DÜZCE ÜNİVERSİTESİ | LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

ÖZEL EĞİTİM VE REHABİLİTASYON MERKEZİ ÇALIŞANLARINDA EMPATİ VE SEMPATİNİN MERHAMET YORGUNLUĞU ÜZERİNDEKİ ETKİSİNDE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK VE DUYARLIĞIN ARACI ROLLERİNİN İNCELENMESİ

NESLİHAN ÜSTÜNDAĞ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİM DALI

DANIŞMAN
DOÇ. DR. ABDİ GÜNGÖR

DÜZCE, 2024

T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

ÖZEL EĞİTİM VE REHABİLİTASYON MERKEZİ ÇALIŞANLARINDA EMPATİ VE SEMPATİNİN MERHAMET YORGUNLUĞU ÜZERİNDEKİ ETKİSİNDE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK VE DUYARLIĞIN ARACI ROLLERİNİN İNCELENMESİ

Neslihan ÜSTÜNDAĞ tarafından hazırlanan tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından Düzce Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı'nda **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

Tez Danışmanı

Doç. Dr. Abdi GÜNGÖR

Düzce Üniversitesi

Jüri Üyeleri

Doç. Dr. Abdi GÜNGÖR
Düzce Üniversitesi _____

Prof. Dr. Mustafa KOÇ
Düzce Üniversitesi _____

Prof. Dr. Ali Haydar ŞAR
Sağlık Bilimleri Üniversitesi _____

Tez Savunma Tarihi: 18/01/2024

BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün aşamalarda etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı, yine bu tezin çalışılması ve yazımı sırasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını beyan ederim.

18 Ocak 2024

Neslihan ÜSTÜNDAĞ

TEŞEKKÜR

Flōrēbō quōcumque ferar.

Düştüğüm yerde çiçek açacağım.

Hem lisans hem yüksek lisans sürecimde bilgi, zaman ve tecrübelerini benden esirgemeyen, her daim desteğini hissettiğim değerli hocam ve tez danışmanım Abdi GÜNGÖR'e çok teşekkür ederim.

Görüşleriyle çalışmanın son halini almasına katkı sunan ve jürimde yer alan Prof. Dr. Mustafa KOÇ ve Prof. Dr. Ali Haydar ŞAR'a teşekkürü borç bilirim.

Ayrıca, bir şekilde yollarımızın kesiştiği herkese teşekkür ediyorum. Çok şey öğrendim, öğrenmeyi sürdüreceğim.

18 Ocak 2024 **Neslihan ÜSTÜNDAĞ**

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

ŞEKİL LİSTESİ i

TABLOLAR LİSTESİ ii

KISALTMALAR iii

ÖZET iv

ABSTRACT v

1. GİRİŞ 1

1.1. ARAŞTIRMA PROBLEMİ 4

1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI 6

1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ 7

1.4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI 8

1.5. TANIMLAR 8

2. KURAMSAL ÇERÇEVE 9

2.1. ÖZEL EĞİTİM 9

2.1.1. Özel Eğitim Nedir? 9

2.1.2. Türkiye'de Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezleri ve İşleyişi 11

2.1.3. Özel Eğitim Çalışanları 11

2.1.4. Özel Eğitim Çalışanları ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar 12

2.1.5. Özel Eğitim Çalışanları ile İlgili Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar 16

2.2. MERHAMET YORGUNLUĞU 19

2.2.1. Merhamet Yorgunluğu Modeli 20

2.2.2. Merhamet Yorgunluğu ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar 21

2.2.3. Merhamet Yorgunluğuyla İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar 26

2.3. EMPATİ VE SEMPATİ 29

2.3.1. Empati 29

2.3.2. Sempati 31

2.3.3. Empati ile Sempati Arasındaki Farklar 32

2.3.4. Empati ve Sempati ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar 32

2.3.5. Empati ve Sempati ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar 33
2.4. DUYARLIK 36
2.4.1. Duyarlık İle İlgili Yurt İçinde Yapılmış Çalışmalar 36
2.4.2. Duyarlık İle İlgili Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar 37
2.5. PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK 38
2.5.1. Psikolojik Sağlamlık İle İlgili Yurt İçinde Yapılmış Çalışmalar 40
2.5.2. Psikolojik Sağlamlık İle İlgili Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar 41
2.6. PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK VE DUYARLIĞIN ARACI ROLÜ 42
3. YÖNTEM 44
3.1. ARAŞTIRMA MODELİ 44
3.2. ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ 44
3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI 45
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu 45
3.3.2. Duyarlık Ölçeği 45
3.3.3. Adolesanlarda Empati ve Sempati Kurma Ölçeği 46
3.3.4. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği 47
3.3.5. Çalışanlar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği 47
3.4. VERİLERİN TOPLANMASI 47
3.5. VERİLERİN ANALİZİ 48
4. BULGULAR VE TARTIŞMA 50
4.1. ÖLÇEKLERE AİT BETİMSEL İSTATİSTİK, NORMALLİK DAĞILIMLARI VE KORELASYON DEĞERLERİNE İLİŞKİN BULGULAR 50
4.2. HİPOTEZ VE SEÇİLEN MODELE AİT YOL ANALİZİ BULGU VE YORUMLARI 51
4.3. DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE AİT BULGULAR 54
4.3.1. Cinsiyet Değişkenine Ait Bulgular 54
4.3.2. Yaş Değişkenine Ait Bulgular 55
4.3.3. Deneyim Değişkenine Ait Bulgular 56
4.3.4. Mezuniyet Yılı Değişkenine Ait Bulgular 57
4.3.5. Branş Değişkenine Ait Bulgular 58
4.3.6. Memnuniyet Düzeyi Değişkenine Ait Bulgular 58
5. SONUÇ VE ÖNERİLER 60
5.1. SONUÇLAR 60

5.2. ÖNERİLER 60
5.2.1. Gelecek Araştırmalara Yönelik Öneriler 61
5.2.2. Klinik Uygulamalar İçin Öneriler 61
6. KAYNAKLAR 62
7. EKLER 77
7.1. EK 1: ETİK KURUL İZNİ 77
7.2. EK 2: BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU 78
7.3. EK 3: KİŞİSEL BİLGİ FORMU 79
7.4. EK 3: DUYARLIK ÖLÇEĞİ (ÖRNEK MADDELER) 80
7.5. EK 4: ADOLESANLAR İÇİN EMPATİ VE SEMPATİ KURMA ÖLÇEĞİ (ÖRNEK MADDELER) 81
7.6. EK 5: KISA PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ÖLÇEĞİ (ÖRNEK MADDELER) ..82
7.7. EK 6: ÇALIŞANLAR İÇİN YAŞAM KALİTESİ ÖLÇEĞİ (ÖRNEK MADDELER) 83
ÖZGEÇMİŞ..... Error! Bookmark not defined.

ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1. Araştırma Problemi……**4**
Şekil 2. Merhamet Stresi ve Yorgunluğu Modeli……..**21**
Şekil 3. Araştırmanın Hipotez Modeli……...**52**

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1: Katılımcılara Ait Demografik Veriler.....**45**

Tablo 2: Ölçeklere Ait Betimsel İstatistikler, Normallik ve Korelasyon.....**50**

Tablo 3: Merhamet Yorgunluğu Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları.....**55**

Tablo 4: Merhamet Yorgunluğu Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....**55**

Tablo 5: Merhamet Yorgunluğu Düzeylerinin Deneyim Değişkenine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....**56**

Tablo 6: Merhamet Yorgunluğu Düzeylerinin Mezuniyet Yılı Değişkenine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....**57**

Tablo 7: Merhamet Yorgunluğu Düzeylerinin Branş Değişkenine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....**58**

Tablo 8: Merhamet Yorgunluğu Düzeylerinin Memnuniyet Düzeyi Tarafından Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları **59**

KISALTMALAR

IDEA	Individuals with Disabilities Education Improvement Act (Özel Gereksinimli Bireylerin Eğitimi Yasası)
MEB	Milli Eğitim Bakanlığı
PDR	Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik
RAM	Rehberlik Araştırma Merkezi

ÖZET

ÖZEL EĞİTİM VE REHABİLİTASYON MERKEZİ ÇALIŞANLARINDA EMPATİ VE SEMPATİNİN MERHAMET YORGUNLUĞU ÜZERİNDEKİ ETKİSİNDE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK VE DUYARLIĞIN ARACI ROLLERİNİN İNCELENMESİ

Neslihan ÜSTÜNDAĞ

Düzce Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi
Danışman: Doç. Dr. Abdi GÜNGÖR

Ocak 2024, 83 sayfa

Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan uzmanlar, özel gereksinimli bireylerin ve ailelerinin; tanı, tanıdan etkilenim düzeyi, doğum ve yaşam öyküsü gibi birçok değişkenden kaynaklı yaşıyor oldukları zorluklara doğrudan veya dolaylı olarak tanık olmaktadırlar. Bu tanıklık uzmanlar için yıpratıcı bir hal alabilir. Bu çalışmanın amacı, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde çalışan uzmanların empati ve sempati düzeylerinin merhamet yorgunluğuyla olan ilişkisinde duyarlık ve psikolojik sağlamlığın aracı rolünün incelenmesidir. Araştırmanın örneklem grubunu 21 ile 65 yaş aralığında 303 katılımcı oluşturmaktadır. Veriler seçkisiz olmayan uygun örnekleme yoluyla toplanmıştır. Araştırmada veriler Kişisel Bilgi Formu, Duyarlık Ölçeği, Empati ve Sempati Kurma Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Çalışanlar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği ile toplanmıştır. Verilerin analizi Mplus sürüm 7 ve SPSS 27.0 paket programı ile yapılmıştır. Empati - sempatinin merhamet yorgunluğunu yordayıcı etkisini ve duyarlık ile psikolojik sağlamlığın aracı rolünü test etmek için yol (path) analizi yapılmıştır. Merhamet yorgunluğunun demografik verilere göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem *t* testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır. Empati, merhamet yorgunluğunu negatif yönde yordarken; sempati ile merhamet yorgunluğu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Empati ile merhamet yorgunluğu arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlık kısmi aracı rol üstlenmektedir. Duyarlığın ise aracı etkisi olmadığı bulunmuştur. Demografik değişkenler açısından bakıldığında; kadın katılımcıların merhamet yorgunluğu düzeylerinin erkeklere oranla daha fazladır. Ayrıca, bu sektörde olmaktan duyulan memnuniyet arttıkça merhamet yorgunluğunun azaldığı bilgisine ulaşılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Empati, Merhamet Yorgunluğu, Özel Eğitim, Psikolojik Sağlamlık.

ABSTRACT

INVESTIGATING THE MEDIATING ROLES OF PSYCHOLOGİCAL RESILIENCE AND SENSITIVITY ON THE EFFECTS OF EMPATHY AND SYMPATHY ON COMPASSION FATIGUE IN SPECIAL EDUCATION AND REHABILITATION CENTER EMPLOYEES

Neslihan ÜSTÜNDAĞ
Duzce University
Graduate School of Natural and Applied Sciences, Department of Educational Sciences
Guidance and Psychological Counselling Program
Master of Science Thesis
Supervisor: Assoc. Prof. Abdi GÜNGÖR

January 2024, 83 pages

The professionals who work at special education and rehabilitation centers are directly or indirectly witness to difficulties that individuals with special needs and their families live, originating from various variables such as diagnostics, affection level of diagnostics onset, and life histories. This witnessing could be corrosive for professionals. The study aimed to examine the mediating role of sensitivity and psychological resilience on the relationship between empathy-sympathy levels and compassion fatigue of the professionals who work at special education and rehabilitation centers. The participants included 303 individuals between the age of 21-65. The convenient sampling method was used to collect the data. The data were collected using the Personal Information Form, the Compassion Scale, the Adolescent Measure of Empathy and Sympathy Scale (AMES), the Brief Resilience Scale, and the Professional Quality of Life Scale. Mplus version 7 and SPSS 27.0 package programs were used to analyze data. A path analysis was conducted to test the mediating roles of sensitivity and psychological resilience on the effects of empathy-sympathy on compassion fatigue. The independent sample t-test, one-way ANOVA, correlation, and regression analyses were conducted to examine whether compassion fatigue differed according to demographic variables. There was no significant relationship between sympathy and compassion fatigue, while there was a negative relationship between empathy and compassion fatigue. Psychological resilience played a partial mediator role on the relationship between empathy and compassion fatigue. There was no mediator role of sensitivity. Regarding differences based on demographic variables, female participants had higher compassion fatigue than male participants. In addition, the results showed that compassion fatigue decreases as the satisfaction of being in this sector increases.

Keywords: Empathy, Compassion Fatigue, Special Education, Psychological Resilience.

1. GİRİŞ

Eğitim sistemleri, genellikle ortalama gelişim düzeyine sahip bireylere göre düzenlenmektedir. Sınıflar, ders kitapları, öğretim teknikleri bu ortalamalar gözetilerek hazırlanır ve bunlar ışığında değerlendirmeler yapılır. Eğer birey, ortalama esas alınarak kurulan bu sisteme uyamayacak veya gerekliliklerini karşılayamayacak durumdaysa özel gereksinimli olarak kümelendirilir (Winget ve Kirk, 1989: 5). Özel gereksinimli bireyler standartlardan önemli ölçüde sapma gösteren bedensel özelliklere, öğrenme sorunlarına, davranış problemlerine veya duyusal problemlere sahip olan bireylerdir. Bunun yanında üstün yetenekli kişiler de ortalamadan önemli ölçüde sapma gösterdiği için özel gereksinimli bireyler olarak değerlendirilmektedir (Eripek, 2002: 3).

Özel gereksinimli bireylere yetersizlik türü ve derecesine göre yapılandırılmış eğitim ortamı, içerik ve tekniklerle sunulan hizmetlere özel eğitim denilmektedir (Cavkaytar, 2018: 22). Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezleri, özel gereksinimli bireylerin destek aldıkları yerlerdendir. Buralarda farklı branştan uzmanlar özel gereksinimli bireylere ve ailelerine hizmet sunmaktadır (Baykoç, 2010: 16). Sunulan bu hizmetlerde iş birliği ve iletişim oldukça önem arz etmektedir. Bireyin doktorları, eğitimcileri, varsa terapistleri, ruh sağlığı uzmanları, ailesi ve bireyin kendisinin dahil olduğu kapsayıcı bir süreçtir (Cavkaytar, 2018: 38). Bu süreçlerde bireyin gelişimsel öyküsü derinlemesine incelenirken uzmanlar doğrudan olanlara tanıklık yapmasalar da dolaylı yoldan bireyin ve ailesinin zorlayıcı yaşam öyküsüne eşlik etmektedirler.

Bireyin öyküsünün alındığı süreçler bir iletişim ağı içermektedir. Kişilerarası iletişimin temel bileşenlerinden birisi ise empatidir. Empatide birey kendisini karşıdakinin yerine koyarak olaylara onun penceresinden bakmaya çabalar (Ersoy ve Köşger, 2016: 10). Özel gereksinimli bireylerle çalışan uzmanlar da bireyin tepkilerini anlamak, ailenin geçirdiği süreçlere hakim olmak ve katılım düzeylerini istendik boyutlarda tutmak gibi sebeplerle empati becerilerini kullanmaktadırlar.

Yapılan bu görüşmeler, uzmanın öyküyü içselleştirmesine de yol açabilir. Onların perspektiflerinden bakarken olayın içine çokça çekilebilir, duygularını kendi deneyimliyormuşçasına yoğun hissedebilir ve çözüm için harekete geçme niyeti

taşıyabilir. Literatürde, tarif edilen bu duruma en yakın kavram sempatidir. Sempati, insanı diğer insanla bütün bir hale getirir (Kaynak, 2021: 175). Sempatinin yardım etme güdüsünü de beraberinde getirdiği (Aktaş ve Coştur, 2007: 18) bilinmektedir. Bu bağlamda bakıldığında birçok özel gereksinim grubunda tam bir tedavi ve normal gelişime ulaşma durumundan söz edilemez. Onların geçmişte yaşadıkları zorlukları değiştirmek mümkün değildir ve yaşamın ilerleyen süreçlerinde meydana gelmesi olası zorlukları en aza indirmek esas alınabilir. Öyle ki bazı özel gereksinim gruplarında temel odak bireyin gelişimsel gerilemesini yavaşlatmaktır. Bir kas yıkımı hastalığı olan Duchenne musküler distrofi buna örnek gösterilebilir. Bu hastalıkta doğumuyla beraber sağlıklı gözüken bebek, yaşı ilerledikçe kas erimesine bağlı olarak çeşitli zorluklar yaşamaktadır. Yaşı ilerledikçe solunum ve dolaşım sistemlerinde sorunlar, beslenme fonksiyonlarında bozulma, hareket kısıtlılığı gibi durumlar ortaya çıkmaktadır. Hastalığın kesin bir tedavisi bulunmamakla birlikte fizyoterapi, beslenme programları gibi desteklerle hastalığın ilerleyişini yavaşlatmak amaçlanmaktadır (Yılmaz-Ekici ve Aydenk-Köseoğlu, 2022: 437).

Uzmanların bireyleri anlamaya ve süreci şekillendirmeye yönelik kullandıkları empati becerisi ve sempati düzeyleri, iletişimsel anlamda onları desteklemektedir. Fakat bireylerin yaşadıklarına uzunca süre doğrudan veya dolaylı yoldan tanık olmanın yıkıcı etkileri de olabilir. Kronik hastalığa sahip bireylere, onların hiçbir zaman iyileşemeyeceklerinin bilincinde olarak hizmet sunmak, çektikleri acılara ve belki yaşamlarını yitirdiklerine tanık olmak, uzmanlar için zorlayıcı olabilmektedir (Hiçdurmaz ve Arı-İnci, 2015: 295-296). Örneğin devamlı bireyi ve yaşadığı zorlukları düşünmek, uyku düzeninde sapmalar, çözüm arayışında çokça zaman ve enerji kaybetmek gibi durumlar yaşamın işlevselliğini azaltabilir. Bunlar ve benzer semptomları içeren kavram ise merhamet yorgunluğudur. Merhamet yorgunluğu, zorlayıcı yaşam olayları yaşamış veya yaşamakta olan bireylerin bakımverenlerinde ve onlara hizmet sunan uzmanlarda yaşanan stres olarak tanımlanabilir. Merhamet yorgunluğunda, yorgunluğu yaşayan kişi, diğerini çokça önemsemekte ve çektiği acıya, yaşadığı travmatize edici olaya duygusal ve davranışsal tepki vermektedir (Hiçdurmaz ve Arı-İnci, 2015: 301). Empati, merhamet yorgunluğunun gelişmesindeki etkenler arasında olabilir. Bireyler farklı kişisel ve çevresel faktörlerin etkisiyle, merhamet yorgunluğu yaşayabilmektedir (Figley, 2002: 13). Merhamet yorgunluğu; tükenmişlik (Demirbilek ve Uzman, 2021: 56), depresyon, anksiyete ve stres (Tuş-Yiğit ve Maçkalı, 2022: 302),

duyarsızlaşma ve kişisel başarıda düşüş (Stamm, 2005: 1) gibi istenmedik sonuçlara yol açabilir.

Merhamet yorgunluğunun gelişimine katkı sunan çeşitli değişkenlerin tespit edilmesi önleyici ve iyileştirici çalışmalar adına önem arz etmektedir. Etrafta olup bitenle ilgilenme, bunları anlama ve algılama durumu, duyarlık olarak ele alınmaktadır (Keleş, 2022: 19). Özel gereksinimli bireylerle çalışan uzmanların durumla ilgilendikleri ve anlama çabaları oldukça açıktır. Bireylerin ihtiyaçlarını gözetip hislerini anlama ve onlara destek olma çabası, onların duyarlı davrandıklarını göstermektedir (Demirci-Seyrek, Ersanlı ve Tunç, 2016: 287). Bu bakış ve çaba düşünüldüğünde, uzmanların yaşadıkları merhamet yorgunluğunu destekleyici unsurlardan birisi duyarlık kavramı olabilir. Bireylerin duyarlık düzeylerinin yükselmesi, daha fazla anlama çabası ve sorun çözme arzusuyla ilişkilidir. Fakat özel gereksinimli bireylerin bazılarının özel gereksinimleri ömür boyu onlarla kalabilir, bazılarının gelişimsel anlamda geriye gidişleri de sürebilir. Bu durumda özellikle sorunları ortadan kaldırma arzusu taşıyan uzmanların bu arzularının gerçekleşmeme ihtimali mevcuttur. İstendik bir sonuca ulaşılamayan durumlarda, duyarlılık kişileri olumsuz etkileyebilir. Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan uzmanlar düşünüldüğünde, duyarlılık düzeyleri onların merhamet yorgunlukları ile ilişkili olabilir.

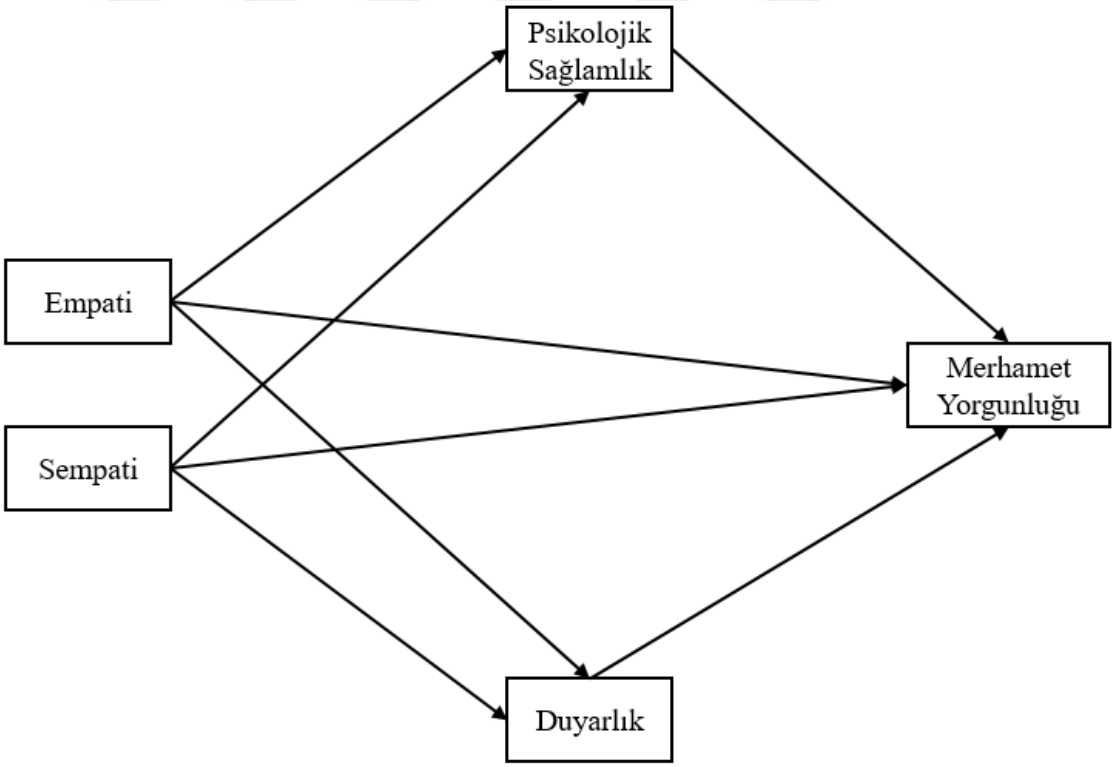
Tıpkı spora başlamadan önce gerekli ön hazırlıkların yapılmasının bireyi koruduğu gibi, psikolojik anlamda bir zorlanmaya maruz kalmamak veya onunla baş edebilmek için de bazı ön donanımların bulunması süreçleri kolaylaştırabilir. Örneğin çabucak yorulmamak için sağlamlığa erişmek buna örnek olabilir. Nitekim psikolojik sağlamlık; zorlayıcı durumlarda güçlü kalabilmeyi, çeşitli sarsılmalara rağmen denge haline kısa sürede geri dönebilmeyi, nitelikli problem çözme becerileri sergilemeyi beraberinde getirmektedir (Öz ve Yılmaz, 2009: 82). Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerindeki uzmanların doğrudan veya dolaylı yoldan tanıklık ediyor oldukları zorlayıcı yaşam öyküleri, psikolojik sağlamlık düzeyi daha yüksek olan uzmanların yaşamının işlevselliğini daha az sekteye uğratıyor olabilir. Bu durumda psikolojik sağlamlık ile merhamet yorgunluğu arasında bir ilişkili olabilir.

Dezavantajlı gruplarla çalışan uzmanların baş etme becerilerinin desteklenmesi oldukça önemlidir (Tuş-Yiğit ve Maçkalı, 2022: 302). Psikolojik sağlamlık, ruh sağlığının korunmasında oldukça önemli bir etkendir (Öz ve Yılmaz, 2009: 82). Sorunlarla işlevsel bir biçimde baş etme stillerine sahip bireyler, psikolojik sağlamlık düzeyleri yüksek

bireylerdir (Bilge ve Bilge, 2020: 38). Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde hizmet sunan uzmanlar açısından bakıldığında, süreçte merhamet yorgunluğunu yaşamamaları adına psikolojik sağlamlık düzeylerinin istendik boyutlara ulaşması, merhamet yorgunluğu yaşanması halinde bunun semptomlarını aza indirmek adına iyileştirici psikolojik sağlamlığı geliştirici çalışmalar yapılması önleyici/iyileştirici olabilir. Empati ve sempati ile birlikte gelişebilen merhamet yorgunluğunda psikolojik sağlamlık ve duyarlık aracı rol oynuyor olabilir.

1.1. ARAŞTIRMA PROBLEMİ

Araştırmada incelenen problem, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde hizmet sunan uzmanların empati ve sempati düzeylerinin merhamet yorgunluğuna etkisinde psikolojik sağlamlık ve duyarlılığın aracı rolünü araştırmaktadır. Probleme ilişkin önerilen model Şekil 1'de yer almaktadır.



Şekil 1: Araştırma Problemi

Zor durumdaki kişilere yardımcı olmanın bazı olumsuz yönleri ortaya çıkabilmektedir. Merhamet yorgunluğu, yardım çalışanlarında görülebilen bu olumsuzluklardan biridir. Destek sunulan ve zorlayıcı yaşam öyküsü/mevcut durumu olan kişilerin çektikleri acılara, hastalık ya da zorlanma süreçlerine tanıklık etmek, onların iyiliğini gözeterek çaba sergilemek ve şefkat duymaktan dolayı hissedilen yorgunluk, merhamet

yorgunluğudur (McHolm, 2006). Merhamet yorgunluğu; insanlara yardım sunan doktor, hemşire, ebe, psikolojik danışman, psikolog, sosyal hizmet uzmanı, polis gibi birçok hizmet kolunda görülebilir (Figley, 2002: 14). Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde çalışan uzmanlar da bu tanıma ve işaret edilen risk grubuna dahillerdir.

Merhamet yorgunluğu yaşamanın bazı önkoşulları mevcuttur. Bunlardan birisi empatidir (Figley, 2002b): 1437. Empatide karşısındakini anlama çabası, reaksiyon göstermesi ve durumu karşıdakine aktarması söz konusudur (Davis, 1983: 168). Empati yeteneği, zaman içerisinde danışana uzun süre eşlik etme, travmatik anılar dinleme, stres gibi etmenlerle birleşip merhamet yorgunluğu olarak kendini gösterebilmektedir (Figley, 2002b: 1437). Sempatinin ise empatiye oldukça benzeyen yönleri mevcuttur. Sempatide, karşıdakinin sıkıntılarını onunla paylaşmak söz konusudur. Yardım etme arzusunu da beraberinde getirir (Barnes ve Thagard, 1997: 712). Bu açıdan sempatinin de merhamet yorgunluğunu pekiştiriyor olma ihtimali mevcuttur. Empatiden ve/veya sempatiden merhamet yorgunluğuna ilerleyen yolda bu ilişkiyi açıklayan başka bazı unsurlar olabilir.

Çevrede olup bitenler ile ilgilenmek ve ilişki içerisinde olmak, duyarlılık anlamına gelmektedir (Keleş, 2022: 19). Duyarlık; empati, sempati, iyi oluşu önemseme, kabullenme, hassasiyet gibi birçok faktörü içinde barındırmaktadır (Gilbert, 2005: 37). Barındırdığı bu bileşenlerle beraber çevredeki sorunların fark edilişi ve çözüm için harekete geçilmesi de bireyin duyarlı olduğuna işaret etmektedir (Erdem, 2021: 4). Bu açıdan bakıldığında duyarlığın özellikle harekete geçme ile ilişkili olan kısımları, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezindeki uzmanlar gözetildiğinde, sonuçsuz kalmayı beraberinde getirebilir. Bu durum da onların merhamet yorgunluğu düzeylerini artırıcı bir unsur olabilir.

Psikolojik sağlamlık, zorlayıcı olaylar söz konusu olsa da bunlarla kısa süre içinde baş etme ve yaşamdaki denge haline geri ulaşabilmedir (Masten, 2014: 6). Psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan kişiler zorlu koşulların altından başarıyla kalkabilirler (Öz ve Yılmaz, 2009: 82). Bu açıdan bakıldığında psikolojik sağlamlık, merhamet yorgunluğunu etkileyen başka bir unsur olabilir. Nitekim psikolojik sağlamlığın ruhsal iyilik haliyle ilişkili olduğuna işaret eden bazı araştırma bulguları da mevcuttur (Lluch, Galiana, Domenech ve Sanso, 2022: 364).

Özel gereksinimli bireylerin tanıları, tanı düzeyleri, öyküleri gibi birçok değişken onlarla yürütülen rehabilitasyon sürecini doğrudan etkilemektedir. Özel eğitim ve rehabilitasyon

süreçlerinde onlara eşlik eden uzmanlar, doğrudan yaşanan zorlukları gözlemlemekte veya dolaylı yoldan yaşananları dinlemektedirler. Bu durumda zamanla merhamet yorgunluğu yaşama ihtimalleri mevcuttur. Merhamet yorgunluğunun sebeplerini ve sonuçlarını irdelemek, önleyici ve çare bulucu hizmetlerin yoluna ışık tutabilir. Bu araştırmada, merhamet yorgunluğunun empati ve sempati ile olan ilişkisi, bu ilişkide duyarlık ve psikolojik sağlamlığın aracı etkileri incelenmektedir.

1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmanın amacı özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde çalışan uzmanların empati ve sempati düzeylerinin merhamet yorgunluğu ile olan ilişkisinde psikolojik sağlamlık ve duyarlığın aracılık ilişkisini saptamaktır. Araştırmada ek olarak merhamet yorgunluğunun bazı demografik değişkenler ile olan ilişkisini ele almak da amaçlanmıştır.

Bu çerçevede aşağıda listelenen araştırma sorularının yanıtları aranmaktadır:

1. Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi çalışanlarının empati düzeyi merhamet yorgunluğunu yordamakta mıdır?
2. Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi çalışanlarının sempati düzeyi merhamet yorgunluğunu yordamakta mıdır?
3. Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi çalışanlarının empati düzeyleri ile merhamet yorgunlukları arasındaki ilişkide;
    a. Psikolojik sağlamlık aracı bir rol oynamakta mıdır?
    b. Duyarlık aracı bir rol oynamakta mıdır?
4. Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi çalışanlarının sempati düzeyleri ile merhamet yorgunlukları arasındaki ilişkide;
    a. Psikolojik sağlamlık aracı bir rol oynamakta mıdır?
    b. Duyarlık aracı bir rol oynamakta mıdır?
5. Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi çalışanlarının merhamet yorgunlukları;
    a. Cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
    b. Yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
    c. Branşa göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
    d. Deneyime göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
    e. Mezuniyet yılına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
    f. Memnuniyet düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde, uzmanlar özel gereksinimli bireylere eğitim/terapi hizmeti sunmaktadırlar. Dinledikleri ve gözlemledikleri unsurlar dikkate alındığında mental ve ruhsal anlamda yıpranma ihtimalleri mevcuttur. Sağlıklı doğması beklenen bir çocuğun özel gereksinimli doğması, doğumda komplikasyonlar oluşması, doğduktan sonra tanılanması veya bir kaza ile özel gereksinimli birey haline gelmesi gibi detaylar; bu bireylerin yakınları için sarsıcı bir süreç olabilmektedir. Ek olarak yaşadıkları bu zorlukların farkında olan özel gereksinimli bireyler de mevcuttur. Bu bireylere hizmet sunan uzmanlar ise süreçlere tanık olmakta, tanık olmasa da ilgili kişilerin aktarımları sonucunda yoldan bu bilgileri edinmektedirler. Yapılan araştırmalar göstermektedir ki; nsanlara yardım sunan sektör çalışanları bunlara tanıklık etmeleri sonucu çeşitli semptomlarla kendini belli eden bir zorlanma yaşayabilmektedirler. Yaşanan bu negatif durum "merhamet yorgunluğu" olarak adlandırılmıştır (Figley, 1995: 29).

Merhamet yorgunluğu kavramı son zamanlarda oldukça dikkat çeken ve araştırmalara konu olan bir kavramdır. Literatürde daha çok sağlık çalışanları üzerinde incelenmiş bir konudur (Dikmen ve Aydın, 2016: 13; Gök, 2015: 299; Şeremet ve Ekinci, 2021: 330). Bu araştırma özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde hizmet vermekte olan dil ve konuşma terapisti, ergoterapist, fizyoterapist, psikolog, psikolojik danışman, özel eğitim öğretmeni, çocuk gelişimci, uzman öğretici ve odyologlar gibi geniş bir örneklemde yapıldığı için literatürde bir ilki temsil etmektedir. Bu bağlamda önem teşkil etmektedir.

Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan uzmanların merhamet yorgunluklarını saptamak gerekmektedir. Merhamet yorgunluğu; uzmanların ruh sağlıklarını, çalışma performanslarını, kişilerarası ilişkilerini etkileyebilmektedir. Bu sebeple hizmet sundukları bireylerin de etkilenmeleri olasıdır. Bu bağlamda özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi çalışanlarında merhamet yorgunluğunu araştırmak gereklidir.

Ek olarak merhamet yorgunluğunun merhamet memnuniyeti (Şeremet ve Ekinci, 2021: 330), merhamet korkusu (Şeremet ve Ekinci, 2021: 330) ve merhamet düzeyi (Tanrıkulu ve Ceylan, 2021: 31) gibi kavramlarla ilişkisi incelenmiş olup herhangi bir çalışmada duyarlık ve psikolojik sağlamlığın aracılık ilişkisinin araştırıldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Mevcut çalışma bu yönüyle de literatürde bir ilki temsil edecektir.

Ayrıca bu araştırma özel gereksinimli bireylere ve ailelerine destek sunan uzmanların yaşadıkları zorluklarla ilgili farklı bir noktaya ışık tutacaktır. Bu araştırma sonucunda elde

edilen bulgular dahilinde araştırmacılara ve uzmanlara yönelik önleyici ve iyileştirici öneriler sunulacaktır. Bulguların ve önerilerin çeşitli farkındalıklar kazandıracağı, bu farkındalıklar öncülüğünde müdahale planlarının geliştirilebileceği öngörülmektedir.

1.4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

1. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde çalışan 303 uzman ile sınırlıdır.
2. Araştırmada katılımcıların empati ve sempati düzeyleri 'Adolesanlarda Empati Sempati Ölçeği', psikolojik sağlamlık düzeyleri 'Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği', duyarlık düzeyleri 'Duyarlık Ölçeği' ve merhamet yorgunluğu düzeyleri 'Çalışan Yaşam Kalitesi Ölçeği' sonucu elde edilen bulgularla sınırlıdır.

1.5. TANIMLAR

Empati: Genellikle bilişsel ve duygusal olmak üzere iki bileşenli olarak ele alınır. Duygusal empati, diğerlerinin duygularına duyarlı olma, onların duygusal deneyimlerini duruma uygun duygusal tepki ile fark etme ve bu duyguları deneyimlemedir. Bilişsel empati, diğerlerinin bakış açısını benimseme ve anlama olarak ifade edilebilir (Zengin, Yalnızoğlu-Çaka ve Çınar, 2018: 184).

Sempati: Diğerinin derdini çekmek, onunla acı çekmek, durumun farkında olmak ve onun duygularıyla ilgilenmektir (Zengin, Yalnızoğlu-Çaka ve Çınar, 2018: 184).

Duyarlık: Bir başkasının acısını fark edip onun bu zorlanmayı aşma sürecini kolaylaştırmayı istemektir (Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2005: 139).

Psikolojik Sağlamlık: Kişilerin yaşadığı zorluklar karşısında kendilerini hızlıca toparlama ve normal hayatlarına dönme becerileridir (Doğan, 2015: 93).

Merhamet Yorgunluğu: Zorlayıcı durumlara maruz kalan, zorlu hayat öyküsü olan kişilere yardım edenlerin yaşadığı negatif etkidir (Dikmen ve Aydın, 2016: 13).

Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi Çalışanları: Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde görev yapan özel eğitim öğretmeni, okul öncesi öğretmeni, sınıf öğretmeni, uzman öğretici, çocuk gelişimci, fizyoterapist, psikolojik danışman, psikolog, odyolog, ergoterapist, dil ve konuşma terapisti, sosyal hizmet uzmanı, işitme engelliler öğretmeni, zihin engelliler öğretmeni, görme engelliler öğretmeni, müzik öğretmeni, beden eğitimi öğretmeni gibi branşlara sahip uzmanlardır.

2. KURAMSAL ÇERÇEVE

Araştırmanın bu bölümünde özel eğitim kavramından ve araştırmanın değişkenleri olan merhamet yorgunluğu, empati, sempati, duyarlık ve psikolojik sağlamlık kavramlarına ilişkin bilgilere yer verilmektedir.

2.1. ÖZEL EĞİTİM

Araştırmanın bu bölümünde özel eğitim kavramından söz edilecektir. Bu kapsamda özel eğitimin ne olduğuna, amacına, ilkelerine ve önemine değinilecek, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde çalışanların branşları, görevleri ve bu görevlerin çeşitli zorlukları ele alınacaktır.

2.1.1. Özel Eğitim Nedir?

Bireyler gelişimsel özellikleri bakımından birbirinden farklılık gösterebilmektedir. Bu gelişimsel farklılıklar, eğitim sürecinde de çeşitli özel teknik ve uzmanlara olan ihtiyacı gün yüzüne getirmektedir. Bu çerçevede sunulan eğitim hizmetlerine "özel eğitim" denilmektedir (Mendi, 2023: 2). Özel eğitim kavramı farklı şekillerde tanımlanmaktadır. Yerlikaya (2019: 35)'ya göre "normal gelişim gösteren kişilerden önemli derecede farklı gelişim gösteren bireylere sunulan eğitim hizmetlerine özel eğitim hizmetleri" denilmektedir. Kavale (1990), özel eğitimi "eğitim alanının normal sistemde zorluk yaşayan öğrencilerle ilgilenen bölümü" olarak tanımlar. Özel eğitim, özel öğrenme ihtiyaçları olan bireylerin ihtiyaçları için özel olarak tasarlanmış bir dizi özel öğretim uygulamalarından oluşmaktadır (Cook ve Schrimer, 2003: 202). Talas (2020: 38) ise özel eğitimi "yaşıtlarından gelişimsel, bilişsel veya fiziksel olarak farklılık gösteren kişilerin, bu alanda uzmanlaşmış kişiler tarafından aldıkları eğitim" olarak tanımlamıştır.

Amerika Birleşik Devletleri (ABD)'nde Özel Gereksinimli Bireylerin Eğitimi Yasası olan IDEA (Individuals with Disabilities Education Improvement Act)'da (3 Aralık 2004 tarih ve 2647 sayılı yasa), özel gereksinim kategorisinde 12 gereksinim türü yer almaktadır. Bunlar:

1. Otizm
2. Sağırlık
3. İşitme Yetersizliği

4. Duygusal Bozukluk
5. Zihinsel ve Gelişimsel Gerilik
6. Çoklu Yetersizlik
7. Bedensel Yetersizlik
8. Süreğen/Kronik Hastalık (Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu da bu başlık altında yer almaktadır.)
9. Özel Öğrenme Güçlüğü
10. Dil ve Konuşma Yetersizlikleri
11. Travmatik Beyin Yaralanması
12. Körlüğü Kapsayan Görme Yetersizlikleri

Ülkemizde ise Milli Eğitim Bakanlığı (MEB) tarafından hazırlanan Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği'nde (7 Temmuz 2018 tarih ve 30471 sayılı yönetmelik) yetersizlik türleri 11 başlık altında toplanmaktadır.

1. Hafif Düzey Zihinsel Yetersizlik
2. Orta Düzey Zihinsel Yetersizlik
3. Ağır Düzey Zihinsel Yetersizlik
4. Çok Ağır Düzey Zihinsel Yetersizlik
5. Hafif Düzey Otizm
6. Orta Düzey Otizm
7. Ağır Düzey Otizm
8. Bedensel Yetersizlik
9. Görme Yetersizliği
10. İşitme Yetersiziği
11. Özel Yetenek

Bakıldığında iki kategorizasyonda da yer alan başlıkları kapsayan kişilerin, özel gereksinimin "akranlarından önemli derecede farklılık gösteren bireyler" (7 Temmuz 2018 tarih ve 30471 sayılı yönetmelik) tanımıyla örtüştüğü bilinmektedir. Özel eğitimdeki uygulamalar bireyin sahip olduğu özel gereksinim türüne, derecesine, yaşına ve kişilik özelliklerine göre değişkenlik göstermektedir (Yerlikaya, 2019: 36). Bununla birlikte en temelde özel eğitimde amaçlanan bazı durum ve olgular mevcuttur. Özel gereksinimli bireylerin eğitiminde en temel amaçlardan birisi onların bağımsız yaşamalarına destek olmak ve sorumluluk alma becerilerini geliştirmelerini sağlamaktır (Eldeniz Çetin, 2017: 310). Ek olarak seçim yapma becerisini geliştirmek (Eldeniz Çetin,

2017), toplumla kaynaşabilmesini sağlamak (Cavkaytar, 2018, Bölüm 1: 13), çevresiyle uyum içerisinde kalabilmelerine destek olmak, üst eğitim kademesine veya iş yaşamına hazır hale getirmek (Cavkaytar ve Diken, 2005, 18) gibi amaçlar ve bu amaçlar doğrultusunda uygulamalar barındırmaktadır.

2.1.2. Türkiye'de Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezleri ve İşleyişi

2007 yılında 5378 sayılı Engelliler Hakkında Kanun ile Milli Eğitim Bakanlığı (MEB)'nın belirlediği şartların sağlanması koşuluyla özel eğitim ve rehabilitasyon merkezleri yasal olarak faaliyete girmiştir (Orhan ve Genç, 2015: 125). Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği'nde belirtilen amaç, Türk Milli Eğitimi'nin genel amaç ve ilkeleri doğrultusunda; özel gereksinimli kişilerin eğitim ihtiyaçları, sahip oldukları yeterlilikler, yetenekler ve ilgileri esas alınarak onların kapasitelerini maksimum düzeyde kullanmaları, bir sonraki eğitim kademesine, mesleki yaşama ve sosyal hayata hazırlanmalarıdır. (7 Temmuz 2018 tarih ve 30471 sayılı yönetmelik) Bu amaç doğrultusunda çeşitli ilkeler de mevcuttur. Bu ilkeler; erken müdahale, bireyi sosyal ve fiziksel çevreden soyutlamayacak şekilde planlamalar yapılması, kaynaştırma eğitimine öncelik verilmesi, başka kurum ve kuruluşlarla ortaklaşa çalışılması, eğitim programlarının bireye özgü şekilde hazırlanması, aile katılımının göz önünde bulundurulması, sivil toplum kuruluşları ile iş birliği yapılmasıdır (7 Temmuz 2018 tarih ve 30471 sayılı yönetmelik).

Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde bireysel destekler ve grup dersleri verilmektedir. Bu derslere öğrencinin tanısı ve özel gereksinimine yönelik profesyonel hizmet sunabilecek profesyoneller girmektedir (Örneğin fiziksel yetersizliği olan bireylere fizyoterapist hizmet sunar). Ek olarak bu merkezlerde bireyin gelişim düzeyini, ihtiyaçlarını belirlemek ve ona en uygun eğitim programlarını hazırlamak amacıyla gelişimsel değerlendirmeler de yapılmaktadır. Ayrıca anne-babalar çocuklarının özel gereksinimleri hakkında daha fazla bilgi sahibi olsun, mevcut sorunlarla baş etme yollarını öğrensin, onların gelişimlerini doğru yöntemlerle destekleyebilsin diye aile eğitimi ve aile danışmanlığı hizmetleri de verilmektedir.

2.1.3. Özel Eğitim Çalışanları

Ülkemizdeki özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde farklı tanı gruplarına yönelik en nitelikli hizmetlerin sunulabilmesi adına geniş bir mesleki kadronun çalışabileceği ilgili yasanın 34. maddesinde (7 Temmuz 2018 tarih ve 30471 sayılı yönetmelik) ele

alınmıştır. Bu maddeye göre fizyoterapist, çocuk gelişimi ve eğitimcisi, özel eğitim öğretmeni, zihinsel engelliler öğretmeni, sınıf öğretmeni, odyolog, işitme engelliler öğretmeni, görme engelliler öğretmeni, psikolog ve/veya psikolojik danışmanlar özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde hizmet verebilmektedirler. Buna ek olarak zorunlu olmamak kaydıyla sosyal hizmet uzmanı, okul öncesi öğretmeni, branş öğretmenleri, dil ve konuşma terapisti, çocuk eğiticisi, diyetisyen, doktor, hemşire, usta öğreticiler de özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde hizmet verebilecek uzmanlardır.

Uzmanlar öğrencilerin ihtiyaçları doğrultusunda bireysel eğitim programları hazırlamaktadırlar. Bu program dahilinde, kendi uzmanlık alanlarında akademik, fiziksel, ruhsal destek sunmaktadırlar. Bireylerin tanıları ve etkilenim düzeyleri göz önünde bulundurulduğunda bazı çalışmalar somut çıktılarını kısa sürede gösterebilirken, bazı çalışmaların sonuç vermesi daha uzun zamana yayılabilmektedir. Ek olarak ailenin desteği, özel gereksinimli bireyin ek tanısının (örneğin epilepsi, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu) olup olmaması, bireyin doktor kontrollerinin düzeni gibi detaylar da bu süreci doğrudan etkilemektedir. Öte yandan aynı ailede birden fazla özel gereksinimli bireyin olması, doğum esnasında veya sonrasında yaşanan komplikasyonlardan kaynaklı bireyin sonradan özel gereksinimli hale gelmesi, tanıdan etkilenim boyutunun orta-ağır olması, bireyin özel gereksiniminden kaynaklı ebeveynleri tarafından reddedilmesi gibi durumlarla da karşılaşılabilmektedir.

Bu bağlamda bakıldığında, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde çalışan uzmanların derinlemesine öykü alması ve doğru alanlarda doğru destekleri sunabilmesi daha önemli bir hal almaktadır. Alınan öykülerin ise uzmanları etkileme ihtimali mevcuttur. Nitekim özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan uzmanların tükenmişlik düzeylerinin yüksek olduğunu vurgulayan çalışma sayısı oldukça fazladır. Stresin (Chen, 2020: 1325), tatminsizliğin (Korucu, 2005: 57), algılanan düşük yaşam kalitesinin (Hester, Bridges ve Rollins, 2020: 362) de ele alındığı çalışmalar mevcuttur. Genel çerçevede uzmanların ruh sağlıklarının korunması için zaman zaman ek müdahaleler gerekebileceği öngörülmektedir. Bu müdahalelerin yapılabilmesi adına öncelikli olarak ruhsal dengenin bozulmasına sebep olan unsurların detaylıca ele alınması önem arz etmektedir.

2.1.4. Özel Eğitim Çalışanları ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Demirkıran (2004: 1), özel gereksinimli bireylerle çalışan uzmanların iş tatminleri ve

örgütsel bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmaya özel eğitim okullarında çalışan 441 öğretmen katılmıştır. Bu araştırma sonucunda iş tatminlerinin örgütsel bağlılıkla anlamlı bir ilişkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ek olarak iş tatmininin cinsiyet, medeni hal, yaş, branş, kıdem, maaş, bu sektördeki isteklilik ile de bağlantılı olduğuna değinmektedir.

Korucu (2005: 57), özel eğitim sektöründe yaşanan zorlukları çeşitli perspektiflerden ele almıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme formatında 30 kurum sahibi, 366 yönetici, 36 öğretmen ve 36 aileye ulaşmıştır. Bu araştırma sonucunda kurumlar arası iletişim yetersizliği, yönetim ve çalışan arasındaki güven sorunları, ödeneklerin az bulunması, maaşların gecikmesi, maddi yetersizliklerden kaynaklı ortaya çıkan tatminsizlik ve tükenmişlik, yasal boşlukların kişilerin kendi inisiyatiflerine göre süreci şekillendirmesi, rehberlik sürecinde eksiklikler, özel eğitim uygulamalarının yetersizliği, aile katılımında eksiklikler, hizmet içi eğitim uygulamalarında yetersizlikler, alanda yetkin olmayan personeller, mali sebeplerden kaynaklı etik dışı davranışlar gibi çeşitli sorun başlıklarına değinmiştir. Altınkurt (2008: 98-100) da benzer konu başlığında bir çalışma yürütmüştür. Bu çalışmada ek olarak kurumların Rehberlik Araştırma Merkezi (RAM) ile olan iletişimlerindeki yetersizliğe, kurumların denetlenmesindeki eksikliklere, kurumlara uygulanan cezaların caydırıcı olmadığına değinmiştir. Kocaman (2015: 75-77) da sektördeki zorlukları yöneticilerin bakışıyla incelemeyi amaçlamıştır. 28 yönetici ile görüşerek yaptığı araştırma sonucunda uzman sayısı ve niteliğinin, bina kapasiteleri ve fiziksel olanaklarının, alana özgü materyallerin, kaynak kitap ve ödeneklerin yetersiz olduğu bilgilerini edinmiştir.

Oruç (2007: 75-77), özel eğitim sektöründe görev yapan eğitimcilerin tükenmişlik düzeylerini çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Bu araştırmaya 68 öğretmen katılmıştır. Bu araştırma sonucunda mesleğini isteyerek seçmeme, kendini bu mesleğe ait hissetmeme, yaş, görevlendirilen okulun türü ve görevde bulunma süresi gibi değişkenler ile tükenmişliğin ilişkili olduğuna ulaşmıştır. Öte yandan cinsiyet, medeni hal, branş ve iş arkadaşlarından görülen desteğe göre ise tükenmişlik düzeyinin anlamlı bir biçimde değişmediğini saptamıştır.

Yiğit (2007: 145-151), özel eğitim öğretmenlerinin iş doyumu, tükenmişlik ve ruh sağlıklarını çeşitli demografik değişkenler açısından ele almıştır. Bu araştırmaya 402 kişi katılım göstermiştir. Araştırma sonucunda özel eğitim öğretmenlerinin başta obsesif kompulsif bozukluk semptomları olmak üzere çeşitli ruh sağlığı sorunlarının

semptomlarına sahip olduğu, duygusal ve genel tükenmişlik düzeylerinin yüksek olduğu, orta düzeyde iş doyumu taşıdıkları, cinsiyete göre ruh sağlığının değişkenlik gösterdiği, gelir düzeyi arttıkça iş doyumunun arttığı ve tükenmişlik düzeyi arttıkça iş doyumunun azaldığı gibi sonuçlara ulaşmıştır. Yalçın (2011: 140-143) da özel eğitim sektöründe çalışan uzmanların tükenmişlik düzeyleri ve empatik eğilimlerini incelemiştir. Bu araştırma sonucunda empatik eğilim arttıkça tükenmişlik düzeyinin de attığını saptamıştır. Karakoç (2011) ise bu sektördeki yöneticilerin tükenmişlik düzeyleri ile algılanan rol çatışması arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda duygusal tükenmişlik ve duyarsızlaşmanın benzer miktarlarda arttığını, rol çatışmalarının duygusal tükenmişliği artırdığını saptamıştır.

Güngör (2008: 101), özel gereksinimli bireylerin ebeveynlerinin ruhsal ilişki ihtiyaçları ille durumluk sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırma sonucunda psikolojik ilişki ihtiyacının cinsiyete göre farklılaşmadığı, aylık gelir arttıkça psikolojik ilişki ihtiyacının arttığı, eğitim düzeyi arttıkça ilişki ihtiyacının azaldığı, erkeklerin kadınlara göre daha az durumluk sürekli kaygı yaşadığı, gelir ve eğitim düzeyi arttıkça durumluk sürekli kaygının azaldığı, durumluk sürekli kaygı ile ilişki ihtiyacı arasında pozitif bir ilişki olduğuna ulaşılmıştır.

Güney (2016: 8) de özel eğitim sektöründeki eğitimcilerin empatik çatışma eğilimleri ile tükenmişlik düzeylerini çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. 226 katılımcıyla yaptığı bu araştırma sonucunda kadın öğretmenlerin pasif çatışma stratejisini ve aktif önyargılı çatışma stratejisini erkek öğretmenlere göre daha fazla kullandığı bulgusuna erişmiştir. Ek olarak kadınların daha fazla tükenmişlik yaşadığını ve mesleki doyum ile duygusal tükenme arasında negatif bir ilişki olduğunu da saptamıştır.

Karahan (2008: 113-122), özel gereksinimli bireylerle çalışan eğitimcilerin tükenmişlik düzeyleri ile öz yeterlik algıları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 263 katılımcıya ulaşılan bu çalışma sonucunda eğitimcilerin cinsiyet, eğitim düzeyi, branş, mesleki kıdem, mesai saati ve kurum türüyle tükenmişlik düzeyleri arasında bir ilişki olduğuna değinilmiştir. Ek olarak tükenmişlik ile öz yeterlik arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna da ulaşılmıştır.

Aydemir (2013: 66) de özel eğitim sektöründeki eğitimcilerin tükenmişlik düzeyleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırmaya 292 eğitimci katılım göstermiştir. Araştırma sonuçlarına göre öğretmenlerin orta derecede tükenmişliğe ve

yaşam doyumuna sahip olduklarını saptamıştır. Ek olarak yaş arttıkça yaşam doyumunun azaldığı, tükenmişlik ile yaşam doyumu arasında negatif bir korelasyon olduğu sonuçlarına da ulaşılmıştır.

Karkaç (2013: 71-80) özel eğitim ve rehabilitasyon alanında görev yapan eğitimcilerin empatik eğilim düzeylerini çalışılan tanı gurubuna göre incelemiştir. Bu araştırmaya 664 eğitimci katılmıştır. Bu araştırmaya göre kadınların, mesleği kendi isteği doğrultusunda seçenlerin, okul öncesi mezunu olan eğitimcilerin, 1-6 öğrencilik sınıflarda hizmet sunan eğitimcilerde, işini severek yapanlarda ve diğer engel grubuna hizmet veren uzmanlarda empatik eğilimin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Gökmen (2014: 89) de bu sektördeki yöneticilerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile iş doyumları arasındaki ilişkiyi ele almıştır. 137 katılımcıya ulaştığı bu araştırma sonucunda cinsiyet, eğitim durumu ve terfi olanaklarına göre iş doyumunun farklılaştığı bilgisine ulaşılmıştır. Fakat iş doyumunun psikolojik dayanıklılık ile bir ilişkisi olmadığı da saptanmıştır.

Yazğan (2015: 56) yaptığı araştırmada özel eğitim sektöründe yöneticilik yapan bireylerin sorun çözme becerilerini incelemiştir. Bu araştırma sonucunda yöneticilerin yüksek problem çözme becerileri olduğunu saptamıştır. Meslekte geçirilen yıl arttıkça problem çözme becerilerinin de iyiye gittiği görülmektedir. Ek olarak özel eğitim alanını kendi isteğiyle seçen yöneticilerin problem çözme becerilerinin daha yüksek olduğu da saptanmıştır.

Bilgin (2018: 66), özel eğitim ve rehabilitasyon sektöründe görev yapan eğitimcilerin çalışma yaşam kalitesi, ruhsal iyi oluş ve örgütsel bağlılık düzeylerini incelemiştir. 411 katılımcıya erişilen bu çalışma sonucunda 10 yıldan daha fazla kıdeme sahip olanların yaşam kalitelerinin diğerlerine oranla daha yüksek olduğu, kurumda 3 yıldan daha fazla çalışan bireylerin örgütsel bağlılık düzeylerinin daha fazla olduğu, örgütsel bağlılık ile çalışma yaşamı kalitesi arasında pozitif bir korelasyon bulunduğu bilgilerine erişilmiştir.

Acar (2021: 84-87), özel eğitim öğretmenlerinin iş doyumları, mesleki tükenmişlikleri ve iş stres düzeylerini araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda iş tatmini ile mesleki tükenmişlik ve iş stresi arasında negatif, mesleki tükenmişlik ile iş stresi arasında pozitif korelasyon saptamıştır. Ek olarak dışsal tatminin en belirgin bileşenlerinden birisinin algılanan gelir düzeyi olduğu, çalışılan engel türüne göre algılanan iş yükünün de anlamlı bir şekilde değiştiği raporlanmıştır.

Kalıncı Dünya (2022: 81), özel gereksinimli bireylerle çalışan uzmanların psikolojik sağlamlıkları ile öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi ele almıştır. 250 katılımcının destek sunduğu araştırma sonuçlarına göre psikolojik sağlamlık düzeylerinin orta, öz yeterlik inançlarının yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. Öz yeterlik inancı ile psikolojik sağlamlık arasında da pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Karataş (2016: 61), özel eğitim okullarında görev yapan eğitimcilerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile başa çıkma stratejilerini incelemiştir. 213 katılımcıya ulaşılan bu araştırmaya göre psikolojik dayanıklılık ile başa çıkma stratejileri arasında anlamlı bir ilişki mevcuttur. Fakat cinsiyet açısından bakıldığında bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında bir farklılık saptanmamıştır.

Baykal (2019: 90-102), özel eğitim sektöründe hizmet sunan bireylerin branşlarına göre tükenmişlik ve empatik eğilimlerini demografik bilgiler çerçevesinde araştırmıştır. 200 katılımcıya erişilen bu araştırmada tükenmişlik ve duygusal tükenme ile empatik eğilim arasında negatif, engellerle mücadele ve empatik eğilim arasında pozitif (özel eğitim öğretmenlerinde negatif) ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca tükenmişlik ile davranışa başlama ve davranışı sürdürme arasında negatif korelasyon bulunmuştur.

Özdemir Göksu (2019: 34), rehabilitasyon sektöründe çalışan bireylerin tükenmişlik düzeylerini ve empatik eğilimlerini araştırmıştır. Araştırma sonucunda bu işi isteyerek seçen bireylerin duygusal tükenme düzeylerinin daha az olduğu, duygusal tükenme ile duyarsızlık ve kendini başarısız olarak atfetme arasında pozitif bir ilişki olduğu, empatik eğilimin kadınlarda daha fazla görüldüğü, tükenmişlik ile empati arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu bilgilerine ulaşılmıştır.

2.1.5. Özel Eğitim Çalışanları ile İlgili Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar

Foteini, Dimitiros, Harilaos, Victoria ve Vasiliki (2020: 100), Yunanistan'daki özel eğitim öğretmenlerinin profesyonel yaşam kalitesini araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda ikincil travmatik stres ile tükenmişlik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki, yaşları ve kıdemleri ile tükenmişlikleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Çalışmaya katılan bireylerin iş tatminlerinin yüksek, ikincil travmatik stres ve tükenmişlik düzeylerinin ise düşük olduğu da ifade edilmektedir.

Benzer örneklemdeki diğer çalışma Berg ve diğerleri (2020: 118) tarafından yapılmıştır. Araştırma bulguları diğerleri gibi tükenmişlik ile ikincil travmatik stres arasında pozitif korelasyon olduğuna işaret etmektedir. Aynı zamanda bu durumun iş tatminini negatif

yönde etkilediği tespit edilmektedir. Özel eğitim öğretmenlerinin yaşları ile hizmet yıllarının da tükenmişlik düzeyinin yükselmesine katkıda bulunduğu saptanmıştır.

Naig (2010: 116-119), erken çocukluk dönemindeki özel gereksinimli bireyler ile çalışan uzmanların mesleki tükenmişlik ve merhamet yorgunluğu düzeylerini araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda, evrak yükü fazla olan, çeşitli zorluklar çıkaran ailelerle çalışan öğretmenlerin daha stresli olduklarını saptamıştır. Buna ek olarak destekleyici bir sosyal çevrenin bu stresi ve yorgunluğu azaltmada etkisi olduğu tespit edilmiştir.

Park ve Shin (2010: 9-14), özel eğitim öğretmenlerinin tükenmişliklerini metaanaliz ile incelemişlerdir. Bu araştırma sonucunda tükenmişliğin duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı ile çokça ilişkili olduğunu saptamışlardır. Öz yeterlik algısının duygusal tükenme ve duyarsızlık ile negatif, kişisel başarı ile pozitif; stres faktörünün duygusal tükenme ve duyarsızlık ile pozitif, kişisel başarı ile negatif; sosyal destek sisteminin duygusal tükenme ve duyarsızlık ile negatif, kişisel başarı ile pozitif ilişkileri olduğu dile getirilmiştir.

Hester, Bridges ve Rollins (2020: 362), mesleğini bırakmış özel eğitim öğretmenleri ile karma yöntemde bir araştırma yürütmüştür. Bu araştırmanın katılımcıları işi bırakma sebebi olarak; yöneticilerden yeterince destek görmediklerini, bu mesleğin genel yaşam kalitesini olumsuz etkilediğini ve tükenmişlik gibi durumlara yol açtığını dile getirmişlerdir. Mun, Park ve Lee (2022: 237-240), erken çocukluk dönemiyle çalışan özel eğitim öğretmenlerinden oluşan bir örneklemde araştırma yürütmüşlerdir. Bu araştırma sonucunda öğretmenin yaşı arttıkça iş stresi ve tükenmişlik düzeylerinin de arttığını saptamışlardır. Aynı zamanda tükenmişliği artıran bir diğer unsurun da meslekte bulunma yılları yani deneyimleri olduğunu ortaya koymuşlardır.

Suvorov, Belova ve Suvorova (2021: 71), gelişim geriliğine sahip bireylerle çalışan öğretmenlerle kitle eğitim kurumlarında çalışan öğretmenler hakkında bir çalışma yapmıştır. Bu çalışma sonunda özel gereksinimli bireylerle çalışan öğretmenlerin stres ve tükenme aşamalarının diğer örnekleme göre daha erken ve sık gözlemlendiğini tespit etmiştir. Ek olarak özel gereksinimli bireylerle çalışan uzmanların psikolojik bozukluklara yakalanma risklerinin bulunduğunu dile getirmiştir.

Chen (2020: 1325), özel eğitim çalışanlarının psikolojik sermayelerini ve iş tükenmişliklerini analiz etmiştir. Bu analizler sonucunda özel eğitimde çalışan bireylerin iş streslerinin yüksek, psikolojik sermayelerinin düşük olduğunu saptamıştır. Bu durumun

da yüksek bir iş tükenmişliği ile sonuçlandığını dile getirmiştir.

Sun, Wang, Wang, Du ve Zhang (2019: 1805), özel eğitim öğretmenlerinde farkındalık ve tükenmişlik ilişkisini araştırmışlardır. Bu araştırma sonucunda Tükenmişliğin farkındalık ve algılanan sosyal destek ile negatif bir ilişkisi olduğu; bu ilişkide algılanan sosyal destek sisteminin kısmi aracı rol oynadığı saptanmıştır. Bu araştırma sonrasında tükenmişliği önlemek adına algılanan sosyal desteğin ve farkındalığın artırılması önerilmiştir.

Fu, Tang, Xue, Li ve Shan (2021: 277), özel eğitim öğretmenlerinin öz yeterlik, iş stresi ve tükenmişlikleri üzerine bir araştırma yapmıştır. Bu araştırmada duygusal tükenme ve duyarsızlaşma düzeyleri orta olarak saptanmıştır. Ek olarak kişisel başarı düzeylerinin düşük olduğu, genel öğretim etkinliği ile tükenmişlik arasında benlik saygısının kısmi aracılık üstlendiği de aktarılmıştır.

Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan uzmanlara ilişkin yapılan literatür araştırmasında da görüldüğü üzere sektör birçok zorluğu beraberinde getirmektedir. Bu zorluklardan bazıları hizmet sunan uzmanların kişilik özelliklerinden, bazıları çevresel faktörlerden, bazıları yasal süreçlerden kaynaklanıyor olsa da zorlukları göz ardı etmek mümkün değildir. Özel eğitim çalışanları genelde uzun saatlerce, ağır yük altında ve strese maruz kalarak çalışmaktadırlar (Chen, 2020: 1325). Nitekim özel gereksinimli bireylerle ve aileleriyle, olabilecek en üst düzeydeki verimlilikte çalışabilmek için hizmet sunan uzmanların çeşitli alanlarda desteklenmesi önem teşkil etmektedir. Onların ruh sağlıklarına yönelik yapılacak çalışmaların, hem günlük hem mesleki yaşamlarında başarıyı beraberinde getireceği öngörülmektedir. Bu desteklerin sunulabilmesi adına öncelikli olarak yaygın sebeplerin belirlenmesi oluşturulacak müdahale programları için de bir çerçeve çizecektir. Literatürde, bu alanda hizmet sunan uzmanlara yönelik yapılan araştırmalardaki "tükenmişlik" olgusu göze çarpmaktadır. Ek olarak mesleki tatminsizlik, kaygı, depresyon gibi çalışma değişkenleri de azımsanamayacak kadar fazladır. Bu kavramlar ve araştırmalar; zorlu yaşam öykülerine tanık olan, sağlıklı doğup sonradan özel gereksinimli hale gelen, orta ve ağır özel gereksinim gruplarına hizmet sunan, onların örselenmiş ebeveynleri ile iletişim ve işbirliği halinde olmak için çabalayan uzmanlarda merhamet yorgunluğu kavramının önemli olduğunu göstermektedir. Bu kavramı ve bununla ilişkili olabilecek kavramları araştırmak önemli ve faydalı olacaktır.

2.2. MERHAMET YORGUNLUĞU

İngilizcede "Compassion Fatigue" olarak ifade edilen kavram Türkçeye farklı şekillerde çevrilmiştir. Çeviriler arasında merhamet yorgunluğu (Şirin ve Yurttaş, 2015: 123), şefkat yorgunluğu (Uslu ve Buldukoğlu, 2017: 421) ve eşduyum yorgunluğu (Yeşil vd., 2010: 111) bulunmaktadır. "Merhamet yorgunluğu" çevirisinin güncel literatürde daha fazla yer alıyor olması sebebiyle bu çalışmada bu ifade tercih edilmektedir. Literatürde benzer detaylara değinilse de merhamet yorgunluğunun çeşitli tanımları yer almaktadır.

McHolm'e göre (2006: 12) merhamet yorgunluğu; zorlu yaşam öyküsü olan bireylerle çalışan kişilerde, bu bireylerle empati yapma ve onlara bakım sunma arzusu, becerisi ve enerjisinde önemli ölçüde azalmaya sebep olan, kişiyi kuşatan fiziksel, duygusal, sosyal ve psikolojik yıpranmadır. Merhamet yorgunluğu yaşayan kişi, kendi hayatına karşı da yorgun, çaresiz, umutsuz ve bunalmış hale gelebilir. Bir diğer tanıma göre bakım veren kişilerin sarf ettikleri enerji ve gösterdikleri fazla şefkat onların baş etme kapasitelerini aştığında, yaşadıkları yorgunluk merhamet yorgunluğudur (Coetzee ve Klopper, 2010: 235). Ek olarak merhamet yorgunluğu, bakım verme sonucundaki bir bedeldir ve kişide gerginlik yaratır (Thomas ve Wilson, 2004: 81). Figley'e göre (2002: 12) merhamet yorgunluğu zamanla kişide diğerlerinin acısına karşı olan duyarlılığın düşmesine sebep olabilir.

Merhamet yorgunluğu kavramına literatürde ilk değinen Joinson (1992) olmuştur (akt. Pehlivan ve Güner, 2018: 130). Acil servis çalışanlarıyla yaptığı çalışmada bakım veren olarak nitelenebilecek meslek gruplarının (terapistler, danışmanlar, sosyal hizmet uzmanları, sağlık çalışanları gibi) yardım ettikleri kişilerin acılarına sürekli olarak maruz kalmalarının çeşitli olumsuz durumlara sebep olduğuna işaret etmektedir. Bu olumsuzluklar kaygı, uykusuzluk, öfke, çaresizlik gibi duyguları da içermektedir. Bu durum günlük yaşamı ve iş hayatını da etkileyebilmektedir. Tüm bu yaşantı ve semptomlar "merhamet yorgunluğu" olarak adlandırılmaktadır. Başkalarına yardımcı olmanın verdiği tatminin yanında "daha fazlası için çabalayabilirim" düşüncelerinin merhamet yorgunluğuna sebep olabileceğine değinmektedir. Joinson, bu araştırmada merhamet yorgunluğunu tükenmişliğin bir parçası olarak ele almış ve ikincil travmatik stres ile ilişkilendirmiştir (akt. Pehlivan ve Güner, 2018: 130).

Ardından Figley (1995: 29) travma sonrası stres bozukluğu yaşayan bireylerle çalışma yürüten meslek elemanlarının yaşadıkları çeşitli zorluklara değinmiştir. Bu bireylerle

çalışmanın onların yaşadıkları strese karşılık olarak öfke ve çaresizlik gibi çeşitli duygular hissettiklerini dile getirmiştir. Bu durumu da "merhamet yorgunluğu" olarak adlandırmıştır. Figley'e göre (1995: 36), kişinin önemsediği birinin yaşadığı zorlayıcı yaşam olaylarını bilmekten kaynaklanan doğal davranış ve duygudur.

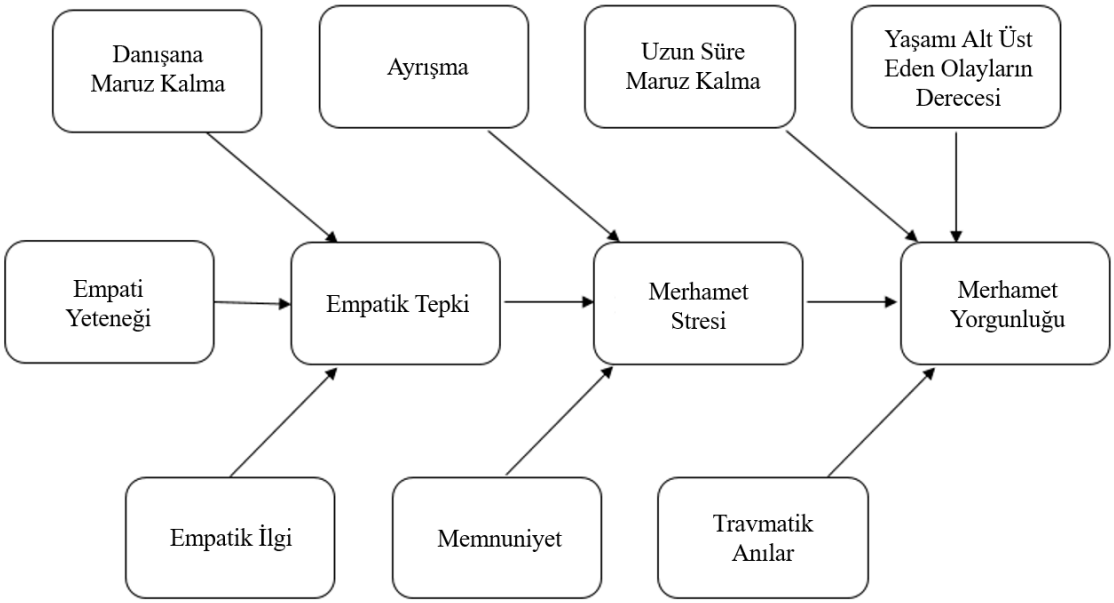
McHolm (2006: 12), hizmet sunulan bireylerin iyiye gidişlerini ve olumlu gidişatlarını deneyimleyemeden, acılarına uzun süre eşlik etmek, onlar için çokça enerji ve şefkat vermekten dolayı hissedilen yorgunluğu merhamet yorgunluğu olarak nitelemektedir. Harcanan bu enerji ve fazlaca şefkat baş etme sınırlarını aştığında merhamet yorgunluğu meydana gelmektedir (Coetzee ve Klopper, 2010: 235).

Bu çerçevede bakıldığında yaşamında acı verici deneyimleri olan kişiler ile çalışan uzmanların daha iyi, daha sağlıklı, daha az acı verici koşullar için sarf ettikleri çaba sonucunda yeterli karşılık elde edememeleri ile ulaştıkları yorgunluk, merhamet yorgunluğu olarak değerlendirilebilir. Bireylerin süreçteki baş etme sınırlarına ulaşmaları, merhamet yorgunluğu ile sonuçlanabilmektedir. Merhamet yorgunluğu, bazı faktörlere göre uçlarda tepkiler ile kendini gösterebilir. Örneğin bazı bireyleri daha uyarılmış bir hale getirebilirken bazı bireyleri daha duyarsız kılabilmektedir. Ek olarak uyku düzeninde bozulma gibi bedensel, kişilerarası ilişkileri olumsuz etkileme gibi sosyal negatif yansımaları da olabilmektedir.

2.2.1. Merhamet Yorgunluğu Modeli

Figley, (1995: 5), merhamet yorgunluğunun gelişimini açıklamak adına bir model tasarlamıştır. Tasarladığı bu modeli 2002 yılında revize etmiştir. Bu modelleme (Şekil 2) merhamet yorgunluğunun anlaşılması ve bu kavram üzerindeki çalışmaların geliştirilmesi adına araştırmacılar için kolaylaştırıcı bir niteliktedir.

Merhamet yorgunluğu modeline bakıldığında empatiden yola çıkılarak ilerletilmiş bir süreç söz konusudur. Empati yeteneğinin süreç içerisinde farklı faktörlerle birleşmesi ile merhamet yorgunluğuna ulaşılmaktadır. Basit bir ifadeyle, empati yeteneğinin zorlayıcı yaşam olaylarına maruz kalmış bireylerle çalışan uzmanlarda süreç içerisindeki değişimi merhamet yorgunluğu olarak görülmektedir. Bu modelde bir sıralama mevcuttur. Öncelikle bireyin danışana maruz kalması gerekmektedir. Burada kast edilen, danışanın hissettiği acının duygusal yükünü doğrudan deneyimlemektir. Ardından ona bir empatik ilgi yöneltmelidir. Bu ilgi, uzmanı empati yeteneğini sergilemeye yönlendirmektedir.



Şekil 2: Merhamet Stresi ve Yorgunluğu Modeli (Figley, 2002b: 1437).

Empatik tepki ile kast edilen, danışanın çektiği acıyı azaltma çabasıdır. Bu çaba, empati yeteneğinin bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. Empatik tepkinin sonucu ise merhamet stresidir. Empatik tepkiden arta kalan duygusal enerji kalıntısı merhamet stresine yol açmaktadır. Bu stres, acıyı hafifletme arzusunu da devam ettirebilir. Uzman, eğer stresini kontrol altına almanın bir yoluna ulaşamazsa merhamet yorgunluğu yaşayabilir.

Onu merhamet yorgunluğuna götüren bazı risk faktörleri mevcuttur. Travmatik anılar dinlemek, buna uzunca süre maruz kalmak, kendi yaşamında söz konusu olan beklenmedik durumlar bu risk faktörlerinden bazılarıdır. Öte yandan uzmanların kendilerini korumalarını sağlayacak bazı faktörler de söz konusudur. Modelde ayrışma ve memnuniyet olgularına değinilmiştir. Ayrışma, karşıdaki kişi ile bütünleşmeden, sanki o hayatı kendisi yaşıyormuş gibi hissetmeden süreci yürütmektir. Memnuniyet ise yapılan işten ve elde edilen sonuçlardan alınan tatmindir (Figley, 2002b: 1437-1438).

2.2.2. Merhamet Yorgunluğu ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Koca (2018: 58-62), hemşirelerin merhamet yorgunluğunu etkileyen faktörleri incelemiştir. Bu araştırma ile yaş ve çalışılan birimde geçirilen süre arttıkça merhamet yorgunluğu ve tükenmişliğin arttığı; kuvvetli sosyal ilişkilere ve mesleği isteyerek seçmeye göre de merhamet yorgunluğunun azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Ek olarak kanser hastalarıyla çalışan onkoloji birimi hemşirelerinin merhamet yorgunluğu düzeylerinin diğer birimlerdeki hemşirelerden daha yüksekte olduğu bilgisi de raporlanmıştır.

Örnek (2023: 51), ebelerin ruhsal dayanma gücünün merhamet yorgunluğu ve merhamet memnuniyeti ile ilişkisini incelemiştir. 254 katılımcıya ulaşılan bu araştırmada kendi isteğiyle bu mesleği seçen bireylerin psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek, tükenmişlik ve merhamet yorgunluklarının daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Tüm araştırma kapsamında psikolojik iyi oluşun artmasının tükenmişliği ve merhamet yorgunluğunu azalttığı bilgisi elde edilmiştir.

Sönmez (2023: 38), perinatal kayıp yaşayan kadınlara hizmet sunan ebelerin merhamet yorgunluğu düzeylerini araştırmıştır. Bu araştırma 23 katılımcı ile yarı yapılandırılmış görüşme formatında yürütülmüştür. Araştırma sonucunda ebelerin kayıp yaşayan kadınların geçirdikleri bu süreçten etkilendikleri, onlarla empati yaptıkları ve bunun sonucunda merhamet yorgunluğu yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Teke (2022: 59), ebelerin iş ve yaşam doyumları ile merhamet yorgunlukları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda ebelerin yüksek düzeyde merhamet yorgunluğuna sahip olduklarını, bu yorgunluğun iş ve yaşam doyumunu olumsuz etkilediğini saptamıştır. Ek olarak medeni hal ve ekonomik durumun yaşam doyumu ile ilişkili olduğu; eğitim durumu, meslekte çalışma yılı ve çalışma şeklinin iş doyumunu etkilediği de bulgular arasındadır.

Mollamehmetoğlu (2022: 40-43), ebelerin merhamet düzeyleri ve merhamet yorgunluklarının tükenmişlik düzeylerine olan etkisini ele almıştır. Yaptığı çalışmada 141 ebeye ulaşmıştır. Bu araştırma sonucunda merhamet yorgunluğu ile tükenmişlik arasında bir ilişki olduğu bulgusunu elde etmiştir. Ayrıca lise mezunu, bekar, tek çocuk ebeveyni, mesleği istemeden seçen, 16-20 yıllık deneyimi olan, vardiyalı çalışan ebelerin merhamet yorgunluğunun daha fazla olduğuna da değinmiştir.

Kırmızı (2022: 48), COVID-19 servisinde hizmet sunan 18 hemşire ile merhamet yorgunluğu üzerine bir çalışma yapmıştır. Bu çalışma sonucunda salgından kaynaklı hemşirelerin merhamet yorgunluklarının artış eğilimi gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Merhamet yorgunluklarını tetikleyen sebepler olarak ise yapılan empati, çok acı çeken hastaların bulunması, bakıma muhtaç bireylere hizmet sunulması, beklenmedik yaştaki bireylerin ölümü, çokça ölüme tanık olma, belirsizlik, hastaların negatif ruh halleri, ölüm korkusu gibi değişkenleri saptamıştır.

Uluçay (2023: 29) de COVID-19 pandemisinde hizmet sunan hemşirelerin merhamet yorgunluğunu araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda hemşirelerin tükenmişlik

düzeylerinin artmasının merhamet yorgunluğunu da artırdığını ifade etmiştir. Çalışanların çalışma ortamlarının düzenlenmesi, ruhsal destek sağlanması ve mevcut ruh sağlığını koruma çalışmaları yapılması sunulan öneriler arasındadır.

Kişmir (2019: 139), sağlık çalışanlarının merhamet yorgunluklarının motivasyon ve iş doyumu ile olan ilişkisini araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda ekonomik gelir düzeyinin merhamet yorgunluğunu yüksek düzeyde etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca iş yoğunluğu, adaletsiz terfi sistemi, yoğun mesai saatleri gibi etmenlerin de sağlık çalışanlarının iş doyumunu olumsuz etkileyen detaylar olduğu vurgulanmaktadır.

Farhad (2023: 38), hemşirelerdeki merhamet yorgunluğu düzeyinin bakım davranışlarına olan etkisini araştırmıştır. Bu araştırma doğrultusunda merhamet yorgunluğu arttıkça bakım davranışlarının azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Hemşirelerin merhamet yorgunluklarının da bakım davranışlarının da orta düzeyde olduğunu raporlamıştır. Araştırma sonucunda bunun tetikleyicisi olabileceğini öngördüğü çalışma koşullarının iyileştirilmesine yönelik önerilerde bulunmuştur.

Uzuner (2023: 33) de adli psikiyatri alanında hizmet sunan hemşirelere yönelik bir araştırma yürütmüştür. Bu araştırma sonucunda orta düzeyde merhamet yorgunluğu olduğunu ve genç ve evli hemşirelerin merhamet yorgunluğu açısından risk grubunda bulunduklarını ifade etmiştir. Ayrıca daha genç, sosyal ve hasta sayısı nispeten az olan uzmanların daha olumlu tutum sergiledikleri de raporlanmıştır.

Çetinkaya (2023: 48), acil serviste hizmet sunan hemşirelerin merhamet yorgunlukları ve tükenmişlik düzeylerini incelemiştir. Bu araştırma sonucunda hemşirelerin orta düzeyde merhamet yorgunluğu, yüksek düzeyde tükenmişlik yaşadığı bilgisini elde etmiştir. Aynı zamanda merhamet yorgunluğu ile tükenmişlik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu saptamıştır.

Demirci (2023: 49), yoğun bakım hemşirelerinin empati ve tükenmişlik düzeylerinin merhamet yorgunluğu ile olan ilişkisini araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda empatik eğilim ile merhamet yorgunluğu arasında negatif bir ilişki olduğunu raporlamıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda bireylerde empatik eğilim ve merhametin gelişimi yönünde çalışmalar yapılması, merhamet yorgunluğu ve tükenmişlik kavramlarının daha iyi tanınmasını sağlamak, baş etme becerilerini desteklemek gibi öneriler sunulmuştur.

Gordi (2023: 41), çocuk kliniklerinde hizmet sunan hemşirelerin empatik eğilim ve duyarlı sevgi açısından merhamet yorgunluklarını incelemiştir. Bu inceleme sonucunda

hemşirelerin orta düzeyde merhamet yorgunluğu taşıdıklarını raporlamıştır. Ayrıca bu yorgunluğun sebeplerinden bazılarının eğitim durumu, klinikten memnuniyet düzeyi ve empatik eğilim olduğunu dile getirmiştir.

Polat (2023: 111-129), hemşirelerin mesleki bağlılıkları ile merhamet yorgunlukları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda bu iki değişken arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca merhamet yorgunluğu arttıkça çaba gösterme, meslek üyeliğini sürdürme gibi alanlarda azalmalar gözlenmiştir. Kadınların erkeklere oranla daha yüksek merhamet yorgunluğu gösterdikleri de bulgular arasındadır.

Dikyol (2022: 42), hemşirelerin yaşam doyumları ile merhamet yorgunluğu düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırmada elde ettiği bulgular merhamet yorgunluğu arttıkça yaşam doyumunun azaldığına işaret etmektedir. Fakat cinsiyet, medeni hal, mesleki deneyim, evcil hayvan sahibi olma gibi durumların merhamet yorgunluğu ile anlamlı bir ilişkisi olmadığı raporlanmıştır.

Altay (2022: 37), hemşirelerin tıbbi hataya eğilim düzeyleri ile merhamet yorgunlukları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırma, merhamet yorgunluğu arttıkça tıbbi hata eğiliminin de arttığını göstermektedir. Bu bulgular ışığında hastaların bakım sürecinin güvenli bir şekilde ilerlemesi ve hataların azaltılması adına merhamet yorgunluğu düzeylerinin izlenmesinin kritik olduğu vurgulanmıştır.

Cavcav (2022: 29-31), ruh sağlığı alanında hizmet veren sağlık çalışanlarının merhamet yorgunluklarını çeşitli değişkenler açısından ele almıştır. Bu araştırma ile örgütsel stres arttıkça merhamet yorgunluğunun da arttığı, sosyal destek arttıkça merhamet yorgunluğunun azaldığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Ayrıca yaş, cinsiyet, medeni hal, çocuk sahibi olma, eğitim durumu gibi değişkenlerin merhamet yorgunluğunu etkilemediği raporlanmıştır.

Özdemir (2022: 50), etik duyarlılık ile merhamet yorgunluğu arasındaki ilişkiyi pediatri hemşirelerinden oluşan bir örneklemde incelemiştir. Bu araştırma ile yaş, meslekte bulunulan yıl ve çalışılan kurum ile merhamet yorgunluğu arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca etik duyarlılığın artması farkındalığı artırmakta ve bu durum da merhamet yorgunluğu düzeyinin yükselmesine sebep olmaktadır.

Manay (2022: 31), hemşirelerin merhamet yorgunlukları ve empati düzeylerini araştırmıştır. Bu araştırma ile hemşirelerin empati düzeylerinin ortalamadan yüksek,

merhamet yorgunluğu düzeylerinin ortalamadan düşük olduğunu saptamıştır. Ek olarak psikiyatri hemşirelerinin diğerlerine oranla daha yüksek empati düzeyleri; yoğun bakım hemşirelerinin diğerlerine oranla daha yüksek merhamet yorgunluğu düzeyleri olduğunu da raporlamıştır.

Zeren (2022: 62), hemşirelerin işten ayrılma niyetleri ile merhamet yorgunlukları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya devlet hastanesinde çalışan 225 hemşire katılmıştır. Bu araştırma ile işten ayrılma niyetinin merhamet yorgunluğu, mesleki tükenmişlik ve ikincil travmatik stres ile ilişkili olduğunu saptamıştır.

Kırçı (2021: 48-50), klinikte karar alma becerisi ile merhamet yorgunluğunun arasındaki ilişkiyi pediatri hemşirelerinden oluşan bir örneklemde incelemiştir. Araştırma sonucunda merhamet yorgunluğu arttıkça klinik karar verme becerisinin azaldığı bilgisine ulaşmıştır. Merhamet yorgunluğunu azaltmak, klinik karar verme becerisini artırmak ve hemşireleri güçlendirmeye yönelik programlar uygulamak önerilmiştir.

Bölükbaşı (2021: 79), hemşirelerde mesleki memnuniyet, iş tükenmişliği ve merhamet yorgunluğunun iş doyumuna etkisini araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda tükenmişlik ile merhamet yorgunluğu arasında pozitif bir korelasyon olduğu bilgisini elde etmiştir. Ayrıca hemşirelerin mesleki memnuniyetlerinin düşük; tükenmişlik, merhamet yorgunluğu ve iş doyumlarının orta düzeyde olduğunu raporlamıştır.

Kaya (2021: 61), psikiyatri hemşirelerindeki etik duyarlılık ile merhamet yorgunluğu ve tükenmişlik arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda etik duyarlılık arttıkça merhamet yorgunluklarının ve tükenmişlik düzeylerinin de arttığı bilgisini elde etmiştir. Ayrıca çalışılan pozisyon, çalışma şekli, meslekten memnun olma gibi etkenlerin de merhamet yorgunluğu ile ilişkili olduğu saptanmıştır.

Cihan (2020: 75), psikiyatri hemşirelerinin kişilikleri, merhamet yorgunlukları ve empati becerileri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırma ile hemşirelerin merhamet yorgunluğuna sahip olduğunu, bu yorgunluğu kişiliğin ve empati becerilerinin etkilediğini saptamıştır. Ayrıca empatik eğilim arttıkça merhamet yorgunluğunun da arttığını raporlamıştır.

Salur (2019: 54), doktor ve hemşirelerin merhamet yorgunlukları ile psikolojik sermayeleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırma ile psikolojik dayanıklılık arttıkça merhamet yorgunluğunun azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca doktorlarda hemşirelere oranla merhamet yorgunluğunun daha yüksek olduğu, psikolojik sermayenin

ise daha düşük olduğu saptanmıştır.

Adanır (2019: 74), onkoloji ve palyatif bakım hemşirelerinin stresle başa çıkma biçimlerini ve merhamet yorgunluğu düzeylerini araştırmıştır. Bu araştırma ile çaresiz ve boyun eğen davranış sergileyen hemşirelerin merhamet yorgunluğunun daha yüksek, özgüven sahibi ve iyimser hemşirelerin merhamet yorgunluğunun daha düşük olduğunu saptamıştır. Ayrıca palyatif bakıma ihtiyaç duyan hasta ile ilgilenmekten hoşlanmayan, vakalardan etkilenen, ölüm sürecini yönetmekte zorlanan, kanser hastalarının bakımlarına yönelik yeterli eğitimi almayan hemşirelerin merhamet yorgunluklarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Topçu (2020: 75), merhamet yorgunluğu ve tükenmişlik arasındaki ilişkiyi empatinin aracı rolü açısından hemşirelerden oluşan bir örneklemde incelemiştir. Bu araştırma ile merhamet yorgunluğu, tükenmişlik ve empati arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Merhamet yorgunluğunun tükenmişlik üzerine olan etkisinde empatinin aracı rolü bulunmuştur.

Urnek (2021: 67), duygusal emek ve merhamet yorgunluğu arasındaki ilişkiyi hemşire örnekleminde araştırmıştır. Bu araştırmadan elde edilen bulgular ışığında duygusal emek arttıkça merhamet yorgunluğunun da arttığı ifade edilebilir. Fakat yaş, cinsiyet, medeni hal, sahip olunan çocuk sayısı, eğitim durumu, meslekte bulunulan yıl, çalışılan kurum ve statü ile merhamet yorgunluğu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Akbaş (2023: 83) sosyal hizmet uzmanlarında merhamet yorgunluğunu araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda empati, travmatik deneyimleri dinleme gibi detayların sosyal hizmet uzmanlarında merhamet yorgunluğuna sebep olabileceğini ifade etmiştir. Bu bulgular ışığında uzmanları koruyacak ve bilinçlendirecek çalışmaların artırılması önerilmektedir.

2.2.3. Merhamet Yorgunluğuyla İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Han, Sohn ve Yang (2022: 17), merhamet memnuniyeti ve merhamet yorgunluğu modelini temel alarak erken çocukluk özel eğitim öğretmenlerinin tükenmişliklerini inceleyip, model uyumunu test etmişlerdir. Bu araştırma sonucunda örgüt kültürü, iletişimde zorluk ve esneklik doğrudan ve dolaylı etkilerle merhamet yorgunluğunu, merhamet memnuniyetini ve tükenmişliği etkilemektedir.

Lluch, Galiana, Domenech ve Sanso (2022: 364), pandeminin ilk yıllarında sağlık personelinde tükenmişlik, merhamet yorgunluğu ve merhamet memnuniyetini araştırmıştır. Bu araştırmayı literatür taraması formatında yapmışlardır. Bu taramaya göre

Covid-19 ile beraber tükenmişlik, duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve merhamet yorgunluğu düzeylerinde artış olduğu saptanmıştır. Ek olarak; bireysel başarılarda azalma ve merhamet memnuniyeti oranlarında düşüş olduğu dile getirilmiştir. Risk faktörleri olarak kadın olmanın, doğrudan covid vakalarıyla temasta olmanın, kaygı ve depresyon seviyelerinin yüksek olmasının olabileceğini listelemişlerdir. Koruyucu faktörler olarak ise psikolojik sağlamlık ve sosyal destek sistemine vurgu yapılmıştır.

Ondrejková ve Halamová (2022: 1680), merhamet yorgunluğuna daha kapsamlı bir örneklemde bakmak istemişlerdir. Bu çerçevede örneklemi hemşire, doktor, sağlık görevlisi, ev hemşiresi, öğretmen, psikolog, psikoterapist, antrenör, sosyal hizmet uzmanı, rahip ve polis memurları olarak belirlemişlerdir. Bu araştırma ile çeşitli branşlar arasında merhamet yorgunluğu düzeyinin anlamlı bir biçimde farklılaştığını, merhamet yorgunluğunun öz-şefkat düzeyi yüksek olanlarda daha düşük olduğunu, öz-eleştirinin ise merhamet yorgunluğunu artırdığını saptamışlardır. Çeşitli demografik değişkenlerin de yer aldığı bu araştırma sonucunda yardım çalışanlarının çalışma süreleri ve iş yüklerinin düzenlenmesini ve daha sağlıklı içsel konuşmalar gerçekleştirmeleri için destek sunulmasını önermişlerdir.

Ormiston, Nygaard ve Apgar (2022: 802), öğretmenlerde ikincil travmatik stres ile merhamet yorgunluğunu araştırmışlardır. Bu araştırma sonucunda özellikle özel eğitim öğretmenlerinin, düşük sosyoekonomik gelire sahip öğrencilerle çalışan öğretmenlerin, travma yaşayan öğrencilerle çalışan öğretmenlerin merhamet yorgunluğu açısından risk altında olduklarını saptamıştır. Yaşanan zorlayıcı olayların bilgilerini edinmenin ikincil travmatik strese ve merhamet yorgunluğuna sebep olabileceği aktarılmıştır.

Shi ve diğerleri (2022: 840), onkoloji hemşirelerinde empati ile merhamet yorgunluğu arasındaki ilişkide aracı olarak keder kavramını araştırmışlardır. Bu araştırma sonucunda empati düzeyinin yükselmesinin hasta ile olan bağı güçlendirdiğini, bunun da merhamet yorgunluğu geliştiğini saptamışlardır. Araştırma ile kederin de bu ilişkide aracı bir rol üstlendiğini doğrulamışlardır.

Yu ve diğerleri (2022: 6071), merhamet yorgunluğunu öğretmen tükenmişliğinin özel bir şekli olarak tanımlamışlardır. Özellikle ilk ve ortaokul öğretmenlerinin merhamet yorgunluğu açısından acil desteklenmeleri gerektiğini dile getirmektedirler. Ayrıca merhamet yorgunluğunun gelişiminde bireysel farklılıkların göz ardı edilmemesi gerektiği de vurgulanmıştır.

Fute, Sun ve Oubibi (2022: 2561), pandemi sürecinde öğretmenlerin iş katılımlarını ve merhamet yorgunluğunu araştırmışlardır. Bu araştırma sonucunda öğretmenlerin iş katılımı ile merhamet yorgunlukları arasında negatif korelasyon olduğu saptanmıştır. Fakat ikincil travmatik stres ile pozitif bir ilişki saptanmıştır.

Amarneh ve Al-Dweieb (2022: 1123), yoğun bakım ünitelerinde çalışan hemşirelerin merhamet yorgunluğu, merhamet memnuniyetleri ve sağlamlık arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırma sonucunda orta düzeyde merhamet yorgunluğu, düşük düzeyde ise dayanıklık, kendine güven ve esneklik saptanmıştır. Gelir düzeyi ile merhamet yorgunluğu ve tükenmişlik arasında da bir ilişki olduğu raporlanmıştır.

Cao ve Chen (2021: 1054), hemodiyaliz hemşirelerinde sağlamlık, empati, merhamet yorgunluğu, iş katılımı ve işten ayrılma niyeti arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırma sonucunda merhamet yorgunluğunun işten ayrılma niyeti ile pozitif bir ilişki bulunmuştur. Fakat sağlamlık ve iş katılımı ile negatif ilişkisi olduğu sonucu raporlanmıştır.

Pérez-Chacón, Chacón, Borda-Mas ve Avargues-Navarro (2021: 611), eğitim ve sağlık profesyonellerinde merhamet yorgunluğunu ve ilişkili değişkenleri araştırmışlardır. Bu araştırma ile; mevcut örneklemlerde tükenmişlik ve merhamet yorgunluğu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Eğitimcilerin psikososyal anlamda risk altında oldukları dile getirilmektedir.

Yang (2021: 505), COVID-19 sürecinde öğretmenlerin çevrimiçi öğretim öz yeterlikleri ile merhamet yorgunlukları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda uzun yıllar bu işi yapanların daha yoğun merhamet yorgunluğu yaşadıkları bilgisi elde edilmiştir. Ayrıca öz yeterlik azaldıkça merhamet yoğunluğu düzeylerinin arttığı saptanmıştır.

Zhang ve diğerleri (2021: 1), psikolojik danışmanların kendine yönlendirilmiş empatileri ile merhamet yorgunlukları arasındaki ilişkide farkındalık ve öz yeterlik faktörlerinin arabulucu etkisini araştırmıştır. Araştırma Covid-19 pandemisinde yapılmıştır. Araştırma sonucunda kendine yönelik empati ile merhamet yorgunluğu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Farkındalık ve özyeterlik faktörlerinin ise seri aracı etkileri olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırma sonucunda bireylere farkındalık temelli ve öz-yeterliği artırmaya yönelik çalışmalar yapılması önerilmiştir.

Ruiz-Fernandez ve diğerleri (2021: 620), COVID-19 sürecinde sağlık profesyonellerinde

profesyonel yaşam kalitesi, öz duyarlılık, esneklik ve empati arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Bu araştırma ile empati, esneklik, öz-şefkat ve farkındalığın; merhamet yorgunluğu, merhamet memnuniyeti ve tükenmişliği yordadığı saptanmıştır. Ek olarak iş yükü, sosyal destek sistemleri gibi çevresel olguların da merhamet yorgunluğu üzerinde etkisi olabileceğine değinilmektedir.

Literatür incelendiğinde ülkemizde ve yurt dışında merhamet yorgunluğunun daha çok sağlık çalışanları üzerinde ele alındığı fark edilmektedir. Oysa tanımı gereği acı çeken, travmaya maruz kalmış, kronikleşmiş durumlarla yaşaması gereken bireylerin yolculuklarında onlara eşlik eden özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi çalışanlarının da merhamet yorgunluğu açısından risk grubunda oldukları düşünülebilir. Alanyazında merhamet yorgunluğunun empati, tükenmişlik, stres, etik duyarlılık gibi kavramlarla birlikte ele alındığı araştırmalara rastlanmıştır. Bu araştırma sonuçlarının yol göstericiliğinde bir bireye merhamet etmekten yorgun düşebilmek için öncül olarak onları anlama çabasının gerektiği ifade edilebilir. Bu süreci anlama, anlamlandırma ve tüm bunları içselleştirip yorgun düşme hallerinin daha çok empati ve sempati kavramlarıyla açıklanabileceği öngörülmüştür. Bu sebeple özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi çalışanlarındaki empati ve sempati düzeyinin de araştırılması gerektiği düşünülmektedir.

2.3. EMPATİ VE SEMPATİ

2.3.1. Empati

Empatinin tarihi oldukça eskilere dayanmaktadır. Tanımı zaman içerisinde çeşitli değişiklikler göstermiştir. Bugünkü kullandığımız anlamının kökenleri Yunanca "empatheia" (Plutchik'ten aktaran Ulus, 2005: 9) ve Almanca "einfühlung" (Visher'dan aktaran Dökmen, 1994: 139) terimlerine dayanmaktadır. Empatheia, bir kişiyi içtenlikle hissetmek; einfühlung ise cisimler ve şeylerle duygusal bir bağ kurmak anlamına gelmektedir (Aynas, 2019: 17).

Freud alenen empati kavramını kullanmasa da ona oldukça yakın olarak özdeşim kavramından söz etmiştir. Freud'a göre özdeşim, diğerlerinin fikirlerini anlayıp, hislerini taklit etmektir (akt. Dinçyürek, 2004: 101). Allport ise empatinin basit bir taklitle sınırlı olamayacağını, içerisinde sezgileri de barındırdığını dile getirmektedir. Bir diğer bakış açısına göre empati, diğer insanların yaşantılarını bu yolla algılamak, beş duyu organıyla algılamak kadar temel, doğuştan gelen bir özelliktir (akt. Özcan, 2002).

Literatür incelendiğinde psikoterapi alanında özellikle Carl Rogers'ın empati hakkındaki

söylemleriyle sıklıkla karşılaşılmaktadır. Rogers'a göre empati; bireyin kendisini karşısındakinin yerine koyup durumları onun penceresinden izlemesi, o kişinin hislerini ve düşündüklerini doğru bir şekilde kavraması ve bunu ona aktarması sürecidir (Rogers, 1983; aktaran Dinçyürek, 2004: 101). Rogers, empatinin hassasiyet içerdiğini, anlamayı gerektirdiğini, hissedilenleri karşı tarafa aktarmanın önem teşkil ettiğini, önyargıya mahal vermemesi gerektiğini de dile getirir (Rogers, 1975; aktaran Dinçyürek, 2004: 101).

Davis (1983)'e göre empati; diğer kişilerin yaşantılarında tanık olunan durumlara karşı kişinin gösterdiği reaksiyonlardır ve birden fazla boyut içermektedir. Bu boyutlar; bakış açısı edinme, hayal gücü, empatik ilgi ve kişisel strestir. Dökmen (2004: 135-170)'e göre empati; kişinin kendini başkasının yerine koyup ona ait duygu ve düşünceleri doğru bir biçimde algılamasıdır. Empati yapabilmek için ise bazı gereklilikler mevcuttur. Bunlar:

- Empati yapacak birey, olaylara karşısındakinin bakış açısıyla bakmalıdır. Yani onun fenomenolojik alanına dahil olmalıdır.
- Empati, duygu ve düşünceyi doğru bir biçimde anlamayı gerektirir. Bilişsel ve duygusal bileşenler empati için şarttır.
- Zihinde canlanan empatik anlayış, karşıdaki bireye aktarılmalıdır. Aktarılmaması halinde empati süreci tamamlanamaz.

Empati; bazı araştırmacılar tarafından kategorize edilmiştir. Feshbach, empatide 3 ana bileşenden söz eder: diğerlerinin duygu durumunu fark etme, başkasına ait düşünce ve bakış açısını kabul edebilme, aktarılan duygusal reaksiyonu anımsama (akt. Şakar, 2020: 207-208). Hoffman (1979: 5)'a göre ise empati bilişsel, duyuşsal ve güdüsel olarak üç bileşene sahiptir.

Kurdek ve Rodgon (1975: 645), empatinin bileşenleri olarak 3 perspektifi ele alır: Bir başkasının bakış açısını fark etmeyi karşılayan algısal perspektif, bir diğerinin düşüncesini fark etmeyi karşılayan bilişsel perspektif ve bir diğerinin ne yaşıyor olduğunu fark etmeyi karşılayan duygusal perspektif.

Empatinin bileşenlerine ilişkin farklı görüşler olsa da yaygın kabul edilen görüş empatinin iki bileşeni olduğu yönündedir. Bu bileşenler bilişsel ve duygusaldır. Bilişsel empati ile kastedilen diğer insanların his ve bakış açılarını yaşamaktan ziyade zihinsel olarak anlamaktır (Feshbach ve Feshbach, 2009: 85-94). Bu boyutta kişi, anladığını karşıya aktarmakla mükellef değildir (Kemp, Overbeek, Wied, Engels ve Scholte, 2007: 8; Wied, Goudena ve Matthys, 2005: 868).

Duygusal empatide ise kişinin duygusunu hissetme ve duygu durumuna en müsait dönütü verebilme mevcuttur (Wied, Branje ve Meeus, 2005: 49). Duygusal empati, hisleri paylaşmayı içinde barındırır. Aynı zamanda sempati kurarak, hislerle birlikte ilişki derinleşir (Guttman ve Laporte, 2000: 347). Coplan'a (2011: 51) göre empatinin en önemli özellikleri duygusal eşleşme, karşısındakine ve kendine ait bakış açısı geliştirme, ben ve diğeri ayrımını yapabilmedir. Oldukça küçük bebeklerin dahi yetişkinlerin surat ifadelerini taklit ettikleri bilinmektedir. Annenin ifadesi değiştiğinde bebeğin ifadesinde de değişimler gözlenmektedir. Bu durum empatik farkında olmanın ve ortak dikkatin ilk yansımalarıdır (Trevarthen, 1984: 145).

İki-üç yaşlardan itibaren sembolik oyun oynama süreciyle beraber çocuklar başka rollere girebilmekte ve diğer kişilerin farkını kavramaya başlamaktadırlar (Davis, 1996: Bölüm 6). Yaklaşık yedi yaş dolaylarında çocuk, kendini karşısındakinin yerine koyarak onu iyi bir biçimde anlamaya başlamaktadır. 10-12 yaş civarlarında ise çocuk, sadece yakın çevresindekilere karşı değil, gazete ve dergilerde gördüğü haberlerdeki kişilerle de empati kurabilir ve soyut durumlarda da empati yapabilir hale gelmektedir. Ebeveynler, çocuklarının yanında diğer bireylere karşı sergiledikleri empatik davranışlar çocuklar için iyi bir model olmakta ve onların empatik gelişimlerini desteklemektedir (Shapiro'dan akt. Ünal, 2003: 17-30).

Ergenlik döneminde yeni sosyal ilişkiler, yaştan kaynaklı bilişsel ve duygusal gelişimler, yeni sosyal bağlamlar gözlenmektedir. Bu durumlar ve ilerleyen yaş faktörü soyut düşünmeyi ve muhakeme gücünü artırmaktadır. Böylece diğerlerinin penceresinden yaşamı görme ile empatide de artış olmaktadır (Kumru, Carlo ve Edwards, 2004: 111). Yetişkinlikte görülen pozitif sosyal yaşantılar, erken dönem empati ile ilişkilidir (Eisenberg vd., 2002: 999). Ayrıca genel bulgular yaş ilerledikçe olumlu sosyal davranışların da arttığını göstermektedir (Ulus, 2005: 167).

2.3.2. Sempati

Birlikte duygulanım olarak da adlandırılan sempati, hisleri paylaşma ve yaşama, karşılıklı etkileşimlerde bu hisleri göz önünde bulundurmadır. Sempatide karşıdaki kişiyi uzun süreli bir tanıma olmak zorunda değildir. Bir sebebe dayanmaksızın o kişiye ilgi duymak ve yaşam deneyimlerine dâhil olmak arzusu mevcuttur (Mutlu, 1995). Sempati, sıcak ve içten bir ruh halidir (Bingöl, 2013: 67). Sempatide esas olan karşıdakiyle eş duygu ve düşünceleri taşımaktır. Onu onaylama, destek olma, kimi zaman da koşulsuz kabul

sempatinin barındırdığı bazı olumlu detaylardır (Aynas, 2019: 25).

Sempati, yardım etme isteğini de çoğu zaman beraberinde getirmektedir. Bu sosyal bir güdüdür. Fakat sorunların çözümü, sempati duyan kişinin elinde olmadığında acıma, hüzün, öfke gibi duygulara yol açabilmektedir (Aktaş ve Coştur, 2007: 18-19). Sempatide daha bencil güdülerle hareket edildiğini, yardım etme arzusunun kişiyi tarafsız bir gözlemci olmaktan alıkoyduğunu ifade eden araştırmacılar da mevcuttur (Tosun ve Çetin, 2023: 68). Kısaca, bir başkasının sıkıntıda olduğu duruma karşı verilen duygusal tepkidir (Akdeniz ve Deniz, 2016: 51).

2.3.3. Empati ile Sempati Arasındaki Farklar

Empati, daha çok fark etmeyi ve anlamayı içerir. Sempati ise onun sahip olduğu dert ve sıkıntıları onunla beraber paylaşmaktır (Barnes ve Thagard, 1997: 1). Empatide kişiyi anlamak ön koşulken, sempati onu anlamaksızın da hissedilebilir. Sempati daha çok taraf tutmak gibidir. Sempati kişiye yönelmeyi, empati ise ona ulaşmayı içerir (Dökmen, 1994: 138-141).

Empati, diğerini anlamak için bir araç niteliğindedir. Bu sebeple kişi, kendisinden bir kopuş yaşamadan diğerine yönelebilir. Sempatide ise kendine yönelik bir ayrışmadan ziyade bir olma, bütünleşme söz konusudur. Empati yapan kişi diğeriymiş gibi durumu imajine eder, sempati yapan kişi diğeri gibi olmayı amaçlar (Wispé, 1991: 102).

Empati, sempatiye oranla daha fazla çaba ve birikim gerektirir. Çünkü empati yapan bireyin kendi bilgilerini, değerlendirme ve önkabullerini bir yana bırakıp diğerini anlayabilmesi sempatideki kendiliğinden işleyen süreçten daha karmaşıktır. Örneğin bir mutluluk yaşayan kişiye sempati duyulduğunda, onunla beraber mutlu olunur. Bu durum mutluluk yaşayan kişiyi herhangi bir şekilde etkilememektedir. Fakat empati yapan kişi, bu bireyin mutluluğunun sebeplerini, mutluluğunu koruyabilmesi için yapması gereken şeyleri de görebilir. Böyle bakıldığında empati, sempatiye oranla daha gelişmiş bir yetenektir. Halk arasında genelde empati ve sempati birbirinin yerine kullanılsa da birbirlerinden oldukça farklı kavramlardır (Aynas, 2019: 27).

2.3.4. Empati ve Sempati ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Duru (2002: 408-417), öğretmen adaylarındaki empati ve yardım etme davranışı arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırma sonucunda empati ile yardım etme davranışı arasında pozitif bir ilişki olduğunu saptamıştır. Ayrıca empatinin cinsiyete, öz-değer algısına, sorumluluk bilincine göre değiştiği, diğergam kişilerin empati puanlarının daha

yüksek olduğu saptanmıştır.

Özmen (2010: 97-109), empatik eğilim ile tükenmişlik arasındaki ilişkiyi kaynaştırma öğrencilerinin öğretmenliğini yapan okulöncesi öğretmenleri örnekleminde araştırmıştır. Bu araştırmaya göre sınıfında kaynaştırma öğrencisi bulunan öğretmenlerin duyarsızlaşma düzeyleri ile kaynaştırma eğitimi hakkında bilgi sahibi olmaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca öğretmenlerin çalışma süreleri ile duygusal tükenmeleri arasında da bir fark olduğu saptanmıştır.

Karkaç (2013: 71-80), özel eğitim sektöründe hizmet veren öğretmenlerin empatik eğilimlerinin çalışılan özel gereksinim grubu ve bazı değişkenlere göre incelenmesi üzerine bir araştırma yapmıştır. Bu araştırma sonucunda kadınların, mesleği isteyerek seçenlerin, okul öncesi öğretmenlerinin, zihinsel işitme görme ve otizm dışındaki engel gruplarıyla çalışanların, 1-6 kişilik sınıflarda hizmet sunanların, mesleği sevenlerin empatik eğilim düzeyleri daha yüksektir. Fakat yaş, medeni hal, meslekte çalışma süresi gibi değişkenlerin empatik eğilim düzeyini etkilemediği sonucu elde edilmiştir.

Bayram Sarıkaya (2016: 76-84), otizmli bireylerle çalışan öğretmenlerin çocuk sevgisi, kendini işe adama ve empatik eğilimleri arasındaki ilişkiyi araştırmış ve bu üç değişken arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptamıştır. Ek olarak empatik eğilimin cinsiyet, mesleği kendi rızası dahilinde seçme, eğitim düzeyi ve işten memnun olma hali le de ilişkili olduğunu raporlamıştır.

Polatoğlu (2018: 111-129), özel gereksinimli bireylere hizmet sunan eğitimcilerin bilişsel esneklikleri ile yaratıcılık ve empati düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırma ile bilişsel esneklik ve empati arasında istatistiksel açıdan anlamı pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Fakat bireylerin empati düzeyleri ile yaş, medeni hal, kurum türü, çalışılan pozisyon ve hizmet süresi arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

2.3.5. Empati ve Sempati ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Vučinić, Stanimirovic, Gligorović, Jablan ve Marinović (2022: 547), genel ve özel eğitim okullarında çalışan öğretmenlerin stres ve empati düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda genel stresin iki örneklem karşılaştırmasında anlamlı bir farklılık göstermediğini fakat yaşanan stresin sık sorun yaşanan sınıflar ve yetersiz maaş ile ilgili olduğunu ortaya koymuştur. Empati düzeylerine bakıldığında, iki grup arasında anlamlı bir fark olmamasına karşın empati ile bazı stres faktörleri arasında ilişki saptanmıştır.

Ma, Deng, Luo ve Ma (2021: 585-586), özel eğitim okullarındaki öğretmenlerin tükenmişlik ve empati yetenekleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırma sonunda öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerinin genel olarak düşük olduğu, empati ile tükenmişlik arasında bir korelasyon olduğu, duygusal tükenmenin düşük kişisel başarıyı yordadığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Ek olarak empati endişesinin düşük kişisel başarıya sebep olabileceği, kişisel sıkıntı kavramının depersonalizasyon, duygusal tükenme ve düşük kişisel başarı ile ilişkili olduğu, hayal gücünün ise duygusal tükenme ve depersonalizasyon ile negatif ilişkisi olduğu sonuçları elde edilmiştir.

Broomhead (2013: 8), özel gereksinimli bireylere destek sunan uzmanların empati düzeylerini artırmak adına bir çalışma yürütmüştür. Bu çalışma kapsamında ebeveynler uzmanlara öykülerini anlatmışlardır. Öyküye tanık olunca uzmanların empati düzeylerinin geliştiği keşfedilmiştir.

Williams (1989: 175), hemşire, sosyal hizmet uzmanları ve öğretmenlerden oluşan bir örneklemde yardım personellerinin empati ve tükenmişliklerinin cinsiyete ile ilişkisini araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda kadınların empati puanlarının erkeklerden önemli ölçüde yüksek olduğu, kadınlarda yaş faktörünün duygusal tükenme ve depersonalizasyon arasında negatif bir korelasyon olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Ayrıca erkeklerin doğrudan uygulamada geçirdikleri süre ile duyarsızlaşma arasında korelasyon saptanmıştır. Duygusal tükenme ile depersonalizasyon arasında pozitif ilişki olduğu bilgisi de araştırmanın bulguları arasındadır. Araştırmada empati ile tükenmişlik arasında bir ilişki bulunamamıştır.

Altmann ve Roth (2021: 1454-1459), literatürdeki empati ve tükenmişlik arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmaları kapsamlı olarak ele almıştır. Yapılan çalışmada özellikle sosyal mesleklerde birbiriyle tutarsız gözüken çalışmalar olduğu dile getirilmektedir. Bazı araştırmalar empatinin tükenmişliğe karşı bir tampon görevi gördüğünü dile getirip negatif korelasyona vurgu yaparken bazı çalışmaların empatinin tükenmişliğin gelişimine katkı sağladığını dile getirdiğine değinilmiştir. Wilkinson, Whittington, Perry ve Eames (2017: 26-28), sağlık uzmanlarında empati ve tükenmişlik arasındaki ilişkiyi inceleyen on araştırmayı derlemişlerdir. Bu derlemede on araştırmadan sekizinin empati ile tükenmişlik arasında negatif ilişki olduğunu raporladığı ifade edilmektedir.

Vinayak ve Judge (2018: 195-197), psikolojik iyi oluşun yordayıcılarını incelemişlerdir. Bu araştırmada empati ve dayanıklılık (rezilyans) düzeylerinin psikolojik iyi oluşla

pozitif yönde anlamlı ilişkisini saptamışlardır. Ayrıca kadınların erkeklere oranla daha empatik ve dayanıklı olduğunu da raporlamışlardır.

Svenaeus (2014: 274), nitelikli sağlık hizmetlerinde empati ve sempati kavramını kuramsal çerçevede tartışmıştır. Bu çalışmasında empatinin çağdaş sağlık hizmetlerinde bir erdem ve temel beceri olarak niteleniyor olduğuna, sempatinin ise daha karmaşık bir süreç dahilinde işlediğine değinmektedir. Güçlü duygular gerektiren bu kavramların merhamet yorgunluğuna veya tükenmişliğe yol açma riski olduğu da dile getirilmektedir. Burada esas olan duyguları etkili bir biçimde kullanmaktır. Hasta için taşınan endişe profesyonel bir endişe ise onun için daha nitelikli hizmet sunma çabası gündem olur. Fakat bu endişe pek de profesyonel değilse hastaya negatif yansımaları olabilir. Empatinin olay ve durumlara daha nesnel, sempatinin ise daha öznel yaklaştığını vurgulamakla birlikte, başta sağlık çalışanları olmak üzere insana yardım çalışanlarının tamamında bu iki kavramın yapıcı ve yıkıcı etkileri olabileceğine değinilmektedir.

Thirioux, Birault ve Jaafari (2016: 8), empatinin hekim tükenmişliğinde önleyici bir faktör olduğunu ifade etmişlerdir. Bu araştırmada yer alan süreç modeline göre ek olarak; duygu düzenleme, duygusal tükenmeyi önlemektedir. Buna karşın sempati ise tükenmişlik adına bir risk faktörüdür. Duygusal bulaşma ve sempatinin duygusal tükenmeye yol açabileceği dile getirilmektedir.

Empati ve sempati üzerine hem ülkemizde hem yurt dışında yapılmış araştırmalara bakıldığında sempati hakkında oldukça az araştırmaya rastlanmaktadır. Bunun sebebinin kavramı tanımlamakta yaşanan güçlük ve bu güçlükten kaynaklı güvenirlik ve geçerliği yüksek olan ölçme araçlarının seyrekliği olduğu düşünülmektedir. Seyrek de olsa alanyazında çeşitli araştırma ve envanterler mevcuttur. Bu araştırmalar ışığında empatinin beraberinde daha çok olumlu davranışları ve duyguları getirdiğini, sempatinin "iç içe geçmiş gibi" olmaktan kaynaklı problem ve kişi odağında kalıp çözüme götüren sonuçlar aşamasında yetersiz kaldığı görülmektedir. Çözüm odaklı olunsun ya da olunmasın bir birey ile empati/sempati yapabilmenin temelinde onu anlama çabası yatmaktadır. Bu çabayı sergileyebilmek adına diğerlerinin ne yaşıyor olduğuna dikkat etmek, bu yaşantılara yönelik ilgi taşımak gerekmektedir. Bu gerekliliği literatürde karşılayan kavram ise duyarlılıktır. Ayrıca diğer insanların duygu, düşünce ve davranışlarını anlıyor olmak veya anlama çabası sergilemek beraberinde bazı sonuçlar da getirebilir. Acı verici durumlar karşısında kurulan empati ve sempati, kişileri ruhsal anlamda sarsabilir. Bu sarsılmayı en kısa sürede ve en az hasarla atlatabilmenin, kendi yaşamına kaldığı yerden

devam edebilmenin alanyazındaki karşılığı ise psikolojik sağlamlıktır.

2.4. DUYARLIK

Duyarlılık kavramı, dünya üzerinde olup bitenlerle ilgilenmek anlamına gelir. Bireyler, çevre ile daima bir ilişki içindedir. İnsanın sosyal bir varlık olması, çevre ile teması ve olup bitenlere yönelik duyarlılığı beraberinde getirmektedir (Keleş, 2022: 20). Duyarlılık, beraberinde istendik sosyal hareketleri ve diğerlerinin ihtiyaçlarına ilişkin makul çözümler üretebilmeyi getirir. İnsanın yaşadığı toplumdaki sorunları fark etmesi ve bunların çözümünde sorumluluk üstlenmesi oldukça önemlidir (Erdem, 2021: 28).

Maslow'a göre (2001: 12) üzüntü ve acı evrenseldir. Hatta kimi durumlarda yapıcıdır, gelişimi beraberinde getirmektedir. Hissedilen bu acı, bireylerin diğerleriyle bağ kurmasına ve merhamet, dayanışma, etkileşim gibi karşılıklı istendik süreçlere sebep olabilmektedir. Duyarlılık kavramı da özellikle bu noktalarda devreye girmektedir. Diğerlerinin ihtiyaçları doğrultusunda hislerini anlamayı ve ona destek sunmak adına motive olmayı sağlamaktadır (Demirci-Seyrek, Ersanlı ve Tunç, 2016: 285).

Gilbert (2005: 50), duyarlılığın kendinin ve diğerlerinin iyi oluşuna önem verme, empati, sempati, zorlayıcı durumları tolere edebilme, kabullenici bir yaklaşım, hassasiyet gibi ögeler içerdiğini dile getirmektedir. Zor durumda olanı, acı çekeni, daha az güçlü olanı korumak ve onların yaşam akışına kolaylaştırıcı müdahalelerde bulunmak isteyen bireyler, duyarlı bireyler olarak adlandırılmaktadır (Goetz, Keltner ve Simon-Thomas, 2010: 367-372). Bu çerçevede duyarlılık, bireylerin ve toplumun yaşantılarının şekillenmesinde ve istendik niteliklerin elde edilmesinde çokça önem teşkil eden duyuşsal ve bilişsel bir yeterlilik alanıdır (Demirci-Seyrek, Ersanlı ve Tunç, 2016: 286).

2.4.1. Duyarlık İle İlgili Yurt İçinde Yapılmış Çalışmalar

Arıkan (2022: 77-82), toplumsal duyarlılık projelerine katılım sağlayan genç yetişkinler ile yarı yapılandırılmış görüşme formatında bir çalışma yürütmüştür. Bu çalışma ile bu tür projelere katılım gösterenlerin gelecek planlarında değişimler olduğu, sorunları ayırt etme ve çözme gibi süreçlerde adım atma pratiklerinin geliştiği bilgisine ulaşmıştır. Ek olarak toplum bilinçlerinin ve farkındalıklarının arttığı, toplum içerisindeki konumlarına ve toplumsal problemlere yönelik yeni perspektifler geliştirdikleri sonuçlarını elde etmiştir.

Cuğ (2015: 96-107), psikolojik iyi oluşun açıklayıcıları olarak kendini bağışlama, öz-duyarlılık, kişisel hayat enerjisi ve mutluluk seçimi faktörlerini ele almıştır. Yaptığı

araştırmada özduyarlılık kavramının psikolojik iyi oluşu desteklemede aracı bir rol üstlendiğini saptamıştır. Öznel yaşam enerjisinin, öznel iyi oluşun en güçlü yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öz duyarlılık ile ilgili yapılan bir diğer çalışmada ise (Soylu, 2023: 85), romantik ilişki durumu çerçevesinde otantiklik, öz duyarlılık ve ruhsal iyi oluş kavramlarını ele aldığı bir çalışma yürütmüştür. Bu çalışma ile öz duyarlılığın ruhsal iyi oluşu artırdığını saptamıştır. Dönmez (2019: 109), okulda görev yapan psikolojik danışmanların öz duyarlılık ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkide umut faktörünün aracı rolünü araştırmıştır. Bu araştırma ile öz duyarlılık ile umut arasında pozitif, tükenmişlik arasında negatif bir ilişki olduğunu raporlamıştır.

Akgül (2017: 57), kişilerarası duyarlılık hakkında üniversite öğrencilerine sunulan bir eğitimin empati düzeylerine ve iletişim becerilerine olan etkisini araştırmıştır. Yapılan araştırma sonucunda kişilerarası duyarlılık eğitimiyle empati ve iletişim becerileri arasında pozitif yönde anlamı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bulut (2021: 81), bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeyleriyle sosyal zeka ve kişilerarası duyarlılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Yapılan bu araştırma sonucunda psikolojik sağlamlık ve sosyal zeka ile kişilerarası duyarlılık arasında negatif bir ilişki olduğunu saptamıştır.

2.4.2. Duyarlık İle İlgili Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar

Gutiérrez-Hernández ve diğerleri (2021: 8-9), COVID-19 tam kapanmasında ruh sağlığında öz duyarlılığın rolü üzerine çalışmışlardır. Bu çalışma ile düşük öz-duyarlılığın anksiyete, depresyon ve strese yol açabileceğini raporlamışlardır. Kotera, Maxwell-Jones, Edwards ve Knutton (2021: 7-9), profesyonel psikoterapistlerde tükenmişlik olgusunu öz duyarlılık ve iş-yaşam dengesi çerçevesinde araştırmışlardır. Bu araştırma ile iş-yaşam dengesi ile duygusal tükenme arasındaki ilişkide özduyarlılığın kısmi aracı bir rolü olduğu saptanmıştır. Duygusal tükenmeyi azaltmak için öz duyarlılığın geliştirilmesi de önerilmektedir.

Vidyanidhi ve Sudhir (2009: 26), sosyal anksiteyesi veya depresyonu olan bireylerde kişilerarası duyarlılık ve bağımlılık arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Bu araştırma sonucunda sosyal anksiyete ve bağımlılık ile kişilerarası duyarlılık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Nitekim kişilerarası duyarlılık kavramını literatüre ilk kazandıran araştırmacılar (Boyce ve Parker, 1989: 347-349), kişilerarası duyarlılığı bir risk faktörü olarak ifade etmektedir. Vidyanidhi ve Sudhir'in (2009) çalışması bu ifadeyi

destekler niteliktedir.

Xu, Peng, Wang, Zeng ve Liu (2022: 4-8), depresyon ve kişilerarası duyarlılık arasındaki ilişkide psikolojik sermaye ve aile desteğinin aracı rolünü araştırmışlardır. Bu araştırma sonucunda kişilerarası duyarlılık ile depresyon arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanırken, bu ilişkide psikolojik sermayenin aracı bir rol üstlendiği, aile desteğinin ise psikolojik sermaye ile pozitif ilişkisi olduğu bulguları elde edilmiştir. Mohammadian, Mahaki, Dehghani, Vahid ve Lavasani (2018: 5), sosyal kaygıda kişilerarası duyarlılık, öfke ve mükemmeliyetçiliğin rolünü araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda kişilerarası duyarlılık ile korku, öfke, kaçınma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Duyarlılık ile ilgili hem Türkiye'de hem dünyanın diğer ülkelerinde yapılan araştırmalara bakıldığında, bu kavramın daha çok "bir şeye yönelik duyarlılık" olarak ele alındığı görülmektedir. Salt duyarlılık olarak yapılmış çalışmalar, kavramı tanımlamaya odaklanmıştır. Kavram süreç içerisinde çevre duyarlılığı, etik duyarlılık, siber zorbalığa karşı duyarlılık, fonolojik duyarlılık gibi birçok alana genişletilmiştir. Araştırmada ölçülmesi hedeflenen duyarlılık düzeyinin en yakın olduğu kavramın kişilerarası duyarlılık olduğu söylenebilir. Bu çerçevede özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan uzmanların diğer insanların yaşadıkları zorluklara tanıklık etmeleri, duyarlı olmaları, empati/sempati çabaları; merhamet yorgunluğunu beraberinde getirebilir. Fakat burada bu yorgunluğa sahip olmayan ya da daha az sahip olan bireylerin diğerlerinden farklı olarak sahip oldukları nitelikleri saptamak, çözüm aşamasında kolaylıklar sunabilir. Ruhsal anlamda daha güçlü, dayanıklı olmak daha az merhamet yorgunluğu anlamına gelebilir. Öte yandan psikolojik sağlamlık, doğuştan getirilen değil süreç içerisinde geliştirilmesi mümkün olan bir kavram olduğundan buraya odaklanmak yapıcı çözümleri beraberinde getirebilir.

2.5. PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK

Kökeni Latince olan resilire (geri tepme) fiili, İngilizce konuşma dilinde resilience (psikolojik sağlamlık) olarak kendine yer edinmiştir. Bu kavram, bir lastiğin gerilip geri bırakılması üzerine esnemesi ve eski formuna dönmesine atıf yapan, insanın iyileşme gücünü metaforik olarak ele alan bir kavramdır (Cömert, 2022: 15).

Türkçede resilience kavramına çeşitli karşılıklar bulunmuştur. Bunlar; psikolojik sağlamlık (Çelebi, 2020; Hoşoğlu, Fırıncı-Kodaz Bingöl ve Batık, 2018; Öz ve Yılmaz,

2009), dayanıklılık (Aktan ve Önder, 2018; Çetin ve Basım, 2011; Sezgin, 2012; Tümlü ve Recepoğlu, 2012;), yılmazlık (Çelik, 2013; Gürgan, 2006; İşcan ve Malkoç, 2017; Kaner, Bayraklı ve Güzeller, 2011;), rezilyans (Alıcıoğlu ve Bavlı, 2023; Bayındır, 2021).

Psikolojik sağlamlık, çoğu zaman yaşama uyumu ve yaşamdaki denge halini geri kazanma, bazen de tutarlı bir biçimde yeni durumlara uyum sağlama, sarsılma sonucu uyarılan sistemin hayatta kalıp dönüşmesi gibi anlamları karşılamaktadır. Problemlere karşın başarıyı yakalama potansiyeli, sorun çözme süreçleri, afetten/zorluktan kurtulma, travma sonrası iyileşme ve büyüme, risk grubundaki bireylerin zorluklara rağmen olumlu sonuçlar elde etmesi başta olmak üzere birçok olguyu kapsayan oldukça geniş bir kavramdır (Masten, 2014: 14). Psikolojik sağlamlık, zorlu yaşam koşullarına rağmen bu negatif koşulların altından başarıyla kalkabilme ve uyum sağlayabilme yetisidir. Psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan bireyler nitelikli problem çözme becerisi, kişilerarası etkileşimde başarılı performans (Öz ve Yılmaz, 2009: 82) gibi detayları da barındırabilir.

Öte yandan psikolojik sağlamlıkta çeşitli risk faktörleri mevcuttur. Bunlardan bazıları; yoksulluk, kötü muamele, erken doğum (Cömert, 2022: 22), düşük ebeveyn eğitimi, ihmal gibi uyum ve işlevselliği zorlaştıracak çeşitli unsurlardır (Masten, 2014: 14). Bu risk faktörleri her bireyde aynı olumsuzluğa yol açmamakta, her birey özelinde etkisi değişkenlik göstermektedir (Garmezy, 1993: 132). Birçok birey, çeşitli risk faktörleri ile yaşamında karşılaşmaktadır. Tüm bunlara rağmen bireylerin yaşamlarında onların dirayetli duruşlarını destekleyen koruyucu faktörler de mevcuttur (Hulme, 2018: 4). Bir yetenekten ziyade süreç olarak nitelenmesi daha doğru olan psikolojik sağlamlık, kişileri destekleyen çeşitli koruyucu faktörler aracılığıyla gerçekleşmektedir (Nicotera ve Laser-Maira, 2017: 3). Bu koruyucu faktörler bireysel, ailesel ve çevresel olmak üzere genelde 3 başlık altında ele alınmaktadır (Shean, 2015: 5).

Bireysel koruyucu faktörlerden bazıları; cinsiyet (Hoşoğlu, Fırıncı-Kodaz, Yılmaz-Bingöl ve Vural-Batık, 2018: 217; Kara, Özçelik ve Çakmak-Tolan, 2023: 698), eğitim düzeyi (Bozdağ, 2020: 247; Özbek ve Akyüz, 2022: 245), benlik saygısı (Arslan, 2015: 73; Güloğlu ve Karaırmak, 2010: 73), duygusal zeka (Sizer ve Kul-Parlak, 2021: 213), dışadönüklük, deneyime açıklık, bilişsel esneklik, özdenetimlilik, nörotiklik (Kara, Özçelik ve Çakmak-Tolan, 2023: 698), yaş (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018: 37) olarak ele alınmıştır. Bireysel özellikler, kişilerin yaşama bakışını ve hayata katılımını önemli ölçüde etkilemektedir. Fakat başta aile ve okul olmak üzere çeşitli sistemler tarafından bu

bireylerin desteklenmesi, bireylerin adaptasyon sürecini kolaylaştırmakta ve onların potansiyellerini kullanmalarına katkı sunmaktadır (Cömert, 2022: 22). Ailesel koruyucu faktörler; aile gelir durumu, ebeveyn tutumu (Hoşoğlu, Fırıncı-Kodaz, Yılmaz-Bingöl ve Vural-Batık, 2018: 217), kardeş sayısı, ailede ruhsal bir hastalık olup olmaması (Gün, Özaslan ve Gültekin-Akduman, 2023: 843) gibi çeşitli değişkenlerle açıklanmıştır. Aile, çocuğun korunmasında ve psikolojik sağlamlığının gelişmesi sürecinde kilit faktör olarak tanımlanmaktadır. Yetkin ebeveynlik, çocuğun sağlıklı bağlanmasına, kendisi ve çevresi ile sağlıklı ilişkiler kurmasına da zemin hazırlamaktadır (Hulme, 2018: 4).

Toplumsal koruyucu faktörler; sosyal destek sistemi (Eker, Taş ve Anlı, 2020: 1182; Güloğlu ve Karaırmak, 2010: 73), yerleşim yeri (Gün, Özaslan ve Gültekin-Akduman, 2023: 843), spor faaliyetlerine erişim olanağı (Demir ve Çifçi, 2020: 169; Şahin, Baş ve Çelik, 2015: 23). Ayrıca öğretmenlerin model olması (Turgut, 2015: 99), okul iklimi (Uz-Baş ve Yurdabakan, 2017: 202), akran ilişkileri (Yörük ve Cihangir-Çankaya, 2019: 75-85) gibi çeşitli değişkenlerle açıklanmıştır. Bu bağlamda evin dışında olan tüm destekler, toplumsal olarak nitelenmektedir. Psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan bireyler; etkili iletişim becerisi, kendine güven, nitelikli mizah, yeni ilişkiler kurma becerisi, değişikliklere hızlıca uyum sağlama yetisi, zorlayıcı durumlarda mantıklı hamleler yapabilme (Gürgan, 2006: 19; Şahin, 2014: 52), başarılı sorun çözme becerileri, üst düzey empati kurma yetisi, yüksek kendini denetleme becerisi, eleştiri ve yeni düşüncelere açıklık gibi özellikler taşımaktadırlar (Özcan, 2005: 95-99).

2.5.1. Psikolojik Sağlamlık İle İlgili Yurt İçinde Yapılmış Çalışmalar

Kalıncı Dünya (2022: 81), özel eğitim alanında çalışmakta olan öğretmenlerin psikolojik sağlamlıkları ve öz-yeterlik inanışları arasındaki ilişki üzerine çalışmıştır. Bu çalışma ile öz yeterlik inanışının artmasıyla psikolojik sağlamlık düzeylerinin de arttığını raporlamıştır. Ek olarak katılımcıların psikolojik sağlamlık düzeylerinin orta olduğu, bu anlamda güçlendirme çalışmalarının yapılmasının gerekli olduğu vurgulanmıştır.

Subaşı (2022: 82-84), öğretmen adaylarındaki psikolojik esnekliğin öz-duyarlılık ve psikolojik sağlamlık ile olan ilişkisini incelemiştir. Bu araştırma ile psikolojik esneklik ile öz duyarlılık ve psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulmuştur. Ayrıca psikolojik esnekliğin cinsiyete ve gelir düzeyine göre farklılaştığı da elde edilen bulgular arasındadır.

Doğan (2020: 82-92), psikolojik danışmanların psikolojik sağlamlık, öz yeterlilik inanışı

ve iş tatmini arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda psikolojik sağlamlığın öz yeterlilik ve iş tatmini ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu bulgularına ulaşmıştır. Ek olarak okul psikolojik danışmanlarının psikolojik sağlamlığının çalışılan ortamdan duyulan memnuniyet, okulun sosyoekonomik düzeyi ve mesleki yeterlik algılarına göre de değişkenlik gösterdiği saptanmıştır.

Gönen (2020: 79-81), özel kurumlarda hizmet sunan eğitimcilerin psikolojik sağlamlıkları ile iş doyumlarının tükenmişlik üzerine olan etkisini araştırmıştır. Bu araştırma ile değişkenler arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca içsel ve dışsal tatminin tükenmişlik ile yakından ilişkisi olduğu da saptanmıştır.

2.5.2. Psikolojik Sağlamlık İle İlgili Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar

Serrão, Duarte, Castro ve Teixeira (2021: 9), sağlık çalışanlarında depresyon ve tükenmişlik arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracı rolünü incelemişlerdir. Bu araştırma sonucunda kısmi aracılık tespit edilmiştir. Bu kısmi aracılığın başka değişkenlerle (örneğin sosyal destek, öz-şefkat, minnettarlık, hedef sahibi olma) de ilişkisi olabileceğine işaret edilmektedir.

Park, Finkelstein-Fox, Russel, Fendrich, Hutchison ve Becker (2021: 422), COVID-19 pandemisinde bireylerin stresle başa çıkma biçimleri hakkında bir araştırma yapmışlardır. Bu araştırma sonucunda pandeminin erken dönemlerinde stres seviyelerinin oldukça yüksek olduğu fakat süreç içerisinde bu seviyelerin azaldığı raporlanmıştır. Ayrıca bireylerin stresle baş etmede çeşitli stratejiler kullandıklarını ve psikolojik sağlamlıklarının güçlendiğini dile getirmişlerdir.

Morgan, Chang, Choy, Tsai ve Hsieh (2021: 6-7) ise olumsuz çocukluk deneyimleri ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Bu inceleme ile bu iki değişken arasında negatif korelasyon olduğunu saptamışlardır. Bu durumda gençlerin dayanıklık düzeylerini artırıcı ek çalışmalar yapılmasının, onların riskli davranışlara yönelmesinin önüne geçmede etkili bir adım olabileceğine değinilmiştir.

Labrague ve De los Santos (2020: 1656-1659), COVID-19 pandemisinde sağlık çalışanlarının psikolojik sağlamlıklarına yönelik bir araştırma yürütmüştür. Bu araştırmada örgütsel destek ve sosyal destek unsurlarını da ele almışlardır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar hemşirelerin işlevsel olmayan kaygı düzeyleri taşıdığını, sosyal destek, örgütsel destek ve dayanıklığın COVID-19 kaygısını yordadığı yönündedir.

Ogińska-Bulik ve Michalska (2020: 14), ölümcül hastalarla çalışan hemşirelerde

psikolojik sağlamlık ile ikincil travmatik stres arasındaki ilişkide tükenmişliğin aracı rolü üzerine çalışmışlardır. Bu çalışma sonucunda psikolojik sağlamlık ile ikincil travmatik stres ve tükenmişlik arasında negatif yönde; ikincil travmatik stres ile tükenmişlik arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Tükenmişlik kavramının psikolojik sağlamlık ile ikincil travmatik stres arasında aracı bir rol oynadığı bilgisine de erişilmiştir.

Zheng, Huan ve Fu (2020: 1323), yaşlılarda psikolojik sağlamlığı ve ilişkili değişkenleri araştırmıştır. Bu araştırma sonucunda eş desteği ile yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracı bir rol oynadığı ortaya konmuştur. Elde edilen bulgular ışığında psikolojik sağlamlığın özellikle yaşlı yetişkinlerin yaşam memnuniyetleri üzerindeki önemi vurgulanmış, eş ve toplum desteğini göz ardı etmemek gerektiğinin altı çizilmiştir.

Yapılan araştırmalara bakıldığında, psikolojik sağlamlık düzeyinin öz yeterlik, iş tatmini, öz duyarlık gibi istendik olgularla pozitif yönlü bir ilişkisi; tükenmişlik, travmatik stres, depresyon gibi istenmedik olgularla negatif yönlü bir ilişkisi olduğu görülmektedir. Tüm bu bilgiler ışığında özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde hizmet sunan uzmanların merhamet yorgunluklarının azalmasında veya merhamet yorgunluğu yaşamamalarında psikolojik sağlamlık faktörünün dengeleyici bir unsur olabileceği düşünülmektedir. Ruhsal sağlık ve sağlamlık negatif etkilerin yıkıcılığını azaltabilir.

2.6. PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK VE DUYARLIĞIN ARACI ROLÜ

Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde çalışan uzmanların, hizmet sundukları bireylere en uygun müdahalelerde bulunabilmeleri için tanıyı, etkilenim düzeyini, aile iklimini, çevresel faktörleri, ilgili diğer uzmanlık alanındaki kişilerin destek ve yönlendirmelerini, ek bir hastalık varsa bunun seyrini bilmeleri önemlidir. Bunları öğrenmek adına bilgi toplama ve gözlem çalışmaları yürütmektedirler. Ayrıca tanısı bilgi aktarımına uygun olan özel gereksinimli bireylerin kendi bakış açılarıyla detayları aktardığı da görülmektedir.

Tüm bu bilgi alma ve etkileşim süreçlerinde uzmanların olan biteni anlaması, beraberinde empatiyi de getirebilmektedir. Karşı tarafta olup bitenleri kendi penceresinden görmek uzmanları zaman zaman zorlayabilir. Özel gereksinimli bireylere ve/veya ailelerine yardımcı olma arzusu taşıyabilirler. Burada ise sempatiden söz etmek mümkündür. Uzman, kendi ruh sağlığı adına yeterli bir ön birikme sahip değilse veya çevresel

sebeplerle ruh sağlığı hasar alıyorsa; hizmet sunuyor olduğu özel gereksinimli bireyin öyküsünün içine çekilebilir. Bu durumun uzmanları yorgun düşürmesi, merhamet yorgunluğu olarak ele alınmaktadır.

Empatinin de sempatinin de uzmanla beraber süreçte var olmasının yolu duyarlılıktan geçiyor olabilir. Uzmanın bireyin yaşantısına yönelttiği ilgi, duyarlı olduğu anlamına gelmektedir. Fakat bu duyarlılığın bedeli, merhamet yorgunluğu olarak kendini gösterebilir. Bunun sonucunda ise stres, tükenmişlik, duyarsızlaşma, duygu kontrolünde zorlanmalar yaşama gibi istenmedik belirtiler kendini gösterebilir. Ayrıca empati ve sempati kişilerin psikolojik sağlamlık düzeylerini de etkiliyor olabilir. Ölçülü ve gerçekçi duygular ve amaçlar ile bir arada olmayan empati-sempati, uzmanı zorda hissettirebilir. Bu durum kişilerin psikolojik sağlamlıklarına işaret etmektedir. Ruhsal anlamda dayanıklı olmanın empati ve sempatiden merhamet yorgunluğuna ilerleyen süreçte bir rolü olabilir. Yapılan araştırmalar sonucunda empati ve sempatinin merhamet yorgunluğuna sebep olabileceği, duyarlılık ve psikolojik sağlamlığın ise bu ilişkide aracı bir rol üstleniyor olabilecekleri düşünülmektedir.

3. YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMA MODELİ

Bu araştırmada özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan profesyonellerin empati ve sempati düzeylerinin merhamet yorgunluğuna olan etkisinde psikolojik sağlamlığın ve duyarlığın aracı rolü ele alınmıştır. Araştırmada, değişkenlerin arasındaki ilişkileri incelemek amaçlandığı için nicel bir yöntem olan betimsel tarama modeline başvurulmuştur.

Değişkenler arasındaki ilişkiyi, değişkenler arasında bir ilişki varsa bunların yönünü ve gücünü saptamak temel hedef olduğu için ilişkisel tarama modeli bu araştırma için uygun görülmektedir (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2020). Bu model dahilinde anket araştırması yapılmıştır. Anketler genellikle bireylerin duygu, düşünce ve yaklaşımlarına doğrudan ulaşmayı sağlayan verimli ölçme araçlarıdır. İlişkisel taramalarda sıklıkla kullanılmaktadır (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2020).

3.2. ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ

Araştırmanın evreni ülkemizdeki özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerindeki tüm profesyonellerdir (Özel Eğitim Öğretmeni, Okul Öncesi Öğretmeni, Sınıf Öğretmeni, Uzman Öğretici, Çocuk Gelişimci, Fizyoterapist, Psikolojik Danışman, Psikolog, Odyolog, Ergoterapist, Dil ve Konuşma Terapisti, Sosyal Hizmet Uzmanı, İşitme Engelliler Öğretmeni, Zihin Engelliler Öğretmeni, Görme Engelliler Öğretmeni, Müzik Öğretmeni, Beden Eğitimi Öğretmeni). Örneklem ise Türkiye'nin bazı illerinde görev yapmakta olan uzmanlardır. Örneklem belirlenirken erişilebilirlik ve zaman göz önüne alınmıştır. Bu sebeple seçkisiz olmayan uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın katılım kriteri özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde özel gereksinimli bireylere hizmet sunan bir uzman olmaktır. Veri toplama aşamasında 303 bireye ulaşılmıştır. Bu bireylere ilişkin elde edilen cinsiyet, yaş, branş, meslekteki deneyim süresi, lisanstan mezun olunan yıl ve özel eğitim ve rehabilitasyon sektöründe olmaktan duyulan memnuniyet değişkenlerine ait verileri betimleyen bazı değerler Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1: Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler

Değişken		N	%	Min	Max	x̄	Ss
Memnuniyet				0	10	5,09	,389
Cinsiyet	Kadın	247	81,5				
	Erkek	56	18,5				
	Toplam	303	100				
Yaş	24 ve altı	71	23,4				
	25-30	130	42,9				
	31 ve üstü	102	33,7				
	Toplam	303	100				
Branş	Çocuk Gelişimi	77	25,4				
	Özel Eğitim	33	10,9				
	PDR / Psikoloji	46	15,2				
	Okul Öncesi	41	13,5				
	Fizyoterapi	43	14,2				
	Uzman Öğretici	23	7,6				
	Diğer	40	13,2				
	Toplam	303	100				
Deneyim Süresi	İlk yıl	49	16,2				
	1-3 yıl	123	40,6				
	4-6 yıl	58	19,1				
	6 yıl üstü	73	24,1				
	Toplam	303	100				
Lisans Mezuniyet Yılı	2023 (yeni mezun)	42	13,9				
	2022-2020	100	33				
	2019-2017	65	21,5				
	2016 ve öncesi	96	31,7				
	Toplam	303	100				

3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırma konusuna uygun olarak değişkenlere ilişkin ölçümler yapan güvenirlik ve geçerlik katsayıları yüksek ölçekler kullanılmıştır. Araştırmada toplam beş ölçme aracı mevcuttur. Bunlar; Kişisel Bilgi Formu, Duyarlık Ölçeği, Empati Sempati Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Çalışanlar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği'dir.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Bireylere ait bilgileri içermektedir. Envanterde bireyin cinsiyetini, yaşını, branşını, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde kaç yıldır çalıştığını, lisans mezuniyet yılını, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde çalışıyor olmaktan dolayı duyulan memnuniyeti ölçmeye yönelik sorular mevcuttur. Kimlik bilgilerini açık edecek herhangi bir soru yer almamaktadır.

3.3.2. Duyarlık Ölçeği

Demirci-Seyrek, Ersanlı ve Tunç (2016) tarafından yetişkinlerin duyarlık düzeylerini

saptamak niyetiyle geliştirilmiştir. Ölçeğin; merhamet, duygudaşlık, anlayış ve insani olmak üzere 4 alt faktörü mevcuttur. Ölçek toplamda 15 maddeden oluşmaktadır. 10, 12 ve 13. maddeler ters madde olup; 5, 9, 11, 14, 15. maddeler merhamet alt boyutunu, 2,4,8. maddeler duygudaşlık alt boyutunu, 1, 3, 6 ve 7. maddeler anlayış alt boyutunu, 10, 12 ve 13. maddeler insani alt boyutunu kapsamaktadır. Ölçek 5'li likert tiptedir. 5 en çok, 1 en az ifadelerini karşılamaktadır. Ölçeğin toplamının Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı α=,80 olarak hesaplanmıştır. Bununla birlikte merhamet alt faktörü için α=,70, duygudaşlık alt faktör için α=,65, anlayış alt faktörü için α=,62 ve insani alt boyutu için α=,65 olarak tespit edilmiştir. Ölçek toplam varyansın %52,98'ini açıklamaktadır. Hesaplamalar toplam puan üzerinden yapılmakta olup alınabilecek minimum puan 15, maksimum puan 75'tir. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik analizleri sonucunda yetişkinlerle çalışılan örneklemlerde kullanılmaya uygun olduğu görülmüştür. Ölçekten alınan puanlar artıkça duyarlık düzeylerinin de yükseldiği bilgisini sunmaktadır. Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı α=,89 olarak hesaplanmıştır.

3.3.3. Adolesanlarda Empati ve Sempati Kurma Ölçeği

Ölçek Vossen, Piotrowski ve Valkenburg (2013) tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlaması 2018 yılında Zengin, Yalnızoğlu-Çaka ve Çınar tarafından yapılmıştır. Ölçek 10-15 yaş arası ergenler için geliştirilmiştir. Aynas (2019), ölçeğin yetişkin örnekleme de uygun olup olmadığını test etmiştir. Çalışma sonucunda ölçeğin empati alt boyutu için Cronbach alpha iç tutarlık katsayısını α=,65, sempati alt boyutu için Cronbach alpha iç tutarlık katsayısını α=,72 olarak hesaplamıştır. Faktör analizi sonucunda, tıpkı orijinal formdaki gibi 3 faktörlü bir yapıya ulaşmış, aldığı uzman görüşleri ile ölçeğin yetişkin örnekleme de uygun olduğunu saptamıştır. Ölçeğin; duygusal empati, bilişsel empati ve sempati olmak üzere 3 alt faktörü mevcuttur. Ölçek toplamda 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte ters madde yoktur. 1,2,3 ve 4. maddeler duygusal empati alt boyutunu, 5,6,7 ve 8. maddeler bilişsel empati alt boyutunu, 9,10,11 ve 12. maddeler ise sempati alt boyutunu kapsamaktadır. Ölçek 5'li likert tiptedir. 5 her zaman, 1 hiçbir zaman ifadelerini karşılamaktadır. Ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlık katsayıları α=,63 ile ,75 arasındadır. Ölçekten alınan puanlar arttıkça empati ve sempati düzeyinin de arttığı anlaşılmaktadır. Bu araştırma sonucunda ise ölçeğin empati alt boyutu için Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı α=,87, sempati alt boyutu için Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı α=,88 olarak bulunmuştur.

3.3.4. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği

Ölçek Smith, Tooley, Christopher ve Kay (2010) tarafından geliştirilmiştir. Dilimize uyarlaması Doğan (2015) tarafından yapılmıştır. Ölçek tek faktörden oluşmaktadır. Ölçek toplamda 6 maddeden oluşmaktadır. 2, 4 ve 6. maddeler ters maddelerdir. Ölçek, 5'li likert tiptedir. 1 hiç uygun değil, 5 tamamen uygun ifadelerini karşılamaktadır. Ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı α=,83'tür. Hesaplamalar toplam puan üzerinden yapılmaktadır. Ölçekten alınan puan arttıkça psikolojik sağlamlığın daha yüksek olduğu bilgisini sunmaktadır. Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı α=,91 olarak hesaplanmıştır.

3.3.5. Çalışanlar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği

Ölçek, Stamm (2005) tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlaması Yeşil ve diğerleri (2010) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin; mesleki tatmin, tükenmişlik ve merhamet yorgunluğu olmak üzere 3 alt faktörü mevcuttur. Bu çalışmanın amacına uygun olarak sadece merhamet yorgunluğu alt boyutuna ilişkin veriler kullanılmıştır. Ölçek toplamda 30 maddeden oluşmaktadır. Ölçekteki 1, 4, 15, 17 ve 29. maddeler ters maddelerdir. 3, 6, 12, 16, 18, 20, 22, 24, 27 ve 30. maddeler mesleki tatmin alt faktörünü, 1, 4, 8, 10, 15, 17, 19, 21, 26 ve 29. maddeler tükenmişlik alt faktörünü, 2, 5, 7, 9, 11, 13, 14, 23, 25 ve 28. maddeler merhamet yorgunluğu alt faktörünü kapsamaktadır. Ölçek 6'lı likert tiptedir. 0 hiçbir zaman, 5 çok sık ifadelerini karşılamaktadır. Mesleki tatmin alt faktörüne ait Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı α=,87, tükenmişlik alt faktörüne ait Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı α=,72, merhamet yorgunluğu alt faktörüne ait Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı α=,80 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ise merhamet yorgunluğu alt ölçeğinin Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı α=,87 olarak hesaplanmıştır.

3.4. VERİLERİN TOPLANMASI

Veri toplama aşamasına geçilmeden önce Düzce Üniversitesi Etik Kurulu'ndan etik kurul izni ve ölçek geliştiricilerden mail yoluyla ölçekleri kullanmaya dair izinler alınmıştır. Ölçek maddeleri tek bir dosya olacak şekilde düzenlenmiştir. Aynı zamanda çevrim içi yanıtlamaya uygun olacak şekilde maddeler Google Forms'a da aktarılmıştır. Katılımcılara araştırmanın amacı, kapsamı, gönüllü olma esası ve gizlilik ilkesini aktaran bir onam metni sunulmuştur. Bireylerin kimlik bilgilerini açık edecek herhangi bir bilgi istenmemiştir. Toplamda 110 kişi çevrim içi platformda, 193 kişi kağıda basılmış formları yanıtlama yoluyla araştırmaya katılım sağlamıştır. Veri toplama süreci Haziran 2023

tarihinde başlamış Kasım 2023 tarihinde sonlanmıştır.

3.5. VERİLERİN ANALİZİ

Araştırmanın temel amacı, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan uzmanların merhamet yorgunluğu düzeylerine empati ve sempatinin etkisi, bu etkide psikolojik sağlamlık ve duyarlığın aracı rolünü saptamaktır. Ayrıca merhamet yorgunluğunun cinsiyet, yaş, deneyim, mezuniyet yılı, branş ve memnuniyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemektir. Öncelikle veri setinin analizlere uygun olup olmadığı test edilmiştir. Bu bağlamda verilerin istatistiki varsayımları karşılayıp karşılamadıklarını görmek adına normallik analizleri yapılmıştır. Çoklu doğrusal bağlantı sorunu olup olmadığına yönelik çıkarımda bulunmak adına da verilerin korelasyon, tolerans ve VIF değerleri incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda psikolojik sağlamlık ve duyarlık aracılığında empati ve sempatinin merhamet yorgunluğuna etkisini test etmek için yol (path) analizi yapılmıştır. Ek olarak demografik verilere göre değişkenlerin farklılaşıp farklılaşmadıklarını belirlemek için de bağımsız örneklem *t* testi ve ANOVA analizleri yapılmıştır. Analizler SPSS 27.0 paket programı ile yapılmıştır. Hipotez modelini test etmek için ise M-Plus 7. sürüm programı ile 5,000 yeniden örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Analizler sonucu elde edilen veriler %95 güven aralığı ve ,05 anlamlılık düzeyi esas alınarak değerlendirilmiştir.

Araştırmanın "Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi çalışanlarında empati ve sempatinin merhamet yorgunluğuna etkisi var mıdır? Empati ve sempatinin merhamet yorgunluğuna etkisinde psikolojik sağlamlık ve duyarlık aracı rol üstlenmekte midir?" sorularını test etmek için yol analizi yapılmıştır. Bu sorulardan hareketle Şekil 1'de yer alan teorik model oluşturulmuştur. Bu modelde empati ve sempati bağımsız; psikolojik sağlamlık ve duyarlık aracı; merhamet yorgunluğu ise bağımlı değişken olacak şekilde planlanmıştır.

Modelin uyum indekslerini değerlendirme sürecinde şu değişkenler göz önünde bulundurulmuştur: ki-kare, p>,05, karşılaştırmalı uyum iyiliği (CFI)>,90, normlaştırılmış uyum indeksi (TLI)>,90, standartlaştırılmış hata kareler ortalaması karekökü (SRMR)<.08, yaklaşık hataların ortalama karekökü (RMSEA)<,06 (Hooper vd., 2008: 58; Kline, 2005:135-141; O'Rourke vd., 2013: 149-150). Elde edilen sonuçlara bakıldığında modelin gerekli uyum indekslerini karşıladığı görülmüştür.

Araştırmanın diğer alt problemleri merhamet yorgunluğunun demografik değişkenlere göre değişip değişmediğidir. Bu değişkenlerden ilki cinsiyettir. Merhamet yorgunluğunun

cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için bağımsız örneklem *t* testi; diğer değişkenler olan yaş, deneyim, mezuniyet yılı ve branşa göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve memnuniyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için ise korelasyon ve regresyon analizi kullanılmıştır.

4. BULGULAR VE TARTIŞMA

Bu bölümde, verilerin analizi ve analizlere ilişkin yorumlar yer almaktadır.

4.1. ÖLÇEKLERE AİT BETİMSEL İSTATİSTİK, NORMALLİK DAĞILIMLARI VE KORELASYON DEĞERLERİNE İLİŞKİN BULGULAR

Verilerin normalliklerini analiz edebilmek amacıyla basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiş olup Tablo 2'de gösterilmiştir. Ayrıca verilerin korelasyon değerleri ile betitmsel istatistiklere ilişkin aritmetik ortalama ile standart sapma da Tablo 2'de yer almaktadır.

Tablo 2: Ölçeklere Ait Betimsel İstatistikler, Normallik ve Korelasyon

Değişkenler	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
1.Duyarlık	1				
2.Empati	,64***	1			
3.Sempati	,75***	,73***	1		
4.Psikolojik Sağlamlık	-,27***	-,36***	-,26***	1	
5.Merhamet Yorgunluğu	,29***	,47***	,3***	-,57***	1
x̄	63,41	29,15	16,58	19,11	21,24
Ss	8,80	5,6	2,98	5,28	9,94
Çarpıklık	-,97	-,22	-,92	-,12	,51
Basıklık	,95	,47	,77	-,02	-,12

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

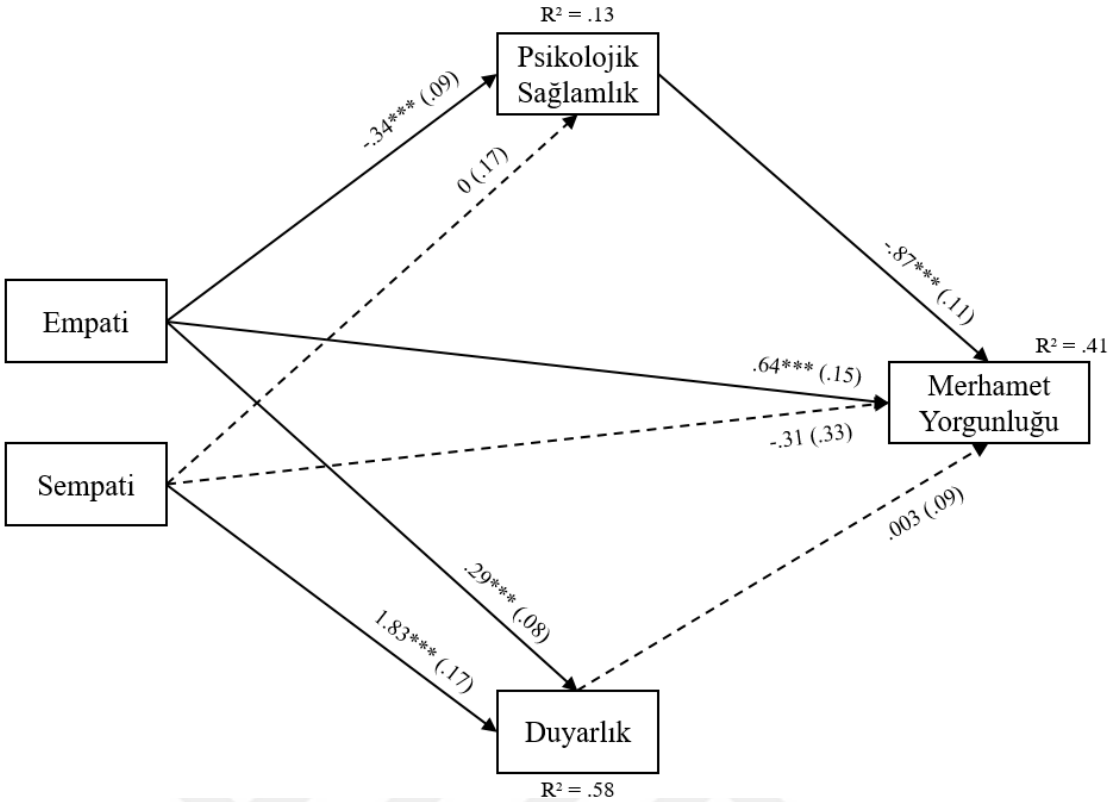
Araştırma kapsamındaki değişkenlere ait korelasyon değerleri -,57 ve ,73; tolerans değerleri ,33 ve ,70; VIF değerlerinin 1,43 ve 3,05 aralığında oldukları görülmektedir. Değişkenler arasında çoklu doğrusal bağlantı sorunu olmadığı saptanmıştır. Değişkenlerin çarpıklık değerlerinin -1,48 ile ,51; basıklık değerlerinin -61 ile 4,53 arasında değişkenlik göstermektedir. Çoklu doğrusal bağlantı sorunu olmadığı görülmüştür. Değişkenlerin basıklık ve çarpıklık değerleri +1 ve -1 arasında yer almaktadır. Bu değerlerin mevcut aralıkta olması normal dağılıma işaret etmektedir (Hair ve ark., 2010).

4.2. HİPOTEZ VE SEÇİLEN MODELE AİT YOL ANALİZİ BULGU VE YORUMLARI

Araştırmanın bu bölümünde "Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde çalışan uzmanların empati düzeyleri merhamet yorgunluklarını yordamakta mıdır?", "Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde çalışan uzmanların sempati düzeyleri merhamet yorgunluklarını yordamakta mıdır?", "Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde çalışan uzmanların empati ve sempati düzeyleri ile merhamet yorgunlukları arasındaki ilişkide duyarlık aracı rol oynamakta mıdır?" ve "Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde çalışan uzmanların empati ve sempati düzeyleri ile merhamet yorgunlukları arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlık aracı rol oynamakta mıdır?" problemlerinin yanıtlarına ait sonuçlar mevcuttur.

Alt problemlerin analizinden önce Şekil 1'deki teorik model oluşturulmuş ve test edilmiştir. Bu modelde empati ve sempati bağımsız, merhamet yorgunluğu bağımlı, psikolojik sağlamlık ve duyarlık ise aracı değişken olarak ele alınmıştır. Modelin uyum indeksleri $\chi 2(1) = 1{,}25$, $p > {,}05$, karşılaştırmalı uyum iyiliği değerinin (CFI) ,99, normlaştırılmamış uyum indeksi (TLI) ,99, standartlaştırılmış hata kareler ortalamasının karekökü (SRMR) ,009 ve yaklaşık hataların ortalama karekökü (RMSEA) değeri ,03 olarak bulunmuştur. Modelin uyum indekslerini karşıladığı görülmüştür. Modelde açıklanan varyanslar sırasıyla; psikolojik sağlamlık için %13, duyarlık için %58 ve merhamet yorgunluğu için %41'dir. Açıklanan değerleri ile beraber model Şekil 3'te yer almaktadır.

Bağımsız değişkenlerden aracı ve bağımlı değişkenlere olan doğrudan etkiler şekilde gösterilmiştir. Buna göre empatiden psikolojik sağlamlığa (-,34) negatif, merhamet yorgunluğuna (,64) ve duyarlılığa (,29) pozitif yönde etki vardır. Yani empati arttıkça psikolojik sağlamlık azalmakta, merhamet yorgunluğu ve duyarlık artmaktadır. Aynı zamanda empatinin merhamet yorgunluğuna olan etkisininde psikolojik sağlamlık kısmi aracı rol oynamıştır (,03). Sempatiden duyarlığa pozitif yönde (1,83) bir etki vardır. Yani sempati düzeyi arttıkça duyarlığın da arttığı söylenebilir. Sempatinin merhamet yorgunluğu ve psikolojik sağlamlık ile istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkisi bulunmamıştır. Ayrıca duyarlık, empatinin merhamet yorgunluğu ile olan ilişkisinde istatistiksel açıdan anlamlı bir aracı rol almadığı bulunmuştur.



Not: Anlamlı olan ilişkiler doğru parçası, anlamlı olmayan ilişkiler kesikli doğru parçası ile gösterilmiştir. *p<.05, **p<.01, ***p<.001

Şekil 3: Araştırmanın Hipotez Modeli

Araştırma sonuçları kişinin merhamet yorgunluğunun artmasında empatinin doğrudan etkileri olduğunu ortaya koymaktadır. Figley (2002b: 1437) de merhamet yorgunluğunun başlangıç noktası olarak empatiyi ele almaktadır. Bakıldığında diğer insanların ne düşündüklerini ve hissettiklerini bilmemizin, onlarla duygusal etkileşim kurup düşünce paylaşımını yapmamızın yolu da empatiden geçmektedir (Stueber, 2008). Özel gereksinimli bireyler ile çalışan uzmanlar düşünüldüğünde, onların ilişki ve iletişimleri çok boyutlu ilerlemektedir. Bireyle, varsa bakımveren ve/veya yakınlarıyla, diğer hizmet verenlerle diyalog halindelerdir. Kendi gözlemleri ve onlara aktarılanlar dahilinde kişileri anlama çabası onlar için zorlayıcı olabilir. Literatürde, bireylerin öykülerine tanık olmanın empati düzeyini artırdığına işaret eden çalışmalar mevcuttur (Broomhead, 2013: 8). Empati düzeyinin yükselmesinin ise desteğe ihtiyaç duyan kişi ile kurulan bağı güçlendirdiği bilinmektedir (Shi vd., 2022: 840). Empati, kişileri yardımcı olma arzusuna ve davranışına yönlendirebilir (Duru, 2002: 6). Bu bağlamda sunulabilecek yardım çoğu zaman mesleki bilgiler ile kısıtlıdır. Bazı özel gereksinim gruplarında ilerleme çok yavaş olabilirken, bazı özel gereksinim gruplarında öncelikli amaç geriye gidişi yavaşlatmak

yönündedir. Bu durum da özel gereksinimli bireylerin yaşamlarını zorlayan durumları ortadan kaldırmanın gerçekçi olmadığına işaret etmektedir. Bu hedefler ışığında, kurdukları empatik bağ ile yola koyulan uzmanlar için süreç hırpalayıcı, yorucu ve hayal kırıklıklarıyla dolu olabilir. Nitekim merhamet yorgunluğu kavramı da tam bu noktada ortaya çıkmaktadır.

Sempati kavramının tanımı ve özelliklerinden yola çıkılarak sempatinin merhamet yorgunluğunu artırabileceği düşünülmüş olsa da araştırma sonuçları bir ilişki olmadığını göstermektedir. Literatürde bunu doğrulayan ya da yanlışlayan nitel veya nicel bir çalışmaya rastlanmamış olmakla birlikte; sempatinin duygusal tükenmeye yol açabileceği (Thirioux, Birault ve Jaafari, 2016: 8), daha öznel olmasından kaynaklı profesyonelliği zedeleyip tükenmişlik ve yorgunluğu artırabileceğini dile getiren bazı araştırmalar mevcuttur (Svenaeus; 2014: 274). Bakıldığında sempatinin diğerleriyle bağ kurma, özdeşleşme, problemlerin çözümünde rol alma gibi arzuları beraberinde getiriyor oluşu uzmanların çalışma motivasyonlarını artırıyor olabilir. Artmış bir motivasyonla, yaşanan olumsuzlukların yıkıcı etkileri bireyler tarafından göz ardı ediliyor olabilir. Uzmanlar, acıma hissetseler ve bireylerle daha fazla ilgilenmek isteseler de bu durum onları sarsmıyor olabilir. Bu sebeple merhamet yorgunluğu ile sempati arasında doğrudan pozitif veya negatif bir ilişki bulunmamış olabilir.

Bu çalışma sonuçlarına bakıldığında duyarlığın empati ve sempati ile ilişkili olduğu görülmektedir. Bir başkasının yaşadığı zorluğu duyumsamak ve onunla ilgilenebilmenin yolu, anlama çabasından geçmektedir. Kendini karşısındakinin yerine koymak, onun acısını anlamlandırmaya çabalamak, çözüm için harekete geçmek gibi detayların kişileri duyarlı kıldığı anlaşılmaktadır. Empati ve sempati, bireyleri diğerlerinin yaşadıklarına kayıtsız kalmaktan geri tutuyor denebilir. Fakat duyarlık ile merhamet yorgunluğu arasında anlamlı bir ilişki mevcut değildir. Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde çalışan uzmanların, hizmet sundukları hedef kitleye karşı duyarlı oluşları, onlarda merhamet yorgunluğuna yol açmamaktadır. Uzmanların diğerlerine duyarlı oluşu, merhamet yorgunluğu yaşatmaktan ziyade onları daha fazla sorumluluk üstlenmeye itiyor olabilir. Üstlenilen bu sorumluluk onları yorsa da meşgul etse de onlar için bir yük veya bedel değil, manevi tatmin ile ilerleyen bir süreç olabilir. Bu sebeple de burada pozitif veya negatif bir ilişki bulunmamış olabilir.

Araştırma sonuçlarına bakıldığında empati ile psikolojik sağlamlık arasında negatif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu bulgu, literatürdeki bazı çalışmalarla

desteklenebilirken bazıları ile çelişmektedir. Örneğin literatürde empatinin bireyin tükenmişliğini artırdığını (Topçu, 2020: 75) ve strese yol açabileceğini (Vucinic, Stanimirovic, Gligorovic, Jablan ve Marinovic, 2022: 547) ortaya koyan çalışmalar mevcuttur. Fakat öte yandan empatinin tükenmişlik ile negatif yönlü (Baykal, 2019: 90-102) bir ilişkisi olduğunu raporlayan çalışmalar da mevcuttur. Tükenmişlik ve stres gibi olguların, tanımı gereği psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan bireylerde daha seyrek ve düşük düzeyde görülmesini beklemek olağandır. O halde empati; bazen iyi oluşu destekleyen ve kişilerin psikolojik sağlamlıklarını pekiştiren bir yeti olabilirken bazen de kişilerin zorluklarla baş etmesini güçleştiren, iyi oluşu zedeleyip psikolojik sağlamlığı olumsuz etkileyen bir yeti olabilmektedir. Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi çalışanlarında empati, onların psikolojik sağlamlıklarını olumsuz etkiliyor gibi gözükmektedir. Öğrenci, hasta veya danışanla, onun yakınlarıyla etkileşim içerisinde olmak, süreçleri bilişsel ve duygusal perspektiflerde anlama çabası, olanları muhataplara geri iletme gibi süreçler uzmanların ruh sağlıklarını olumsuz etkileyip psikolojik sağlamlık düzeylerini düşürmektedir.

Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi çalışanlarında psikolojik sağlamlığın artması, merhamet yorgunluğunun azaldığına işaret etmektedir. Empati ile merhamet yorgunluğu arasındaki pozitif ilişkide psikolojik sağlamlık aracı bir rol üstlenmektedir. Ayrıca psikolojik sağlamlık düzeyi ile merhamet yorgunluğu arasında da negatif ilişki olduğu görülmüştür. Araştırmanın bu sonucu literatürle örtüşmektedir (Salur, 2019: 54; Lluch, Galiana, Domenech ve Sanso, 2022: 364; Amarneh ve Al-Dweieb, 2022: 1123; Cao ve Chen, 2021: 1054). Yani psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan uzmanların merhamet yorgunlukları daha düşüktür. Bu perspektifte bakıldığında kişisel güçlü yönlerin desteklenmesi, ailesel ve toplumsal düzenlemelerin yapılması psikolojik dayanıklığın artışına, merhamet yorgunluğunun ise azalmasına yardımcı olabilir.

4.3. DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE AİT BULGULAR

4.3.1. Cinsiyet Değişkenine Ait Bulgular

Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan profesyonellerin cinsiyet değişkenine göre merhamet yorgunluklarının farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için bağımsız örneklem *t* testi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 3'te verilmiştir.

Bağımsız örneklem *t* testi, erkek ve kadınların merhamet yorgunluğu düzeylerinin faklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için kullanılmıştır. Analiz sonucunda, kadın

(22,14, ss=9,99) ve erkek (19,30, ss=8,74) grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur (t(301)= 3,34, p< ,001). Bu fark kadınların puan ortalamasının, erkeklerin puan ortalamasından fazla olmasından kaynaklıdır.

Tablo 3: Merhamet Yorgunluğu Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	x̄	Ss	*t*	df	P
Merhamet	Kadın	247	22,14	9,99	3,34	301	< ,001
Yorgunluğu	Erkek	56	19,30	8,74			

Alanyazın incelendiğinde kadınların daha fazla tükenmişlik (Güney, 2016: 8; Karahan, 2008: 113) ve empati (Williams, 1989: 175; Vinayak ve Judge, 2018: 195) düzeylerinin olduğunu saptayan çalışmalar mevcuttur. Empati, yukarıdaki paragraflarda da tartışıldığı üzere merhamet yorgunluğunun ilk girdisi olarak ele alınabilir (Figley, 2002b: 1437). Bu bağlamda kadınların merhamet yorgunluğu düzeylerinin erkeklerden daha fazla olduğu bulgusu literatürle örtüşmektedir. Bilinmektedir ki tükenmişlik kavramı merhamet yorgunluğu sonucunda sık karşılaşılan bir durum olarak ele alınmaktadır (Naig, 2010: 116; Örnek, 2023: 51; Çetinkaya, 2023: 48). Bu açıdan yine kadınların yaşadıkları merhamet yorgunluğunun erkeklerden fazla olduğu bilgisi literatürle uyumlu bir sonuçtur. Lluch, Galiana, Domenech ve Sanso (2022: 364), yaptığı araştırmada kadın olmanın tükenmişlik, duygusal tükenme, duyarsızlaşma, merhamet yorgunluğu gibi durumlara yakalanma ihtimalini artırdığını öne sürmüştür.

4.3.2. Yaş Değişkenine Ait Bulgular

Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan profesyonellerin yaş değişkenine göre merhamet yorgunluklarının farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4: Merhamet Yorgunluğu Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

	Yaş	N	%	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
Merhamet Yorgunluğu	24 ve altı	71	23,4	Gruplar Arası	14,41	2	7,21	0,7	,93
	25-30	102	42,9	Gruplar İçi	29823,51	300	99,41		
	31 ve üstü	130	33,7	Toplam	29837,93	302			

Tablo 4'e göre çalışanların merhamet yorgunluğu düzeyleri yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde farklılaşmamaktadır (F(302)= 0,7, p>.05). Oysa literatürde yaş arttıkça tükenmişliğin (Oruç, 2007: 75) , duygusal tükenmenin (Williams, 1989: 175), iş stresinin (Mun, Park ve Lee, 2022: 237) ve merhamet yorgunluğunun (Koca, 2018: 58; Özdemir, 2022: 50) da arttığını ifade eden araştırmalar mevcuttur. Bulgular bu açıdan literatürle örtüşmemektedir. Bu durum, örneklemdeki bireylerin çalıştıkları kurumun özelliklerinden kaynaklı olabilir. Örneğin kurum daha çok hafif etkilenim düzeyindeki bireylere hizmet sunuyorsa, velilerin katılımı ve işbirlikçi yaklaşımı daha fazlaysa, multidisipliner bir anlayışla uzmanlar arası bilgi alışverişi yüksek düzeydeyse; yaş değişkeni merhamet yorgunluğunu etkilemiyor olabilir. Ayrıca hem kurum içindeki diğer uzmanların, hem bireylerin yaşamlarındaki kişilerin varlığı da bu noktada etkili olabilir. Yani bireylerin sahip oldukları sosyal destek sisteminin özelliklerine göre yaş fark etmeksizin merhamet yorgunluğunda değişiklikler yaşanıyor olabilir. Ayrıca mesleği isteyerek seçme veya bireyin daha rasyonel, duygularla biraz daha mesafeli olmaları gibi kişilik özellikleri taşımaları da yaş ile merhamet yorgunluğu arasında bir ilişki bulunmamasına yol açmış olabilir.

4.3.3. Deneyim Değişkenine Ait Bulgular

Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan profesyonellerin deneyim değişkenine göre merhamet yorgunluklarının farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5: Merhamet Yorgunluğu Düzeylerinin Deneyim Değişkenine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

	Deneyim	N	%	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
Merhamet Yorgunluğu	İlk yıl	49	16,2	Gruplar Arası	350,81	3	116,94	1,19	,32
	1-3 yıl	123	40,6	Gruplar İçi	29487,12	299	98,62		
	4-6 yıl	58	19,1	Toplam	29837,93	302			
	6 yıl üstü	73	24,1						

Tablo 5'e göre çalışanların merhamet yorgunluğu düzeyleri mesleki deneyime göre istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde farklılaşmamaktadır (F(302)= 1,19, p>.05). Oysa literatürde meslekte bulunma yılının, yani deneyimin tükenmişlik (Mun, Park ve Lee, 2022: 237) ve merhamet yorgunluğu (Mollamehmetoğlu, 2022: 43) ile pozitif ilişkisi olduğunu açıklayan araştırmalar mevcuttur. Literatür ile bu araştırma sonuçları arasındaki farklılığın çeşitli sebepleri olabilir. Örneğin mesleğe yeni başlayan bireylere yapılan

oryantasyon çalışmaları kurumdan kuruma değişkenlik göstermektedir. Cesaretlendirmelerle ve akıllarda soruları en aza indirgeyecek şekilde yapılmış bir oryantasyon çalışması, yeni başlamış bir uzmanın işe geçiş sürecini kolaylaştırabilir. Ayrıca meslekte belli bir deneyim edinmiş bireylerin zaman zaman aldıkları dışsal motivasyon kaynakları (teşekkür, prim, hediye gibi) onların yorgunluk yaşamalarının önüne geçiyor olabilir. Bireyler, süreç içerisinde kendi uzmanlaşmak istedikleri alanda eğitimler alarak öğrenci/hasta/danışan kitlesini buna göre şekillendirmiş olabilirler. Bu durumda çalışmakta daha yetkin olduğu tanı ve yaş grubuyla süreç yürütmek mesleki tatmin ve motivasyonu artırıyor olabilir. Bu sebeple deneyim ve merhamet yorgunluğu arasında bir ilişki bulunmamış olabilir.

4.3.4. Mezuniyet Yılı Değişkenine Ait Bulgular

Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan profesyonellerin mezuniyet yılı değişkenine göre merhamet yorgunluklarının farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6: Merhamet Yorgunluğu Düzeylerinin Mezuniyet Yılı Değişkenine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

	Yıl	N	%	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
Merhamet Yorgunluğu	2023	42	13,9	Gruplar Arası	311,53	3	103,84	1,05	,37
	2020-2022	100	33	Gruplar İçi	29526,4	299	98,75		
	2017-2019	65	21,5	Toplam	29837,93	302			
	2016 ve öncesi	96	31,7						

Tablo 6'ya göre çalışanların merhamet yorgunluğu düzeyleri mezun olunan yıla göre istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde farklılaşmamaktadır ($F(302)= 1,05$, $p> ,05$). Bu değişken ele alınırken; yıllara göre değişen müfredat içeriklerinin, küresel ve ulusal çapta insanları etkileyen pandemi, afet gibi faktörlerin bireylerin iş yaşamlarına yansımalarını görmek amaçlanmıştır. Fakat bulgular mezuniyet yılına göre merhamet yorgunluğu düzeylerinde istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığına işaret etmektedir. Geniş kitleleri etkileyen afet durumlarında, hayatta kalma motivasyonuyla bireyler kendi yaşamlarına daha fazla yöneliyor olabilir. Bu sebeple çevrede olup biten, onlar için bir miktar daha geride kalmış, önce kişisel ve sosyal hayat, ardından iş hayatı gibi bir öncelik sırası izlenmiş olabilir. Müfredatlarda zaman zaman çeşitli yenilikler yapılmış olsa da aktarılanların ana hatları değişmediğinden bireylerin mesleki bakış açıları da mezuniyet

yılına göre değişmemiş, bu da merhamet yorgunluğu ile mezun olunan yıl arasında bir ilişki bulunmamasına yol açmış olabilir.

4.3.5. Branş Değişkenine Ait Bulgular

Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan profesyonellerin branş değişkenine göre merhamet yorgunluklarının farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7: Merhamet Yorgunluğu Düzeylerinin Branş Değişkenine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

	Branş	N	%	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
Merhamet Yorgunluğu	Çocuk Gelişimi	77	25,4	Gruplar Arası	776,35	6	129,4	1,32	,25
	Özel Eğitim	33	10,9	Gruplar İçi	29061,58	296	98,18		
	PDR – Psikoloji	46	15,2	Toplam		302			
	Okul Öncesi	41	13,5						
	Fizyoterapi	43	14,2						
	Uzman Öğretici	23	7,6						
	Diğer	40	13,2						

Tablo 7'ye göre çalışanların merhamet yorgunluğu düzeyleri branşa göre istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde farklılaşmamaktadır ($F(302)= 1,32$, $p>.05$). Oysa branşa göre iş tatmininin (Korucu, 2005: 57) ve tükenmişliğin (Oruç, 2007: 75; Karahan, 2008: 113); mesleğe göre ise merhamet yorgunluğunun (Ondrejková ve Halamová, 2022: 1680) değiştiğini gösteren araştırmalar mevcuttur. Bu bağlamda bulgular, literatürdeki bazı araştırma sonuçlarıyla örtüşmemektedir. Bu farklılığın sebebi; bireylerin aldıkları lisans veya lisansüstü eğitimlerinin özellikleri ile alakalı olabilir. Bu branşlardaki bireylerin tamamının istihdam alanlarından birinin özel eğitim ve rehabilitasyon sektörü olduğu bilinmektedir. Bu bağlamda uzmanların kendi eğitim süreçlerinde etik sınırlardan, bireylere profesyonel hizmet sunmanın önemi ve özelliklerinden; örneklemde yer alan tüm meslek gruplarına bahsedilmiş olması muhtemeldir. Bu durumda branşlar arasında anlamlı bir farklılık bulunamaması olağandır. Ayrıca uzmanların çalıştıkları kurumlarda kendi meslektaşlarının destekleyici tutumları, olumlu bir kurum iklimi de branş fark etmeksizin uzmanların merhamet yorgunlukları ile ilişkili olabilir.

4.3.6. Memnuniyet Düzeyi Değişkenine Ait Bulgular

Memnuniyet düzeyi "Özel eğitim ve rehabilitasyon alanında çalışmaktan duyduğunuz memnuniyet düzeyinizi puanlayınız (0= Hiç memnun değilim, 10= Çok memnunum.)."

maddesi ile 11'li Likert tip ölçekle ölçülmüştür. Dolayısıyla memnuniyet düzeyi sürekli bir değişken olarak ölçülmüş ve değerlendirilmiştir. Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan profesyonellerin memnuniyet düzeyi ile merhamet yorgunluğu arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 8'de verilmiştir.

Tablo 8: Merhamet Yorgunluğu Düzeylerinin Memnuniyet Düzeyi Tarafından Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	B	Standart Hata	β	*t*	p
Standart	24,49	1,29		19,064	,000
Memnuniyet Düzeyi	-,64	,23	-,16**	-2,82	,005

Not: R=,16; R^2= ,03; F=7,93, p < ,001

Öncelikle memnuniyet düzeyi ile merhamet yorgunluğu arasında -.16 bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu zayıf düzeyde bir ilişkiye işaret etmektedir. Negatif bir ilişki olması memnuniyet düzeyi arttıkça merhamet yorgunluğunun düştüğünü göstermektedir. Ek olarak memnuniyetin merhamet yorgunluğunu yordayıp yordamadığını anlamak için doğrusal regresyon sonuçları Tablo 8'de gösterilmiştir. Buna göre bağımsız değişken olan memnuniyet düzeyinin bağımlı değişken olan merhamet yorgunluğunu negatif olarak yordadığı ve varyansın %3'nü açıkladığı görülmektedir (R=,16; R^2=,03; F=7,93; p<,001). Bu bulgular literatürdeki çalışmalar ile örtüşmektedir. Literatürde memnuniyet düzeyinin merhamet yorgunluğu ile (Gordi, 2023: 41; Kaya, 2021: 61) ters yönlü bir ilişkisi olduğunu ifade eden çalışmalar mevcuttur. Memnuniyet azaldıkça tükenmişlik ve iş doyumunun azaldığına da vurgu yapılmaktadır (Bölükbaşı, 2021: 79). Figley (2002b: 1437-1438) de yapmış olduğu merhamet yorgunluğu modelinde memnuniyetin yapılan iş ve elde edilen sonuçlardan duyulan tatmin olmasından kaynaklı koruyucu bir faktör olabileceğini dile getirmiştir. Bu bilgilere ve mevcut araştırmanın sonuçlarına göre memnuniyet arttıkça merhamet yorgunluğu azalmaktadır.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmada elde edilen bulgular ışığında ulaşılan sonuçlara değinilmiştir. Ek olarak araştırmacılara ve uzmanlara yol göstermesi amacıyla sonuçlar ışığında birtakım öneriler sunulmuştur.

5.1. SONUÇLAR

Elde edilen bulgulardan birisi özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi çalışanlarının empati düzeylerinin merhamet yorgunluklarını yordadığı yönündedir. Bireylerin empati düzeyi arttıkça merhamet yorgunluğu düzeyleri de artış gösterme eğilimindedir. Fakat sempati ile merhamet yorgunluğu arasında bir ilişki bulunamamıştır. Elde edilen bulgular literatürle desteklenecek niteliktedir.

Araştırmadan elde edilen bir diğer bulgu, empati ile merhamet yorgunluğu arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın kısmi aracı rol oynadığı yönündedir. Empati ile psikolojik sağlamlık arasında negatif, psikolojik sağlamlık ile merhamet yorgunluğu arasında da yine negatif bir ilişki mevcuttur. Bir diğer deyişle, empati arttıkça psikolojik sağlamlık azalmaktadır ve psikolojik sağlamlığın azalması yüksek düzeyde merhamet yorgunluğu ile ilişkilidir. Bu bulgu alanyazındaki benzer çalışmalarla desteklenecek niteliktedir.

Araştırmada hem empatinin hem sempatinin duyarlık ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi saptanmıştır. Yani empati düzeyinin artışı, bireyleri duyarlı olmaya yöneltmektedir. Aynısı sempati için de söz konusudur. Fakat duyarlık ile merhamet yorgunluğu arasında herhangi bir ilişki mevcut değildir. Bu sonuçlar kuramsal literatürle desteklenmiştir.

Demografik değişkenlerden elde edilen bulgulara bakıldığında, cinsiyet ve memnuniyet düzeyi ile merhamet yorgunluğu arasında anlamlı bir ilişki söz konusudur. Kadınların merhamet yorgunluğu düzeyleri erkeklere oranla daha fazladır. Memnuniyet düzeyi arttıkça ise merhamet yorgunluğu azalmaktadır. Bu bulgular literatürdeki araştırma sonuçlarıyla örtüşmektedir.

5.2. ÖNERİLER

Bu bölümde çalışmadan elde edilen bulgular ışığında araştırmacılara ve uzmanlara yönelik öneriler yer almaktadır.

5.2.1. Gelecek Araştırmalara Yönelik Öneriler

- Bu çalışmanın örnekleminde bazı branşlardan (ergoterapi, dil ve konuşma terapisi gibi) oldukça az uzmanın yanıtı mevcuttur. Daha geniş ve daha homojen bir örneklemde, benzer bir çalışma yapılması önerilir.
- Bu çalışmada merhamet yorgunluğunu yordayacağı öngörülen empati, sempati, psikolojik sağlamlık ve duyarlık kavramlarına yer verilmiştir. Fakat merhamet yorgunluğunu açıklayabilecek farklı değişkenler de mevcuttur. Bu değişkenler ile farklı araştırmalar yapılabilir.
- Bu araştırma kesitsel korelasyonel bir çalışmadır. Bu tür çalışmalarda sebep sonuç ilişkisini tam olarak bulmak mümkün değildir. Bu açıdan boylamsal ve deneysel çalışmalar önerilir.
- Psikolojik sağlamlığı artırmaya yönelik çalışmalar ile merhamet yorgunluğunu azaltmaya yönelik çalışmalar yapılabilir.

5.2.2. Klinik Uygulamalar İçin Öneriler

- Empati, bireyler arası iletişim ve ilişkilerde önem teşkil etmektedir. Fakat görülmektedir ki bu durum merhamet yorgunluğuna yol açabilir. Bu sebeple empati becerilerinin yanına ek olarak psikolojik iyi oluşu destekleyecek, psikolojik sağlamlığı artıracak bilgilendirici ve uygulamaya yönelik çalışmalar yapılabilir.
- Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi çalışanlarında merhamet yorgunluğu yaşanabildiği araştırma sonuçlarında mevcuttur. Bu bilgiler ışığında uzmanların duygu ve düşüncelerini daha iyi keşfetmelerine yardımcı olacak, yaşamlarını daha iyi organize edebilmelerini sağlayacak bilgilendirici çalışmalar yapılabilir.
- Zorluklarla baş etme becerilerini artırmaya ilişkin çalışmalar artırılabilir.
- Memnuniyet ile merhamet yorgunluğu arasındaki negatif ilişki göz önüne alındığında; bireylerin meslek yaşamında neler beklediklerini, kişilik özelliklerine uygun mesleklerin neler olduğunu, bir memnuniyetsizlik halinde kariyer değişim basamaklarını ve mesleki gelişim aşamalarını önceden biliyor olmak bireylerin merhamet yorgunluğu yaşamalarının önünde bir engel olabilir. Bu sebeple mesleki rehberlik ve kariyer danışmanlığı çalışmalarının artırılması önerilir.

6. KAYNAKLAR

Acar, Ö. F. (2021). *Özel eğitim öğretmenlerinin iş tatmin, mesleki tükenmişlik ve iş stres düzeylerinin incelenmesi.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Adanır, A. (2019). *Onkoloji ve palyatif bakım kliniklerinde çalışan hemşirelerin merhamet yorgunluğu ve stresle başa çıkma tarzlarının belirlenmesi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Akbaş, E. (2023). *Sosyal hizmet uzmanlarında merhamet yorgunluğu*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul.

Akdeniz, S. ve Deniz, M. E. (2016). Merhamet Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Hapiness & Well-Being, 4*(1), 50-61. https://hdl.handle.net/20.500.12498/1426

Akgül, N. (2017). Kişilerarası duyarlılık eğitiminin üniversite öğrencilerinin empati ve iletişim becerilerine etkisi. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.

Aktan, B. Ş. ve Önder, A. (2018). Okul öncesi dönemde psikolojik dayanıklılık. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi, 4*(2), 20-30.

Aktaş, V. ve Coştur, R. (2007). Sorumluluk Yüklemesi Çerçevesinde Öfke ve Sempati Duyguları ile Yardım Etme ve Saldırganlık Davranışları (Judgments of Responsibility, Feelings of Anger/Sympathy and Social Conduct of Help-giving and Aggression). *Türk Psikoloji Dergisi (Turkish Journal of Psychology), 22*(59), 15-37.

Alıcıoğlu, A. Y. ve Bavlı, B. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Çocukların Psikolojik Dayanıklılıklarını (Rezilyansını) Desteklemede Kullandıkları Stratejilerin Belirlenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, *52*(238), 655-680. https://doi.org/10.37669/milliegitim.1090013

Altay, M. (2022). *Yoğun bakım hemşirelerinde merhamet yorgunluğunun tıbbi hataya eğilim durumlarına etkisinin değerlendirilmesi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Acıbadem Mehmet Ali Aydınlar Üniversitesi, İstanbul.

Altınkurt, N. (2008). *Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde yaşanan sorunlar ve çözüm önerileri.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Altmann, T. ve Roth, M. (2021). The risk of empathy: longitudinal associations between empathy and burnout. *Psychology & health*, *36*(12), 1441-1460. https://doi.org/10.1080/08870446.2020.1838521

Amarneh, B. H. ve AL-Dwieb, H. M. (2022). Compassion fatigue, compassion satisfaction, and resilience among intensive care unit nurses. *International Journal of Health Sciences*, *6*(2), 1123-1134. https://doi.org/10.53730/ijhs.v6n2.11415

Arıkan, F. T. (2022) Genç yetişkinlerin toplumsal duyarlılık projelerine katılımı ve dönüştürücü öğrenme. [Yayımlanmış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi, Ankara.

Arslan, G. (2015). Ergenlerde psikolojik sağlamlık: Bireysel koruyucu faktörlerin rolü. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, *5*(44), 73-82.

Aydemir, H. (2013). *Özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin tükenmişlik düzeyleri ve yaşam doyumlarının incelenmesi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.

Aydın, M. ve Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, *3*(1), 37-53.

Aynas, S. (2019). Öğretmen adaylarının uyku ritmei empati-sempati ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.

Barnes, A. ve Thagard, P. (1997). Empathy and analogy. *Dialogue: Canadian Philosophical Review/Revue canadienne de philosophie*, *36*(4), 705-720. https://doi.org/10.1017/S0012217300017613

Bayındır, N. (2021). Öğretmenlerin Pandemi Sonrası Okulların Açılmasına İlişkin Rezilyans Beklentisinin Belirlenmesi. *Academia Eğitim Araştırmaları Dergisi*, *6*(2), 353-362. https://doi.org/10.53506/egitim.902431

Baykal, B. (2019). *Özel eğitim alanında çalışan bireylerin meslek farklılıklarına göre tükenmişlik, öz-etkililik ve empatik eğilim düzeyleri ve sosyo-demografik özellikleri arasındaki ilişki.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.

Baykoç, N. (ed), Acarlar, F., Akçin, N., Aydın, A., Çiftçi-Tekinarslan, İ., Eratay, E., Fazlıoğlu, Y., İnal, S., Kargın, T., Sarı, H., Sümer, A., Şahin, S. ve Uyaroğlu, B. (2010). *Özel eğitim.* Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.

Bayram Sarıkaya, B. (2016). Otizmli çocuklarla çalışan öğretmenlerin işe adanmışlık, çocuk sevme ve empati eğilimleri arasındaki ilişki. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Beykent Üniversitesi, İstanbul.

Berg, J., Vestena, C. L. B., Costa-Lobo, C. ve Minetto, M. D. F. J. (2020). Sala de recursos multifuncionais: Reviaso sistematica de uma decada de producao cientifica/multifunctional resource room: Systematic review of a decade of scientific production/sala de recursos multifunionales: Revision sistematica de una decada de produccion cientifica. *European Journal of Special Education Research*, *5*(3), 117-131. https://doi.org/10.5281/zenodo.3690176

Bilge, Y. ve Bilge, Y. (2020). Koronavirüs salgını ve sosyal izolasyonun psikolojik semptomlar üzerindeki etkilerinin psikolojik sağlamlık ve stresle baş etme tarzları açısından incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi-Turkish Journal of Clinical Psychiatry, 23* (Ek 1), 38-51. https://doi.org/10.5505/kpd.2020.66934

Bilgin, Y. (2018). *Özel eğitim okullarında görev yapan öğretmenlerin çalışma yaşam kalitesi, psikolojik iyi oluş ve örgütsel bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.

Bingöl, A. (2013). *İlköğretim kurumları yöneticileri ile öğretmenler arasındaki iletişim sorunları (Diyarbakır İli Örneği).* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.

Boyce, P. ve Parker, G. (1989). Development of a scale to measure interpersonal sensitivity. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, *23*(3), 341-351. https://doi.org/10.1177/000486748902300320

Bozdağ, F. (2020). Pandemi Sürecinde Psikolojik Sağlamlık. *Electronic Turkish Studies*, *15*(6), 247-257. https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44890

Bölükbaşı, H. (2021). *Hemşirelerin memnuniyet, tükenmişlik ve merhamet yorgunluğu ile bu faktörlerin iş doyumuna etkisi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.

Broomhead, K. E. (2013). Preferential treatment or unwanted in mainstream schools? The perceptions of parents and teachers with regards to pupils with special educational needs and challenging behaviour. *Support for Learning*, *28*(1), 4-10. https://doi.org/10.1111/1467-9604.12009

Bulut, G. (2021). Yetişkinlerde psikolojik sağlamlık ile sosyal zeka seviyesi ve kişilerarası duyarlılık arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. Ve Demirel, F. (2020). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri.* Pegem Akademi.

Cao, X. ve Chen, L. (2021). Relationships between resilience, empathy, compassion fatigue, work engagement and turnover intention in haemodialysis nurses: A cross-sectional study. *Journal of Nursing Management*, *29*(5), 1054-1063. https://doi.org/10.1111/jonm.13243

Cavcav, F. (2022). *Ruh sağlığı çalışanlarında merhamet yorgunluğu ile başa çıkma esnekliği arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Ege Üniversitesi, İzmir.

Cavkaytar, A. (Ed.), Özen, A., Ataman, A., Batu, E., Acarlar, F., Günel, K., Gökdere, M. Doğru, S. Y., Gürgür, H., Akçin, N., Aslan, Y. G., Arslantekin, B. A., Sola, C., Uysal, H., Sönmez, N., Özokçu, O., Gümüş, S. S. ve Çuhadar, S. (2018). *Özel eğitim*. Vize Akademik.

Cavkaytar, A. ve Diken, H. İ. (2005). *Özel eğitime giriş.* Kök Yayıncılık.

Chen, J. (2020). Relationship between psychological capital, job stress and job burnout of special education workers. *Revista Argentina de Clinica Psicologica*, *29*(1), 1325-1331. https://dx.doi.org/10.24205/03276716.2020.191

Cihan, S. (2020). *Psikiyatri servislerinde çalışan hemşirelerde kişilik, merhamet yorgunluğu ve empati arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Sakarya Üniversitesi, Sakarya.

Coetzee, S. K. ve Klopper, H. C. (2010). Compassion fatigue within nursing practice: A concept analysis. *Nursing & health sciences*, *12*(2), 235-243. https://doi.org/10.1111/j.1442-2018.2010.00526.x

Cook, B. G. ve Schirmer, B. R. (2003). What is special about special education? Overview and analysis. *The Journal of Special Education*, *37*(3), 200-205. https://doi.org/10.1177/00224669030370031001

Coplan, A. (2011). Will the real empathy please stand up? A case for a narrow conceptualization. *The southern journal of philosophy*, *49*, 40-65. https://doi.org/10.1111/j.2041-6962.2011.00056.x

Cömert, S. (2022). *Türk müziği destekli psikolojik sağlamlık programının okul öncesi dönemdeki çocukların psikolojik sağlamlık düzeylerine etkisinin incelenmesi.* [Yayımlanmış Doktora Tezi]. Gazi Üniversitesi, Ankara.

Cuğ, F. D. (2015). *Self forgiveness, self-compassion, subjective vitality and orientation to hapiness as predictors of subjective well-being*. [Yayımlanmış Doktora Tezi]. Orta Doğu

Teknik Üniversitesi, Ankara.

Çelebi, G. Y. (2020). Covid 19 salgınına ilişkin tepkilerin psikolojik sağlamlık açısından incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (8), 471-483. https://doi.org/10.21733/ibad.737406

Çelik, E. (2013). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Yılmazlık Özelliklerinin Duygusal Dışavurum Açısından İncelenmesi/An Investigation of Resilience Characteristics of Senior High School Students Through Emotional Expression. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, *17*(2).

Çetin, F. ve Basım, H. N. (2011). Psikolojik Dayanıklılığın İş Tatmini ve Örgütsel Bağlılık Tutumlarındaki Rolü. *Is, Guc: The Journal of Industrial Relations & Human Resources*, *13*(3). https://doi.org/10.4026/1303-2860.2011.184.x

Çetinkaya, H. (2023). *Acil servis hemşirelerinde merhamet yorgunluğu ve tükenmişlik düzeyinin incelenmesi.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Ege Üniversitesi, İzmir.

Davis, M. (1996). *Empathy: A social psychological approach*. Boulder, CO: Westview Press.

Davis, M. H. (1983). The effects of dispositional empathy on emotional reactions and helping: A multidimensional approach. *Journal of personality*, *51*(2), 167-184. https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1983.tb00860.x

de Kemp, R. A., Overbeek, G., de Wied, M., Engels, R. C. ve Scholte, R. H. (2007). Early adolescent empathy, parental support, and antisocial behavior. *The Journal of Genetic Psychology*, *168*(1), 5-18. https://doi.org/10.3200/gntp.168.1.5-18

De Wied, M., Branje, S. J. ve Meeus, W. H. (2007). Empathy and conflict resolution in friendship relations among adolescents. *Aggressive Behavior: Official Journal of the International Society for Research on Aggression*, *33*(1), 48-55. https://doi.org/10.1002/ab.20166

de Wied, M., Goudena, P. P., & Matthys, W. (2005). Empathy in boys with disruptive behavior disorders. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *46*(8), 867-880. https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2004.00389.x

Demir, A. ve Çifçi, F. (2020). COVID-19 pandemi sürecinde egzersizin lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerine etkisinin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 18*(3), 169-179. https://doi.org/10.33689/spormetre.739918

Demirbilek, Ö. ve Uzman, E. (2021). 112 Acil sağlık çalışanları arasında eşduyum yorgunluğu, eşduyum tatmini ve tükenmişlik-Kayseri ili örneği. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 10*(1), 56-69. https://doi.org/10.37989/gumussagbil.818651

Demirci, B. (2023). *Yoğun bakım hemşirelerinin empati düzeyleri ile tükenmişlik düzeyleri merhamet yorgunluğu arasındaki ilişki*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Karabük Üniversitesi, Karabük.

Demirci-Seyrek, Ö., Ersanlı, K. ve Tunç, T. (2016). Duyarlık ölçeği. *Electronic Journal of Social Sciences*, *15*(56), 284-294. https://doi.org/10.17755/esosder.41322

Demirkıran, T. (2004). *Özel eğitim okullarında çalışan öğretmenlerin iş tatminleri ile örgütsel bağlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi.* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Dikmen, Y. ve Aydın, Y. (2016). Hemşirelerde merhamet yorgunluğu: Ne? Nasıl? Ne Yapmalı?. *Journal of human rhythm*, *2*(1), 13-21.

Dikyol, S. (2022). *Hemşirelerde merhamet yorgunluğu ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişki.*

[Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Okan Üniversitesi, İstanbul.

Dinçyürek, S. (2004). Üniversite öğrencilerinin empatik becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Marmara Coğrafya Dergisi*, *10*, 95-116.

Doğan, B. B. (2020). *Okul psikolojik danışmanlarının (Rehber öğretmenlerin) psikolojik sağlamlık, öz yeterlik ve iş doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.

Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlamlık ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, *3*(1), 93-102.

Dökmen, Ü. (1994). *İletişim çatışmaları ve empati*. İstanbul: Sistem Yayıncılık

Dökmen, Ü. (2004). İletişim Çatışmaları ve Empati. *İstanbul: Sistem Yayıncılık ve Mat. Sanayi Ticaret AŞ*.

Dönmez, K. (2019). *Okul psikolojik danışmanlarında öz duyarlılık ile tükenmişlik arasındaki ilişkide umudun aracı rolünün incelenmesi.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.

Duru, E. (2002). *Öğretmen adaylarında kişi-durum yaklaşımı bağlamında yardım etme davranışı, empati ve düşünme stilleri ilişkisi ve bu değişkenlerin bazı psikososyal değişkenler açısından incelenmesi*. [Yayımlanmış Doktora Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Eisenberg, N., Guthrie, I. K., Cumberland, A., Murphy, B. C., Shepard, S. A., Zhou, Q. ve Carlo, G. (2002). Prosocial development in early adulthood: A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(6), 993–1006. https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.993

Eker, H., Taş, İ. ve Anlı, G. (2020). Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ile yaşamın anlamı ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 19* (39), 1182-1199. https://doi.org/10.46928/iticusbe.786008

Eldeniz-Çetin, M. (2017). Özel gereksinimli bireylerin tercihlerinin değerlendirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, *18*(02), 309-328. https://doi.org/10.21565/ozelegitimdergisi.293726

Erdem, F. (2021). Sosyal bilgiler dersinde güncel olaylardan yararlanmanın 6. Sınıf öğrencilerinin sosyal problemlere duyarlılık düzeylerine etkisi ve öğrenci görüşleri. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.

Eripek, S. (ed), Kırcaali-İftar, G., .Tüfekçioğlu, U., Özyürek, M., Ataman, A., Tekin-İftar, E., Batu, S., Başal, M., Vuran, S. ve Cavkaytar, A. (2002). *Özel eğitim*. Anadolu Üniversitesi.

Ersoy, E. ve Köşger, F. (2016). Empati: Tanımı ve önemi/Empathy: Definition and its importance. *Osmangazi Tıp Dergisi*, *38*(2), 9-17.

Farhad, M. K. M. T. (2023). *Hemşirelerde merhamet yorgunluğunun bakım davranışlarına etkisi.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı.

Feshbach, N. D. ve Feshbach, S. (2009). Empathy and education. In J. Decety ve W. Ickes (Eds.), *The social neuroscience of empathy, 85-97.*. Boston Review. https://doi.org/10.7551/mitpress/9780262012973.003.0008

Figley, C. R. (1995). Compassion fatigue: Toward a new understanding of the costs of caring.

Figley, C. R. (2002b). Compassion fatigue: Psychotherapists' chronic lack of self care. *Journal*

of clinical psychology, *58*(11), 1433-1441. https://doi.org/10.1002/jclp.10090

Figley, C. R. (Ed.). (2002). *Treating compassion fatigue*. Routledge.

Foteini, C., Dimitrios, S., Harilaos, Z., Victoria, Z. ve Vasiliki, G. (2020). Professional quality of life of special education teachers in Greece. *European Journal of Special Education Research*, 5(3), 100-116. https://doi.org/10.5281/zenodo.3676112

Fu, W., Tang, W., Xue, E., Li, J. ve Shan, C. (2021). The mediation effect of self-esteem on job-burnout and self-efficacy of special education teachers in Western China. *International Journal of Developmental Disabilities*, *67*(4), 273-282. https://dx.doi.org/10.1080/20473869.2019.1662204

Fute, A., Sun, B. ve Oubibi, M. (2022). Assessing teaching compassion, work engagement and compassion fatigue among teachers during the pandemic. *Psychology Research and Behavior Management*, 2561-2571. https://doi.org/10.2147/PRBM.S383292

Garmezy, N. (1993). Children in poverty: Resilience despite risk. *Psychiatry*, *56*(1), 127-136. https://doi.org/10.1080/00332747.1993.11024627

Gilbert, P. (Ed.). (2005). *Compassion: Conceptualisations, research and use in psychotherapy*. Routledge.

Goetz, J. L., Keltner, D. ve Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: an evolutionary analysis and empirical review. *Psychological bulletin*, *136* (3), 351-374. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0018807

Gordi, S. (2023). *Çocuk kliniklerinde çalışan hemşirelerde merhamet yorgunluğunun empatik eğilim ve duyarlı sevgi açısından incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ege Üniversitesi, İzmir.

Gök, G. A. (2015). Merhamet etmenin dayanılmaz ağırlığı: Hemşirelerde merhamet yorgunluğu. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, *20*(2), 299-313.

Gökmen, B. (2014). *Özel eğitim okulu yöneticilerinin psikolojik dayanıklılık ve iş doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi (İstanbul örneği)*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.

Gönen, T. (2020). *Özel okullarda çalışan öğretmenlerin psikolojik sağlamlıkları ve iş doyumlarının mesleki tükenmişlik düzeylerine etkisi: Mardin ili örneği*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Çağ Üniversitesi, Mersin

Gutiérrez-Hernández, M. E., Fanjul, L. F., Díaz-Megolla, A., Reyes-Hurtado, P., Herrera-Rodríguez, J. F., Enjuto-Castellanos, M. D. P., & Peñate, W. (2021). COVID-19 lockdown and mental health in a sample population in Spain: The role of self-compassion. *International journal of environmental research and public health*, *18*(4), 2103. https://doi.org/10.3390/ijerph18042103

Guttman, H. A. ve Laporte, L. (2000). Empathy in families of women with borderline personality disorder, anorexia nervosa, and a control group. *Family process*, *39*(3), 345-358. https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2000.39306.x

Güloğlu, B. ve Karaırmak, Ö. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık. *Ege Eğitim Dergisi*, *11*(2), 73-88.

Gün, R. Ş., Özaslan, H. ve Gültekin-Akduman, G. (2023). Okul öncesi öğretmenlerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin aile özellikleri açısından incelenmesi. *Trakya Eğitim Dergisi*, *13*(2), 843-855. https://doi.org/10.24315/tred.1090946

Güney, E. (2016). *Özel eğitim öğretmenlerinin empatik çatışma eğilimleri ile tükenmişlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Okan Üniversitesi, İstanbul.

Güngör, E. (2008). *Özel eğitime muhtaç çocukların anne ve babalarının psikolojik ilişki ihtiyaçları ile durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiler.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Selçuk Üniversitesi, Konya.

Gürgan, U. (2014). Üniversite öğrencilerinin yılmazlık ve iyilik halinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Education Sciences*, *9*(1), 19-35. https://doi.org/10.12739/NWSA.2014.9.1.1C0603

Han, M. K., Sohn, J. H. ve Yang, S. H. (2022). A structure model on burnout of early childhood special education teachers/child care teachers for children with special needs based on the compassion satisfaction-compassion fatigue (CS-CF) model. *Journal of Special Education & Rehabilitation Science*, *61*(2), 17-47. http://dx.doi.org/10.23944/Jsers.2022.06.61.2.2.

Hester, O. R., Bridges, S. A. ve Rollins, L. H. (2020). 'Overworked and underappreciated': special education teachers describe stress and attrition. *Teacher Development*, *24*(3), 348-365. https://doi.org/10.1080/13664530.2020.1767189

Hiçdurmaz, D. ve İnci, F. A. (2015). Compassion fatigue: Description, causes and prevention. *Current Approaches in Psychiatry*, *7*(3), 295-303. http://dx.doi.org/10.5455/cap.20141128113430

Hoffman, M. L. (1979). Development of Empathy and Altruism. *City University of New York*, 1-16. https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED179294.pdf

Hooper, D., Coughlan, J., & Mullen, M. R. (2008). Equation modelling: Guidelines for determining model fit. Electronic Journal of Business Research Methods, 6(1), 53– 60

Hoşoğlu, R., Fırıncı-Kodaz, A., Yılmaz-Bingöl, T. ve Vural-Batık, M. (2018). The resilient levels of preservice teachers. *International Journal of Society Researches*, *8*(14), 217-239. https://doi.org/10.26466/opus.405751

Hulme, S. (2018). *Promoting a mental health wellness approach for toddlers in early childhood settings: Building resilience through the development of protective factors*. [Doctoral Dissertation]. Oakland University, Rochester, Michigan.

İşcan, G. Ç. ve Malkoç, A. (2017). Özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin umut düzeylerinin başa çıkma yeterliği ve yılmazlık açısından incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *7*(1).

Kalıncı Dünya, A. (2022). *Özel eğitim ihtiyacı olan öğrencilerle çalışan öğretmenlerin psikolojik sağlamlıkları ve öz-yeterlik inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Zonguldak.

Kaner, S., Bayraklı, H. ve Güzeller, C. O. (2011). Anne-babaların yılmazlık algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, *12*(02), 63-83. https://doi.org/10.1501/Ozlegt_0000000161

Kara, B. C., Özçelik, B. ve Tolan, Ö. Ç. üniversite öğrencilerinde kişilik özellikleri ile psikolojik sağlamlık ve bilişsel esneklik arasındaki ilişkiler. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, *22*(87), 698-713. https://doi.org/10.17755/esosder.1176289

Karahan, Ş. (2008). *Özel eğitim okullarında çalışan eğitimcilerin öz-yeterlik algılarının ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara

Üniversitesi, İstanbul.

Karakoç, B. (2011). *Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan yöneticilerin tükenmişlik düzeyleri ile algıladıkları rol çatışması arasındaki ilişkinin karşılaştırılması.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Uşak Üniversitesi, Uşak.

Karataş, R. (2016). *Özel eğitim okullarında çalışan öğretmenlerin psikolojik dayanıklık düzeyleri ve başa çıkma stratejilerinin incelenmesi.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Karkaç, N. N. (2013). *Özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin empatik eğilim düzeylerinin çalıştıkları engel türüne ve bazı değişkenlere göre incelenmesi.* [Yayımlanmış Doktora Tezi]. Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Kavale, K. (1990). Effectiveness of special education. http://dx.doi.org/10.1002/9780470373699.speced0749

Kaya, E. (2021). *Psikiyatri hemşirelerinin moral distres, merhamet yorgunluğu ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişki.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.

Kaynak, A. F. (2021). Martha C. Nussbaum'un duygu teorisinden hareketle yargılamada empati ve sempati kavramlarının rolü. *İnönü Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi*, *12*(1), 165-181. https://doi.org/10.21492/inuhfd.816954

Keleş, T. (2022) Duyarlılık değerinin sosyal bilgiler dersi bağlamında farklı boyutlarıyla incelenmesi. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Rize.

Kırçı, T. (2021). *Pediatri hemşirelerinin merhamet yorgunluğu düzeyinin klinik karar verme becerilerine etkisinin belirlenmesi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara.

Kırmızı, Y. (2022). *Covid 19 servisinde çalışan hemşirelerde merhamet yorgunluğu.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Bitlis Eren Üniversitesi, Bitlis.

Kişmir, Ş. (2019). *Merhamet yorgunluğu düzeyinin çalışanların motivasyonu ve iş doyumlarına etkisi: Sağlık çalışanlar üzerine bir uygulama ve kamu-özel hastane karşılaştırması.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.

Kline, R. B. (2005). *Methodology in the social sciences. Principles and practice of structural equation modeling* (2nd ed.). Guilford Press.

Koca, F. (2018).*Hemşirelerde merhamet yorgunluğu ve etkili faktörlerin incelenmesi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Kocaman, A. (2015). *Özel eğitim okul yöneticilerinin karşılaştıkları sorunların incelenmesi.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.

Korucu, N (2005). *Türkiye'de özel eğitim ve rehabilitasyon hizmeti veren kurumların karşılaştığı güçlüklerin analizi: Kurum sahipleri, müdür, öğretmen ve aileler açısından.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Selçuk Üniversitesi, Konya.

Kotera, Y., Maxwell-Jones, R., Edwards, A. M. ve Knutton, N. (2021). Burnout in professional psychotherapists: Relationships with self-compassion, work–life balance, and telepressure. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(10), 5308. https://doi.org/10.3390/ijerph18105308

Kumru, A., Carlo, G. ve Edwards, C. P. (2004). Olumlu sosyal davranışların ilişkisel, kültürel,

bilişsel ve duyuşsal değişkenlerle ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*. 19(54), 109-125

Kurdek, L. A. ve Rodgon, M. M. (1975). Perceptual, cognitive, and affective perspective taking in kindergarten through sixth-grade children. *Developmental Psychology, 11*(5), 643–650. https://doi.org/10.1037/0012-1649.11.5.643

Labrague, L. J. ve De los Santos, J. A. A. (2020). COVID-19 anxiety among front-line nurses: Predictive role of organisational support, personal resilience and social support. *Journal of nursing management, 28*(7), 1653-1661. https://doi.org/10.1111/jonm.13121

Lluch, C., Galiana, L., Doménech, P. ve Sansó, N. (2022). The impact of the COVID-19 pandemic on burnout, compassion fatigue, and compassion satisfaction in healthcare personnel: a systematic review of the literature published during the first year of the pandemic. *In Healthcare, 10*(2), 364. https://doi.org/10.3390%2Fhealthcare10020364

Ma, X., Luo, D., Deng, T. ve Tao, Y. (2021, August). The influence of trait empathy on implicit altruism. In *2021 5th International Seminar on Education, Management and Social Sciences (ISEMSS 2021)*, 584-588. https://doi.org/10.2991/assehr.k.210806.109

Manay, K. (2022). *Hemşirelerde empati ve merhamet yorgunluğunun incelenmesi.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Maslow, A. (2001). *İnsan olmanın psikolojisi*. Kuraldışı Yayınları.

Masten, A. S. (2014). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child development, 85*(1), 6-20. https://doi.org/10.1111/cdev.12205

McHolm, F. (2006). Rx for compassion fatigue. *Journal of Christian nursing, 23*(4), 12-19. https://doi.org/10.1097/00005217-200611000-00003

Mendi, R. (2023). *Michel Foucault'da iktidar: özel eğitim uygulama okulları üzerine bir analiz.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Mohammadian, Y., Mahaki, B., Dehghani, M., Vahid, M. A. ve Lavasani, F. F. (2018). Investigating the role of interpersonal sensitivity, anger, and perfectionism in social anxiety. *International journal of preventive medicine, 5*(9). https://doi.org/10.4103/ijpvm.ijpvm_364_16

Mollamehmetoğlu, F. A. (2022). *Ebelerin merhamet düzeyi ve merhamet yorgunluğunun tükenmişlik düzeyine etkisinin incelenmesi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Ege Üniversitesi, İzmir.

Morgan, C. A., Chang, Y. H., Choy, O., Tsai, M. C. ve Hsieh, S. (2021). Adverse childhood experiences are associated with reduced psychological resilience in youth: A systematic review and meta-analysis. *Children, 9*(1), 27. https://doi.org/10.3390/children9010027

Mun, K.H., Park, S.G. ve Lee, M.S. (2022). A study of job stress, psychological burnout, resilience and hapiness among special education teachers handling persons with disabilities. Asia-pacific *Journal of Convergent Research Interchange, 8*(10), 235-244. http://dx.doi.org/10.47116/apjcri.2022.10.21

Mutlu, E.(1995). İletişim Sözlüğü. Ark Yayınevi: İstanbul.

Naig, L. A. (2010). *Professional burnout and compassion fatigue among early childhood special education teachers*. [Yayımlanmış Doktora Tezi]. Iowa State University, Ames.

Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L. ve Rude, S. S. (2007). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of research in personality, 41*(1), 139-154. https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.03.004

Nicotera, N. ve Laser-Maira, J. A. (2016). *Innovative skills to support well-being and resiliency in youth*. Oxford University Press.

Ogińska-Bulik, N. ve Michalska, P. (2020). The relationship between emotional processing deficits and posttraumatic stress disorder symptoms among breast cancer patients: The mediating role of rumination. *Journal of clinical psychology in medical settings*, *27*, 11-21. https://doi.org/10.1007/s10880-019-09606-6

Ondrejková, N. ve Halamová, J. (2022). Prevalence of compassion fatigue among helping professions and relationship to compassion for others, self-compassion and self-criticism. *Health & social care in the community*, *30*(5), 1680-1694. https://doi.org/10.1111/hsc.13741

Orhan, S. ve Genç, K. G. (2015). Engellilere yönelik ülkemizdeki özel eğitim hizmet uygulamaları ve örnek ülke karşılaştırması. *Journal of Social Policy Studies/Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 35*(2), 115-146. https://doi.org/10.21560/spcd.35323

Ormiston, H. E., Nygaard, M. A. ve Apgar, S. (2022). A systematic review of secondary traumatic stress and compassion fatigue in teachers. *School mental health*, *14*(4), 802-817. https://doi.org/10.1007/s12310-022-09525-2

Oruç, S. (2007). *Özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi (Adana ili örneği).* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Çukurova Üniversitesi, Adana.

O'Rourke, N., Psych, R., & Hatcher, L. (2013). *A step-by-step approach to using SAS for factor analysis and structural equation modeling*. Cary, NC: SAS Institute

Örnek, B. (2023). *Ebelerin psikolojik dayanıklığının merhamet yorgunluğu ve merhamet memnuniyeti ile ilişkisi.* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Medipol Üniversitesi, İstanbul.

Öz, P. D. ve Yılmaz, E. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, *16*(3), 82-89.

Özbek, S. ve Akyüz, O. (2022). Futbolcuların psikolojik sağlamlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, *13*(3), 245-256. https://doi.org/10.17155/omuspd.1110243

Özcan, B. (2005). Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara Üniversitesi, Ankara.

Özcan, C. T. (2002). *Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan çocukların anne-babalarının empati düzeyi ile aile işlevlerinin incelenmesi.* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Gülhane Askeri Tıp Akademisi, Ankara.

Özdemir Göksu, L. (2019). *Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan kişilerde tükenmişlik sendromu ve empatik eğilim düzeyi.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Selçuk Üniversitesi, Konya.

Özdemir, T. (2022). *Pediatri hemşirelerinin etik duyarlığı ile merhamet yorgunluğu arasındaki ilişki.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Hitit Üniversitesi, Çorum.

Özmen, E. (2010). *İzmir ilinde kaynaştırma öğrencileri ile çalışan okul öncesi öğretmenlerinin empatik eğilimleri ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Park, C. L., Finkelstein-Fox, L., Russell, B. S., Fendrich, M., Hutchison, M. ve Becker, J. (2021).

Americans' distress early in the COVID-19 pandemic: Protective resources and coping strategies. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, *13*(4), 422. https://doi.org/10.1037/tra0000931

Park, E. Y. ve Shin, M. (2020). A meta-analysis of special education teachers' burnout. *Sage Open*, *10*(2), 1-18. https://doi.org/10.1177/2158244020918297

Pehlivan, T. ve Güner, P. (2018). Compassion fatigue: The known and unknown. *Journal of Psychiatric Nursing/Psikiyatri Hemşireleri Derneği*, *9*(2), 129-134. https://doi.org/10.14744/phd.2017.25582

Pérez-Chacón, M., Chacón, A., Borda-Mas, M. ve Avargues-Navarro, M. L. (2021). Sensory processing sensitivity and compassion satisfaction as risk/protective factors from burnout and compassion fatigue in healthcare and education professionals. *International journal of environmental research and public health*, *18*(2), 611. https://doi.org/10.3390/ijerph18020611

Polat, G. (2023). *Hemşirelerde mesleğe bağlılık düzeyi ile merhamet yorgunluğu arasındaki ilişki.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.

Polatoğlu, E. (2018). *Özel gereksinimli bireylerle çalışan öğretmenlerin bilişsel esneklik düzeyleri ile yaratıcılık ve empati düzeyleri arasındaki ilişki*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Ruiz-Fernández, M. D., Ramos-Pichardo, J. D., Ibáñez-Masero, O., Carmona-Rega, M. I., Sánchez-Ruiz, M. J., & Ortega-Galán, Á. M. (2021). Professional quality of life, self-compassion, resilience, and empathy in healthcare professionals during COVID-19 crisis in Spain. *Research in Nursing & Health*, *44*(4), 620-632. https://doi.org/10.1002/nur.22158

Salur, H. (2019). *Bir eğitim araştırma hastanesinde çalışan hekim ve hemşirelerde psikolojik sermaye ile merhamet yorgunluğu arasındaki ilişki*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Okan Üniversitesi, İstanbul.

Serrão, C., Duarte, I., Castro, L. ve Teixeira, A. (2021). Burnout and depression in portuguese healthcare workers during the covid-19 pandemic—the mediating role of psychological resilience. *International journal of environmental research and public health*, *18*(2), 636. https://doi.org/10.3390/ijerph18020636

Sezgin, F. (2012). İlköğretim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, *20*(2), 489-502.

Shean, M. (2015). Current theories relating to resilience and young people: A literature review. Melbourne. *Victorian Health Promotion.*

Shi, H., Shan, B., Zheng, J., Zhang, Y., Zhang, J. ve Hu, X. (2022). Grief as a mediator of the relationship between empathy and compassion fatigue. *Psycho-Oncology*, *31*(5), 840-847. https://doi.org/10.1002/pon.5875

Sizer, Z. M. ve Parlak, N. K. (2021). Sosyal hizmet öğrencilerının duygusal zekâ ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişki üzerine bir nicel araştırma. *Journal of Management and Economics Research*, *19*(4), 213-231. https://doi.org/10.11611/yead.996667

Smith, B. W., Tooley, E. M., Christopher, P. J., & Kay, V. S. (2010). Resilience as the ability to bounce back from stress: A neglected personal resource? *The Journal of Positive Psychology*, *5*(3), 166–176. https://doi.org/10.1080/17439760.2010.482186

Soylu, T. (2023). *Üniversite öğrencilerinde romantik ilişki durumuna göre otantiklik, öz*

duyarlılık ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Gazi Üniversitesi, Ankara.

Sönmez, E. (2023). *Perinatal kaybı olan kadınlarla çalışan ebelerin merhamet yorgunluğu ve merhamet memnuniyeti deneyimleri*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Medipol Üniversitesi, İstanbul.

Stamm, B. H. (2005). The ProQOL Manual. he Professional Quality of Life Scale: Compassion satisfaction, burnout & compassion fatigue/secondary trauma scales. *Sidran Press,* 1–13.

Stueber, K. (2008). Empathy. Stanford Encyclopedia of Philosophy (http://plato.stanford.edu/entries/empathy/)

Subaşı, A. R. (2022). *Öğretmen adaylarının psikolojik esneklik düzeylerinin öz duyarlılık ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.

Sun, J., Wang, X., Wang, Y., Du, X. ve Zhang, C. (2019). The mediating effect of perceived social support on the relationship between mindfulness and burnout in special education teachers. *Journal of community psychology*, *47*(7), 1799-1809. https://dx.doi.org/10.1002/jcop.22229

Suvorov, V., Belova, T. ve Suvorova, K. (2021) Features of mental health and burnout syndrome in special education teachers of specialized educational institutions of school and primary vocational education. *Terapevt (General Physician)*, 12, 71-79. http://dx.doi.org/10.33920/MED-12-2112-08

Svenaeus, F. (2015). The relationship between empathy and sympathy in good health care. *Medicine, Health Care and Philosophy*, *18*(2), 267-277. https://doi.org/10.1007/s11019-014-9601-x

Şahin, D. (2014). *Öğretmelerin öz duyarlıklarının psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu açısından incelenmesi.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.

Şahin, M., Baş, M., ve Çelik, A. (2015). Öznel iyi oluş ve spor. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, *17*(1), 23-31.

Şakar, G. N. (2020). Çocuklarda empati gelişiminin desteklenmesi. *Ortadoğu Teknik Üniversitesi Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, *1*(2), 201-223.

Şeremet, G. G. ve Ekinci, N. (2021). Sağlık çalışanlarında merhamet yorgunluğu, merhamet memnuniyeti ve merhamet korkusu. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, *12*(29), 330-344. https://doi.org/10.21076/vizyoner.722874

Şirin, M. ve Yurttaş, A. (2015). Hemşirelik bakımının bedeli: merhamet yorgunluğu. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, *8*(2), 123-130.

Talas, S. (2020). *Özel Eğitim*. Nobel Akademi Yayıncılık.

Tanrıkulu, G. ve Ceylan, B. (2021). Çocuk kliniklerinde çalışan hemşirelerde merhamet düzeyi ve merhamet yorgunluğu. *Sağlık Bilimleri Dergisi*, *30*(1), 31-36. https://doi.org/10.34108/eujhs.727445

Teke, B. (2022). *Kamu hastanelerinde çalışan ebelerde merhamet yorgunluğu ile iş ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul.

Thirioux, B., Birault, F. ve Jaafari, N. (2016). Empathy is a protective factor of burnout in

physicians: new neuro-phenomenological hypotheses regarding empathy and sympathy in care relationship. *Frontiers in psychology*, *7*, 763. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00763

Thomas, R. B., ve Wilson, J. P. (2004). Issues and controversies in the understanding and diagnosis of compassion fatigue, vicarious traumatization, and secondary traumatic stress disorder. *International journal of emergency mental health*, *6*(2), 81-92.

Topçu, N. (2020). *Hemşirelerde merhamet yorgunluğunun tükenmişliğe olan etkisinde empatinin aracı rolü.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Sakarya Üniversitesi, Sakarya.

Tosun, C. M. ve Çetin, O. (2023). "Sempati" ve "Tarafsız Gözlemci" kavramları bağlamında Adam Smith'in ahlak felsefesi incelemesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi, 10*(66), 68-84. https://doi.org/10.29228/SOBIDER.71449.

Trevarthen, C. (1984). Emotions in infancy: Regulators of contact and relationships with persons. *Approaches to emotion*.

Turgut, Ö. (2016). *Ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, önemli yaşam olayları, algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı açısından incelenmesi.* [Yayımlanmış Doktora Tezi]. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.

Tuş-Yiğit, K. ve Maçkalı, Z. (2022). Dezavantajlı gruplarla çalışan psikologlarda eşduyum yorgunluğu ve stres ile başa çıkma. *Klinik Psikoloji Dergisi*, *6*(3), 302-316. https://doi.org/10.5455/kpd.26024438m000069

Tümlü, G. Ü. ve Recepoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (3), 205-213. https://doi.org/10.5961/jhes.2013.078

Uluçay, A. (2023). *Covid-19'lu bireylere bakım veren hemşirelerde merhamet yorgunluğu, koronavirüs tükenmişlik düzeyi ve bu iki değişken arasındaki ilişki.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas.

Ulus, L. (2015). *Annelere uygulanan empati eğitim programının bağışlama ve empati düzeylerine etkisi*. [Yayımlanmış Doktora Tezi]. Gazi Üniversitesi, Ankara.

Urnek, S. (2021). *Merhamet yorgunluğu ve duygusal emek ilişkisi: Konya ilinde bir uygulama.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.

Uslu, E. ve Buldukoğlu, K. (2017). Psikiyatri hemşireliğinde şefkat yorgunluğu: Sistematik derleme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, *9*(4), 421-430. https://dx.doi.org/10.18863/pgy.3108311

Uz-Baş, A. ve Yurdabakan, İ. (2017). The predictive value of resilience and school climate in life satisfaction among middle school students. *Mehmet Akif Ersoy University Journal of Education Faculty*, *1*(41), 202-214. http://doi.org/10.14687/jhs.v14i3.4494

Uzuner, L. A. (2023). *Ruh sağlığı bölge hastanesinde çalışan hemşirelerin adli psikiyatri hastalarına yönelik tutumları ile merhamet yorgunluğu düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı.

Ünal, F. (2003). *Empatik iletişim eğitiminin okulöncesi çocuğa olan annelerin empatik beceri düzeylerine etkisi*. [Yayımlanmış Doktora Tezi]. Gazi Üniversitesi, Ankara.

Vidyanidhi, K. ve Sudhir, P. M. (2009). Interpersonal sensitivity and dysfunctional cognitions in social anxiety and depression. *Asian Journal of Psychiatry*, *2*(1), 25-28. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2008.12.001

Vinayak, S. ve Judge, J. (2018). Resilience and empathy as predictors of psychological wellbeing among adolescents. *International Journal of Health Sciences and Research*, *8*(4), 192-200.

Vossen, H. G. M., Piotrowski, J. T. ve Valkenburg, P. M. (2015). Development of the Adolescent Measure of Empathy and Sympathy (AMES). *Personality and Individual Differences, 74*, 66–71. https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.09.040

Vučinić, V., Stanimirovic, D., Gligorović, M., Jablan, B. ve Marinović, M. (2022). Stress and empathy in teachers at general and special education schools. *International Journal of Disability, Development and Education*, *69*(2), 533-549. https://doi.org/10.1080/1034912X.2020.1727421

Wilkinson, H., Whittington, R., Perry, L. ve Eames, C. (2017). Examining the relationship between burnout and empathy in healthcare professionals: A systematic review. *Burnout research*, *6*, 18-29. https://doi.org/10.1016/j.burn.2017.06.003

Williams, C. A. (1989). Empathy and burnout in male and female helping professionals. *Research in Nursing & Health*, *12*(3), 169-178. https://doi.org/10.1002/nur.4770120307

Winget, P. ve Kirk, J. (1989). California's Special Education Exemplary Programs 1988-89.

Wispé, L. (1991). *The psychology of sympathy*. Springer Science & Business Media.

Xu, H., Peng, L., Wang, Z., Zeng, P., ve Liu, X. (2022). Interpersonal sensitivity on college freshmen's depression: a moderated moderation model of psychological capital and family support. *Frontiers in Psychiatry*, *13*, 921045. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.921045

Yalçın, M. (2011). *Özel eğitim kurumlarında çalışan eğitimcilerin tükenmişlik düzeylerinin empatik eğilim ve bazı değişkenler ile olan ilişkisi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.

Yang, C. (2021). Online teaching self-efficacy, social–emotional learning (SEL) competencies, and compassion fatigue among educators during the COVID-19 pandemic. *School Psychology Review*, *50*(4), 505-518. https://doi.org/10.1080/2372966X.2021.1903815

Yazğan, F. (2015). *Özel eğitim okullarındaki okul öneticilerinin problem çözme becerilerinin incelenmesi.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.

Yerlikaya, M. (2019). *Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan öğretmenlere psikolojik güçlendirme*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.

Yeşil, A., Ergün, Ü., Amasyalı, C., Er, F., Olgun, N. N. ve Aker, A. T. (2010). Çalışanlar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği Türkçe Uyarlaması Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. *Archives Of Neuropsychiatry/Noropsikiatri Arsivi*, *47*(2), 111-117. https://dx.doi.org/10.4274/npa.5210

Yılmaz, G. ve Üstün, B. (2018). Professional Quality of Life in Nurses: Compassion Satisfaction and Compassion Fatigue. *Journal of Psychiatric Nursing/Psikiyatri Hemsireleri Dernegi*, *9*(3), 205-211. http://dx.doi.org/10.14744/phd.2018.86648

Yılmaz-Ekici, B. ve Aydenk-Köseoğlu, S. Z. (2022). Duchenne Musküler Distrofi'si olan çocuklarda güncel tıbbi beslenme tedavisi ve önemi. *Avrupa Bilim ve Teknoloji Dergisi*, (41), 436-441. https://doi.org/10.31590/esojat.1184746

Yiğit, A. (2007). *Özel eğitim kurumlarında çalışan öğretmenlerin iş doyumu, tükenmişlik ve ruh*

sağlık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Niğde Üniversitesi, Niğde.

Yörük, İ. ve Cihangir-Çankaya, Z. (2019). *Özel yetenekli öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin benlik saygısı, akran ilişkileri ve ebeveyn tutumları açısından incelenmesi*. [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Ege Üniversitesi, İzmir.

Yu, X., Sun, C., Sun, B., Yuan, X., Ding, F. ve Zhang, M. (2022). The cost of caring: compassion fatigue is a special form of teacher burnout. *Sustainability*, *14*(10), 6071. https://doi.org/10.3390/su14106071

Zengin, H., Yalnızoğlu-Çaka, S. ve Çınar, N. (2018). Adaptation of the Adolescent Measure of Empathy and Sympathy (AMES) to Turkish: a validity and reliability study. *Anatolian Journal of Psychiatry*, *19*(2), 184-191. http://dx.doi.org/10.5455/apd.262004

Zeren, S. (2022). *Hemşirelerde merhamet yorgunluğu ve işten ayrılma niyeti arasındaki ilişki.* [Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Zhang, L., Ren, Z., Jiang, G., Hazer-Rau, D., Zhao, C., Shi, C., Lai, L. ve Yan, Y. (2021). Self-oriented empathy and compassion fatigue: The serial mediation of dispositional mindfulness and Counselor's self-efficacy. *Frontiers in psychology*, *11*, 613908, 1-10. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.613908

Zheng, W., Huang, Y. ve Fu, Y. (2020). Mediating effects of psychological resilience on life satisfaction among older adults: A cross-sectional study in China. *Health & Social Care in the Community*, *28*(4), 1323-1332. https://doi.org/10.1111/hsc.12965

7. EKLER

7.1. EK 1: ETİK KURUL İZNİ

Evrak Tarih ve Sayısı: 09.06.2023-302227

T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ
BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK KURULU KARARLARI

TOPLANTI SAYISI	KARAR SAYISI	KARAR TARİHİ
6	2023/173	01.06.2023

KARAR NO: 2023/173

Düzce Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık tezli yüksek lisans programı öğrencisi Neslihan ÜSTÜNDAĞ'ın, **"Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi Profesyonellerinde ve Merhamet Yorgunluğu Arasındaki İlişkide Empati, Sempati ve Psikolojik Sağlamlığın Aracı ve Arabulucu Etkilerinin İncelenmesi"** başlıklı çalışması Etik Kurulumuzca incelenmiş olup, ilgili çalışmanın araştırma protokolüne uyulması ve etik onay tarihinden itibaren geçerli olmak koşulu ile uygulanmasının etik açıdan uygun olduğuna;

Oy birliği ile karar verildi.

7.2. EK 2: BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Sayın Katılımcı,
Bu araştırma Doç. Dr. Abdi GÜNGÖR danışmanlığında Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans öğrencisi Neslihan ÜSTÜNDAĞ tarafından yürütülmektedir. Araştırmada özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde formal hizmet sunan uzmanların duyarlılık ve empati sempati düzeylerinin merhamet yorgunluğuna olan etkisinde psikolojik sağlamlığın aracı rolünün incelenmesi amaçlanmaktadır. Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Verdiğiniz yanıtlar gizli tutulacak ve yalnızca araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir. Çalışmadan elde edilen bulgular bilime hizmet amacıyla yüksek lisans tezinde kullanılacaktır. Soruları yanıtlamaya ayıracağınız vakit yaklaşık 10 dakikadır. Katılım esnasında çalışmayı istediğiniz yerde sonlandırma hakkına sahipsiniz. Bunun herhangi bir yaptırımı olmayacaktır.
Katılımınız için teşekkür ederiz.

Yukarıdaki bilgilendirmeyi okudum, araştırmaya gönüllü olarak katılıyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayınlarda kullanılmasını kabul ediyorum.

☐ **Onaylıyorum.**

7.3. EK 3: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Cinsiyetinizi belirtiniz.
☐ Kadın ☐ Erkek

2. Kaç yaşındasınız? **…….**

3. Branşınız nedir? **…….**

4. Kaç yıldır özel eğitim ve rehabilitasyon sektöründe çalışmaktasınız? **……..**

5. Lisanstan mezun olduğunuz yılı yazınız. **…….**

6.Özel eğitim ve rehabilitasyon alanında çalışmaktan duyduğunuz memnuniyet düzeyinizi puanlayınız**. (***0= Hiç memnun değilim, 10= Çok memnunum.***)**

0	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**

7.4. EK 3: DUYARLIK ÖLÇEĞİ (Örnek Maddeler)

Değerli katılımcı, aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuduktan sonra, bu ifadelerin sizi ne derece yansıttığını her maddenin karşısındaki ilgili kutucuğa (x) işareti koymak suretiyle belirtiniz.

SIRA NO	MADDE	(en az) 1	2	3	4	(en çok) 5
1	Başkaları ile konuşurken onları anlamaya çalışırım.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
5	Canlılara eziyet edilmesine katlanamam.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
8	Üzülenle üzülürüm.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
12	İş arkadaşlarımın problemleri beni ilgilendirmez.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
15	Afetlerde mağdur olan insanlara yönelik yardım faaliyetlerini desteklerim.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

7.5. EK 4: ADOLESANLAR İÇİN EMPATİ VE SEMPATİ KURMA ÖLÇEĞİ (Örnek Maddeler)

SIRA NO	MADDE	Hiçbir Zaman	Neredeyse Hiçbir Zaman	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
3	Birisi gerçekte mutlu olmadığı halde mutluymuş gibi davrandığında bunu anlayabilirim.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
6	Arkadaşım üzgün olduğu zaman ben de üzülürüm.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
8	Etrafımdaki insanlar gergin olduğunda ben de gergin olurum.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
11	Canı yakılan hayvanlar için endişelenirim.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
12	Mutsuz olan arkadaşım için üzüntü duyarım.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

7.6. EK 5: KISA PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ÖLÇEĞİ (Örnek Maddeler)

MADDE	Hiç uygun değil	Uygun değil	Biraz uygun	Uygun	Tamamen uygun
1. Sıkıntılı zamanlardan sonra kendimi çabucak toparlayabilirim.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
2. Stresli olayların üstesinden gelmekte güçlük çekerim.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
3. Stresli durumlardan sonra kendime gelmem uzun zaman almaz.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
4. Kötü bir şeyler olduğunda bunu atlatmak benim için zordur.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
5. Zor zamanları çok az sıkıntıyla atlatırım.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
6. Hayatımdaki olumsuzlukların etkisinden kurtulmam uzun zaman alır.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

7.7. EK 6: ÇALIŞANLAR İÇİN YAŞAM KALİTESİ ÖLÇEĞİ (Örnek Maddeler)

MADDE	Hiçbir Zaman (0)	Nadiren (1)	Bazı Zamanlar (2)	Sıkça (3)	Sık Sık (4)	Çok Sık (5)
3. İnsanlara yardım edebiliyor olmaktan memnun oluyorum.	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
7. Yardım eden rolümle kendi özel hayatımı birbirinden ayırmakta zorlanıyorum.	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
11. Yardım için yaptığım çalışmalarımdan dolayı zaman zaman kendimi zorda hissediyorum.	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
14. Yardım ettiğim kişilerin başlarından geçen çok acı yaşantıları sanki kendim yaşıyormuş gibi hissettiğim oluyor.	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
19. Kendimi tükenmiş hissediyorum.	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
25. Yardım etmemin sonucu olarak sıkıntı verici veya korkutucu düşüncelerim oluyor.	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
29. Çok hassas bir insanım.	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
30. Bu işi seçtiğim için mutluyum.	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : Neslihan ÜSTÜNDAĞ

Yabancı Dili : İngilizce

ÖĞRENİM DURUMU

Derece	Alan	Okul/Üniversite	Mezuniyet Yılı
Yüksek Lisans	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	Düzce Üniversitesi	2024
Lisans	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	Düzce Üniversitesi	2020
Lise		Bilecik Bozüyük Fen Lisesi	2016