



Örgütlerde Tükenmişlik

Spor Bilimleri Anabilim Dalı

Örgütlerde Tükenmişlik

- Beklenen aşırı taleplerden dolayı başarısız olmak, yavaş yavaş yıpranmak ya da yorulmaktır.
- Tükenmişlik, bireyler arasında ortaya çıkan bir psikolojik sendrom, strese karşı verilen olumsuz bir tutum olarak tanımlanmış ve duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı hissini ifade eden üç boyutta oluşturulmuştur :
 - **Duygusal Tükenme**
 - **Duyarsızlaşma**
 - **Kişisel Başarı Yetersizliği**





Örgütlerde Tükenmişlik

-Duygusal Tükenme

Çalışanların yorgunluktan ve duygusal yönden kendilerini yıpranmış olarak hissetmelerindeki artış, enerji kaybı, halsizlik ve aşırı yorgunluk hali.

-Duyarsızlaşma

Hizmet verilen bireylere karşı tutumlarda ve tepkilerdeki olumsuz değişimler (sinir, idealizm kaybı).

-Kişisel Başarı Yetersizliği

Depresyon, düşük moral, kişiler arası ilişkilerde geri çekilme, üretkenliğin azalması, baskılarla baş edebilme, yetersizlik, başarısızlık duygusu ve zayıf özgüven.

-Mesleğe kendini adanmış kişilerde daha çok tükenmişlik görülür, çünkü daha yoğun çalışırlar.

-Erkeklerde duyarsızlaşma, kadınlarda ise duygusal tükenme daha çok görülür.

-İş doyumu, rol belirsizliği ve çatışma ile ilgili konular doğrudan tükenmişliği etkiler.

Örgütlerde Tükenmişlik

Tükenmişlik Nedenleri:

- Tükenmişlikle ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde, tükenmişliği ortaya çıkmasına neden olan faktörlerin, hem bireyin kendisinden kaynaklanan nedenler olabileceği gibi hem de bireyin çalıştığı işteki çevresel faktörlerden kaynaklanmaktadır.
- Çalışanlarda meydana gelen tükenmişlik hissinin, üretkenliği ve motivasyonu azalttığı ve çalışanların işten ayrılma eğilimlerini arttırdığı sonucuna varılmıştır
- Bireysel ve örgütsel olmak üzere 2'ye ayrılır.



Örgütlerde Tükenmişlik

Bireysel Faktörler:

- Tükenmişliğin nedenleri, genellikle bireylerin beklentilerinin gerçekleşme ihtimaliyle ilgilidir.
- Bireyin beklentileriyle gerçek durum arasındaki farkın fazla olduğu durumlarda tükenmişlik meydana gelmektedir.
- Bu bağlamda, tükenmişliğe neden olan bireysel faktörler, demografik faktörler, A tipi kişilik yapısında olma, dış kontrol odaklı olma, kendine yeterlilikten, empati yeteneğinden ve duygusal kontrolden uzak olma ve beklenti düzeyi gibi faktörlerdir.



Örgütlerde Tükenmişlik

Örgütsel Faktörler:

- Örgütün yapısı, yapılan işin niteliği, meslek tipi, çalışma saatleri, nöbetler, fazla mesai, iş yerinin sahip olduğu fiziksel durumu, işyerindeki aşırı yasaklamalar, iş yükü, düşük ücret, rol belirsizliği, rol çatışması, eğitim durumu, iş arkadaşları ve amirlerin sosyal desteği, örgüt içi ödül sistemi, örgüt içi ilişkiler, örgütsel çatışma, bireyin yeterli takdir görmediği düşüncesi, kariyer fırsatlarının olmaması, olumsuz fiziksel koşullar, örgüt kültürü gibi birçok faktör sıralanabilir



Google Ofis Alanı



Facebook Ofis Alanı

