutu puanları da entelektüel değerler puanları ile negatif yönde ($r=-0,29$) ve KEF-II puanları ile pozitif yönde ($r=0,49$) istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki göstermektedir. Bu sonuçlara ek olarak KEF-II'den alınan puanlar ile materyalist değerler puanları ($r=0,33$) ve özgürlük değerleri puanları ($r=0,26$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Diğer değişkenler arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p > 0,05$).

Tablo 4'te görüldüğü üzere materyalist değerler ile KEF-II puanlarının duygusal tükenmişliği yordama düzeyini belirlemek için yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre duygusal tükenme alt boyutu puanlarının, materyalist değerler alt boyutu puanları ve KEF-II puanları ile orta düzeyde anlamlı bir ilişki gösterdiği görülmektedir. Bununla birlikte materyalist değerler puanları ile KEF-II puanları birlikte duygusal tükenme düzeyinin toplam varyansının %30'unu açıkladığı görülmektedir.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre yordayıcı değişkenlerin duygusal tükenme düzeyi üzerindeki görelî önem sırası; KEF-II ve materyalist değerler şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise KEF-II puanlarının ($\beta=0,45$) duygusal tükenme puanları üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmekte ($p < 0,001$) iken materyalist

Tablo 2: Değerler Ölçeği Alt Boyutları, Kabul ve Eylem Formu-II (KEF-II) ve Maslach Tükenmişlik Envanteri Öğrenci Formu Alt Boyutları puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız gruplar t testi sonuçları

Puanlar	Cinsiyet	n	\bar{X}	SH_x	SS	t Testi		
						t	sd	p
Toplumsal	Erkek	42	7,76	0,57	0,09	1,42	70	0,281
	Kadın	30	7,99	0,78	0,14			
Kariyer	Erkek	42	7,20	0,91	0,14	0,44	70	0,612
	Kadın	30	7,29	0,97	0,18			
Entelektüel	Erkek	42	7,77	0,69	0,11	1,02	70	0,211
	Kadın	30	7,96	0,81	0,15			
Maneviyat	Erkek	42	6,53	2,38	0,37	0,08	70	0,933
	Kadın	30	6,48	2,52	0,46			
Materyalist	Erkek	42	5,56	1,72	0,27	0,77	70	0,399
	Kadın	30	5,87	1,62	0,30			
İnsan Onuru	Erkek	42	7,86	1,04	0,16	0,036	70	0,971
	Kadın	30	7,87	1,19	0,22			
Romantik	Erkek	42	5,95	1,81	0,28	1,31	70	0,082
	Kadın	30	6,49	1,59	0,29			
Özgürlük	Erkek	42	7,87	0,80	0,12	0,17	70	0,948
	Kadın	30	7,83	0,80	0,15			
Fütüvvet	Erkek	42	6,73	1,55	0,24	0,16	70	0,872
	Kadın	30	6,78	1,37	0,25			
Duygusal Tükenme	Erkek	42	2,62	0,76	0,12	0,52	70	0,607
	Kadın	30	2,53	0,60	0,11			
Duyarsızlaşma	Erkek	42	2,27	0,71	0,11	1,60	70	0,114
	Kadın	30	2,03	0,50	0,09			
Düşük Yetkinlik	Erkek	42	2,81	0,67	0,10	0,47	70	0,642
	Kadın	30	2,88	0,65	0,12			
KEF-II	Erkek	42	3,22	1,23	0,19	0,58	70	0,549
	Kadın	30	3,06	1,01	0,18			

Tablo 3: Değerler Ölçeği Alt Boyutları, Kabul ve Eylem Formu-II (KEF-II) ve Maslach Tükenmişlik Envanteri Öğrenci Formu alt boyutları puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan pearson korelasyon analizi sonuçları

Değişkenler	Duygusal Tükenme	Duyarsızlaşma	Düşük Yetkinlik	KEF-II
Toplumsal	-0,141	-0,275*	-0,041	0,095
Kariyer	-0,010	-0,205	-0,085	0,222
Entelektüel	-0,053	-0,294*	-0,293*	0,176
Maneviyat	0,022	-0,06	-0,161	0,002
Materyalist	0,337**	0,142	0,055	0,331**
İnsan onuru	-0,012	-0,004	-0,025	0,006
Romantik	0,002	0,056	0,054	-0,057
Özgürlük	0,103	-0,150	-0,218	0,265*
Fütüvvet	0,050	0,002	-0,049	0,172
Duygusal Tükenme	1	0,586**	-0,493**	0,514**
Duyarsızlaşma		1	-0,450**	0,203
Düşük Yetkinlik			1	-0,487**
KEF-II				1

*p<0,05; **p<0,01

değerler puanının ($\beta=-,19$) duygusal tükenme puanları üzerindeki etkisinin anlamlı olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 5'te de görüldüğü üzere toplumsal değerler ile entelektüel değerler puanlarının duyarsızlaşma puanlarını yordama düzeyini belirlemek için yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre duyarsızlaşma alt boyutu puanlarının, toplumsal ve entelektüel değerler puanları ile negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki gösterdiği ve bağımsız değişkenlerin duyarsızlaşma düzeyinin toplam varyansının %12'sini açıkladığı görülmektedir ($R=0,34$; $R^2=0,12$; $p<0,05$). Bununla birlikte regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise toplumsal değerler ile ($\beta=-0,19$) entelektüel değerler ($\beta=-0,22$) puanlarının duyarsızlaşma boyutu puanları üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 6'da görüldüğü üzere entelektüel değerler ile KEF-II puanlarının MTE-ÖF yetkinlik alt boyutu puanlarını yordama düzeyini belirlemek için yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre MTE-ÖF yetkinlik alt boyutu puanlarının, entelektüel değerler alt boyutu puanları ve KEF-II puanları ile orta düzeyde anlamlı bir ilişki

gösterdiği görülmektedir. Bununla birlikte entelektüel değerler puanları ile KEF-II puanları birlikte yetkinlik alt boyutu puanlarının toplam varyansının %39'unu açıkladığı görülmektedir ($R=0,62$; $R^2=0,39$; $p<0,001$).

Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre yordayıcı değişkenlerin MTE-ÖF yetkinlik alt boyutu üzerindeki görece önem sırası; KEF-II ve entelektüel değerler şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise KEF-II puanlarının ($\beta=0,57$) ve entelektüel değerler puanlarının ($\beta=-0,39$), yetkinlik alt boyutu puanları üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($p<0,001$).

TARTIŞMA

Tıp fakültesi öğrencilerinde tükenmişlik düzeylerini etkileyen faktörlerin anlaşılmasına katkı sağlama amaçlı yürütülen çalışmamızda, öğrencilerin, en çok yetkinlik alanında tükenmişlik algıladıkları, bunu duygusal tükenme ve duyarsızlaşmanın izlediği görülmüştür. Genel olarak literatür bilgileri tıp fakültesi öğrencilerinde duygusal tükenme alt boyutunun daha yüksek olduğunu, hemen

Tablo 4: Değerler Ölçeği Materyalist Değerler Alt Boyut Puanları ve Kabul ve Eylem Formu-II (KEF-II) Puanlarının, Maslach Tükenmişlik Envanteri Öğrenci Formu duygusal tükenme puanlarını yordama düzeyine ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları

Değişken	B	St. H.	β	T	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	1,278	0,275		4,639	0,000		
Materyalist D.	0,077	0,044	0,187	1,748	0,085	0,337	0,206
KEF-II	0,275	0,065	0,452	4,223	0,000	0,514	0,453

$R=0,54$ $R^2=0,30$ $F(3,69)=14,48$. $p<0,001$

Tablo 5: Değerler Ölçeği Toplumsal Değerler Alt Boyutu Puanları ile Entelektüel Değerler Puanlarının, Maslach Tükenmişlik Envanteri Öğrenci Formu duyarsızlaşma alt boyutu puanlarını yordama düzeyine ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları

Değişken	B	St. H.	β	T	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	5,037	0,963		5,229	0,000		
Toplumsal	-0,177	0,117	-0,187	-1,51	0,136	-0,275	-0,179
Entelektüel	-0,188	0,106	-0,219	-1,77	0,081	-0,294	-0,209

$R=0,34$ $R^2=0,12$ $F(2,69)=4,52$. $p<0,05$

Tablo 6: Değerler Ölçeği Entelektüel Değerler Alt Boyut Puanları ile Kabul ve Eylem Formu-II (KEF-II) Puanlarının, Maslach Tükenmişlik Envanteri Öğrenci Formu düşük yetkinlik alt boyut puanlarını yordama düzeyine ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları

Değişken	B	St. H.	β	T	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	4,548	0,662		6,871	0,000		
Entelektüel	-0,347	0,085	-0,392	-4,085	0,000	-0,293	-0,441
KEF-II	0,322	0,056	0,556	5,802	0,000	0,487	0,573

$R=0,62$ $R^2=0,39$ $F(2,69)=21,67$. $p<0,001$

arkasından yetkinlik alt boyutunun geldiğini göstermektedir (Güdük ve ark., 2005; Memiş, 2011; Naçar ve ark., 2012; Topak ve ark., 2015).

Çalışmamız örnekleminin tükenmişlik, değerler ve psikolojik esneklik/katılık seviyelerinde cinsiyetler arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Tıp fakültesi öğrencilerinde cinsiyet ve tükenmişlik arasındaki ilişkilere bakıldığında genel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bazı çalışmalarda kadınların (Villwock ve ark., 2016) bazı çalışmalarda erkeklerin (Naçar ve ark., 2012) daha fazla tükenmişlik yaşadığı belirtilse de genel olarak elde edilen bulgular arasında anlamlı bir fark olmadığı yönündedir (Elmas, 2012; Güdük ve ark., 2005; Kroska ve ark., 2017; Şenol ve ark., 2007; Topak ve ark., 2015). Çalışmalarda “cinsiyet faktörünün etkili olmaması, tıp fakültesindeki faktörlerin kız ve erkek öğrencileri eşit ölçüde etkilediğinin göstergesi olabileceği” şeklinde yorumlanmıştır (Elmas, 2012). Bulgularımız bu bulgu ve yorumu destekler niteliktedir.

Araştırmamızda, psikolojik katılık düzeylerinin duygusal tükenmeyi anlamlı derecede yordadığı saptanmıştır. Tıp alanı dışında, kar amaçlı olmayan organizasyonlarda çalışanlarla yapılan bir çalışmada psikolojik katılık arttıkça “duygusal tükenmenin” arttığı saptanmıştır (Onwezen ve ark., 2014). Tıp fakültesi öğrencilerinde ise psikolojik katılık ve duygusal tükenme ve duyarsızlaşma arasında pozitif, kişisel başarı (yetkinlik) arasında negatif ilişki bulunmuştur (Kroska ve ark., 2017). Yoğun bakım hemşireleri ile yapılan bir çalışmada psikolojik esnekliğin azalması ile “duygusal tükenme” ve “duyarsızlaşmanın” arttığı bulunmuştur (Iglesias, Vallejo & Fuentes, 2009). Çalışmamız bulguları aynı ilişkinin duygusal tükenme alanında, ülkemiz örnekleminde de geçerli olabileceğini göstermiştir. Duygusal tükenme, ders taleplerinin neden olduğu çeşitli yorgunluk ve sıkıntı durumlarını ifade etmektedir (Çapri ve ark., 2011). Psikolojik esneklik seviyelerindeki düşüklük “psikolojik katılık” olarak değerlendirilir ve bireyin olumsuz içsel yaşantılar tecrübe ettiğinde daralmış bir davranışsal repertuar sergilemesi ile kendini gösterir (Hayes ve ark., 2006). Bu doğrultuda psikolojik katılık seviyelerinin yüksek olduğu bir kişide yorgunluk ve sıkıntı gibi olumsuz içsel yaşantılar ortaya çıktığında, kişinin daha dar bir repertuarla başa çıkma yöntemlerini kullanmasının duygusal tükenmişliği artıracak beklenbilir. Bazı çalışmalar bu önermeyi destekleyici bulgular elde etmiştir. Louma ve Vilarada (2013) yürüttükleri bir çalışmada iki günlük Kabul ve Kararlılık Terapisi eğitiminin danışmanlarda tükenmişlik ve psikolojik katılık seviyelerini azalttığını göstermişlerdir. Yine, Hayes ve ark. (2004) tarafından yürütülen bir çalışmada madde bağımlılığı alanında çalışan

danışmanlarda Kabul ve Kararlılık Terapisi eğitiminin stigma ve tükenmişlik üzerinde olumlu etkilerinin olduğu gösterilmiştir. Bu veriler topluca göz önüne alındığında tıp fakültesi öğrencilerinde duygusal tükenme seviyelerinin azaltılması ve koruyucu programların geliştirilmesi hususunda psikolojik esneklik modeli merkezli müdahalelerin geliştirilmesinin faydalı olabileceği söylenebilir. Bu amaçla ileri çalışmaların yürütülmesine ihtiyaç bulunmaktadır.

Çalışmamızda, öğrencilerin akademik olarak kendilerini başarılı bulmalarına işaret eden yetkinlik alanındaki tükenmişliği yordayan değişkenler incelendiğinde psikolojik katılık seviyelerinin ve entelektüel değerlere verilen önemin anlamlı etkilerde bulunduğu saptanmıştır. Psikolojik katılık ile algılanan kişisel başarı (yetkinlik) arasında saptanan bu ilişki, yukarıda vurgulanan Kroska ve ark. (2017) tarafından yürütülen çalışmada da gösterilmiştir. Psikolojik esneklik becerilerinin stresle başa çıkma davranış repertuarının genişlemesini gösterdiği göz önüne alındığında, kişinin motivasyon ve başarı algısını olumlu yönde etkileyebileceği ileri sürülebilir. Psikolojik esneklik/katılık modelini oluşturan süreçlerden biri olan bağlamsal benlik, bireyin kendi içsel yaşantılarına ve diğer insanlara yönelik perspektif alabilme becerilerine de vurgu yapmaktadır (Hayes ve ark. 2006). Perspektif alma becerisinin tükenmişlik ile ilişkisini inceleyen, Paro ve ark. (2014) tarafından yürütülen bir çalışmada tıp fakültesi öğrencilerinin empati, hayat kalitesi ve tükenmişlik deneyimleri arasındaki ilişki incelenmiş, genel empati düzeylerini değerlendiren Kişilerarası Tepkisellik Ölçeği'nin perspektif alma alt boyutu ve yetkinlik arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yine tıp fakültesi öğrencileriyle yapılan benzer bir çalışmada empati ve iyimserlik ile kişisel yetkinlik arasında anlamlı ilişki bulunmuştur (Hojat ve ark., 2015). Bu bağlamda psikolojik esnekliği oluşturan boyutlardan perspektif alma becerisinin kişinin halihazırındaki yetkinlik seviyelerini daha objektif algılamasına katkı sunabileceği ileri sürülebilir.

Entelektüel değerler, kişinin beden sağlığı, akıl/ruh sağlığı, bilgi, çalışma, başarı ve kişisel gelişim alanlarına verdiği önemi ifade eder. Tıp fakültesi intörn öğrencileriyle yapılan bir çalışmada, bölüm içi intörn dersi alanlarda, yetkinliğin yükseldiği görülmüştür (Şenol ve ark., 2007). Başka bir çalışmada nöbet sayısı ile duygusal tükenme ve duyarsızlaşma arasında anlamlı ilişki bulunmuş ve ders çalışma sürelerinde artışın yetkinliği artırdığı, duygusal tükenme ve duyarsızlaşmayı da azalttığı bulunmuştur (Elmas, 2012). Yine, İngiltere'deki tıp öğrencileri ile yapılan bir çalışmada, tükenmişliğin alt boyutlarından yetkinlik ve duyarsızlaşmanın alkol kullanımı ve fiziksel aktivite ile, duygusal tükenmişliğin ise sigara kullanımı ile anlamlı ilişkiye sahip oldukları

bulunmuştur. Çalışma bulguları sağlıklı yaşam alışkanlıklarının tükenmişlik derecesini düşüreceği şeklinde yorumlanmıştır (Cecil, McHale, Hart & Laidlaw, 2014). Başka bir çalışmada kendi klinik becerilerine güven duymayan, ders etkinliklerinde rahatsız olan ve bunu bir memnuniyet kaynağı olarak görmeyen öğrencilerde tükenmişlik sıklığının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Costa ve ark., 2012) Bu bağlamda kişisel beden-ruh sağlığı, bilgi, çalışma, başarı ve olgunlaşma gibi konulara önem veren öğrencilerin doğal olarak eğitim süreçlerine daha fazla bağlı kalabildikleri, değerlerinin onların hedef davranışı daha az yıpranarak sürdürmelerine yardımcı olabileceği düşünülebilir. Psikolojik esneklik modelini oluşturan süreçlerden bir diğer boyutun “değerlere temas” olduğu da dikkate alındığında, özellikle entelektüel değerlerle temas eden ve psikolojik esneklik seviyeleri yüksek olan bireylerin yetkinlik alanında daha az tükenmişlik tecrübe edebilecekleri ileri sürülebilir.

Araştırmamızda bağımlı değişken olarak incelemeyi amaçladığımız bir diğer tükenmişlik alt boyutu olan “Duyarsızlaşma”, öğrencinin derslerinden zihinsel olarak uzaklaşma, derslerine angaje olmama durumlarını ifade eder. Kroska ve arkadaşlarının (2017) 439 tıp fakültesi öğrencisiyle gerçekleştirdikleri araştırmalarında psikolojik katılık ve duyarsızlaşma arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Yoğun bakım hemşireleri ile yapılan bir çalışmada da psikolojik esnekliğin azalması ile “duygusal tükenme” ve “duyarsızlaşmanın” arttığı bulgulanmıştır (Iglesias ve ark., 2009). Psikolojik esneklik/katılık ve duyarsızlaşma arasında anlamlı bir ilişki saptamayan bulgularımız, bu çalışmalarla uyumsuzluk göstermektedir. Bu uyumsuzluk, kültürel farklılıklardan kaynaklanabileceği gibi, araştırmamızın örneklem sayısının darlığı ile de ilişkili olabilir. Daha geniş örneklemli çalışmalarla bu bulguların test edilmesine ihtiyaç bulunmaktadır.

Duyarsızlaşma alt boyutu ile entelektüel ve toplumsal değerler arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki varken, regresyon analizi sonucunda bu değişkenlerin anlamlı derecede yordama gücüne sahip olmadıkları saptanmıştır. Toplumsal değerler kişinin, yardımseverlik, tevazu (alçakgönüllülük), toplumsal huzur, nezaket, saygı, yaşam hakkı, sorumluluk, tutarlılık (davranışlarında), hoşgörü, öz disiplin alanlarına verdiği önemi gösterir (Dilmaç, Arıcak & Sevim, 2014). Tıp fakültesi öğrencilerinin tükenmişlik düzeyleri, mesleki tutum ve davranışları arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışmada tükenmişlik seviyeleri ile hekimin topluma karşı sorumluluklarındaki diğergamlık değeri arasında negatif bir ilişki bulunmuştur (Dyrbye ve ark., 2010a). Bu bağlamda entelektüel ve toplumsal değerlerin, tıp fakültesi öğrencisinin motivasyonunu güçlendirebileceği ve

kişinin zihinsel olarak ilgisinin canlı kalmasına yol açabileceği düşünülebilir. Bu alanda daha geniş örneklemli prospektif çalışmalara ihtiyaç bulunmaktadır.

Çalışmamızın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Öncelikle kullandığımız değerler ölçeği, değerlere verilen önemi ölçmekte, bu da bireyin kendi kişisel algısını esas almaktadır. Bu şekilde, kişinin toplumsal değerlere önem verdiğini belirtmesi ile toplumsal değerlere uygun davranıp davranmadığı arasındaki farkı tespit etmek mümkün değildir. Oysa psikolojik esneklik bağlamında düşünüldüğünde değer algısı yanında değer odaklı davranışın varlığı da önemlidir. Bu bağlamda tıp fakültesi öğrencilerinin entelektüel değerlere verdiği önemi ölçmekle birlikte, değerlere uygun davranıp davranmadıklarına dair bir bulgu elde edemediğimiz için değer odaklı davranışa dair yorum yapmamız güçleşmiştir. Ayrıca, Cerrahpaşa Tıp Fakültesinde 5. sınıflarda Türkçe ve İngilizce bölümlerde toplam (488 + 121) 609 öğrenci mevcuttur. Bizim örneklemimiz ise 72 kişi ile sınırlı kalmıştır. Sayının az olmasının yordama gücünü düşürdüğü düşünülebilir.

Gelecek Çalışmalar için Öneriler

Tükenmişlik, dikkat çekilmesine özel olarak gerek olmayacak şekilde sıklıkla çalışan bir alandır ve birçok değişken tarafından tükenmişlik seviyelerinin yordandığı gösterilmiştir. Bununla birlikte bu değişkenler arasında müdahaleye imkan verenlerinin saptanması, tükenmişliğe yönelik koruyucu programların geliştirilmesine katkı sunabilir. Gelecek çalışmaların daha geniş bir örneklemle, ülke içindeki tıp fakülteleri arasında yapılması bulguları genişletecektir. Buna ek olarak, değerler ve psikolojik esneklik gibi müdahale edilebilir değişkenlerle tükenmişlik arasındaki ilişkilerin prospektif olarak incelendiği müdahale programlarının geliştirilmesine ihtiyaç vardır.

SONUÇ

Sonuç olarak, değerler üzerinden bakıldığında araştırmamız, entelektüel değerlerle temastaki artışın yetkinlikteki tükenmişliği azaltabileceğine dair ön veriler sunmaktadır. Yine psikolojik katılık seviyeleri arttıkça duygusal tükenmişliğin arttığı, yetkinlik algısının ise azaldığı araştırmamızda gösterilmiştir. Bu bağlamda, tıp fakültesi öğrencilerinin beden sağlığı, akıl/ruh sağlığı, bilgi, çalışma, başarı ve kişisel gelişim alanlarına dair, değerlerine verdikleri önemi ve psikolojik esnekliklerini artıracak bireysel ya da grup uygulamalarının geliştirilmesi, müfredat içeriklerinde buna uygun düzenlemeler yapılması, zorlu bir süreç olan tıp eğitiminde sıklıkla ortaya çıkan tükenmişliğe karşı önleyici bir işlev görebilecektir.

KAYNAKLAR

- Almeida, G. D. C., Souza, H. R. D., Almeida, P. C. D., Almeida, B. D. C., & Almeida, G. H. (2016). The prevalence of burnout syndrome in medical students. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 43(1), 6-10. <https://doi.org/10.1590/0101-60830000000072>
- Bakker, A. B., Demerouti, E., & Schaufeli, W. B. (2003). The socially induced burnout model. In: S. P. Shohov (Ed.), *Advances in Psychology Research*, 25, (pp. 13-30). New York: Nova Science Publishers.
- Bardi, A., & Schwartz, S. H. (2003). Values and behavior: Strength and structure of relations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(10), 1207-1220. <https://doi.org/10.1177/0146167203254602>
- Bianchi, R., Boffy, C., Hingray, C., Truchot, D., Laurent, E. (2013). Comparative symptomatology of burnout and depression. *Journal of Health Psychology*, 18(6), 782-787. <https://doi.org/10.1177/1359105313481079>
- Bianchi, R., Schonfeld, I. S., & Laurent, E. (2015a). Is it time to consider the "burnout syndrome" a distinct illness? *Frontiers in Public Health*, 3, 158. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2015.00158>
- Bianchi R, Schonfeld, I.S, Laurent E (2015b). Burnout-depression overlap: a review. *Clinical Psychology Review*, 36:28-41. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.01.004>
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., ... & Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy*, 42(4), 676-688. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.03.007>
- Cansever, Z. (2015). Tıp eğitiminde tükenmişlik. *ODÜ Tıp Dergisi*, ek, 39-43. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/150875>
- Cecil, J., McHale, C., Hart, J., & Laidlaw, A. (2014). Behaviour and burnout in medical students. *Medical Education Online*, 19(1), 25209. <https://doi.org/10.3402/meo.v19.25209>
- Chang, E., Eddins-Folensbee, F., & Coverdale, J. (2012). Survey of the prevalence of burnout, stress, depression, and the use of supports by medical students at school. *Academic Psychiatry*, 36(3), 177-182. <https://doi.org/10.1176/appi.ap.11040079>
- Costa, E. F. D. O., Santos, S. A., Santos, A. T. R. D. A., Melo, E. V. D., & Andrade, T. M. D. (2012). Burnout Syndrome and associated factors among medical students: a cross-sectional study. *Clinics*, 67(6), 573-579. [https://doi.org/10.6061/clinics/2012\(06\)05](https://doi.org/10.6061/clinics/2012(06)05)
- Cribb, G., Moulds, M. L., & Carter, S. (2006). Rumination and experiential avoidance in depression. *Behaviour Change*, 23(3), 165-176. <https://doi.org/10.1375/bech.23.3.165>
- Çapri, B., Gündüz, B., & Gökçakan, Z. (2011). Maslach tükenmişlik envanteri-öğrenci formu (MTE-ÖF)'nin Türkçe'ye uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40(1), 134-147. <https://arastirmax.com/en/system/files/dergiler/240/makaleler/1/40/arastirmax-maslach-tukenmislik-envanteri-ogrenci-formunun-mte-turkceye-uyarlamasi-gecerlik-guvenirlik-calismasi.pdf>
- Dilmac, B., Aricak, O. T., & Cesur, S. (2014). A Validity and Reliability Study on the Development of the Values Scale in Turkey. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 14(5), 1661-1671. <https://doi.org/10.12738/estp.2014.5.2124>
- Dyrbye, L. N., Thomas, M. R., Massie, F. S., Power, D. V., Eacker, A., Harper, W., ... Shanafelt, T. D. (2008). Burnout and suicidal ideation among U.S. medical students. *Annals of Internal Medicine*, 149, 334-341. <https://doi.org/10.7326/0003-4819-149-5-200809020-00008>
- Dyrbye, L. N., Massie, F. S., Eacker, A., Harper, W., Power, D., Durning, S. J., ... Shanafelt, T. D. (2010a). Relationship between burnout and professional conduct and attitudes among US medical students. *JAMA: The Journal of the American Medical Association*, 304(11), 1173-1180. <https://doi.org/10.1001/jama.2010.1318>
- Dyrbye, L. N., Thomas, M. R., Power, D. V., Durning, S., Moutier, C., Massie Jr, F. S., ... & Shanafelt, T. D. (2010b). Burnout and serious thoughts of dropping out of medical school: a multi-institutional study. *Academic Medicine*, 85(1), 94-102. <https://doi.org/10.1097/ACM.0b013e3181c46aad>
- Elmas, Ü. (2012). Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde Eğitim Gören 5 ve 6. Sınıf Tıp Öğrencilerinin Anksiyete, Depresyon ve Tükenmişlik Düzeyi (Yayımlanmamış tıpta uzmanlık tezi). Trakya Üniversitesi, Edirne.
- Freudenberger, H. J. (1975). The staff burn-out syndrome in alternative institutions. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 12(1), 73-82. <https://doi.org/10.1037/h0086411>
- Forman, E. M., Herbert, J. D., Moitra, E., Yeomans, P. D., & Geller, P. A. (2007). A randomized controlled effectiveness trial of acceptance and commitment therapy and cognitive therapy for anxiety and depression. *Behavior Modification*, 31(6), 772-799. <https://doi.org/10.1177/0145445507302202>
- Galán, F., Sanmartín, A., Polo, J., Giner, L. (2011) Burnout risk in medical students in Spain using the Maslach Burnout Inventory-Student Survey. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 84, 453-459. <https://doi.org/10.1007/s00420-011-0623-x>
- Gifford, E. V., Kohlenberg, B. S., Hayes, S. C., Antonuccio, D. O., Piasecki, M. M., Rasmussen-Hall, M. L., & Palm, K. M. (2004). Acceptance-based treatment for smoking cessation. *Behavior Therapy*, 35(4), 689-705. [https://doi.org/10.1016/s0005-7894\(04\)80015-7](https://doi.org/10.1016/s0005-7894(04)80015-7)
- Glass, D. C., & McKnight, J. D. (1996). Perceived control, depressive symptomatology, and professional burnout: A review of the evidence. *Psychology and Health*, 11(1), 23-48. <https://doi.org/10.1080/08870449608401975>
- Güdük, M., Erol, Ş., Yağcılıbulut, Ö., Uğur, Z., Özvarış, Ş. B., & Aslan, D. (2005). Ankara'da bir tıp fakültesinde okuyan son sınıf öğrencilerde tükenmişlik sendromu. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 14(8), 169-173. <http://www.tb.org.tr/STED/sted0805/ankara.pdf>
- Hallsten, L. (2005). Burnout and wornout: Concepts and data from a national survey. In: Antoniou, A. S., & Cooper C. L. (Eds), *Research Companion to Organizational Health Psychology* (pp. 516-537). Cheltenham, U. K.: Edward Elgar.
- Hayes, S. C., Bissett, R., Roget, N., Padilla, M., Kohlenberg, B. S., Fisher, G., ..., Niccolls, R. (2004). The impact of Acceptance and Commitment Training on stigmatizing attitudes and professional burnout of substance abuse counselors. *Behavior Therapy*, 35(4), 821-835. [https://doi.org/10.1016/s0005-7894\(04\)80022-4](https://doi.org/10.1016/s0005-7894(04)80022-4)
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 44(1), 1-25. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.06.006>
- Hayes, S. C., Villatte, M., Levin, M., & Hildebrandt, M. (2011). Open, aware, and active: Contextual approaches as an emerging trend in the behavioral and cognitive therapies. *Annual Review of Clinical Psychology*, 7, 141-168. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032210-104449>
- Hojat, M., Vergare, M., Isenberg, G., Cohen, M., & Spandorfer, J. (2015). Underlying construct of empathy, optimism, and burnout in medical students. *International Journal of Medical Education*, 6, 12-16. <https://doi.org/10.5116/ijme.54c3.60cd>
- Hu, Q., & Schaufeli, W. B. (2009). The factorial validity of the Maslach Burnout Inventory-student survey in China. *Psychological Reports*, 105(2), 394-408. <https://doi.org/10.2466/pr0.105.2.394-408>

- Iacovides, A., Fountoulakis, K. N., Kaprinis, S., & Kaprinis, G. (2002). The relationship between job stress, burnout and clinical depression. *Journal of Affective Disorders*, 75(3), 209-221. [https://doi.org/10.1016/s0165-0327\(02\)00101-5](https://doi.org/10.1016/s0165-0327(02)00101-5)
- Iglesias, M. E. L., de Bengoa Vallejo, R. B., & Fuentes, P. S. (2010). The relationship between experiential avoidance and burnout syndrome in critical care nurses: A cross-sectional questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 47(1), 30-37. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2009.06.014>
- Jennings, M.L. (2009) Medical Student Burnout: Interdisciplinary Exploration and Analysis. *Journal of Medical Humanities* 30(4), 253-269. <https://doi.org/10.1007/s10912-009-9093-5>
- Kroska, E. B., Calarge, C., O'Hara, M. W., Deumic, E., & Dindo, L. (2017). Burnout and depression in medical students: Relations with avoidance and disengagement. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 6(4), 404-408. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2017.08.003>
- Luoma, J. B., & Vilaradaga, J. P. (2013). Improving therapist psychological flexibility while training acceptance and commitment therapy: A pilot study. *Cognitive Behaviour Therapy*, 42(1), 1-8. <https://doi.org/10.1080/16506073.2012.701662>
- Maercker, A., Zhang, X. C., Gao, Z., Kochetkov, Y., Lu, S., Sang, Z., ... & Margraf, J. (2015). Personal value orientations as mediated predictors of mental health: A three-culture study of Chinese, Russian, and German university students. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 15(1), 8-17. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2014.06.001>
- Maslach, C., ve Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2(2), 99-113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397-422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Marakoğlu, K., Çetin Kargın, N., & Armutlukuyu, M. (2013). Tıp fakültesi araştırma görevlilerinde tükenmişlik sendromu ve ilişkili faktörlerin değerlendirilmesi. *Genel Tıp Dergisi*, 23, 103-108. <http://www.selcuk.edu.tr/dosyalar/files/334/ara%C5%9Ft%C4%B1rma%20g%C3%Brevlilerinin%20r%C3%BCkenmi%C5%9Flik%20sendromu.pdf>
- McCracken, L. M., Vowles, K. E., & Eccleston, C. (2005). Acceptance-based treatment for persons with complex, long standing chronic pain: a preliminary analysis of treatment outcome in comparison to a waiting phase. *Behaviour Research and Therapy*, 43(10), 1335-1346. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2004.10.003>
- Memiş, Ç. Ö. (2011). Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinde sosyal anksiyete bozukluğu ve belirtileri ile tükenmişlik düzeylerinin değerlendirilmesi. (Yayımlanmamış tıpta uzmanlık tezi). Trakya Üniversitesi, Edirne.
- Mulkerrin, Ü., Bamford, B., & Serpell, L. (2016). How well does Anorexia Nervosa fit with personal values? An exploratory study. *Journal of Eating Disorders*, 4(1), 20. <https://doi.org/10.1186/s40337-016-0109-z>
- Naçar, M., Baykan, Z., & Çetinkaya, F. (2012). Erciyes Üniversitesi tıp fakültesi birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinde tükenmişlik durumu ve eğitimin etkisi. *Tıp Eğitimi Dünyası Dergisi*, 35(3), 9-20.
- Oğuzberk, M., & Aydın, A. (2008). Ruh sağlığı çalışanlarında tükenmişlik. *Klinik Psikiyatri*, 11(4), 167-179.
- Onwezen, M. C., van Veldhoven, M. J. P. M., & Biron, M. (2014). The role of psychological flexibility in the demands-exhaustion-performance relationship. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 23(2), 163-176. <https://doi.org/10.1080/1359432x.2012.742242>
- Pagnin, D., de Queiroz, V., Carvalho, Y. T. M. S., Dutra, A. S. S., Amaral, M. B., & Queiroz, T. T. (2014). The relation between burnout and sleep disorders in medical students. *Academic Psychiatry*, 38(4), 438-444. <https://doi.org/10.1007/s40596-014-0093-z>
- Paro, H. B., Silveira, P. S., Perotta, B., Gannam, S., Enns, S. C., Giaxa, R. R., ..., Tempiski, P. Z. (2014). Empathy among medical students: is there a relation with quality of life and burnout?. *PLoS ONE* 9(4): e94133. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0094133>
- Poncet, M. C., Toullic, P., Papazian, L., Kentish-Barnes, N., Timsit, J. F., Pochard, E., ..., Azoulay, E. (2007). Burnout syndrome in critical care nursing staff. *American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine*, 175(7), 698-704. <https://doi.org/10.1164/rccm.200606-806oc>
- Santen, S. A., Holt, D. B., Kemp, J. D., & Hemphill, R. R. (2010). Burnout in medical students: examining the prevalence and associated factors. *The Southern Medical Journal*, 103(8), 758-763. <https://doi.org/10.1097/smj.0b013e3181e6d6d4>
- Schaufeli, W. B., Martinez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-cultural Psychology*, 33(5), 464-481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. In: *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, (pp. 1-65). Academic Press. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60281-6](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60281-6)
- Shirom, A. (2005). Reflections on the study of burnout. *Work & Stress*, 19(3), 263-270. <https://doi.org/10.1080/02678370500376649>
- Şenol, Y., Çete, Y., & Gürpınar, E. (2007). Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi dönem VI öğrencilerinde tükenmişlik sendromu ve etkileyen etmenler. *TED*, 25(25), 10-16.
- Topak, O. Z., Karan, C. B., Toktaş, S. N., Gündoğmuş, S. Z., & Özdel, O. (2015). Bir Grup Tıp Fakültesi Öğrencisinde Öğrenim Sürecinde Tükenmişlik Düzeylerinin Karşılaştırılması: Tıp Eğitim Süreci Tükenmişlik Düzeylerini Değiştiriyor mu? *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 90-96. https://www.journalagent.com/kpd/pdfs/KPD_18_3_90_96.pdf
- Ünal, S., Karlıdağ, R., & Yoloğlu, S. (2001). Hekimlerde tükenmişlik ve iş doyumunu düzeylerinin yaşam doyumunu düzeyleri ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4(2), 113-118.
- Villwock, J. A., Sobin, L. B., Koester, L. A., & Harris, T. M. (2016). Impostor syndrome and burnout among American medical students: a pilot study. *International Journal of Medical Education*, 7, 364-369. <https://doi.org/10.5116/ijme.5801.eac4>
- Willcock, S., Daly, M., Tennant, C., & Allard, B. (2004). Burnout and psychiatric morbidity in new medical graduates. *Medical Journal of Australia*, 181(7), 357-360. <https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.2004.tb06325.x>
- Yavuz, K. F. (2015). Kabul ve Kararlılık Terapisi (ACT): Genel Bir Bakış. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics*, 8(2), 21-27.
- Yavuz, F., Ulusoy, S., Iskin, M., Esen, F. B., Burhan, H. S., Karadere, M. E., & Yavuz, N. (2017). Turkish version of Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II): A reliability and validity analysis in clinical and non-clinical samples. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni - Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 26(4), 397-408. <https://doi.org/10.5455/bcp.20160223124107>
- Zimmermann, P., Firnkens, S., Kowalski, J. T., Backus, J., Siegel, S., Willmund, G., & Maercker, A. (2014). Personal values in soldiers after military deployment: associations with mental health and resilience. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1), 22939. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.22939>

EXTENDED ENGLISH ABSTRACT

INTRODUCTION

Burnout has been one of the most important health issues for many people (Shirom, 2005) and becomes even more serious for educational, social service, medical, and mental health settings that requires more intensive work and responsibility (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). As one of the most experienced occupational groups that experience both workload and time pressure experience in general, a wide range of burnout in healthcare professionals [specialist doctors and practitioners (Ünal, Karlıdağ & Yoloğlu, 2001), psychologists (Oğuzberk & Aydın, 2008), nurses (Poncet et al., 2007), assistants (Makaroglu, Kargin & Armutlukuy, 2013) and medical students]. Researchers found that 50% of the participants from medical settings face burnout (Almeida, Souza, Almeida, Almeida & Almeida, 2016; Chang, Eddins-Folensbee & Coverdale, 2012; Drybye et al., 2010a). Studies showed the burnout keeps increasing throughout the education (Gala'n, Sanmarti'n, Polo & Giner, 2011; Santen, Holt, Kemp & Hemphill, 2010). Studies on burnout and depression (Glass & McKnight, 1996), sleep disorder (Pagnin et al., 2014), suicide issues (Drybye et al., 2008), and abandoning school (Drybye et al., 2010b) shows significant relationships. The studies conducted abroad examined the relationship between burnout and demographic variables, values, psychological flexibility, skills for coping with stress, and other psychological coping strategies (Kroska, Clarge, O'Hara, Deumic & Dindo, 2017). Kroska and others (2017), found that one's psychological inflexibility is positively correlated with emotional exhaustion and cynicism; and psychological flexibility being positively correlated with success (efficacy). In medical education, it is stated that there is a need to develop a strategy to reduce or prevent burnout (Cansever, 2015). In this context, studies on variables that affect burnout in the medical students of our country will prepare the ground for the development of protective arrangements and interventions. In this direction, our study aims to examine burnout in terms of values and its relationship with psychological flexibility levels.

METHOD

Participants, Data Collection Tools, and Statistical Analyses

The study was conducted with 81 medical students at fifth grade of Cerrahpaşa Medical School. We used a demographical information form, Maslach Burnout Inventory Student Form (MBI-SF), and Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II) and Statistical Package for the Social Sciences 21,0 version to conduct descriptive, t-test for independent groups, Pearson correlation, and multiple regression analyses.

RESULTS

The results showed that psychological rigidity levels significantly predicted emotional exhaustion. It is shown that reduction in efficacy predicted by placing emphasis on intellectual values and the level of psychological rigidity. However, there are low level significant relationship among burnout sub scales of cynicism, intellectual values and social values, it was found that these variables did not have a significant predictive power in regression analysis. Seventy-two students fully completed the study: 42 men (%58,3) and 30 women (%41,7). The participants valued human dignity ($\bar{X}=7,86$), freedom ($\bar{X}=7,85$), social values ($\bar{X}=7,85$), and intellectual values ($\bar{X}=7,85$) more than materialistic ($\bar{X}=5,69$)

and romantic ($\bar{X}=6,17$) values. The participants felt burnout at efficacy (competency) ($\bar{X}=2,84$), emotional exhaustion ($\bar{X}=2,58$), and cynicism ($\bar{X}=2,17$) subscales of burnout scale. There were no significant statistical differences for values based on gender. ($p>0,05$).

Pearson correlation analyses showed that the significant statistical relationship between subscales of Maslach Burnout Inventory Student Form (MBI-SF) and Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II) was at a medium level ($p<0,01$). Emotional exhaustion, subscale of MBI-SF, had a significant positive medium relationship with materialistic ($r=0,34$) and AAQ-II scores ($r=0,51$) ($p<0,01$). MBI-SF's subscale cynicism scores had a negative relationship ($r=-0,29$) with intellectual values and a negative relationship ($r=-0,27$) with social values ($p<0,05$). Low efficacy, MBI-SF's subscale, had a negative significant relationship ($r=-0,29$) with intellectual values and a positive significant relationship ($r=0,49$) with AAQ-II scores. Finally, AAQ-II scores had a significant positive relationship with materialistic ($r=0,33$) and freedom ($r=0,26$) values scores. There was no other significant relationship among other variables ($p>0,05$).

In terms of multiple regression analyses, materialistic values and AAQ-II scores together explained %30 variance of emotional exhaustion. Cynicism subscales' scores had a weak negative significant relationship with social and intellectual values and independent variables explained %12 variance of cynicism ($R=0,34$; $R^2=0,12$; $p<0,05$). Intellectual values and AAQ-II scores together explained %39 variance of efficacy ($R=0,62$; $R^2=0,39$; $p<0,001$). Lack of significant differences in terms of gender for any variables could be due to having limited number of women, which is supported by the literature (Elmas, 2012).

DISCUSSION

The students felt burnout mostly at efficacy, which followed by emotional exhaustion and cynicism. Related literature indicated that students at medical schools face most with emotional exhaustion following with efficacy aspect (Güdük et al., 2005; Memiş, 2011; Naçar et al., 2012; Topak et al., 2015). We found the level of psychological inflexibility significantly explained emotional exhaustion, that means feeling bored and tired due to course loads (Çapri et al., 2011). This means one with higher psychological inflexibility level is more likely to feel burnout due to narrowed repertoire in the face of feeling tired and bored and having too much course load. Our results coincide with other results from abroad (Kroska et al., 2017). In other words, a student with a higher psychological flexibility level will be more likely to have a richer behavior repertoire and feel more motivated and successful.

In conclusion, our study provides preliminary data highlighting intellectual values, which may reduce the burnout of efficacy. As psychological flexibility levels decrease, emotional burnouts increase whereas perception of efficacy decreases. In this context, it is a challenging process for medical students to develop individual or group practices regarding physical health, mental health, knowledge, work, success and personal development, performing appropriate curriculum content arrangements certainly plays a preventive function against burnout, which often occurs in medical education.

Keywords: Burnout, psychological flexibility, values