

BÖLÜM 4

TÜKENMİŞLİK SENDROMUNU TANIMAK: ACİL TIP ASİSTANLARI ARASINDA TÜKENMİŞLİK ÖNLEMLERİ

Metin YADİGAROĞLU¹

TANIM

Tükenmişlik kelime anlamı olarak ‘gücünü yitirmiş olma, çaba göstermeme durumu, bitmişlik, güçsüzlük’ şeklinde ifade edilirken İngilizce’de asıl olarak yanan mumun sönmesi anlamına gelen "burnout" kelimesinden türetilmiş; kişilerde iş hayatındaki enerjinin ya da üretkenlik kapasitesinin azalması şeklinde tanımlanmış bir kavramdır (1).

Tükenmişlik durumu ilk kez 1974 yılında Amerikan asıllı Alman bir psikiyatrist olan Herbert Freudenberger tarafından ‘mesleki bir tehlike’ olarak nitelendirilmiştir. Freudenberger’e göre tükenmişlik yüksek miktarda strese maruz kalan kişilerde başarısız olma, yıpranma, enerji ve güç kaybı veya karşılanamayan istekler sonucu bireyin iç kaynaklarında tükenme olarak tanımlamıştır (2,3). Daha sonrasında 1981 yılında Christine Maslach adındaki Amerikalı bir psikolog tarafından tükenmişlik olgusu “süreğen bir yorgunluk hali, umutsuzluk duyguları ve çaresizlik hislerinin yanı sıra bireyin uğraştığı işe, hayatına ve hayatındaki diğer bireylere yönelik sahip olduğu olumsuz tutumları da içeren ve hem

1 Dr. Öğr. Üyesi, Samsun Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Acil Tıp AD.

KAYNAKLAR

1. Schaufeli WB, Leiter MP, Maslach C. Burnout: 35 years of research and practice. *Career Development International* 2009;14(3):204-8.
2. Freudenberger HJ. Staff Burnout. *J. Soc. Issues* 1974;30:159-65.
3. Freudenberger HJ. The staff burnout syndrome in alternative institutions psychother. *Theory Res Pract* 1975;12:73-82.
4. Maslach, C. and Jackson, S.E. (1981), The measurement of experienced burnout. *J. Organiz. Behav.*, 2: 99-113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
5. Shanafelt TD, Hasan O, Dyrbye LN, Sinsky C, Satele D, Sloan J, ve ark. Changes in burnout and satisfaction with work-life balance in physicians and the general US working population between 2011 and 2014. *Mayo Clin Proc.* 2015;90(12):1600-13.
6. Cordes CL, Dougherty TW. A review and an integration of research on job burnout. *Acad Manage Rev* 1983;18(4):621-56.
7. Maslach C. Burnout: A Social Psychological Analysis, The Burnout Syndrome: Current Reserch, Theory and Interventions .Park Ridge, III, London House Management, 1981:31- 52.
8. Oğuzberk M, Aydın A. Ruh Sağlığı Çalışanlarında Tükenmişlik, *Klinik Psikiyatri* 2008;11:167-79.
9. Karlıdağ R, Ünal S, Yoloğlu S. Hekimlerde iş doyumunu ve tükenmişlik düzeyi. *Türk Psikiyatri Derg* 2000;11(1):49-57.
10. Şen S, Yorulmaz H, Batmaz M. Acil servis çalışanlarında tükenmişlik sendromu, 5. Ulusal Hemşirelik Öğrencileri Kongresi Kongre Kitabı, Şanlıurfa 2006.
11. Serinken M, Ergör A, Çimrin AH. İzmir ilindeki acil servis hekimlerinin tükenme düzeyleri. *Toplum ve Hekim* 2003;18(4):293-308.
12. Jones F, Fletcher BC, Schabracq MJ, Winnubst JAM, Cooper CL (Eds.). *Handbook of Work and Health Psychology*, Wiley Chichester 1996.
13. Kurçer MA. Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi hekimlerinin iş doyumunu ve tükenmişlik düzeyleri. *Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi* 2005;2(3)10-5.
14. Maslach C, Leiter MP. *The truth about burnout*, San Francisco: Jose-Bass Publishers; 1997.
15. Kebapçı A. Acil birimlerde çalışan hemşirelerde çalışma ortamının tükenmişlik düzeylerine etkisi. *Tr J Emerg Med* 2011;11(2):59-67.
16. Maslach C, Goldberg J. Prevention of Burnout: New Perspectives. *Appl Prev Psychol* 1998;7:63-74.
17. Mollaoğlu M, Yılmaz M, Kars T. Hemşirelerde tükenmişlik sendromu. *Toplum ve Hekim Dergisi* 2003;18(4):288-93.
18. Bilici M, Mete F, Soylu C. Bir grup akademisyende depresyon ve tükenme düzeyleri. *Türk Psikiyatri Derg* 1998;9(3):181-9.
19. Mollaoğlu M, Kars T, Özkan F. Hemşirelerde tükenme ve otonomi düzeylerinin incelenmesi. *Toplum ve Hekim Dergisi* 2005;20(4):259-66.

20. Ünal S, Karlıdağ R, Yoloğlu S. Hekimlerde tükenmişlik ve iş doyumu düzeylerinin yaşam doyumu düzeyleri ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri* 2001;4:113-8.
21. Winnubst JAM, Cooper CL, Semmer N. Individual differences, work stress, and health. In: Schabracq MJ. (Ed.). *Handbook of Work and Health Psychology*. 2th ed. Chichester: Wiley UK; 1996.
22. Maslach C, Schaufeli W, Leiter MP. Job burnout. *Annu Rev Psychol* 2001; 52:397-422.
23. Cox T, Griffiths A, Rial-Gonzales E. European Agency for Safety and Health at Work: research on work-related stress. Luxemburg: Office for Official Publications of the European Communities 2000; 9-167.
24. Edelwich J, Brodsky A. Burnout stages disillusionment in the helping professions, Human Sciences Press, Newyork 1980.
25. Sürvegil Dalkılıç O. (2014) Çalışma Hayatında Tükenmişlik Sendromu Tükenmişlikle Mücadele Teknikleri (s:32-25). Ankara: Nobel Yayıncılık.
26. Kaçmaz, N. (2005). Tükenmişlik (burnout) sendromu. *İstanbul Tıp Fakültesi Dergisi*, 68(1), 29-32.
27. Shanafelt TD, Hasan O, Dyrbye LN et al. Changes in burnout and satisfaction with work-life balance in physicians and the general US working population between 2011 and 2014 and *Mayo Clin Proc*. 2015; 90(12):1600-1613.
28. Martini S, Arfken CL, Churchill A, Balon R. Burnout comparison among residents in different medical specialties. *Acad Psychiatry* 2004; 28(3):240-242.
29. Halbesleben JR, Rathert C. Linking physician burnout and patient outcomes: exploring dyadic relationship between physician and patients. *Health Care Manage* 2008; 33(1):29-39.
30. Slaby AE. *Handbook of psychiatric emergencies* 4th ed. Appleton and Large 1994.
31. Mealer M, Burnham EL, Goode CJ, Rothbaum B, Moss M. The prevalence and impact of post traumatic stress disorder and burnout syndrome in nurses. *Depress Anxiety* 2009; 26:1118-1126