

TC  
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
REHBERLİK ve PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ

ÇALIŞAN ANNELERİN İŞ STRESİYLE BAŞA ÇIKMA BECERİSİ İLE  
TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİNİN AİLE DEĞERLENDİRMESİNE VE  
ÇOCUKLARININ DAVRANIŞLARINA ETKİLERİ

MANOLYA ÖZEK

İZMİR

2011



TC  
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
REHBERLİK ve PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ

ÇALIŞAN ANNELERİN İŞ STRESİYLE BAŞA ÇIKMA BECERİSİ İLE  
TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİNİN AİLE DEĞERLENDİRMESİNE VE  
ÇOCUKLARININ DAVRANIŞLARINA ETKİLERİ

MANOLYA ÖZEK

Danışman  
Prof. Dr. Rengin KARACA

İzmir  
2011

## ÖNSÖZ

Öncelikle, sevgili hocam Sayın Prof. Dr. Rengin Karaca'ya, çalışmalarına yaptığı çok değerli katkılarından dolayı minnettarım. Beni bilimsel düşünmeye yönlendirdiği ve ifadelerimi sadeleştirip daha anlamlı hale getirdiği için çok teşekkür ederim.

Tezimin şekillenmesinde, analizlerde ve bu noktaya gelmesindeki yardımları ve önerilerinden dolayı Ar. Gör. Tarık Totan'a teşekkür ederim. Ölçeğimi yüzlerce anneye kararlı tutumuyla sabırla uygulatan danışanım Tuğçe Özoğul'a, veri girişlerini yapan öğrencim Enver Rüzgar'a ve sabırla tez veri formumu dolduran tüm annelere teşekkür ediyorum.

Ve son olarak sevgili ailem, her zaman benim yanımda olduğunuz ve bana güvendiğiniz için size çok teşekkür ederim. İyi varsınız...

Manolya Özek

## İÇİNDEKİLER

Önsöz .....	i
İçindekiler.....	ii
Tablo listesi .....	vi
Özet.....	viii
Abstract .....	x
<b>BÖLÜM I</b>	
<b>GİRİŞ</b> .....	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi .....	5
1.3. Problem Cümlesi .....	9
1.4. Alt Problemler .....	9
1.5. Sayılıtlar .....	10
1.6. Sınırlılıklar.....	10
1.7. Tanımlar .....	10
<b>BÖLÜM II</b>	
<b>İLGİLİ YAYIN VE ARAŞTIRMALAR</b> .....	12
2.1.1. Stres Kavramı.....	12
2.1.2. Stres Yaratıcı Faktörler .....	14
2.1.3. Stresin Belirtileri .....	17
2.1.4 Stresin Yol Açtığı Sonuçlar .....	18
2.1.4.1. Bireysel Sonuçlar.....	18
2.1.4.2. Örgütsel Sonuçlar .....	20
2.1.5. Stresle Başa Çıkma Teknikleri.....	21
2.1.5.1. Bireysel Teknikler .....	21
2.1.5.2. Örgütsel Teknikler.....	28
2.2.1. Tükenmişlik Kavramı ve Tanımı (Burnout) .....	30
2.2.2. Tükenmişliği Yaratıcı Faktörler .....	32
2.2.2.1 Bireysel Faktörler .....	32
2.2.2.2 Örgütsel Faktörler.....	33
2.2.3. Tükenmişliğin Belirtileri .....	35
2.2.4. Tükenmişliğin Yol Açtığı Sonuçlar .....	37

2.2.5. Tükenmişlikle Başa Çıkma Teknikleri.....	38
2.2.6. Tükenmişlik Modelleri .....	40
2.2.6.1. Maslach Tükenmişlik Modeli .....	40
2.3.1. Kadın ve Çalışma Hayatı.....	41
2.3.1.1. Kadınların Çalışma Biçimleri ve İstihdam Alanları .....	42
2.3.1.2. Kadınların Kariyer Gelişimi.....	46
2.3.1.3. Çalışan Kadınların Yaşadığı Sorunlar .....	48
2.3.1.4. İş-Aile Çatışması .....	52
2.3.2.1. Çalışan Anne ve Çocuk.....	60
2.3.2.2. Anne ve Çocuk İlişkisi.....	64
2.3.2.3. Anne-Çocuk İlişkisini Etkileyen Faktörler .....	65
2.4.1. Aile Kavramı ve Tanımı .....	67
2.4.2. Aile İşlevleri Kavramı .....	69
2.4.3. Aile İşlevlerinin Sınıflandırılması.....	71
2.5.1. Davranışın Tanımı ve Oluşumu .....	74
2.5.2. Davranış Problemleri.....	75
2.5.3. Davranış Problemlerinin Sınıflandırılması .....	77
2.5.3.1. İçselleştirilmiş Davranış Problemleri .....	79
2.5.3.2. Dışsallaştırılmış Davranış Problemleri .....	80
2.5.4. Davranış Problemlerinin Nedenleri.....	80
2.5.4.1. Biyolojik ve Fiziksel Faktörler.....	82
2.5.4.2. Ailesel Faktörler .....	82
2.5.4.3. Psiko-sosyal faktörler .....	82
2.6. İlgili Yayın ve Araştırmalar.....	83
<b>BÖLÜM III</b>	
<b>YÖNTEM</b> .....	105
3.1.Araştırmanın Modeli .....	105
3.2.Evren ve Örneklem .....	105
3.3.Veritoplama Araçları .....	105
3.3.1. İş Stresi Ölçeği.....	105
3.3.2. Maslach Tükenmişlik Ölçeği.....	106
3.3.3. Aile Değerlendirme Ölçeği.....	108
3.3.4. 6-18 Yaş Çocuk ve Gençlerde Davranış Değerlendirme Ölçeği (CBCL/ 6-18)	
.....	113

3.4. Verilerin Toplanması.....	115
3.5. Verilerin Çözümlemesi.....	115
<b>BÖLÜM IV</b>	
<b>BULGULAR VE YORUMLAR .....</b>	<b>116</b>
4.1. Çalışan annelerin çocuk sayılarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri .....	116
4.2. Çalışan annelerin yaşlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri .....	118
4.3. Çalışan annelerin eğitim düzeylerine göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri.....	122
4.4. Çalışan annelerin çalışma alanlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri.....	126
4.5. Çalışan annelerin gelir düzeylerine göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri .....	129
4.6. Çalışan annelerin medeni durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri.....	134
4.7. Çalışan annelerin işlerinden tatmin olma durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri .....	137
4.8. Çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme düzeylerinin çocuklarının davranış problemlerini yordama gücü .....	141
<b>BÖLÜM V</b>	
<b>SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER .....</b>	<b>143</b>
5.1. Çalışan annelerin çocuk sayılarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri .....	144
5.2. Çalışan annelerin yaşlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri .....	146
5.3. Çalışan annelerin eğitim düzeylerine göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri.....	149
5.4. Çalışan annelerin çalışma alanlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri.....	149
5.5. Çalışan annelerin gelir düzeylerine göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri .....	150
5.6. Çalışan annelerin medeni durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri.....	152

5.7. Çalışan annelerin işlerinden tatmin olma durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri .....	156
5.8. Çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme düzeylerinin çocuklarının davranış problemlerini yordama gücü .....	160
5.9.Öneriler.....	171
<b>KAYNAK DİZİNİ</b> .....	174
<b>EKLER</b> .....	195



## TABLO LİSTESİ

Tablo 1. Çalışan annelerin çocuk sayılarına göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranış problemlerine ilişkin <i>t</i> -testi sonuçları.....	117
Tablo 2. Annelerin yaş aralıklarına ait frekans ve yüzdelerik değerler .....	118
Tablo 3. Annelerin yaş aralıklarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait betimsel istatistik sonuçları .....	119
Tablo 4. Annelerin yaş aralıklarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait ANOVA sonuçları.....	121
Tablo 5. Annelerin eğitim seviyelerine ait frekans ve yüzdelerik değerler .....	122
Tablo 6. Annelerin eğitim seviyelerine göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait betimsel istatistik sonuçları .....	123
Tablo 7. Annelerin eğitim seviyelerine göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait ANOVA sonuçları.....	125
Tablo 8. Annelerin çalışma alanlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait betimsel istatistik sonuçları .....	127
Tablo 9. Annelerin çalışma alanlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait ANOVA sonuçları.....	128
Tablo 10. Ebeveynlerin gelir durumlarına ait frekans ve yüzdelerik değerler.....	130
Tablo 11. Annelerin gelir durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait betimsel istatistik sonuçları .....	130
Tablo 12. Annelerin gelir durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait ANOVA sonuçları.....	132
Tablo 13. Annelerin medeni durumlarına ait frekans ve yüzdelerik değerler.....	133
Tablo 14. Annelerin medeni durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait bağımsız örneklem için <i>t</i> -testi sonuçları.....	135

Tablo 15. Annelerin işlerinden tatmin olma durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait betimsel istatistik sonuçları.....	137
Tablo 16. Annelerin işlerinden tatmin olma durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait ANOVA Sonuçları .....	138
Tablo 17. Annelerin iş stresi, tükenmişlik ve aile değerlendirme alanlarının çocuklarının davranış problemlerini yordamasına ait çoklu doğrusal regresyon analizi .....	140

## ÖZET

# ÇALIŞAN ANNELERİN İŞ STRESİYLE BAŞA ÇIKMA BECERİSİ İLE TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİNİN AİLE DEĞERLENDİRMESİNE VE ÇOCUKLARININ DAVRANIŞLARINA ETKİLERİ

ÖZEK, Manolya

**Yüksek Lisans Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı**

**Tez danışmanı: Prof. Dr. Rengin KARACA**

**Haziran 2011, 228 sayfa**

Bu araştırmanın amacı 6-18 yaş arası çocuğu olan çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma becerisi ile tükenmişlik düzeylerinin aile değerlendirmesine ve çocuklarının davranışlarına etkilerini incelemektir. Araştırma kapsamında davranış problemleri ile sosyo-demografik değişkenler, iş stresi, tükenmişlik düzeyi ve aile işlevleri arasındaki ilişki çalışan annelerin algıları açısından değerlendirilmiştir.

Araştırmanın örneklemini, 2010 senesinde İzmir’de yaşayan ve çalışan, 6-18 yaş arasında çocuğu olan 307 anneden oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak: Kişisel Bilgi Formu, İş Stresi Ölçeği, Maslach Tükenmişlik Ölçeği (MTÖ), Aile Değerlendirme Ölçeği ve 6-18 Yaş Çocuk ve Gençler için Davranış Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin istatistiksel analizinde t- testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), scheffe testi ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

Annelerin iş stresi düzeylerinin eğitim seviyeleri arttıkça artma eğilimi gösterdiği, bununla birlikte çocuklarda görülen davranış problemlerinde annelerin eğitim seviyeleri arttıkça ortalama puanlarında dikkat çekici düzeyde azalmaların olduğu görülmüştür. Annelerin iş stresi seviyelerinin gelir düzeyleri arttıkça önemli düzeyde yükseldiği bulunmuştur.

Aile değerlendirme alanlarından iletişim ve genel işlevler boyutlarında çalışan evli annelerin boşanmış annelere oranla önemli düzeyde daha sağlıklı

işlevlere sahip oldukları tespit edilmiştir. Ayrıca evli annelerin davranış problemleri alt ölçeklerinden olan toplam problemlerindeki ortalama puanlarının boşanmış annelerin ortalama puanlarına göre önemli düzeyde daha düşük olduğu bulunmuştur.

İşlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin iş stresi ortalama puanlarının orta ve iyi düzeyde işlerinden tatmin olan annelere göre önemli düzeyde daha düşük olduğu, işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alanlarındaki ortalama puanlarının işlerinden orta ve iyi olanlara göre önemli oranda daha yüksek olduğu, işlerinden orta düzeyde tatmin olan annelerin işlerinden iyi düzeyde tatmin olanlara göre kişisel başarı hissinde önemli oranda daha yüksek ortalama puanlarının olduğu, işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin içe ve dışa yönelim problem alanlarında ortalama puanlarının işlerinden iyi düzeyde tatmin olan annelere göre önemli oranda daha yüksek olduğu, son olarak da işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin orta ve iyi düzeyde iş tatmini olan annelere göre toplam problem alanlarında önemli oranda daha yüksek ortalama puanlara sahip olduğu belirlenmiştir.

Çalışan annelerin iş stresi düzeylerindeki artış çocuklarının davranış problemlerine ait içe yönelim düzeylerinin artmasına neden olmaktadır. Aile değerlendirme alanlarından davranış kontrolünün artması içe yönelimin artmasına, genel işlevlerin azalması ise içe yönelimin artmasına neden olmaktadır. Davranış kontrolünün artması toplam problemin artmasına, genel işlevlerin azalması ise toplam problemin artmasına neden olmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Stres, İş Stresi, Çalışan Kadın, Tükenmişlik, Aile İşlevleri, Davranış Sorunları.

## **ABSTRACT**

### **THE EFFECT OF WORKING MOTHERS' COPING WITH JOB STRESS AND LEVEL OF BEING BURN OUT ON THEIR FAMILY FUNCTIONING AND ON THEIR CHILDREN'S BEHAVIOR**

**ÖZEK, Manolya**

**Master's Degree Program, Guidance and Counseling**

**Adviser: Prof. Dr. Rengin Karaca**

**June 2011, 228 pages**

The aim of this study is to examine the effect of coping with job stress and level of being burn out among working mothers having a child between six-eighteen years of age on their family functioning and their children's behaviour problems. Children behaviour problems had been related to demografic variables, job stress, level of being burn out and family functioning according to mother's perceptions.

The sample of this study is composed of three hundred and seven mothers living and working in İzmir having a child between six-eighteen years of age. The data is collected by Personal Information Form, Job Stress Scale, Maslach Burnout Inventory, McMaster Family Assessment Device (FAD), Child Behavior Checklist for Ages 6-18 (CBCL). T-test, One-way ANOVA, Scheffe Test and multi-linear regression analysis had been used to analyze the data.

The results show that as the the level of mothers' education increases the level of mother's job stress increases however children behavior problems significantly decrease. When the level of income of mothers' increase, mother's job stress significantly increases. It is also found that married mothers have healthier functions in 'communication' and 'general functions' among Family Assesment dimensions compared to single mothers. Means scores of 'total problems' dimension in Child Behaviour Checklist is significantly less in married mothers compared to single mothers.

The mothers that are least satisfied with their jobs are found to have lower mean scores in job stress scale compared to medium and higher satisfied mothers. The mothers that are least satisfied with their jobs are found to have higher mean scores in emotional exhaustion and depersonalization dimensions compared to medium and higher satisfied mothers. The mothers that are medium satisfied with their jobs are found to have higher mean scores in 'personal achievement' dimension in Maslach Burnout Inventory compared to higher satisfied mothers. It has also been found that the children of mothers that are least satisfied with their jobs having more internalizing and externalizing behaviour problems compared to higher satisfied mothers. Finally, it has been found that the children of mothers that are least satisfied with their jobs have significantly higher mean scores in 'total problems' dimension in Children Behaviour Checklist compared to medium and higher satisfied mothers.

It can be concluded that the increase in the level of job stress of mothers results in increase of the internalizing children behaviour problems. The increase in 'behaviour control' among Family Assessment dimensions results in increase in the internalizing children behaviour problems. The increase in 'behaviour control' also results in increase of 'total problems' whereas the decrease in 'general functioning' results in increase of the total problems.

**Key Words:** Stress, Job Stress, Burn out, Working mothers, Family Functionings, Children Behavior Problems

# BÖLÜM I

## GİRİŞ

Bu bölümde, araştırmanın problemi, amacı ve önemi açıklanarak, alt problemler ele alınmış ve çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma becerisi ve tükenmişlik düzeyinin, aile ortamı ve çocuk davranışları ile ilişkisine yönelik araştırmanın genel çerçevesi çizilmiştir.

### 1.1. Problem Durumu

Günümüzde kadınlar, gerek ekonomik zorunluluklardan, gerekse yaşam standartlarını yükseltmek, toplumda itibar kazanmak, çevre edinmek gibi bir dizi psikolojik nedenlerden dolayı çalışma hayatına katılmaktadırlar.

Kadınların iş hayatına katılımı 1999'da %60 ile zirveye ulaşmış, 2000-2010'un ilk yarısında hafifçe düşmeye başlamıştır (Juhn ve Potter, 2006). 1990'ların sonlarında bekar ve evli annelerin çalışma oranları farklılaşmış, bekar annelerin artarken okul öncesi çocuğu olan annelerin oranı azalmıştır (Hoffman, 2009). Bu da bize kadınların iş hayatından çekilmesinin nedeninin ailesine daha fazla vakit ayırmak olup olmadığını düşündürmektedir. Pek çok iyi eğitilmiş kadın çocuk yetiştirmek uğruna stresli kariyerlerini bırakmaktadır (Belkin, 2003). Ve hala önemli bir soru kadınlar için artan imkanlara rağmen kadın ve erkeklerin ev ve iş hayatına ayırdıkları zaman dilimlerinin birbirinden neden bu kadar farklı olduğudur (Bianchi ve Milkie, 2010).

2000-2010 yılları arasına baktığımızda aile ve iş dünyasında artan bir çeşitlilik görülmektedir. Aileler erkeğin para kazanan, kadının ev hanımı olduğu, iki ebeveynli iki çocuklu aile yapısından boşanmış ama çocuklarının çift velayetli olduğu aileler gibi farklı aile tiplerine dönüşmüştür. Tek ebeveynli aileler ve üvey aileler günümüz ailelerinin büyük bir çoğunluğunu oluşturmaktadır. İş ortamı da çeşitlenmiştir, haftanın yedi günü yirmi dört saat çalışan ekonomi (Presser, 2003) büyümekte, işin nerede ve ne zaman olduğu esnekleşmekte bu değişim de çalışanların ev hayatlarını

ve iki alandaki dengeyi kurmalarını etkilemektedir (Schieman, Milkie ve Glavin, 2009).

Çocuk bakımına baktığımızda babaların çocuklarıyla geçirdikleri zaman artmıştır. 1980 ortalarında başlayarak evli babalar çocuklarıyla daha çok zaman geçirmeye başlamışlardır (Bianchi ve ark., 2006; Sandberg ve Hofferth, 2001, 2005). Annelerin çocuk bakımıyla geçirdikleri ortalama zaman yüksek kalmaya devam etmiş, hatta 21. yy da olduğu en yüksek seviyeye ulaşmıştır (Bianchi, 2000; Bianchi ve ark, 2006; Sandberg ve Hofferth, 2001, 2005; Sayer, Bianchi ve Robinson, 2004). Erkeklerin eve katılımı artsa da iş saatlerinin babalarda annelere göre daha uzun olmaya devam ettiği gibi çocuk bakımı da hala annenin görevi olmaya devam etmektedir. Craig (2006), annelerin babalara göre çocuklarla genel olarak daha çok zaman geçirdiğini, çok görevli olduğunu, daha katı bir zaman diliminde çalıştığını, çocuklarla yalnız daha çok zaman geçirdiğini ve çocuk bakımını idare etmede genel olarak daha çok sorumluluk taşıdığını ifade etmiştir.

İş ve aile hayatındaki çeşitlilik ve zaman kullanımındaki değişiklik, artan ve esnek olmayan iş saatlerinin aile hayatına yetersiz zaman ve enerji bırakarak aileler için büyük bir problem olmasına yol açmıştır (Jacobs ve Gerson, 2004). 21. yüzyılda tek ebeveynli ve her iki ebeveynin de çalıştığı ailelerin artmasıyla hasta çocukların bakımı gibi evdeki talepleri yerine getirmek için kısıtlı bir esneklik bulunmaktadır (Jacobs ve Gerson, 2001). Kadınlarda çocuklarla geçirilen zaman eksikliğinden dolayı duyulan suçluluk duygusu, erkeklere göre annenin ruh sağlığı ölçümü ile daha yüksek bir ters orantı ilişkisi içindedir (Nomaguchi, Milkie ve Bianchi, 2005). Bazı çalışmalar da paylaşılan aile aktiviteleri için zaman yoksunluğunun ergenlerde daha riskli davranışların görülmesine yol açabildiğini göstermektedir (Crouter, Head, McHale ve Tucker, 2004). Anneler hem iş hem evden gelen ezici talepler karşısında çalışma hayatlarını azaltmakta bu da cinsiyet eşitsizliğinin hem ev hem iş hayatında devam etmesini sağlamaktadır (Bianchi ve Raley, 2005; Kaufman ve Uhlenberg, 2000).

Annenin çalışmasının çocuklardaki etkilerine baktığımızda, küçük çocuğu olan düşük gelirli ailelerde olumlu etkileri olduğu görülmektedir. Annenin çalışması ev ortamını güçlendirmekte (Gennetian, Crosby, Huston ve Lowe, 2004) ve çocuklara



fayda sağlayan rutinleri desteklemektedir (Chase-Landsdale ve ark. 2003). Koşullar ve çevre önemlidir, annenin çalışmasının çocukta etkilerine bakıldığında annenin sahip olduğu sosyal destek düzeyi ve kendi psikolojik sağlığının rol oynadığı görölmektedir (Ciabattari, 2007; Raver, 2003). Çalışmalar, düşük gelirli grupta ergen çocuğu olan annelerin çalışmasının ise olumsuz etkileri olabildiğini göstermektedir. Gennetian, Duncan ve ark. (2004), ergenlerin okul performansında küçük de olsa olumsuz etkilerini bulmuşlardır. Bu çocuklar küçük kardeşlerinin sorumluluğunu üstlendiğinden okul başarıları düşebilmektedir.

Annenin erken ve yoğun çalışmasının sadece zengin ailelerde olumsuz sonuçlarını bulmuşlardır (Ruhm, 2009). Daha fazla davranış problemleri ya da daha düşük bilişsel sonuçlar özellikle erkeklerde, orta sınıf ailelerde, anne babası birlikte ve beyaz ama latin ya da Afrika kökenli-amerikalı olmayan çocuklarda görölmüştür (Brooks-Gunn, Han ve Waldfogel, 2002; Waldfogel, Han ve Brook-Gunn, 2002). Gordon, Kaestner ve Korenman (2007) çocuk bakım evlerinde daha fazla zaman geçiren çocuklarda daha fazla solunum problemleri ve daha yüksek oranda kulak enfeksiyonları olduğunu bulmuşlardır. Nomaguchi (2006) annenin çalışmasının okul öncesi çocuklarında hem olumlu hem olumsuz etkilerini bulmuştur: Çalışan anne çocukları daha iyi adapte olmaktadır (örn. daha düşük hiperaktivite puanları, daha sosyal davranışlar, daha düşük anksiyete) fakat aynı zamanda daha az olumlu anne-çocuk etkileşimleri ve ebeveynle daha az okuma yapıp çocuk bakım merkezlerinde daha çok zaman geçirmektedirler.

Günümüz değişen koşullarında çocuk gelişiminde önemli olan çocuğun nasıl bakıldığından çok ebeveynlerin tutumlarıdır (Belsky ve ark., 2007). Metropollerde yaşayan ve daha yüksek geliri olan anneler daha fazla çocuk merkezi odaklı çocuk bakımından faydalanırken (Gordon ve Chase-Landsdale, 2001) düşük gelirli çalışan ailelerde yüksek kalite bir çocuk bakımına ulaşmanın zor olduğu saptanmıştır (Howes ve ark, 1995).

Han (2005) özellikle çocuğun ilk yılında annenin düzensiz bir iş programıyla çalışmasının çocukta daha düşük bilişsel gelişime ve kendini daha az ifade eden bir dil kullanmasına yol açtığını ifade etmiştir. Annenin düzensiz iş saatlerinin sonucu artan stresi de küçük çocukların davranışlarını olumsuz etkilediği de bir başka

varsayımdır (Joshi ve Bogen, 2007). Strazdins, Clements, Korda, Brom ve D'Souza (2006) düzensiz programla çalışan ebeveynlerin daha az etkili ebeveyn tutumlarını gösterdiklerini ve çocuklarında daha fazla davranış problemleri olduğunu saptamışlardır.

Çocuk ve ergenlerde görülen davranış problemlerine bakıldığında dışsallaştırılmış ve içselleştirilmiş davranış problemleri olarak ikiye ayrıldığı görülmektedir (Achenbach, 1982, 1991; Cicchetti ve Toth, 1991). Dışsallaştırılmış davranış problemleri, sosyal çevreye, dışa vurularak görülmektedir, kontrol edilemeyen dışa yöneltilen tepkilerdir. Agresyon, düzensizlik, karşı çıkma, dürtüsellik/hiperaktivite en belirgin örnekleridir. İçselleştirilmiş davranış problemleri ise bireyin içsel olarak kendine yöneltilen aşırı kontrollü davranışlardır. Sosyal geri çekilme, depresyon, anksiyete, somatizasyon problemleri, obsesif-kompulsif davranış bozuklukları da bu gruba örnektir (Rutherford, Quinn ve Mathur, 2007) .

Teşhis edilebilir dışsallaşan davranış problemi olan (özellikle davranım bozukluğu olan) pek çok genç agresif davranış geliştirme artan riski ile karşı karşıya kalmaktadır (Connor, 2002). 1990'ların başlarında gençlerde görülen şiddetin ciddi bir şekilde artması ve bu gençlerin ihtiyacı olan mental sağlık ihtiyaçlarının karşılanamaması dışsallaşan davranış problemleri ile şiddet arasındaki bağlantı konusundaki endişeyi arttırmıştır. Bu endişenin nedeni, Amerika'da gençler tarafından işlenen suçların önemli bir halk sağlığı problemi olması ve gençlerdeki ölümün %40 ını oluşturuyor olmasıdır (Snyder, 2000).

Dışsallaşan davranış problemlerinin aksine içselleşen davranış problemleri belirgin değildir ve çocuğun sosyal çevresinde özellikle de sınıf ortamında farkedilmeyebilir. Dışsallaşmış davranış problemleri çevreye zarar verirken, içselleşen davranış problemleri bireyin kendisine zarar vermektedir (Algozzine, 1977). Okul ortamında fark edilmesi ve müdahale edilmesi güçtür. Bu öğrencileri fark etmek güç de olsa, anksiyete, depresyon, ya da yakın veya uzak vadede ciddi duygu durum bozukluklarına dönüşebilir. O yüzden mümkün olan en kısa zamanda bu öğrencileri teşhis etmek potansiyel ciddi davranış örüntülerine dönüşmemesi adına önemlidir (Rutherford, Quinn ve Mathur, 2007) .

Tedavi edilmeyen davranış problemleri görülen çocuk ve ergenler, ciddi mental sağlık problemleri, madde kullanımı, ders asma, suç işleme riski ile karşı karşı kalmaktadırlar. Amerika Adalet ve Suçu Önleme Ofisi tahminlerine göre bir gencin suç ve madde kullanımı dünyasına girmek için okulu bırakmasına izin vermenin topluma bedeli yıllık 1,700,000 ABD Doları ile 2,300,000 ABD Doları arasındadır. Bu çocuk ve ergenler evlilik problemleri yaşayan, düzensiz çalışma hayatı olan, birden çok tutuklama riski taşıyan, alkol ve uyuşturucu bağımlısı olan ve suç ve mental hastalıklarından dolayı tedavi gören mutsuz yetişkinlere dönüşebilmektedirler. Antisosyal dedelerin, antisosyal olmayanlara göre çocuklarında daha çok tutuklamanın görülmesi ve torunlarında da daha çok suç işleme eğiliminin saptanması, nesiller boyunca devam ettiğini göstermekte ve konunun önemini daha da vurgulamaktadır (Rutherford, Quinn ve Mathur, 2007)..

Değişen aile ve iş yapısının görüldüğü günümüzde bu çocukların annelerinin iş ortamında yaşadıkları stres aile hayatlarına yansımaktadır. Bu çalışma, çocuklarda görülen davranış problemleri üzerinde annenin yaşadığı iş stresiyle başa çıkma becerisinin, tükenmişlik düzeyinin ve ailesinin işlevselliğinin etkisi olduğu düşünüldüğü için planlanmıştır. Gelecekte görülebilecek davranış problemlerini önlemek adına bu araştırmanın önemli bir kaynak olacağı düşünülmektedir.

## **1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi**

Bu araştırmanın amacı çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma becerisi ile tükenmişlik düzeylerinin aile değerlendirmesine ve çocuklarının davranışlarına etkilerini incelemektir. Yapılan literatür taramasında, çalışan annenin iş stresinin aile ve çocuklarda görülen davranış sorunlarına etkisinin araştırıldığı yurt dışı yayınları olmasına rağmen ülkemizde bu konuda çok az çalışma yapıldığı görülmektedir.

4857 sayılı İş Kanunu'nda kadının doğum öncesi ve sonrasına dair yasal hakları açıkça belirtilmiş, elliden fazla işçinin çalıştığı her işyerinde emzirme odası ve kreş olması zorunluluğu getirilmiştir. Ülkemizde yüzde 70'den fazla işyerinde hamilelik nedeniyle işten çıkartılan kadın patronuna dava açamamakta, yasalara rağmen birçok işyeri yeni doğum yapan kadının ihtiyacı olan ortamı sağlama ve izinleri kullandırmada sorun çıkartmaktadır.

Eraltuğ (2006), ülkemizdeki uygulamaları Avrupa birliği ülkelerinde uygulanan ebeveyn izni haklarıyla karşılaştırmıştır. Çalışan annelerin hayatlarını kolaylaştırmak adına Avrupa Birliğinde bazı uygulamalar mevcuttur. Avrupa Birliği Temel Haklar Belgesi - Madde 34'de belirtildiği gibi Avrupa Birliği vatandaşları Sosyal Güvenlik ve Sosyal Yardım haklarına sahiptir; Avrupa Birliği, annelik, hastalık, iş kazaları, bağımlılık veya yaşlılık gibi durumlarda ve iş kaybı durumunda Birlik Yasası ile ulusal yasaların ve uygulamaların kurallarına göre koruma sağlayan sosyal güvenlik haklarını ve sosyal hizmetleri tanır ve bu hak ve hizmetlere saygı duyar.

Avrupa Birliği üyesi ülkeler incelendiğinde, Almanya'da Çocuk Yetiştirme İznine ve Ödeneklerine ilişkin Federal Yasa (1994) hükümlerine göre, kadın veya erkek tüm işçiler, gerek kendilerinin gerekse eşlerinin, aynı ailede bakımı ve gözetimi altında bulunan ve eğitim ve yetiştirilmesinden sorumlu oldukları çocuklarının bakımını sağlamak üzere, kişisel ve devredilmez bir hak olarak, ebeveyn izni hakkına sahiptirler. Ebeveyn izni çocuk 3 yaşına gelinceye dek, ebeveynlerce ayrı ayrı veya birlikte ve aynı zamanda kullanılabilen; üçüncü yıl izin hakkı, işverenin onayıyla, çocuğun 8. yaş gününe dek kullanılmak üzere ertelenebilmektedir. Evlat edinen ebeveynlere de, evlat edinme tarihinden itibaren çocuk 8 yaşına gelinceye dek kullanılmak üzere azami üç yıllık izin hakkı tanınmıştır. İzin hakkı ücretsiz olmakla birlikte, ebeveynlerden sadece biri doğumdan itibaren yirmi dört ay süreyle, ailedeki her bir çocuk için, çocuk bakım ve ödeneğine hak kazanmakta; evlat edinen veya bir çocuğun bakımını üstlenen ebeveynler de, çocukları 8 yaşına gelinceye dek azami 2 yıl süreyle bu ödenekten yararlanmaktadır. Çocukların aniden hastalanması veya kazaya uğraması hallerinde, ebeveynlerden her birine 10 gün bakım izni hakkı tanınmıştır (Eraltuğ, 2006).

Fransa'da İş Kanunu'nun (1973) ebeveyn iznine ilişkin hükümleriyle (m.122-128) bağımlı çalışanlara, doğum veya üç yaşından küçük bir çocuğun evlat edinilmesi halinde, analık ve evlat edinme izninin bitiminden itibaren üç yıl süreyle izin hakkı tanınmıştır. Ebeveynler, ilk bir yılının sonunda izni aynı süreyle iki kez yenileyebilir veya kısmi süreli çalışma biçimine geçebilir ya da çalışma saatlerinin en az yüzde elli azaltılmasını talep edebilir. Kamu çalışanlarına da altı aylık sürelerle yenilenebilen üç yıl süreli izin hakkına sahiptir. İzin hakkından en az bir yıl kıdemli

işçiler yararlanabilmekte; izin kullanmak için iki ay önceden bildirimde bulunmaları gerekmektedir. İşçilere, 16 yaşından küçük çocuklarının hasta olmaları halinde rapor ibrazına bağlı olarak her yıl azami üç gün, bir yaşın altındaki çocukların hastalığı halinde azami beş gün ücretsiz bakım izni hakkı tanınmıştır (İş K.m.122-28-8). Asgari bir yıl kıdemi bulunan işçiler de, Sosyal Güvenlik Kanunu gereğince bakımı altında bulunan çocuklarının hastalığı, kaza geçirmesi veya engelli olmaları halinde, altı ay süreyle kısmi süreli çalışma ve bu çalışmayı aynı süreyle bir kez yineleyebilme hakkına sahiptirler (İş K.m.122-28-9). Ebeveyn izni kural olarak ücretsizdir; ancak Sosyal Güvenlik Kanunu hükümlerine göre, (m.532-9,m.161-9) iki çocuk sahibi ebeveynlerin ikinci çocuğun doğumundan önceki beş yıl süresince; üç çocuk sahibi olanların ise doğumdan önceki on yıl içinde kesintisiz 24 ay çalışmış olmaları koşuluyla, çocukları üç yaşına gelinceye dek ebeveyn ödeneği alma hakları bulunmaktadır (Eraltuğ, 2006) .

İngiltere’de ebeveyn izni hakkı, 1996 tarihli Çalışma Hakları Yasası’nda 1999 tarihli çalışma ilişkileri Yasası ile yapılan değişikliğe bağlı olarak çıkarılan Analık ve Ebeveyn iznine ilişkin Yönetmelik (1999) hükümleri ile düzenlenmektedir. Anılan yönetmelik hükümlerine göre çalışan anne ve babalar, doğum halinde veya evlat edinme tarihinden itibaren beş yıl içinde kullanılabilen 13 haftalık bir izin hakkına sahiptirler. İzin hakkının kapsamı, bu yönetmelikte yapılan ve 2002 yılında yürürlüğe giren değişiklikle 18 yaşın altında özürli çocuğu olan ebeveynleri de kapsar biçimde genişletilmiş, bu durumda izin süresi 18 hafta olarak belirlenmiştir. Ebeveyn izin hakkından yararlanabilmek için işveren bağımlı olarak bir yıl kesintisiz çalışmış olmak gerekir. İzin kullanmak için 21 gün öncesinden işverene bildirimde bulunulmalıdır. Ayrıca işçilere, bakımını üstlendiği kimselerden birinin ani olarak hastalanması veya kaza geçirmesi durumunda, makul bir süreyle çalışmaya ara verme hakkı tanınmıştır. İşçi, izninin en fazla dört haftalık bölümünün bitiminde önceki işine dönme hakkına sahiptir. İzin dört haftadan fazla sürmüştü ve aynı işi yapması makul sebeplerle mümkün değilse, benzer bir pozisyonda görevlendirilebilir (Eraltuğ, 2006).

İsveç’te ise Ebeveyn İzni Yasası (1995/584) hükümlerine göre ebeveynler, doğum veya evlat edinme yoluyla çocuk sahibi olmaları halinde farklı biçimlerde kullanılabilen izin hakkına sahiptirler. Analık izni yedi haftadır. Ayrıca hem anne

hem de babaya, çocuğun doğumundan itibaren 18 ay süreyle ücretsiz ebeveyn izni hakkı tanınmıştır. 180 gün karşılığı prim ödeyen ebeveyn, izin süresince azami 450 gün süreyle finansmanı ulusal sosyal sigorta sisteminden sağlanan ve gelirin yüzde sekseni tutarında bir ödeneğe hak kazanmaktadır. 1 Ocak 1995’de yürürlüğe giren yasa değişikliğiyle, erkek ebeveyni izin almaya teşvik etmek üzere, iznin en az otuz günlük bölümünün baba tarafından kullanılmaması halinde, ebeveynlerin o aya ilişkin ödenekten yoksun kalması hükme bağlanmıştır. Ayrıca, doğumun ardından yalnız baba tarafından kullanılan 10 günlük ödenekli çocuk bakım izni söz konusudur. Ebeveyn izninin çocuk sekiz yaşına gelinceye dek aile ödeneğinden yararlanmamak kaydıyla, çalışma süresinin dörtte bir oranında azaltılması biçiminde kullanılması mümkündür. Ebeveyn izni alabilmek için işçinin altı aylık kıdeminin olması izne çıkacağı tarihten iki ay önce işverene bildirimde bulunması gerekir. Acil ailevi nedenlerle izin hakkı, 1998’de yürürlüğe giren Yasa ile düzenlenmiş; 12 yaşın altında çocuğu olan ebeveynler için yılda 60 gün ödenekli bakım izni, özel bakıma muhtaç çocuğu olan ebeveynler için ise süresiz izin hakkı tanınmıştır. 12 yaşın altında çocuğu olan ebeveynler için yılda 60 gün ödenekli bakım izni, özel bakıma muhtaç çocuğu olan ebeveynler için süresiz izin hakkı tanınmıştır (Eraltuğ, 2006).

Sonuç olarak gerek AB ve gerekse dünyadaki genel uygulamalara baktığımızda çalışan kadının çalışma yaşamı ile annelik rolünü birlikte götürebilmesi ve iş yaşam dengesini kurabilmesi adına hem sosyal destek sağlanmakta hem de eşinin de kendisine destek olmasını sağlamaya yönelik yasal düzenlemeler yer almaktadır. Bizim de bu konuda yasal düzenlemelere ihtiyacımız olduğu açık bir biçimde ortadadır. AB’ye uyum yasaları konusunda yapılan çalışmalarını sürdüren ülkemiz, anne ve bebek sağlığı konusunda uluslararası standartları yakalamalıdır. Bu konu, insan hakları ve işkenceyi önleme çalışmaları kadar önemlidir.

Bu araştırmada çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma becerisi ile tükenmişlik düzeylerinin aile ortamına ve çocuklarının davranışlarına etkilerine bakılmıştır. Bulgular, konunun önemini dile getirdiğinden ve Türkiye’de ihtiyaç duyulan bazı yasal düzenlemeleri ifade ettiğinden önemlidir. Çalışan anneye yönelik sosyal destek politikaları annenin üzerindeki iş stresini azaltarak hem aile işlevselliğine hem de gün geçtikçe artan çocuk davranış problemlerinin azalmasına

katkı sağlayabilir. Mutlu ve sağlıklı bir nesil yetiştirmek adına yapılan çalışma önemlidir.

### **1.3. Problem Cümlesi**

Bu araştırmanın problem cümlesi “Çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma becerisi ile tükenmişlik düzeylerinin aile değerlendirmesine ve çocuklarının davranışlarına etkileri ne düzeydedir” olarak belirlenmiştir.

### **1.4. Alt Problemler**

Araştırma kapsamında aşağıdaki alt problemler test edilmiştir.

1. Çalışan annelerin çocuk sayılarına göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranışları önemli farklılıklar göstermekte midir?
2. Çalışan annelerin yaşlarına göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranışları önemli farklılıklar göstermekte midir?
3. Çalışan annelerin eğitim düzeylerine göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranışları önemli farklılıklar göstermekte midir?
4. Çalışan annelerin çalışma alanlarına göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranışları önemli farklılıklar göstermekte midir?
5. Çalışan annelerin gelir düzeylerine göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranışları önemli farklılıklar göstermekte midir?
6. Çalışan annelerin medeni durumuna göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranışları önemli farklılıklar göstermekte midir?
7. Çalışan annelerin yaptıkları işten tatmin olma düzeylerine göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranışları önemli farklılıklar göstermekte midir?

8. Çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma becerileri; tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranışlarının önemli yordayıcısı mıdır?

### 1.5. Sayıtlar

1-Araştırmaya katılan annelerin ölçekleri cevaplarken samimi oldukları, gerçek duygu ve düşüncelerini yansıttıkları varsayılmaktadır.

2- Araştırma örnekleminin tüm evreni temsil ettiği kabul edilmektedir.

### 1.6. Sınırlılıklar

Veri formu binlerce çalışan anneye ulaştırılmasına rağmen sadece gönüllü dolduran annelerin verilerine ulaşılmıştır. Dolayısıyla bu araştırmanın sonuçları bu gruba giren anneler ve çocuklarına genellenebilir.

### 1.7. Tanımlar

**Stres:** Kişinin tehlikeli uyarılar ile karşılaştığında yaşadığı kaygıya ve uyarana tepkisel olarak ortaya çıkan duygusal, bilişsel, davranışsal ve fiziksel değişikliklerdir (Spielberger, 2005).

**Stresle Başa çıkma:** Stresli bir durumla karşılaştığında bireyin verdiği bilişsel ve davranışsal tüm tepkilerdir (DeLongis ve Newth, 1998).

**Tükenmişlik:** Kendisinin koyduğu gerçekçi olmayan hedeflere ulaşmak için aşırı çaba sonucu bireyin fiziksel ve zihinsel kaynaklarının tükenmesidir (Freudenberger ve Richelson, 1980)

**Aile işlevleri:** Kişilerin bedensel, ruhsal ve toplumsal açıdan tam bir iyilik halinde olması için ailenin beklenen düzeyde gerçekleştirmesi gereken görevleridir (Bulut, 1993).



**Davranış Problemleri:** Bireylerin toplumda etkili bir şekilde işlev görmesini engelleyen, kendilerinin ve akranlarının güvenliklerini tehlikeye sokan davranışlar olarak tanımlanmaktadır (İftar ve Erbaş, 2004).

## BÖLÜM II

### İLGİLİ YAYIN VE ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde, stres, tükenmişlik, çalışan kadın, aile işlevleri ve çocuk davranışları konusunda kuramsal görüşlere yer verilecektir. İlk olarak stres ve tükenmişlik ele alınacak ve daha sonra çalışan kadın, aile işlevleri ve çocuk davranışlarına ilişkin kuramsal görüşler açıklanacaktır. Konunun kuramsal çerçevesi belirlendikten sonra ülkemizde ve yurt dışında konu ile ilgili yapılmış olan bazı araştırmalara yer verilecektir.

#### 2.1.1. Stres Kavramı

McGrath'e göre, organizma (birey, grup veya organizasyon) ile çevre (fiziksel, sosyal sistem) arasında bir ilişki vardır. Stres, bir organizmanın çevreden gelen taleplerle baş etme mekanizmaları arasında bir dengesizlik olduğu zaman ortaya çıkmaktadır (McGrath, 1970).

Hellriegel, Slocum ve Woodman (1983) da stresi bir eyleme, duruma ya da bir kişinin üzerindeki fiziksel ve/veya psikolojik zorlanmaya karşı bir tepkinin sonucu olarak tanımlamışlardır. Şimşek, Çelik ve Akgemci (2008) ise stresi 'çevrenin potansiyel tehdit edici durumuna fiziksel ve duygusal tepki' olarak tanımlamışlardır.

Stres tanımını yaparken stresin farklı yönlerini ele alan araştırmacılar vardır. Bunlardan biri olarak Selye (1974) ilk çalışmalarında stresi dört kategoriye bölmüştür. Bu kategoriler 'hyperstress' - fazla stres, 'hypostress' - yetersiz stres, 'eustress' - iyi stres ve 'distress' - kötü stres olarak belirlenmiştir. Selye 1956'da yaptığı çalışmalarda kişinin hayattaki amacının kötü stresi en alt seviyeye indirmeye çalışmak, iyi stresi yüksek seviyede tutmak, ve hypostress ile hyperstress arasındaki dengeyi tutturmak olmalıdır diye ifade etmektedir.

Yukarıdaki sınıflandırma doğrultusunda stresi tanımlarken sadece zararlarını değil, olumlu yönlerini de vurgulamak gerekmektedir. Torrance (1965) organizmayı iyi veya kötü yönde önemli derecede etkileyen her uyarıyı stres olarak tanımlamaktadır. Torrance da Selye gibi stresin iyi bir tarafı olduğunu da belirtmekte fayda olduğunu söylemektedir. Stresin pozitif yönü, kişiyi daha iyi performans göstermeye zorladığı ve kişiyi hayatında başarıya götürecektir eylemlerde bulunması için motive ettiği zaman ortaya çıkmaktadır.

Lazarus, stres konusunda yapılmış olan birçok araştırmada stresin, bir uyarı ve tepki olarak, iki şekilde algılandığını belirtmektedir. Uyarı anlamına geldiği zaman stres, genellikle çevre tarafından ortaya çıkarılmakta (felaket veya hastalık gibi) ve bir tepkiye yol açmaktadır. Tepki olarak ele alındığında ise canlıda oluşturduğu olumsuz durum (uykusuzluk, endişe, kalp çarpıntısı vb) söz konusu edilmektedir. Lazarus'un bir başka tanımına göre, stres kişi ile çevre arasındaki etkileşim anlamına da gelmektedir (Lazarus ve Folkman, 1984).

Diğer bir bakış açısında ise kişinin yaşamındaki dengelerden bahsedilmektedir. Buna örnek olarak Şahin (1994), her organizmanın kendi içindeki denge bozulmalarını düzeltme eylemi sayesinde canlılığını koruduğunu ifade etmektedir. Kişi kendi içindeki dengeleri koruma çabasıdadır, ve dengede olmasına 'homeostasis' denmektedir. Dengelerde meydana gelen bozulmalar stres olarak da algılanabilmektedir. Fakat belli bir miktar stresin faydalı olduğu hatta yaşamın sürdürülebilmesi için şart olduğu da ayrıca vurgulanmıştır.

Cüceloğlu (2003), strese yol açan olayların ikiye ayrılabilirliğini belirtmektedir; birinci grup bedenin içinde veya dışında olan uyarıları, ikinci grup ise bedensel veya psikolojik uyarıları kapsamaktadır. Cüceloğlu, kişinin ne kadar stres yaşadığı ve bu yaşadığı ile de nasıl başa çıkacağını bireyin anlamlandırma tarzı ve deneyimleri ile bağlantılı ve bunu etkileyen bir faktör olduğunu söylemektedir.

### 2.1.2. Stres Yaratan Faktörler

Strese yol açan faktörlere stresör adı verilmektedir. Stresörler fiziksel çevre şartları, bireysel ve örgütsel faktörler olarak sıralanabilmektedirler.

Çalışanların içinde bulunduğu çalışma ortamı ve onu etkileyen fiziksel koşullar psikolojik ve fizyolojik yapısı üzerinde yakından etkilidirler. Köse (1982) kötü aydınlatma, aşırı gürültü, aşırı ısı, soğuk titreşim, hava kirliliği ve elektrikli araçların kullanımı sonucu oluşan radyasyon etkisinin bu faktörler arasında yer aldığını ifade etmiştir.

Bireysel stres kaynaklarını Steers (1994) A Tipi kişilik, kişisel kontrol ve yaşam değişim oranı olarak tanımlamıştır. En önemli bireysel stres kaynağı kişilik özelliğidir. Bu ilk olarak Friedman ve Rosenman tarafından 1974 yılında ortaya konmuştur. Çalışmalarındaki kişilikler A ve B tipi olarak belirlenmiş ve bunlara yönelik çeşitli özellikler tanımlanmıştır.

A Tipi kişilik sabırsız, hareketsiz duramayan, saldırgan, devamlı yarış halinde olan, çok çeşitli aktivitelerle uğraşan ve yoğun baskı altında olan kişilik olarak nitelendirilir. Bu tip kişiler için iş önemlidir, bir işe uzun zaman ayırırlar ve son ana kadar yoğunurlar. B Tipi Kişilik ise daha az baskı ve çatışma içindedir, acelecilik ve karmaşıklık gibi durumlara izin vermez, zamanı iyi kullanır ve işinde daha az yarış halindedir. Rosenman ve Friedman 3500 kişi üzerinde 8.5 yılı aşkın bir süre çalışmış ve A tipi kişilerin kalp hastalığına daha eğilimli olduğu, ikinci bir kalp krizine eğilimin beş kat daha fazla olduğu ve B Tipi kişilerle karşılaştırıldığında kalp krizinin iki kat daha fazla tehlikeli olduğu sonucuna varmışlardır.

Eğer bir çalışana bazı işleri yapması için sorumluluk verildiği halde çalışması için elverişli ortam hazırlanmamışsa, çalışan iş üzerindeki kişisel kontrolünü kaybeder ve bu çalışanın yoğun stres yaşamasına sebep olabilir. Kişisel kontrol, çalışanın çalışma sürecine katılımı olarak görülür. Bu, çalışanların işle ilgili konulara katılımını ve onlara projenin uygulanmasında daha çok kontrol imkanı sağlar. Bunun yanı sıra eğer çalışanların düşünce, bilgi ve beklentileri örgütsel faaliyetlerin dışında

tutuluyorsa, bu durum sadece stres ve zorlamanın artmasına neden olmayacak aynı zamanda iş verimliliğini de düşürecektir (Şimşek ve ark., 2008).

Yaşanan stres üzerinde üçüncü bir faktör ise bireyin yaşamının durağan veya çalkantılı olma derecesidir. Bu konuda Holmes ve Rahe (1967) tarafından gerçekleştirilen araştırma sonuçlarına göre, yaşamsal olaylarda teşhis edilen değişiklikler stres ve hastalıkların oluşmasına etki etmektedir. Bu araştırmada eşin ölümü stres yaratan bir olay olarak görülmüş ve değeri 100 puan olarak belirlenmiştir. Stres ve hastalık üzerindeki etkilerine göre diğer olaylar da orantılı olarak puanlanmıştır. Sonuç olarak yaşam değişiminin ve endokrin sisteminin strese ve hastalıklara etki ettiği fikrine varılmıştır. Olağandışı durumlarda sistem aşırı yüklenmeden dolayı zorlanmakta ve bunun sonucunda da stres ve hastalıklara karşı direnç zayıflığı ortaya çıkabilmektedir. Boşanma, taşınma, ekonomik sorunlar ve bozuk aile düzeni de yaşamsal etkenler olarak birey üzerinde stres yaratabilmektedir.

Yönetim üzerine yapılan çalışmalar yüksek düzey strese yol açabilecek birbirini etkileyen 40 faktör tanımlamışlardır. Bu faktörler 7 major kategori altında toplanabilir (Cooper ve Marshall, 1988):

- İşin doğasından kaynaklanan hızlı, fazla iş yükü olan çalışma koşulları
- Kurumsal rol: Sorumluluk, belirsizlik ve çatışma
- İşteki ilişkiler
- Kariyer gelişimi
- Kurumsal yapı ve iklim
- Ailevi ya da finansal problemler gibi kurum dışı kaynaklar
- Bireysel farklılıklar, kişilik özellikleri, A tipi davranış örüntüleri

Hem yönetici hem de insan kaynakları departmanı, bu faktörlerle başa çıkmada proaktif olmalıdır. Stres faktörlerini oluşturan bu nedenleri önceden düzenlemek pek çok fayda sağlar. Eğer istek olursa iş stresi etkili bir şekilde kontrol altına alınabilir. Stres yaratan örgütsel faktörler altında mesleki farklılıklar, rol belirsizliği, rol çatışması ve aşırı iş yükü veya yetersiz çalışma konuları ele alınmıştır.

Yapılan işin niteliği ve mesleki farklılıklar da stres özelliği taşır. Tepe yönetim işleri, belirsizlik veya zaman baskısı altındaki işler birer stres faktörüdür. Tennessee'deki çeşitli örgütler arasında sağlıkla ilgili klasik bilgilerin sonucuna göre, açıklanan gerilim rahatsızlıklarının en ağır durumunu içeren on iş türü tanımlanmıştır. Albrecht (1988), bu işleri sağlık uzmanları, kadın garsonlar, hemşireler, hemşire yardımcıları, montaj hattı gözetimcileri, müzisyenler, halkla ilişkiler personeli, klinik laboratuvar teknisyenleri, bulaşıkçılar, üretilen malların dağıtılmasından önce stoklanma işinde çalışanlar olarak tanımlamıştır (akt. Sabuncuoğlu ve Tüz, 2008).

Pek çok işçi muhtemelen daha yüksek maaşlı idari personele göre işleri ve hayatları üzerinde daha az kontrol sahibi olmaları nedeniyle iş stresi yaşarlar (Zunker, 1998). İşçilerde, ağır iş ve çetin fiziksel koşullar, monoton ve hızlı iş ve bilişsel olarak karışık ve zaman kısıtlı görevler iş stresine yol açan faktörlerdir.

Bilgisayar günümüz ofis ve iş dünyasında etkin bir yere sahip olduğundan beri bilgisayar tabanlı işlerde stres kaynakları ilgi çeken bir konu olmuştur. Özellikle veri girişi yapan kişiler uzun süre bilgisayar başında zaman geçirdiklerinden omurilik problemleri görülmeye başlamıştır. Bunun nedenleri arasında yetersiz çalışma yerleri, aralıksız uzun çalışma saatleri ve çalışanların semptomların daha farkında olması sıralanabilir (Porteous, 1997).

Bireyler rolleri hakkında yetersiz bilgi sahibi olduklarında rol belirsizliği yaşarlar. Beklenen performansın bilinmemesi, bu beklentilere nasıl ulaşılabileceğinin belirsizlik taşıması ve işe ilişkin davranışın nasıl sonuç vereceğinin önceden bilinmemesi rol belirsizliği yaratır. Beraberinde fiziksel zorlama ve tatminsizlik, insan kaynaklarının etkin kullanılamaması ve çalışanın örgütsel çevrede bir işe yaramadığı hissine kapılması gibi sonuçları da getirir.

Rol çatışması ise aynı zamanda ortaya çıkan iki ya da daha fazla olayın baskısı olarak tanımlanır. Rol çatışması, bireyin duygusal durumu üzerinde içsel çatışmanın artması, iş ortamının geriliminin artması, iş ile ilgili tatminin azalması ve yönetime ve organizasyona olan güvenin azalması şeklinde sıralanabilir. Sonuç olarak, çatışmanın ortaya çıkması; bireyin rolündeki etkinliğini düşürür, bireyin bu

rolü verenlere güveni azalır ve birey için işin çekiciliği düşer ve stresin oluşmasına neden olur.

Aşırı iş yükü, kişilere belli bir zamanda yapabileceğinden daha fazla sorumluluğun yüklenmesidir. Miktar, kalite ve performans arasında çatışma ortamı yaratır. Nicel olarak aşırı iş yükü, verilen zaman diliminde daha fazla çalışmayı içerir. Nitel olarak ise, yapılacak işlerden daha fazlasının daha az zamanda yapılmasını ifade eder. Sonucunda uykusuzluk, sinirlilik, hataların artması ve tereddüt ortaya çıkmaktadır.

Yetersiz çalışma da bir stres faktörüdür. Çalışanların yetenek ve yetkilerini kullanmaları gerektiğinde bu yetki ve yeteneklerin çok az miktarını kullandıkları zaman meydana gelir. En belirgin özelliği monotonluktur. Bu durumda çalışanlar aynı rutinlikte performans gösterirler. Düşük yaşam güvenliği, hayal kırıklığı, yüksek sinirlilik, sıkıntı, düşük motivasyon, kayıtsızlık ve görevi terk etme gibi sonuçlara yol açar (Şimşek ve ark., 2008) .

### **2.1.3. Stresin Belirtileri**

Organizmanın zararlı etkenlerin sebep olduğu strese karşı tepkisine ‘Genel Uyum Sendromu’ denir. Genel uyum sendromu; ‘tehlike, direnme ve bitkinlik’ten oluşan üç aşamayı içermektedir. Köknel (1996) ve Steers (1994) tehlike evresinde en çok görülen belirtileri aşağıdaki şekilde sıralamaktadırlar.

- Kalp atışı ve solunum artması,
- Kan şekerinin yükselmesi,
- Kasların gerginliğinin artması, kasılma ve eklem ağrıları,
- Ağızda ve boğazda kuruluk,
- Bitkinlik,
- İştahsızlık, zayıflama ya da çok yemek yeme
- Baş ağrısı, baş dönmesi,
- Dururken, otururken, yürürken dengesizlik, sallanma,
- Ellerde, ayaklarda terleme,
- Uykusuzluk, aşırı uyku ya da dengesiz uyku,

- Uykuda diş gıcırdatma, konuşma,
- Korkulu rüyalar görme, korkarak uyanma, uykuda yürüme,
- Mide, bağırsak, sindirim bozukluğu,
- Bulantı, kusma, ishal,
- Konuşma güçlüğü, az ya da çok konuşma,
- Gürültüye ve sese duyarlılık.

Başlangıçtaki bu şokun ardından vücut, ikinci aşamaya geçer. Bu direnme aşamasıdır. Bu aşamada, organizma, oluşan herhangi bir yıkımı onarmaya çalışır. Eğer başarabilirse stresin fiziksel etkileri ortadan kalkar, aksi halde bireyde kaygı düzeyinin yükselmesi, endişe, sinirlilik, karamsarlık, korku, isteksizlik gibi belirtiler devam eder. Direnç evresinde başarılı olamayan birey, son aşama olan bitkinlik aşamasında ise; dönüşü olmayan bir takım organik bozukluklarla karşılaşabilir. Baş ağrıları, ülser, yüksek kan basıncı bireyin bu aşamada karşılaştığı rahatsızlıklardır.

#### **2.1.4 Stresin Yol Açtığı Sonuçlar**

Çeşitli stres kaynaklarından etkilenme seviyesi bireyden bireye değiştiği gibi, aynı bireyde bile zaman zaman farklılaşma olabilmektedir. Steers (1994)'e göre stres düzeyi arttıkça, çalışanlar özellikle yöneticiler üzerinde fizyolojik ve psikolojik etkileri artabildiğinden onların sağlığını ve örgütsel başarısını olumsuz yönde etkileyecektir.

Stresin yol açtığı sonuçlar bireysel ve örgütsel olarak incelenebilir. Quick ve Quick (1984)'e göre stresin bireysel sonuçları, fizyolojik, psikolojik ve davranış düzeyinde olabilmektedir.

##### **2.1.4.1. Bireysel Sonuçlar**

Günümüzde birçok hastalığın stresle olan ilişkisi giderek güçlenmektedir. Köknel (1987) stresle ilgili hastalıkları şu şekilde sıralamaktadır: Dolaşım sistemi, kalp ve damar hastalıkları (çarpıntı, kalp vuruş sayısında düzensizlik, kalp vuruş sayısında artış, miyokard, göğüs ağrısı, enfarktüsü, hipertansiyon), solunum sistemi hastalıkları (bronşial astım, aşırı soluk alıp verme), sindirim sistemi hastalıkları (aşırı



yeme, iştah kesilmesi, hazımsızlık, ũlser ve gastrit gibi mide hastalıkları, kabızlık, spastik kolit), ũreme sistemi hastalıkları, iç salgı bezleri hastalıkları (tiroid salgısının artması, çeker hastalığı), deri hastalıkları (kurdeşen, egzama, sedef hastalığı, sa ve kıl dökũlmesi), hareket sistemi hastalıkları ve migren (kireçlenme, kas gerilimine bağlı hastalıklar ve migren).

Bu hastalıklardan en yoğun gŕrũlenleri kalp, yũksek tansiyon, mide ũlseri, migren ve kanserdir. Aşırı salgılanan stres hormonu adrenalın kalbin dakikadaki vurum sayısını arttırır, kalbi daha fazla çalışmaya zorlar, kalbin kasılma gũcũ artar, kalp krizi geçirme olasılığı artar. Aynı zamanda stres midedeki sinirleri uyararak hidroklorik asit ũretir. Bu asit mide duvarlarını zamanla zorlayarak yara açılmasına neden olur. Őte yandan, kronik strese maruz kalma vũcudun bağışıklık sistemini zayıflatarak kansere neden olmaktadır (Sabuncuoğlu ve Tũz, 2008).

Stresin psikolojik belirtileri anksiyete, depresyon, uykusuzluk ve tũkenme şeklinde kendini gŕstermektedir. Sũrekli anksiyete (kaygı) duygusu hissetmek stresli olmanın bir gŕstergesidir. Kişinin huzursuz, endişeli, korkulu ve karamsar olması, anksiyete (kaygı) ile tanımlanır ve stresli durum sũrdũėũ mũddete devam eder. Anksiyete, hayatın belli dŕnemlerinde geçici olduğu gibi, bazı kişiler için sũrekli olarak vardır. Sũrekli kaygı yaşayan kişi olayları stresli algılamaya meyillidir ve kaygı duymaya hazırdır (Öner, 1983). İşte başarısızlık, iş kaybı, bazı sorunlarla uzun sũre uğraşma, çok yakın birini kaybetme ve bazı hastalıklar gibi nedenlerle yaşanabilir. Çoğu sıkıntılı olayları bireyler kısa dŕnemli huzursuzluklarla atlabilecekleri gibi, bazen de bunalımdan uzun sũre kurtulmak mũmkũn olmaz. Stresin ilk işaretlerinden birisi de uyku dũzensizliėidir. Stres durumunda kaslardaki gerilim azalmaz ve beyin merkezi uyanık kalır. Bu durum kronik olursa çeşitli sağlık sorunları ortaya çıkar.

Tũkenmiřlik ise uykusuzluk, canlılığını kaybetme, baş ağrısı, gŕėũs ağrıları, ani Öfke, patlama, sũrekli kızgınlık, yardımsızlık, yalnızlık duygusu, çaresizlik, engellenmişlik, řũphecilik, cesaretsizlik ve can sıkıntısı belirtileri ile kendini gŕsterir. Tũkenmiřlik bŕlũmũnde daha detaylı bilgi verilmiştir.

Alkol alma eğilimi en çok görülen davranışsal sonuçtur. Günlük sorunlardan kurtulmak için başvuru alan alkol, zamanla alışkanlık haline alır ve dozajı artar. Aynı durum sigara, uyuşturucu ve aşırı yemek için de geçerlidir. Stresin bir diğer etkisi de kişilerin dikkatini, uyanıklığını etkileyerek kazaya neden olması veya saldırganlık duygusu yaratmasıdır. Saldırganlık, bireylerin kendilerini hayal kırıklığına uğramış hissettiklerinde ve bu durumdan kurtulmanın hiçbir yolunu bulamadıkları zaman ortaya çıkan şiddetli bir stres tepkisidir (Şimşek ve ark., 2008).

#### **2.1.4.2. Örgütsel Sonuçlar**

Stres altında sağlığını ve motivasyonunu kaybeden bireyin örgüte yansıyan sonuçları, performans düşüklüğü, çalışan devir hızı, işe devamsızlık ve yabancılaşma olarak görülür. Stres performans üzerinde hem yararlı hem zararlı etkiler gösterir. Bu konuda ilk kez 1908'de Yerkes ve Dodson araştırma yapmışlar, stres ile performans arasında belirli bir noktaya kadar doğrusal ilişki bulmuşlar. Y-D Yasası olarak bilinen bu araştırmanın sonucuna göre, belirli bir noktadan sonra (kırılma noktası) stres artarsa performans azalmaktadır. Aşırı stres, özellikle zihinsel yetenek, yargı ve karar verme gibi zihinsel beceri gerektiren işlerde dikkat azalması sonucu işletme için zarar verici sonuçlar ortaya çıkarmaktadır (akt. Benson ve Allen, 1980).

Çalışanın devir hızının yüksekliği çalışanların stres altında olduklarının bir belirtisi olabilir. Bir örgütte sürekli olarak stres altında çalışmak kişilerin örgütle bütünleşmesini ve iş tatminini engeller. Bireylerin yeteneklerini kullanma olanağı bulamadıkları, kariyer gelişiminde problem olan otokratik yönetim anlayışını benimseyen örgütler stres faktörü oluşturabilir (Sabuncuoğlu, 2008).

İşe devamsızlık, isteksizlik, sorumsuzluk, tembellik ve alkolizm etkisiyle olabileceği gibi kalp krizi, hipertansiyon, ülser gibi hastalıklar nedeniyle de olabilmektedir. Devamsızlık gösteren bireylerin hangi hastalıklar nedeniyle devamsızlık yaptıklarına bakıldığında %40'ının stresten kaynaklanan hastalıklar olduğu görülmüştür. İşten uzaklaşma, çalışanların stresli bir iş ortamıyla baş etmede, hiç değilse kısa vadede, sahip oldukları en kolay yollardan birini temsil etmektedir. İşe devamsızlık ve işten ayrılma, özellikle alkolizm, uyuşturucu bağımlılığı ya da

saldırganlık gibi alternatif seçeneklerle kıyaslandığında stresin daha az zararlı iki sonucu olarak görülebilir (Sabuncuoğlu, 2008).

### **2.1.5. Stresle Başa Çıkma Teknikleri**

Stresle başa çıkma teknikleri, bireysel ve örgütsel olarak incelenebilir.

#### **2.1.5.1. Bireysel Teknikler**

Stresi tanımlarken, önemli bir boyut uyarana atfedilen anlam (yapılan değerlendirme) faktörü araya girince ortaya çıkmaktadır. Lazarus'un Değerlendirme teorisi (Lazarus ve Folkman, 1984) ikiye ayrılmıştır: Birincisi bireye bağlı olan faktörler, ikinci kategori ise duruma bağlı olan faktörlerden oluşmaktadır. Bireye bağlı olan faktörler geçmiş deneyimler, kişinin kendi kontrolüne olan inancı ve kullanılabilir başa çıkma yaklaşımları olarak gruplanmıştır. Duruma bağlı olan faktörlerin içine ise, o anki durumun tanındığı, belirsizlik miktarı ve sosyal desteğin var olup olmadığı girmektedir.

Birincil değerlendirme, karşılaşılan durumun kişinin kendisi için ne kadar önem taşıdığı belirlenmesidir. İkincil değerlendirme ise kişinin karşılaştığı durum sonrasında nasıl tepki vereceğini belirlemesi, elinde bulunan kaynakları gözden geçirerek bir baş etme yaklaşımı belirlemesi ve oluşabilecek sonuçları değerlendirmesinden oluşmaktadır.

Lazarus'a göre stres değerlendirmesi kendi içinde üç alt gruba ayrılmaktadır. Bu alt gruplar 1.) zarar/kayıp, 2.) tehdit, ve 3.) meydan okuma (challenge) olarak ayrılmaktadır. Zarar/kayıp kategorisinde değerlendirildiği zaman, kişi zaten zarar görmüştür ve kendi için önemli bir kayıp veya zarar yaşayacağını ön görmektedir. Bu zarar/kayıp sevdiği bir kişinin zarar görmesi, hastalık, veya öz güvenine bir darbe gibi unsurlardan oluşabilmektedir.

Tehdit kategorisinde kişi henüz bir zarar yaşamamıştır fakat bir zarar ön görmektedir. Genellikle zarar/kayıp olarak değerlendirildiği zaman yanında bir de 'tehdit' beraber gelmektedir çünkü yaşanan zararın sonrasında karşılaşılabilecek

potansiyel durumlar değerlendirilmiştir. Buradaki fark kişinin en azından bir baş etme mekanizması kullanarak, gelecek tehdide karşı nasıl tepki vereceği üzerinde çalışabilecek olmasıdır.

Üçüncü kategori olan ‘meydan okuma’ ile tehdit arasında ortak bir yön vardır, o da ikisinin de baş etme mekanizmalarını hareketlendirmeye başlamalarıdır. Farklı olan yönleri ise ‘meydan okuma’ potansiyeli olarak değerlendirilen durumların kişi için olumlu sonuçlar ortaya çıkarma potansiyelidir. Kişi bu anlamları taşıyan durumlar sonrasında gelişim fırsatları görmektedir. Bu kategoride kişi heyecan, heves ve neşe gibi pozitif duygular yaşarken, tehdit kategorisinde korku, endişe ve öfke gibi negatif duyguları deneyimlemektedir (Lazarus ve Folkman,1984).

Lazarus’un teorisini destekleyerek, Spielberger (2005) de stresi, kişinin tehlikeli uyarılar ile karşılaştığında yaşadığı kaygıya ve uyarana tepkisel olarak yaşadığı duygusal, bilişsel, davranışsal ve fiziksel değişiklikler olarak tanımlanmaktadır. Kaygıya yol açan olayların ‘stres’ ve ‘tehdit’ olarak anlamlandırıldığı ortaya çıkmıştır. İki farklı kişi aynı uyarana karşı birisi stres tepkisi verirken diğersinin vermemesi o kişinin uyarana bir tehdit olarak algılayıp algılamadığına bağlı olmaktadır. Kişilerin bu anlam yüklemesini durumun karakteristik özellikleri, kişinin benzer durumlarla geçmiş deneyimleri, ve o uyarının tetiklediği duygu ve anılar belirlemektedir. Kişinin uyarana bir stres tepkisi vermemesinin bir diğer sebebi de, tehdit olarak algılamasına rağmen, o tehdit ile baş edebileceğine olan inancı olabilmektedir. Kişi uyarana baş edemeyeceği bir tehdit olarak algıladığı zaman, diğer bir deyiş ile ‘stres tepkisi’ verdiği zaman, yaşadığı kaygı düzeyi yukarı çıkmaktadır.

McGrath (1970), stres tepkisinin, sadece bir talebin gelmesiyle değil, kişi bu talep ile baş edemeyeceğini algılaması sonucu talebe olumsuz bir anlam yüklemesiyle ortaya çıkacağını düşünmektedir. Diğer bir deyişle, kişi her tehdit edici veya baş edemeyeceği durum ile karşılaştığında stres yaşamamakta, ancak karşılaştığı durum ile kendi kaynaklarını kullanarak baş edemeyeceğini algıladığı ve bunun da kendisi için bir tehdit oluşturduğunu hissettiğinde stres yaşamaktadır.

Stresli durumlarda verdiğimiz tepkiyi birinci belirleyenin kişilik özellikleri mi, stresli durumun türü mü yoksa ikisinin etkileşimi mi olduğunu açıklayan iki ana yaklaşım geliştirilmiştir. Yapısal yaklaşıma göre, önemli olan kalıcı bireysel farklılıklardır, stresli durumlardaki farklılıkların çok küçük bir önemi vardır. Başa çıkma süreci bireysel farklılıklar tarafından belirlenir, stresli durumun doğası önemli değildir.

Stres ve başa çıkma üzerine yapılan pek çok araştırmada kişilik özelliklerinin önemi bulunmuştur (Bolger, 1990; Borger ve Zuckerman, 1995; Ferguson, 2001; Vollrath, 2001). Kişiliği tarif etmede günümüzde en çok kabul edilen model Büyük Beşli Kişilik modelidir. Beş global faktörden oluşur; Nevrotiklik, Dışadönüklük, Açıklık, Uyumluluk ve Özdisiplin ve her birinin 6 boyutu vardır (McCrae ve Costa, 1986). Vollrath (2001) da kişiliğin etkisini stres yaratan durumların seçimi ve uygulanan başa çıkma yaklaşımları ve stresli durumun nasıl yorumlandığını gözlemleyerek saptanabileceğini ifade etmiştir.

McCrae ve Costa'ya göre (1986) tercih edilen başa çıkma yöntemini direkt olarak belirleyen dışadönüklük ve nevroitiklik gibi kişilik özellikleridir. McCrae ve Costa (1986) nevroitiklik boyutu yüksek kişilerin düşmanca tepki gösterme, kaçış fantezileri, kendini suçlama, sükunet, geri çekilme, hüsnükuruntular, pasiflik, kararsızlık gibi davranışları başa çıkma yaklaşımı olarak kullandıklarını ifade etmektedir ve bu yaklaşımlara nevroitik ya da olgun olmayan başa çıkma yaklaşımları olarak adlandırmaktadır.

Diğer taraftan da dışadönüklük boyutu yüksek kişiler, rasyonel davranma, pozitif düşünme, yer değiştirme ve sınırlama gibi başa çıkma davranışları sergiler bu da problem odaklı başa çıkma yaklaşımı olarak adlandırılabilir. Parkes'a (1986) göre de dışadönüklük boyutunun aktif problem odaklı problem çözme üzerinde pozitif etkisi varken nevroitiklik boyutu daha az etkili başa çıkma stilleri ile ilişkilendirilebilir. Kardum ve Hudek-Knexlevica (1996) dışadönüklük ile duygu odaklı başa çıkma arasında pozitif, nevroitiklik ile kaçınma yaklaşımı arasında pozitif bir ilişki bulurken, psikotiklik ile duygu ve problem odaklı başa çıkma yaklaşımı arasında negatif bir ilişki, kaçınma davranışı ile pozitif bir ilişki bulmuşlardır.

Leandro ve Castillo (2010) da stresle başa çıkma stratejileri ile kişilik özellikleri, anksiyete ve depresyon ilişkisine bakmışlardır. Cinsiyetin de etkilerine baktıkları bu çalışmada, 274 katılımcının 56%ı kadındır. Nevrotiklik seviyesi ile duygu-odaklı başa çıkma yaklaşımı ve kaçınma davranışı arasında pozitif, görev-odaklı başa çıkma yaklaşımı ile arasında negatif korelasyon bulunmuştur. Vicdanlılık-özdisiplin ile görev-odaklı başa çıkma ve duygu-odaklı başa çıkma yaklaşımı arasında negatif korelasyon bulunmuştur. Anksiyete ve depresyon ile duygu odaklı başa çıkma yaklaşımı arasında pozitif, özgüven ile negatif korelasyon bulunmuştur.

Bu araştırmada, kişilik özelliklerinin hangi başa çıkma yaklaşımının kullanılacağına yön vermekte olduğu, kadın ve erkeklerde değiştiği ve özellikle erkeklerde daha belirgin olduğu bulunmuştur. Nevrotiklik en etkili olandır. Düşük nevrotik düzeyi olan erkekler, yüksek olanlara göre 'Pozitif Yeniden Yorumlama'yı daha çok kullanmış, kadınlarda ise yüksek Nevrotiklik düzeyi olanlar, 'Duygu odaklı başa çıkma', 'Yararlı ve duygusal Nedenler için Sosyal Destek Arama' ve 'Kaçınma' yaklaşımlarını, düşük düzeyde olanlara göre daha çok kullanmışlardır. Nevrotiklik düzeyi yüksek erkeklerde, 'Dine Dönme' ve 'İnkar' düşük olanlara göre daha çok kullanılmıştır. Bolger ve Zuckerman (1995) de aynı sonucu bulmuşlardır.

Kalıcı başa çıkma tercihleri kişilik özellikleri kadar, sosyalleşme sürecinde öğrenilen başka nedenlerden de etkilenebilir. Bazı yazarların bulguları (örneğin Carver ve ark., 1989; Kardum ve Hudek-Knezlevica, 1996) pek çok farklı başa çıkma yaklaşımının optimisim-pessimism, özgüven, içedönüklük, anksiyete gibi kişilik boyutlarıyla ilişkili olduğunu gösterse de korelasyonların büyüklüğü sadece kişilik özellikleriyle sınırlı olmadığını göstermektedir.

İkinci ana yaklaşım olan transaksiyonel yaklaşıma göre ise başa çıkma kişi ile çevrenin ilişkisiyle oluşur, stresli transaksiyonun dinamik ve interaktif doğası vurgulanır (Lazarus ve Folkman, 1984). Bireysel farklılıklar ve çevresel faktörler bilişsel algılama boyutu altında değerlendirilse de dayanıklılık, öz-yeterlik ve tutarlık gibi kişilik özelliklerinin stresli deneyimlerde koruyucu faktörler olduğu vurgulanmıştır (Lazarus, 1990). Lazarus daha sonraki bir çalışmasında da, stresle

başa çıkmayı, karşılaşılan durum ve süreçleri etkilemek için yapılan çabalar ve ortaya çıkan duyguları yönetmek olarak tanımlamıştır (Lazarus, 2001).

Stres ile başa çıkma Lazarus tarafından iki ana kategoriye ayrılmaktadır. Birinci yaklaşım 'problem odaklı' başa çıkmadır; bu yaklaşımda kişi karşılaştığı tehdit edici durumu değerlendirip, etkisini azaltmak veya ortadan kaldırmak amacıyla çaba sarf etmektedir. Kişi olduğu durum içerisinde, pasif bir rol yerine, aktif bir rol oynamaktadır. İkinci yaklaşım 'duygu odaklı' başa çıkmadır; bu yaklaşımda kişi karşılaştığı tehdit dolayısıyla yaşadığı stresten arınmak amacıyla duygularını kontrol etme çabasındadır. Kişi stresten uzaklaşmak amacıyla ilgisini ve düşüncelerini başka konulara yöneltir. Bu yaklaşıma örnek düşünce yapıları olarak, 'inkar' veya 'olumlu düşünmek' verilebilir (Lazarus, 1991).

Kişinin hangi yöntemi kullanarak stres ile başa çıkacağını farklı faktörler belirlemektedir. Bu belirleyici faktörler: kişinin kaynakları (sağlığı ve enerjisi), inançları, kontrol hakkındaki yaklaşımı, bağlılıkları, problem çözme becerisi, sosyal becerileri ve maddi kaynaklarıdır (Lazarus ve Folkman, 1984). Lazarus'a göre başa çıkma kavramı, duruma bağlı veya kişilik özelliklerine bağlı olarak kategorize edilmektedir. Başa çıkma yaklaşımı duruma bağlı ele alındığında, sabit bir yaklaşım yerine akıcı ve değişken olabilen bir yaklaşım olarak görülmektedir. Kişinin aklından geçenler ile davranışsal çabaları, o anki durumda kişinin yaptığı değerlendirmeye bağlı olacaktır. Bir kişi bir gün başa etme yaklaşımı olarak inkar etmeyi seçerken, aynı kişi ertesi gün duruma atfettiği anlamın değişmesiyle problemi aktif olarak çözmeye de kalkışabilmektedir (Jones ve Bright, 2001).

İki yaklaşım arasında fark olsa da, yapısal yaklaşım da transaksyonel yaklaşım da stres ve başa çıkma yaklaşımları sürecinde kişilik özelliklerinin önemli olduğunu vurgularlar. Ama iyi bilindiği gibi stresli yaşam olaylarının başa çıkma sürecinde kişilik özellikleriyle birlikte önemli bir etkisi vardır. Diğer taraftan stresli yaşam olayları da kişilik özelliklerinden etkilenir. Örneğin yetişkinlerle yapılan araştırmalar gösteriyor ki nevroz boyutu yükseldikçe stresli yaşam olaylarına daha fazla maruz kalma görülmektedir (Bolger ve Schilling, 1991). Ayrıca nevroz negatif durumlardaki faktörlerin daha fazla hatırlanması ve daha yüksek etki bırakmasında da etkiliyken (Larsen, 1992), dışadönüklük boyutu ise olaylardaki

negatif özellikler yerine pozitif özelliklere odaklanmayı tercih etmektedir (Graziano, Feldesman ve Rahe, 1985). Bahsi geçen çalışmalar gösteriyor ki, kişilik eğilimleri ve mizaç özellikleri stres ve başa çıkmadan bahsederken bu sürecin bir parçası olarak değerlendirilmelidir.

Cüceloğlu stresle başa çıkma yollarını üç ana gruba ayırmıştır. Birinci grupta bedensel olarak yapılanlar var olmaktadır, nefes egzersizleri veya spor gibi. İkinci grup, zihinsel başa çıkma yöntemlerini içermektedir, uyumsuzluğa neden olan düşünce yapılarını değiştirme çabası gibi. Son grupta ise, davranış boyutunda başa çıkma yöntemleri uygulanmaktadır. Bireyin kişilik yapısının, hangi başa çıkma tekniğini kullanacağını da belirleyici bir unsur olduğu da ayrıca vurgulanmıştır (Cüceloğlu, 1991).

Bireysel başa çıkma teknikleri içerik olarak tepkiseldir ve mevcut stresle mücadeleye yöneliktir. Uzun süreli stresi ortadan kaldırmada egzersiz, çeşitli gevşeme teknikleri, biyolojik geri besleme, davranışsal kendini kontrol, dinlenme, beslenme ve zaman planlaması teknikleri etkindir.

Stres kaynaklarının etkisi ile boyun, omuz ve sırt kaslarında oluşan gerginlik, baş ağrısına neden olmaktadır. Boyun tutulması çok sık rastlanan bir stres belirtisidir. Egzersiz, kasları güçlü bir şekilde kullanması ve derin soluk alıp vermeyi sağlaması bakımından tüm vücudu canlandırır. Koşma, tenis, bisiklet, jimnastik, aerobik ve yüzme bunlar arasında yer alır. Spor ve eğlenceli niteliğindeki hareketler, aerobik, özel aletler kullanarak vücudun kas sağlığını geliştirme ve yoga gibi gerginlik azaltıcı hareketler önerilmektedir (Sabuncuoğlu, 2008).

Gevşeme teknikleri, derin ve rahat olma durumu yaratır. Zihni, bir mesaj veya bir imge üzerinde yoğunlaştırmak söz konusu olabileceği gibi, serbest çağrışımlar içinde bulunmak veya zihinsel sessizlik içinde olmak şeklinde de uygulanabilir. 15-20 dakika bu durumda kalanlar, gözlerini bir huzur duygusu ve gerginlikten kurtulma durumu içinde açarlar. Gevşeme tekniklerinin, kalp atışı, solunum, kan kimyası, deri ısısı ve kan basıncı gibi ana vücut ölçümlerinde önemli değişimler yarattığı saptanmıştır. Gevşeme teknikleri, yavaş gevşeme, hipnoz, meditasyon ve benson



tekniği gibi çeşitli Őekillerle bir uzman yönlendirmesi ile uygulanabilir (Sabuncuoğlu, 2008).

Biyolojik geri besleme ise bireylerin vücudundaki olayları çeşitli ölçüm aletleri ile gözleme esasına dayanır. Bu amaçla kullanılan araçlar tartı, termometre, yalan makinası, galvanik deri tepkisi ölçerleri ve elektromiyografıdır. Belirli bedensel süreçlerdeki değişiklikler sezgi yoluyla önceden tahmin etmeye çalışılır (Sabuncuoğlu, 2008).

Birey kendi davranışlarının nedenlerini ve sonuçlarını düşünerek ve düzenleyerek de kendi kendini kontrol etmeyi başarabilir. Stresi azaltmak için kendi davranışlarını düzenlemenin yanında strese sebep olabilecek durumlardan kaçınmak da bir stratejidir. Bu durumda kişinin durumu kontrol etmesi sağlanmış olmaktadır (Sabuncuoğlu, 2008).

Sabuncuoğlu (2008), stresle başa çıkmak için dinlenmeyi de vurgulamış ve aşağıdaki nerileri getirmiştir:

- İşin dışında dinlenmek için kendine zaman ayırmak,
- Meditasyon ve gevşeme tekniklerini uygulamak,
- Daha az TV izleyip, ilginç kitaplar okumak, korku filmlerinden uzak durmak
- A tipi kişiliğinde olanların B tipi kişiliğine geçmeye alışması

Son olarak da Sabuncuoğlu (2008), temel beslenmeyi sağlayan yiyeceklerin dengeli bir bileşimini oluşturmanın stresle başa çıkmada önemini belirtmiş ve aşağıdaki prensipleri sıralamıştır:

- Aşırı yağ, çeker ve kaloriden uzak durmak,
- Alkol ve sigara kullanmamak,
- Hazımsızlık giderici, sakinleştirici, uyku ilacı kullanmamak,
- Kafeinli içeceklerden (kahve, çay, kola türü) uzak durmak.

### 2.1.5.2. Örgütsel Teknikler

Yönetim tarafından düzenlenen başa çıkma teknikleri, organizasyon düzeyindeki stres kaynaklarını ortadan kaldırmayı veya sosyal destek sistemleri ile etkisini azaltmayı hedefler. Bu teknikler; fiziksel çalışma koşullarının iyileştirilmesi, sosyal destek sistemleri, eğitim ve stres danışmanlığı, işi yeniden yapılandırma ve çalışma ortamını insancılaştırma olarak sıralanabilir.

Fiziksel çalışma koşullarının iyileştirilmesi, gürültü, aydınlatma, renk düzeni ve hava koşulları konularındaki standartları uygulamaya alır. Gürültüyü azaltmak için İşçi Sağlığı ve Güvenliği Tüzüğü'nün 78. Maddesine göre gürültülü işlerde çalışacak işçilerin, işe alınırken genel sağlık muayenelerinin yapılması, özellikle kulak ve siniri sistemi hastalığı olanların ve hipertansiyonu bulunanların bu işlere alınmamaları öngörülmüştür. İşçilere periyodik olarak genel sağlık muayenesi yapılacak, problemliler tedavi edilecek veya işten ayrılacaktır. Bunların dışında çalışma ortamında kulak koruyucuları ve kulak tamponlarının kullanılması, duvar ve ekranların örülmesi, gürültü kaynakları arasında kauçuk levhalar ya da kalın keçe konularak titreşimin sınırlandırılması gibi önlemlerin olumsuz etkileri azaltacağı öne sürülmektedir. Nöbetleşe çalışma sistemi de gürültü düzeyinin yükselmesine bağlı olarak kullanılabilir (Ercoşkun, 1984).

Aydınlatma ve renk düzeni açısından doğal güneş ışığı en sağlıklıdır. İş yerlerindeki aydınlatmada güneş ışığından yararlanmak gerekir. Duvar ve tavanlar açık renklere boyanmalı ve camlar temiz olmalıdır. Çalışanlara sık sık göz kontrolü yapılmalıdır. Yapay olarak aydınlatmak zorunda olan işyerlerinde gün ışığına benzeyen tayflı lambalar kullanılmalıdır. Floresan lambalar gözü ve kulağı rahatsız edici nitelikte olabilmektedir. Bunların dışında hava koşulları çok sıcak ve soğuk, çok kuru ve çok nemli olmamalı, fazla hava akımı bulunmamalı ve atmosfer açık olmalıdır (Sabuncuoğlu, 2008).

Çalışan destek programları ise insan kaynakları departmanı tarafından çalışan mutluluğu amacıyla geliştirilmiştir. Gerstein ve Bayer (1990) önceleri alkol bağımlılarını tedavi edenler, kurum hemşireleri ve sosyal hizmet görevlilerinin himayesi altındayken daha sonraları psikolog ve psikiyatristleri de içine alan bir

düzenleme geliştirildiğini ifade etmişlerdir. Çalışan destek programları genellikle engelleme ve yüzleştirme üzerine kurulur. Engelleme, mutluluk kavramı üzerinde çalışır, genellikle eğitimsel ve cesaretlendiricidir. Sağlık taramalarını, fitness programlarını, sosyal aktiviteleri içerir ve personelin fiziksel ve zihinsel sağlığını arttırmaya çalışır. Yüzleştirme yaklaşımları yapısaldir, problem çalışana odaklanır, gerekli destek ve tavsiye verilir, ayrıca problemi yok etmek için gerekli süpervizyon ve rehberlik de sağlanır.

Çalışan destek programının işe yaraması için üst yönetimin bu konuya bağlılığı ve net politikaların olması şarttır. Çalışan boyutunda ise sendika işbirliği ve şeflerin problemi tanıma ve farkındalık eğitimi şarttır. Toplumda ilgi devam etmeli, sağlık ve sosyal hizmetler ile ilişkili olmalıdır. Gizlilik, iyi bir kayıt tutma ve hizmet değerlendirme raporları da yönetim açısından gereklidir (Porteous, 1997).

Stresli çalışanlara bireysel stres kontrol teknikleri öğretilerek vücutlarını rahatlatıcı ve dinlendirici fiziksel egzersiz yapmalarına olanak yaratarak onları eğitmek mümkündür. Aynı zamanda, işçinin işini daha az çaba sarf ederek, gerginlik hissetmeden yapması, daha etkin olması için ona birtakım beceriler öğretilir. Çatışmaları en aza indirmek için çevresindekilerle geçinme yolları ve çatışmaları çözümü teknikleri öğretilir. Bu amaçla rol oynama ve duyarlık eğitimi gibi çeşitli eğitim teknikleri uygulanır.

İşin genişletilmesi, zenginleştirilmesi, sosyalleştirilmesi, rotasyon, değişim yönetimi ve kararlara katılma gibi çeşitli işi yeniden yapılandırma yöntemleri uygulanabilir. Çok adil ve objektif bir performans değerlemesi yapılmalı ve eşitlik ilkesine uyulmalıdır. Terfide esas alınan kriterler yöneticilere mutlaka iletilmelidir. Örgütsel yapı esnek olmalı, bilgi akım sistemleri geliştirilerek rol belirsizliği, rol çatışması ve kötü ilişkiler gibi gerilim kaynaklarının ortadan kaldırılmasına yönelik çeşitli önlemler uygulanmalıdır.

Sabuncuoğlu (2008), iş ortamının insancillaştırılması ve sosyal desteğin de önemini belirtmiştir. Çalışanların çoğu işlerinden ve rollerinden doyum aldıklarını hissetmelidirler. Birbirleriyle ve yöneticileriyle ilişkileri iyi olmalıdır. Tepe yöneticiler, üyelerinin değer ve isteklerini anlamalı, karar verme ve planlama

süreçlerine onların katılımını sağlamalı, çalışanlarla rahatlıkla iletişim kurabilmelidirler. Çalışma ortamı içinde destekleyici bir grup yaratarak ve ustabaşları eğiterek emrinde çalışanlara destek ve anlayışlı olmalarını sağlamalıdır. Anlaşmazlık ve bölümler arası yarışma, normal düzeyde olup örgütün çalışmasını aksatmamalıdır. Ayrıca aynı ilgilere sahip kişiler arasında ilişkiler kurulmasına olanak sağlanmalıdır.

### **2.2.1. Tükenmişlik Kavramı ve Tanımı (Burnout)**

1970 başlarında, 'tükenmişlik' kavramı, kariyer danışmanlığı makalelerinde ilk kez ortaya çıkmıştır. Freudenberger (1974) çalışanların işle ilgili tutum, davranış ve güdülenmelerinde zaman içinde dikkate değer bir değişme olduğu yolundaki gözlemlerinden yola çıkarak tükenmişlik kavramını ortaya atan ilk kişi olmuştur. Tükenmişliği, insanların aşırı çalışmaları sonucu, işlerinin gereklerini yerine getiremez bir duruma gelmeleri anlamını taşıyan duygusal tükenme durumu olarak tanımlamıştır. Tükenmişliğin sözlük anlamı kaybetme, bitkinlik, aşırı enerji, güç ve kaynak kullanımından dolayı oluşan tükenmedir.

Daha sonra, Freudenberger ve Richelson (1980) tükenmişliği, kendisinin koyduğu gerçekçi olmayan hedeflere ulaşmak için aşırı çaba sonucu bireyin fiziksel ve zihinsel kaynaklarının tükenmesi olarak tanımlamıştır. Bir işyerindeki stres, değişim umudu olmadan sürdüğünde tükenme oluşabilir. Tükenme, uzun kalıcı ve sürekli iş stresine verilen bir tepkidir. Tükenmiş kişi iş performansı sonuçlarını artık umursamaz. İşinden ne tatmin ne şikayetçi olup yavaş yavaş duygusal yabancılaşmaya başlar (Porteous, 1997).

Cherniss (1980) destek meslek grupları üzerinde çalışmış ve tükenmişliği 3 aşamalı tanımlamıştır:

1. Çalışanlar işin talepleri sonucunda stres hissediyorlar
2. Çalışanlar anksiyete ve baskı sonucu gerginlik hissediyorlar
3. Çalışanlar işe bağlılıkları konusunda tutum değiştirerek 'savunma' ile başa çıkmaya çalışıyorlar.

Cherniss (1980) depresyon ile tükenmişlik arasında yüksek bir korelasyon olduğunu iddia etmiştir. Maslach'a göre ise tükenmişlik insanda ortaya çıkan fiziksel bitkinlik, uzun süren yorgunluk, çaresizlik ve umutsuzluk duyguları ile birlikte bireyin yaptığı işe hayata ve diğer insanlara karşı gösterdiği olumsuz tutumları kapsayan fiziksel ve zihinsel boyutlu bir sendromdur (Maslach ve Jackson, 1981).

Dolan (1987), tükenmişliği kişisel kaynakların sona dayandığı, normal günlük olgular karşısında sürekli bir ümitsizlik ve negativizmin yer aldığı, bir enerji tükenişi olarak yorumlarken, ilerleyici bir stres süreci olmasını vurgulamıştır. Schwab (1986) ise tükenmişliği, "bireylerin ve organizasyonların her ikisini de ilgilendiren, var olan güç ve kaynakların aşırı kullanılması ve enerji azalmasıyla birlikte karakterize edilen, her alanda çalışan iş görenlerin, verimliliklerini ve etkinliklerini etkileyen etmenlerden biri olan bir fenomen." olarak tanımlamıştır (akt. Çam, 2001).

Tükenmişlik işle ilgilidir, evdeki problemlerden kaynaklanmaz. Özellikle de genç, coşkulu ve idealist çalışanlarda görülür. Tükenmişlikte genelde beş aşama vardır. İlk olarak coşku ve işe bağlılık, ikinci olarak çözülmez kurumsal problemlerden dolayı durgunluk, üçüncü olarak birşeyler değişmedikçe hayalkırıklığı, bunun sonucunda kuruma karşı tamamen kayıtsızlık ve son olarak ilgisizlik ve kendini koparma o kadar uç sınırdadır ki dışardan bir müdahale gerekir (Porteous, 1997).

Freudenberger (1974), tükenmişliğin sonucunda iş stresi oluşabileceğini, tükenmişlik sonucu oluşan üretkenlik yoksunluğunun daha çok çalışarak kompanse edildiğini ifade etmiştir. Bu da işkoliklik davranışına gider. Machlowitz (1980) işkolikliği kişinin kendisini tamamen işe adanması olarak tanımlar, bütün müsait zamanlar işe adanmalıdır. İşkolik kavramı da bazen A tipi kişilik yerine kullanılmaktadır. İşkoliklik bir kişinin sağlığına, kişisel hayatına ve iş çevresine zarar verebilir. İşkolikler yaşam doyumu ve ruhsal sağlıkları adına üretken bir iş ile hobilerini dengelemeyi başarmalıdır (Porteous, 1997).

## 2.2.2. Tükenmişliği Yaratan Faktörler

Tükenme yavaş ve sinsi başlar. Ortaya çıkışı ne kadar ani olsa da tükenme sürekli gelişen bir durumdur. Kişi, haftalar, aylar, hatta yıllar boyunca, belirlediği ideale ulaşmak için kendini zorlamıştır. Bir gün, daha önce hiçbir uyarıda bulunmadan ani bir belirti ona tükendiğini gösterir. Tükenme durumuna gelmeden kısa bir süre önce, genellikle ya bir iş baskısı ya bir aile üyesinin hastalığı gibi bazı çevresel koşullara rastlanır.

Ender de olsa bazen herhangi bir olay olmadan birdenbire ortaya çıkabilir. Tükenmiş kişiler, zayıf yönlerini iyi gizleyebilen, becerikli ve yetenekli insanlar oldukları için, çoğunlukla bu durumun ilk dönemlerinde, içlerinde olup bitenlerin farkında değillerdir (Freudenberger ve Richelson, 1980). Tükenmişliğe yol açan faktörler bireysel ve örgütsel faktörler olmak üzere iki grupta toplanabilir (Kaçmaz, 2005).

### 2.2.2.1 Bireysel Faktörler

Tükenmişliğe yol açan bireysel faktörler yeterli sosyal desteğe sahip olmamak, çalışanın yaptığı iş için hazır olmaması, hobi ve benzeri dinlendirici aktivitelerin bulunmaması, birlikte çalışılanların özellikleri, çalışanları kontrol etmekte güçlük yaşanması şeklinde özetlenebilir (Özgüven ve Haran, 2004).

Tükenme sebepleri incelendiğinde iki farklı beklentinin kişi üzerinde çok etkili olduğu belirtilmiştir. Bunlar; başarı olma beklentisi ve çalışma şartları ile ilgili beklentilerdir. Başarılı olma beklentisi başarıyı vurgularken çalışma şartları ile ilgili beklentiler bireyin çalıştığı meslek ve ortamla ilgili beklentilerini ifade etmektedir (Serinken ve ark.,2002). Bu ihtiyaçlar karşılanmaz ve beklentiler gerçekleşmezse, o örgütün bir üyesi olarak morali bozulur ve verimi düşer. Örgütteki beklentiler, üstleri ile astları arasında olduğu gibi kendileri veya benimsediği birey ve gruplar için de söz konusu olabilir. Üstün astından, astın da üstünden bekledikleri daha çok formel davranışı, diğerleri ise informal davranışları oluşturur (Bursalıoğlu, 2000; Izgar, 2001).

Bazı demografik değişkenlerin de tükenmişlik olgusu üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Genç çalışanların yaşlı çalışanlara göre; bekar çalışanların evli çalışanlara göre, çocuksuz bireylerin çocuklu olanlara göre, üniversite mezunu olanların üniversiteye devam etmemiş veya bitirmemiş olanlara göre, iş deneyimi birkaç yıllık olanların bir yıldan az ve beş yıldan uzun süredir çalışanlara göre daha yüksek düzeyde tükenmişlik yaşadığı tespit edilmiştir (Torun, 1997).

#### **2.2.2.2 Örgütsel Faktörler**

Örgütten kaynaklanan tükenmişlik nedenleri arasında işin niteliği ve şekli, çalışma ortamı ve kurum yönetimi gibi faktörler sıralanmaktadır.

Stres faktörü olarak akla ilk gelen ‘aşırı iş yükü’ olsa da yetersiz iş yükünün de bireyler üzerinde stres yarattığı bilinmektedir. Aşırı veya az iş yükü, iş ile çalışan arasındaki uyumsuzluğun göstergelerindendir (Sürgevil, 2006). Özellikle hizmet ağırlıklı işlerde, iş yükünün, çalışma saatlerinin ve müşterilerle kurulan iletişimin fazla olduğu görülmektedir. Çalışanın ilişki içinde olduğu müşteri sayısının artması, çalışanın aşırı bilişsel ve duygusal yorulmasına bu da sıkıntı ve strese neden olur. Bu nedenle bireyden uzun süre çalışması, tükenmişliğin gerçekleşme olasılığını artırmaktadır. Özellikle müşterilerle ilişkinin zorlu ve olumsuz olduğu durumlarda, çalışana geçici geri çekilme fırsatları verilmeli ve birey aşırı stresli ortamlarda sürekli çalıştırılmayarak iş yükü azaltılmalıdır. Molalar veya dinlenme süreleri, geri çekilmenin en olumlu şekli olarak düşünülmektedir (Kırlangıç, 1995).

Tükenmişlik özellikle öğretmenlik, sosyal hizmetler ve sağlık sektörü gibi yardım mesleklerinde daha çok görülmektedir. Öğretmenlerde görülen tükenmişliği çalışan araştırmalarda, bunu belirleyen faktörler arasında destek yoksunluğu, kişilik ve çevresel faktörler, rol karmaşası ve belirsizlik gibi yönetsel uygulamalar gelmektedir. Tükenmiş öğretmenler belirgin bir şekilde daha az bilgi vermekte, daha az övgü, öğrencilerinin fikirlerini daha az kabul etme ve onlarla daha az etkileşimde olmaktadır. Capel (1991) öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerini Maslak Tükenmişlik Envanteri ile yıl içinde üç kere ölçtüğünde, ilk başta arttığını, daha sonra düşmeye başladığını, doruğa şubat ayında ulaştığını bulmuştur.

Firth ve Britton (1989) bir grup hemşireyi iki yıllık bir takip dönemi sonucunda, devamsızlık ve işi bırakmanın, tükenmişlik, rol belirsizliği ve algılanan yönetici desteği ile ilişkilendirmişlerdir. Algılanan destek yoksunluğu ve duygusal tükenme 4 günlük bir devamsızlığı öngösterirken, yabancılaşma hissi işi bırakmayla sonlanmaktadır.

Dişçiler stres düzeyi yüksek olduğu bulunan bir diğer meslek grubudur. Cooper ve arkadaşlarının (1988) geniş bir İngiliz diş doktorları üzerinde yaptığı bir ankette diş doktorlarının genel nüfusun altında bir mutluluk düzeyinde olduklarını bulmuşlar. Bunun nedenleri arasında zamanı programlama baskısı ve olumsuz hasta algıları olduğunu bulmuşlar. Erkeklerin kadınlara göre stres ve tatminsizliği daha çok yaşamakta olduğunu ve bu meslekteki süre arttıkça mutluluk seviyesinin de düştüğünü bulmuşlardır (akt. Porteous, 1997).

Polis memurları hem tükenmişlik hem strese maruz kalmaktadırlar. İşin kendisi özellikle tükenmişliğin sonuçlarından etkilenmektedir. Polislik mesleği sorgulama ve gözlemlerle bilgi toplama, çabuk ve güvende karar verme, herkes şoka girdiğinde ya da korktuğunda soğukkanlı kalma ve delirmiş, tehlikeli ya da asabi insanlarla iletişim kurmayı gerektirmektedir. Tüm bu işlevler tükenmişlikten etkilenir. Polis memurlarında tükenmişliğe yol açan problemler arasında işin bürokratik doğası, suçlu adalet sistemindeki yasal boşluklar, yaşamı tehdit eden boyutları, yükselme aşamasındaki içsel rekabetçi yapısı gösterilebilir. Goodman (1990) polislerde tükenmişliğin 2 önemli göstergesini geliştirmiştir. Birinci gösterge anksiyeli kişilik özelliği ve bir önceki işte hastalıktan dolayı yıllık ne kadar devamsızlık yaptığıdır. İkinci gösterge ise şu andaki iş koşulları, hasta olunan gün sayısı, ailevi problemlerden dolayı iş kaybı, çok az sosyal hayat ve kötü mahkeme kararlarıdır. Polis memurları bu kriterlerde yüksek puan aldıklarında, tükenmişlik düzeyleri de yüksek puan almaktadır.

Çalışma ortamı aşırı derecede kontrol ve baskı içeriyorsa bu durumda öncelikle sistemin sosyal boyutu zarar görür. Çalışanlar arasında her zaman huzursuzluk, çatışma, iş tatminsizliği, yöneticilere güvensizlik ve dışlanma kaygısı oluşacaktır (Silah, 2001). Bu durumda da çalışanlar tükenmişlik yaşayacaklardır.



Kurumlarda tükenmişliğe yol açan başka bir durum da yönetici tutum ve davranışlarıdır. Demokratik olmayan merkezi bir yönetim tarzı, yapıcı olmayan bir eleştiri tarzının kullanılıyor olması, objektif ödüllendirme araçlarının olmaması, çalışanlara eleştiri ve ödüllendirme konusunda eşit davranılmaması, çalışanların mesleki gelecekleri konusunda kendilerini güvensiz hissetmesi, belirsizlik ve engellenme yaşıyor olmaları, zaman alıcı rutin bürokratik ilişkilerin çokluğu gibi sıralanabilir (Özgüven ve Haran, 2004; Kaçmaz, 2005).

Araştırmalar özel sektörde çalışanlara göre devlet kurumlarında çalışanların daha fazla hayal kırıklığına uğradığını göstermiştir. Kurumlarda özellikle kişilerin düşüncelerini rahat ifade edemeyecekleri bir ortam varsa çalışanlar açısından açık ve destekleyici ilişkilerin kurulmasını güçleştirir (Ersoy ve ark., 2001).

### **2.2.3. Tükenmişliğin Belirtileri**

Tükenme belirtisi genellikle "çok başanlı" olmak için yoğun ve dolu bir programla çalışan, her çalışmada kendi üzerine düşenden fazlasını yapan ve sınırlarını tanımayan kişilerde görülür (Baltaş ve Baltaş, 1990). Tükenmişliği yaşayan kişi genelde kişisel mesleki doyumsuzluk ve yorgunluğu karmaşık bir halde yaşadığının farkına varır. Ancak bu duyguların dile getirilmesinin acı oluşu ve belirgin belirtilerinin olmayışı, bu durumun sıklıkla göz ardı edilmesine neden olur. Bunun bedeli ise, gittikçe artan bir şekilde işten soğumadır (Çam, 1992).

Tükenmişliğin belirtilerini fiziksel, davranışsal ve psikolojik belirtiler olarak sınıflandırmak mümkündür. Tükenmişlik yaşayan kişilerde görülebilecek fiziksel belirtiler aşağıdaki gibi sıralanabilir:

- Nedeni bilinmeyen baş ağrıları ve genel vücut ağrıları, kilo kaybı,
- Deri yakınmaları (cilt dökülmeleri)
- Uykusuzluk-uyuşukluk, yorgunluk-bitkinlik,
- Solunum güçlüğü, hızlı nabız atışları,
- Sık görülen kalp hastalıkları,
- Gastrointestinal sistem rahatsızlıkları (kusma, mide ağrısı)
- Sabahları kalkmada ve yeni bir günü karşılamada zorlanma,

- Duygusal gerginliğin devam etmesi ile uykusuzluk, kabuslar,
- Kişide geçmeyen soğuk algınlıkları
- Kas krampları
- Bel ağrıları
- Kronik gerginlik

Tükenmişlik yaşayan kişilerde görülebilecek psikolojik belirtiler aşağıdaki gibi sıralanabilir (Yıldırım, 2009):

- Çabuk öfkelenme
- Şüphe ve endişe
- Alınganlık,
- Desteksiz, güvensiz hissetme,
- Sabırsızlık, huzursuzluk,
- Ümitsizlik,
- Psikolojik incinmeye açıklık,
- İş ile ilgili memnuniyetsizlik geliştirmeye eğilimli olmak.
- Duygusal tükenmeye, fiziksel tükenmenin de eşlik edebilmesi.
- Yöneticilerince takdir edilmediği, desteklenmediği ya da kendilerini anlamadıklarını düşünerek iş çevresine, arkadaşlarına ve yöneticilere karşı kızgınlık ve öfke duyma,
- Duygulanım bozukluğu, depresif duygulanım,
- İşe gitmeyi istememe,
- Sık sık işi bırakmayı düşünme,
- Yaşama karşı negatif tutum geliştirme,
- Nezaket, saygı ve arkadaşlık gibi pozitif duygulanımlarda azalma,
- Herkesin ona problem yaratmak ve hayatını zorlaştırmak için uğraştığına inanmaya başlaması,
- Zayıflık, incinebilirlik duygusunu yok etmek için tüm güçlülük duygularına sahip olmaya çalışması,
- Benlik imajının duygusal durumdaki dalgalanmalardan etkilenecek negatif yönde değişmeye başlaması,
- En ufak hayal kırıklığında bile ani kızgınlık tepkileri gösterebilmesi ve bu kızgınlığın şüpheli tutumlar ve paranoyayı başlatabilmesi.

- Yardım veren kendine, işe ve bu işi yapan diğer kimselere karşı negatif düşünmeye başlaması.

Tükenmişlik yaşayan kişilerde görülebilecek davranışsal belirtiler aşağıdaki gibi sıralanabilir (Yıldırım, 2009):

- Kaba davranışlarda bulunma,
- İşten kaçma,
- İş bırakma, savsaklama gibi davranışlar
- İşe uyumda güçlük
- İlaç ve alkol tütün kullanımının artması,
- Konsantrasyon güçlüğü,
- Hareketli olmayış,
- Evde gerilim ve tartışma artışı
- Ertelemeler,
- İzolasyon, içe kapanma,
- Hizmet verdiklerine tek tip davranma, küçümseme, alay etme, kini duyma

#### **2.2.4. Tükenmişliğin Yol Açtığı Sonuçlar**

Tükenmişliğe maruz kalan kişilerde yorgunluk, uykusuzluk, iştahsızlık, baş ağrıları, sindirim güçlükleri ve depresyon, kaygı, çaresizlik, özsaygının azalması, alınganlık gibi fiziksel ve duygusal sorunlar sıklıkla görülmektedir (Torun, 1997). Tükenmişlik sendromu yaşayan insanlar içki, sigara, uyuşturucu, sakinleştirici gibi zararlı maddelere yönelmekte veya artırmaktadır. Örgüt ortamında da işe devamsızlık, işten ayrılma, performans düşmesi gibi zararlı sonuçlar oluşmaktadır (Izgar, 2001).

Tükenmiş birey işi umursamama, iş bırakma eğilimi ve niyetinde artış, hizmetin niteliğinde azalma, izinsiz gelmeme, izin sonunda rapor vb yollarla izni uzatma, insan ilişkilerinde bozulma ve uyumsuzluk, eş ve aile bireylerinden uzaklaşma, düşük iş performansı, iş doyumсуuzluğu, sebepsiz hastalanma, işte yaralanma ve iş kazalarında artma gibi olumsuz sonuçlar görülmektedir (Çam, 1992).

Kimi durumlarda çalışanlar, evlerinde işleri ve işyerleri hakkında hiçbir şey konuşmamaktadırlar. Bu durum genellikle kişilerin, işlerin ve işyerlerinin olumsuz yönleriyle ailelerinin karşılaşmalarını istemedikleri için yaptıkları bir yöntemdir (Sürgevil, 2006). Birey bu tavrıyla, ailesini koruma altına almak istemektedir. Davranış, her ne kadar doğru gibi görünse de, özellikle çiftler ve aile arasında, paylaşımı engelleyen açık olmayan bir durum meydana getirir. Günümüzde boşanma oranlarındaki artış, işlerinde daha başarılı olmak ve kariyerlerini daha yüksek tutmak için ailelerinden ödün verdikleri düşüncesini doğurmaktadır (Örmen, 1993).

### **2.2.5. Tükenmişlikle Başa Çıkma Teknikleri**

Yerleşik ve ilerlemiş bir tükenmişlik tablosunun iyileştirilmesi zordur. Çünkü etkili müdahale olabilmesi için hem bireysel hem de örgütsel anlamda çalışmak gereklidir. Bu yüzden bireysel, kurumsal ve hatta sistemden kaynaklanan etmenlerin bir arada rol oynaması ile ortaya çıkan tükenmişlikle başa çıkma konusunda önlemler alınmalıdır (Kaçmaz, 2005). Yönetim anlayışı, hoş vakit geçirmek, bilgilenme ve destek alma, stres yönetimi ve ödüllendirme kullanılan yöntemlerdir.

Tükenmişlikle ilgili yönetsel anlamda yapılması gereken çalışmaların başında insana hizmet veren mesleklerde çağdaş yönetim ilkelerine uygun olarak örgütlenmenin sağlanması çalışanların görevlerini ve yetkilerini belirleyen gerekli düzenlemelerin yapılması ve yaşama geçirilmesi gereklidir (Özgüven ve Haran, 2004). Yöneticilere düşen görev ise çalışanlarını destekleyici olmak, onların sağlığına özen göstermek, astlarına karşı açık olmak, sıkıntılı bir durumda onlara yardımcı olmak, bunları sözel ve davranışsal olarak ortaya koymaktır (McCue ve Sachs, 1991).

Tükenmişliği önlemenin bir başka yolu ise çalışanların zaman zaman iş dışında başka konuları konuşarak hoş vakit geçirmelerini sağlamak, aralarında sıcak ve yakın bir ilişki kurulmasını sağlayarak birbirlerine olan desteklerini arttırmaktır. Çalışanların uyumlu bir ekip kurmaları, aralarında adil bir görev paylaşımının olması, hem hizmetin kalitesini artırır hem de ilişki sorunlarını önler (Mc Cue ve Sachs, 1991).

Kişinin içinde bulunduğu ortamı tanınması, bilgilenme ve destek alma da sorunun çözümünde önemli rol oynar. Kendi yaptığı işin zorluklarını ve risklerini bilen ayrıca tükenmenin ne olduğu ve belirtileri, çözüm yolları konusunda bilgi sahibi olan kişi önlemlerini daha rahat alır (Kaçmaz, 2005). Tükenmişlikle ilgili psikiyatrik yardım da almak gerekebilir, kişilerin yaşamlarındaki diğer değerli alanları keşfetmelerine yaşamdaki önceliklerini yeniden belirlemelerine yardım edilmelidir (Özgüven ve Haran, 2004).

Tükenmişliğin ortadan kaldırılabilmesi için öncelikle arkasında yatan nedenler ortaya çıkarılmalıdır. Tükenmişliği azaltmakta iki şey önem taşır. Birincisi çalışanın yaşadığı stres ve tükenmenin farkında olması, ikincisi değişimi gerçekleştirebilecek etkili başa çıkma mekanizmalarının geliştirildiği "stres yönetimi programları"dır. Bu programlarda iş ortamında ve dışında yapılabilecek aktiviteler yer alır. Genel olarak; egzersizler, beslenme, uyku, sosyal aktiviteler, gevşeme egzersizleri, meditasyon, sosyal destek ve ödüllendirme ile yakın kişilerin desteğine yönelik aktiviteleri kapsayan bu programlar yararlı olmaktadır (Kalker, 1984).

Duygusal stresin artışı insanlarla yakın ilişki sonucunda ortaya çıktığından dolayı, stresi azaltmaya karşı bir yaklaşım o insanlardan uzaklaşmaktır. Kişi yalnız iş gününün problemleriyle ilgili düşünceleri durdurarak ve fiziksel olarak gevşeyerek gerilimini çözmeye başlayabilir. En azından kişi stresin doğrudan kaynakları olan hizmet alanları ile bazı ortamlar ve idarecilerden uzaklaşarak dinlenebilir. Bu kısa süreli izinler, psikolojik geri çekilmeler ve uzun tatiller yoluyla başarılabılır. Bazı durumlarda güvenilen bir kimse stres altındaki kişiye iyi bir kaynak olabilir. Bu kişiler bireyi olumsuz ortamdan çekerek, rahatlık ve duygusal destek vererek stresin doğrudan azalmasını sağlayabilirler. Aynı zamanda bireye durum için yeni bakış açısı getirerek ve onu bilgilendirerek de yardımcı olabilirler. Kısaca arkadaşlar, kişinin iş ortamında sıklıkla bulamadığı pozitif geribildirimleri vererek stresi azaltmada etkili olabilirler (Maslach, 1981). Ayrıca mesleki toplantılara katılmak, görüş alışverişinde bulunmak, kişiye yalnızca içini dökme fırsatı vermekle kalmaz aynı zamanda hizmet verdikleriyle ilişkisini anlama, yeni bakış açısı geliştirme ve diğer insanlardan yararlı dönütler alma imkanı da sağlar.

Tükenmişliğin ilk belirtilerini yatıştırma en iyi çarenin ödüllendirme olduğu düşüncesi çoğu kişi tarafından kabul edilir. Gerçekte şikayetlerin tümü ekonomikse bu iyi bir yol olabilir. Ancak her zaman için yalnızca ücreti arttırmak tükenmişliği ortadan kaldırmaz (Tümekaya, 1996). Maddi ödüllerin yanı sıra takdir edilme, önemsenme, terfi ettirme, duygularına hitap ederek iş motivasyonunu artıracak ödüllendirme sistemleri oluşturulmalıdır. Çalışanlara verilecek maddi ve manevi her türlü ödül kriterinin şeffaf ve adil bir şekilde olması sağlanmalıdır.

## **2.2.6 Tükenmişlik Modelleri**

Tükenmişlik literatürüne bakıldığında, tükenmişliğin nedenlerini, ortaya çıkma sürecini açıklamak amacı ile değişik modeller ileri sürülmüştür. Bu modeller arasında Cherniss Tükenmişlik Modeli, Pines Tükenmişlik Modeli, Edewich ve Brodsky Tükenmişlik Modeli, Pearlman ve Hartman Tükenmişlik Modeli ve Maslach'ın Üç Boyutlu Tükenmişlik Modeli literatürde en sık rastlanılanlardır. Bu modellerden sadece Maslach'ın Üç Boyutlu Tükenmişlik Modeli'ne, yaygın ve kabul gören bir model olması ve bu araştırmada kullanılan ölçme araçlarından biri olması nedeni ile yer verilmiştir.

### **2.2.6.1. Maslach Tükenmişlik Modeli**

Maslach (1981) tükenmişlik kavramını, hizmet sektöründe insanlara doğrudan hizmet veren meslek elemanlarına yönelterek, tükenmişliği kişiler arası ilişkilerden kaynaklanan duygusal tükeniş, bir başka ifadeyle yaygın olarak diğer canlılarla özellikle de problemleri oldukları anlarda ilgilenmenin, kronik duygusal bağına bir yanıt olarak tanımlamıştır.

Bu modele göre tükenmişlik; genel ve yaygın olarak insanlarla daha sıkı ilişki olunan mesleklerdeki kişilerin, yaptıkları işleri gereği muhatap oldukları insanlara karşı duyarsızlaşmaları, duygusal yönden kendilerini tükenmiş hissetmeleri ve kişisel başarı ve yeterli duygularında azalma şeklinde kendini gösteren bir sendrom olarak tanımlanmaktadır (Ergin, 1992). Maslach'ın tükenmişlik modelinde tek bir boyuttan değil “duygusal tükenme, duyarsızlaşma, kişisel başarısızlık” olmak üzere üç boyuttan söz edilmektedir. Bu üç boyut kavramsal olarak birbirinden farklı ancak

birbiri ile ilişkilidir (Izgar, 2001). Bu üç boyuta ilişkin tükenmişliği ölçebilmek için 22 maddeden oluşan “Maslach Tükenmişlik Ölçeği” geliştirilmiştir.

Tükenmişlik üç boyuttan oluşmaktadır. Duygusal Tükenme (Emotional Exhaustion), Duyarsızlaşma (Depersonalization), Kişisel Başarı (Personal Accomplishment). Bu boyutları kısaca şu şekilde açıklanabilir.

Duygusal tükenme boyutu, daha çok insanlarla yoğun ve yüz yüze ilişkinin kaçınılmaz olduğu meslek çalışanlarında görülmektedir. Bu boyutta kişiler kendilerinin tükendiğini, ilgilerinin en son noktasında olduklarını ve kendilerini fiziksel olarak yorgun hissettiklerini belirtirler. Duygusal tükenmişliği, stresle başa çıkmada başarısız olan kişilerin yaşama olasılıkları daha fazladır. Duyarsızlaşma boyutu, bireyin diğer kişilere karşı olan davranışları ile ilgilidir. Diğer kişilere yönelik negatif, katı davranış ve tutumlara karşı tepkisizleşme şeklinde görülür. Kişisel başarı boyutunda ise kişi kendini olumsuz değerlendirme eğilimindedir. Birey başkaları için geliştirdiği olumsuz düşünceleri kendisi için de geliştirmeye başlar. Bu boyut, düşük moral, kişilerarası anlaşmazlık, düşük üretkenlik, sorunlarla başa çıkmada yetersizlik, benlik saygısında azalma gibi belirtileri içerir (Maslach, 1981).

### **2.3.1. Kadın ve Çalışma Hayatı**

Son elli yılda, özellikle kadın ücretli emeğinin yapısında önemli değişiklikler olmuştur. Ücretli kadın işgücü kullanımı artmış ve kalıcı olma özelliği kazanmıştır. Çalışma alanlarında da çeşitlenmeler olmuştur. Tam zamanlı işlerde çalışmanın yanına yarı zamanlı işlerde çalışma eklenmiş, hizmet sektörünün yanında da sanayi sektöründe çalışanların oranları artmıştır. Uluslararası işbölümü ve çok uluslu şirketlerin Üçüncü Dünya Ülkelerine sanayi yatırımları yapması, kadınları gelişmiş ülkelerin işgücü piyasasının bir parçası haline getirmiştir (Ecevit, 1999).

Sanayi devrimi sürecinde oluşan yeni toplum düzeninde erkek işgücünün, yapılması gereken üretimin gerçekleştirilmesinde nicelik olarak yetersiz kalması nedeniyle, çalışma yaşamında daha fazla yer almaya başlayan kadın işgücü, erkek işgücünün yerine geçebilir olması ve aile gelirine destek sağlaması nedeniyle tercih edilir duruma gelmiştir. Ev dışında paralı bir işte çalışan kadınların sayısındaki artış

siyasi, hukuki, ekonomik ve sosyal statülerinde de nitel bir değişiklik meydana getirmiştir. Kadınların ekonomiye katkıları ve kadınların çalışmasına ilişkin sosyal anlayışların değişmesiyle, çalışma yaşamında hem kadınlar hem erkekler yönünden değişiklikler olmaktadır. Kadın potansiyelinin daha rasyonel kullanımıyla ekonomik ve sosyal ilerlemenin hızlandırılabileceği ve böylece genel refah düzeyinin artabileceği kabul edilmektedir.

Fakat kadınlara karşı ayırım yapılması gibi çeşitli ekonomik ve sosyal nedenlerle dünyadaki çoğu ülkede bu potansiyel hala yeterince kullanılmamaktadır. Nüfus yapısına bakıldığında, kadın sayısı dünya nüfusunun yarısına yakın olduğu halde, kadınların iş yaşamında ve toplumsal karar alma mekanizmalarında aynı oranda temsil edilmedikleri, dolayısıyla erkeklerin gerisinde kaldıkları görülmektedir (Taşbaş, 2010).

Türkiye’de ve içinde yer aldığı Ortadoğu coğrafyasındaki diğer ülkelerde kadın istihdamı dünyadakine benzer şekilde artmamıştır. 2006 yılında dünya çapında kadınların işgücüne katılım oranları %52,4 iken, Ortadoğu ve Kuzey Afrika bölgesinde %29,5 olan bu oran, Türkiye’de ise %23,8’dir. Bölgedeki kadınlar için işsizlik oranı ise %17 ile dünya ortalamasının üzerinde bulunmaktadır (Toksöz, 2007).

### **2.3.1.1. Kadınların Çalışma Biçimleri ve İstihdam Alanları**

Kadının toplumsal yapı içerisinde tüketici ve sadece para harcayan aile içi konumundan, üretici, para kazanan ve dış dünyaya açık bir konuma geçmesi, bağımsız bir birey olarak yaşamında önemli değişikliklere yol açmaktadır. Bunun yanında çalışma yaşamına katılan kadınları buldukları sektörlere göre bekleyen sorunlar da vardır. Toplumun öngördüğü kadınlık rollerini aksatmadan çalışmak isteyen ya da çalışmak zorunda olan kadınların bu ihtiyaçlarına cevap verebilecek kısmi süreli çalışma sisteminin, kadınların çalışma yaşamına girişlerini kolaylaştırıcı bir etken olmuştur (Taşbaş, 2010).

Kısmi süreli çalışan işçi genellikle işinde haftada 30 saatin altında çalışan işçidir. Çalışma biçiminin kısmi süreli sayılabilmesi için, iş süresinin kısa olması,



işçinin bu şekilde çalışmaya gönüllü olması, çalışma ilişkisinin iş sözleşmesine dayanması, işin düzenli olması ve esnek çalışma biçimi olması gerekmektedir (Kuşaksız, 2006). Kadınların iş yaşamına katılmalarının önündeki en önemli engeller olarak sayılan ev işleri, çocuk bakımı gibi işlere zaman ayırma ile çalışma imkanını bir arada sunan kısmi süreli çalışma, çalışmak isteyen kadınlar için yeni bir kapı aralamıştır.

Gelişmiş ülkelerde kadınların iş gücüne katılımında gerçekleşen önemli oranda artışlarla birlikte, kadınların kısmi süreli işlerde çalışma oranı da hızlı bir artış içindedir. İngiltere’de 1981 yılında kadınların %39’u kısmi süreli işlerde çalışırken bu oran 1990’da %44’e ulaşmıştır. Buna karşın Türkiye’de yakın geçmişte yapılan araştırmalara göre böyle bir artış gözlenmemektedir (Şenesen, 2000).

Son dönemde Avrupa’da çalışan işçilerin %17,7’si kısmi süreli çalışma biçiminde çalışmaktadırlar. Hollanda, %41,1 oranı ile Avrupa’da kısmi süreli çalışmanın en yaygın olduğu ülke konumundadır. Kısmi süreli çalışma, kadınlar tarafından daha çok ilgi görmektedir. Hollanda’da kadın çalışanların %59’u kısmi süreli çalışmaktadır. Avrupa Birliği’nde kısmi çalışanların %85’i kadındır. Güney ülkelerinde ise, kadınların kısmi çalışmaya ilgileri daha azdır. Araştırmalar, önceleri kısmi çalışmanın genellikle vasıfsız kadınların hizmet sektöründeki çalışmalarıyla sınırlı iken, zamanla bu durumun değiştiğini, özellikle yüksek öğretim düzeyinin artmasıyla birlikte, kadın ve erkekler arasında tam süreli çalışmanın yerine kısmi süreli çalışmanın tercih edilir olduğunu göstermektedir (Taşbaş, 2010).

Kadınların dünya ortalamasındaki istihdam oranları %49,1’dir. Bu oran 25 Avrupa Birliği ülkesinde %58,6’ ya çıkarken, Türkiye’de %22,2 seviyesindedir. Başka bir deyişle, Türkiye genelinde sadece 4 kadından biri çalışmaktadır. Son dönemlerdeki kısmi artışa rağmen, kadınların işgücüne katılım oranı, 1988 yılında %34,3 iken, 2008 yılında, %25,4’e gerilemiştir (Taşbaş, 2010).

Türkiye’de çalışan kadınların istihdam edildikleri alanlara bakıldığında, Türkiye İstatistik Kurumu 2007 yılı verilerine göre 5,528,000 çalışan kadının % 47,3’ünün tarım içi, %52,7’sinin tarım dışı alanlarda istihdam edildikleri görülmektedir. Aynı dönemde erkeklerin durumuna bakıldığında ise 15,661,000

çalışan erkek nüfusun %19,1'inin tarım içi, %80,9'unun tarım dışı alanlarda istihdam edildikleri görülmektedir.

2009 yılı Mayıs ayına gelindiğinde istihdam edilenlerin %71,8'ini erkek nüfusun oluşturduğu görülmektedir. İşgücü piyasasında yer alan kadınların oranı da, 2008 yılına göre biraz daha iyileşmesine rağmen %28,2 de kalmaktadır. Buradan kadınların işgücü piyasalarına katılımının erkeklere oranla çok düşük seviyede kaldığı, istihdam edilenlerin ise tarım içi sektörde yoğunlaştıkları anlaşılmaktadır.

Ülkemizde, kadınların kırsal bölgelerde tarım, kentlerde ise hizmet sektörlerinde yoğun olarak istihdam edildikleri görülmektedir. Ülke geneline baktığımızda, çalışan kadınların %49'u tarım sektöründe, %13'ü sanayi sektöründe ve %35'i hizmet sektöründe istihdam edilmiş durumda oldukları görülmektedir. Çalışan kadınlarda ücretli ve yevmiyeli olarak çalışanlar %52, ücretsiz aile işçisi olarak çalışanlar %36, kendi hesabına çalışanlar %11 ve işveren durumunda olanlar ise %1'lik kısmı oluşturmaktadırlar.

Türkiye'de çalışma yaşamında kadının yerini anlayabilmek adına istihdam edilen kadınların istihdam yerlerine bakıldığında 2007 yılı verilerine göre istihdam edilen toplam 5,528,000 kadın;

147,000'i (%2,65) kanun yapıcı, üst düzey yönetici ve müdür,  
490,000'i (%8,86) profesyonel meslek mensubu,  
392,000'i (%7,1) yardımcı profesyonel meslek mensubu,  
519,000'i (%9,38) büro ve müşteri hizmetleri çalışanı,  
498,000'i (%9,01) hizmet ve satış elemanı,  
2,010,000'i (%36,36) nitelikli tarım, hayvancılık,  
273,000'i (%4,93) sanatkarlar ve ilgili işler,  
218,000'i (%3,94) tesis ve makine operatörleri ve montajcılar,  
981,000'i (%17,74) nitelik gerektirmeyen işlerde çalışmaktadırlar.

Kırsal bölgelerde yaşayan kadınlar, ağırlıklı olarak tarım sektöründe çalışmaktadırlar. Bu çalışma, genellikle ücretsiz aile işçiliği şeklinde gerçekleşmektedir. Kırsal bölgelerde yaşayan kadınlarla ilgili istihdam eksikliği ya

da işsizlik sorunundan çok, ücretsiz aile işçiliği, ağır çalışma koşulları, sosyal güvence eksikliği, ücretli çalışanların gelirlerinin ise ailenin erkek bireylerinin kontrolünde olması gibi sorunlar ön plana çıkmaktadır (Taşbaş, 2010).

Tarım sektöründe yapılan işler ağır olmakla birlikte, kadınlar yaptıkları iş karşılığında çoğu zaman ücret alamamaktadırlar. Bunun yanında, çocuk yaşta tarım işlerinde çalışmaya başlayan kadınların eğitim imkânlarından da yoksun kaldıkları görülmektedir. Bu nedenle kadınlar genellikle yeterli bir eğitim fırsatı elde edememekte ve dolayısıyla daha iyi koşullarda istihdam edilme imkanı bulamamaktadırlar. Sosyal güvence eksikliği ve genellikle diğer işçi haklarından da yararlanamayan kadınlar, bütün bu nedenlerle çalışma yaşamlarında beklenen doyuma ulaşamamaktadırlar (Taşbaş, 2010).

Sanayi devriminden sonra, sanayileşmenin yaşandığı bölgelerdeki kadınlarla birlikte, tarımda çalışan kadın işgücü de, iç göç, evlenerek kente yerleşme ve benzeri nedenlerle tarım sektöründen sanayi sektörüne yönelmeye başlamıştır. İkincil işgücü konumundan dolayı özellikle kayıt dışı alanlarda, kadınlara özgü olduğu kabul edilen tekstil, gıda ve montaj sanayinde çalışmaya başlayan kadınlar, yeterli olmasa da, belirli bir ücrete ve diğer ekonomik ve sosyal haklara bu yolla kavuşmaya başlamışlardır.

Peş peşe küresel krizlerin yaşandığı son dönemlerde, dünya çapında sanayi sektöründe yaşanan durgunluk ve gerileme halen çalışmakta olan kadınları olumsuz olarak etkilemekte, işlerini kaybetmelerine neden olmaktadır. İşçi çıkarmada, vasıfsız, yeri doldurulabilir ve zaten ailenin temel geçindiricileri olmadığı düşünülen kadınlar ilk planda mağdur olmaktadır. Bunun yanında, ucuz işçiliğin egemen olduğu fason çalışma şekilleri yaygınlaşmakta ve buna bağlı olarak sigortasız, güvencesiz ve düşük ücretli çalışma biçimleri ortaya çıkmakta ve çoğunlukla ucuz işgücü olarak kadın emeği kullanılmaktadır. Diğer yandan durgunluk ve kriz, sanayi sektöründe çok sayıda kadının işlerini kaybetmelerine ve çalışmak isteyen kadınların da iş bulamamalarına neden olmaktadır (Tekeli ve Ecevit, 1995).

Gelişmekte olan ülkelerde çalışan kadınların büyük bir bölümü tarım sektöründe yer alırken, gelişmiş ülkelerde kadınlar yoğun olarak hizmet sektöründe

çalışmaktadır. Bunun yanında, gelişmekte olan ülkelerde de, hizmet sektörünün gelişmesine bağlı olarak, istihdamın bu yöne doğru kaydığı görülmektedir.

Ülkemizde, gelişen teknolojiye uygun eğitim alamayan kadınların sanayi ve hizmet sektörlerinde yer bulmaları zorlaşmakta ya da düşük ücretle ağır şartlarda çalışmak zorunda kalmaktadırlar. Bu nedenle, özellikle eğitim sistemimizin, ülkemizin ihtiyaç duyduğu nitelikli insan gücünü yetiştirerek, ekonomik kalkınmayı destekleyecek şekilde düzenlenmesi gerekmektedir (Başargan, 2000).

Kadınların iş yaşamında hizmet sektörünü tercih etmeleri ve bu sektörde çalışmayı sürdürmeleri, esnek çalışma biçimleri, kısa zamanlı ve yarım gün çalışmaktan, toplum tarafından kadınlara daha uygun olduğu düşünülen işlerin bu sektörde bulunması gibi nedenlerle açıklanmaktadır. Bu sektör aynı zamanda düzenli bir işyeri ve düzenli çalışma saatleri olmadığından, denetim zorluğuyla birlikte, kayıt dışı işçi çalıştırmaya göreceli olarak uygun gözükmektedir (Taşbaş, 2010).

### **2.3.1.2. Kadınların Kariyer Gelişimi**

New York Times'in 1989'daki kadın oylamasına göre, günümüz kadınlarının yaşadığı en önemli problemler, sırayla işteki eşitlik, iş ve aileyi dengelemek, çocuk bakımı, kürtaj ve eşit haklar olarak tanımlanmıştır. Geleneksel olarak okul sonrası kadınlar işe girer, çocuk beslemek ve büyütme için işe ara verir ve genelde son çocuk okul çağına geldiğinde yeniden işe başlardı. Bu geleneksel örüntü artık yerini daha devam eden bir kariyer hayatına bırakmaktadır (Zunker, 1998).

Çok da uzak olmayan bir süre önce kadınlar geleneksel çalışma rollerinde yer almakta, öğretmen, hemşire ya da tezgahtar olmaktadır. Eşlerinin kariyer hedeflerine uyum gösterecek işlerde çalışmaktaydılar. Günümüzde ise kadınlar kariyer önceliklerini yeniden tanımlamaktalar. Pek çoğu için önce kariyer sonra evlilik tercihi bile görülmektedir. Fakat kadınlar halen bazı engellerle karşılaşmaktadırlar. Birincisi cinsiyete göre rol stereotipleri iş hayatında halen vardır (McBride, 1990; Wentling,1992; Wood,1994; akt. Zunker 1998). İkincisi, kendi kariyer gelişimine eşiyile aynı önemi veren bir kadın mücadele etmek zorunda kalıp

pek çok erkek ve kadın tarafından destek görmeyebilmektedir (Betz ve Fitzgerald, 1987).

Super (1990), kadın kariyer gelişimi üzerinde çalışan major teorisyenlerden biridir, kadın kariyer gelişimini 7 kategoriye ayırır; sabit ev kadını, geleneksel, sabit çalışan, iki yönlü, ara vermiş, istikrarsız ve çok denemeli. Super'in çift yönlü kariyer modeli ev kadınlığını ikinci bir kariyer olarak tanımlar ve halen günümüzde önemlidir. Ginzberg (1966) kadın kariyer gelişiminde 3 boyutu tanımlamıştır:

- 1) Geleneksel (ev kadınlığı odaklı)
- 2) Geçiş sürecinde (ev işten daha önemli)
- 3) Yenilikçi (iş ve eve aynı önemi vermek)

Günümüzde bunlara dördüncü olarak kariyer gelişiminin en yüksek önceliğe sahip olduğu kariyer odaklı boyut ilave olmuştur. Pek çok kadın için yenilikçi boyuta doğru ilerlemek zordur, toplum tarafından kabul edilmiş stereotip kadın kimliğini kaybetme korkusundan dolayı daha fazla kariyer odaklı olmaktan kaçınır (Zunker, 1998). Betz ve Fitzgerald'e göre (1987) kadınların kariyer seçimleri büyük ölçüde ev ve aile sorumluluklarından etkilenir. Sosyal sınıf, evlilikle gelen tutumlar, finansal kaynaklar, eğitim seviyesi ve kök ve çekirdek ailenin kültürel değerleri meslek seçimini etkiler.

Zytowski (1969), kadınların kariyer gelişim modellerini hafif mesleki, orta mesleki ve olağandışı mesleki olarak üç grupta tanımlar. Ginzberg'in modeliyle benzeşir, gittikçe daha kariyer odaklı olur. Mesleki katılım modelinde giriş yaşı, çalıştığı süre ve işin türü önemlidir. Ayrıca bireysel motivasyon, kabiliyet ve maddi ihtiyaç gibi çevresel faktörler de etkilidir.

Sanguiliano (1978), kadınların kimlik gelişiminin erkeklere göre daha geç oluştuğunu bunun da kadın kimliğine yüklenen çelişkili beklentiden kaynaklandığını söyler. Erkekler maskülenliği erken öğrenir ve değişimlere adapte olmaya daha iyi hazırlanır, fakat kadınların net tanımlanmış sınır ve cinsiyet rollerine uygun görüntüleri yoktur. Sanguiliano'ya göre kadınların cinsiyet rol stereotipini kırıp kendi kimliğini oluşturacak özel yollara ihtiyacı vardır. Kadınlar erkeklerden farklı

bir gelişim modeli izler: Kadınlar gelişimlerinde yoğun bir rol çatışması yaşarlar. Kadınlar, kendilerini ifade etmekte daha fazla engellenirler. Kadınlar, aile sorumlulukları yüzünden kariyer hedeflerini erteleme eğilimindedirler. Kadınların gelişimsel örüntüleri daha bireyseldir.

Kadın gelişim dönemlerine bakıldığında özellikle otuzlu yaşlarda yeni yönler arayan kadınlarda evlilik çelişkileri başlar. Kariyer gelişimine zaman ayırmak isteyen kadınlar eşitlikçi bir evlilik ilişkisi bulmakta zorluk çekerler. Bir taraftan ev kadını olmak için yetiştirilip bir tarafta ise kendini ifade edebilecekleri bir kariyer isterler (Zunker, 1998).

Chusmir'e göre (1983) geleneksel olmayan işlerde çalışan kadınlar erkeklere atfedilen kişilik özelliklerine sahiptir. Bu kadınlar, daha bağımsız, aktif, dominant ve entelektüeldirler. Bu kadınların özellikleri arasında daha başarı odaklı olma, statü peşinde ve başkaları tarafından sayılma ve tanınma ihtiyaçları bulunur. Genelde daha iyi eğitilmiş, ruh sağlığı iyi, daha az ya da hiç çocuğu olmayan, evliliği ertelemiş, babaları daha genç, eğitilmiş ve yönetici pozisyonunda oldukları görülür. Ancak Kuzgun (2000), bir kadının meslek hayatına atılıp erkeklerle yarışmasının onun kadınsı özelliklerini ve rollerini terk etmesi anlamına gelmediğini ifade etmiştir. Hem eşlik ve annelik hem de meslek rollerini birlikte yürütebilen, hem maskülen hem de feminen özelliklere sahip olan kadınların çalışma hayatına katılmalarının olumlu etkileri olacağı savunulmaktadır (Yogev, 1983; Tangri, 1972; akt Kuzgun 2000).

Erkeklerle kıyasla, kadınlarda cinsiyet stereotipinden dolayı kimlik daha yavaş gelişir. Kariyer seçimi de kariyer gelişimi de ikincil önceliktir. Kadınlardaki kariyer karar verme süreci, rol çatışması, rol modeli ve destek sistemlerinin yoksunluğundan kaynaklanır (Zunker, 1998). Fitzgerald ve Betz (1994) kadınların kariyer gelişiminin ayrımcılık ve cinsel taciz, mesleki cinsiyet stereotipleri, cinsiyet rolü beklentileri ve annelik zorunluluklarından etkilendiğini vurgulamıştır.

### **2.3.1.3. Çalışan Kadınların Yaşadığı Sorunlar**

Geleneksel olarak erkeklere göre düzenlenmiş çalışma yaşamında kadınlar iş ortamında çeşitli sorunlarla karşılaşmaktadırlar. Bu sorunlar cinsiyet ayrımcılığı,

cinsel taciz, çalışma ortamının uygun olmaması, içsel kısıtlamalar, maskülen yönetici algısı ve cam tavan sendromu olarak sıralanabilir.

Ayrımcılık, genel anlamda farklı muamele demek olup cinsel ayrımcılık cinsiyet nedeniyle kadına ve erkeğe farklı muamele yapılması anlamındadır. Kadına, cinsiyeti nedeniyle erkeğe davranılandan daha olumsuz ya da daha az olumlu davranılması durumuna denir. Cinsiyete dayalı ayrımcılık personel alımında ve terfilerde gözlenebilmektedir. Ayrıca ayrımcılık kadına istenen şeyi vermeyi belli bir şarta bağlama şeklinde de görülebilmektedir (Yüksel, 2003).

Kadınlar belirli düzeylerde belirli sanayilerde yoğunlaşır ve sistematik olarak erkeklerden daha düşük ücret ve kötü çalışma koşullarına maruz kalırlar. Kadınlar düşük ücretli daha güvensiz ve erkeklere oranla daha az terfi olanağı içeren işlerde çalışırlar. Bu genellikle belirli ticaret sanayi ve mesleklerde geçerlidir ve iş pazarının önemli bir boyutunu oluşturur (Barnett, 1998).

Kadınların çalışma yaşamında karşılaştıkları zorlukların başında mesleğe alımda yapılan ayrımcılık gelmektedir. Kadınlar sırf cinsiyetleri nedeniyle bazı pozisyonlarda görevlendirilmemektedir. Bir gün annelik rolü gereği işini ikinci plana atabileceği ya da işinden ayrılabilceği düşünceleriyle kadınlara istihdamda yoğun şekilde yer verilmemekte, yine aynı sebeplerle kariyer planlamaları engellenebilmektedir (Önel, 2006).

Çiftçi (1979), yaptığı araştırma da idarecilerin genellikle kadınların devamsızlıklarından, çok sık iş değiştirmelerinden, hizmet içi eğitimden yararlanmadıklarından bu nedenle az beceri gerektiren işlere yerleştirdiklerinden söz ettiklerini söylemiştir. Bu da bize kadınların yönetim açısından önemli bir iş gücü olmaktan çok geçici bir görevli olarak kabul edildiğini göstermektedir.

Cinsel taciz ise bir güç konusudur. Tacizci bilinçli ya da bilinçsiz olarak kendinin taciz ettiği kişiden daha güçlü olduğuna inanır. Cinsel taciz, kadınların psikolojik, fizyolojik ve ekonomik olarak zarar görmelerine yol açmaktadır. Bu sorunu engellemenin en etkin koşulu yasal düzenlemelerdir (İlgar, 2001).

Çalışma ortamı ve koşullarının erkekler tarafından belirlenmesi de hem iş hem de ev sorumluluğu üstlenen kadınlar için bir sorun olarak ortaya çıkmaktadır. Feldman, 1990 yılında yaptığı bir araştırma sonucunda yarı zamanlı işlerin, çalışma ortamı ve iş saatlerinin esnekliği açısından kadınları daha çok tatmin ettiğini ve kadınların bu işlerde daha kolay yükseldiklerini saptamıştır (akt. İlgar, 2001).

Önemli konulardan bir tanesi de tam zamanlı kariyer ve geleneksel olmayan rollerde kadınların yaşadığı içsel kısıtlamadır. Cinsiyet stereotipleri içinde büyümüş pek çok kadın için erkek egemen bir iş dünyasında kendini göstermek hiç de kolay değildir. Bir tarafları sosyalleşmeleri gereği belli cinsiyet rollerine ait hissederken diğer taraftan onlara bu geleneksel rolleri kırmaları söylenmiştir. Genel olarak, bazı kadınlarda özgüven eksikliği görülür bu da onların kariyer seçimlerini kısıtlar. Aynı zamanda cinsiyet rolü eğilimi kadınlarda başarı motivasyonunu düşürdüğüne yönelik bulgular vardır (Frenza, 1982; Eccles, 1987; Wood, 1994; akt. Zunker 1998).

Linsey (1990), kadınların iş dünyasında tam potansiyelini göstermelerini engelleyen başka bir faktörün de yönetici modelinin daha çok maskülen algısı olduğunu ifade etmiştir. Sosyal koşullanma ile erkeklerin lider olarak talepkar görevleri daha iyi göturdüklerine yönelik bir algı vardır. Liderlik görevi alan kadınların yetenek ve becerileri sorgulanır, kurumlarda yabancı gibi hissettirilir. Wood (1994), kadınların iş dünyasında lider pozisyonlarına motive olabilmek ve yükselebilmek için feminen lider rol modellerine ve deneyime ihtiyacı olduğunu vurgulamıştır.

Kadınların yaşadığı bir diğer problem de ‘cam tavan sendromu’ olarak nitelenen kariyerde ilerlemeye set çeken tutum ve önyargılardan oluşan görünmez engeldir. Üst düzey yöneticilerin 25 yıllık deneyimli olmasında ısrarcı olmak, kadınları yükselme olanağı olmayan daha alt seviye pozisyonlarda çalıştırmak buna örnektir (Zunker, 1998).

Yapılan çeşitli antropolojik ve kültürlerarası karşılaştırmalar, tarım öncesi ve ilkel tarım döneminde üretimde daha etkin olarak kendisine yer bulan kadınların, bu duruma bağlı olarak toplumda da daha etkin ve bağımsız bir konum elde ettiklerini ortaya koymaktadır. Bu nedenle kadının toplumsal statüsünün, üretime katılım



oraniyla birlikte arttığını ve değer kazandığını söyleyebiliriz. Sanayi devriminden sonra üretim yapısının karmaşıklaşması ve hizmet sektörünün kadınlara yeni iş alanları açması, kadınların daha çok ev dışı işlerde ücretli çalışmaları sonucunu doğurmuştur. Bu sayede kadınların eğitim ve yükselme olanakları artmış, erkekten ve aileden ayrı bir ekonomik ve sosyal güvenceye kavuşma imkanı ortaya çıkmıştır. Ancak ücretli çalışan kadının statüsünde değişme ve iyileşme olurken, çalışma yaşamında bir takım eşitsizlikler görülmeye başlanmıştır. Kadın işgücü ekonomik büyüme dönemlerinde işe alınan, kriz dönemlerinde işten çıkarılan kişi olarak işgücü piyasasına esneklik kazandıran bir işlev görmeye başlamış, kadınların yoğunlaştığı iş ve meslekler işgücü piyasasında değer kaybetmiş, kadınlar aynı işlerde çalışmalarına rağmen erkeklerden daha az ücret almak durumunda kalmışlardır (Koray, 1993).

Ülkemizde kadınların iş yaşamına girmeleri konusunda büyük oranda ailelerinin etkisi bulunmaktadır. Aileler, özellikle evli ve çocuk sahibi olankadınların öncelikle ev işleri, çocuk ve yaşlıların bakımlarıyla ilgilenmelerini istemektedirler. Bu bağlamda, medeni duruma göre istihdam oranlarına bakıldığında, kentte yaşayan evli kadınların %13,8, hiç evlenmeyen kadınların %27, boşanmış olanların ise %34,4 oranında çalışma yaşamına katıldıklarını görüyoruz. Kırsal alanlarda yaşayan evli kadınların %35, hiç evlenmeyen kadınların %26,9, boşanmış olanların ise %29,7 oranında çalışma yaşamına katıldıklarını görüyoruz. Kırsal alanda, kent yaşamının tersine, evli kadınların bütün ev içi sorumluluklarının üzerine çoğunlukla ücretsiz aile işçiliği şeklinde bir çalışma sorumluluğunun eklendiği görülmektedir.

İş yaşamına katılmayı düşünen kadınlar, en başta iş bulma ve kariyer elde etme konusunda sıkıntı yaşamaktadırlar. Toplumsal cinsiyet algılamasına uygun olarak kadınların yapabileceği düşünülen işlerde ve ailelerinin rızasıyla çalışmak durumunda kalan kadınlar, hem kendilerine hem de toplumsal değerler uygun bir iş bulma konusunda sıkıntı yaşayabilmektedirler. Seçilen işte, eğitimin de büyük etkisi olmaktadır. Yüksek düzeyde eğitim görmüş ve özellikle mesleki eğitim almış kadınlar, daha üst düzeyde iş bulabilmektedirler. Ancak toplumun kadınların eğitimine yeterli önem vermemesi bu alanda da kadınları sıkıntıya sokmaktadır.

Yapılan işler karşılığı alınan ücretlerdeki dengesizlik de, kadınların karşılaştıkları en önemli sorunlardan birisidir. Ücretlerle birlikte, sigorta, izin, yıllık

izin, emeklilik gibi sosyal haklardan yararlanabilmek için de kayıtlı, düzenli ve sürekli bir çalışma yaşamı gerekmektedir. Oysa kadınların çalışma yaşamı, evlenme, çocuk sahibi olma gibi durumlarda sona erebilmekte veya çalışmaya ara verilebilmektedir. Bu durumda sosyal haklar ve kariyer elde edilmesi konularında sorun oluşturmaktadır. Çalışan kadınların en önemli sorunlarından birisi de, iş ve aile çatışmasıdır. Dengeli ve mutlu bir aile yaşamı ve ev ortamı sağlama görevi toplumsal olarak kadına verildiğinden, çalışan kadınlar hem ev hem de çalışma yaşamında çift yönlü sorumluluk taşımak zorunda kalmaktadırlar (Taşbaş, 2010).

#### **2.3.1.4. İş-Aile Çatışması**

Kadınların büyük bir bölümü, aile fertleri dışarıda çalışmalarını uygun bulmadığından dolayı, istemelerine rağmen çalışma yaşamına katılamamaktadırlar. Çalışma yaşamına katılan kadınlar ise, genellikle bekârlık dönemlerinde ve genç yaşlarda çalışmaya başlamakta, evlenme ya da çocuk doğurma nedeniyle de işten ayrılma eğilimi taşımaktadırlar. Evlenip çocuk sahibi olduktan sonra çalışmaya devam edenler ise, iş yaşamının yanında, bir yandan da ev işlerini üstlenmenin sorumluluğunu yüklenmektedirler (İlkkaracan, 1999).

Kişinin bir rolü üstlenmesi, başka bir rolü daha üstlendiği durumlarda zorlaşmaktadır. Üstlenilen rollerden birisinin gerektirdiği davranışlar diğer rol veya rollerinin gerektirdiği davranışlarla uyumsuzluk gösterebilir. Bu uyumsuzluk durumu kişi üzerinde baskıya yol açmaktadır. Yaşanan baskının yoğunlaşması sonucunda, söz konusu kişinin roller arası çatışma yaşaması mümkündür. İş-aile yaşam çatışması, roller arası çatışmanın özel bir türü olarak kabul edilmektedir. Bu çatışma, bir örgütün üyesi olmanın gereği olarak benimsenen rol ile bir ailenin üyesi olmanın gereği olarak üstlenilen rol arasında bir uyumsuzluğun var olması sonucunda ortaya çıkmaktadır (Efeoğlu, 2006).

Yaşanan bu rol çatışması, iş ve aile yaşamı dengesi kavramını gündeme getirmektedir. İş ve aile yaşamı dengesi, çalışan bireyin aile ve iş sorumluluklarının uyumunu ifade etmektedir. Bireyler toplum içerisinde hangi statüde olurlarsa olsunlar, iş ve aile yaşamını dengeleme çabası içerisindedirler. Kapız (2002) iş ve

aile yaşamı dengesini, bireyin en az rol çatışmasıyla evde ve işyerinde doyuma ulaşması ve yeterince fonksiyonlaşmasıdır şeklinde tanımlamıştır.

Çalışanların iş yaşamlarında toplam çalışma saatlerinin uzunluğu, çalışma programının esnekliği gibi zaman kısıtlamaları aile yaşamları için ayırmaları gereken zamanı azaltabilir. Bu durumda, iş-aile yaşam çatışması doğması beklenebilir. Bunun yanında çalışan, aile yaşamına daha fazla zaman ayırma arayışına girerek iş yaşamından kaynaklanan çatışma durumuna düşebilir ve bu durum döngüsel olarak devam eder. Benzer şekilde, aile yaşamında ortaya çıkan düş kırıklığı, üzüntü, sinirlilik gibi duyguların gerilime yol açması nedeniyle iş yaşamı olumsuz etkilenen çalışanın iş yaşamındaki sıkıntıları da tekrar ev hayatına etkide bulunacak ve kısır döngü burada da ortaya çıkmış olacaktır (Efeoğlu, 2006).

Ailenin bütün yetişkin bireyleriyle birlikte iş gücüne katılması, iş ve aile yaşamlarının birbiriyle ilişkili olmasına ve birbirini etkilemesine yol açmıştır. Son yıllarda iş-aile yaşamı arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar artmış, iş ve aile unsurlarını her iki tarafın beklentilerine de cevap verecek şekilde karşılamanın zor olduğu ve kadınların bu rol çatışmasından erkeklere göre daha fazla ve daha olumsuz etkilendikleri ortaya çıkmıştır (Nayır, 2008).

İş ve aile farklı gereksinimleri doyuran farklı alanlardır. Bireylerin farklı alanlarda üstlendikleri sorumluluk, rol ve faaliyetler enerjilerini artırır. Çalışan bireyler iş ve aile yaşamı etkileşiminin farkında olurlarsa ve buldukları alanda sosyal destek alırlarsa, yani örneğin şefleri veya eşleri tarafından desteklenirlerse ev iş yaşamı dengesini sağlayabilirler (Kapız, 2002).

İş-aile çatışması hakkında yapılan araştırmalar ve öne sürülen teoriler, kadınların çalışma yaşamındaki yerlerinin artması ve sağlamlaşmaya başlamasıyla birlikte farklı sonuçlar ve çözüm önerileri ortaya koymaya başlamışlardır. Bu konudaki en belirgin değişiklik toplumsal cinsiyet anlayışıyla kadının görevi olarak kabul edilen ev işlerinin yapılmasına yönelik düşüncelerde ortaya çıkmaya başlamıştır. Bunun yanında hala toplumsal cinsiyet anlayışı çerçevesinde ev işleri ve çocuk-yaşlı bakımının kadınların asıl sorumluluğu sayıldığı görülmektedir (Taşbaş, 2010).

Sosyal yaşamda kadın; kız çocuk, kız kardeş ve anne şeklinde ortaya çıkan temel kadın rolleri ile tanımlanmaktadır. Kadınların, kız çocukları olarak, erkek kardeşlerinden daha fazla ev işlerine yardımcı olması, eş olarak, ailede eşine göre ikincil bir konumda bulunması, anne olarak da çocuk bakımında daha özverili davranması toplumsal bir beklenti olarak karşımıza çıkmaktadır. Kadınlar açısından eşitsizlik, sosyal kurumlar bakımından da gözlenebilmektedir. Tarihsel açıdan erkekler tarafından oluşturulmuş, erkek egemenliğinde olan ve lider konumundaki erkeklerin bakış açısıyla yorumlanan kurumların başında, hukuk, siyaset, din, eğitim, devlet ve ekonomi gelmektedir. Kadınların bütün kurumlara katılımını sağlayan gelişmelere rağmen, merkezi kurumlarda hala erkek egemenliği olduğu görülmektedir. Kadının odak olduğu ve ikincil bir rol ile tanımlandığı tek kurum ise ailedir (Taşbaş, 2010).

Ancak ataerkil yapıya sahip toplumlarda, çalışıyor da olsa kadınların esas görevlerinin ev işleri ve çocuk bakımı olduğu konusunda kadınlar arasında bile yerleşmiş bir kanaat vardır. Esnek çalışma biçiminin sağladığı esnek çalışma saatleri ve işyeri ortamındaki esneklik, kadının iş yerinde yapması gereken işi evinde yapma olanağı vermektedir. Bu da, kadınların çalışma yaşamına katılımını artırmaktadır. Ancak, bu esnek çalışma biçimi, kadın çalışanların enformel sektörde güvencesiz çalışmalarına da yol açabilmekte ve işverenler açısından ucuz işgücüne ulaşma şansı doğurmaktadır (Aytaç, 2002).

İş yükünün yanında ev işlerinin de yapılması kadınların yapması gereken ana işlerdendir. Ev işlerinin aksaması, iş-aile yaşamı dengesinin bozulmasına neden olabilmektedir. İş ve aile yaşamını dengelemeye yönelik girişimler, ikinci ve üçüncü vardiya olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlamda, kadınların ücretli bir işten sonra eve döndüklerinde çocuk bakımı ve ev işleriyle uğraşmaları ikinci vardiya olarak ifade edilmektedir. Üçüncü vardiya ise, anne babanın plansız çalışma programlarından kaynaklanan ve bir eşin diğerini veya çocuklarının kızgınlığını yatıştırmaya yönelik harcadıkları zaman şeklinde tarif edilmektedir (Kapız, 2002).

Çalışan kadın için, yapılan iş ve çalışma koşulları aile yaşamını etkilediği gibi aile yapısı ve sorumlulukları da kadını, iş yaşamında erkekten daha çok etkilemektedir. Kadın ev dışında gelir getirici bir işte çalışsa da büyük ölçüde

cinsiyete dayalı iş bölümü varlığını sürdürmektedir. Kadının çalışan ve ev kadını olarak üstlendiği bu iki rol, genellikle birbirini olumsuz etkilemektedir (Kocacık ve Gökkaya, 2005).

Ülkemizde, Türkiye İstatistik Kurumu tarafından, ev işlerinin genellikle kim tarafından yerine getirildiğine dair yapılan araştırma ev işlerinin yapılması konusundaki sorumluluk paylaşımını ortaya koymaktadır. Yemek yapma işinin %87,1 oranında kadınlar tarafından üstlenildiği, erkeklerin bu konudaki katılımlarının %2 oranında kaldığı, %9,5 oranında aile fertlerinin birlikte yemek yaptıkları görülmüştür. Ütü yapma işi %84,3, sofranın kaldırılması %74,1 oranında kadınlar tarafından üstlenilmiş durumdadır. Günlük yiyecek içecek alışverişi konusunda, kadınlar %37,7, erkekler de %33,3 oranında görev almışlardır. Aylık faturaların ödenmesi ve ufak tamirat işleri ise, sırasıyla %69,1 ve %68,4 oranlarında erkeklerin yerine getirdikleri görevleri arasında görülmektedir.

Bu araştırma sonuçları ülkemizde toplumsal cinsiyet algısının ev içindeki iş paylaşımını da etkilediğini göstermektedir. Kadın işi olarak görülen yemek yapma, sofranın kurma gibi işler yoğun olarak kadınlar tarafından, fatura ödeme, küçük tamirat gibi işler de erkekler tarafından yapılmaktadır.

Kadınların ikinci vardiya kapsamında üstlendikleri işlerden bir diğeri de çocukların ve bakıma muhtaç yaşlı ve hastaların bakımlarını içeren bir alandır. Geleneksel toplum yapısı dünyanın her yerinde çocuk bakımı işini kadınların yüklenmesini öngörmektedir. Bu durum özellikle çalışan kadınların iş yükünü artırmanın yanında, stres düzeyiyle birlikte iş yaşam dengesinin de bozulmasına yol açmaktadır. Çalışan kadınların işgücü piyasasında kalabilmeleri ve başarılı olabilmeleri için, öncelikle çocukların yetiştirilmesinde toplumun bir rol alması gerekmektedir. Çalışan kadınlara doğum için belirli bir süre izin verilmesi bugün genel bir uygulama olmakla birlikte yeterli olmadığı da bilinmektedir. Özellikle belirli bir yaşa kadar çocukların bakımı, kadınları çalışma yaşamından uzaklaştıran bir etken olarak önemini korumaktadır. O nedenle küçük yaştaki çocukların bakımı için izin ya da çocuk bakım evleri gibi formel bakım hizmetlerinin yaygınlaştırılması çalışan kadınlar için temel istemlerin başında gelmektedir (Koray, 2003).

Özellikle 1970'lerden itibaren ekonomide hizmet sektörünün gelişmesiyle birlikte kadınların iş gücü piyasasına katılımlarında giderek artan oranlarda biryükselme gözlenmiştir. Aile yapısı ve doğurganlık eğilimlerine tesir eden bu gelişmeye, artan toplumsal hareketliliğin eklenmesiyle birlikte çocuk bakımında akrabalığa bağlı geleneksel dayanışma mekanizmaları gittikçe daha fazla yetersiz kalmış ve çocuk bakımına yönelik formel bakım hizmetlerine duyulan ihtiyaç artmıştır. Bu nedenle, refah devleti politikalarının zayıfladığı birçok Avrupa ülkesinde sosyal bakım hizmetlerinin arttığı görülmektedir. Erken çocukluk hizmetleri, toplumsal cinsiyet eşitliğini sağlama, çalışma hayatının ihtiyaçlarını karşılama, demografik eğilimlerle baş etme ve çocuk gelişimini desteklemeyi amaçlamaktadır (Taşbaş, 2010).

Annelik, kadının kimliğini ve rolünü belirleyen bir öge olmaya devam etmektedir. Kadının genç yaşta çalışma yaşamına girmesi, ancak çocuk doğumuyla birlikte piyasadan çekilmesi de çalışma koşullarını olumsuz etkilemektedir. Gelişmiş ülkelerin çoğunda kadının işgücü piyasasındaki yeri üç aşamalı bir süreç izlemektedir. Genç yaşta çok sayıda kadın işgücü piyasasında yer almakta, evlenme ve ilk çocuğun doğumuyla birlikte belirli yaşlardaki kadının piyasadan çekildiği gözlenmekte, daha sonra ileri yaşlarda tekrar bir artış gözlenmektedir. Bu çift tepeli eğri kadının geleneksel rolünün daha ağırlık taşıdığı Japonya ve Almanya gibi toplumlarda belirgin olarak görülmektedir (Koray, 2003).

Çalışan kadın, çocuk sahibi olmaya karar vermeden önce çocuk bakımında kimin yardımcı olacağını düşünmek zorundadır. Genel olarak, gerek doğum öncesi ve gerek doğum sonrası verilen yasal izin süresi yeterli olmamaktadır. Özellikle çocuğun sağlığı için ilk aylarda anne sütüne, duygusal ve zihinsel gelişim için anne sevgisine gereksinim duymasını göz önüne aldığımızda, verilen izinlerin yetersizliği ortaya çıkmaktadır. Bu durumda kadın iş ile çocuğu arasında bir seçim yapmak durumunda kalmaktadır (Kocacık ve Gökkaya, 2005).

Çalışan anneye birçok ülkede doğumdan sonra izin verilmektedir. Ama bu iznin yeterli olmadığı bir gerçektir. Çalışan anne yalnızca kendi imkânlarıyla bu iznini uzatabilmektedir. Gelişmiş ülkelerde babaya da doğum sonrası izin verilerek anne desteklenmektedir. İşe geri dönen annenin ilk sorunu çocuğa kimin bakacağıdır.

Buna çözüm bulduktan sonra iş ve ailesi arasındaki dengeyi kurmak için çabalar. Eğer anne çocuğuna nitelikli zamanı ayırabilirse bu sorunda ortadan kalkar (Razon, 1983).

Ülkemizde 4857 sayılı İş Kanunu'nun 74. maddesine göre, kadın işçilerin doğumdan önce 8 hafta ve doğumdan sonra 8 hafta olmak üzere toplam 16 hafta ücretli izin hakları bulunmaktadır. Aynı Kanun'un 55. maddesi uyarınca; bu süreler, yıllık ücretli izin hakkının hesabında çalışılmış gibi sayıldığından elde edilen yıllık ücretli izin hakkının kullanılmasına engel teşkil etmez. Ayrıca, doğum yapan işçiye isteği halinde 16 haftalık ücretli izin hakkının dolmasından itibaren 6 aya kadar ücretsiz izin verilebilmektedir.

Annelik durumunda çalışma ve süt izni ile ilgili kanun maddesi şu şekildedir: MADDE 74. Kadın işçilerin doğumdan önce sekiz ve doğumdan sonra sekiz hafta olmak üzere toplam onaltı haftalık süre için çalıştırılmamaları esastır. Çoğul gebelik halinde doğumdan önce çalıştırılmayacak sekiz haftalık süreye iki hafta süre eklenir. Ancak, sağlık durumu uygun olduğu takdirde, doktorun onayı ile kadın işçi isterse doğumdan önceki üç haftaya kadar işyerinde çalışabilir. Bu durumda, kadın işçinin çalıştığı süreler doğum sonrası sürelerle eklenir.

Yukarıda öngörülen süreler işçinin sağlık durumuna ve işin özelliğine göre doğumdan önce ve sonra gerekirse artırılabilir. Bu süreler hekim raporu ile belirtilir. Hamilelik süresince kadın işçiye periyodik kontroller için ücretli izin verilir. Hekim raporu ile gerekli görüldüğü takdirde, hamile kadın işçi sağlığına uygun daha hafif işlerde çalıştırılır. Bu halde işçinin ücretinde bir indirim yapılmaz. İsteği halinde kadın işçiye, onaltı haftalık sürenin tamamlanmasından veya çoğul gebelik halinde onsekiz haftalık süreden sonra altı aya kadar ücretsiz izin verilir. Bu süre, yıllık ücretli izin hakkının hesabında dikkate alınmaz. Kadın işçilere bir yaşından küçük çocuklarını emzirmeleri için günde toplam birbuçuk saat süt izni verilir. Bu sürenin hangi saatler arasında ve kaç bölünerek kullanılacağını işçi kendisi belirler. Bu süre günlük çalışma süresinden sayılır.

Türkiye'de memur olarak çalışan anneye ücretsiz bir yıl izin alma hakkı verilmiştir. Ülkemizde her geçen gün farklı nedenlerle iş hayatına atılan annenin

çocuğuna kimin bakacağı ile ilgili kaygısı hızla artan okul öncesi eğitimi kurumları sayesinde azalmaya başlamıştır. Okul Öncesi Eğitim dört-altı yaş çocukların eğitimini ücretli olarak karşılamakta, sıfır-üç yaş çocukları olan, ekonomik durumu yetersiz olan annelerin ihtiyaçlarına cevap verememektedir. Bu durumdan dolayı çalışan anne çocuğunu büyükanneye, daha büyük çocuğa veya bir komşuya teslim etmekte veya paralı ancak bilgisiz bir bakıcının yardımına başvurmaktadır (Ekşi, 1990).

Çalışan kadınlar, iş yerinde olmaları gereken sürede çocukların ve evde bulunan diğer yaşlı ve hastaların bakımlarını kendileri gerçekleştiremeyeceklerinden bu işi üstlenecek bir kurum bulunması gerekmektedir. İlk başta aile ve akraba çevresinde bir çözüm üretilmeye çalışılmakta ve bazen bu yolla gün boyu bakım hizmeti sağlanabilmektedir. Diğer bir yol ise, kurumsal bakım hizmetlerinden faydalanmaktır. Ancak kurumsal bakım hizmetleri genellikle mesai saatleri içerisinde verilmekte ve bu hizmetlerden yararlanma imkanı olsa bile kadının mesai sonrası ikinci mesai yapma zorunluluğu ortadan kalkmamaktadır. Kadınlara fırsat ve davranış eşitliğini sağlayacak önlemler, kadının sorumluluklarının erkek ve toplum tarafından paylaşımı konusunda atılan adımlar bugünkü görünüm itibariyle eşitsizlikleri ortadan kaldırmasa da, gelecek açısından umut vermektedir (Koray, 2003).

Avrupa'da 0-3 yaş grubu çocuklara yönelik formel bakım hizmetlerinin geneldurumuna bakıldığında, bu yaş grubundaki çocukların yüzde 40'ından fazlasını kapsama oranlarıyla Danimarka, İsveç ve Hollanda, ardından yüzde 30 ve üzeri oranlarla Finlandiya ve Fransa'nın öne çıktıkları görülmektedir. AB'ye üye Orta ve Güney Avrupa ülkelerinde ise oranlar çok daha düşük seviyelerde seyretmekte ancak yine de AB ortalaması yaklaşık yüzde 27'ye tekabül etmektedir. Dolayısıyla birkaç istisna dışında AB ülkelerinde çocuk bakımına ilişkin geleneksel görüşlerin hala güçlü olduğunu, belirtilen yaş aralığındaki çocukların bakımında sorumluluğun çoğunlukla aileye terk edildiğini söylemek mümkündür. Özellikle de bu yaş grubuna dahil çocuk sahibi kadınların istihdam oranının, mevcut bakım hizmetlerinin oranından daha fazla olması, çalışan kadınların ya akraba dayanışması gibi enformel bakım çözümlerine başvurduklarını ya da kısa zamanlı çalışmak durumunda kaldıklarını düşündürmektedir (Taşbaş, 2010).



3-6 yaş grubuna yönelik hizmetlerde ise neredeyse evrensel ölçüde erişimimkanları görülmektedir. Birçok ülke, en az iki sene ücretsiz, kamu tarafından finanse edilen okul öncesi eğitim programlarına yer vermektedir; ayrıca çoğu ülkede bu hizmet çocuklar için yasal bir hak olarak tanınmaktadır. Dolayısıyla söz konusu yaş grubu için ilgili hizmetlere erişim oranları, bakım hizmetlerine erken çocukluk eğitiminin yaygın kapsamının da eklenmesiyle birlikte birçok üye ülkede yüzde 90'ın üzerinde görülmektedir; AB ortalaması ise yaklaşık yüzde 85 oranlarında seyretmektedir (Taşbaş, 2010).

Ülkemizde kadınların işgücüne katılımlarının önündeki önemli engellerden birisi, ailedeki çocuk, yaşlı ve özürlü bireylerin bakımlarının kadınların sorumluluğunda olmasıdır. Bu bakım hizmetlerini veren kurumların yaygın olmaması ve aynı zamanda pahalı olması kadınların iş yaşamına katılımlarını engelleyebilmektedir (Taşbaş, 2010).

Genel bir değerlendirme yapıldığında, Türkiye'de birçok farklı kurum tarafından sunulan erken çocukluk bakım ve eğitim hizmetlerinin yetersiz olduğu ve çok sınırlı sayıda çocuğun bu hizmetlere erişim sağladığı görülmektedir. Her ne kadar erken çocukluk eğitimi okullulaşma oranlarında son on yıl içinde önemli bir artış gerçekleşmiş olsa da UNESCO 2006 verilerine göre Türkiye'de bu oran yüzde 16 düzeyindedir. Ülkemizin mevcut durumu (yüzde 16), Kuzey Amerika ve Batı Avrupa ülkelerinde (yüzde 78), gelişmiş ülkelerde (yüzde 77), Orta ve Doğu Avrupa ülkelerinde (yüzde 57) ve dünya ortalaması olan (yüzde 37) oranının bir hayli altında kalmaktadır (Taşbaş, 2010).

Kadınların çoğu, çocuk sahibi olduktan sonra, büyük emeklerle ulaştıkları mesleklerine ya ara vermekte ya da tümüyle terk etmektedirler. Özellikle ülkemizin yetişmiş insan gücüne olan çok büyük ihtiyacı ve meslek sahibi oluncaya kadargeçen zor öğretim yıllarını da düşünürsek, çalışan annelerin çocuklarını gönül rahatlığıyla bırakabilecekleri kreş ve anaokullarının önemi daha iyi anlaşılmaktadır (Doğramacı, 1984).

Yeterli formel bakım hizmetleriyle desteklenmeyen çalışan kadınlar, evdeki bütün sorumluluğun sadece kadınlarda olduğunu, eşlerin ev işleri ve çocuk bakımıyla

ilgilenmediklerini bunun da kendileri için olumsuz bir durum olduğuna işaret etmektedirler (Barutçugil, 2002). Kadınların istihdama katılım oranlarının artırılması için bu durumun düzeltilmesi gerektiği açıkça görülmektedir.

### **2.3.2.1. Çalışan Anne ve Çocuk**

Annenin çalışma kararında iki önemli etken vardır; çocuğunun olup olmaması ve ailenin finansal durumu. Çocuk doğurmanın ev dışında çalışmada olumsuz etkileri vardır. Ama günümüzde ekonomik gereklilikler ve kişisel tatmin olma ihtiyacı annenin çocuğu küçük yaştan itibaren çalışmasını normal kılmaktadır. Bu da annelik ve çalışan kadın rollerinin çatışmasına neden olarak suçluluk duygusu ve strese yol açmaktadır (Herr ve Cramer, 1996).

Ruh sağlığının temelinde özellikle anneye kurulacak sevgi ve sıcak bir ilişki yer alır. Anneden yoksun olma çeşitli düzeylerde davranış bozukluklarının nedenidir. Örneğin 'kısmi yoksunluk', beraberinde endişe, aşırı sevgi gereksinimi, güçlü bir intikam duygusu ve bunlardan doğan suçluluk davranışını getirebilir. İç dünyasındaki zorlukları bu tür tepkilerle dışa vuran çocuğun sinir sisteminde bozukluklar, davranış ve karakter yapısında dengesizlikler görülebilir (Yavuzer, 2010).

İlk üç yıl içinde anneye olan ilişkinin çeşitli nedenlerle engellenmesiyle ocukların çoğunun duygusal açıdan kendi içlerine çekildikleri ve kendi dünyalarında yaşamlarını sürdürdükleri dikkati çeker. Diğer çocuk ve yetişkinlerle sevgi bağlarını geliştirememeleri sonucu toplumsal ilişkilerinde giderek zayıfladığı görülür (Yavuzer, 2010).

Çocuğunun ihtiyaçlarına annenin zamanında yönelebilmesi, onun sıkıntılarını zamanında giderebilmesi çocuğun güven duygusunun gelişmesi açısından önemlidir. Yapılan araştırmalar çalışan annelerde problemin genelde çalışmak zorunda kalmasından değil çocuklarına zaman ayıramadıkları endişesinden ve çocukları ile geçirdiği zaman içerisinde nasıl ilgileneceklerini bilememelerinden kaynaklandığını göstermektedir. Bu nedenle çalışan annenin çocuğuyla kısa sürede daha nitelikli bir ilişki kurması gerekmektedir (Ertuğrul, 2002).

Anne ister çalışsın, ister çalışmasın, çocuk annesinden ilgi, sevgi ve şefkat bekler. Bunun bilincinde olan çalışan anneler annelik görevlerini aksatmamak için büyük çaba harcarlar. Bu çaba bazı çalışan annelerde gerginlik yaratabilir. Bu anneler çocuklarını ihmal ettiklerini düşünerek kendilerini suçlayabilir, suçluluk duygusundan kurtulmak için bazıları çocuklarına gevşek disiplin uygulayabilirler. Bazı çalışan annelerde çocuklarının üzerine aşırı derecede düşer, onu gerektiğinden fazla korur ve çocuğunun yapabileceği işleri kendisi üstlenir. Annenin bu tutumu da çocuğunun hassas, bağımlı, çekingen, bazı hallerde ise şımarık, asi, dik başlı olmasına neden olmaktadır (Razon, 1983). Anne çalışıyorsa çocuğuyla geçirdiği zamanın kaliteli olmasına dikkat etmelidir. Kaliteli zaman geçirmek, nitelikli ve sürekli beraberlik kurmaktır. Birlikte geçirilen süre içinde anne ve çocuk arasında gerçek bir ilişki olmalıdır (Tarhan, 2002).

Çocukların bilişsel ve davranışsal gelişiminde annenin çalışmasının olumsuz etkileri olduğunu gösteren ilk büyük çalışma, annenin çocuğun ilk yılında çalıştığı Baydar ve Brooks-Gunn'ın 1991'de yaptığı çalışmadır. Ulusal uzun dönemli gençlik araştırmalarından elde edilen büyük bir datayı analiz etmeleri sonucu, çocuğun ilk yıllarında annenin çalışması gelişimi üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olduğunu bulmuşlardır.

Etaugh (1980), yüksek kalite anne dışı bir çocuk bakımının, küçük çocuğun anne ile bağlanmasında, zihnen gelişiminde veya sosyal-duygusal gelişiminde olumsuz bir etkisi olmadığını bulmuştur. Anne ile çocuk arasındaki bağın gücü, süreden çok etkileşimin niteliği ve yoğunluğu ile orantılıdır. Sabit ve uyaran bir çocuk bakımı, çocuğun kişisel ve bilişsel gelişiminde etkilidir. Annenin çalışması, çocukların okul başarısında etkili gözükmeyip aksine eğitim ve mesleki motivasyonlarını olumlu etkilemektedir.

Bazı çalışmalar çalışan annelerin çocuklarının eğitimsel başarılarında olumsuz bir etki bulmuşlardır. Milne ve arkadaşları (1986) 15000 ilkökul çocukları ve ergenlerle beş yıl aralıkla iki ayrı dönemde yaptıkları çalışmada, annenin çalışması ve tek ebeveynli bir evde büyümenin okul başarısı üzerinde olumsuz etkileri olabildiğini bulmuşlar, fakat bu etkilerin yaş, ırk ve aile yapısıyla değişmekte olduğunu belirtmişlerdir. (akt. Herr ve Cramer, 1996).

Gelir ve zaman dağılımının da işin etkilerini azalttığını gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Heyns ve Catsambis (1986) aynı verileri kullandıkları çalışmalarında, gittikçe azalan etkiler bulmuşlardır; önemli en olumsuz etkileri kısa süreden beri iş hayatında bulunan kadınlarda ya da çocukları büyüdükçe iş hayatından çekilen kadınlarda bulmuşlardır. Kalmijn (1994) de annelerin iş statüsünün çocukların okul başarısına etkilerine bakmıştır. Olumlu etkinin güçlü olduğunu ve hem kız hem erkeklerde babanın eğitim ve işinden bağımsız olduğunu bulmuşlardır. Bu da annenin iş hayatındaki katılımının en azından eğitimsel boyutta olumlu etkilere sahip olduğunu göstermektedir.

Kaplan ve Hall-McCorquodale (1985a, 1985b) yapılan çalışmaları incelediklerinde, annelerin günah keçisi ilan edilmelerine rağmen babanın çalışıp çalışmamasının ve çocuk yetiştirmedeki ilgisinin de en az anneninki kadar önemli olduğunu bulmuşlardır. Anne-çocuk ilişkisi yerine ebeveyn-çocuk ilişkisinin önemini vurgulamak daha doğrudur (akt. Herr ve Cramer, 1996).

Annenin çalışmasının çocuk üzerinde etkisini inceleyen araştırma sonuçlarına göre annelerin çalışması erkek çocuklarından çok kız çocuklarına yarar sağlamaktadır. Çalışan annelerin kızları çalışmayan annelerin kızlarına oranla genelde daha bağımsız ve sosyal yaşamı daha iyi intibak edebilen, okulda başarı olasılığı daha yüksek ve kariyere daha çok heves eden kişiler olmaktadır (Demirtaş, 2001, Tangri, 1972; akt. Kuzgun 2000).

Annenin çalışmasının çocuk üzerinde yaratacağı etkilerin olumlu veya olumsuz olması pek çok etkene bağlıdır; Annenin çalışma nedeni, statüsü, kazancı, çalışma koşulları, işinde tatmin olup olmaması, annenin çalışmaya başladığı dönemin çocuğun hangi gelişim aşamasına rastladığı, annenin çalışmasının düzenli olup olmaması, annenin eğitim düzeyi, annenin yokluğunda sağlanan destekler bu etkenlerden bazılarıdır (Razon, 1983).

Annenin çalışması çocuğunu her yaşta farklı etkileyebilmektedir. Annenin çalışması çocukta güvensizlik, endişe yaratabilir. Ancak annenin yokluğunda, uygun eğitim ve sürekli denetim sağlandığı ve sağlıklı aile ilişkileri kurulduğu takdirde sözü

geçen bu olumsuz duygu ve davranışlardan hiç biri çocukta görülmeyebilir (Ekşi, 1990).

Annenin çalışma durumu koşullar ne olursa olsun çocukları farklı yönlerden etkiler. 0–3 yaşta farklı, 3–6 yaşta farklı, ergenlikte farklı etkileyecektir. 3 yaşından itibaren, normal bir çocuğun bütün gün annesi ile birlikte olmadan de gelişebileceği, kolaylıkla okul öncesi kuruma uyum sağlayacağı görülebilir. 3 yaşından sonra çocuklar duygusal ve sosyal alanda daha çok geliştiklerinden kendi akranlarıyla daha rahat zaman geçirirler. Akranlarıyla girdikleri ilişkilerde paylaşma, işbirliği, uzlaşma, problem çözme vb. gibi sosyal becerileri kazanırlar (Razon, 1990).

Ülkemizde iş yerlerine bağlı kreş sayısının az olması, devletin açtığı gündüz bakım evlerinin nitelik ve nicelik açısından yetersiz olusu, özel kurumların da pahalı olması, çaresizlik içinde olan anneyi, uygun olmayan çözümler bulmak zorunda bırakmaktadır. En sık uygulanan çocuğun bir aile büyüğüne ya da bu konuda eğitimi olmayan bir bakıcıya bırakılmasıdır. Çoğunlukla bu çözüm biçiminde ortaya çıkan sorun, annenin ve çocuğa bakan bireyin eğitim ve disiplin anlayışlarının farklı olmasıdır. Çocuk da bu durumdan ustaca yararlanır. Anne de bulduğu çözümü kaybetmemek için, uygun bulmadığı eğitim biçimine boyun eğmek zorunda kalmaktadır (Yılmaz, 1999).

Çocuk bakımı birinci planda sevgi ve sabır gerektirmektedir. Özellikle okul öncesindeki çocuk çok meraklı ve olayların merkezinde olmayı sever. Bu dönemde çalışan annenin yakınları çocuğa bakımlarında zorluklar yaşayabilmektedirler. Gerekli sabrı ve sevgiyi veremeyebilirler. Bu durum çocukta sonradan büyük sıkıntılar doğurabilir. Çalışan anne çalışırken planını çok iyi yapmalı ve çocuğunun ihtiyaçlarını mümkün olduğunca kendisi karşılamaya çalışmalıdır (Çakmaklı, 1996).

### 2.3.2.2. Anne ve Çocuk İlişkisi

Anne, çocuk için yaşanılan dünyanın anlaşılmasında temel varlıktır. Çocuğun çevresindeki eşya ve olaylarla kurduğu ilişki biçimi annesi tarafından gösterilen ilgi biçimine göre biçimlenir. Çocuk, annesinin hareketlerini ve etkinliklerini izleyerek nasıl davranılacağını öğrenir. Böylece ilk ortak yaşam özdeşleşme ve taklitle sürer. Çocuk dünyayı annesinin gözleriyle görür ve algılar (Yavuzer, 1996).

Annenin çocuk üzerindeki rolünün önemli olması anne-çocuk ilişkisinin çok önemli olduğunu gösterir. İlk haftalarda bebeğin, anneyi ayrı bir kişi olarak değil, kendisinin bir parçası olarak görmesiyle başlayan anne-çocuk ilişkisi diğer dönemlerde de farklı boyutlarda ve şekillerde devam eder (Yörükoğlu, 1998).

Anne-çocuk ilişkisinde annenin görevlerini bilmesinin önemi büyüktür. Anne çocuğuna iyi bir model olarak, doğruyu yanlış öğreterek, kuralları tanıtarak, öğrenme ihtiyacını karşılayarak, çocuğunun günlük gereksinimlerini gidererek duygusal beslenmeyi yeterli düzeyde verebilmelidir. Çocuğuyla işbirliği yapabilmelidir. Ona bir takım görevler vererek, onun yardımına zaman zaman başvurarak çocuğunu bağımsız kılmalı, sorumluluk ve kişilik bilinci kazandırmalıdır (Ekşi, 1990).

Anne çocuk ilişkisinde iletişimin de önemi büyüktür. İyi bir iletişim kurmak, aktif dinleme yönteminden yararlanmak çocuğu tanımak ve anlamak çocuğun sağlıklı gelişimi için çok önemlidir. Anne çocuğuyla nasıl konuşması gerektiğini ve nasıl dinlemesi gerektiğini bilmelidir. Çocuğuyla iyi bir iletişimde olan anne çocuğa güven ve huzur sağlar. Çocuk kendini içtenlikle ifade eder ve bu sayede de anne çocuğunu daha iyi tanır ve anlar (Cüceloğlu, 2003).

Razon (1990), annelerin üzerinde durdukları çocuğun temel ihtiyaçlarını şöyle tanımlamıştır:

- Sevgi ve şefkat ihtiyacı; çocuğun bu ilk ihtiyacını karşılayan annedir.
- İlgi ihtiyacı; her yaşta çocuk ilgi bekler. Yaşla birlikte çocuğun beklediği ilgi çeşitlilik kazanır. İlginin de sevgi gibi kararlı ve ölçülü olması gerekir.

- Güven ihtiyacı; dengeli sevgi, ölçülü ilgi çocukta güven duygusu yaratır. Çocuk sağlıklı büyüebilmek için kendini güven içinde hissetmelidir. Güven içinde büyüyen çocuk çevresine kolay uyum sağlar.
- Özgürlük ve bağımsızlık ihtiyacı; çocuğun kendine güven duyması ve doğru davranışı özgürce seçebilmesi için, kendi başına bazı işler başarması, başarısı ile kendini kanıtlaması gerekir.

### **2.3.2.3. Anne-Çocuk İlişisini Etkileyen Faktörler**

Anne çocuk ilişkisini etkileyen faktörler bireysel ve çevresel faktörler olarak iki grupta ele alınabilmektedir. Bireysel faktörler altında annenin kişisel özellikleri, çocuğa yönelik tutumları, annenin çalışma durumu gelmektedir. Annenin doğuştan getirdiği bazı özellikleri vardır. Bu özelliklere öğrenerek sonradan kazandığı bilgiler de ilave olur. Doğuştan sahip olduğu özellikler bozulmaz, aksine bu özellikler korunur (Yavuzer, 1996).

Annenin kişilik gelişimindeki bazı olumsuz etmenler onun çocuğuyla ilişkisini olumsuz yönde etkilemektedir. Anne sinirli ve sabırsız ise çocuğu da ‘zor çocuk’ olacaktır (Bıçakçı, 2004). Annenin çocuğa yönelik tutumlarını en önemli etkileyen etken, duygusal olarak annenin anneliğe hazır olmamasıdır. Annenin tutumunun sağlıklı olması için anneliğe hazır olması ve anneliği istiyor olması gerekir. Çocuğunu her yönüyle kabullenmesi gerekir. Bu durumdaki annenin çocuğuyla iletişimi daha sağlıklı olmaktadır (Navaro, 1990).

Çocuğuna gerektiğinden fazla kontrol ve özen gösteren aşırı korumacı bir annenin çocuğu, diğer kimselere aşırı bağımlı, kendine güveni olmayan, duygusal kırıklıkları olan bir kişi olabilmektedir. Belli kısıtlamalar dışında isteklerini özgürce yapmasına izin veren hoşgörülü bir anne tutumu ise çocukta kendine güven, yaratıcılık ve toplumsal bir birey olmanın gelişimine yardım etmektedir. Annenin aşırı hoşgörülü ve düşkün tutumu ise çocuğun bencil, sürekli diğerlerinin dikkatini çekmek ve kendisine hizmet edilmesini istemesine yol açmaktadır. Böyle çocuklar ev içinde ve dışında çok zayıf bir sosyal uyum gösterirler (Yavuzer, 2010).

Annenin değişken ruh hali içinde olması zaman zaman çocuğa yönelik tutumunu olumsuz etkileyebilmektedir. Örneğin mutsuz, sıkıntılı anne çocuğunun Şikâyetlerini, isteklerini tolere edemeyebilir. Bu da çocuğun anneye güven duymasını ve olumlu kişilik geliştirmesini engeller (Sürücü, 2007). Çocuğun bedensel ve ruhsal ihtiyaçlarını karşılamayı aksatan bir annenin çocuğu yardım duygusundan uzak, sınırlı ve özellikle kendinden küçük ve zayıflara karşı düşmanca duygulara sahip bir birey olabilmektedir (Yavuzer, 2010).

Annenin baskıcı bir tutumu, çocukta çekingen, başkalarının etkisinde kolay kalabilen, aşırı hassas bir kişilik yapısına yol açabilir. Suçlayan, cezalandıran ve sürekli karışan bir annenin çocuğu isyankar bir tavır sergilemekle birlikte aşağılık duygusu gelişebilir. Çocuğun her istediğini yapan, boyun eğen bir annesi var ise çocuk ona hükmetmeye ve çok az saygı göstermeye başlar. Zamanla bu çocuklar çevresine de egemen olmaya çalışmaktadırlar (Yavuzer, 2010).

Anne-çocuk ilişkisini etkileyen çevresel faktörler ise fiziksel ve sosyal çevreden oluşur. Annenin sosyal çevresine, eşiyile olan ilişkisine göre çocuk-anne ilişkisi değişmektedir. Fiziksel çevre içerisinde ekonomik durum, yaşam koşulları anne-çocuk ilişkisini etkilemektedir. Ailenin maddi olanakları annenin çocuğuna istediğini her an verebilmesi kendisini rahatlatır. Eğer maddi sıkıntı yaşıyorsa çocuğunu yetiştirirken endişe yaşar. Eşiyile yaşayacağı olumsuz ilişkisi, anne ve babanın çocuk sahibi olmaya hazır olmamaları anne-çocuk ilişkisini olumsuz etkiler (Bıçakçı, 2004). Çocuğun doğum sırası, çocuğun küçüklüğünde ailenin genel duygusal ve ekonomik durumları, ana-babanın yaşları, deneyimleri, nene-dedelerinin varlığı, sağlıkları gibi birçok koşul, aynı ana-babanın iki çocuğunun birbirinden farklı biçimlerde gelişmesine yol açabilmektedir (Hortaçsu, 2003).

Annelik yeteneği, sanıldığıın aksine tümüyle sadece içgüdüsel bir yetenek değildir, çevreden de etkilenir. Kendisi yeterli sevgi almamış bir anne, yavrusuna da yeterli sevgiyi vermekte güçlük çekmektedir. Ayrıca, annenin geçirdiği sorunlu gebelik süreci, ekonomik sıkıntılar, eşler arası uyumsuzluk, hastalıklar gibi aileyi huzursuz eden sorunlar anneliği etkileyebilir. Ancak annenin çocuğuna sergilediği tutumun çocuğu etkilemesi için o tutumun sürekli olması gereklidir (Yörükoğlu, 1998).



Ayrıca annenin daha çocuk doğmadan, nasıl bir çocuk istediğine yönelik hayali ve beklentisi, toplumun kültürel değerleri, annelik rolünde kendine güvenmesi ve ne yapacağını bilmesi, sahip olduğu çocuk sayısı, cinsiyet ve kişilik özelliklerinden memnun olup olmaması, kendi çocukluk deneyimleri, eşiyle ilişkisi de anne-çocuk ilişkisini etkilemektedir (Yavuzer, 2010).

#### **2.4.1. Aile Kavramının Tanımı**

Aile ile ilgili farklı tanımlamalar yapılmıştır. Bu tanımlamalardan bazıları değişik boyutlara değinmeleri nedeniyle aşağıda bahsedilmiştir.

Aile anne, baba ve çocuklardan meydana gelen en küçük toplumsal birimdir. Sevgi, saygı, dayanışma, sadakat, itaat ve iş bölümü ailenin temel nitelikleridir (Glazer ve Creedon, 1980). Aile, içinde insan türünün belli bir biçimde üretildiği, topluma hazırlama sürecinin belli bir ölçüde ilk ve etkili biçimde cereyan ettiği, cinsel ilişkilerin düzenlendiği, eşler ve anne ve babaların belli bir ölçüde sıcak, güven verici ilişkilerin kurulduğu toplumsal kurumdur (Ozankaya, 1999).

Her kültürün çeşitli aile imgeleri, her toplumun aile düzenleyici mekanizmaları, her ailenin kendi sınırları, kuralları vardır. Aile üyeleri bu kuralları bilir ve uygular. Aile çocuğunu bu kurallar içinde yetiştirir (Gülerce, 1996).

Günümüzde aile bir sistem olarak ele alınmakta, aile bireyleri ve aileyi birleştiren değerler bir bütün olarak incelenmekte ve geçmişi, şu andaki gerçeği ve gelecek beklentileri olan bir grup insan olarak tanımlanmaktadır (Kramer, 1980). Sistem yaklaşımına göre ailedeki etkileşim örüntüleri aile üyelerinin davranışlarını da etkiler. Aile sisteminin sınırları kapalı olursa çocuk dış dünyayı ve kendini araştırma ve inceleme davranışından uzak durur. Böyle ailelerde ergenin psikolojik ayrılma süreci gecikir. Eğer aile sınırları esnek ve geçirgen olursa ergenin aileden aileden ayrılarak bağımsızlaşması kolaylaşır.

Rowland (1991) değişen dünyada, artık pek çok kişinin geleneksel aile yaşam döngüsünü yaşamadığını, sosyal değişimin aile oluşumunu da değiştirdiğini ifade

etmiştir. Sigelman ve Shaffer (1995), aile deneyimindeki değişimde aşağıdaki değişim eğilimlerinin etkili olduğunu vurgulamıştır (akt. Zunker, 1998):

- Bekar yetişkinlerin sayısının artması
- Evlilik yaşının ertelenmesi
- Çocuk yetiştirmenin azalması
- İş gücünde artan kadın katılımı
- Boşanmanın artması
- Tek ebeveynli ailelerin artması
- Fakirlik içinde yaşayan çocukların artması
- Yeniden evlenmelerin artması
- Çocuk sahibi olunmayan yılların artması
- Çok kuşaklı ailelerin artması

Tek çalışan ve her ikisinin de çalıştığı aileler incelendiğinde, Yogev ve Brett (1985) 136 çift çalışan ve 103 tek çalışan aile için 4 çift tipi tanımlamışlar:

- İş ve aile simetrik: Her ikisi de hem ev hem işte aynı derece katılımcı
- Simetrik aile asimetric iş: Ailede eşit katılım ama işle ilgilenme farklı
- Simetrik iş asimetric aile: İşe katılım aynı ama aileyle ilgilenme farklı
- İş ve aile asimetric: İkisinin aile ve iş katılımı birbiriyle zıt

Buldukları, tüm aile tipleri içinde rol simetrik çiftlerin en başarılı olduğudur. Aile rol davranışları ve birinin tutumları diğerinin tutumlarıyla ilişkilidir. Ama yapılan araştırmalarda genel olarak görülen çiftlerin evle ilgili sorumluluklarda asimetric olduğudur (Apostal ve Helland, 1993). Ev yönetiminde kadınlar yarısından fazlasını sahiplenmektedirler. Bunda Rapoport ve Rapoport'a göre (1971) cinsiyet rol beklentilerinin zedelenmesinin hem kadın hem erkek için rahatsız edici olması gelmektedir. Geleneksel iş bölümüne eğilimli olarak da çocuk büyütme ve ev işlerindeki ana sorumluluk kadınlarıdır. Genelde kadının iş statüsü arttıkça kadın eşinin de ev işleri ve çocuk bakımında katılımını bekler. Ve genelde kadının statüsü ve maddi kazancı azaldıkça evlilik, aile rollerinde daha fazla asimetric olmaktadır (Herr ve Cramer, 1996).

## 2.4.2. Aile İşlevleri Kavramı

Etkisi doğumdan önce başlayan ve ilk gelişim yıllarından ömrünün sonuna dek etkisini sürdüren bir kurum olan aile, fizyolojik olduğu kadar ekonomik ve toplumsal yönleriyle de bireyi ruhsal gelişimi ve davranışları açısından şekillendirip yönlendirir. Aile üyeleriyle olan ilişkiler, çocuğun diğer bireylere, nesnelere ve hayata karşı tutumlarının temelini oluşturur.

Ailenin çocuğun gelişimindeki etkileri şu şekilde açıklanabilir:

- Çocuğa grup içinde dengeli bir birey olabilmesi için güven duygusu aşlamak,
- Çocuğun sosyal kabul görebilmesi için gerekli ortamı hazırlamak,
- Çocuğa toplumsallaşmayı öğrenebilmesi için, kabul edilmiş uygun davranış biçimlerini içeren birer model oluşturmak.
- Sosyal açıdan kabul edilmiş davranış biçimlerinin gelişimi için rehberlik etmek,
- Çocuğun yaşam ortamına uyum sağlarken rastladığı sorunlarına çözüm getirmek,
- Uyum için gerekli olan eylemsel, sözlü ve toplumsal alışkanlıkların kazanılmasına yardımcı olmak,
- Okul ve sosyal yaşamda başarılı olabilmeleri için çocuğun yeteneklerini uyarmak ve geliştirmek,
- Çocuğun ilgi ve yeteneklerine uygun arzuların gelişimine yardım etmek (Yavuzer, 2010).

Ailenin işlevleri kavramı, aileyi oluşturan bireyler arasındaki ilişkilerin niteliğini ve bunun aile üyelerinin yaşam kalitesine nasıl yansıdığını gösteren bilgilerden oluşmaktadır (Bulut, 1993). Bir sistem olarak ailenin işlevlerini sağlıklı olarak yerine getirmesi, bu sistemin üyelerinin yaşam doyumunun yükselmesine, sorumluluk ve özgüven sahibi olmalarına uygun bir ortam yaratmaktadır. Ailenin işlevleri ekonomik ihtiyaçları karşılama, statü sağlama, çocukların eğitimini planlama, din eğitimi verme, boş zaman faaliyetlerini gerçekleştirme, aile üyeleri olarak birbirlerini koruma ve karşılıklı sevgi ortamı yaratma olarak gruplanırken, bu

işlevleri; biyolojik, sosyal, psikolojik ve ekonomik olmak üzere dört genel başlık altında toplanmaktadır (Ogburn, 1963 ve Ackerman, 1965; akt: Bulut, 1993).

Aile içi ilişkilerin yapısı, ailenin işlevlerini sağlıklı bir biçimde yerine getirip getirememesinde önemli bir belirleyicidir (Bulut, 1990). İşlev, rol ve ilişkiler, ailenin gücünü oluşturan istikrarlı ve devamlılığı gerekli olan duyguları yaratır. Ailenin işlevleri kolaylaştırıcı, arabulucu, uyum sağlayıcı ve birbirlerinden farklı yetenek ve potansiyele sahip üyeler için koruyucu bir sistem olarak oluşturulmalıdır. Sağlıklı bir ailenin görevleri; üyelerinin kapasitelerini geliştirmek, çocukların sosyalleşmesini gerçekleştirmek, üyelerin işlevselliklerini sürdürdükleri organizasyonların taleplerini karşılamada yardımcı olmak, ailenin refahı için gerekli olan fiziksel ve ruhsal çevreyi oluşturarak üyelerin doyum sağlamasını temin etmektir.

İşlevlerini bir bütünlük içinde yerine getiremeyen aileler sağlıksız ailelerdir. Ailenin iç dinamikleri kadar dış dünya ile ilişkileri de önemlidir. Sağlıksız ailenin temelinde birbiri ile anlaşamayan, farklı ego ideallerine sahip olan, aralarında iyi bir iletişim kuramamış olan eşler bulunmaktadır (Bulut, 1993).

Aile işlevlerinin sağlıklı veya sağlıksız yönde oluşu üzerindeki bazı etmenlerin rol oynayabileceği üzerinde durulmaktadır (WHO, 1990; Fişek, 1992; Bulut, 1993; Duyan, 1996; akt. Savi, 2008). Bu etmenleri demografik, sosyal ve ekonomik olmak üzere ailenin nitelikleri ve ailenin yaşam döngüsü olarak sıralamak mümkündür. Ailenin, demografik ve sosyal nitelikleri; üye sayısı, aile üyelerinin kompozisyonu, üyelerin yaşı, cinsiyet yapısı, öğrenim durumu, kır veya kent kökenli olmaları, ilk evlenme yaşı, yetişkin aile üyelerinin yaptıkları iş olarak sıralanmaktadır.

Bulut (1993)'a göre ruh hastası üyesi bulunan aileler kendi aile işlevlerini ruh hastası üyesi bulunmayan ailelerden daha bozuk ve sağlıksız olarak algılamaktadırlar. Aile sisteminin özellikleri (yetki paylaşımı, rol dağılımı, sınırları) üyelerinin ilişkilerinde gözlenen esneklik-katılık, yakınlık-uzaklık, düzenlilik-düzensizlik, iletişim-iletişimsizlik gibi faktörler aile yaşamının vazgeçilmez görevleri

olan temel ihtiyaçlar ile gelişimsel ihtiyaçlarının karşılanması ve sorun çözme biçimlerini kesinlikle etkisi altına almakta, hastalıkla baş etme kapasitelerini yıpratmakta ve aile işlevlerini de olumsuz yönde etkilemektedir (Duyan, 1996).

Becvar ve Becvar (1982), ailenin tıpkı kişilerin geçirdiği gelişim aşamaları gibi belli aşamalardan geçtiğini belirtmektedir. Aile yelerinin farklı aşamalarda farklı rol ve görevlere sahip olup o aşamaya özgü aile sorunları ile de karşılaşabilecekleri belirtilmektedir. Bu da aile işlevlerini etkileyen bir diğer husus olarak açıklanmaktadır.

Anne ya da babadan birinin kaybı veya ayrılıkları ya da çocuklarını ihmal etme veya reddetme gibi tutumları sonucu, ailede duygusal etkileşim azlığı yaşanır. Bu durum sadece çocuğun duygusal dünyasını etkilemekle kalmaz onun fizyolojik, zihinsel ve toplumsal gelişimine de olumsuz etkide bulunur. Çocuğun diğer insanlarla başarılı ilişkiler kuramaması sonucu, sosyal gelişmede gecikme ve saldırganlık gibi olumsuz davranışlar görülebilir. Bunun sonucunda gelen sosyal tepkiler de bireyin kişiliğini etkiler ve içedönük, bencil bir kişilik oluşmasına yol açabilir (Yavuzer, 2010).

### **2.4.3. Aile İşlevlerinin Sınıflandırılması**

Sağlıklı ailede, aile üyelerinin kendi rollerini beklenen düzeyde gerçekleştirmeleri, yeni roller almaktan kaçınmamaları, rolünü yerine getirmeyen üyeyi takip ederek, karşılıklı iletişim kurarak sorumlu hale getirmeleri ve birbirlerinin davranışlarını kontrol etmeleri beklenir. Eşlerin birbirinden farklı rol beklentileri içinde olduğu, değişen toplum yapısı veya dış etmenler nedeniyle roldeğişimlerine uyum sağlayamadığı, roller açısından sosyal kontrol mekanizmasının işlemediği aileler de sağlıksız ailelerdir. Bu konuda sorunu olan ailelerin işlevlerini yerine getiremediği söylenebilir (Bulut, 1993).

Bu alışmada McMaster Aile İşlevleri Modelinin klinik olarak aileler üzerinde uygulanmasıyla elde edilen ve Türkiye’de Bulut (1989) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılarak dilimize kazandırılan Aile Değerlendirme lği

kullanılmıştır. Bu ölçek, ailenin işlevlerini yerine getirip getiremediğini 7 boyutta değerlendirmektedir. Bunlar:

1) Problem Çözme (Problem Solving): Bu boyut, ailenin işlevlerini etkili bir şekilde yerine getirebileceği düzeyde maddi ve manevi sorunlarını çözebilme becerisi olarak açıklanmaktadır. Sorunun ortaya çıkışından, çözümlenmesine kadar olan dönemi kapsar. Etkili problem çözme davranışların içermektedir. Problem çözme işlevi en önemli işlevlerdendir ve günlük hayatta çıkan sorunların sağlıklı bir şekilde halledilmesidir. “Problem çözme” dediğimiz bu olgu ailenin sağlıklı olup olmadığını gösteren işlevlerden biridir. Amaç sorun çıkarıcı konuda etkili bir çözme yaklaşımı getirebilmektir.

2) İletişim (Communication): İletişim, aile üyeleri arasındaki bilgi alışverişi biçiminde tanımlanmaktadır. Burada ailenin iletişim içinde olup olmadığı ölçülmek istenmektedir. Bu nedenle üyeler arası sözlü iletişimin içeriğinin açık olup olmadığı, kişilerin söylemek istediklerini direkt olarak ifade edemediklerini üzerinde durulmaktadır. Etkili iletişim açık ve doğrudan olmalıdır.

3) Roller (Roles): Roller, ailenin maddi ve manevi ihtiyaçlarını karşılayan davranış kalıplarıdır. McMaster Aile İşlevleri Modeli ailenin kaynaklarını kullanımı, bakıp büyütme, destekleme ve kişisel gelişim sağlama, aile sistemini idare etme gibi konularda davranış kalıbı geliştirip geliştirmedeği üzerinde odaklanmaktadır. İlave olarak roller ile ilgili boyut görevlerin belirgin ve eşit olarak üyelere dağılımı ile görevlerin aile üyeleri tarafından sorumlu bir şekilde yerine getirilip getirilememesini de içermektedir. Başka bir deyişle, para, konut, giyim, yemek gibi maddi ihtiyaçların karşılanması rollere bağlı olarak ele alınmaktadır. Bu konuda işlevsel bir aile, çocukların ve ebeveynin bakımı, besleme ve gelişmesini sağlayacak şekilde rollerini belirlemiş olan ailedir. Fonksiyonlar, para-sağlık gibi konularda kural koymayı ve karar vermeyi gerektirir.

4) Duygusal Tepki Verebilme (Emotional Affective Responsiveness): Aile üyelerinin her türlü uyaran karşısında en uygun tepkiyi göstermesi anlamına gelmektedir. Burada sevgi, mutluluk, neşe gibi olumlu duyguların yanında kızgınlık üzüntü, korku

gibi olumsuz duyguları da içermektedir. Bir başka deyişle bu işlevini yerine getirebilen bir ailede aile üyeleri her türlü duygusunu uygun bir şekilde sözle ya da hareketlerle ifade etmektedirler.

5) Gereken İlgii Gösterme (Affective Involvement): Aile üyelerinin birbirine gösterdiği ilgi, bakım ve sevgiyi içerir. En sağlıklı aileler, birbiriyle orta derecede ilgilenirler. Az veya çok ilgilenen aileler, bu konudaki işlevini yeterince yerine getiremiyor demektir. Çok ilgilenme, aile üyelerinin birbirine fazla bağımlı olduğunun, az ilgilenme ise birbirlerine az sevgi ve ilgi gösterdiklerinin belirleyicisidir.

6) Davranış Kontrolü (Behavior Control): Davranış kontrolü, ailenin üyelerinin davranışlarına standart koyma ve disiplin sağlama biçimidir. Bu modelde psikolojik ve sosyal tehlike karşısındaki davranışlar değerlendirilir. Ayrıca kontrolün esnek, katı, serbest ve düzensiz oluşu ele alınmaktadır.

7) Genel Fonksiyonlar (General Functions): Yukarıda ifade edilen altı boyutu da kapsayacak şekilde tüm işlevleri içerir (Bulut, 1993).

Çocuk, özellikle okulöncesi dönemde, ana-babasının etkisi altındadır. Onların olumlu ve olumsuz yanlarını, özdeşim yoluyla alır. Ancak çocuk, hep edilgen kalmaz, ana-baba ve kardeşleriyle sürekli etkileşim halindedir. O da kendi yönünden onları etkilemektedir. Doğuştan gelen yapısı ve özellikleriyle, ana-baba tutumlarına önemli ölçüde yön verir (Yörükoğlu, 1998).

Berne (1961), insanların kendi ana-babalarından etkilenerek oluşturdukları ana baba benlik durumlarının, ileride ana-baba oldukları zaman nasıl davranacaklarını belirlediğini söyler. Kendi çocukluklarında ana-babalarıyla yeterli düzeyde bir arada olamamış, iletişime geçememiş bireyler, ileride çocuk yetiştirmede sorunlar yaşayabilirler.

### 2.5.1. Davranışın Tanımı Ve Oluşumu

Davranış, konuşma, yazma, düşünme, kalbin çalışması gibi organizmanın gözlenebilen ya da gözlenemeyen açık ya da örtük etkinliklerinin tümüdür (Senemoğlu, 2005). Davranışların sahip olduğu özellikler, aşağıdaki gibi sıralanabilir:

- 1) Davranışlar öğrenilebilir,
- 2) Davranışlar ölçülebilir,
- 3) Davranışlar, uyarıcı veya koşullara bağımlıdır,
- 4) Davranışlar önceden tahmin edilebilir.
- 5) Davranışlar, öğrenilmesine rağmen; harekete dönüşmeyebilir.
- 6) Davranışlar, pekiştirilerek güçlendirilir, azaltılır ya da ortadan kaldırılır (Kılıç ve Şimşek, 2004).

İnsanın doğduğu andan itibaren yaşadığı olumlu ve olumsuz olaylar onun bir parçası durumuna gelir. Kalıtsal ve biyolojik etmenler ya da bedensel sakatlıklar gibi durumların dışında, bireyin ruhsal sorunları, çevresiyle etkileşimi sonucu oluşur. Özellikle okulöncesi dönemde (0-6 yaş) yaşanan etkileyici ve sarsıcı olaylar, kişinin yaşamını ömür boyu etkiler. Davranışa yön veren sinir sistemi bağlantıları, bir kez oluştuğundan sonra temel örüntülerini pek değiştirmezler. Yeni edinilen davranışlar ise bu temel örüntünün çevresinde oluşurlar. Dolayısıyla bir insan yetişkinlik dönemine ulaştığında yaşam biçimi de belirlenmiş olur (Geçtan, 1997).

Bu özelliklere dayanarak davranışlar sınıflandırılırsa, üç grupta toplanabilir:

- a) Doğuştan gelen davranışlar: Bu gruptaki davranışlar, doğuştan getirildikleri için eğitim yoluyla değiştirilememektedir.
- b) Geçici davranışlar: Geçici durumlara bağlı olarak ortaya çıkan davranışlar bu grupta yer almaktadır. Alkol, ilaç, uyuşturucu madde, hastalık gibi etkilerle ortaya çıkan ve bu etki ortadan kaldırıldıktan sonra yok olan davranışlardır.
- c) Sonradan kazanılan davranışlar: Doğuştan getirilmeyen, öğrenme ile oluşan davranışlardır. İnsanlar davranışlarının büyük bir bölümünü



çevreleriyle etkileşimleri sonucunda kazanırlar. Örneğin, ağladığında istediğini elde eden bir çocuk, yeni bir davranış kazanmıştır. Başka bir isteğini yaptırmak için gelecek sefere yine ağlayacaktır. Bu tür davranışlar, organizmanın doğrudan ya da dolaylı olarak ölçülebilen, gözlenebilen etkinlikleridir. Bu şekilde öğrenilen davranışlar, genel olarak iki yolla kazanılmaktadır (Senemoğlu, 2005):

-Planlı eğitim ürünü davranışlar; okullarda ya da değişik kurumlarda bir plan uyarınca kazanılmaya ya da değiştirilmeye çalışılan istenen nitelikteki davranışlardır. Örneğin, “gitar çalma”, “çevre kirliliğini önlemek için çöp toplama etkinliği” gibi planlı eğitim sürecinde kazandırılmaya çalışılan davranışlardır.

-Gelişigüzel oluşan davranışlar ise belli bir yerde belli bir planla değil, yaşam içinde kendiliğinden kazanılan davranışlardır. Bireyin evde ve sokakta çevresiyle belli bir düzeyde etkileşimleriyle kazandığı davranışlardır. Gelişigüzel oluşan bu davranışlar, hem faydalı hem de istenmeyen, olumsuz nitelikte olabilir. Örneğin, çocuk iyi bir çevrede yaşıyorsa, insanlara saygı duyma, odasını toplama, güzel konuşma gibi davranışları öğrenebilir. Olumsuz kültürel koşullar altında yaşıyorsa, yankesicilik yapma, yalan söyleme gibi davranışları öğrenebilir (Senemoğlu, 2005).

### **2.5.2. Davranış Problemleri**

Gelişim sürecindeki çocukta sürekli bir değişim gözlemlenir. Bedenle birlikte zihinsel ve sosyal beceriler de gelişir. Çocukluk döneminde görülen bazı problemler normal gelişimin bir parçasını oluşturur. Çoğunlukla her çocuk kabul edilen ve edilmeyen davranış biçimlerinin bir karışımını gösterir. Bu problemlerin çoğu kalıcı olmaktan çok geçici türdendir. Çocuk ve ergenlerin davranışlarının normal ya da normal dışı olup olmadığını belirlemek üzere beş ölçüt ileri sürülmüştür. Bunlar: yaşa uygunluk, sapan davranışın yoğunluğu, sürekliliği, cinsel rol beklentileri ve kültürel faktörlerdir. Örneğin erkeklerin kızlara oranla daha saldırgan olmaları beklenirken, erkeklere benzer saldırgan davranışlar sergileyen kızların davranışı sapan davranış olarak nitelendirilir. Gelişim evrelerinin getirdiği doğal zorluklara, yakın çevrenin olumsuz etkileri katıldığında, çocukta bunlara tepki olarak çoğunlukla duygusal düzeyde bozukluklar görülebilmektedir (Yavuzer, 2010).

Yaşa uygun görülen davranış problemleri aşağıda belirtilmiştir:

1,5-2 yaş: Huysuzluk, istenen şeyi yapmama, dikkat çekme arzusu, aşırı hareketlilik, spesifik korkular.

3-5 yaş: Huysuzluk, istenen şeyi yapmama, dikkat çekme arzusu, aşırı hareketlilik, spesifik korkular, aşırı duygusallık, yalan söyleme ve negativizm.

6-10 yaş: Huysuzluk, aşırı hareketlilik, spesifik korkular, aşırı duyarlılık, yalan, okul başarısızlığı, kıskançlık.

11-14 yaş: Huysuzluk, aşırı duyarlılık, kıskançlık, okul başarısızlığı.

15-18 yaş: Okul başarısızlığı, okuldan kaçma, içki, sigara alışkanlığı.

Çocuklar her yeni gelişim dönemine geçtiklerinde yeni beceriler kazanmaktadırlar. Çocuğun edindiği her yeni beceri beraberinde çözülmesi gereken bir sorunu da getirir. Gelişim dönemlerinde karşılaşılan sorunlar olağan ve geçicidir, ancak çocuk bu dönemlerde çevresindeki yetişkinlerin yanlış tutumlarına maruzkalırsa veya sorunlarını çözerken engellemelerle karşılaşarsa, dönemseller (olağan) diye nitelenen bu sorunların çözümü yeni gelişim dönemlerine ve çocuğun ileriki yaşlarına ertelenir. Bu durumlarda ortaya çıkan sorunlar uyum ve davranış bozuklukları olarak adlandırılmaktadır (Kulaksızoğlu, 1998).

Uyum ve davranış problemleri yalnızca ailenin yanlış tutumlarına bağlı olarak gelişmez, çevreseller faktörlere bağlı olarak da gelişebilmektedir. Travmatik olaylar; evdeki kavga ve huzursuzluklar, aile içi şiddet gibi aile içi sorunlar; ölüm veya boşanma nedeniyle anne-babadan uzak kalma gibi kayıp ve ayrılıklar da uyum ve davranış bozukluklarına yol açan çevreseller faktörlere örnek olarak verilebilir (Erden ve Kargı, 2005).

Uyum ve davranış problemleri, çocuğun çeşitli ruhsal ve bedenseller nedenlere bağlı olarak, iç çatışmalarını davranışına aktarması sonucu ortaya çıkar. Başka bir deyişle, bu çocukların çevreleriyle ilişkileri sürekli olarak gergin ve sürtüşmelidir. Sürekli hırçınlık, sinirlilik, geçimsizlik, kavgacılık, okuldan kaçma,

çalma, yangın çıkarma, sürekli başkaldırma ve kuralları çiğneme gibi belirtiler bu kümede toplanır (Yörükoğlu, 1993).

Davranış dinamik bir süreç olarak tanımlanırken; dıştan görülen belirtilerden çok onu oluşturan nedenlerin çözümlenmesinin ve anlaşılmasının büyük önem taşıdığı belirtilmektedir. Gerek normal gerekse normal dışı davranışlar gerçekte, kişinin dünyayı algılayış biçimine göre yaşamını sürdürebilme çabalarından başka bir şey olmadığı ve normal ya da normal dışı sayılan davranışların tümünün işleyişinde aynı temel ilkelerin geçerli olduğu vurgulanmaktadır. Normal dışı belirtilerinin yalnızca kişinin uyum yapma çabalarının yetersizliğini yansıttığı, yetersizliğin gerçek nedenini açıklamadığı belirtilmektedir (Cüceloğlu, 1989).

### **2.5.3. Davranış Problemlerinin Sınıflandırılması**

Yörükoğlu (1993), zihinsel gerilikleri ve öğrenme bozukluklarını dışarıda tutarak çocuklukta psikolojik problemleri dört ana kümede toplamaktadır. Bunlar;

- a) Davranış bozuklukları (sürekli hırçınlık, geçimsizlik, kuralları çiğneme, çalma...)
- b) Duygusal bozukluklar (korkular, kuruntular, saplantılı düşünceler, uyku bozuklukları, kekemelik, tikler...)
- c) Alışkanlık bozuklukları (parmak emme, mastürbasyon, gece işemeleri, dışkı kaçırmak...)
- d) Ağır psikolojik bozukluklar (içe kapanıklık, psikoz).

Algozzine'e (1991) göre; psikolojik bozukluğu tanımlayan davranışlar iki ana boyutta ele alınabilir. Bunlar; duygusal davranış problemleri ve sosyal davranış problemleridir. Normalden sapan davranışlar bireyin stres karşısındaki kişisel davranış biçimleri ile ilgilidir. Bu davranış kalıpları kişisel verimlilik ve gelişimi engellediğinde problem olarak ele alınmaktadır. Sosyal davranışlar kişilerarası ilişkilerde verilen kişiye özgü tepkilerdir. Duygusal davranış problemleri bireyin kişisel gelişimini engellerken, sosyal davranış problemleri ise kişinin çevresinde yer alan diğer bireylerin gelişimini engellemektedir.

Carr ve Durand (1985) davranış problemlerini, bireylerin toplumda etkili işlev görmelerini engelleyen, kendilerinin ve akranlarının güvenliklerini tehlikeye sokan herhangi bir davranış olarak tanımlamaktadır. Diğer bir tanımda ise; öğrencilerin ya da diğer öğrencinin öğrenmesine engel olan, sosyal ilişkileri ve etkileşimi etkileyen, öğrenciye, akranlara, yetişkinlere ve aile bireylerine zarar veren davranışlar olarak açıklanmaktadır (İftar ve ark, 2004).

Okul öncesi dönem çocuklarında görülen davranış problemleri arasında saldırganlık, öfke, utangaçlık, kıskançlık, kaygı, yalan, korku, bağımlılık, alt ıslatma, dışkı kaçıрма, parmak emme, tırnak yeme, tikler, çalma-hırsızlık sıralanabilir (Yavuzer, 2010).

Ergenlik dönemi uyum ve davranış problemleri arasında ise erken ya da geç puberte ve boy kısalığı, davranış bozukluğu, alkol ve madde bağımlılığı, uyuşturucu ve uyarıcı madde kullanımı, cinsel kimlik bozuklukları, yeme bozuklukları (anoreksiya nevroza ve bulimiya) sıklıkla ele alınırken; ruhsal bozukluklar grubunda da otizm, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, özel öğrenme bozukluğu, sosyal fobi, panik bozukluğu, tik bozuklukları, konversiyon bozuklukları, obsesif-kompulsif bozukluklar, depresyon, şizofreni olarak ele alınmaktadır (Ekşi, 1999).

Shore (2003), ilköğretim ikinci kademe öğrencileri ile çalışan öğretmenlerin sıklıkla disiplin sorunu olarak uğraşmak durumunda kaldıkları davranış problemlerini; agresyon, öfke patlamaları, tartışmacı davranış, toplu etkinliklerde yaşanan problemler, dikkat eksikliği, sırada arkaya dönme ve konuşma, anyoproblemleri, sınıf arkadaşlarını rahatsız etmek, zorbalık, söz almadan konuşma, kopya çekmek, sınıf gezilerinde problemler, sürekli şikayet etmek, ağlamak, bağımlı davranış, zarar verici/uzlaşmaz davranma, unutkanlık, arkadaşsızlık, öğretmeni tehdit etme-vurma, ev ödevi problemleri, hijyen ve yoksulluk, yalan söyleme, gürültü yapma, mastürbasyon, dağınıklık, motivasyon düşüklüğü, gruba katılmama, not tutmama, mükemmeliyetçilik, oyun alanı problemleri, saygısız ve kaba davranışlar, okul fobisi/ ayrılık anksiyetesi, düşük benlik algısı, cinsel suç sayılan davranışlar, utangaçlık, çalma, intihar tehditleri, yıkıcılık, silah taşıma, tükürmek, sataşmak, gevezelik etmek, kekemelik, mızumsuzluk olarak belirtmektedir.

Kokkinos ve ark, (2005) öğrencilerin istenmeyen davranışlarını ciddiyetine göre altı grupta değerlendirmektedirler. Bunlar: antisosyal davranışlar, karşı gelme/meydan okuma, kişiler- arası duyarsızlık, saygısızlık/ dikkatsizlik, negatif duygulanım ve düşüncesizlik/ ihmalkârlıktır.

Achenbach ve Edelbrock (1978), davranış sorunlarını içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış kavramları ile adlandırırken Coleman (1992), davranış bozukluğu gösteren çocuklara ait temel profilleri; kişilik problemi ve yetersizlik ile olgunlaşmamışlığı içselleştirilmiş (internalizing) davranışlar olarak tanımlarken; davranım bozukluğunu da dışsallaştırılmış (externalizing) davranışlar başlığı altında toplamaktadır. Bu çalışmada Achenbach ve Edelbrock tarafından geliştirilen 6-18 Yaş Çocuk ve Gençlerde Davranış Değerlendirme Ölçeği (CBCL/ 6-18) kullanıldığından bu tanımlamanın açıklamasına aşağıda yer verilmiştir.

#### **2.5.3.1. İçselleştirilmiş Davranış Problemleri (Internalizing)**

Reynolds (1990) içselleştirmeyi; içe yöneltmiş, göreceli olarak örtük ve gözlenemez, bu nedenle de gizli ve yüksek denetimli davranışlar olarak tanımlamaktadır. Utangaçlık, içe kapanma, aşağılık duygusu, düşük kişisel farkındalık, aşırı duyarlılık, korku, kaygı, gruplara katılmaktan sakınma, üzüntü, huysuzluk, alınganlık, ilgisizlik, dikkatsizlik bu grupta yer alan davranışlardandır (Akt: Akan, 2001). Ayrıca, içselleştirilmiş problemler, duygulanım bozuklukları, çekingenlik, somatik şikayetler, anksiyete/depresyon olarak adlandırılırken; diğer problemler başlığında ise, sosyal problemler, öğrenme problemleri ve dikkat problemleri ele alınmaktadır (Garnefski ve ark., 2005).

Center ve Kemp (2003) davranış bozukluklarına ilişkin araştırmalarda ele alınan içsellik faktörü; içe kapanık bir doğanın getirdiği problemleri, kişininendişelerini, korkularını, somatik şikâyetlerini ve sosyal geri çekinikliği içerir. Bu faktör ayrıca; aşırı kontrollülük (overcontrolled), aşırı bastırılmışlık (overinhibited), utanma, kaygı ve kişilik bozukluğu (personality disorder) olarak da adlandırılmıştır.

### **2.5.3.2. Dışsallaştırılmış Davranış Problemleri (Externalizing):**

Dışsallaştırılmış davranış problemleri, dışa yöneltilmiş, oldukça açık ve gözlenebilir, bu nedenle de daha kolay tanı konulabilen düşük denetimli davranışlar olarak özetlenmektedir (Albayrak-Kaymak, 1994). Meydan okuma, söz dinlememe, saldırganlık (eşya ve insanlara karşı), aşırı ilgi çekme beklentisi, küfürlü konuşma, güvensizlik, başkalarını suçlama, yıkıcılık, zarar vericilik, hiperaktivite, öfke nöbetleri geçirme, kıskançlık (Akan, 2001); davranış bozuklukları, suç işleme, saldırganlık bu grupta yer alan sorunlardır (Garnefski ve ark., 2005).

Dışsallaştırma kişinin kendi düşünce, duygu ya da algılarını dış çevreye ilişkin görme eğilimini tanımlar. Nevrotik kişilerde bu durum daha çok, kendigüçlüklerinden ötürü dış etmenleri sorumlu tutma biçiminde görülür. Benliğini ülküleştiren kişi gerçek benliğinden uzaklaşır. Dışsallaştırmada ise benlik alanı tümünden terk edilerek olaylar benliğin dışında yer alıyormuş gibi algılanır ve yaşanır (Geçtan, 1989).

Center ve Kemp (2003) dışsallaştırmayı; kontrolsüzlük (undercontrolled), saldırganlık ve davranım bozukluğu olarak adlandırmıştır. Dışsal davranış bozuklukları (externalizing disorders); doğasında dışa dönük ve kişilerarasıdır. Geçmişte bu tür bozukluklar "kontrolsüz davranışlar" (undercontrolled) şeklinde adlandırılmaktaydı. Saldırgan ve suçlu davranışlara çoğunlukla hiperaktivite ve davranım bozuklukları eşlik etmektedir. Bu nedenle; bu tür çocuklar çoğunlukla okulda ve toplumda otorite ile sürekli bir çatışma içindedir.

### **2.5.4. Davranış Problemlerinin Nedenleri**

Çocukta görülen davranış problemlerinin birden çok nedeni olabilir ve bunları saptamak her zaman kolay olmayabilir. Gelişim evrelerinin getirdiği doğal zorluklara yakın çevrenin olumsuz etkileri katıldığında, çocukta, bunlara tepki olarak çoğunlukla duygusal düzeyde bozukluklar görülebilir (Yavuzer, 1996).

Douglas (1989) davranış sorunlarının nedenlerini çocuk faktörleri ve çevre faktörleri olarak ikiye ayırmıştır. Aile içi zayıf ilişkiler, ayrılık, ölüm gibi nedenler de

çocuklarda istenmeyen davranışları yapmaya götüren sebeplerden biridir. Ailenin aşırı baskıcı olması, ilgisiz ve sevgisiz bir ortamda yaşama, sürekli olarak aşağılanıp eleştirilen, fiziksel cezaya çarptırılan ya da tam tersi aşırı şımartılan, sorumsuz yetiştirilen çocuklar aile kaynaklı bu olumsuz tutumlarını çevresine yansıtacaklardır (akt. Sarıtaş, 2000).

Dreikurs (1982) ve Nelson (1987)'a göre; öğrencinin davranış problemi göstermesinin nedeni, dört temel gereksinime dayanmaktadır. Bunlar;

1. Dikkat çekme,
2. Güç elde etme,
3. Öç alma,
4. Yetersizlik gösterme.

Çocuk ilk önce tanınma ve başarı ile çevresinde bir statü elde etmeye çalışır. Bu işe yaramazsa çocuk güç elde etmeye çalışır. Güç elde etmeyi öç alma izler. Sonunda, önceki stratejilerin başarısızlığı kanıtlandığında, çocuk bir özür dileme olarak yetersizliğini kullanır. Öğretmenler, öğrencileri çeşitli durumlarda gözlemlemeli ve istenmeyen davranışlara hangi amacın neden olduğu konusunda kestirimde bulunmalıdır. Öğretmen bu saptamayı, öğrenciye doğrudan samimi sorular sorarak da yapabilir. Çocukların duyguları bu dört amaç doğrultusunda değerlendirilmelidir (akt. Celep, 2002).

Çocukların davranış problemlerine çeşitli etkenler neden olmaktadır. Bunlardan bir kısmı çocukla ilgiliyken bazıları uygun olmayan programla ya da öğrenme ortamındaki koşullarla ilgilidir (Jones ve ark., 1999). Bu nedenle çocuktaki davranış problemleri iç ve dış nedenler olarak ikiye ayrılabilir. Sosyo-ekonomik statü, etnik gruplara ait olma, annenin depresif ve rahatsızlığının olması dış nedenler, ebeveynlik uygulamalarının, çocuğun geçirdiği hastalıkların çocukta bıraktığı izler iç nedenler olarak sıralanabilir. Bu etkiler fazla önemli olmasa da bir araya geldiğinde çocuğun içsel ve dışsal davranışları üzerinde önemli etkiler yaratmaktadır (Pike ve ark., 2006). Genellikle uygun olmayan aile, eğitim ve toplum çevresi içinde bu tür bozukluklarla daha sık karşılaşılır (Öztürk, 1997). Özsoy, Özyürek ve Eripek (1997) ise çocuklarda uyumsuzluğa neden olan etmenlerin biyolojik, aile ve okula ilişkin etmenler olarak gruplanabileceğini belirtmişlerdir.

#### **2.5.4.1. Biyolojik ve Fiziksel Faktörler:**

Doğum öncesi komplikasyonlar, organik bozukluklar, duygusal ve sosyal yetersizlikler, düşük zekâ düzeyi, dikkat sorunları, çocukların kendileri hakkında ki olumsuz duyguları, karakter özellikleri ve fiziksel engelleri çocukların davranışlarını etkilemektedir (Humphreys, 1999). Ayrıca çocukların engellenmesi, temel gereksinimlerinin düzenli olarak karşılanmaması ve güven eksikliği yaşam boyu süren duygusal bozukluklara neden olabilmektedir (Kulaksızoğlu, 2003).

#### **2.5.4.2. Ailesel Faktörler:**

Yetişkinlerin baskın olduğu davranış yönetimi stratejileri çocukların yetişkinlere bağımlı olmasına ve çocukların davranışlarını yönetememelerine neden olur (Jones ve ark., 1999). Daha cezalandırıcı, düşman ve tacizkar aile muamelesi yaşayan çocukların okulöncesi dönemde saldırgan ve kurban haline geldiği bulunmuştur (Hay, Payne ve Chadwick, 2004).

Ailenin içinde bulunduğu sosyal sınıf ve ekonomik durumu, uyumsuz çevre, ailenin olumlu ya da olumsuz model olması ve tutumu, geniş aile yapısı, aile bireylerinde psikolojik bozukluk, aile içi çatışmalar, boşanma da çocuğun davranışlarını etkiler (Cirhinlioğlu, 2001). Boşanmış ailelerin çocukları genellikle terkedilmiş, endişeli, itilmiş ve reddedilmiş hisseder. Boşanma çocukların sosyal ve akademik performansını etkiler (Şehirli, 2007).

#### **2.5.4.3. Psiko-sosyal Faktörler:**

Kişinin içinde yaşadığı psikolojik ortam onun tüm davranışlarını yönlendirir. Ani şoklar, olağanüstü olayların yarattığı özel durumlar, derin üzüntüler davranışları etkiler (Kulaksızoğlu, 2003). Çocuklar için yeni bir çevre kontrollerini kaybetmelerine neden olabilir. Çocuk yeni arkadaşlarına ve oyun çevresine alışamaz, dışlanma endişesi yaşayabilir (Nilsen, 1997). Bu şekilde çocuğun diğer çocuklarla olan ilişkisinin kötü olması sorunların devamlılığına neden olur.



## 2.6. İLGİLİ YAYIN ve ARAŞTIRMALAR

Çalışmanın bu bölümünde konuyla ilgili yapılan araştırmalara yer verilecektir. Araştırmalar, ebeveynlerin iş stresinin aile ilişkilerine, çocukların ve ergenlerin psikolojisine bazı etkileri olduğunu göstermektedir.

İş-aile araştırmacılarının bulgusuna göre, aileler ebeveynlerin iş deneyimlerinden etkilenme konusunda farklılaşmaktadırlar (Crouter ve Helms-Erikson,1997; Crouter ve Bumpus, 2001; Perry-Jenkins ve Gillman, 2000; Perry-Jenkins, Repetti ve Crouter, 2000; Repetti, 2005; akt. Repetti ve Saxbe, 2009). Repetti ve Saxbe (2009), iş stresinin aile üzerindeki etkilerini doğru anlamak adına cinsiyet farklılıkları, ruh sağlığı, ailenin özellikleri, diğer aile üyelerinin özellikleri ve iş sonrası ortamı gibi arabulucu faktörlerin etkilerine bakmışlardır. Crouter ve Bumpus (2001) de ebeveynlerin iş stresi ile çocuk ve ergenlerin psikolojisi arasındaki bağın kuvvetini, ebeveynlerin kişilik özellikleri, bu durumla baş edebilme becerileri, iş ve aile çevresine bağlı olarak değişebildiğini ifade etmişlerdir.

1930'lardan 1980'lere kadar gelişim psikologları, çalışan bir anneye sahip olmanın çocuk için bir problem yaratıp yaratmadığı sorusuyla meşguldüler. 15 yıl kadar önce araştırmacılar, annenin çalışma durumunun aileye etkisi ile birlikte, babanın ailedeki rolüyle ve anne ile babanın iş durumlarının çocuklara olan etkisiyle ilgilenmeye başladılar. Bu çalışmaların bir bölümü ebeveynlerin işteki stres deneyimlerine odaklandı. Bu çalışmalar "ebeveynlerin iş stresi çocuk ve ergenlerin adaptasyonunda bir farklılık yaratır mı?" ve "bu nasıl bir süreçtir?" sorularını sordular (Crouter ve Bumpus, 2001).

İş stresinin aile ve çocuklar üzerindeki etkisi ile ilgili alanda iki farklı ve aynı zamanda birbirini tamamlayıcı çalışma yöntemi vardır; a) ebeveynlerin iş stresi, aile dinamikleri ve çocuk ya da ergenin psikolojik fonksiyonlarının global değerlendirmesine dayanan çalışmalar b) bireylerin günden güne değişiklik gösteren stresli iş deneyimlerinin aile etkileşimine yansımalarına odaklanan çalışmalar. Crouter ve Bumpus (2001), çalışmalarında ebeveynlerin iş stresi ile çocuk ve ergendeki psikolojik adaptasyon arasındaki ilişkiyi inceledikleri için evrensel geleneklere göre yapılan çalışmalara odaklanmışlardır. Ebeveynlerin yaşadığı iş

stresinin çocukların psikolojik işlevlerine doğrudan bir etkisi varmış gibi görünmediğini, daha ziyade, “ebeveynin” iş deneyimlerinin, işle ilgili duygularına ve çocuk yetiştirme tutumlarına etkisi olduğunu ve ebeveynin iş stresinden çocukların davranışlarının dolaylı bir biçimde etkilendiğini saptamışlardır.

Örneğin, Kanadalı çalışan iki ebeveyn ve ergen çocuklarıyla yapılan bir çalışmada, Galambos, Sears, Almeida ve Kolaric (1995), ebeveynlerin iş stresi ve ergenlerle ilgili 3 basamaklı bir model test etmişlerdir. İlk basamakta ebeveynlerin iş stresi (örn; uzun saatler çalışmak, aşırı yük altında hissetmek gibi) ile onların genel stres duygularını incelemişlerdir. İkinci basamakta, genel stres duygusu ile bu ebeveynler ve ergen çocukları arasındaki (ilişkideki sıcaklık ve çatışmaları da içeren) ilişkiyi incelemişlerdir. Son basamakta ise ebeveyn-ergen ilişkisini ve ergenlerin problemleri davranışlarıyla ilgilenmişlerdir. Buna göre, annelerin çok iş yükünün içinde olması, ergen çocuklarına karşı daha az sıcaklık göstermelerine neden olmaktadır. Anneler daha az sıcak ve kabullenici olduklarında, ergenler, daha fazla problemleri davranış göstermektedirler.

Yapılan başka bir çalışmada (Crouter, Bumpus, Maguire ve McHale, 1999) benzer ilişkiler incelenmiş fakat annelerden ve babalardan toplanan veriler eş zamanlı bir şekilde analiz edilmiştir. Bu çalışmada, iş baskısının ebeveynler üzerindeki etkisinin yanında, ebeveynlerden birinin iş baskısının, diğer ebeveynin üzerindeki etkisine de bakılmıştır. Bunun yanında, iş stresi, annelerin kendilerini çok fazla iş yükü altında hissetmelerini öngörmüştür. Bu duygular, yüksek oranda anne-ergen çatışmasıyla ilişkilidir ve yüksek düzeyde anne-ergen çatışması da ergenlerin düşük düzeyde psikolojik adaptasyonuna neden olmaktadır. Kocalarda ise iş baskısı, kendilerini ağır iş yükü altında hissetmeleriyle sınırlıdır ve kendilerini iş yükü altında hissetmelerini eşlerine de yansıtırlar. Ama kadınların iş yükü sadece kendilerini yük altında hissetmesine neden olmakta yani kocalarına bir şey yansımamaktadır.

Bireylerin günlük iş stresi içindeki değişimlerine odaklanan çalışmalar ise araştırmacıların, iş-aile sürecini daha iyi anlamalarını sağlamıştır. Bu çalışmalarda, iş stresi ile ilgili günlük değişimlerin daha sonraki aile etkileşimlerine nasıl etki ettiğini anlamak için, bireyler, çiftler ya da aileler günlerce gözlenmiştir. Bu çalışmalarda, iş stresi genelde iş yüküne göre ölçülmüştür.

Gassman-Pines (2007), düşük gelirli annelerin iş özellikleri ve annenin ruh hali, çocuk-anne ilişkisi ve çocuk davranışları arasındaki günlük ilişkiyi 3 çalışma halinde incelemişlerdir. Örneklem grubu okul öncesi dönemi çocuğu olan 61 düşük gelirli anneden oluşturulmuş ve 2 hafta boyunca her gün bir ölçek doldurmuşlardır. 1. çalışma iş yükünün anne ve çocuk üzerindeki sonuçlarının günlük ilişkisine bakmış. İş yükü ve annenin ruhsal durumu, anne-çocuk etkileşimi ve çocuk davranışı arasında kurvilineer bir ilişki bulmuşlardır: Çok yoğun ve çok hafif iş yükü olan günlerde daha negatif sonuçlar bulmuşlardır. İş yükü ile anne ve çocuktaki sonuçları arasında özellikle bir önceki gün iş günü ise negatif bir ilişki bulunmuştur. 2. çalışma eleştirel olma, yöneticiler tarafından onaylanma ve iş arkadaşları tarafından destek gibi işin kişilerarası boyutuna odaklanmıştır. İşin kişilerarası her boyutu aynı günkü anne-çocuk etkileşimiyle ilişkilendirilmiştir. Olumlu kişilerarası deneyimler; yönetici onayı, iş arkadaşı desteğinin olması daha pozitif anne-çocuk etkileşimi ile ilişkilendirilmiş, yöneticinin eleştirel olması ise daha negatif anne-çocuk etkileşimi ile ilişkilendirilmiştir. Son olarak, 3. çalışma ise düzensiz saatleri olan annenin işi ile anne ve çocuk sonuçları arasındaki günlük ilişkiyi araştırmışlar. Düzensiz saatli iş ile anne ve çocuk sonuçları ilişkisi karışık olarak ilişkilendirilmiştir. Çünkü çalışma saatleri anne ve çocuk üzerinde daha pozitif sonuçlarla ilişkilendirilirken bugünkü düzensiz iş saatleri daha negatif ilişkilendirilmiştir. Geceleri çalışmaların haftasonları çalışmaya göre daha zarar verici olduğu bulunmuştur. Düzensiz iş saatlerinin anne ve çocuk sonuçları üzerinde fazla iş yükü ve yönetici eleştirilerine göre daha yüksek negatif etkileri olduğu saptanmıştır.

Costigan, Cox ve Cauce (2003), ebeveynliğe geçişte iş deneyimlerinin ebeveynlik niteliğine etkilerini değerlendirmiştir. Her ikisinin de çalıştığı 83 ebeveynle yaptıkları çalışmada katılımcılar iş deneyimlerini (otonomi ve kişilerarası ortam) değerlendirmişlerdir. Ebeveynlik 3 ay aralıkla iki kere gözlemlenmiş. Mesleki statü ve genel mutluluk değişkenleri kontrol altında tutulduğunda, işteki kişilerarası ortamı daha negatif değerlendiren annelerin zaman içinde pozitif ebeveynlik tutumlarında düşüş görülürken negatif tutumlarında artış görülmüştür. Annenin iş deneyimi aynı zamanda babanın gözlemlenen ebeveynlik tutumundaki değişimi de göstermektedir.

İş stresinin genel olarak değerlendirildiği, 42 gün boyunca akşamları toplanan günce verilerine göre karı-kocalar evde ve işte çok fazla stresli bir iş günü yaşadıklarında, ebeveyn-ergen arasındaki gerginlikler artmaktadır (Almeida ve McDonald,1998).

Aile ve iş durumu da, iş stresi ve sonrasındaki aile etkileşimleri arasındaki ilişkiyi önemli ölçüde etkilemektedir. Almeida, Wethington ve Chandler'in (1999) çalışmasına göre, evde ve işte stres ile anne ve çocuk arasındaki gerginlik, ergen sahibi anneler için daha kuvvetli iken daha küçük yaşta çocuk yetiştiren anneler için daha azdır. Annelerin tam zamanlı çalışması da, tam zamanlı çalışmayan annelere göre, ebeveyn-çocuk ilişkisini olumsuz etkileyen bir başka faktördür. Almeida ve arkadaşlarına göre, tam zamanlı çalışmayan anneler, daha az süre çalıştıkları için, kendilerinin, çocuklarının ve kocalarının duygu durumlarıyla baş etmek için daha fazla enerji bulmaktadırlar. Ayrıca tam zamanlı işler daha çok babanın normal rolü olarak görülmektedir. Yani anneler genellikle ailenin duygu-yönetimi uzmanı olarak görülmektedirler.

İş stresinin evlilik ilişkisine etkisi üzerine yapılan çalışmalarda da cinsiyet farklılıklarına bakılmıştır. Günlük kayıtlarla yapılan bu çalışmalarda kadınların genelde erkeklerden haftalık çalışma süresi eşlerinden daha kısadır. Bolger, Delongis, Kesler ve Wethington (1989) çalışmalarında, erkeklerin iş ortamında tartışma gerginliği yaşadıklarında benzer bir kişilerarası stresi o gece ev ortamında yaşamalarının arttığını saptarken, çalışan kadınlarda aynı durumu saptamamışlardır. Başka çalışmalarda ise kadınlarda yüksek tempoda bir günün ardından daha fazla sosyal içine kapanma görülürken erkeklerde böyle bir ilişki saptanmamıştır (Schulz, Cowan, Cowan ve Brennan, 2004). Story ve Repetti (2006) aynı çalışmayı tekrarlamışlar, Bolger ve ark. (1989) dan farklı olarak, hem erkek hem kadınlarda çalışma arkadaşları ve yöneticileriyle stresli bir etkileşim geçirdikleri günlerin ardından evlilik ilişkilerinde daha fazla öfke ve içe kapanma saptamışlardır.

Schulz ve ark (2004) ve Story ve Repetti (2006), iş yükü ve kişilerarası günlük iş stresinin ebeveynlik tutumları ve evlilik davranışlarına etkisinin erkeklere göre kadınlarda daha güçlü olacağını düşünerek günlük kayıt tutulan 2 çalışma yapmışlardır, ikisinde de erkekler kadınlardan haftalık 15-18 saat daha fazla

çalışmaktadır. Moen ve Yu'nun (2000) in cinsiyet farklılıklarıyla ilgili bulgusuyla paralel olarak, kadınların her iki ebeveynin de çalıştığı evlerde erkeklere göre daha yüksek seviyede stres ve zorluklarla başa çıkmada daha az özgüvenli olduklarını saptamışlardır.

Genel olarak iş stresinin aile etkileşimine, çocuk ve ergenlerin adaptasyonuna etkisine bakan tüm çalışmalar ana etkileyen faktörün annenin ve babanın işlerine ve aile yaşantısına getirdikleri farklı kişilik özellikleri, duygusal ve psikolojik işlevsellikleri ve başa çıkma stilleri olduğunu saptamıştır (Perry-Jenkins ve ark, 2000). Bazı çalışmalar, iş stresini de içeren günlük stres etkenlerine karşı verilen aşırı duygusal tepkilerin, yüksek düzeyde depresyon ve kaygı sorunları olan bireyler olduğunu göstermektedir. Benzer şekilde, bazı çalışmalar, günlük iş stresinin ve çok olumlu olmayan anne-çocuk etkileşimi arasındaki ilişkinin, diğer annelere göre, A tipi özellikleri (örn; agresif, hırslı) yüksek olan annelerde olduğunu göstermektedir (Crouter ve Bumpus, 2001).

Repetti ve Wood (1997a), günlük iş stresi ile iş gününün sonunda anneye çocuk arasındaki ilişkiyi günlük kayıt tutularak incelemiştir. Çocukları kreşe devam eden çalışan annelerle çalışarak ve anne-çocuk ilişkisine iş gününün hemen sonunda odaklanarak, araştırmacılar, başka herhangi bir etkeni (annenin duygu durumunun değişmesi, daha olumlu ya da olumsuz olması gibi) engellemiş oldular. Sonuçlara göre, anneler, stresli iş günlerinde çocuklarıyla hem negatif hem de pozitif ilişki kurmaktan uzak durma eğilimi göstermektedirler. İş yükünün daha yoğun olduğu günlerin ardından annelerin çocuklarıyla bir araya geldiklerinde daha içine kapalı ve daha muhalif davranışlar sergiledikleri, bunun da sadece daha stresli annelerde olduğunu saptamışlardır. Depresyon ve anksiyete semptomlarının az olduğu annelerde günlük iş yükü anne çocuk etkileşimini etkilememektedir. Başka bir iş stres kaynağı olan işteki olumsuz sosyal etkileşimler, sadece A tipi kişilik özelliğini daha çok taşıyan annelerde, örneğin genel olarak zaman baskısı taşıyan veya beklemek zorunda kaldığında mutsuz olan annelerin ebeveynlik tutumu üzerinde aynı kısa dönemli etkiyi yaratmaktadır. İki durumda da sadece stresli anneler iş stresindeki günlük değişime tepki vermektedir.

Annelik izin süresinin anne-bebek etkileşiminin niteliğini nasıl etkilediğine bakan bir çalışmada kısa annelik izninin (altı hafta ya da daha az) olumsuz etkisini doğum sonrası depresyonu yaşayan annelerde görmüşlerdir (Clark, Hyde, Essex ve Klien, 1997). Bu annelerde kısa izin süresinin sıcak bir ses tonu, mutlu bir ruh hali, memnuniyet ve keyif alma yüz ifadeleri gibi olumlu davranışları bebeğe daha az göstermelerine yol açtığını bulmuşlardır. Ama diğer annelerde böyle bir durum saptanmamıştır. Bu çalışmalar bize duygusal ve psikolojik işlevselliğin stresli iş deneyimlerine verilen tepkide önemli bir etkileyici faktör olduğunu göstermektedir (Repetti ve Saxbe, 2009).

Bireysel farklılıklar gibi aile ortamının özellikleri de iş stresinin aileye etkisi üzerinde önemli bir faktördür. Ailenin yaşam döngüsü içindeki safhası, ilişkilerin niteliği, ailedeki iş bölümü gibi etkileyici ailevi özellikler rol oynayan faktörlerdir. 1992 Değişen İş Dünyası Ulusal Çalışması'nda yapılan anket analizlerinde her iki ebeveynin de çalıştığı ailelerde, eğer çocuk varsa hem kadın hem erkeğin iş, özel ve aile hayatını dengelemede daha fazla çatışma yaşadığını bulmuşlar. Çocukları olmayanlara göre, çocukları olanların daha yüksek derece stres ve fazla yük ve hayatları üzerinde daha az kontrol hissettiklerini saptamışlardır (Moen ve Yu, 2000). Grzywacz, Almeida ve McDonald (2002) da benzer sonuçlara ulaşmışlardır. Bu anket işin eve olumsuz bulaşmasına bakmış ve yaşam döngüsündeki safhaya göre sonuçların değiştiğini, çalışanların 50li yaşlarda olduklarında etkinin azaldığını bulmuşlardır. İş ve aile stresinin aynı günde görülmesinin genç yetişkinlik ve orta yaşta yavaş yavaş arttığını, fakat ilerleyen yıllarda azaldığını saptamışlardır. İşin eve olumsuz bulaşmasının en güçlü olduğu dönem çocukların var olduğu, iş ve sorumlulukların ailede dorukta olduğu yıllar olarak bulunmuştur.

Wang, Repetti ve Campos (2008), bu konuda Alfred P. Sloan Vakfı'nın Ailelerin Günlük Yaşantıları üzerine UCLA'de yaptıkları bir araştırmada anne babası çalışan okul dönemi çocuklarının bir haftayı nasıl geçirdiklerini videoya çekerek gözlemlemişlerdir. Evliliğinde mutsuz olan babalarda, artan iş stresi, iş günleri akşamlarında eşleri ve okul dönemi çocuklarıyla daha şiddetli ve olumsuz sosyal davranışlara yol açmaktadır (örneğin daha çok konuşma ve daha çok olumsuz aile etkileşimi). Babanın psikolojik durumu, stresi de etkileyici rol oynayarak iş stres kaynaklarıyla evdeki olumsuz sosyal davranışlar arasındaki bağı güçlendirmektedir.

Fakat aynı durumu annelerde bulmamışlardır. Crouter, Bumpus ve McHale (1999) da benzer sonuçları bulmuştur. Sonuçlar gösteriyor ki genel olarak bilgili ebeveynlerin tutumları günlük yaşamlarında pek değişmemektedir; sadece evlilik ilişki niteliklerine bakıldığında farklılıklar saptanmıştır. Küçük oğlu olan ve daha az mutlu evlilikleri olan ailelerde, sadece baba üzerinde iş baskısı ebeveynlerin çocukların günlük aktiviteleri ve durumları konusunda daha az haberdar olmalarına yol açmaktadır. Bu sonuçlar bize evliliğin doyumu cinsiyetle birleşerek iş stresinin aile üzerindeki etkisini belirlemekte olduğunu göstermektedir (Repetti ve Saxbe, 2009).

Aile ilişkilerinin niteliği, iş stresiyle aile hayatı arasındaki kısa dönemli ilişkide aracı bir faktör olarak bulunmuştur. Schulz ve ark. (2004) günlük kayıt tutulan çalışmalarında evlilik tatmin olma seviyeleri değişen çiftlerde günlük iş deneyimleriyle iş sonrası evlilik etkileşimlerinin de değiştiğini bulmuşlardır. Örneğin özellikle evliliklerinde tatmin olan erkekler, işten olumsuz ruh haliyle ayrıldıklarında, evliliklerinde daha az öfkeli davranışlarda (örneğin tartışmacı olmak, kötü davranmak ve eşlerine karşı sabırsız olmak) bulunmaktadır. Daha az tatmin evliliği olan erkekler ise iş stresinin ardından evde bu öfkesini azaltmakta zorlanmaktadır. Story ve Repetti (2006) iş stresinin evlilik etkileşimi üzerindeki etkisine bakarken, kısa dönemli etkinin yüksek çatışma ve düşük çatışma yaşayan ailelerde değiştiğini bulmuşlardır. Daha yüksek sosyal çatışma yaşanan ortamlarda günlük iş stresine tepkinin arttığını, bu ailelerde hem anne hem babanın meşgul ve kişilerarası stresli günlerin gecelerinde evlilik etkileşiminde öfke ve içe kapanmayı daha çok gösterdiğini saptamışlardır. Ailelerde öfkenin ifade edilmesi yaygın ve kabul edilir olduğunda asabiyet ve hayal kırıklığı duygularının daha çok eve getirildiğini ve eşlerin stresli günlerde partnerlerinden daha uzaklaştığını bulmuşlardır.

Bütün bu bulgular, aile ilişkilerinin niteliğinin iş stresinin etkileri üzerindeki rolünü göstermektedir. Genel olarak, kötü bir evlilik, ya da yüksek derece çatışmalı bir aile ortamı, iş stresinin aileye olumsuz bulaşma hassasiyetini arttırabilmektedir. Ev işleri ve çocuk bakımında eşler arasındaki işbölümü de iş stres kaynaklarının etkileri üzerinde rol oynamaktadır. Çalışma başlangıcında hamile olan çalışan kadınlarla yapılan görüşme ve anket içeren bir çalışma, doğum sonrası 4 aydaki iş deneyimlerinin annenin fazla rol yükü duygusunu (çok fazla iş yapmak, çalışan

yükümlülükler karşısında kopmuş hissetmek) nasıl etkilediğini incelemiştir. Ortalama olarak, iş saatlerinin fazla olması rol yükü ile ilişkili bulunmamış, bağ daha çok çalışan kadınların eşlerinin ev işi ve aile sorumluluklarında ne kadar katılımcı olduklarıyla ilişkilendirilmiştir. Eğer kadın iş bölümünden tatminse uzun saatler çalışan kadınla daha az saat çalışan kadınların fazla rol yükü duygusunda az bir fark saptanmıştır. Fakat evlerindeki iş bölümünden tatminsiz kadınlarda, daha fazla iş saati, daha fazla rol yükü duygusunu göstermektedir (Hyde, Essex, Clark ve Klein, 2001).

Çalışan kişinin kişilik özelliklerinin yanı sıra eşi ve çocuklarının kişilik özellikleri de işlerin ev hayatını nasıl etkilediğini göstermektedir. Örneğin eşin işinin özellikleri, işteki otoritenin evdeki iş bölümünü nasıl etkilediğiyle ilişkilidir (Brayfield, 1992). Kadının yemek yapmak, çamaşır yıkamak, temizlik gibi kadına düşen geleneksel görevlere yaklaşımı, işteki güç ve statüsünü eşinin işteki gücü ve statüsüyle kıyaslamasının sonucunda şekillenmektedir. Örneğin yönetici görevindeki kadınlarda özellikle de üst düzey yönetici kadınlarda, işte eşine göre statüsü daha fazla ise ev işlerindeki payında azalma görülmektedir. Erkeğin işinin özellikleri, kadının iş pozisyonu ile ev işlerindeki payı arasındaki bağı şekillendirmektedir (Repetti ve Saxbe, 2009).

Çocukların kişilik özellikleri de iş-aile arasındaki ilişkide rol oynamaktadır (Greenberger, O'Neil ve Nagel 1994). Ebeveynlerin gözlemlendiği bir çalışmada, ebeveynlerin okul çağı çocuklarının hayatlarını günlük ne kadar takip ettiği ile çocuklarında görülen davranış problemleri arasındaki ilişkide tek ebeveynin çalıştığı evlerle her ikisinin çalıştığı evler arasında ortalama olarak bir fark olmadığı bulunmuştur (Crouter, MacDermid, McHale ve Perry-Jenkins, 1990). Fakat her iki ebeveynin de çalıştığı evlerde eğer ebeveynler çocuklarının günlük aktivite ve deneyimlerini takip etmiyorlarsa sadece erkek çocukların daha sık kavga ve belaya bulaştığını bulmuşlardır. Ebeveynlerin çocuklarını iyi takip ettiği evlerde bir fark bulunmamıştır. Anne doğum izniyle ilgili bir çalışmada, bebeğin huyunun önemli bir etken olduğu bulunmuştur. Eğer bebek zor ya da huysuz bir mizaca sahipse, işe erken dönen annede bebeğe karşı daha az olumlu duygu ve davranış görülmektedir (Clark, Hyde, Essex ve Klein, 1997).



Tüm bu bilgiler gösteriyor ki, cinsiyet, kişilik ve çalışanın ve ailedeki diğer bireylerin ruhsal durumu iş stresinin aileyi nasıl etkilediğini belirlemektedir. Yaşamdaki safha, ailedeki ilişkilerin niteliği, evdeki iş yükünün paylaşımı ve eşin işinin özellikleri de iş-aile ilişkisinde diğer önemli faktörlerdir (Repetti ve Saxbe, 2009).

Strese verilen tepkinin genler ve önceki deneyimler tarafından şekillendiğini gösteren kanıtlar bize verilen tepkide bireysel farklılıkların olduğunu göstermektedir (Yehuda ve McEwan, 2004). Bu da bize çiftlerin ve ailelerin iş, evlilik ve ebeveynlikle ilgili günlük sorunlarda neden farklı başa çıkma tarzları olduğunu açıklamaktadır. Bazı çalışmalara göre kadınlar erkeklere göre kişilerarası çatışmalara fizyolojik olarak daha fazla reaksiyon göstermektedirler (Kiecolt-Glaser ve Newton, 2001). Örneğin yüksek tansiyon hastaları arasında sadece kadınlarda evliliklerinin genel tatmin düzeyi hakkında çatışma yaşadıklarında kan basınçlarında değişme görülmektedir (Ewart, Taylor, Kraemer ve Agras, 1991; akt. Repetti ve Saxbe, 2009). Kadınlar evlilik çatışmalarında daha fazla epinefrin salgılamaktalar (Malarkey, Kiecolt-Glaser, Pearl ve Glaser, 1994; akt. Repetti ve Saxbe, 2009). Bir çalışmada, topluluk önünde konuşma stresi ile çiftlerin aynı ya da karşıt takımlara konduğu bir tartışma ortamı stresi birlikte yaratılmış. Karşıt durum kadınlarda artan kan basıncı ve kalp atışına yol açarken kocalarında aynı durum gözlemlenmemiştir (Brown ve Smith, 1992; akt. Repetti ve Saxbe, 2009). Bu bulgu, annelerin davranışlarında işteki kişilerarası problemlerin etkileri göze çarparken erkeklerde neden çarpmadığını açıklamaktadır (Costigan ve ark., 2003). Eğer kadınlar kişilerarası stres faktörlerine daha büyük fizyolojik tepkiler gösteriyorsa bu tür streslere maruz kaldıktan sonra devam eden etkilerini de yaşayabilmektedirler. Bazı çalışmalara göre çalışan kadınlar tatil günlerinde erkeklere göre fizyolojik olarak daha uyarılmış olmaktadırlar, özellikle çocuğu olan kadınlar olmayanlara göre geceleri daha fazla kortizol salgılamaktadırlar (Pollard, Ungpakorn, Harrison ve Parkes, 1996; Luecken ve ark.,1997; akt. Repetti ve Saxbe, 2009). Evlilik tatmini, özellikle kadınların gevşemesinde etkili bir faktördür. Saxbe, Repetti ve Nishina (2008), her iki partnerin de çalıştığı ailelerdeki kortizol örüntülerine bakmışlar ve erkekler ve mutlu evliliği olan kadınlarda normalden daha yoğun bir iş gününün ardından kortizol seviyesinde tipik olandan daha büyük bir düşüş bulmuşlardır, bu da işin ardından abartılı bir

toparlama işareti olarak gözükmemektedir fakat evliliğinden tatmin olmayan kadınlarda aynı düşünüş yaşanmamıştır.

Günün sonunda işten ayrıldıklarında, çalışanları evde yeni stresler, ödülleri, destekler, enerji ve zamanlarında yeni baskılar beklemektedir. Evde geçirilen süre ve ortamın doğası, aile hayatına geçmeden önce dinlenme ve gevşemeye fırsat olup olmaması, çocuk bakımı, ev işleri gibi evde bekleyen sorumluluklar çalışanların duygu, düşünce ve davranışlarını şekillendiren iş sonrası ortam özellikleridir. Örneğin, duygu geçişini inceleyen bir çalışmada, Larson ve Gillman (1999) iş sonrası bir süre yalnız kalmanın, annenin öfke ve anksiyete duygularının adolesan çocuklarına geçmesini azalttığını bulmuşlardır. Ebeveynler iş sonrası tek başına zaman geçirdiklerinde işten eve olumsuz duygu bulaşması daha az görülmektedir. Fiziksel çevrenin de rolü vardır, örneğin oturlan yerde problemlili komşuların olması ve gürültü gibi ortamda stres kaynaklarının olması da etkili olabilmektedir (Hartig ve Lawrence, 2003).

İhtiyaçlar, talepler, duygular ve aile üyelerinin sosyal davranışları, çalışanın iş stres faktörlerini ev ortamında nasıl yansıtacağını etkileyen sosyal ortam özellikleridir. Eşin desteği iş sonrası sosyal çevrenin önemli bir boyutudur. Aile araştırmaları gösteriyor ki eşten gelen duygusal destek, evliliği işten gelebilecek stres kaynaklarının olumsuz sonuçlarına karşı korumaktadır (Conger, Rueter ve Elder, 1999). Evlilik desteği ayrıca stresli günlerde ev işlerinde ve başka taleplerde yardımcı olarak da stresli partnerin sosyal kaçınma ile stresle baş etme yöntemini kolaylaştırmaktadır (Bolger ve ark.,1989). Repetti (1989), hava trafiği kontrolörlerinin, havaalanında yoğun iş yükü olan günlerin ardından eğer o gece eşlerinden daha fazla destek alırlarsa, evlilik etkileşimlerinde daha az sinirli ve daha çok kaçınma tepkisi gösterdiklerini böylece evlilik ilişkilerinin daha pozitif olduğunu bulmuştur. Repetti, bu veriyle, evlilik ilişkisinden kısa süreli bir uzaklaşmanın çok yüksek düzeydeki iş stresine karşı olumlu bir tepki olduğunu vurgulamıştır.

İş-aile etkileşimine bakıldığında, aile bir araya geldiğinde çocukların davranışları da önemli bir faktördür. Gelişim psikologları, yıkıcı ve zorlayıcı çocuk ve adolesan davranışlarının ebeveynin eleştirel tutumunu arttırmasına (Frye ve Garber, 2005), ebeveynler arası tartışmaların artmasına (Jenkins, Simpson, Dunn,

Rasbash ve O'Conner, 2005), şefkatli ebeveynlik tutumunun azalmasına ve sert ve tutarsız ebeveynlik tutumunun artmasına (Rueter ve Conger, 1998) yol açtığını ifade etmişlerdir. Örneğin Repetti ve Wood (1997b) çalışan annelerin iş sonrası okul öncesi dönemi çocuklarını günlük bakım evinden alarak kavuşmalarının günlük videolarını analiz etmişlerdir. Anneler diğer günlere göre daha az konuşma, duygularını daha az gösterme gibi içe kapanma işaretleri gösterdiklerinde, çocuklar daha olumlu davranışlar göstererek, daha çok soru sorarak ebeveynlerini etkileşime sokmak için çabalarını arttırmaktadırlar. Anneler yüksek stresli günlerin ardından sosyal kaçınma tepkisi vermekte, fakat küçük çocuklar bile ebeveynlerinin iş stresine verdiği tepkiyi şekillendirmektedirler (Repetti ve Wood, 1997a).

Başka bir çalışmada, her iki ebeveynin de çalıştığı ailelerde bir hafta yoğun olarak videoya alınmıştır. Bir analiz, çalışma günü sonrası eve gelen ebeveynin ailesi tarafından evde nasıl karşılandığına bakmıştır. Ebeveynler eve döndüklerinde, genellikle aile üyeleri gelen ebeveyni karşılamakta ve ilgilenmektedirler (Ochs, Graesch, Mittmann, Bradbury ve Repetti, 2006). Karşılama ya da karşılamama davranışının stresli bir gün sonrası eve gelen ebeveynin tepkilerini nasıl etkilediğine baktıklarında, eve geldiğinde yok sayılması sosyal kaçınma davranışını arttırırken, takdir ve duygu aktarımı daha farklı bir tepkiye, örneğin o günün paylaşımını sağlayabilmektedir. Bulgular gösteriyor ki bir bireyin davranışlarına baktığımızda, izole tutmak yerine ailenin sosyal şartlar ve çevresinde değerlendirmek gerekmektedir.

Annenin çalışmasının ebeveynlik ve çocuk üzerine etkisine bakan çalışmalar genelde orta sınıf çalışan anneler ile (Goldberg, Greenberger ve Nagel, 1996; MacEwen ve Barling, 1991; akt. Chee, Conger ve Elder Jr.,2009) düşük gelirli bekar annelerden oluşmaktadır (Jackson, 2003; Joshi, 2007; Murry, Brody, Brown, Wisenbaker, Cutrona ve Simons, 2002; Raver, 2003; akt. Chee, Conger ve Elder Jr, 2009). Coley, Bachman, Votruba-Drzal, Lohman ve Li-Grining (2007), Üç-Şehir Çalışmasından seçilen 900'ün üzeri düşük gelirli aile ile yaptıkları analizde annenin maddi koşulları, sosyal yardım alıp almadığı ve iş deneyimi ile ergen çocuklarının mutluluğu arasındaki ilişkiye bakmışlardır. Sonuçlar sinerjik bir etkiyi göstermiştir; annenin eğitim ve okuryazarlık becerisinin yüksek olması, annenin işi ve ergen çocuklarındaki bilişsel ve psikososyal işlevselliğin gelişimi arasındaki olumlu ilişkiyi

arttırmıştır. Artan maddi kazanç, annenin işini kaybı ve ergenin işlevselliği arasındaki negatif ilişkiyi de iyileştirmiştir. Annenin sosyal yardım sistemine geçişi, düşük eğitimli annelerin ergen çocukları için koruyucu olurken, daha eğitimli annelerin ergen çocuklarında psikososyal işlevselliğin azalmasına yol açmaktadır.

Presser (2000), ikisinin de çalıştığı çocuklu çiftlerde, gece ya da vardiyalı çalışanlarda ayrılma ya da boşanmanın arttığını bulmuştur. Bogen ve Joshi (2001) ve Han (2005) annenin düzensiz çalışma saatleri ile çocuklarda artan davranış problemleri ve düşen sınav başarısı ilişkisini bulmuşlardır. Başka çalışmalar da bunun nedeninin artan ebeveynlik stresi (Bogen ve Cherlin, 2004) ya da çocuk bakımındaki niteliğin düşmesi olabileceğini vurgulamışlardır (Han, 2004). Heymann ve Earle (2001), ebeveynlerin gece çalışma programlarının çocuklara sağlanan ev ortamı niteliğini düşürdüğünü bulmuşlardır. Heymann (2000), düşük gelirli çalışan ailelerde geceleri başka çocukların bakımına bırakılan ya da yalnız kalan bu çocukların stres ve risk taşıyabildiklerini ifade etmiştir. Düşük gelirli bu ailelerde, uzun çalışma saatlerine mecbur kalan bu anneler daha çok para kazansa da ebeveynin katılımı ve süpervizyonu düşmektedir. Son yıllarda, Amerika'da binlerce düşük gelirli bekar anne sosyal yardım sistemini terk ederek, düşük ücretli çalışma hayatına geçiş yapmıştır.

Dunifon ve Kalil (2004) sosyal yardım reformu sonrası sosyal yardımı terk ederek iş hayatına atılan çocuğunu yalnız büyüten annelerin iş koşullarının çocuklarının duygusal ruh sağlığı ile ilişkisine bakmışlardır. 5-15 yaş aralığında 362 çocuk üzerinde yapılan bu çalışma, 5 yıllık bir dönemde tekrar eden uzun çalışma saatleri, düzensiz çalışma saatleri, gece vardiyaları, ev-iş arasında uzun mesafe gidip gelmeler gibi anne iş koşulları ile çocuklarda görülen içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış davranış problemleri ve pozitif davranış düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Bulgulara göre, 5-10 yaş arası çocuklarda, annenin ev-iş arası uzun mesafe gidip gelmelerinin çocuklardaki içselleştirilmiş davranış problemlerinin artmasına ve pozitif davranış düzeylerinin düşmesine yol açmaktadır. 11-15 yaş arası çocuklarda ise annenin uzun çalışma saatleri, çocuklarda görülen içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış davranış problemleri düzeylerinin artışına, pozitif davranış düzeylerinin düşmesine yol açmaktadır. Daha büyük çocuklarda ise, annenin uzak

mesafe ev-iş arası gidip gelmelerinin çocuklardaki dışsallaştırılmış davranış problemlerinin artmasına ve pozitif davranış düzeylerinin düşmesine yol açmaktadır.

Johnson, Kalil, Dunifon (2008), Kadınların Çalışma Anketi (1997-2003) verilerinden faydalanarak, düşük gelirli annelerin çalışma deneyimleri ve çocuklarının duygu durumu ve akademik başarı ilişkisini incelemişlerdir. Birinci olarak, çalışmayan annelere göre, istikrarlı ve dengeli bir işi olan annelerin çocuklarında daha az davranış problemleri bulunmuştur. İş istikrarlı olmayan annelerin çocuklarında davranış problemlerinin arttığını bulmuşlardır. Tam gün çalışan annelerin ve/veya iş saatleri dalgalı ya da düzensiz olan annelerin çocuklarında davranış problemlerinin arttığını bulmuşlardır. Fakat tam zamanlı çalışma, sadece maaş artışı olasılığı kısıtlı olan işlerde çocuklar üzerinde olumsuz sonuçlara yol açmaktadır. Bilişsel beceri gerektiren ve ücret artışı umudu olan işlerde, tam zamanlı çalışmanın herhangi bir olumsuz sonucu bulunmamıştır. Dalgalı iş saatleri ve kısıtlı ücret artışı ihtimali olan tam zamanlı çalışmanın çocuklarda sınıf tekrarı ve özel eğitime yönelme olasılığı ile yüksek bir ilişkisini bulmuşlardır. Son olarak yoksullara yardım reformunun, çocukların gelişiminde bazı risklere yol açtığını ifade etmişlerdir.

Raver (2003) çalışmasında düşük itibarlı işlerde çalışan annelerin olumsuz ebeveynlik tutumlarında artış olduğunu bulmuştur. Annenin işte geçirdiği zamandan dolayı çocuk okul sonrası evde ebeveyn gözetimi olmadan kalmak zorunda kalmaktadır (Muller, 1995). Çocuklar için risk taşıyan annenin çalışması değil, ebeveynlerin uzun, düzensiz çalışma saatleri sonucu çocuklarıyla yeterince ilgilenememeleridir (akt. Chee, Conger ve Elder Jr, 2009).

Chee, Conger ve Elder Jr. (2009) çalışmalarında çalışma hayatının taleplerinin anne ve ergenlerin mutluluğunda nasıl değişime yol açtığını araştırmışlardır. Anneye çalışma hayatının getirdiği talepler iş-yaşam çatışmasının artmasına yol açmaktadır çünkü haftalık çalışma saatleri ve vardiyalı iş rol taleplerinin çatışmasına yol açmaktadır (Greenhous ve Beutell, 1985; Hughes, Galinsky ve Morris, 1992; akt. Chee ve ark., 2009). Çalışma saatleri uzun ya da düzensiz programlı çalışan annelerin aile yükümlülükleri için daha az zaman ve enerjileri kalmaktadır. Babalar eşitlikçi bir yaklaşımda olup anneye destek ve ev

işlerinde yardımcı olduğunda annelerin iş-aile çatışması ve stresi azalmaktadır. Pek çok çalışma iş-aile çatışması veya rol baskısı ile psikolojik stres arasında ilişki bulmuştur. (Frone, Russell ve Cooper, 1992; Guelzow, Bird ve Koball, 1991; Matthews, Conger ve Wickrama, 1996; Paden ve Buehler, 1995; akt. Chee ve ark., 2009). Annenin iş talepleri iş-aile çatışmasını arttırarak psikolojik strese yol açmaktadır. Araştırmalar, ebeveynlik rolü gibi ana rollerdeki rol baskısı ile stres arasında doğrudan bir ilişki bulmuştur (Guelzow, Bird ve Koball, 1991; akt. Chee ve ark., 2009). Bir annenin ebeveynlik enerjisi ve çabası işin taleplerinden bunalmış olduğunda azalır annelik ve eşlik rolleriyle çatışabilmektedir (Goode, 1960; akt. Chee ve ark., 2009). Bir annenin iş-aile çatışmasının yüksek olması ebeveynliğinin kalitesini azaltarak çocuklarına karşı daha az şefkatli ve hayatlarıyla daha az ilgili olmasına yol açabilmektedir. Araştırmalar ebeveynlik stresinin stresli yaşam durumları ve ebeveynlik tutumları arasında aracı konumunda olduğunu göstermektedir (Conger, McCarty, Yang, Lahey ve Kropp, 1984; akt. Chee ve ark., 2009). Ayrıca ebeveynlerin duygusal problemleri ebeveynlik tutumlarını ters etkilemektedir (Conger, Patterson ve Ge, 1995; akt. Chee ve ark., 2009). Önceki çalışmalar gösteriyor ki ebeveynlerin negatif duygu durumları hatalı ebeveynlik tutumları ve ergenlerin depresyon ve problemleri arttırmaktadır (Conger ve ark., 1995; Ge, Conger, Lorenz ve Simons, 1994; akt. Chee ve ark., 2009). Destek, gözlem, tutarlı disiplin, kızgınlık ve düşmanlığın düşük olduğu ebeveynlik tutumları ergenlerde görülen içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış davranış problemleri riskinin azalmasını sağlamaktadır (Conger ve ark., 1992; akt. Chee ve ark. 2009).

Chee, Conger ve Elder Jr (2009) çalışmalarında annenin anlık iş taleplerinin çocuk gelişimini nasıl etkilediğine bakmışlardır. Amerika'nın orta batısında kırsal alanda yaşayan, 340 beyaz, düşük ve orta gelirli çift çalışan ailelerle uzun dönemli yapılan çalışmada annenin anlık iş talepleri ile iş-aile çatışması arasında güçlü bir ilişki olduğunu bunun sonucunda da annede duygusal bir strese yol açtığını bulmuşlardır. Çalışan annenin ciddi iş talepleri, duygusal problemler ve çatışan ev-iş talepleri sonucunda enerji ve zamanı yetmemekte eşitlikçi bir eşten sosyal destek göremediğinde de çocuklarına karşı daha az şefkatli ve ilgili bir ebeveynlik gösterme riski taşımaktadır. Eşin eşitlikçi yaklaşımı annenin duygusal stresini azaltmaktadır. Annenin stresi arttıkça şefkatli ve ilgili ebeveynlik tutumu azalmakta bu da uzun vadede ergenlerde duygusal ve davranışsal problemlerin artmasına yol açmaktadır.

McLoyd, Toyokawa ve Kaplan (2008), yaşları 10-12 arası, 455 Afrikalı Amerikalı çocuk ve ebeveynleri ile yaptıkları bir çalışmada, hipotez bir model ile a) annenin iş taleplerini aile rutinlerine iş-yaşam çatışması ve depresif semptomlar ile ilişkilendirmişler, b) annenin iş taleplerini çocuklarda görülen dışa dönük ve içe dönük davranış problemlerine aile rutinleri ile ilişkilendirmişlerdir. Hipotezlerini tek ebeveynli aileler kısmi desteklerken, çift ebeveynli aileler desteklememiştir. İş talepleri tek ebeveynli ailelerde iş-yaşam çatışmasını arttırarak aile rutinlerini azaltmıştır. Buna ek olarak, daha yüksek seviye iş-yaşam çatışması ve annenin depresyon semptomları çocuklarda dışa dönük davranış problemlerinin artacağını göstermekte bu ilişkiler de azalan aile rutinleri ile ilgili görülmektedir. Beklenenin tersine, iş talepleri ile çocuk davranış problemleri arasında doğrudan ya da dolaylı aile rutinleri üzerinden bir ilişki bulunamamıştır.

Perry-Jenkins ve ark.(2000) işin özellikleri (örneğin düzensiz iş saatleri) ve bireyin bu koşulları deneyimlemesi (örneğin algılanan iş-aile çatışması) arasında fark olduğu konusunda uyarmıştır. O yüzden McLoyd, Toyokawa ve Kaplan (2008), çalışmalarında iş taleplerini; haftalık iş saati, ev-iş arasındaki mesafe, haftalık evin işle takas edilme sıklığı ve düzensiz çalışma programı şeklinde dört objektif iş özelliği ile değerlendirmişlerdir.

Vardiyalı çalışma, çalışanlarda fiziksel, zihinsel ve ailevi problemlerle (örneğin boşanma, evlilik problemleri) ile ilişkilendirilmiştir (Barak ve ark., 1995; Boggild ve Knutsson, 1999; Mott, Mann, McLoughlin ve Warwick, 1965; Muhammad ve Vishwanath, 1997; Presser, 2000; White ve Keith, 1990; akt. McLoyd ve ark., 2008). Bu çalışanların çocuklarında da işlev bozuklukları görülmüştür (örneğin daha düşük okul başarısı, daha sık okulu asmalar, daha düşük özgüven, daha fazla disfori) (Barton, Aldridge ve Smith, 1998; Heymann, 2000; Landy, Rosenberg ve Sutton-Smith, 1969; akt. McLoyd ve ark., 2008).

Yıllardır aile rutinlerinin, çocuk ve yetişkinlerde aile bağlılığı, denge ve düzen sağlayarak stres ve olumsuz hayat olaylarına karşı psikolojik sağlığı koruduğu düşünülmektedir (Boyce ve ark., 1983; Fiese, 1992; akt. McLoyd ve ark., 2008). Deneysel bulgular da her geçen gün artmaktadır (Fiese ve ark., 2002; akt. McLoyd ve ark., 2008). Ekonomik güçlükler finansal baskı yaratarak aile ilişkilerini ve çocuk

sağlığını etkilemektedir (Conger ve ark., 2002; Gutman ve Eccles, 1999; McLoyd ve ark., 1994; akt. McLoyd ve ark., 2008). McLoyd, Toyokawa ve Kaplan (2008)'in çalışmasında tek ebeveynli ailelerde iş-aile çatışması ile aile rutinleri arasında olumsuz bir ilişki bulunmuş, organize, yapısal bir ev ortamının çocuklarda psikolojik ve davranışsal uyumu kolaylaştırdığı, daha rutin bir aile ortamında daha az içe dönük ve dışa dönük davranış problemlerine yol açtığı gözlemlenmiştir.

Lucas-Thompson, Golberg ve Prause (2010), 69 çalışmayı meta analiz yaptıkları bu çalışmada annenin bebeklik ve okul öncesi dönemde çalışmasının çocuğun başarı ve davranış problemleri üzerindeki etkisini incelemiştir. Pek çok bireysel çalışma annenin erken dönemde çalışmasını bilişsel testlerde daha düşük performans ve daha fazla davranış problemi ile ilişkilendirirken (Baydar ve Brooks-Gunn, 1991; Ruhm, 2004), bazı çalışmalar aynı sonuca ulaşmamıştır (Vandell ve Ramanan, 1992; akt. Lucas-Thompson ve ark., 2010). Yapılan çalışmalar erken dönem çalışma ile çocuklarda daha sonraki dönemlerde başarı ve içe dönük-dışa dönük davranış problemleri arasında önemli bir ilişki göstermemektedir. Öğretmenlerin başarı ve içe dönük davranış problemlerini değerlendirmelerinde istisnalar bulunmaktadır; annenin çalışması daha yüksek başarı ve daha az içe dönük davranış problemleri ile ilişkilendirilmiştir. Yapılan analizler, sosyoekonomik ve durumsal değişkenlerin önemini vurgulamakta, tek ebeveyn olan ve sosyal yardım statüsüyle başa çıkmaya çalışan ailelerde erken çalışma en faydalı görülmektedir. 2. ve 3. yaşlarda annenin çalışması daha yüksek başarı ile ilişkili bulunmuştur. Bazı analizler orta sınıf ve iki ebeveynli ailelerde çocuğun ilk yılında çalışmanın olumsuz etkilerini bulmuşlardır (Lucas-Thompson ve ark., 2010).

Thompson, Kirk ve Brown (2005), çalışmalarında bir modeli test ederek, iş stresinin kadın polislerin aile ortamındaki işlevini nasıl etkilediğine tükenmişlik kavramının bir parçası olan duygusal tükenmişlik üzerinden bakmışlardır. Değerlendirilen işteki rolüyle ilgili stres kaynakları rol belirsizliği ve rol aşırı yüküdür. Yöneticilerden gelen iş odaklı destek rol stres kaynaklarını ve duygusal tükenmeyi azaltacağı ve aile işlevselliği (bağlılık ve çatışma) algısını arttıracığı tahmin edilmiştir. Avustralya devlet polis teşkilatında çalışan 1081 kadın polise posta yoluyla ulaşan bir anketle yapılan bu çalışmada 421 veriden yanıt toplanmıştır. Sadece yöneticilerin desteği rol stres kaynaklarını azaltmakta, bu da duygusal



tükenmişliği etkileyerek aile birliği ve çatışması yolunda önem teşkil etmektedir. Sonuçlar, aileye bulaşan stresi araştırırken duygusal tükenmişliğe yol açan davranışların incelenmesinin önemini vurgulamaktadır. Son olarak da kadın polislerde stresi azaltmak için yapılan müdahalelerde yöneticilere sosyal destek konusunda eğitim verilmesini önermişlerdir.

Avison, Ali ve Walters (2007) farklı düzeylerde strese maruz kalma ve farklı düzeylerde hassasiyet göstermenin bekar ve evli annelerin psikolojik stres düzey değişiklikleri üzerindeki gücüne bakmışlardır. Londra, Ontario, Kanada’da yaşayan ve 17 yaş altı en az bir çocuğu olan 518 bekar ve 502 evli anneyle uzun dönemli bir anket çalışması yapmışlardır. Hem farklı kesimler hem de uzun dönemli anket çalışmasına göre bekar annelerde evli annelere göre daha yüksek düzeyde psikolojik stres yaşanma nedeninin stresli deneyimlere hassasiyetten kaynaklanan herhangi bir grupsal fark olmadığını, bekar annelerin stres ve baskıya daha fazla maruz kalmalarından kaynaklandığını bulmuşlardır. Sosyal stres kaynaklarının farklı boyutlarına bakıldığında, bekar anneler evli annelere göre bu stres kaynaklarına sürekli olarak daha fazla maruz kalmakta ve daha da fazlası bu maruz kalma durumu süreç içinde kalıcı hale gelmektedir. Bekar annelerin strese karşı daha kırılgan ve hassas olduklarına yönelik herhangi bir kanıt bulunamamıştır.

Goodman ve Crouter (2009), 18 aylık bir dönemde annenin iş stres kaynakları, olumsuz iş-aile bulaşması ve depresif semptomların ilişkisini ABD’nin doğusunda, metropol olmayan 6 eyalette yaşayan ve küçük çocuğu olan 414 çalışan anne üzerinde incelemişlerdir. Bulgularına göre, çalışma ortamının daha az esnek olması ve iş baskısının daha fazla olması depresif semptomların daha yüksek düzeyde olacağını göstermekte ve daha da ötesi bu ilişkiler olumsuz iş-aile bulaşması algısı ile şekillenmektedir. Son olarak da iş baskısının tam zamanlı çalışan annelerde daha fazla bulaşma algısına yol açacağını bulmuşlardır.

Pek çok çocuk, bir ya da her iki ebeveyninin akşamları, geceleri ya da haftasonları çalıştığı evlerde yaşamaktadır. Strazdins, Clements ve Korda (2006), bu çalışma programlarının aile ilişkilerini ya da sağlığını etkileyip etkilemediğine baktıkları çalışmalarında, her iki ebeveynin de çalıştığı, 2-11 yaş aralığında çocuğu olan 4306 Kanadalı aile ve 6156 çocuktan veri toplamışlardır. Standard hafta arası

çalışan ebeveynlerin olduğu aileler ile düzensiz çalışma programı olan ebeveynli aileleri karşılaştırmışlardır. Düzensiz programla çalışan ebeveynler daha kötü aile işlevselliği, daha fazla depresif semptomlar ve daha az etkili ebeveynlik tutumu ifade etmişlerdir. Bu ailelerin çocukları daha fazla sosyal ve duygusal problemler yaşamakta ve bu ilişkilerin kısmı olarak aile ilişkileri ve ebeveynin sağlığı ile şekillendiğini bulmuşlardır. Bazı ailelerde, 24 saat çalışma yaklaşımı ebeveyn ve çocuklarının sağlığı üzerinde baskı oluşturmaktadır.

Lleras (2008) okul öncesi dönemi çocuğu olan bekar annelerin çalışma statüsü ve iş koşullarının ev ortamı niteliğine etkilerini araştırmıştır. Ulusal Uzun Dönemli Gençlik Araştırması verilerinden faydalanarak analizler yapmıştır. Sonuçlar, aile büyüklüğü ve sosyal yardım kullanımı kontrol altında tutulduğunda, küçük çocuğu olan bekar annelerin çalışma statüsünün ev ortamı niteliği üzerinde önemli bir öngösterici olmadığını göstermektedir. Çalışan bekar anneler arasında bazı iş koşulları ev ortamı niteliği ile ilişkilendirilmiştir. Part-time ve düşük ücretli işlerde çalışan bekar annelerin ev ortamı önemli bir farkla daha fakirdir. Düzensiz çalışma saatleri olan işlerde çalışan bekar annelerin de genel olarak daha fakir bir ev ortamları vardır. Bu sonuçlar bize çalışan bekar annelerin ev ortamı niteliğinde grup içi farklılıklar üzerinde çalışma statüsü ve iş koşullarının etkilerini incelemenin önemini vurgulamaktadır.

İş-aile araştırmaları sık sık çalışan anneler tarafından yaşanan çatışmalara odaklanmaktadır. Hill (2005), Değişen Çalışma Hayatı Ulusal Çalışmasının verilerini kullanarak (N=1314), iş-aile kolaylaştırıcıları ve çalışan babaları incelemiştir. Verileri organize etmek ve hipotez oluşturmak için ekolojik sistemler, aile stresi, aile esnekliği ve cinsiyet rol teorileri kullanılmıştır. İşin aileye kolaylaştırıcı etkisinin iş tatmini ve yaşam tatmini ile pozitif ilişkisi bulunurken bireysel stres ile negatif ilişkisi bulunmuştur. Ailenin işe kolaylaştırıcı etkisinin evlilik, aile ve yaşam tatmini ile pozitif ilişkisi bulunurken kurumsal bağlılık ile negatif ilişkisi bulunmuştur. Çalışan babalar çalışan annelere göre daha uzun çalışma saatleri (49 saat/haftalık), ev işlerinde büyük katılım (46 saat/haftalık) ve aile yaşamlarını daha az destekleyici bir iş kültürü ifade etmişlerdir. Fakat çalışan babalar, çalışan annelere göre daha az iş-aile çatışması, daha az bireysel stres ve daha büyük aile, evlilik ve yaşam tatmini

bildirmişlerdir. Sonuçlar gelecek iş-aile çalışmalarında kolaylaştırıcı etkenler ve cinsiyeti dahil etmenin önemini desteklemektedir.

Marshall ve Tracy (2009), çalışmalarında bebeği olan 700 çalışan anne üzerinde iş ve aile özellikleri ile depresif semptomları incelemişlerdir. Düşük nitelikli işlerde çalışan anneler, bekar anneler veya diğer bebeklere göre daha az sağlıklı bebeği olan anneler daha yüksek depresif semptomlar ifade etmişlerdir. İşin niteliğinin depresif semptomlar üzerindeki etkisi iş-aile çatışması tarafından aracı edilirken bebek sağlığı ve evlilik statüsü depresif semptomlar üzerinde doğrudan etkili bulunmuştur.

Spector ve ark. (2004) iş-aile stres kaynaklarını, iş saatlerini ve mutluluğu kültürel olarak birbirinden farklı 3 bölge olan Anglo (Avustralya, Kanada, İngiltere, Yeni Zelanda ve ABD), Çin (Hong Kong, Çin Halk Cumhuriyeti ve Tayvan) ve Latin Amerika (Arjantin, Brezilya, Kolombiya, Ekvator, Meksika, Peru ve Uruguay) da tanımlamışlardır. Yönetici örneklemine her ülkede anket doldurtulmuş ve ülke verileri her 3 bölge için birleştirilmiştir. Anglo ülkelerde Çin ve Latin ülkelerine göre iş saatleri ve iş-aile stres kaynakları arasında güçlü bir pozitif ilişki bulunmuştur. 3 örnekte de iş-aile stres kaynakları iş tatminini yükseltirken mutluluğun düşmesine yol açmaktadır. Latinler en çok çalışan, en çok çocuğu olan ve en çok iş tatmini olduğunu belirten gruptur. Evli olmanın ve daha çok çocuk sahibi olmanın mutluluk ölçümlerinin hepsiyle pozitif ilişkisi olan tek bölge Çin olarak bulunmuştur.

Edlund (2007) ISSP 2002'den verileri kullanarak 29 ülkede çalışan çiftlerde iş-aile dengesini analiz etmiştir. Aile sistemleri teorileri üzerine tartışmalar ve modernleşme test edilmiştir. Sonuçlar katılımcıların 3 gruba ayrılabilceğini göstermektedir. Birinci grup, iş-aile dengesini kurabilen grup, ikinci grup aşırı iş yükü olanlar ve üçüncü grup ise hem ev hem işte aşırı yük taşıyanlar olarak belirlenmiştir. Ülkeler arasında grup boyutları değişmektedir. Sonuçlar gösteriyor ki ülkenin refah düzeyi ile dengeli bir iş-aile düzeni kurmayı başarmak arasında güçlü bir ilişki bulunmaktadır. Her ne kadar genel olasılık ekonomik refah düzeyi ile artış gösterse de kadınların erkeklere göre dezavantajı devam etmektedir. Zengin ülkelerde kadınların dezavantajı genelde daha fazla mesleki iş yükü taşıma riskidir. Fakir ülkelerde ise hem ev hem işte aşırı yük taşıma riski daha yüksektir. Zengin ve

sanayileşmiş demokrasiler arasında dengeli bir iş-aile düzeni, aileyi koruyan Almanca konuşan ülkelerde daha çok görülmektedir, bu grubu aile yapısının dağıldığı Nordik ülkeler takip etmektedir. Pazar odaklı ülkeler daha zayıf bir performans göstermektedir. Aile tutumları teorisi bakış açısıyla bakıldığında aileyi koruyan ve aile sisteminin dağıldığı ülkelerde benzer sonuçların çıkması şaşırtıcıdır.

Blanch ve Aluja (2009), bireysel farklılıkların Büyük Beşli Kişilik modeliyle ölçümlendiği iş- aile çatışmasını yorumlamada iş ve ailedeki durumsal değişkenlerin etkileşimini analiz etmişlerdir. Yapılan regresyon analizleri gösteriyor ki iş talepleri, iş ve aile desteği ve nevroz düzeyi, işin aileye bulaştığını ve ailenin işe bulaştığını gösteren değişkenlerdir. Bunun yanın sıra dürtüsel heyecan uyandırıcı olay arayışı evdeki çocuğun yaşı ile ailenin işe bulaşması ilişkisini yumuşatmaktadır.

Patel, Govender, Paruk ve Ramgoon (2006) aile-iş çatışması, iş performansı ve seçilmiş iş ve aile özelliklerinin ilişkisinin büyük bir perakende kurumunda çalışan anne örneklemini üzerinde incelemişlerdir. Aile-iş çatışması ve iş performansı arasında negatif ilişki hipotezleri reddedilmiştir. Evli kadınlar bekar kadınlara göre önemli bir oranda daha fazla aile-iş çatışması bildirmişler ve en yüksek iş kategorisindeki kadınlar en yüksek iş performansı puanı almışlardır. Örneklemin yarısından çoğu ücretli işin ev işlerinden daha önemli olduğunu çalışmalarının aileleri üzerinde olumlu etkileri olduğunu belirtmişlerdir. Sonuçlar çalışmayan kadınların değişen iş ve aile kimlikleri ile ilişkili olarak tartışılmıştır.

Roeters, Lippe ve Kluwer (2010) çalışmalarında ebeveyn-çocuk beraber geçirilen zamanın miktarı ve doğasının ebeveyn iş özellikleri ve ebeveyn-çocuk ilişki niteliği ilişkisi üzerinde aracı olup olmadığını araştırmışlardır. Hipotezlerini çatışma ve zenginleşme yaklaşımlarına dayandırmışlar ve okul çağı çocuğu olan 1008 Hollandalı baba ve 929 Hollandalı anneden topladıkları veriler ile test etmişlerdir. Daha uzun çalışma saatleri ve daha az iş yükümlülüğü, daha az ebeveyn çocuk beraber geçirilen zaman ve daha uzun çalışma saatleri, daha kısıtlayıcı kurumsal kurallar, stres, esneklik, düzensiz çalışma saatleri (sadece anneler), iş yükümlülüğü ebeveyn-çocuk aktivitelerinin ihlalini arttırmıştır. Daha az ve daha çok ihlale uğrayan ebeveyn-çocuk aktiviteleri daha düşük ebeveyn-çocuk ilişki niteliği ile

ilişkili bulunmuştur. Buna ek olarak iş yükümlülüğü ve iş saatlerinin ebeveyn-çocuk ilişkisi niteliği üzerinde doğrudan ve yararlı etkileri bulunmuştur.

Anderson (2006), iş stresi, ebeveynin öz yeterliliği, yetersiz ebeveynlik davranışı ve genç problem davranışı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 297 aileye verilen ankette ebeveynlerin iş stresi ve ebeveynlik öz yeterlilik algısı, gençlerin yetersiz ebeveynlik davranışı algısı ve ebeveyn, genç ve öğretmenlerin gençlerde görülen içe yönelik ve dışa yönelik problem davranışları algıları ölçümlenmiştir. İşin eve bulaştığına yönelik kanıt bulunmuşlardır; iş stresi (annenin iş-aile çatışması ve babanın iş tatminsizliği) azalan ebeveyn öz yeterliliği ve artan yetersiz ebeveynlik davranışı ile ilişkili bulunmuştur bu da sonuç olarak gençlerde içe yönelik ve dışa yönelik problem davranışların artan düzeyde görülmesine yol açmıştır. Buna ek olarak annenin ebeveynlik öz yeterliliğinin düşük olması gençlerde görülen içe yönelik ve dışa yönelik problem davranışlarla doğrudan ilişkili bulunmuştur. Son olarak babalardaki iş-aile çatışmasının yükselmesi gençlerde görülen içe yönelik davranış problemleriyle doğrudan ilişkili bulunmuştur. Anderson (2006) bu çalışmada iş ortamında ebeveynlik ve aile destek stratejilerinin yürütülmesiyle ebeveyn öz yeterliliğinin artarak yetersiz ebeveynlik tutumlarının azalabileceğinden bahsetmiştir.

Şentürk (2007), araştırmasında, 60–72 Aylık Çocukların çalışan ve çalışmayan annelerinin çocuk yetiştirme tutumları ile bu çocukların sosyal-duygusal uyum düzeylerini belirlemeyi amaçlamıştır. Ölçme araçları, 2006–2007 eğitim-öğretim yılında, İstanbul İli Küçükçekmece ilçesindeki 5 ilköğretim okulu bünyesindeki anasınıfı ve 5 anaokulu olmak üzere 10 resmi okul öncesi eğitim kurumuna devam eden 480 çocuk ile onların annelerine uygulanmıştır. Araştırma bulguları, çalışan ve çalışmayan annenin çocuk yetiştirme tutumlarını annenin eğitim düzeyine, annenin çalışma durumuna, ekonomik durumlarını değerlendirmelerine, İstanbul 'da yaşama süresine, eşleri ile ilişkilerini nasıl gördüklerine, sahip oldukları çocuk sayısına, annelerin yaşına, çocuğun okul türüne göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık gösterdiğini; annelerin evlilik süresine, çalışma süresine, evde akrabanın yaşamasına, eşlerinden aldıkları destek düzeyine, çocuğunun cinsiyetine ve yaşına göre ise anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya koymuştur. 60–72 aylık çocukların sosyal-duygusal uyum düzeylerini; annenin eğitimine, İstanbul'da yaşam

süresine, çalışma durumuna, akrabayla birlikte yaşamasına, annenin eşiyle ilişki düzeyini algılamasına, çocuğun cinsiyetine, ekonomik düzeyine, okul türüne, çocuğun yaşına göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık gösterdiğini; annelerin çocuk sayısına, eşlerinden aldıkları destek düzeyine, annenin yaşına, evlilik süresine, çalışma süresine göre ise anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya koymuştur. Çalışan ve çalışmayan annenin çocuk yetiştirme tutumları ile 60–72 aylık çocuklarının sosyal-duygusal uyum düzeyi arasında; annenin koruyucu çocuk yetiştirme, baskıya dayalı çocuk yetiştirme, demokratik çocuk yetiştirme tutumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık gösterdiğini; ev kadınlığını reddetme ve karı-koca geçimsizliğine göre ise anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya koymuştur.

Yeşilyaprak (2007), yaptığı çalışmada çalışan annelerin eğitim düzeyinin, çalışmayanlara göre daha yüksek ve kendini geliştirme çabası ve bilinçlenme düzeyinin daha yeterli olduğunu ifade etmiştir. Bu açıdan da annenin çalışmasının çocuğuna ilişkin doğru yaklaşımları benimsemesi, daha sağlıklı bir ortam yaratmasının yordayıcısı bir değişken olduğu söylenebilir demiştir.

Işık (2006), ailelerin örgütsel ve yapısal niteliğinin annelerin çalışma durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yaptığı çalışmada çalışmayan annelerin çalışan annelere göre aile işlevleri açısından daha sağlıklı bir yapı gösterdiklerini saptamıştır.

## BÖLÜM III

### YÖNTEM

#### 3.1. Araştırma Modeli

Araştırma betimsel ve kıyaslamalı bir çalışmadır.

#### 3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni, 2010 senesinde İzmir’de yaşayan ve çalışan annelerden oluşmaktadır. Araştırma grubunu 307 anne oluşturmaktadır. Araştırmada olasılıksız örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bunun için de araştırma yapıldığı sıradan ulaşılabilen, 6-18 yaş aralığında çocuğu olan ve çalışan anneler araştırma katılımcılarını oluşturmuştur. Belirlenen ölçekler Akdeniz Kimya, Arkas Holding, Dokuz Eylül Üniversitesi Rektörlüğü, BTM Isı Yalıtım, SAM Eczanesi, Finansbank gibi farklı sektörlerde çalışan annelere uygulanmıştır.

#### 3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, İş Stresi Ölçeği, Maslach Tükenmişlik Ölçeği (MTÖ), Aile Değerlendirme Ölçeği ve 6-18 Yaş Çocuk ve Gençler için Davranış Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Kişisel Bilgi Formu ile sosyo-demografik özellikler, İş Stresi Ölçeği ile annenin stresle başa çıkma becerisi, Maslach Tükenmişlik Ölçeği ile annenin tükenmişlik düzeyi, Aile Değerlendirme Ölçeği ile aile işlevlerinin ne kadar işlevsel olduğu ve 6-18 Yaş Çocuk ve Gençler için Davranış Değerlendirme Ölçeği ile ölçekleri uygulayan annelerin çocuklarında görülen davranış problemleri belirlenmiştir.

**3.3.1. İş Stresi Ölçeği:** Dr. Suzanne Haynes tarafından Ulusal Sağlık İstatistikleri Merkezi’nde çalışan kadın ve erkekler üzerinde uygulanmış, daha sonra aynı ölçek Aktaş (1996) tarafından Türkçe’ye uyarlanarak güvenilirlik çalışması gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin uyarlama çalışmasında uzman grubundan yararlanılmıştır (akt. Aktas, 2001).

Ölçeğin güvenilirliği ile ilgili çalışma iki farklı ancak benzer amacı olan analiz ile gerçekleştirilmiştir. Güvenirlik çalışmasında bütün soruların birbiriyle ilişki düzeyi (Cronbach Alfa: .88) bulunmuştur. Cronbach Alpha kullanılan ölçeğin iç tutarlılığını yansıtmaktadır. Bu test ile ölçeğin soruları arasındaki ortalama korelasyona bakılmıştır. Ölçek Ankara’da 100’den fazla işçi çalıştıran 40 işyeri sahibine 15 gün arayla uygulanmıştır. Ön test sonucu (Cronbach Alfa: .96) son test sonucu (Cronbach Alfa: .94) olarak belirlenmiştir. Ölçeğin son test uygulanmasında katsayının yükselmiş olması, güvenilirlik açısından olumlu bir sonuç olarak değerlendirilmektedir (akt. Aktaş, 2001).

Ölçekle ilgili 2. analiz de split half testidir. Bu analiz de aynı amaca hizmet etmektedir. Burada ölçeğin soruları iki gruba ayrılmış ve bu iki grup soru arasındaki korelasyona bakılmıştır. Test sonucunda 1’e yakın bir değer 9273 çıktığı için güvenilir bulunmuştur (Aktaş, 1996-2001). Testin kamu kesiminde üst düzey yöneticiler üzerindeki yeni uygulamasında da kişilik özellikleri ile stres düzeyi arasındaki ilişki araştırılmıştır. Stres ölçeğinde 12’den düşük puan Düşük Stresi, 12-30 ve 30’dan büyük puan ise Stresli ve Yüksek Stresli durumu ifade etmektedir.

**3.3.2. Maslach Tükenmişlik Ölçeği:** Ölçeğin özgün şekli C. Maslach ve S. Jackson (1981) tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlaması Ergin (1992) tarafından yapılmıştır. Doktor, hemşire, öğretmen, avukat, polis ve memurlardan oluşan 235 kişilik bir örneklem üzerinde ölçeğin ön uygulaması yapılarak, bu gruptan alınan verilere göre ölçekte bazı değişiklikler yapılmış ve ölçek son halini almıştır (Ergin, 1992).

Ölçeğin özgün formunda yer alan “hiçbir zaman- yılda birkaç kere- ayda bir- ayda birkaç kere- haftada bir- haftada birkaç kere- hergün” şeklindeki 7 basamaklı cevap seçeneklerinin uygun olmadığı değerlendirildiğinden “hiçbir zaman-nadiren-bazen-çoğu zaman- her zaman” ifadelerine karşılık gelen ve 1-5 arasında puanlandırılan 5’li Likert tipi cevap seçeneği kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması çalışmalarında yapılan analizler sonucu ölçeğin orijinalinde olduğu gibi üç boyuta yayıldığı görülmüştür. Bu nedenle ölçek genel tükenmişlik seviyesini ölçmek için kullanılabildiği gibi, üç alt boyut olan Duygusal Tükenme,



Duyarsızlaşma ve Kişisel Başarı Hissi Azalması seviyelerini ayrı ayrı ölçmek için de kullanılabilir (Ergin, 1992).

Bu boyutlardan ilki olan Duygusal Tükenme, 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 ve 20 nci maddeler olmak üzere toplam 9 madde ile ölçülmektedir. Puan aralığı 9-45 arasındadır. Olumsuz ifadeler içeren bu maddelerden alınacak yüksek puanlar daha fazla duygusal tükenme yaşandığını ifade etmektedir. İkinci alt boyut Duyarsızlaşma, 5, 10, 11, 15 ve 22 nci maddeler olmak üzere toplam 5 madde ile ölçülmektedir. Puan aralığı 5-25 arasındadır. Olumsuz ifadeler içeren bu maddelerden alınacak yüksek puanlar daha fazla duyarsızlaşma yaşandığını ifade etmektedir. Üçüncü alt boyut olan Kişisel Başarı Hissi Azalması ise 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19 ve 21 nci maddeler olmak üzere toplam 8 madde ile ölçülmektedir. Puan aralığı 8-40 arasındadır. Maddeler olumlu ifadeler içermektedir. Bu nedenle alınacak yüksek puanlar daha fazla kişisel başarı hissi duyulduğunu göstermektedir. Bu alt ölçeğin tersine puanlanması da mümkündür. Bu çalışmada da katılımcıların kişisel başarı hissi puanları ters olarak puanlanmıştır. Bu nedenle yüksek puanlar, kişilerin daha fazla kişisel başarı hissi azalması yaşadıklarını göstermektedir.

Ergin (1992) tarafından yapılan güvenilirlik analizi sonucunda ölçeğin üç alt boyutu için Cronbach Alfa katsayıları duygusal tükenme için 0.83, duyarsızlaşma için 0.65 ve kişisel başarı hissi azalması için 0.72 olarak elde edilmiştir. Yapılan test/tekrar test analizi sonucunda ise güvenilirlik katsayıları duygusal tükenme için 0.83, duyarsızlaşma için 0.72 ve kişisel başarı hissi azalması için 0.67 olarak elde edilmiştir. Bu çalışmada, Ergin (1992) tarafından uyarlanan MTE' nin, kullanılan örneklem için yapı geçerliliğinin test edilmesi amacıyla LISREL 8.30 programı kullanılarak "Doğrulayıcı (Confirmatory) Faktör Analizi" yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi, keşfedici (exploratory) faktör analizi sonucunda elde edilen faktör yapılarının bir kontrolüdür. Doğrulayıcı faktör analizinde uyum istatistikleri, modelin kabul edilip edilmeyeceğine dair bir takım kabul edilebilir sınır değerler kullanılarak yorumlanmaktadır. Daha açık bir ifadeyle, analiz sonucunda üretilen uyum istatistiklerinin belli değerlerin üzerinde veya altında olması istenir. Uyum istatistikleri arasında en çok kullanılan değerlerden bir tanesi,  $\chi^2$  değerinin serbestlik derecesine bölümüdür. Bu değer 2 veya altında olması, modelin iyi bir model olduğunu, 5 veya daha altında olması ise kabul edilebilir bir model olduğunu

göstermektedir. Diğer uyum istatistikleri ve modelin kabul edilebilir olması için alması gereken değerler şöyle sıralanabilir. GFI (Goodness of Fit Index), AGFI (Adjusted of Good Index) ve CFI (Comparative Good Index) değerlerinin 0.90'dan büyük olması, RMR (Root Mean Square Residual) değerinin ise 0.08 den küçük olması gerekmektedir (Şimşek, 2007). Analiz sonucunda ölçeğin, kullanılan örneklem için de yapı geçerliliğine sahip olduğu görülmüştür. Yapılan güvenirlik analizi sonucunda ise, üç alt boyut için Cronbach Alfa katsayıları duygusal tükenme için 0.82, duyarsızlaşma için 0.60 ve kişisel başarı hissi azalması için 0.75 olarak bulunmuştur.

### **3.3.3. Aile Değerlendirme Ölçeği (ADÖ) (McMaster Family Assessment Device, FAD):**

Aile Değerlendirme ölçeği, Amerika Birleşik Devletleri'nde Brown Üniversitesi ve Buttler Hastanesi tarafından Aile Araştırma Programı çerçevesinde geliştirilmiştir ve ailenin işlevlerini hangi konularda yerine getirip getirmediğini ortaya çıkarmak amacıyla kullanılmaktadır. Epstein ve Bishop tarafından 1983 yılında geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan ölçek, daha önce geliştirilmiş olan McMaster Aile İşlevleri Modelinin klinik olarak aileler üzerinde uygulanmasıyla elde edilmiştir. Ölçek, Türkiye'de Bulut (1989) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılarak dilimize kazandırılmıştır (Bulut, 1990).

Ölçek, yedi alt boyuttan ve toplam 60 maddeden oluşmaktadır. Her madde, aile yaşamına ilişkin olumlu ve olumsuz ifadelerin yer aldığı bir cümleden meydana gelmiştir ve her cümle yedi alt boyuttan birine aittir. Yedi alt boyutun altı tanesi Mc. Master'in Aile İşlevleri Modelinin alt boyutları olup, aile işlevlerindeki her bir sorun alanını tek tek ele almakta sonradan eklenen yedinci boyut da genel işlevlere odaklanmaktadır. Soruların bazıları sağlıklı işlevleri, bazıları ise sağlıksız işlevleri tanımlamaktadır. Mc. Master Aile İşlevleri Modeline göre 53 olan soru sayısı, üç alt boyutun ( iletişim, problem çözme ve roller ) geçerliliğini artırmak amacıyla boyutlar arası korelasyonu etkilemeyecek biçimde 60 soruya çıkarılmıştır. Yedi alt boyutun tanımları aşağıdaki gibidir.

Bu boyutlardan ilki olan Problem Çözme boyutu; ailenin etkili bir şekilde işlevlerini yerine getirebileceği düzeyde maddi ve manevi sorunlarını çözebilme becerisi olarak ele alınmaktadır. Sorunun ortaya çıkışından çözülmesine kadar olan dönemi kapsar. Aile Değerlendirme Ölçeği'nin problem çözme ile ilgili ifadeleri 2, 12, 24, 38, 50 ve 60. sorularında yer almaktadır. İkinci alt boyut olan İletişim ise aile üyeleri arasındaki bilgi alışverişi biçiminde tanımlanmaktadır. Üyeler arası sözlü iletişimin içeriğinin açık olup olmadığı, kişilerin söylemek istediklerini direkt olarak ifade edip edemedikleri üzerinde durulmaktadır. İletişim boyutu ile ilgili ifadeler 3, 14, 18, 22, 29, 35, 43, 52 ve 59. sorularda yer almaktadır.

Roller, ailenin maddi ve manevi ihtiyaçlarını karşılayan davranış kalıplarıdır. Üçüncü alt boyut olan Roller, ailenin kaynaklarının kullanımı, bakıp büyütme, destekleme ve kişisel gelişim sağlama, aile sistemini idare etme gibi konularda davranış kalıbı geliştirip geliştirmedeği üzerinde odaklaşmaktadır. İlave olarak, görevlerin belirgin ve eşit olarak dağılımı ile aile üyeleri tarafından sorumlu olarak yerine getirilip getirilmediğini de kapsamaktadır. Roller boyutu ile ilgili ifadeler 4, 8, 10, 15, 23, 30, 34, 40, 45, 53 ve 58. maddelerde yer almaktadır. Dördüncü alt boyut olan Duygusal Tepki Verebilme (Affective Responsiveness), üyelerin her türlü uyaran karşısında en uygun tepkiyi gösterebilmesi anlamına gelmektedir. Bu boyut ile ilgili cümleler 9, 19, 28, 39, 49 ve 59. maddelerde yer almaktadır.

Beşinci alt boyut olan Gereken İlgii Gösterme (Affective Involvement) ise aile üyelerinin birbirlerine gösterdiği ilgi, bakım ve sevgiyi içerir. En sağlıklı aile orta derecede ilgilenir, az veya çok ilgilenen aileler işlevlerini yerine getiremiyor demektir. Çok ilgilenme üyelerin birbirlerine fazla bağımlı olduğunun, az ilgilenme ise birbirlerine az sevgi ve ilgi duyduklarının belirleyicisidir. Bu ifadeler ölçeğin 5, 13, 25, 33, 37, 42 ve 54. maddelerinde yer almaktadır. Altıncı alt boyut Davranış Kontrolü (Behavior Control), ailenin üyelerin davranışlarına standart koyma ve disiplin sağlama biçimidir. Psikolojik ve sosyal tehlike karşısındaki davranışlar değerlendirilir. Bununla ilgili ifadeler 7, 17, 20, 27, 32, 44, 47, 48 ve 55. maddelerde yer almaktadır. Son olarak yedinci alt boyut Genel Fonksiyonlar (General Functions) ise yukarıda belirtilen altı boyutu da kapsayacak şekilde bilgi toplamayı amaçlayan boyuttur. Bunlar, 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36, 41, 46, 51 ve 56. maddelerde yer almaktadır.

Aile Değerlendirme Ölçeği, Brown Üniversitesi ve Buttler Hastanesi'nde geliştirilmiştir. McMaster Aile İşlevleri Modeli, Aile Değerlendirme Ölçeği için 53 soruya indirgenirken her boyuttan tesadüfi yöntemle sorular seçilmiş ve her boyutun iç tutarlılığı Cronbach alfa katsayısı ile hesaplanmıştır. Her boyutun alfa katsayısı en az 0.70 olana kadar bu işleme devam edilmistir. İç tutarlılık (alfa katsayısı) altı boyutta 0.72 ile 0.92 arasında değişmektedir. Bu da ölçeğin iç tutarlılığının yüksek olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin geçerlik çalışması Epstein ve arkadaşları tarafından yapılmıştır (1983). Ölçek, 218 normal 98 psikiyatrik hasta ailesinden yalnız birer kişiye uygulanmış, her ölçekte normal ailelerin aldıkları puan ortalamaları hasta ailelerin aldıkları puan ortalamalarından daha düşük (sağlıklı) çıkmıştır. Aynı araştırmacılar Aile Değerlendirme Ölçeğinin benzer ölçeklerle geçerliğini saptamak amacıyla 178 emekli 60 yaşlarında çifte Aile Değerlendirme Ölçeğiyle birlikte Philadelphia Moral Ölçeği ve Locke Wallace Evlilik Doyum Ölçeğini aynı anda uygulayarak regresyon analizi yapmışlar ve Locke Wallace Evlilik Doyum Ölçeği ile aralarında önemli bir ilişki olduğunu bulmuşlardır (benzer ölçekler geçerlik katsayısı  $r = 0.53$ ). Aynı şekilde Aile Değerlendirme Ölçeğinden alınan puanlarla gerek erkekler gerekse kadınların Philadelphia Moral Ölçeği puanları arasında benzer ölçekler geçerlik katsayısı  $r = 0.47$  olarak bulunmuştur. Ölçeğin ikinci geçerlik ve güvenilirlik çalışması 1985 yılında Miller ve ark. tarafından yapılmıştır. Ölçeğin sosyal beğenirlik yönelimlerinden etkilenme durumunu saptamak amacıyla 72 aile içindeki 164 aile üyesine Aile değerlendirme ölçeği, Marlowe – Crowne Sosyal Beğenirlik Yönelimlerinden Etkilenme Ölçeği ile birlikte verilmiş, bu ölçeğin her alt boyut ile yapılan korelasyonları düşük çıkmıştır. En düşük korelasyon Davranış kontrolü boyutunda olup  $-0.06$ ; en yüksek korelasyon ise Gereken İlgii Gösterme boyutunda  $-0.019$  dur. Bu sonuç Aile Değerlendirme Ölçeğinin sosyal beğenirlikten etkilenmediğini göstermiştir. Puan değişmezliği konusundaki güvenilirlik çalışması için ölçek 45 kişilik bir gruba on beş gün arayla iki kez uygulanmıştır. Ön – Son Test uygulaması ölçeğin puan değişmezliği konusunda güvenilir olduğunu ortaya çıkarmıştır. İki uygulama arasındaki ön - son test güvenilirlik katsayısı 0.66 (problem çözme) ve 0.76 (duygusal tepki verebilme) arasında değişmektedir.

Aile Değerlendirme Ölçeğinin dış ölçütlere göre geçerliğinin incelenmesinde aile üyelerinin ölçek puanlarıyla deneyimli bir aile terapistinin aileye ait değerlendirmeleri karşılaştırılmıştır. Davranış Kontrolü hariç, terapist ve ölçeğin değerlendirmeleri uyumlu çıkmıştır. Bu çalışmaya dayanılarak, ölçeğin Davranış Kontrolü boyutu dışında psikiyatrik hasta bulunan ve normal ailelerin işlevlerini ayırt etmede etkili olduğu ifade edilmiştir.

Ölçeğin Türkiye'deki geçerlik ve güvenirlik çalışması Bulut (1989) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin orijinali Türkçeye çevrildikten sonra aile terapisi konusunda uzman olan bir öğretim üyesinin önerisi alınarak her maddeyi en iyi açıklayan çeviri kabul edilmiştir. Çeviriden sonra hazırlanan Türkçe form psikiyatrist, psikolog ve sosyal hizmet uzmanlarından oluşan 20 kişilik bir gruba dağıtılarak her madde gözden geçirilmiş ve ölçek uygulamaya hazır hale gelmiştir. Ölçeğin yapı geçerliği bilinen grupların karşılaştırılması tekniğiyle sınınmıştır. Boşanmış ailelerin işlevlerinin sağlıklı olduğu düşünülerek 25 boşanma sürecinde olan çift ve 25 normal evlilik sürdüren çiftte ölçek uygulanmış ve sonuçlar her boyut için t testi ile karşılaştırılmıştır. Yedi ölçeğin altı tanesi  $p = 0.001$  düzeyinde önemli fark gösterirken Davranış Kontrolü boyutu  $p = 0.01$  düzeyinde anlamlılık göstermiştir. Yine, ölçeğin ruh hastası bulunan ve bulunmayan gruplar arasındaki ayırt ediciliğini belirlemek amacıyla Ankara Üniversitesi Psikiyatri Kliniğinde 1985 – 1988 yıllarında yatarak tedavi görmüş 100 hastanın ailelerine ölçek uygulanmıştır. Duygusal Tepki Verebilme, Gereken İlgiyi Gösterebilme ve Genel Fonksiyonlar boyutlarında  $p = 0.0001$  düzeyinde; İletişim, Roller ve Davranış Kontrolü boyutlarında  $p = 0.001$  düzeyinde ve Problem Çözme boyutunda ise  $p = 0.01$  düzeyinde önemli farklar gözlenmiştir. Sonuçlar, grupları birbirinden ayırt ettiğini göstermiştir. Benzer ölçekler geçerliğini incelemek amacıyla evli 25 kişiye Evlilik Yaşam Ölçeğiyle beraber uygulanmış ve sadece Genel Fonksiyonlar boyutuyla karşılaştırılmıştır. Her iki ölçekten alınan puanların Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon katsayısı 0.66 dır ve  $p = 0.001$  düzeyinde önemlidir. İç tutarlılık ve test – tekrar test yöntemleriyle sınınmıştır. İç tutarlılığı, 67 deneğin verdikleri cevaplar üzerinden her bir boyut için Cronbach alfa katsayıları hesaplanarak yapılmıştır. Problem Çözme için 0.80, İletişim için 0.71, Roller için 0.42, Duygusal Tepki Verebilme için 0.59, Gereken İlgiyi Gösterme için 0.38, Davranış Kontrolü için 0.52, Genel Fonksiyonlar için 0.86 ( $p= 0.001$  ). Ayrıca, Sosyal Hizmetler Yüksekokulu

öğrencilerinden 51 kişilik gruba üç hafta süreyle iki kere uygulanmış ve test – tekrar test katsayıları Problem Çözme için 0.90, Roller için 0.82, İletişim için 0.84, Gereken İlgiyi Gösterme için 0.62, Duygusal Tepki Verebilme için 0.78, Davranış Kontrolü için 0.80 ve Genel Fonksiyonlar için 0.89 olarak gerek iç tutarlılığı gerekse test – tekrar test güvenilirliği yüksek bulunmuştur ( $p<0.001$ ). Aile Değerlendirme Ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliğine ilişkin bulgular, hemen tüm konularda ölçeğin orijinalinde yapılan çalışmaların bulgularını destekler niteliktedir (Bulut, 1990).

Ölçeğin puanlanması ve değerlendirilmesi yapılırken her madde için cevap seçenekleri dört grupta toplanmıştır. Değerlendirmede, seçeneklere 1’den 4’e kadar puan verilmektedir. “Aynen Katılıyorum” seçeneğine 1 puan, “Büyük Ölçüde Katılıyorum” seçeneğine 2 puan, “Biraz Katılıyorum” seçeneğine 3 puan ve “ Hiç Katılmıyorum ” seçeneğine ise 4 puan verilmektedir. Ölçeği oluşturan maddelerde iki tür ifade bulunmaktadır. Bunlar sağlıklılık ve sağlıksızlık gösteren ifadelerdir. Bazı maddeler olumlu, bazıları da olumsuz yönde hazırlanmış olduğundan bazı sorularda aynen katılıyorum, bazılarında ise hiç katılmıyorum cevabı sağlıklı ilişkileri göstermektedir. Örneğin “Aynen Katılıyorum” seçeneği 34. maddede sağlıksız aile işlevini, 26.maddede ise sağlıklı aile işlevini göstermektedir. Ölçeğin değerlendirilmesinde, hesaplamada kolaylık sağlamak amacıyla sağlıksızlık gösteren maddelere verilen puanlar 5’ten çıkarılarak her maddede “Aynen Katılıyorum” seçeneğinin en sağlıklı ve “Hiç Katılmıyorum” seçeneğinin ise en sağlıksız aile işlevini göstermesi sağlanmaktadır. Tüm maddelerde 1 puanın sağlıklı, 4 puanın ise sağlıksız cevabı göstermesi sağlanır. Bu şekilde elde edilen puanlar her alt boyut için toplanıp boyuttaki soru sayısına bölünerek ortalaması alınır ve o boyutun puanı belirlenmiş olur. Her boyuttaki maddelerin % 40 indan fazlası cevapsız bırakılmışsa o boyut için ortalama puan hesaplanmaz ve o kişi fire olarak kabul edilir. Elde edilen puanlama için ilk olarak en sol tarafa işaretlenen seçeneklerin puanları yazılır. Olumsuz maddelerde (\* ile işaretlenmiştir.) ham puanlar 5’ten çıkarılarak gerçek puanlara dönüştürülür ve sonuç “dönüştürülmüş puanlar ” başlığı altına yazılır. Çizelgenin sağ tarafında yedi sütun altında küçük kutucuklar bulunmaktadır. Her sütun yedi alt boyuttan birini göstermektedir. İkinci olarak, madde puanları (sağlıksızlık gösteren maddelerde dönüştürülmüş puanlar) sağ taraftaki uygun kutulara geçirilir. Her bir alt boyutun puanını bulmak için her sütundaki puanlar yukarıdan aşağıya toplanır ve bu toplam her alt boyut için cevaplanan madde

sayısına bölünür. Böylece yedi alt boyut puanı elde edilir. Ölçek puanları 1(sağlıklı) ile 4 (sağlıksız) arasında değişmekte ve her alt boyut için hesaplanan puanlar 4'e yaklaştıkça o boyut açısından sağlıksızlığın arttığı yorumu yapılmaktadır. Teorik olarak, 2 ayırt edici puan olarak belirlenmiştir. 2'nin altı sağlıklı, 2'nin üzeri sağlıksız aile işlevlerini göstermektedir (Bulut, 1990).

**3.3.4. 6-18 Yaş Çocuk ve Gençler İçin Davranış Değerlendirme Ölçeği (ÇGDÖ) (Child Behavior Checklist for Ages 6-18, CBCL) :** CBCL, ilk olarak 4-18 yaş grubundaki çocuk ve gençlerin yeterlik alanları ve sorun davranışlarını, anne babalardan elde edilen bilgiler doğrultusunda değerlendirmek amacı ile Achenbach ve Edelbrok tarafından geliştirilmiştir (Rinehart ve ark. 2001). CBCL 4-18, Türkçe'ye ilk kez Akçakın ve Savaşır tarafından 1983 yılında çevrilmiş ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır (Akçakın, 1985).

CBCL 4-18'in 1991 formu ise, Türkçe'ye Erol ve ark. (1998) tarafından çevrilmiş ve ülkemizdeki 1983 çeviri formuyla karşılaştırılıp, farklılık ve benzerlikleri incelenmiştir. Ölçeğin iç tutarlık çalışmasında 4488 çocuk ve gençle çalışılmış, sonuçlar ele alınan cinsiyet ve yaş grupları ile, il, ilçe ve köylerde ölçeğin güvenilir olarak kullanıldığını göstermiştir. Ölçeğin iç tutarlılığı çalışma örneklemini oluşturan 4488 çocuk ve gencin puanları üzerinden Cronbach alpha katsayısı ile hesaplanmış ve katsayılar; İçe Yönelim= 0.82, Dışa Yönelim= 0.81 ve Toplam Problem= 0.88 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe test- tekrar test güvenirligi elli anneye bir hafta ara ile iki kez uygulanarak hesaplanmış ve korelasyonlar Toplam Yeterlikte 0.78, Toplam Problemden ise 0.84 olarak saptanmış ve korelasyonların yüksek olduğu belirlenmiştir.

Ölçek, yirmi yeterlilik ve yüz on sekiz problem maddesinden oluşmaktadır. Ölçekte, yeterlilikle ilgili maddeler çocuk ve gencin ilgilendiği ve aktif olarak katıldığı spor ile spor dışı etkinlikleri, ev ya da ev dışında yaptığı işleri kapsamaktadır. Ayrıca, çocuğun sosyal alandaki işlevleri de belirlenmektedir. Okuldaki başarı durumu, sorunları, okul etkinliğine katılımının nitelik ve niceliği saptanmaktadır. Etkinliklerden, sosyallikten ve okul alt ölçeklerinden elde edilen puanlar toplanarak, toplam yeterlilik puanı elde edilmektedir (Erol ve ark., 1998).

Ölçeğin ikinci bölümünde, çocuk ve gençlerde görülen davranış ve duygusal sorunları tanımlayan yüz on üç maddeye yer verilmiştir. Sorun davranışlar, son altı ayda görülme sıklık derecesine göre; 0, 1 ve 2 olarak derecelendirilmektedir. Ölçekte belirtilen madde çocukta yoksa 0, çocuk için bazen ya da biraz doğruysa 1, çok doğru ya da sıklıkla doğruysa 2 olarak işaretlenmektedir. Ölçekten içe yönelim ve dışa yönelim olmak üzere iki ayrı davranış belirti puanı elde edilmekte olup, bu iki temel bölüme ait beş, bu gruplara girmeyen üç alt ölçek bulunmaktadır. İçe yönelim (İY) grubu; sosyal içe dönüklük, somatik yakınmalar, anksiyete, depresyon, dışa yönelim (DY) grubu ise; suça yönelik davranışlar, saldırgan davranışlar alt ölçek toplamlarından oluşmaktadır. Ayrıca her iki gruba girmeyen sosyal sorunlar, düşünce ve dikkat sorunları da ölçekte yer almaktadır. Bu alt testlerin toplamından “toplam problem puanı” elde edilmektedir. Bu çalışmada, ölçeğin içe yönelim ve dışa yönelim boyutları ile toplam problem puanları değerlendirilmiştir. Toplam problem puanları ise genel davranış problemi puanı olarak ifade edilmiştir (Erol ve ark., 1998).

Ölçeğin 1991 formu 4-18 yaş arası (Achenbach, 1991a), 21. yüzyıl baskısı olarak bilinen 2001 yılı baskısı ise 6-18 yaş aralığını kapsamaktadır. Yeni baskıda 4 ve 5 yaşlar değerlendirme dışı bırakılarak bu yaşları da kapsayan CBCL/1.5-5 yaş ölçeği geliştirilmiştir (Achenbach ve Rescorla, 2000). Buna karşın, 5 yaşını bitiren bir çocuk CBCL/6-18 ile tekrar değerlendirilecekse CBCL/6-18 kullanılabilir.

Davranım problemleri, dikkat sorunları ve depresyonu daha iyi değerlendirebilmek için 1991 formunda nadiren işaretlenen ya da etkisi düşük olan 6 madde değiştirilerek 2001 formunda şu maddeler yer almıştır; 2-Anne-babanın izni olmadan içki içer; 4-Başladığı etkinlikleri (oyunu, dersleri, işleri bitiremez, 5-Hoşlandığı ya da zevk aldığı çok az şey vardır; 28-Ev, okul ya da diğer yerlerde kurallara uymaz, karşı gelir; 78-Dikkatı kolayca dağılır; 99-Sigara içer, tütün çiğner. Ayrıca içki içme 2.maddede sorgulandığı için, 105. maddede ‘madde kullanımı’ yer almıştır.

Ölçek 6-18 yaş grubu çocuk ve gençlerin sorun davranışlarını anne-babalarından yada onlara bakım verenlerden elde edilen bilgiler doğrultusunda değerlendirmektedir (Achenbach 1991a, Achenbach ve Rescorla 2001). Ölçek 113



problem maddesinden oluşmaktadır. Sorun davranışlar son 6 ayda görülme sıklık derecesine göre 0, 1 ve 2 olarak derecelendirilir ve maddeler çeşitli alt ölçekler içinde gruplandırılır. Ölçekten “içe yönelim” ve “dışa yönelim” olarak iki ayrı davranış belirti puanı elde edilmektedir. İçe yönelim grubunu “anksiyete/depresyon, sosyal içe dönüklük/depresyon ve somatik yakınmalar”, dışa yönelim grubunu ise “kurallara karşı gelme ve saldırgan davranışlar” alt testlerinin toplamı oluşturmaktadır. Ayrıca, her iki gruba da girmeyen “sosyal sorunlar, düşünce sorunları ve dikkat sorunları” alt testleri yer almaktadır. Ölçeğin tümünden “toplam problem” puanı elde edilmektedir. Ölçeğin ayrıca çocuğun aktivite, sosyallik, okul durumunu değerlendiren yeterlik bölümü bulunmaktadır. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği, toplam problemde .84, iç tutarlılığı .88 olarak bulunmuştur (Erol ve ark., 1995). Doğrulayıcı faktör analizi kullanılarak yapılan geçerlik çalışmasında, maddelerin %99’unun ölçülmesi amaçlanan belirtileri anlamlı ( $p<.01$ ), pozitif ve tatmin edici düzeyde ölçtüğünü göstermiştir (Erol ve Şimşek, 2000, Dümenci ve ark., 2004).

#### **3.4. Verilerin Toplanması**

Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarını içeren formlar annelere dağıtılmış, eksik formlar çalışma kapsamına alınmamıştır.

#### **3.5. Verilerin Çözümlemesi**

Elde edilen verilerin istatistiksel analizinde t- testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), scheffé testi ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

## BÖLÜM IV

### BULGULAR VE YORUMLAR

Araştırmanın bu kısmında araştırmanın alt problemlerini değerlendirmek üzere yapılan istatistiksel analizler sonucunda elde edilen veriler ilgili başlıklar altında sunulmuştur.

#### **4.1. Çalışan annelerin çocuk sayılarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri**

Araştırmanın ilk alt problemi olan “Çalışan annelerin çocuk sayılarına göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranış problemleri önemli farklılıklar göstermekte midir?” soruna ilişkin analizler normal dağılım varsayımının da karşılanmasıyla parametrik tekniklerden bağımsız örneklem için *t*-testi analizleriyle incelenmiştir. Ancak analizler sırasında üç çocuğu olan sadece dört anne bulunduğu saptanarak bu annelere ait veri incelemelerde kullanılmamıştır. Her ne kadar üç çocuğu olan annelere ait veri iki çocuğu olan annelerle birleştirilmesi öngörülse de iki çocuğu olan yüz bir anne bulunurken üç çocuğu olan sadece dört anne olması ve üçten daha fazla çocuğu olan annenin olmamasından dolayı iki ve daha fazla çocuğu olan anneler olarak yeniden tanımlanacak değışkende üç çocuğu olan annelerin temsil gücü oldukça düşük olacağından, üç çocuğu olan annelerin analize alınmasıyla üç değışken arasındaki farklar ancak parametrik olmayan istatistiksel tekniklerin kullanılmasıyla incelenebileceğı bununla birlikte üç çocuğu olan annelerin sayısının karşılaştırma için bile oldukça düşük olmasından ve araştırmada yanlığa yol açabileceğinden üç çocuğu olan dört anneye ilişkin verinin çıkarılmasına karar verilmiştir.

**Tablo 1**  
**Çalışan Annelerin Çocuk Sayılarına Göre İş Stresiyle Başa Çıkma Becerileri,**  
**Tükenmişlik Düzeyleri, Aile Değerlendirmeleri ve Çocuklarının Davranış**  
**Problemlerine İlişkin T-Testi Sonuçları**

Ölçekler ve alt boyutları	Çocuk sayısı	<i>n</i>	$\bar{x}$	ss	<i>T</i>	Sd	<i>p</i>
<i>İş stresi</i>	1	198	30,57	4,87	,701	297	,484
	2	101	30,16	4,50			
<i>Maslach tükenmişlik</i>							
Duygusal tükenme	1	198	21,87	6,61	1,494	294	,136
	2	98	20,70	5,64			
Duyarsızlaşma	1	198	9,13	3,42	1,776	294	,077
	2	98	8,41	2,94			
Kişisel başarı hissi	1	198	18,54	4,62	1,240	294	,216
	2	98	17,86	3,99			
<i>Aile değerlendirme</i>							
Problem çözme	1	189	1,94	,54	,885	280	,377
	2	93	1,87	,57			
İletişim	1	191	1,72	,46	,200	278	,841
	2	89	1,71	,44			
Roller	1	188	2,01	,42	,651	276	,516
	2	90	2,04	,48			
Duygusal tepki verme	1	195	1,59	,53	,127	288	,899
	2	95	1,61	,83			
Gereken ilgiyi gösterme	1	190	1,89	,62	,394	283	,694
	2	95	1,87	,35			
Davranış kontrolü	1	190	1,95	,38	1,051	281	,294
	2	93	1,90	,41			
Genel işlevler	1	194	1,56	,46	,089	284	,929
	2	92	1,55	,46			
<i>Davranış problemleri</i>							
İçe yönelim	1	198	5,64	5,73	1,868	296	,063
	2	100	7,06	7,06			
Dışa yönelim	1	198	6,34	5,59	,836	296	,404
	2	100	7,01	7,99			
Toplam problem	1	198	8,06	6,41	1,245	296	,214
	2	100	9,20	9,35			

Çalışan annelerin çocuk sayılarına göre araştırma değişkenlerinde önemli farklılıkların olup olmadığı bağımsız örneklem için *t*-testi analizleriyle incelendiğinde iş stresi alanında ( $t_{297}= ,701, p= ,484$ ), Maslach tükenmişlik ölçeği alt boyutları olan duygusal tükenme ( $t_{297}= 1,494, p= 136$ ), duyarsızlaşma ( $t_{297}= 1,776, p= ,136$ ) ve kişisel başarı hissinde ( $t_{297}= 1,240, p= ,216$ ); aile değerlendirme alanları olan problem çözme ( $t_{297}= ,885, p= ,377$ ), iletişim ( $t_{297}= ,200, p= ,377$ ), roller ( $t_{297}= ,651, p= ,516$ ), duygusal tepki verme ( $t_{297}= ,127, p= ,841$ ), gereken ilgiyi gösterme ( $t_{297}= ,394, p= ,694$ ), davranış kontrolü ( $t_{297}= 1,051, p= ,294$ ), genel işlevler ( $t_{297}= ,089, p= ,929$ ) alanlarında, davranış sorunları alt boyutları olan içe yönelim ( $t_{297}= 1,868, p= ,063$ ), dışa yönelim ( $t_{297}= ,936, p= ,404$ ) ve toplam problem ( $t_{297}= 1,245, p= ,214$ ) alanlarında önemli farklılıkların olmadığı tespit edilmiştir.

#### 4.2. Çalışan annelerin yaşlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri

Araştırmanın ikinci alt problemi olan “Çalışan annelerin yaşlarına göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranışları önemli farklılıklar göstermekte midir?” sorusuna ait istatistiksel bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 2**  
**Annelerin Yaş Aralıklarına Ait Frekans ve Yüzdeler**

Yaş aralığı	<i>f</i>	%
20-30 arası	24	7,8
31-40 arası	188	61,4
41-50 arası	88	28,8
51 ve üzeri	6	1,9
Toplam	306	100,0

Tablo 2’de annelerin yaş aralıkları incelendiğinde 20-30 yaş aralığında 24, 31-40 yaş aralığında 188, 41-50 yaş aralığında 88 ve son olarak da 51 ve üzeri yaş aralığında sadece 6 annenin yer aldığı saptanmıştır. 51 ve üzeri yaş aralığında oldukça az annenin yer almasından dolayı bu kategoride yer alan anneler 41-50 yaş aralığındaki 88 anneye birleştirilerek 41-50 ve üzeri yaş aralığı olarak toplamdaki

yüzdenin 30,7'sini oluşturan toplamda 94 kişiden oluşan yeni bir değişken tanımlanarak devam eden istatistiksel incelemeler de bu değişken üzerinden yürütülmüştür. Normallik varsayımının alt değişkenlerde karşılanmasından dolayı analizlerde tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. ANOVA'ı öncesinde annelerin yeni tanımlanan yaş aralıklarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait betimsel istatistik bulguları aşağıda yer almaktadır.

**Tablo 3**  
**Annelerin Yaş Aralıklarına Göre İş Stresiyle Başa Çıkma, Tükenmişlik, Aile Değerlendirme ve Çocuklarının Davranış Problemlerine Ait Betimsel İstatistik Sonuçları**

Ölçekler ve alt boyutları	Yaş aralıkları	n	$\bar{X}$	Ss
<i>İş stresi</i>	20-30 arası	24	29,66	6,09
	31-40 arası	187	30,00	4,84
	41-50 ve üzeri	93	31,20	4,18
	Toplam	304	30,34	4,78
<i>Maslach tükenmişlik</i>				
Duygusal tükenme	20-30 arası	23	19,82	5,92
	31-40 arası	185	21,55	6,74
	41-50 ve üzeri	93	21,74	5,60
	Toplam	301	21,48	6,35
Duyarsızlaşma	20-30 arası	23	7,60	2,80
	31-40 arası	185	8,99	3,36
	41-50 ve üzeri	93	9,03	3,20
	Toplam	301	8,90	3,28
Kişisel başarı hissi	20-30 arası	23	18,52	6,37
	31-40 arası	185	18,36	4,42
	41-50 ve üzeri	93	18,21	4,12
	Toplam	301	18,33	4,49
<i>Aile değerlendirme</i>				
Problem çözme	20-30 arası	23	1,85	,55
	31-40 arası	175	1,90	,55
	41-50 ve üzeri	89	1,94	,57
	Toplam	287	1,91	,55
İletişim	20-30 arası	23	1,70	,48
	31-40 arası	174	1,69	,43
	41-50 ve üzeri	88	1,75	,48
	Toplam	285	1,71	,45
Roller	20-30 arası	22	2,00	,54
	31-40 arası	175	1,98	,42
	41-50 ve üzeri	85	2,06	,46
	Toplam	282	2,01	,44

Duygusal tepki verme	20-30 arası	24	1,50	,43
	31-40 arası	181	1,55	,49
	41-50 ve üzeri	90	1,69	,89
	Toplam	295	1,59	,64
Gereken ilgiyi gösterme	20-30 arası	24	1,83	,38
	31-40 arası	174	1,84	,36
	41-50 ve üzeri	91	1,97	,79
	Toplam	289	1,88	,54
Davranış kontrolü	20-30 arası	24	1,93	,35
	31-40 arası	173	1,92	,38
	41-50 ve üzeri	89	1,94	,44
	Toplam	286	1,93	,39
Genel işlevler	20-30 arası	22	1,40	,39
	31-40 arası	179	1,54	,44
	41-50 ve üzeri	88	1,61	,50
	Toplam	289	1,55	,46
<i>Davranış problemleri</i>				
İçe yönelim	20-30 arası	24	4,87	4,81
	31-40 arası	185	6,68	6,90
	41-50 ve üzeri	94	5,20	4,84
	Toplam	303	6,07	6,21
Dışa yönelim	20-30 arası	24	5,12	4,59
	31-40 arası	185	6,93	6,89
	41-50 ve üzeri	94	6,07	5,93
	Toplam	303	6,52	6,46
Toplam problem	20-30 arası	24	6,70	7,25
	31-40 arası	185	8,72	7,46
	41-50 ve üzeri	94	7,97	7,68
	Toplam	303	8,33	7,51

Betimsel istatistik sonucunda annelerin iş stresine ait ortalama puanlarında yaşa göre artışların olduğu bulunmuştur. Aynı artışın tükenmişlik alanlarında da var olduğu bununla birlikte aile değerlendirme ve davranış sorunları alanlarının bazılarında yaşa göre artışların olduğu anlaşılmıştır. Ortalama puanlarında saptanan bu gibi farklılıkların manidarlığı betimsel istatistik sonuçlarıyla yorumlanamayacağı için annelerin yaş aralıklarına göre araştırma değişkenleri olan iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait olası değişimler ANOVA' ile incelenerek elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 4****Annelerin Yaş Aralıklarına Göre İş Stresiyle Başa Çıkma, Tükenmişlik, Aile Değerlendirme ve Çocuklarının Davranış Problemlerine Ait ANOVA Sonuçları**

Ölçekler ve alt boyutları	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	p
İş stresi	Grup içi	101,287	2	50,644	2,229	,109
	Gruplar arası	6839,446	301	22,722		
	Toplam	6940,734	303			
<i>Maslach tükenmişlik</i>						
Duygusal tükenme	Grup içi	70,385	2	35,192	,871	,420
	Gruplar arası	12038,765	298	40,399		
	Toplam	12109,150	300			
Duyarsızlaşma	Grup içi	41,634	2	20,817	1,937	,146
	Gruplar arası	3203,376	298	10,750		
	Toplam	3245,010	300			
Kişisel başarı hissi	Grup içi	2,334	2	1,167	,057	,944
	Gruplar arası	6058,443	298	20,330		
	Toplam	6060,777	300			
<i>Aile değerlendirme</i>						
Problem çözme	Grup içi	,170	2	,085	,273	,761
	Gruplar arası	88,633	284	,312		
	Toplam	88,803	286			
İletişim	Grup içi	,205	2	,103	,498	,608
	Gruplar arası	58,160	282	,206		
	Toplam	58,366	284			
Roller	Grup içi	,381	2	,190	,954	,386
	Gruplar arası	55,645	279	,199		
	Toplam	56,026	281			
Duygusal tepki verme	Grup içi	1,259	2	,629	1,526	,219
	Gruplar arası	120,421	292	,412		
	Toplam	121,679	294			
Gereken ilgiyi gösterme	Grup içi	1,141	2	,571	1,944	,145
	Gruplar arası	83,918	286	,293		
	Toplam	85,059	288			
Davranış kontrolü	Grup içi	,013	2	,006	,041	,960
	Gruplar arası	45,138	283	,159		
	Toplam	45,151	285			
Genel işlevler	Grup içi	,880	2	,440	2,089	,126
	Gruplar arası	60,199	286	,210		
	Toplam	61,078	288			
<i>Davranış problemleri</i>						
İçe yönelim	Grup içi	174,131	2	87,065	2,276	,105
	Gruplar arası	11477,968	300	38,260		
	Toplam	11652,099	302			
Dışa yönelim	Grup içi	97,239	2	48,620	1,166	,313
	Gruplar arası	12510,325	300	41,701		
	Toplam	12607,564	302			
Toplam problem	Grup içi	104,261	2	52,131	,922	,399
	Gruplar arası	16957,402	300	56,525		
	Toplam	17061,663	302			

Annelerin yaş aralıklarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait ANOVA’i sonuçları incelendiğinde iş stresi ( $F_{2-301}= 2,229, p= ,109$ ); Maslash tükenmişlik alanları olan duygusal tükenme ( $F_{2-298}= ,871, p= ,420$ ), duyarsızlaşma ( $F_{2-298}= 1,937, p= ,146$ ) ve kişisel başarı hissi ( $F_{2-298}= ,057, p= ,944$ ) alanlarında; aile değerlendirme alanları olan problem çözme ( $F_{2-284}= ,273, p= ,761$ ), iletişim ( $F_{2-301}= ,498, p= ,608$ ), roller ( $F_{2-279}= ,954, p= ,386$ ), duygusal tepki verme ( $F_{2-292}= 1.944, p= ,145$ ), davranış kontrolü ( $F_{2-283}= ,041, p= ,960$ ), genel işlevler ( $F_{2-286}= 2,089, p= ,126$ ) alanlarında; davranış sorunları alt alanlarından olan içe yönelim ( $F_{2-300}= 2,276, p= ,105$ ), dışa yönelim ( $F_{2-300}= 1,166, p= ,313$ ), toplam problem ( $F_{2-302}= ,922, p= ,399$ ) alanlarında önemli farklılıkların bulunmadığı anlaşılmıştır.

#### 4.3. Çalışan annelerin eğitim düzeylerine göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri

Araştırmanın üçüncü alt problemi olan “Çalışan annelerin eğitim düzeylerine göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranışları önemli farklılıklar göstermekte midir?” sorusuna ait istatistiksel bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 5**  
**Annelerin eğitim seviyelerine ait frekans ve yüzdeler**

Eğitim seviyesi	<i>f</i>	%
İlkokul	10	3,3
Ortaokul	15	4,9
Lise	67	21,9
Üniversite	184	60,1
Yüksek lisans ve üzeri	28	9,2
Boş değer	2	,7
Toplam	304	99,3



Annelerin eğitim seviyelerine ait frekanslar incelendiğinde çoğunluğun üniversite ve lise mezunu olduğu, yüksek lisans yapanların ise hemen arkalarında sıralandığı görülmüştür. Ancak ilkokul ve ortaokul mezunu olan anne sayısı diğer seviyeler göre oldukça düşük frekans oranlarına sahip durumdadır. Bunun için de bu iki eğitim seviyesi birleştirilerek ilkokul-ortaokul mezunu olarak 25 kişiden oluşan yeni bir değişken tanımlanmıştır. Bu eğitim seviyeleri üzerinden araştırma verisinde normallik ve varyansın homojenliği varsayımlarının karşılandığı tespit edilmiştir. Bunun içinde araştırmanın üçüncü alt problemine ait analizlerde betimsel istatistik ve tek yönlü varyans analizleriyle incelenerek elde edilen çıktılar aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 6**

**Annelerin eğitim seviyelerine göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait betimsel istatistik sonuçları**

Ölçekler	Alt boyutları	Eğitim seviyeleri	N	$\bar{X}$	ss
<i>İş stresi</i>	<i>İş stresi</i>	İlkokul-Ortaokul	25	26,72	5,27
		Lise	67	29,91	4,99
		Üniversite	182	30,85	4,43
		Lisansüstü	28	31,35	4,85
		Toplam	302	30,34	4,79
<i>Maslach tükenmişlik</i>	Duygusal tükenme	İlkokul-Ortaokul	24	21,54	5,98
		Lise	65	22,75	7,56
		Üniversite	182	21,03	6,10
		Lisansüstü	28	21,53	5,13
		Toplam	299	21,49	6,37
	Duyarsızlaşma	İlkokul-Ortaokul	24	9,04	3,83
		Lise	65	9,07	3,85
		Üniversite	182	8,77	2,97
		Lisansüstü	28	9,46	3,39
		Toplam	299	8,92	3,28
	Kişisel başarı hissi	İlkokul-Ortaokul	24	18,41	6,68
		Lise	65	18,16	4,64
		Üniversite	182	18,48	4,23
		Lisansüstü	28	18,21	3,16
Toplam		299	18,38	4,46	
<i>Aile değerlendirme</i>	Problem çözme	İlkokul-Ortaokul	24	1,97	,61
		Lise	60	1,84	,51
		Üniversite	174	1,91	,56
		Lisansüstü	28	2,01	,55
		Toplam	286	1,91	,55
	İletişim	İlkokul-Ortaokul	24	1,80	,43
		Lise	63	1,72	,42
		Üniversite	170	1,70	,46
		Lisansüstü	27	1,70	,44

		Toplam	284	1,71	,45
	Roller	İlkokul-Ortaokul	22	2,14	,48
		Lise	61	2,00	,44
		Üniversite	173	2,00	,44
		Lisansüstü	24	1,98	,42
		Toplam	280	2,01	,44
	Duygusal tepki verme	İlkokul-Ortaokul	24	1,73	,54
		Lise	65	1,68	,96
		Üniversite	177	1,54	,51
		Lisansüstü	27	1,54	,47
		Toplam	293	1,59	,64
	Gereken ilgiyi gösterme	İlkokul-Ortaokul	24	1,97	,46
		Lise	62	1,87	,42
		Üniversite	174	1,87	,61
		Lisansüstü	27	1,85	,32
		Toplam	287	1,88	,54
	Davranış kontrolü	İlkokul-Ortaokul	23	2,10	,45
		Lise	59	1,89	,39
		Üniversite	175	1,93	,38
		Lisansüstü	27	1,80	,36
		Toplam	284	1,92	,39
	Genel işlevler	İlkokul-Ortaokul	22	1,68	,55
		Lise	61	1,45	,37
		Üniversite	176	1,57	,47
		Lisansüstü	28	1,53	,42
		Toplam	287	1,55	,46
<i>Davranış problemleri</i>	İçe yönelim	İlkokul-Ortaokul	25	7,84	8,47
		Lise	66	6,86	6,29
		Üniversite	182	5,64	5,96
		Lisansüstü	28	5,14	4,18
		Toplam	301	6,04	6,16
	Dışa yönelim	İlkokul-Ortaokul	25	8,60	9,24
		Lise	66	6,28	4,88
		Üniversite	182	6,45	6,70
		Lisansüstü	28	5,75	5,11
		Toplam	301	6,53	6,47
	Toplam problem	İlkokul-Ortaokul	25	9,84	10,51
		Lise	66	8,18	6,47
		Üniversite	182	8,23	7,46
		Lisansüstü	28	7,78	6,93
		Toplam	301	8,31	7,48

Betimsel istatistik sonuçlarına göre annelerin iş stresi düzeylerinin onların almış oldukları eğitim arttıkça artma eğilimi gösterdiği, tükenmişlik ve aile değerlendirme alanlarında annelerin eğitim seviyelerine göre gözle görülür puan ortalaması farklılıkların olmadığı, bununla birlikte çocuklar davranış sorunlarında annelerin eğitim seviyeleri arttıkça puan ortalamalarında dikkat çekici düzeyde azalmaların olduğu görülmüştür. Annelerin puan ortalamalarında gözlenen bu

farklılıkların önemli olup olmadığı tek yönlü varyans analizleriyle incelenerek elde edilen bulgular aşağıdaki tablo yer almaktadır.

**Tablo 7**

**Annelerin Eğitim Seviyelerine Göre İş Stresiyle Başa Çıkma, Tükenmişlik, Aile Değerlendirme ve Çocuklarının Davranış Problemlerine Ait ANOVA Sonuçları**

Ölçekler ve alt boyutları	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	P	Fark kaynağı
<i>İş stresi</i>	Grup içi	416,568	3	138,856	6,360	<b>,000*</b>	*İlk. ortaokul – Lise
	Gruplar arası	6505,926	298	21,832			*İlk. ortaokul – Üniversite
	Toplam	6922,493	301				*İlk. ortaokul – Lisansüstü
<i>Maslach tükenmişlik</i>							
Duygusal tükenme	Grup içi	141,034	3	47,011	1,160	,325	
	Gruplar arası	11953,715	295	40,521			
	Toplam	12094,749	298				
Duyarsızlaşma	Grup içi	14,080	3	4,693	,433	,730	
	Gruplar arası	3200,302	295	10,848			
	Toplam	3214,381	298				
Kişisel başarı hissi	Grup içi	5,633	3	1,878	,093	,964	
	Gruplar arası	5931,137	295	20,106			
	Toplam	5936,769	298				
<i>Aile değerlendirme</i>							
Problem çözme	Grup içi	,684	3	,228	,735	,532	
	Gruplar arası	87,527	282	,310			
	Toplam	88,211	285				
İletişim	Grup içi	,205	3	,068	,332	,802	
	Gruplar arası	57,649	280	,206			
	Toplam	57,854	283				
Roller	Grup içi	,388	3	,129	,643	,588	
	Gruplar arası	55,483	276	,201			
	Toplam	55,871	279				
Duygusal tepki verme	Grup içi	1,463	3	,488	1,177	,319	
	Gruplar arası	119,699	289	,414			
	Toplam	121,162	292				
Gereken ilgiyi gösterme	Grup içi	,217	3	,072	,245	,865	
	Gruplar arası	83,497	283	,295			
	Toplam	83,714	286				
Davranış kontrolü	Grup içi	1,228	3	,409	2,619	,051	
	Gruplar arası	43,756	280	,156			
	Toplam	44,983	283				
Genel işlevler	Grup içi	1,063	3	,354	1,674	,173	
	Gruplar arası	59,869	283	,212			
	Toplam	60,932	286				
<i>Davranış problemleri</i>	Grup içi						
	Gruplar arası						
	Toplam						

İçe yönelim	Grup içi	177,002	3	59,001	1,561	,199	
	Gruplar arası	11226,347	297	37,799			
	Toplam	11403,349	300				
Dışa yönelim	Grup içi	129,022	3	43,007	1,027	,381	
	Gruplar arası	12435,929	297	41,872			
	Toplam	12564,950	300				
Toplam problem	Grup içi	68,283	3	22,761	,404	,751	
	Gruplar arası	16752,733	297	56,407			
	Toplam	16821,017	300				

\* $p \leq ,05$

Annelerin eğitim seviyelerine göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının sorun davranışlarına ait ANOVA bulguları incelendiğinde tükenmişlik alanları olan duygusal tükenme ( $F_{3-295} = 1,160, p = ,325$ ), duyarsızlaşma ( $F_{3-295} = ,433, p = ,730$ ) ve kişisel başarı hissinde ( $F_{3-295} = ,093, p = ,964$ ), aile değerlendirme alanlarından problem çözme ( $F_{3-282} = ,735, p = ,532$ ), iletişim ( $F_{3-280} = ,322, p = ,802$ ), roller ( $F_{3-276} = ,643, p = ,588$ ), duygusal tepki verme ( $F_{3-283} = 1,177, p = ,319$ ), gereken ilgiyi gösterme ( $F_{3-283} = ,245 p = ,865$ ), davranış kontrolü ( $F_{3-280} = 2,619, p = ,051$ ) ve genel işlevlerde ( $F_{3-283} = 1,674, p = ,173$ ) son olarak da davranış sorunları alanları olan içe yönelim ( $F_{3-297} = 1,561, p = ,199$ ), dışa yönelim ( $F_{3-297} = 1,027, p = ,381$ ) ve toplam problemlerde ( $F_{3-297} = ,404, p = ,751$ ) önemli farklılıkların olmadığı belirlenmiştir. Bununla birlikte annelerin iş stresi düzeylerinde önemli farklılıkların bulunduğu ( $F_{3-298} = 6,360, p = ,000, \eta^2 = ,06$ ) belirlenen bu farklılıkların kaynağının ise Scheffe testiyle incelendiğinde ilkökul ve ortaokul mezunları olanların iş stresi düzeylerinin lise, üniversite ve lisansüstü mezunlarına göre önemli düzeyde daha düşük olmasından kaynaklandığı tespit edilmiştir.

#### **4.4. Çalışan annelerin çalışma alanlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri**

Araştırmanın dördüncü alt problemi olan “Çalışan annelerin çalışma alanlarına göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranışları önemli farklılıklar göstermekte midir?” sorusuna ait istatistiksel bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 8****Annelerin Çalışma Alanlarına Göre İş Stresiyle Başa Çıkma, Tükenmişlik, Aile Değerlendirme ve Çocuklarının Davranış Problemlerine Ait Betimsel İstatistik Sonuçları**

Ölçekler ve alt boyutları	Kurum	n	$\bar{x}$	ss
İş stresi	Özel sektör	200	30,25	5,05
	Kamu	65	30,07	4,28
	Kendi işi	30	31,50	3,80
	Toplam	295	30,33	4,78
Maslach tükenmişlik				
Duygusal tükenme	Özel sektör	197	21,89	6,49
	Kamu	65	20,32	6,28
	Kendi işi	30	19,96	5,07
	Toplam	292	21,34	6,34
Duyarsızlaşma	Özel sektör	197	9,01	3,37
	Kamu	65	8,40	2,91
	Kendi işi	30	8,93	3,23
	Toplam	292	8,86	3,26
Kişisel başarı hissi	Özel sektör	197	18,43	4,71
	Kamu	65	18,60	4,21
	Kendi işi	30	17,06	3,26
	Toplam	292	18,33	4,48
Aile değerlendirme				
Problem çözme	Özel sektör	186	1,89	,56
	Kamu	63	1,90	,53
	Kendi işi	29	2,00	,57
	Toplam	278	1,91	,55
İletişim	Özel sektör	186	1,70	,45
	Kamu	61	1,74	,45
	Kendi işi	28	1,71	,51
	Toplam	275	1,71	,45
Roller	Özel sektör	185	2,00	,44
	Kamu	61	2,04	,46
	Kendi işi	27	2,02	,43
	Toplam	273	2,01	,44
Duygusal tepki verme	Özel sektör	195	1,61	,71
	Kamu	63	1,50	,46
	Kendi işi	28	1,69	,51
	Toplam	286	1,59	,65
Gereken ilgiyi gösterme	Özel sektör	192	1,89	,61
	Kamu	59	1,85	,30
	Kendi işi	28	1,90	,42
	Toplam	279	1,88	,54
Davranış kontrolü	Özel sektör	188	1,93	,39
	Kamu	61	1,96	,40
	Kendi işi	27	1,81	,41
	Toplam	276	1,93	,40
Genel işlevler	Özel sektör	190	1,54	,44
	Kamu	62	1,55	,46

	Kendi işi	27	1,65	,57
	Toplam	279	1,55	,46
Davranış problemleri				
İçer yönelim	Özel sektör	199	6,33	6,61
	Kamu	64	6,06	5,78
	Kendi işi	30	5,03	4,61
	Toplam	293	6,14	6,25
Dışa yönelim	Özel sektör	199	6,68	6,56
	Kamu	64	6,82	7,18
	Kendi işi	30	4,86	4,11
	Toplam	293	6,53	6,50
Toplam problem	Özel sektör	199	8,83	7,89
	Kamu	64	7,78	7,28
	Kendi işi	30	6,40	5,07
	Toplam	293	8,35	7,53

Annelerin çalışma alanlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait betimsel istatistik sonuçları incelendiğinde ortalama puanlar arasında farklılıkların bulunduğu gözlemlenerek normallik ve homojenlik varsayımlarının da karşılanmasıyla tek yönlü varyans analizleriyle ortalama puanlar arasındaki farklılıkların önem düzeyi incelenmiştir.

**Tablo 9**

**Annelerin Çalışma Alanlarına Göre İş Stresiyle Başa Çıkma, Tükenmişlik, Aile Değerlendirme ve Çocuklarının Davranış Problemlerine Ait ANOVA Sonuçları**

Ölçekler ve alt boyutları	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	p
İş stresi	Grup içi	46,486	2	23,243	1,016	,363
	Gruplar arası	6681,615	292	22,882		
	Toplam	6728,102	294			
Maslach tükenmişlik						
Duygusal tükenme	Grup içi	185,218	2	92,609	2,318	,100
	Gruplar arası	11545,152	289	39,949		
	Toplam	11730,370	291			
Duyarsızlaşma	Grup içi	18,634	2	9,317	,874	,419
	Gruplar arası	3082,421	289	10,666		
	Toplam	3101,055	291			
Kişisel başarı hissi	Grup içi	54,854	2	27,427	1,367	,257
	Gruplar arası	5799,924	289	20,069		
	Toplam	5854,777	291			
Aile değerlendirme						
Problem çözme	Grup içi	,318	2	,159	,509	,602
	Gruplar arası	85,954	275	,313		
	Toplam	86,272	277			
İletişim	Grup içi	,053	2	,027	,126	,881

	Gruplar arası	57,376	272	,211		
	Toplam	57,429	274			
Roller	Grup içi	,089	2	,044	,219	,803
	Gruplar arası	54,689	270	,203		
	Toplam	54,778	272			
Duygusal tepki verme	Grup içi	,825	2	,413	,970	,380
	Gruplar arası	120,378	283	,425		
	Toplam	121,203	285			
	Grup içi	,092	2	,046	,151	,860
Gereken ilgiyi gösterme	Gruplar arası	83,854	276	,304		
	Toplam	83,946	278			
	Grup içi	,460	2	,230	1,419	,244
Davranış kontrolü	Gruplar arası	44,228	273	,162		
	Toplam	44,688	275			
	Grup içi	,294	2	,147	,682	,507
Genel işlevler	Gruplar arası	59,498	276	,216		
	Toplam	59,792	278			
	Grup içi					
Davranış problemleri						
İçe yönelim	Grup içi	44,821	2	22,410	,571	,566
	Gruplar arası	11381,159	290	39,245		
	Toplam	11425,980	292			
Dışa yönelim	Grup içi	93,683	2	46,841	1,107	,332
	Gruplar arası	12269,259	290	42,308		
	Toplam	12362,942	292			
Toplam problem	Grup içi	181,420	2	90,710	1,602	,203
	Gruplar arası	16417,665	290	56,613		
	Toplam	16599,085	292			

Annelerin çalışma alanlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait ANOVA sonuçlarına göre çalışan annelerin iş stresi ( $F_{2-292} = 1,016$ ,  $p = ,363$ ), duygusal tükenme ( $F_{2-289} = 2,318$ ,  $p = ,100$ ), duyarsızlaşma ( $F_{2-289} = ,874$ ,  $p = ,419$ ), kişisel başarı hissi ( $F_{2-289} = 1,367$ ,  $p = ,257$ ), problem çözme ( $F_{2-275} = ,509$ ,  $p = ,602$ ), iletişim ( $F_{2-272} = ,126$ ,  $p = ,881$ ), roller ( $F_{2-270} = 1,674$ ,  $p = ,173$ ), duygusal tepki verme ( $F_{2-283} = ,970$ ,  $p = ,380$ ), gereken ilgiyi gösterme ( $F_{2-276} = ,151$ ,  $p = ,860$ ), davranış kontrolü ( $F_{2-273} = 1,419$ ,  $p = ,244$ ), genel işlevler ( $F_{2-276} = ,682$ ,  $p = ,507$ ), içe yönelim ( $F_{2-290} = ,571$ ,  $p = ,566$ ), dışa yönelim ( $F_{2-290} = 1,107$ ,  $p = ,332$ ) ve toplam problem ( $F_{2-290} = 1,602$ ,  $p = ,203$ ) alanlarında önemli farklılıkların olmadığı tespit edilmiştir.

#### 4.5. Çalışan annelerin gelir düzeylerine göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri

Araştırmanın beşinci alt problemi olan “Çalışan annelerin gelir düzeylerine göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranışları önemli farklılıklar göstermekte midir?” sorusuna ait istatistiksel bulgular aşağıda yer almaktadır.

**Tablo 10**  
**Ebeveynlerin gelir durumlarına ait frekans ve yüzdeler**

Gelir durumu	Anne	
	<i>f</i>	%
1.000 TL ve altı	46	15,0
1.001 - 3.000 TL arası	176	57,5
3.001 - 5.000 TL arası	41	13,4
5.001 TL ve üzeri	29	9,5
Boş değer	14	4,6
Toplam	306	100,0

Annelerin gelir durumlarına ait yüzdeler oranları incelendiğinde 46 katılımcının gelir seviyesinin 1.000 TL ve altında, 176 katılımcının 1.001 – 3.000 TL arasında, 41 katılımcının 3.001 – 5.000 TL arasında, 29 katılımcının 5.001 TL ve üzerinde aylık geliri olduğu 14 katılımcının ise aylık gelirine ait soruya yanıt vermediği anlaşılmaktadır. Analizlerin devamında bu 14 katılımcıya ait veri çıkarılarak 292 katılımcı üzerinden analizlere devam edilmiştir.



**Tablo 11**

**Annelerin gelir durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait betimsel istatistik sonuçları**

Ölçekler	Alt boyutları	Gelir Durumu	N	$\bar{x}$	ss
<i>İş stresi</i>	<i>İş stresi</i>	1.000 ve altı	46	27,80	5,83
		1.001 - 3.000 arası	175	30,25	4,36
		3.001 - 5.000 arası	40	31,65	4,87
		5.001 ve üzeri	29	32,79	4,14
		Toplam	290	30,31	4,85
<i>Maslach tükenmişlik</i>	<i>Duyusal tükenme</i>	1.000 ve altı	46	21,26	7,33
		1.001 - 3.000 arası	173	21,37	6,35
		3.001 - 5.000 arası	40	21,57	5,95
		5.001 ve üzeri	29	22,37	5,85
		Toplam	288	21,47	6,39
	<i>Duyarsızlaşma</i>	1.000 ve altı	46	8,67	3,91
		1.001 - 3.000 arası	173	8,61	3,13
		3.001 - 5.000 arası	40	9,87	3,35
		5.001 ve üzeri	29	9,17	2,81
		Toplam	288	8,85	3,28
	<i>Kişisel başarı hissi</i>	1.000 ve altı	46	17,93	6,28
		1.001 - 3.000 arası	173	18,77	4,19
		3.001 - 5.000 arası	40	17,85	3,99
		5.001 ve üzeri	29	17,06	3,22
		Toplam	288	18,34	4,50
<i>Aile değerlendirme</i>	<i>Problem çözme</i>	1.000 ve altı	43	1,87	,58
		1.001 - 3.000 arası	163	1,88	,51
		3.001 - 5.000 arası	39	1,96	,63
		5.001 ve üzeri	28	2,04	,62
		Toplam	273	1,90	,55
	<i>İletişim</i>	1.000 ve altı	42	1,67	,44
		1.001 - 3.000 arası	163	1,71	,44
		3.001 - 5.000 arası	37	1,73	,48
		5.001 ve üzeri	29	1,75	,49
		Toplam	271	1,71	,45
	<i>Roller</i>	1.000 ve altı	41	2,03	,43
		1.001 - 3.000 arası	162	2,02	,45
		3.001 - 5.000 arası	37	1,98	,41
		5.001 ve üzeri	29	1,98	,51
		Toplam	269	2,01	,44
	<i>Duyusal tepki verme</i>	1.000 ve altı	45	1,74	1,10
		1.001 - 3.000 arası	169	1,55	,52
		3.001 - 5.000 arası	39	1,62	,54
		5.001 ve üzeri	28	1,55	,48
		Toplam	281	1,59	,65
	<i>Gereken ilgiyi gösterme</i>	1.000 ve altı	45	1,80	,44
		1.001 - 3.000 arası	163	1,91	,63
		3.001 - 5.000 arası	38	1,89	,37
		5.001 ve üzeri	29	1,90	,32
		Toplam	275	1,89	,55
	<i>Davranış kontrolü</i>	1.000 ve altı	42	2,01	,40
		1.001 - 3.000 arası	165	1,91	,40

		3.001 - 5.000 arası	37	1,98	,33
		5.001 ve üzeri	28	1,88	,45
		Toplam	272	1,93	,40
	Genel işlevler	1.000 ve altı	43	1,52	,48
		1.001 - 3.000 arası	164	1,54	,44
		3.001 - 5.000 arası	40	1,58	,49
		5.001 ve üzeri	29	1,60	,50
		Toplam	276	1,55	,46
Davranış problemleri	İçe yönelim	1.000 ve altı	46	6,36	7,77
		1.001 - 3.000 arası	174	6,63	6,35
		3.001 - 5.000 arası	40	5,02	4,06
		5.001 ve üzeri	29	4,06	4,39
		Toplam	289	6,11	6,20
	Dışa yönelim	1.000 ve altı	46	6,67	7,15
		1.001 - 3.000 arası	174	6,89	6,62
		3.001 - 5.000 arası	40	5,80	4,74
		5.001 ve üzeri	29	5,55	7,17
		Toplam	289	6,57	6,53
	Toplam problem	1.000 ve altı	46	8,23	9,21
		1.001 - 3.000 arası	174	8,72	7,48
		3.001 - 5.000 arası	40	7,60	5,83
		5.001 ve üzeri	29	7,55	7,44
		Toplam	289	8,37	7,55

Betimsel istatistik sonuçları incelendiğinde çalışan annelerin gelir durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait ortalama puanları arasında farklılıkların olduğu gözlemlenmektedir. Bu farklılıkların önem düzeyini incelemek amacıyla varsayımsal kriterler olan normallik ve homojenlik sayıtlarının da karşılanmasıyla analizlerde tek yönlü varyans analizi kullanılarak elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 12**

**Annelerin Gelir Durumlarına Göre İş Stresiyle Başa Çıkma, Tükenmişlik, Aile Değerlendirme Ve Çocuklarının Davranış Problemlerine Ait ANOVA Sonuçları**

Ölçekler ve alt boyutları	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	p	Fark kaynağı
İş stresi	Grup içi	539,919	3	179,973	8,224	<b>,000*</b>	*1.000 ve altı – 1.001 ve 3.000 *1.000 ve altı – 3.001 – 5.000 *1.000 ve altı – 5.001 ve üzeri
	Gruplar arası	6258,526	286	21,883			
	Toplam	6798,445	289				
Maslach tükenmişlik							
Duygusal tükenme	Grup içi	28,345	3	9,448	,229	,876	
	Gruplar arası	11711,530	284	41,238			

	Toplam	11739,875	287				
Duyarsızlaşma	Grup içi	55,721	3	18,574	1,733	,160	
	Gruplar arası	3043,442	284	10,716			
	Toplam	3099,163	287				
Kişisel başarı hissi	Grup içi	96,678	3	32,226	1,601	,189	
	Gruplar arası	5715,975	284	20,127			
	Toplam	5812,653	287				
<i>Aile değerlendirme</i>							
Problem çözme	Grup içi	,788	3	,263	,845	,470	
	Gruplar arası	83,648	269	,311			
	Toplam	84,436	272				
İletişim	Grup içi	,123	3	,041	,195	,900	
	Gruplar arası	56,155	267	,210			
	Toplam	56,278	270				
Roller	Grup içi	,095	3	,032	,156	,926	
	Gruplar arası	53,877	265	,203			
	Toplam	53,972	268				
Duygusal tepki verme	Grup içi	1,428	3	,476	1,109	,346	
	Gruplar arası	118,926	277	,429			
	Toplam	120,354	280				
Gereken ilgiyi gösterme	Grup içi	,374	3	,125	,405	,749	
	Gruplar arası	83,384	271	,308			
	Toplam	83,758	274				
Davranış kontrolü	Grup içi	,460	3	,153	,953	,416	
	Gruplar arası	43,107	268	,161			
	Toplam	43,567	271				
Genel işlevler	Grup içi	,166	3	,055	,253	,859	
	Gruplar arası	59,509	272	,219			
	Toplam	59,676	275				
<i>Davranış problemleri</i>							
İçe yönelim	Grup içi	218,443	3	72,814	1,906	,129	
	Gruplar arası	10886,014	285	38,197			
	Toplam	11104,457	288				
Dışa yönelim	Grup içi	72,189	3	24,063	,561	,641	
	Gruplar arası	12214,606	285	42,858			
	Toplam	12286,796	288				
Toplam problem	Grup içi	65,740	3	21,913	,381	,767	
	Gruplar arası	16389,901	285	57,508			
	Toplam	16455,640	288				

\* $p \leq ,05$

Tablo 12’de annelerin gelir durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait ANOVA bulguları incelendiğinde annelerin iş stresi alanlarında önemli farklılıkların bulunduğu ( $F_{3-286} = 8,224, p = ,000, \eta^2 = ,08$ ) ancak Maslach tükenmişlik alanları olan duygusal tükenme ( $F_{3-284} = ,229, p = ,876$ ), duyarsızlaşma ( $F_{3-284} = 1,733, p = ,160$ ), kişisel başarı hissi ( $F_{3-284} = 1,601, p = ,189$ ); aile değerlendirme alanları olan problem çözme ( $F_{3-269} = ,845, p = ,470$ ), iletişim ( $F_{3-267} = ,195, p = ,900$ ), roller ( $F_{3-265} = ,156, p = ,926$ ), duygusal tepki verme ( $F_{3-277} = 1,109, p = ,346$ ), gereken ilgiyi gösterme ( $F_{3-271} = ,405, p = ,749$ ), davranış kontrolü ( $F_{3-268} = ,953, p = ,416$ ) ve genel işlevler alanlarında ( $F_{3-272} = ,253, p = ,859$ ); çocukların davranış problemleri alanları olan içe yönelim ( $F_{3-285} = 1,906, p = ,129$ ), dışa yönelim ( $F_{3-285} = ,561, p = ,641$ ) ve toplam problem alanlarında ( $F_{3-285} = ,381, p = ,767$ ) önemli farklılıkların bulunmadığı belirlenmiştir. İş stresinde belirlenen farklılığın kaynağı Scheffe testiyle incelendiğinde gelir düzeyi 1.000 TL.’nin altında olanların iş stresi ortalama puanlarının gelir düzeyleri 1.001 – 3.000 TL, 3.001-5.000 TL ve 5.001 TL üzerinde olanların iş stresi ortalama puanlarına göre önemli düzeyde daha düşük olmasından kaynaklandığı anlaşılmıştır.

#### 4.6. Çalışan annelerin medeni durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri

Araştırmanın altıncı alt problemi olan “Çalışan annelerin medeni durumuna göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranışları önemli farklılıklar göstermekte midir?” alt problemine ait istatistiksel bulgular aşağıda yer almaktadır.

**Tablo 13**

#### **Annelerin Medeni Durumlarına Ait Frekans Ve Yüzdeler**

<b>Çalışma alanı</b>	<b><i>f</i></b>	<b>%</b>
Evli	259	84,6
Boşanmış	43	14,1
Vefat etmiş	1	,3
Boş değer	3	1,0
Toplam	303	100,0

Çalışan annelerinin medeni durumlarına ait frekansları incelendiğinde evli 259, boşanmış 43, eşi vefat etmiş 1 katılımcı olduğu bu soruya yanıt vermeyerek boş bırakan 3 katılımcının da olduğu anlaşılmaktadır. Eşi vefat eden sadece bir katılımcı olduğu ve istatistiksel olarak 1 katılımcıya ait verinin kendisinden oldukça yüksek sayıda temsil sayısı olan evli ve boşanmış annelerle karşılaştırması doğru olmayacağı için boş bırakılmış maddelerle birlikte eşi vefat eden annelere ait veriler analiz dışında tutulmuştur. Evli ve boşanmış annelerin medeni durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 14**

**Annelerin Medeni Durumlarına Göre İş Stresiyle Başa Çıkma, Tükenmişlik, Aile Değerlendirme Ve Çocuklarının Davranış Problemlerine Ait Bağımsız Örneklem İçin *t*-testi Sonuçları**

Ölçekler ve alt boyutları	Medeni durum	<i>n</i>	$\bar{x}$	ss	<i>T</i>	sd	<i>p</i>
<i>İs stresi</i>	Evli	257	30,34	4,72	,046	298	,964
	Boşanmış	43	30,30	5,32			
<i>Maslach tükenmişlik</i>	Evli	255	21,29	6,27	1,023	295	,307
	Boşanmış	42	22,38	6,84			
Duyarsızlaşma	Evli	255	8,74	3,19	1,650	295	,100
	Boşanmış	42	9,64	3,68			
Kişisel başarı hissi	Evli	255	18,29	4,38	,021	295	,983
	Boşanmış	42	18,30	4,83			
<i>Aile değerlendirme</i>	Evli	242	1,88	,55	1,793	281	,074
	Boşanmış	41	2,05	,53			
İletişim	Evli	242	1,68	,43	2,488	279	<b>,013*</b>
	Boşanmış	39	1,87	,52			
Roller	Evli	238	2,00	,44	,937	276	,349
	Boşanmış	40	2,07	,43			
Duygusal tepki	Evli	250	1,56	,64	1,716	289	,087

verme	Boşanmış	41	1,75	,61			
Gereken ilgiyi gösterme	Evli	245	1,86	,55	1,458	283	,146
	Boşanmış	40	2,00	,44			
Davranış kontrolü	Evli	241	1,91	,38	1,458	281	,146
	Boşanmış	42	2,01	,43			
Genel işlevler	Evli	245	1,51	,42	3,556	285	<b>,000*</b>
	Boşanmış	42	1,77	,58			
<i>Davranış problemleri</i>							
İçe yönelim	Evli	257	5,80	5,83	1,671	297	,096
	Boşanmış	42	7,52	7,99			
Dışa yönelim	Evli	257	6,34	6,48	1,183	297	,238
	Boşanmış	42	7,61	6,49			
Toplam problem	Evli	257	7,92	7,35	2,416	297	<b>,016*</b>
	Boşanmış	42	10,90	7,78			

\* $p \leq ,05$

Annelerin medeni durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının sorun davranışlarına ait bağımsız örneklem için *t*-testi bulgularına göre iş stresi ( $t_{298} = ,046$ ,  $p = ,964$ ), duygusal tükenme ( $t_{295} = 1,023$ ,  $p = ,307$ ), duyarsızlaşma ( $t_{295} = 1,650$ ,  $p = ,100$ ), kişisel başarı hissi ( $t_{295} = ,021$ ,  $p = ,983$ ), problem çözme ( $t_{281} = 1,793$ ,  $p = ,074$ ), roller ( $t_{276} = ,937$ ,  $p = ,349$ ), duygusal tepki verme ( $t_{289} = 1,716$ ,  $p = ,087$ ), gereken ilgiyi gösterme ( $t_{283} = 1,458$ ,  $p = ,146$ ), davranış kontrolü ( $t_{281} = 1,458$ ,  $p = ,146$ ), içe yönelim ( $t_{297} = 1,671$ ,  $p = ,096$ ) ve dışa yönelim ( $t_{297} = 1,183$ ,  $p = ,238$ ) alanlarında evli ve boşanmış annelerin ortalama puanları arasında önemli farklılıkların bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çalışan annelerin aile değerlendirme alanlarından iletişim ( $t_{281} = 2,488$ ,  $p = ,013$ ,  $d = .25$ ) ve genel işlevler ( $t_{285} = 3,556$ ,  $p = ,000$ ,  $d = .37$ ) boyutlarında evli annelerin boşanmış annelere oranla önemli düzeyde daha sağlıklı işlevlere sahip oldukları tespit edilmiştir. Ayrıca evli annelerin davranış sorunları alt ölçeklerinden olan toplam problemlerdeki ortalama puanlarının boşanmış annelerin ortalama puanlarına göre önemli düzeyde daha düşük olduğu bulunmuştur ( $t_{297} = 2,416$ ,  $p = ,016$ ,  $d = .23$ ).

#### 4.7. Çalışan annelerin işlerinden tatmin olma durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri

Araştırmanın yedinci alt problemi olan “Çalışan annelerin yaptıkları işten tatmin olma düzeylerine göre iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik düzeyleri, aile değerlendirmeleri ve çocuklarının davranışları önemli farklılıklar göstermekte midir?” soruna ait istatistiksel sonuçlar aşağıda yer almaktadır.

**Tablo 15**

#### **Annelerin İşlerinden Tatmin Olma Durumlarına Göre İş Stresiyle Başa Çıkma, Tükenmişlik, Aile Değerlendirme Ve Çocuklarının Davranış Problemlerine Ait Betimsel İstatistik Sonuçları**

Ölçekler ve alt boyutları	Tatmin Düzeyi	n	$\bar{X}$	Ss
<i>İş stresi</i>	Düşük	24	26,70	4,47
	Orta	121	30,28	5,20
	İyi	144	31,19	4,15
	Toplam	289	30,44	4,78
<i>Maslach tükenmişlik</i>				
Duygusal tükenme	Düşük	23	28,08	7,90
	Orta	119	22,16	5,88
	İyi	143	19,74	5,84
	Toplam	285	21,42	6,44
Duyarsızlaşma	Düşük	23	10,78	3,95
	Orta	119	8,96	3,32
	İyi	143	8,46	3,01
	Toplam	285	8,85	3,27
Kişisel başarı hissi	Düşük	23	19,47	4,53
	Orta	119	19,20	3,97
	İyi	143	17,41	4,53
	Toplam	285	18,32	4,38
<i>Aile değerlendirme</i>				
Problem çözme	Düşük	24	1,73	,46
	Orta	112	1,90	,54
	İyi	136	1,94	,57
	Toplam	272	1,91	,55
İletişim	Düşük	24	1,70	,43
	Orta	112	1,70	,41
	İyi	135	1,70	,48
	Toplam	271	1,70	,45
Roller	Düşük	23	2,01	,35
	Orta	108	2,00	,43
	İyi	138	2,01	,46
	Toplam	269	2,00	,44
Duygusal tepki verme	Düşük	24	1,52	,53
	Orta	118	1,60	,79
	İyi	138	1,59	,51

	Toplam	280	1,59	,64
Gereken ilgiyi gösterme	Düşük	22	1,78	,24
	Orta	114	1,88	,73
	İyi	138	1,88	,37
	Toplam	274	1,87	,54
Davranış kontrolü	Düşük	23	1,82	,25
	Orta	114	1,90	,40
	İyi	136	1,95	,40
	Toplam	273	1,92	,39
Genel işlevler	Düşük	24	1,52	,33
	Orta	114	1,54	,44
	İyi	138	1,57	,49
	Toplam	276	1,55	,46
<i>Davranış problemleri</i>				
İçe yönelim	Düşük	24	9,08	6,65
	Orta	119	6,23	5,33
	İyi	145	5,35	6,35
	Toplam	288	6,02	6,04
Dışa yönelim	Düşük	24	9,87	8,08
	Orta	119	6,57	6,42
	İyi	145	5,95	6,17
	Toplam	288	6,53	6,51
Toplam problem	Düşük	24	13,12	7,56
	Orta	119	9,07	7,81
	İyi	145	7,04	6,93
	Toplam	288	8,39	7,53

Annelerin işlerinden tatmin olma durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının sorun davranışlarına ait betimsel istatistik bulgularında annelerin ortalama puanları arasında gözle görülür farklılıklar bulunduğu anlaşılabilir. Bu farklılıklar incelemek için normallik ve homojenlik varsayımlarının karşılanmasıyla tek yönlü varyans analizleriyle incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar aşağıdaki tabloda sunulmuştur.



**Tablo 16**

**Annelerin İşlerinden Tatmin Olma Durumlarına Göre İş Stresiyle Başa Çıkma, Tükenmişlik, Aile Değerlendirme Ve Çocuklarının Davranış Problemlerine Ait ANOVA Sonuçları**

Ölçekler ve alt boyutları	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	P	Fark kaynağı
<i>İş stresi</i>	Grup içi	418,918	2	209,459	9,696	<b>,000*</b>	*Düşük – orta
	Gruplar arası	6178,390	286	21,603			*Düşük – iyi
	Toplam	6597,308	288				
<i>Maslach tükenmişlik</i>							
Duygusal tükenme	Grup içi	1491,884	2	745,942	20,395	<b>,000*</b>	*Düşük – orta
	Gruplar arası	10313,891	282	36,574			*Düşük – iyi
	Toplam	11805,775	284				
Duyarsızlaşma	Grup içi	109,069	2	54,534	5,239	<b>,006*</b>	*Düşük – orta
	Gruplar arası	2935,317	282	10,409			*Düşük – iyi
	Toplam	3044,386	284				
Kişisel başarı hissi	Grup içi	241,096	2	120,548	6,503	<b>,002*</b>	*Orta- iyi
	Gruplar arası	5227,556	282	18,537			
	Toplam	5468,653	284				
<i>Aile değerlendirme</i>							
Problem çözme	Grup içi	,975	2	,487	1,601	,204	
	Gruplar arası	81,928	269	,305			
	Toplam	82,903	271				
İletişim	Grup içi	,001	2	,000	,001	,999	
	Gruplar arası	54,902	268	,205			
	Toplam	54,902	270				
Roller	Grup içi	,003	2	,001	,006	,994	
	Gruplar arası	52,506	266	,197			
	Toplam	52,508	268				
Duygusal tepki verme	Grup içi	,154	2	,077	,184	,832	
	Gruplar arası	115,987	277	,419			
	Toplam	116,141	279				
Gereken ilgiyi gösterme	Grup içi	,207	2	,103	,344	,709	
	Gruplar arası	81,525	271	,301			
	Toplam	81,732	273				
Davranış kontrolü	Grup içi	,367	2	,184	1,158	,316	
	Gruplar arası	42,825	270	,159			
	Toplam	43,192	272				
Genel işlevler	Grup içi	,083	2	,042	,193	,824	
	Gruplar arası	58,751	273	,215			
	Toplam	58,835	275				
<i>Davranış problemleri</i>							
İçer yönelim	Grup içi	295,471	2	147,735	4,129	<b>,017*</b>	*Düşük - iyi
	Gruplar arası	10196,307	285	35,777			
	Toplam	10491,778	287				
Dışa yönelim	Grup içi	317,301	2	158,651	3,810	<b>,023*</b>	*Düşük - iyi
	Gruplar arası	11866,279	285	41,636			
	Toplam	12183,580	287				
Toplam problem	Grup içi	855,057	2	427,528	7,897	<b>,000*</b>	*Düşük – orta
	Gruplar arası	15429,606	285	54,139			*Düşük – iyi
	Toplam	16284,663	287				

\* $p \leq ,05$

Annelerin işlerinden tatmin olma durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait ANOVA bulguları incelendiğinde aile değerlendirme alanları olan problem çözme ( $F_{2-269}= 1,601, p= ,204$ ), iletişim ( $F_{2-268}= ,001, p= ,999$ ), roller ( $F_{2-266}= ,006, p= ,994$ ), duygusal tepki verme ( $F_{2-277}= ,184, p= ,832$ ), gereken ilgiyi gösterme ( $F_{2-271}= ,344, p= ,709$ ), davranış kontrolü ( $F_{2-270}= ,184, p= ,316$ ) ve genel işlevler ( $F_{2-286}= ,042, p= ,824$ ) alanlarında önemli farklılıkların olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte iş stresi ( $F_{2-269}= 9,696, p= ,000, \eta^2= ,06$ ), Maslach tükenmişlik alanları olan duygusal tükenme ( $F_{2-282}= 20,395, p= ,000, \eta^2= ,13$ ), duyarsızlaşma ( $F_{2-282}= 5,239, p= ,006, \eta^2= ,04$ ) ve kişisel başarı hissinde ( $F_{2-282}= 6,503, p= ,002, \eta^2= ,04$ ), davranış sorunları alanları olan içe yönelim ( $F_{2-285}= 4,129, p= ,017, \eta^2= ,03$ ), dışa yönelim ( $F_{2-285}= 3,810, p= ,023, \eta^2= ,03$ ) ve toplam problem ( $F_{2-285}= 7,897, p= ,000, \eta^2= ,05$ ) alanlarında annelerin işlerinden tatmin olma düzeylerine göre önemli farklılıkların olduğu anlaşılmaktadır. Bu farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan Scheffe testleri sonucunda iş stresindeki farklılıkların işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin ortalama puanlarının orta ve iyi düzeyde işlerinden tatmin olan annelere göre önemli düzeyde daha düşük olmasından, duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alanlarındaki farklılıklarının işlerden düşük düzeyde tatmin olan annelerinin ortalama puanlarının işlerinden orta ve iyi olanlara göre önemli oranda daha yüksek olmasından, kişisel başarı hissinde işlerinden orta düzeyde tatmin olan annelerin işlerinden iyi düzeyde tatmin olanlara göre önemli oranda daha yüksek ortalama puanlarının olmasından, içe ve dışa yönelim problem alanlarında işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin ortalama puanlarının işlerinden iyi düzeyde tatmin olan annelere göre önemli orandan daha yüksek olmasından son olarak da toplam problem alanlarında işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin orta ve iyi düzeyde iş tatmini olan annelere göre önemli oranda daha yüksek ortalama puanlara sahip olmasından kaynaklandığı belirlenmiştir.

#### 4.8. Çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme düzeylerinin çocuklarının davranış problemlerini yordama gücü

Araştırmanın sekizinci alt problemi olan “Çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik ve aile değerlendirme düzeyleri çocuklarının davranış problemlerinin önemli yordayıcısı mıdır?” sorusunu incelemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları aşağıda yer almaktadır.

**Tablo 17**  
**Annelerin İş Stresi, Tükenmişlik Ve Aile Değerlendirme Alanlarının Çocuklarının Davranış Problemlerini Yordamasına Ait Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları**

Bağımlı değişken	Model	Standartlaştırılmamış katsayılar		Standartlaştırılmış katsayılar	t	P	%95 Güven aralığı	
		B	Std. Hata	Beta			Alt sınır	Üst sınır
İçe Yönelim	Sabit	15,291	4,274		3,578	,000*	6,868	23,714
	İş stresi	-,209	,090	-,158	-2,336	,020*	-,386	-,033
	Duygusal tükenme	-,101	,079	-,102	-1,276	,203	-,257	,055
	Duyarsızlaşma	,078	,148	,043	,530	,597	-,213	,369
	Kişisel başarı hissi	-,082	,100	-,060	-,816	,415	-,280	,116
	Problem çözme	-,663	1,107	-,057	-,599	,550	-2,845	1,519
	İletişim	-1,823	1,514	-,135	-1,204	,230	-4,807	1,161
	Roller	2,235	1,377	,160	1,624	,106	-,478	4,948
	Duygusal tepki verme	-,471	,731	-,049	-,644	,520	-1,912	,970
	Gereken ilgiyi göst.	,019	,770	,002	,025	,980	-1,498	1,536
	Davranış kontrolü	-3,392	1,210	-,218	-2,802	,006*	-5,777	-1,006
Genel işlevler	4,599	1,728	,341	2,662	,008*	1,194	8,004	
Dışa yönelim	Sabit	13,574	4,487		3,025	,003*	4,731	22,417
	İş stresi	-,190	,094	-,139	-2,020	,045*	-,376	-,005
	Duygusal tükenme	-,077	,083	-,076	-,934	,352	-,241	,086
	Duyarsızlaşma	,135	,155	,072	,871	,385	-,171	,441
	Kişisel başarı hissi	-,121	,105	-,086	-1,147	,253	-,329	,087
	Problem çözme	,496	1,162	,041	,427	,670	-1,795	2,787
	İletişim	-1,497	1,590	-,108	-,941	,348	-4,630	1,637
	Roller	,155	1,445	,011	,107	,915	-2,694	3,003
	Duygusal tepki verme	-1,197	,768	-,122	-1,559	,120	-2,710	,316
	Gereken ilgiyi göst.	-,060	,808	-,005	-,075	,941	-1,653	1,533
	Davranış kontrolü	-1,178	1,271	-,073	-,927	,355	-3,683	1,326
Genel işlevler	4,491	1,814	,323	2,476	,014*	,916	8,066	
Toplam problem	Sabit	16,910	5,145		3,287	,001*	6,770	27,049
	İş stresi	-,196	,108	-,123	-1,813	,071	-,409	,017
	Duygusal tükenme	-,038	,095	-,032	-,402	,688	-,226	,149
	Duyarsızlaşma	,160	,178	,072	,902	,368	-,190	,511
	Kişisel başarı hissi	-,175	,121	-,106	-1,447	,149	-,413	,063
	Problem çözme	,178	1,333	,013	,134	,894	-2,449	2,805
	İletişim	-1,215	1,823	-,075	-,667	,506	-4,808	2,378

Roller	,673	1,657	,040	,406	,685	-2,593	3,939
Duygusal tepki verme	-,722	,880	-,063	-,820	,413	-2,457	1,013
Gereken ilgiyi göst.	,139	,927	,010	,149	,881	-1,688	1,965
Davranış kontrolü	-4,145	1,457	-,220	-2,845	<b>,005*</b>	-7,017	-1,273
Genel işlevler	6,083	2,080	,373	2,924	<b>,004*</b>	1,983	10,182

Çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik ve aile değerlendirme düzeyleri çocuklarının davranış problemlerinin önemli yordayıcısı olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarında içe yönelim ( $F_{11-219} = 2,374$ ,  $p = ,009$ ,  $R^2 = ,06$ ) ve toplam problem ( $F_{11-219} = 2,209$ ,  $p = ,015$ ,  $R^2 = ,11$ ) alanlarına ait regresyon modellerindeki bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenleri açıklamada yeterlik gösterdiği ancak dışa yönelim alanında ( $F_{11-219} = 1,458$ ,  $p = ,149$ ,  $R^2 = ,07$ ) önemli düzeyde açıklama getirmediği tespit edilmiştir. Bağımsız değişkenlerin her birinin bağımlı değişken olarak içe yönelimi açıklamasıyla  $t$  değerlerine ait öneme ilişkin bulgular incelendiğinde iş stresi ( $\beta = -.16$ ), davranış kontrolü ( $\beta = -.22$ ) ve genel işlevlerin ( $\beta = .34$ ) önemli yordayıcılar oldukları belirlenmiştir. Bu sonuca göre çalışan annelerin iş stresi düzeylerindeki artış çocuklarının davranış problemlerine ait içe yönelim düzeylerinin artmasına neden olmaktadır. Diğer bir bakış açısıyla çalışan annelerin iş stresiyle baş etme düzeylerindeki artış çocuklarının davranış problemi alanlarından içe yönelimde önemli artışlara neden olmaktadır. Aile değerlendirme alanlarında alınan düşük puanların sağlıklı ilişkileri temsil ettiği göz önüne alındığında ise davranış kontrolünün artmasının içe yönelimin artmasına genel işlevlerin azalmasının ise içe yönelimin artmasına neden olduğu söylenebilir. Dışa yönelim alanında belirlenen önemli yordayıcılar olan iş stresi ve genel işlevlerin ise regresyon modeline ait ANOVA sonucunun yeterlik göstermemesinden dolayı önemli yordayıcılar olarak ele alınması doğru değildir. Toplam problem alanında ise  $t$ -testi bulgularına göre davranış kontrolü ( $\beta = -.22$ ) ve genel işlevlerin ( $\beta = .37$ ) önemli birer yordayıcı oldukları görülmektedir. Bu sonuçlara göre içe yönelim alanına benzer olarak toplam problem alanında da aile değerlendirme alanlarında alınan düşük puanların sağlıklı ilişkileri temsil ettiği göz önüne alınarak davranış kontrolünün artmasının toplam problemin artmasına genel işlevlerin azalmasının ise toplam problemin artmasına neden olduğu söylenebilir.

## BÖLÜM V

### SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

#### 5.1 Çalışan annelerin çocuk sayılarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri

Çalışan annelerin çocuk sayılarına göre araştırma değişkenlerinde önemli farklılıkların olup olmadığı bağımsız örneklemeler için *t*-testi analizleriyle incelendiğinde iş stresi alanında, Maslach tükenmişlik ölçeği alt boyutları olan duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı hissinde; aile değerlendirme alanları olan problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü, genel işlevler alanlarında, davranış sorunları alt boyutları olan içe yönelim, dışa yönelim ve toplam problem alanlarında önemli farklılıkların olmadığı tespit edilmiştir.

5-6 yaş çocukların çalışan ve çalışmayan annelerinin çocuk yetiştirme tutumları ile bu çocukların sosyal-duygusal uyum düzeylerinin karşılaştırıldığı araştırmasında (Şentürk, 2007) çalışan annelerde ailedeki çocuk sayısına göre MASDU (Sosyal Yaşamın Gereklere Uygun Davranma) toplam ve hiçbir alt boyutta istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Cabrera ve arkadaşları (2000), çocuk sayısının artmasının annelerin büyük çocuklara karşı ilgisiz tutum, küçük çocuklara karşı ise aşırı koruyucu tutum sergilemelerine neden olabildiğini ifade etmişlerdir (akt. Bıçakçı, 2004). Kığılı (1994) yaptığı çalışmada, bir çocuğa sahip ailelerin, aile yapılarını değerlendirmelerinin, diğer (2-3, 4-5, 5-6, 7 ve üstü çocuk) gruplara göre anlamlı derecede daha olumlu olduğunu saptamıştır. Şener ve Terzioğlu (2002) ailelerin çocuk sayısının artması ile birlikte evlilik uyumlarının anlamlı derecede azaldığını tespit etmişlerdir.

Olçay (2008), bazı kişisel ve ailesel değişkenlere göre okulöncesi dönemdeki çocukların sosyal yetenekleri ve davranış problemlerini incelediği çalışmasında, kardeş sayısına göre PKBS Davranış Dereceleme Cetveli Sosyal Yetenekler ve Problem Davranışlar alt boyutları puanları arasında farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Roxburgh (1994) ise kadın, iş ve ruh sağlığı üzerine yaptığı çalışmasında, çocuk sayısının anne ruh sağlığı üzerindeki etkisinin pozitif olduğunu bulmuştur. Bulgusu, çocukların negatif etkisi olduğunu bildiren daha önceki çalışmalarla çelişmektedir (Cleary ve Mechanic, 1983; Martin ve Roberts, 1984; akt. Roxburgh 1994). Roxburgh (1994), ebeveynlik ve aile sağlığı taleplerinin anne stresine katkısı olduğunu, çocukların ise stresi azalttığını ifade etmiştir. Vokic ve Bogdanic (2008), Hırvatistan'da farklı demografik ve kişilik özelliklerine sahip bireylerde iş stresine baktıklarında üç çocuk ve üzeri bireylerde en fazla, tek çocuk sahibi bireylerde ise en düşük iş stresini saptamışlardır. Bu konuda yapılan çalışmalarda elde edilen sonuçlar farklılık göstermektedir. Bunun nedeni kültürel faktörler yada bireysel farklılıkları olabilir diye düşünülebilir.

## **5.2. Çalışan annelerin yaşlarına göre iş stresiyile başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri**

Elde edilen sonuçlara göre annelerin iş stresine ait ortalama puanlarda yaşa göre artışların olduğu gözlenmiştir. Aynı artışın tükenmişlik alanlarında var olduğu bununla birlikte aile değerlendirme ve davranış problemleri alanlarının bazılarında yaşa göre artışların olduğu anlaşılmıştır. Bunun nedeni, yaş arttıkça ev ve işte annenin taşıdığı sorumlulukların artması, yaşadığı olumsuz olayların birikiminin sonucunda iş stresiyile başa çıkma becerisinin azalması ve kendini daha fazla tükenmiş hissetmesi olarak yorumlanabilir. Bu durumda aile ortamına ve çocuklarının davranışlarına yansımakta olabilir.

Grzywacz, Almeida ve McDonald (2002) da benzer sonuçlara ulaşmışlardır. İşin evi olumsuz etkilediğini incelemişler ve yaşam döngüsündeki safhaya göre sonuçların değiştiğini, çalışanların ellili yaşlarda olduklarında etkinin azaldığını bulmuşlardır. İş ve aile stresinin aynı günde görülmesinin genç yetişkinlik ve orta yaşta yavaş yavaş arttığını, fakat ilerleyen yıllarda azaldığını saptamışlardır. İşin eve olumsuz etkisinin en güçlü olduğu dönem çocukların var olduğu, iş ve sorumlulukların ailede en yüksek noktada olduğu yıllar olarak bulunmuştur.

Annelerin yaş aralıklarına göre iş stresiyile başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının sorun davranış problemlerine ait ANOVA'ı sonuçları

incelendiğinde ise iş stresi; Maslach tükenmişlik alanları olan duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı hissi alanlarında; aile değerlendirme alanları olan problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verme, davranış kontrolü, genel işlevler alanlarında; davranış sorunları alt alanlarından olan içe yönelim, dışa yönelim, toplam problem alanlarında önemli farklılıkların bulunmadığı anlaşılmıştır.

Okul öncesi alanında çalışan Şentürk (2007) de annelerin yaşı farklılaştıkça buna bağlı olarak çocuklarının sosyal-duygusal uyum düzeylerinin değişim göstermediğini bulmuştur. Çalışmasında, annelerin yaş düzeyleri arttıkça baskıcı, koruyucu tutumlarının azaldığını, demokratik tutumlarının arttığını saptamıştır. Bulut (2000), yaptığı çalışmada 40–49 yaş ile 30–39 yaş grubundaki annelerin kişisel ve genel uyumlarının, 20–29 yaş grubundaki annelere göre daha yüksek olduğunu bulmuştur. Buradan hareketle yaşın artması ile birlikte kişisel ve genel uyumları artan annelerin çocuklarına karşı daha olumlu ve demokratik tutumla yaklaştıkları söylenebilir.

Savi (2008), 12-15 yaş arası ilköğretim öğrencilerinin davranış problemleri ile aile işlevleri ve anne-baba kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmasında, ergenlerin davranış sorunlarına yönelik algıları ile anne yaş grubu arasındaki ilişki incelendiğinde; annesi 30–34 yaş aralığında olan ergenler daha çok çekingenlik yaşarken; annesi 35–44 yaş aralığındaki ergenlerin anksiyete-depresyon ve düşünce problemleri daha yüksek bulunmuştur. Annelerin ergenlerin davranış sorunlarına yönelik algıları yaş grubu açısından incelendiğinde; 45 yaş ve üstünde olan anneler ergenlerle ilgili olarak daha fazla somatik şikayetler ve dışsallaştırılmış problemler bildirirken; 30-34 yaş aralığında bulunan anneler ergenlerde daha fazla anksiyete-depresyon, sosyal problemler, düşünce problemleri, içselleştirilmiş problemler ve toplam davranış sorunları belirtmişlerdir. Fakat bu çalışmada çalışan ve çalışmayan anneler birlikte değerlendirilmiştir. Başka bir araştırma da ise Vokic ve Bogdanic (2008), Hırvatistan’da farklı demografik ve kişilik özelliklerine sahip bireylerde iş stresine baktıklarında elli yaşın üzeri bireylerde en fazla, otuz yaşın altındaki bireylerde ise en düşük iş stresini saptamışlardır.

### **5.3. Çalışan annelerin eğitim düzeylerine göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri**

Elde edilen sonuçlara göre annelerin iş stresi düzeylerinin onların almış oldukları eğitim arttıkça artma eğilimi gösterdiği; tükenmişlik ve aile değerlendirme alanlarında annelerin eğitim seviyelerine göre gözle görülür puan ortalaması farklılıklarının olmadığı bununla birlikte çocuklarda görülen davranış problemlerinde annelerin eğitim seviyeleri arttıkça puan ortalamalarında dikkat çekici düzeyde azalmaların olduğu görülmüştür. Bunun nedeni, annelerin eğitim seviyesi arttıkça bilgi düzeylerinin yükselmesi ve çocuklarına karşı daha demokratik tutum sergilemeleri ile çocuklarında görülen davranış problemlerinde azalma olduğu şeklinde yorumlanabilir. Coley, Bachman, Votruba-Drzal, Lohman ve Li-Grining (2007) de annenin eğitim ve okuryazarlık becerisinin yükselmesi ile annenin işi ve ergen çocuklarındaki bilişsel ve psikososyal işlevselliğin gelişimi arasındaki olumlu ilişkinin arttığını bulmuşlardır.

Annelerin puan ortalamalarında gözlenen bu farklılıkların önemli olup olmadığı tek yönlü varyans analiziyle incelendiğinde, tükenmişlik alanları olan duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı hissinde, aile değerlendirme alanlarından problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü ve genel işlevlerde son olarak da davranış sorunları alanları olan içe yönelim, dışa yönelim ve toplam problemlerde önemli farklılıkların olmadığı belirlenmiştir. Bununla birlikte annelerin iş stresi düzeylerinde önemli farklılıkların bulunduğu belirlenen bu farklılıkların kaynağının Scheffe testiyle incelenmesinde ilkökul ve ortaokul mezunları olanların iş stresi düzeylerinin lise, üniversite ve lisansüstü mezunlarına göre önemli düzeyde daha düşük olmasından kaynaklandığı tespit edilmiştir. İlkokul ve ortaokul mezunu kadınlar daha düşük nitelikli işlerde çalışmaktadırlar. Ülkemizde bu kadınlar genellikle vardiyalı ya da düzensiz iş saatleri olan işlerde çalışmaktadırlar.

Gassman-Pines (2007), düzensiz iş saatlerinin anne ve çocuk sonuçları üzerinde fazla iş yükü ve yönetici eleştirilerine göre daha yüksek negatif etkileri olduğunu saptamıştır. Strazdins, Clements ve Korda (2006) da düzensiz programla çalışan ebeveynlerin daha kötü aile işlevselliği, daha fazla depresif semptomlar ve



daha az etkili ebeveynlik tutumu gösterdiklerini ifade etmişlerdir. Bu ailelerin çocukları daha fazla sosyal ve duygusal problemler yaşamakta ve bu ilişkilerin kısmi olarak aile ilişkileri ve ebeveynin sağlığı ile şekillendiğini bulmuşlardır.

Strazdins ve arkadaşları (2006), düşük nitelikli işlerde (güvenlik, kontrol, esneklik özelliklerine göre) çalışan ebeveynlerin çocuklarında sağlık riski olup olmadığını araştırmışlar. Sonuçlara göre, ebeveynler düşük nitelikli işlerde çalıştıklarında çocuklarda daha fazla duygusal ve davranışsal problemler yaşanmaktadır. Ayrıca, düşük gelirli evlerde ve bekar annelerde bu ilişki daha da güçlüdür.

Bu araştırmada ilkökul ve ortaokul mezunları olanların iş stresi düzeylerinin lise, üniversite ve lisansüstü mezunlarına göre önemli düzeyde daha düşük olması, bu kadınların iş ve hayat beklentilerinin lise ve üniversite mezunlarına göre daha düşük olmasından kaynaklandığı şeklinde yorumlanabilir.

Savi (2008), çalışmasında ergenlerin davranış sorunlarını anne baba eğitim düzeyi açısından değerlendirdiğinde; annesi ilkökul mezunu ergenler daha fazla çekingenlik, anksiyete-depresyon ve içselleştirilmiş problemler yaşarken, benzer şekilde ilkökul mezunu annelerin ergen çocuklarında daha fazla somatik şikâyetler, sosyal sorunlar, düşünce sorunları, içselleştirilmiş problemler ve toplam davranış sorunları belirtilmiştir.

Olçay (2008), anne eğitim düzeyine göre PKBS davranış dereceleme cetvelindeki sosyal yetenekler (sosyal işbirlikçilik, sosyal bağımsızlık) alt boyut puanları arasında farklılık saptamıştır. Bu farklılığın özellikle okuryazar olmayan ve ilkökul-ortaokul mezunu anneler ile önlisans ve üzeri eğitim almış anneler arasında olduğu bulunmuştur. Sosyal etkileşim alt boyutu ve problem davranışlar alt boyutlarına göre ise farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Şentürk (2007), annelerin eğitim düzeyleri farklılaştıkça buna bağlı olarak çocukların sosyal-duygusal uyumlarının da değişim gösterdiğini ifade etmiştir. Genel olarak okul öncesi dönem çocuklarının sosyal-duygusal uyumları, annelerin eğitim düzeyi arttıkça, buna bağlı olarak artış göstermektedir. Elde edilen bu sonuçlar

çalışan anneler için de geçerlidir. Bu araştırmada annelerin eğitim düzeyi yükseldikçe demokratik çocuk yetiştirme tutumları da artmıştır. Koruyucu, baskıcı, ev kadınlığını reddetme tutumlarında azalma saptanmıştır.

Yeşilyaprak (2007), çalışan annelerin eğitim düzeyinin, çalışmayan annelere göre daha yüksek ve kendini geliştirme çabası ve bilinçlenme düzeyinin daha yeterli olduğunu belirtmiştir. Bu açıdan da annenin çalışmasının çocuğuna ilişkin doğru yaklaşımları benimsemesinin, çocuğuna daha sağlıklı bir ortam yaratmasının yordayıcı bir değişken olduğu söylenebilir. Bu bulgu daha iyi eğitilmiş olan çalışan annelerin çocuk yetiştirme tutumlarının daha olumlu yönde olmasını açıklayabilir. Mızrakçı (1994) yaptığı araştırmada annelerin eğitim düzeyi arttıkça katı disiplinde azalma ve demokratik yaklaşım biçimine olan eğilimde artma olduğunu ifade etmiştir. Annenin eğitim düzeyinin yüksek olması, annenin çocuk gelişimi konusunda bilimsel bilgilerinin geniş olmasını sağlamaktadır. Eğitim düzeyinin yüksek olması annenin kişisel özelliklerine de olumlu katkı sağlamaktadır. Anne, daha anlayışlı ve demokratik olmaktadır (akt. Bıçakçı, 2004). Işık(2006), ilkokul mezunu olan annelerin, üniversite ve üzeri mezunu annelere göre aile işlevleri açısından daha sağlıklı bir yapı gösterdiklerini saptamıştır.

Benokraitis'in (1993) araştırmasında yüksek eğitilmiş kariyer sahibi annelerin iş dışındaki zamanlarında uyumak, kendine bakmak ya da boş zamanı değerlendirme yerine çocuklarıyla daha çok vakit geçirmeyi tercih ederek, çocuklarıyla daha kaliteli ve sıkı bir ilişki kurmayı amaçladıklarını bulmuştur. Bayley ve Schaefer (1967) da eğitilmiş yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki annelerin çocuklarına daha fazla özerklik sağladıklarını, onlara eşit şekilde davranmaya eğilimli olduklarını ve özerkliğe önem vermeyen ve "cezalandırıcı" davranan annelerin çocuklarının ürkek ve tutucu olduklarını bulmuşlardır. Bu bulgu eğitim düzeyi yüksek ve sosyo ekonomik açıdan avantajlı annelerin çocuklarının sosyal-duygusal uyumlarının yüksek olmasını kısmen açıklamaktadır.

#### **5.4. Çalışan annelerin çalışma alanlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri**

Annelerin çalışma alanlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemlerine ait ANOVA bulgularına göre çalışan annelerin iş stresi, duygusal tükenme, duyarsızlaşma, kişisel başarı hissi, problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü, genel işlevler, içe yönelim, dışa yönelim ve toplam problem alanlarında önemli farklılıkların olmadığı tespit edilmiştir. Kendi işini yapan annelerle özel ve kamu sektörlerinde çalışan anneler arasında önemli bir fark bulunmayışı, bu araştırmaya katılan kendi işini yapan annelerin sayıca az olmaları, esnek çalışma imkanlarının olması ve rahat maddi koşullarının olması şeklinde yorumlanabilir.

Almeida, Wethington ve Chandler (1999), annelerin tam zamanlı işlerde çalışmasının ebeveyn-çocuk ilişkisini olumsuz etkileyen bir faktör olduğunu ifade etmiştir. Tam zamanlı işlerde çalışmayan anneler, daha az süre çalıştıkları için, kendilerinin, çocuklarının ve kocalarının duygu durumlarıyla baş etmek için daha fazla enerji bulmaktadırlar.

Presser (2000), gece ya da vardiyalı çalışanlarda ayrılma ya da boşanmanın arttığını bulmuştur. Bogen ve Joshi (2001) ve Han (2005) annenin düzensiz çalışma saatleri ile çocuklarda artan davranış problemleri ve düşen sınav başarısı ilişkisini bulmuşlardır. Başka çalışmalar da bunun nedeninin artan ebeveynlik stresi (Bogen ve Cherlin, 2004) ya da çocuk bakımındaki niteliğin düşmesi olabileceğini vurgulamışlardır (Han, 2004). Heymann ve Earle (2001), ebeveynlerin gece çalışma programlarının çocuklara sağlanan ev ortamı niteliğini düşürdüğünü bulmuşlardır. Heymann (2000), düşük gelirli çalışan ailelerde geceleri başka çocukların bakımına bırakılan ya da yalnız kalan bu çocukların stres ve risk taşıyabildiklerini ifade etmiştir. Düşük gelirli bu ailelerde, uzun çalışma saatlerine mecbur kalan bu anneler daha çok para kazansa da ebeveynin katılımı ve süpervizyonu düşmektedir.

Raver (2003) çalışmasında düşük itibarlı işlerde çalışan annelerin olumsuz ebeveynlik tutumlarında artış olduğunu bulmuştur. Annenin işte geçirdiği zamandan

dolayı çocuk okul sonrası evde ebeveyn gözetimi olmadan kalmak zorunda kalmaktadır (Muller, 1995; akt. Chee ve ark., 2009).

Thompson, Kirk ve Brown (2005), iş stresinin kadın polislerin aile ortamındaki işlevini nasıl etkilediğine tükenmişlik kavramının bir parçası olan duygusal tükenmişlik üzerinden baktıkları çalışmalarında, sadece yöneticilerin desteği rol stres kaynaklarını azaltmakta, bu da duygusal tükenmişliği etkileyerek aile birliği ve çatışması yolunda önem teşkil etmektedir. Sonuçlar, aileye bulaşan stresi araştırırken duygusal tükenmişliğe yol açan davranışların incelenmesinin önemini vurgulamaktadır.

Vokic ve Bogdanic (2008), Hırvatistan'da farklı demografik ve kişilik özelliklerine sahip bireylerde iş stresine baktıklarında pazarlama alanında çalışan bireylerde en fazla, insan kaynakları, finans ve üretim alanlarında çalışan bireylerde ise en düşük iş stresini saptamışlardır.

### **5.5. Çalışan annelerin gelir düzeylerine göre iş stresiyile başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri**

Annelerin gelir durumlarına göre iş stresiyile başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının sorun davranışlarına ait ANOVA bulguları incelendiğinde annelerin iş stresi alanlarında önemli farklılıkların bulunduğu ancak Maslash tükenmişlik alanları olan duygusal tükenme, duyarsızlaşma, kişisel başarı hissi; aile değerlendirme alanları olan problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü ve genel işlevler alanlarında; çocukların davranış sorunları alanları olan içe yönelim, dışa yönelim ve toplam problem alanlarında önemli farklılıkların bulunmadığı belirlenmiştir. İş stresinde belirlenen farklılığın kaynağı Scheffe testiyle incelendiğinde gelir düzeyi 1.000 TL.'nin altında olanların iş stresi ortalama puanlarının gelir düzeyleri 1.001 – 3.000 TL, 3.001-5.000 TL ve 5.001 TL üzerinde olanların iş stresi ortalama puanlarına göre önemli düzeyde daha düşük olmasından kaynaklandığı anlaşılmıştır. Bu bulgu, annelerin eğitim seviyesi bulgusu ile paralellik göstermektedir. Düşük gelirli işlerde çalışan annelerin genellikle daha düşük eğitilmiş oldukları düşünüldüğünde benzer şekilde yorumlanabilir. Düşük gelirli anneler daha düşük nitelikli işlerde

çalışmaktadırlar. Düşük gelirli annelerin iş ve hayat beklentileri yüksek gelirli annelere göre daha düşük olduğundan hissettikleri iş stresi de daha düşük olmaktadır şeklinde ifade edilebilir.

Johnson, Kalil ve Dunifon (2008), birinci olarak, çalışmayan annelere göre, istikrarlı ve dengeli bir işi olan annelerin çocuklarında daha az davranış problemleri olduğunu saptamışlardır. İşi istikrarlı olmayan annelerin çocuklarında davranış problemlerinin arttığını bulmuşlardır. Tam gün çalışan annelerin ve/veya iş saatleri dalgalı ya da düzensiz olan annelerin çocuklarında davranış problemlerinin arttığını bulmuşlardır. Fakat tam zamanlı çalışma, sadece maaş artışı olasılığı kısıtlı olan işlerde çocuklar üzerinde olumsuz sonuçlara yol açmaktadır. Bilişsel beceri gerektiren ve ücret artışı umudu olan işlerde, tam zamanlı çalışmanın herhangi bir olumsuz sonucu bulunmamıştır. Dalgalı iş saatleri ve kısıtlı ücret artışı ihtimali olan tam zamanlı çalışmanın çocuklarda sınıf tekrarı ve özel eğitime yönelme olasılığı ile yüksek bir ilişkisini bulmuşlardır. Son olarak yoksullara yardım reformunun, çocukların gelişiminde bazı risklere yol açtığını ifade etmişlerdir.

Şentürk (2007), araştırmasında aylık geliri 3000 YTL ve üzeri olan annelerin demokratik tutumlarının bu düzeyden daha düşük annelere göre anlamlı derecede daha yüksek olduğunu saptamıştır. Kulaksızoğlu (1985) da annelerin sosyo-ekonomik ve kültürel seviyeleri arttıkça onların "aşırı koruyucu" annelik tutumlarının azalmakta ve "demokratik davranma ve eşitlik tanıma" tutumlarının artmakta olduğunu, aynı şekilde annelerin sosyo-ekonomik ve kültürel seviyeleri arttıkça "baskı, disiplin" tutumlarında azalma olduğu sonucunu saptamıştır (akt. Şentürk, 2007). Berber (1990), yaptığı araştırmasında sosyo ekonomik düzey yükseldikçe anne babaların daha demokratik tutum sergilediklerini, alt sosyoekonomik düzeydeki annelerin ise daha koruyucu ve baskıcı bir tutum sergilediklerini saptamıştır (akt. Şentürk, 2007). Şentürk (2007), araştırmasında ailelerin ekonomik düzeyi farklılaştıkça çocukların sosyal-duygusal düzeylerinin de farklılaştığını saptamıştır. Aylık gelir düzeyi 3000 YTL ve üzeri olan ailelerin çocuklarının sosyal duygusal uyumları, aylık geliri 2000 YTL olan ailelerin çocuklarından anlamlı derecede daha yüksektir. Orta sosyo-ekonomik düzeye sahip annelerin çocuklarının en düşük düzeyde sosyal-duygusal uyuma sahip oldukları saptanmıştır.

Savi (2008), ergenlerin davranış sorunlarına ilişkin algılarını aile gelir düzeyi açısından incelediğinde; ailesinin gelir düzeyi 0–400 YTL arasında olan ergenlerin anksiyete, depresyon, sosyal problemler, düşünce problemleri, içselleştirilmiş problemler ve toplam davranış sorunlarına ilişkin puan ortalamalarının daha yüksek olduğunu bulmuştur. Ebeveynlerine göre ise anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Dunifon ve arkadaşları (2002), sosyal yardıma bağımlı annelerin sosyal yardımla birlikte çalışmaya başladıklarında sert ebeveynlik tutumlarında azalma, pozitif tutumlarında artış ve çocuklarında görülen hem içe yönelik hem dışa yönelik davranış problemlerinde azalma görüldüğünü bulmuşlardır. Strazdins ve arkadaşları (2006), düşük nitelikli işlerde çalışan ebeveynlerin çocuklardaki etkisini araştırırken çalışan anneleri gelir düzeylerine göre de değerlendirmiştir. Elde edilen bulgulara annenin işinin niteliğinin çocuklardaki etkisi, annenin düşük gelir düzeyinin orta ve yüksek gelir düzeyleri ile kıyaslandığında işin niteliği gelir düzeyine göre çocuklar üzerinde iki katından daha güçlü bir etki yarattığı saptanmıştır.

#### **5.6. Çalışan annelerin medeni durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri**

Annelerin medeni durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının sorun davranışlarına ait bağımsız örneklem için *t*-testi bulgularına göre iş stresi, duygusal tükenme, duyarsızlaşma, kişisel başarı hissi, problem çözme, roller, duygusal tepki verme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü, içe yönelim ve dışa yönelim alanlarına evli ve boşanmış annelerin ortalama puanları arasında önemli farklılıkların bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çalışan annelerin aile değerlendirme alanlarından iletişim ve genel işlevler boyutlarında evli annelerin boşanmış annelere oranla önemli düzeyde daha sağlıklı işlevlere sahip oldukları tespit edilmiştir. Ayrıca evli annelerin davranış sorunları alt ölçeklerinden olan toplam problemlerindeki ortalama puanlarının boşanmış annelerin ortalama puanlarına göre önemli düzeyde daha düşük olduğu bulunmuştur.

Aile araştırmaları göstermektedir ki eşten gelen duygusal destek, evliliği işten gelebilecek stres kaynaklarının olumsuz sonuçlarına karşı korumaktadır (Conger, Rueter ve Elder, 1999). Evlilik desteği ayrıca stresli günlerde ev işlerinde ve başka taleplerde yardımcı olarak da stresli eşin sosyal kaçınma ile stresle baş etme

yöntemini kolaylaştırmaktadır (Bolger ve ark.,1989). Repetti (1989), hava trafiği kontrolörlerinin, havaalanında yoğun iş yükü olan günlerin ardından eğer o gece eşlerinden daha fazla destek alırlarsa, evlilik etkileşimlerinde daha az sinirli ve daha çok kaçınma tepkisi gösterdiklerini böylece evlilik ilişkilerinin daha pozitif olduğunu bulmuştur. Repetti, bu veriyle, evlilik ilişkisinden kısa süreli bir uzaklaşmanın çok yüksek düzeydeki iş stresine karşı olumlu bir tepki olduğunu vurgulamıştır.

Bu araştırmada elde edilen aile içi iletişim ve genel işlevler boyutlarında evli annelerin boşanmış annelere oranla önemli düzeyde daha sağlıklı işlevlere sahip oldukları bulgusu, eşten gelen duygusal destek olarak yorumlanabilir. Çalışmakta olan boşanmış anneler, ‘Aile Değerlendirme Ölçeği’nde aileyi değerlendirirken ayrı yaşasalar da aile içinde babayı da dikkate almış olabilirler. Boşanma sonrası babaların yeterince çocuklarıyla ilgilenmemesi, annelerin hem iş hem evin ihtiyaç ve taleplerine yetmekte zorlanması, anne baba arasındaki tutum farklılıkları, anne baba arasında boşandıktan sonra da çocukları üzerinden devam eden kavgaları ve iletişim problemleri nedenler arasında gösterilebilir. Tüm bu olası faktörler, evli annelerin davranış problemleri alt ölçeklerinden oluşan toplam problemlerindeki ortalama puanlarının boşanmış annelerin ortalama puanlarına göre önemli düzeyde daha düşük olduğu bulgusu için de geçerli olabilir.

Avison, Ali ve Walters (2007) farklı düzeylerde strese maruz kalma ve farklı düzeylerde hassasiyet göstermenin bekar ve evli annelerin psikolojik stres düzey değişiklikleri üzerindeki gücüne bakmışlardır. Londra, Ontario, Kanada’da yaşayan ve 17 yaş altı en az bir çocuğu olan 518 bekar ve 502 evli anneyle uzun dönemli bir anket çalışması yapmışlardır. Hem farklı kesimler hem de uzun dönemli anket çalışmasına göre bekar annelerde evli annelere göre daha yüksek düzeyde psikolojik stres yaşanma nedeninin stresli deneyimlere hassasiyetten kaynaklanan herhangi bir grupsal fark olmadığını, bekar annelerin stres ve baskıya daha fazla maruz kalmalarından kaynaklandığını bulmuşlardır. Sosyal stres kaynaklarının farklı boyutlarına bakıldığında, bekar anneler evli annelere göre bu stres kaynaklarına sürekli olarak daha fazla maruz kalmakta ve bu durum süreç içinde kalıcı hale gelmektedir. Bekar annelerin strese karşı daha kırılgan ve hassas olduklarına yönelik herhangi bir kanıt bulunamamıştır.

Lleras (2008), okul öncesi dönemi çocuğu olan bekar annelerin çalışma statüsü ve iş koşullarının ev ortamı niteliğine etkilerini araştırdığı çalışmasında, ailenin büyüklüğü ve sosyal yardım kullanımını kontrol altında tutulduğunda, küçük çocuğu olan bekar annelerin çalışma statüsünün ev ortamı niteliği üzerinde önemli bir etkisi olmadığını bulmuştur. alışan bekar anneler arasında bazı iş koşulları ev ortamı niteliği ile ilişkilendirilmiştir. Kısmi zamanlı ve düşük ücretli işlerde çalışan bekar annelerin ev ortamı önemli bir farkla daha fakirdir. Düzensiz alışma saatleri olan işlerde çalışan bekar annelerin de genel olarak daha fakir bir ev ortamları vardır.

Dunifon ve Kalil (2004) sosyal yardımı terk ederek iş hayatına atılan çocuğunu yalnız büyüten bekar annelerin iş koşullarının çocuklarının ruh sağlığı ile ilişkisine bakmışlardır. Bulgulara göre, 5-10 yaş arası çocuklarda, annenin ev-iş arası uzun mesafe gidip gelmelerinin çocuklardaki içselleştirilmiş davranış problemlerinin artmasına ve olumlu davranış düzeylerinin düşmesine yol açmaktadır. 11-15 yaş arası çocuklarda ise annenin uzun çalışma saatleri, çocuklarda görülen içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış davranış problemleri düzeylerinin artışına, olumlu davranış düzeylerinin düşmesine yol açmaktadır. Daha büyük çocuklarda ise, annenin uzak mesafe ev-iş arası gidip gelmelerinin çocuklardaki dışsallaştırılmış davranış problemlerinin artmasına ve olumlu davranış düzeylerinin düşmesine yol açmaktadır.

Marshall ve Tracy (2009), bebek sonrası yaşanan iş-aile çatışması ve çalışan kadınların psikolojik sağlığını araştırdıkları çalışmada, daha düşük nitelikli işlerde çalışan, bekar annelerin daha fazla depresif semptomlar gösterdiğini bulmuşlardır. İşin niteliğinin depresif semptomlar üzerindeki etkisine bakıldığında yaşanan iş-aile çatışması belirleyicidir, fakat bebeğin sağlığı ve annenin medeni durumu depresif semptomlar üzerinde doğrudan etkilidir. Altı aylık bebeği olan annelerde, bekar anneler evli ya da partneri olan annelere göre daha fazla depresif semptomlar göstermektedir. 15 aylık bebeği olanlarda da fark görülse de önemli bir fark bulunamamıştır. Bebek 6 aylıkken annenin medeni durumu ve 6 ve 15 aylıkken çocuğun sağlığı annenin depresif semptomlarının göstergesi olurken evdeki çocuk sayısı etkili bulunmamıştır.

Roxburgh (1994), çalışmasında evli kadınların boşanmış ya da hiç evlenmemiş kadınlara göre önemli bir şekilde daha az stresli olduğunu saptamış fakat



diğer faktörler kontrol altına alındığında, iş koşullarının kadının psikolojik sağlığına etkisine bakıldığında medeni durumuna göre değişmediğini bulmuştur.

Patel, Govender, Paruk ve Ramgoon (2006) aile-iş çatışması, iş performansı ve seçilmiş iş ve aile özelliklerinin ilişkisinin büyük bir market zincirinde çalışan anne örnekleminde incelemiştir. Evli kadınlar bekar kadınlara göre önemli bir oranda daha fazla aile-iş çatışması bildirmişler ve en yüksek iş kategorisindeki kadınlar en yüksek iş performansı puanı almışlardır.

Baxter ve Alexander (2008), 2004 yılında Avustralyalı çocuklar üzerinde yapılan uzun dönemli bir araştırmaya dayandıkları çalışmalarında, çalışan annelerin yaşadığı iş-aile çatışması üzerinde çalışma koşulları, demografik özellikler ve sağlanan desteğin bekar olup olmamaktan çok daha güçlü etkisi olduğunu saptamışlardır. Bir partnerinin olması çalışan annelerin yaşadığı iş-aile çatışmasının otomatik olarak düşmesini sağlamamaktadır.

Bull ve Mittelmark (2009), İskandinav ülkelerinde yaşayan evli ve bekar çalışan annelerin ruh sağlıklarının düzey ve göstergelerini inceledikleri araştırmalarında finansal stres, işin özellikleri ve yaşanan iş-aile çatışmasına odaklanmışlardır. Bekar çalışan annelerin mutluluk ve yaşam tatmin düzeylerinin önemli bir oranda daha düşük olduğu saptanmıştır. Bekar annelerde finansal stres daha yüksektir. İşin özellikleri boyutunda önemli bir fark saptanmamıştır. Finansal stres ve yaşanan iş-aile çatışması iki grupta da önemli bir gösterge olarak bulunsa da bekar çalışan annelerde finansal stres-mutluluk arasında çok daha güçlü bir ilişki saptanmıştır.

### **5.7. Çalışan annelerin işlerinden tatmin olmalarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının davranış problemleri**

Annelerin işlerinden tatmin olma durumlarına göre iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme ve çocuklarının problem davranışlarına ait ANOVA sonuçları incelendiğinde aile değerlendirme alanları olan problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü ve genel işlevler alanlarında önemli farklılıkların olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte iş

stresi, Maslach tükenmişlik alanları olan duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı hissinde, davranış sorunları alanları olan içe yönelim, dışa yönelim ve toplam problem alanlarında annelerin işlerinden tatmin olma durumlarına göre önemli farklılıkların olduğu anlaşılmaktadır. Bu farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan Scheffe testleri sonucunda iş stresindeki farkın işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin ortalama puanlarının orta ve iyi düzeyde işlerinden tatmin olan annelere göre önemli düzeyde daha düşük olmasından, duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alanlarındaki farklılıklarının işlerden düşük düzeyde tatmin olan annelerinin ortalama puanlarının işlerinden orta ve iyi olanlara göre önemli oranda daha yüksek olmasından, kişisel başarı hissinde işlerinden orta düzeyde tatmin olan annelerin işlerinden iyi düzeyde tatmin olanlara göre önemli oranda daha yüksek ortalama puanlarının olmasından, içe ve dışa yönelim problem alanlarında işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin ortalama puanlarının işlerinden iyi düzeyde tatmin olan annelere göre önemli oranda daha yüksek olmasından son olarak da toplam problem alanlarında işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin orta ve iyi düzeyde iş tatmini olan annelere göre önemli oranda daha yüksek ortalama puanlara sahip olmasından kaynaklandığı belirlenmiştir.

İş tatmini olgusu, örgüt koşullarına bağlı olarak herkese aynı ölçüler içinde yansımaz. Kişilerin algılayış biçimlerine de bağlıdır. Bireyin algılama biçimi ise öz benliğinden, beklentilerinden, politik ve sosyal eğiliminden, yaş, cinsiyet, sağlık, eğitim, aile ilişkileri vb. çeşitli etmenlerden etkilenmektedir. İş tatmini, bireyin işten elde ettiği ücretin yanı sıra, yönetim anlayışı, birlikte çalışmaktan zevk aldığı iş arkadaşları, iş güvencesi, tanınma ve başarı konularındaki beklentilerinin karşılanması anlaşılmaktadır. Bir iş gören, çalışması sonucu ortaya koyduğu eseri somut olarak görebiliyorsa, bundan duyacağı gurur onun için büyük bir tatmin kaynağı olacaktır. İş tatmini, işin özellikleriyle iş görenin istekleri birbirine uyduğu zaman gerçekleşir (Jordan, 1995).

Bu araştırmada, işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin iş stresi ölçeğinde ortalama puanlarının orta ve iyi düzeyde işlerinden tatmin olan annelere göre önemli düzeyde daha düşük olduğu bulgusu, iş stresinin artmasıyla iş tatminin azaldığını ifade eden pek çok araştırmayla çelişmektedir (Zangaro ve Soeken, 2007; Mohr ve Puck, 2007). Bu araştırmaya katılan anneler grubunda işlerinden iyi

düzyde tatmin olan annelerin stres düzeylerinin de yüksek olmasının stres kaynaklarının dış faktörlerden çok işin doğası gereği olduğu düşünülebilir. Bu araştırmaya banka, lojistik, sağlık gibi hizmet sektöründe çalışan pek çok anne katılmıştır. Bu sektörlerin doğasında hızlı bir tempo, anlık değişimler, müşteri odaklı hizmet beklentisi görüldüğünden yüksek stres düzeyi mevcuttur. Fakat bu sektörlerde çalışan annelerin yüksek stres düzeyine rağmen, işle ilgili ücret, sağlık sigortası, iş ortamı gibi konularda beklentileri karşılandığından tatmin düzeyleri de yüksek olabilmektedir. Diğer taraftan bakıldığında da memuriyet gibi stres düzeyi düşük işlerde çalışan annelerin tatmin seviyeleri de düşüktür şeklinde yorumlanabilir.

Dollard, LaMontagne, Caulfield, Blewett, Shaw ve Andrea (2007), 1999-2004 arasında yapılan 25 uluslararası, Avustralya'da yapılan 10 araştırmayı inceledikleri çalışmalarında, fazla iş yükü ve duygusal baskı, kontrol, ödül ve destek kaynaklarının yetersizliği ile birleştiğinde psikolojik ve fizyolojik sağlığın bozulmasına, iş tatmininin azalmasına ve kayıp iş günlerinin artmasına neden olduğunu ifade etmişlerdir.

İş-aile üzerine yapılan araştırmalar, tükenmişlik duygusunun olumsuz yönde etkileme etkisinin olduğunu göstermektedir; tükenmişlik duygusunu yaşayan çalışanlar eşleri tarafından daha olumsuz değerlendirilmekte (Jackson ve Maslach, 1982; Zedeck, Maslach, Mosier ve Skitka, 1988), çalışanlar da işin aileleri üzerinde olumsuz etkileri olduğunu, evliliklerin de tatmin edici olmadığını belirtmişlerdir (Burke ve Greenglass, 1989, 2001).

Bu araştırmada, duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alanlarındaki farklılıkların işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin ortalama puanlarının işlerinden orta ve iyi olanlara göre önemli oranda daha yüksek olmasından, kişisel başarı hissinde işlerinden orta düzeyde tatmin olan annelerin işlerinden iyi düzeyde tatmin olanlara göre önemli oranda daha yüksek ortalama puanlarının olmasından kaynaklandığı belirlenmiştir. İş tatmininin azalmasıyla tükenmişlik duygusunun artması olarak görülen ters ilişki, daha önceki çalışmalarla paralellik göstermektedir (Chiron, Michinov, Olivier-Chiron, Laffon, Rusch, 2010; Mitchell, 2009). Griffin, Hogan, Lambert, Tucker-Gail ve Baker (2010) da iş tatmininin duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı hissinin azalması ile ters ilişki içinde olduğunu, iş

stresinin ise duyarsızlaşma ve duygusal tükenme ile önemli pozitif bir ilişkisi olduğunu bulmuşlardır. Kişisel başarı hissinde işlerinden orta düzeyde tatmin olan annelerin işlerinden iyi düzeyde tatmin olanlara göre önemli oranda daha yüksek ortalama puanlarının olduğu bulgusu, çalışan annelerin başarı kavramına verdiği önem ve beklentinin, kendini işi konusunda orta ve yüksek tatmin yaşayan annelerde daha yüksek olduğunu, orta düzey tatmin seviyesinden iyi düzey tatmin seviyesine geçişte başarı hissini artması ile kişisel başarı puanının önemli oranda azalması şeklinde yorumlanabilir.

Anderson (2006), iş stresi, ebeveynlik öz-yeterliliği, etkili olmayan ebeveynlik tutumları ve gençlerde görülen davranış problemleri ilişkisini incelediği çalışmada, babalarda iş-aile çatışması ve iş tatminsizliği ile ebeveynlik öz yeterliliği arasında negatif bir korelasyon bulunurken annelerde sadece iş-aile çatışması ile ebeveynlik öz yeterliliği arasında negatif bir korelasyon bulunmuştur.

Spector ve ark. (2004) iş-aile stres kaynaklarını, iş saatlerini ve mutluluğu kültürel olarak birbirinden farklı 3 bölge olan Angolo, Çin ve Latin Amerika'da tanımlamışlardır. Anglo ülkelerde Çin ve Latin ülkelerine göre iş saatleri ve iş-aile stres kaynakları arasında güçlü bir pozitif ilişki bulunmuştur. Üç örnekte de iş-aile stres kaynakları iş tatminini yükseltirken mutluluğun düşmesine yol açmaktadır. Latinler en çok çalışan, en çok çocuğu olan ve en çok iş tatmini olduğunu belirten gruptur. Evli olmanın ve daha çok çocuk sahibi olmanın mutluluk ölçümlerinin hepsiyle pozitif ilişkisi olan tek ülke Çin olarak bulunmuştur.

Çalışan annelerin çocuk sonrası iş tatminini etkileyen faktörleri açıklayan farklı teoriler bulunmaktadır. Rol teorisi, iş-aile çatışması çalışmalarıyla en çok ilişkilendiren teoridir; rol baskısı ve rol aşırı yükü kavramlarına vurgu yapar. Çocuk sonrası hem çalışan hem de annelik beklentilerini aynı anda yerine getirebilmek için zorluk yaşarlar (Rudd ve McKenry, 1986). Çalışan anneler için ana problem yetersiz zamandır; uyku yoksunluğu, serbest zamanın kalmayışı, kronik yorgunluk gibi sonuçlar görülür (Hochschild, 1989, 1997; Schor, 1991). Bunun nedeni iş yükümlülükleri azalmadan çocuk bakımı ve ev yönetimi ile ilgili sorumlulukların annenin omuzlarına binmeye devam etmesidir. (Gerson, 1993; Glass ve Camarigg, 1992). Yapılan deneysel çalışmalar gösteriyor ki uzun çalışma saatleri gibi zaman

baskısı annenin iş tatminini düşürürken (Miller, 1980), doğum izninin sağlanması annenin işe dönüşünde yaşadığı stresin azalmasını sağlamaktadır (Hyde, Klein, Essex ve Clark, 1995). İkinci bir teori ise çalışanın işin hızı ve talepleri üzerindeki özerkliği ve kontrolünün annenin psikolojik sağlığı üzerindeki önemini vurgular (Edwards, 1979; Karasek, 1990; Lennon ve Rosenfield, 1992; Ross ve Mirowsky, 1992). Annenin kendi iş programını yapabilmesi, iş aile rolleri arasındaki potansiyel çatışmaları engellemektedir. Çocuğun hastalanması ya da çocuk bakımı ile ilgili olası problemler önceden tahmin edilemediğinden esneklik ve iş programı üzerindeki kontrol anne için iş aile sorumlulukları arasındaki dengeyi kurmak için rahatlatıcı bir etken olmaktadır (Rogers, 1992). Son teori ise anne iş tatmininin ise ana göstergesi olarak işteki ilişkilerin niteliğini vurgular (Edwards, 1979; Trice ve Byer, 1992). Otoriter yöneticiler, katı iş kuralları ve çalışma arkadaşlarının düşmanca tutumları işinden tatmin olmayan kadın ve erkek çalışanlardan en sık gelen şikayetlerdir (Locke, 1976). Özellikle yeni doğum yapmış annelerin yönetici ve çalışma arkadaşlarından gördüğü desteğin derecesi, iş dışındaki yeni rollerinin taleplerine adapte olabilmeleri ve işlerinden tatmin olabilmeleri için önemlidir. Yönetici desteği olmadıkça, pek çok anne işini kaybetme korkusuyla yasal hakları olmasına rağmen kendilerine sağlanan izinlerden yararlanamamaktadırlar (Glass ve Estes, 1997; Hochschild, 1997). Anneyi desteklemek amacıyla personele sağlanan imkanlar da iş tatmini için önemlidir. Örneğin çocuk bakımını organize etmede yaşanan zorluklar anne iş tatminine zarar vermekte ve stresi arttırmaktadır (Hurlbert, 1991; Ross ve Mirowsky, 1988; Rudd ve McKenry, 1986). Bebek hasta olduğunda izin verilmesi, çocuk bakımını şirketin üstlenmesi gibi şirket politikaları anne iş tatminini arttırmaktadır. Ayrıca çocuk bakımı konusunda eşin desteği olduğunda kadınlar iş ve aile sorumluluklarını daha rahat gerçekleştirmektedirler (Gerson, 1985). Ross ve Mirowsky (1988), anne çocuk bakımı konusunda tatminli olduğunda ve eşinin de destek olduğu zaman psikolojik olarak daha sağlıklı olduğunu bulmuşlardır.

Bu araştırmada içe ve dışa yönelik problem alanlarında işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin ortalama puanlarının işlerinden iyi düzeyde tatmin olan annelere göre önemli oranda daha yüksek olmasından son olarak da toplam problem alanlarında işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin orta ve iyi düzeyde iş tatmini olan annelere göre önemli oranda daha yüksek ortalama puanlara sahip olmasından kaynaklandığı belirlenmiştir. Bu bulgu, yukarıda belirtilen anne iş

tatminini düşüren faktörler göz önüne alındığında, annenin tam zamanlı çalışması, gece ya da vardiyalı çalışma, düzensiz ve uzun çalışma saatlerinin çocuklarda artan davranış problemlerine yol açtığını gösteren araştırmalarla paralellik göstermektedir (Almeida, Wethington ve Chandler, 1999; Presser, 2000; Bogen ve Joshi, 2001; Hans, 2005; Bogen ve Cherlin, 2004; Heymann ve Earle, 2001; Heymann, 2000).

### **5.8. Çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma, tükenmişlik, aile değerlendirme düzeylerinin çocuklarının davranış problemlerini yordama gücü**

Çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik ve aile değerlendirme düzeyleri onların çocuklarının davranış problemlerinin önemli yordayıcısı olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarında içe yönelim ve toplam problem alanlarına ait regresyon modellerindeki bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenleri açıklamada yeterlik olduğu ancak dışa yönelim alanında açıklamada önemli olmadığı tespit edilmiştir. Bağımsız değişkenlerin her birinin bağımlı değişken olarak içe yönelimi açıklamasına ilişkin sonuçlar incelendiğinde iş stresi, davranış kontrolü ve genel işlevlerin önemli yordayıcılar oldukları belirlenmiştir.

Crouter ve Bumpus (2001), ebeveynlerin yaşadığı iş stresinin çocukların psikolojik işlevlerine doğrudan bir etkisi varmış gibi görünmediğini, daha ziyade, “ebeveynin” iş deneyimlerinin, işle ilgili duygularına ve çocuk yetiştirme tutumlarına etkisi olduğunu ve ebeveynin iş stresinden çocukların davranışlarının dolaylı bir biçimde etkilendiğini saptamışlardır. Bu araştırmada çalışan annelerin iş stresiyle başa çıkma becerileri, tükenmişlik ve aile değerlendirme düzeylerinin çocuklarının dışa yönelim davranış problemleri üzerinde anlamlı doğrudan bir etkisinin bulunamayışı, ilişkinin doğrudan değil dolaylı olduğu şeklinde açıklanabilir. Ayrıca Repetti ve Saxbe'nin (2009) belirttiği gibi annenin iş stresinin aile üzerindeki etkilerini anlamak için annenin kişilik özellikleri ve psikolojik sağlığı, ailenin özellikleri, diğer aile üyelerinin özellikleri ve iş sonrası ortamı gibi arabulucu faktörleri de değerlendirmek gerekmektedir.

Bu sonuca göre çalışan annelerin iş stresi düzeylerindeki artış onların çocuklarının problem davranışlarına ait içe yönelim düzeylerinin artmasına neden

olmaktadır. Diğer bir bakış açısıyla çalışan annelerin iş stresiyle baş etme düzeylerindeki azalış onların çocuklarının problem alanlarından içe yönelimde önemli artışlara neden olmaktadır. Anne iş stresinin çocuk davranışları üzerindeki olumsuz etkilerini gösteren geçmiş çalışmalarla paralellik göstermektedir (Galambos, Sears, Almeida ve Kolaric, 1995; Crouter, Bumpus, Maguire ve McHale, 1999; Gassman-Pines, 2007; Costigan, Cox ve Cauce, 2003; Almeida ve McDonald, 1998; Bogen ve Cherlin, 2004; Johnson, Kalil ve Dunifon, 2008).

Önceki çalışmalara göre ebeveynlerin olumsuz duygu durumları hatalı ebeveynlik tutumları ve ergenlerin depresyon ve problemlili davranışlarını arttırmaktadır (Conger ve ark., 1995; Ge, Conger, Lorenz ve Simons, 1994; akt. Chee ve ark., 2009). Destek, gözlem, tutarlı disiplin, kızgınlık ve düşmanlığın düşük olduğu ebeveynlik tutumları ergenlerde görülen içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış davranış problemleri riskinin azalmasını sağlamaktadır (Conger ve ark., 1992; akt. Chee ve ark., 2009).

McLoyd, Toyokawa ve Kaplan (2008), iş taleplerinin tek ebeveynli ailelerde iş-yaşam çatışmasını arttırarak aile rutinlerini azalttığını bulmuşlardır. Buna ek olarak, daha yüksek seviye iş-yaşam çatışması ve annenin depresyon semptomları çocuklarda dışa dönük davranış problemlerinin artacağını göstermekte bu ilişkiler de azalan aile rutinleri ile ilgili görülmektedir. Beklenenin tersine, iş talepleri ile çocuk davranış problemleri arasında doğrudan ya da dolaylı aile rutinleri üzerinden bir ilişki bulunamamıştır.

Vardiyalı çalışma, çalışanlarda fiziksel, zihinsel ve ailevi problemlerle (örneğin boşanma, evlilik problemleri) ile ilişkilendirilmiştir (Barak ve ark., 1995; Boggild ve Knutsson, 1999; Mott, Mann, McLoughlin ve Warwick, 1965; Muhammad ve Vishwanath, 1997; Presser, 2000; White ve Keith, 1990; akt. McLoyd, Toyokawa ve Kaplan, 2008). Vardiyalı çalışanların çocuklarında da işlev bozuklukları görülmüştür (örneğin daha düşük okul başarısı, daha sık okulu asmalar, daha düşük özgüven, daha fazla disfori) (Barton, Aldridge ve Smith, 1998; Heymann, 2000; Landy, Rosenberg ve Sutton-Smith, 1969; akt. McLoyd, Toyokawa ve Kaplan, 2008).

Yıllardır aile rutinlerinin, çocuk ve yetişkinlerde aile bağılılığı, denge ve düzen sağlayarak stres ve olumsuz hayat olaylarına karşı psikolojik sağlığı koruduğu düşünülmektedir (Boyce ve ark., 1983; Fiese, 1992; akt. McLoyd ve ark., 2008). Deneysel bulgular da her geçen gün artmaktadır (Fiese ve ark., 2002; akt. McLoyd ve ark., 2008). Ekonomik güçlükler finansal baskı yaratarak aile ilişkilerini ve çocuk sağlığını etkilemektedir (Conger ve ark., 2002; Gutman ve Eccles, 1999; McLoyd ve ark., 1994; akt. McLoyd ve ark., 2008). McLoyd, Toyokawa ve Kaplan'ın (2008) çalışmasında tek ebeveynli ailelerde iş-aile çatışması ile aile rutinleri arasında olumsuz bir ilişki bulunmuş, organize, yapısal bir ev ortamının çocuklarda psikolojik ve davranışsal uyumu kolaylaştırdığı, daha rutin bir aile ortamında daha az içe dönük ve dışa dönük davranış problemlerine yol açtığı gözlemlenmiştir.

Pek çok çocuk, bir ya da her iki ebeveyninin akşamları, geceleri ya da haftasonları çalıştığı evlerde yaşamaktadır. Strazdins, Clements ve Korda (2006), bu çalışma programlarının aile ilişkilerini ya da sağlığını etkileyip etkilemediğine baktıkları çalışmalarında, düzensiz programla çalışan ebeveynler daha kötü aile işlevselliği, daha fazla depresif semptomlar ve daha az etkili ebeveyn tutumu ifade etmişlerdir. Bu ailelerin çocukları daha fazla sosyal ve duygusal problemler yaşamakta ve bu ilişkilerin kısmı olarak aile ilişkileri ve ebeveynin sağlığı ile şekillendiğini bulmuşlardır. Bazı ailelerde, 24 saat çalışma yaklaşımı ebeveyn ve çocuklarının sağlığı üzerinde baskı oluşturmaktadır.

Anderson (2006), iş stresi, ebeveynin öz yeterliliği, yetersiz ebeveynlik davranışı ve gençlerde görülen davranış problemi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. İşin eve bulaştığına yönelik kanıt bulmuştur; iş stresi (annenin iş-aile çatışması ve babanın iş tatminsizliği) azalan ebeveyn öz yeterliliği ve artan yetersiz ebeveynlik davranışı ile ilişkili bulunmuştur bu da sonuç olarak gençlerde içe yönelik ve dışa yönelik problem davranışların artan düzeyde görülmesine yol açmıştır. Buna ek olarak annenin ebeveynlik öz yeterliliğinin düşük olması gençlerde görülen içe yönelik ve dışa yönelik problem davranış problemleriyle doğrudan ilişkili bulunmuştur.

Dunifon ve Kalil (2004) sosyal yardım reformu sonrası sosyal yardımı terk ederek iş hayatına atılan çocuğunu yalnız büyüten annelerin iş koşullarının



çocuklarının duygusal ruh sağlığı ile ilişkisine bakmışlardır. 5-10 yaş arası çocuklarda, annenin ev-iş arası uzun mesafe gidip gelmelerinin çocuklardaki içselleştirilmiş davranış problemlerinin artmasına ve pozitif davranış düzeylerinin düşmesine yol açtığını bulmuşlardır. 11-15 yaş arası çocuklarda ise annenin uzun çalışma saatleri, çocuklarda görülen içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış davranış problemleri düzeylerinin artmasına, pozitif davranış düzeylerinin düşmesine yol açtığını bulmuşlardır. Daha büyük çocuklarda ise, annenin uzak mesafe ev-iş arası gidip gelmelerinin çocuklardaki dışsallaştırılmış davranış problemlerinin artmasına ve pozitif davranış düzeylerinin düşmesine yol açmaktadır.

Bu bulgu, annenin iş stresiyle başa çıkma becerisi düşük olduğunda, daha fazla içine kapanma ve artan depresif semptomlarla ilişkilendiğinde, utangaçlık, içe kapanma, aşağılık duygusu, düşük kişisel farkındalık, aşırı duyarlılık, korku, kaygı, gruplara katılmaktan sakınma, üzüntü, huysuzluk, alınganlık, ilgisizlik, dikkatsizlik gibi davranışları içeren içe yönelim davranış problemlerinin çocuklarında artmasına yol açmaktadır şeklinde yorumlanabilir.

Aile değerlendirme alanlarının alınan düşük puanların sağlıklı ilişkileri temsil ettiği göz önüne alındığında ise davranış kontrolünün artmasının içe yönelimin artmasına genel işlevlerin artmasının ise içe yönelimin azalmasına neden olduğu söylenebilir. Toplam problem alanında ise *t*-testi çıktılarına göre davranış kontrolü ve genel işlevlerin önemli birer yordayıcı oldukları görülmektedir. Bu sonuçlara göre içe yönelim alanına benzer olarak toplam problem alanında da aile değerlendirme alanlarının alınan düşük puanların sağlıklı ilişkileri temsil ettiği göz önüne alınarak ise davranış kontrolünün artmasının toplam problemin artmasına genel işlevlerin artmasının ise toplam problemin azalmasına neden olduğu söylenebilir.

Wang, Repetti ve Campos (2008), evliliğinde mutsuz olan babalarda, artan iş stresinin, iş günleri akşamlarında eşleri ve okul dönemi çocuklarıyla daha şiddetli ve olumsuz sosyal davranışlara yol açtığını bulmuşlardır (örneğin daha çok konuşma ve daha çok olumsuz aile etkileşimi). Babanın psikolojik durumu, stresi de etkileyici rol oynayarak iş stres kaynaklarıyla evdeki olumsuz sosyal davranışlar arasındaki bağı güçlendirmektedir. Fakat aynı durumu annelerde bulmamışlardır. Bumpus, Crouter ve McHale (1999) da benzer sonuçları bulmuştur. Genel olarak bilgili ebeveynlerin

tutumları günlük yaşamlarında pek değişmemektedir; sadece evlilik ilişki niteliklerine bakıldığında farklılıklar saptanmıştır. Küçük oğlu olan ve daha az mutlu evlilikleri olan ailelerde, sadece baba üzerinde iş baskısı ebeveynlerin çocukların günlük aktiviteleri ve durumları konusunda daha az haberdar olmalarına yol açmaktadır. Bu sonuçlar evlilik doyumunun cinsiyetle birleşerek iş stresinin aile üzerindeki etkisini belirlemede etkili olduğunu göstermektedir (Repetti ve Saxbe, 2009).

Aile ilişkilerinin niteliği, iş stresiyle aile hayatı arasındaki kısa dönemli ilişkide aracı bir faktör olarak bulunmuştur. Schulz ve ark. (2004) günlük kayıt tutulan çalışmalarında evlilik tatmin olma seviyeleri değişen çiftlerde günlük iş deneyimleriyle iş sonrası evlilikten etkileşimlerinin de değiştiğini bulmuşlardır. Örneğin özellikle evliliklerinde tatmin olan erkekler, işten olumsuz ruh haliyle ayrıldıklarında, evliliklerinde daha az öfkeli davranışlarda (örneğin tartışmacı olmak, kötü davranmak ve eşlerine karşı sabırsız olmak) bulunmaktadırlar. Evlilik tatmini daha az olan erkekler ise iş stresinin ardından evde bu öfkesini azaltmakta zorlanmaktadırlar. Story ve Repetti (2006) iş stresinin evlilik etkileşimi üzerindeki etkisine bakarken, kısa dönemli etkinin yüksek çatışma ve düşük çatışma yaşayan ailelerde değiştiğini bulmuşlardır. Daha yüksek sosyal çatışma yaşanan ortamlarda günlük iş stresine tepkinin arttığını, bu ailelerde hem anne hem babanın meşgul ve kişilerarası stresli geçen günlerin gecelerinde evlilik etkileşiminde öfke ve içe kapanmayı daha çok gösterdiğini saptamışlardır. Ailelerde öfkenin ifade edilmesi yaygın ve kabul edilir olduğunda asabiyet ve hayal kırıklığı duygularının daha çok eve taşıdığını ve eşlerin stresli günlerde partnerlerinden daha çok uzaklaştığını bulmuşlardır.

Bütün bu bulgular, aile ilişkilerinin niteliğinin iş stresinin etkileri üzerindeki rolünü göstermektedir. Genel olarak, kötü bir evlilik, ya da yüksek derece çatışmalı bir aile ortamı, iş stresinin aileye olumsuz etkileme derecesini arttırabilmektedir. Ev işleri ve çocuk bakımında eşler arasındaki işbölümü de iş stres kaynaklarının etkileri üzerinde rol oynamaktadır. Ortalama olarak, iş saatlerinin fazla olması rol yükü ile ilişkili bulunmamış, bağ daha çok çalışan kadınların eşlerinin ev işi ve aile sorumluluklarında ne kadar katılımcı olduklarıyla ilişkilendirilmiştir. Eğer kadın iş bölümünden tatminse uzun saatler çalışan kadınla daha az saat çalışan kadınların

fazla rol yükü duygusunda az bir fark saptanmıştır. Fakat evlerindeki iş bölümünden tatminsiz kadınlarda, daha fazla iş saati, daha fazla rol yükü duygusunu göstermektedir (Hyde, Essex, Clark ve Klein, 2001).

Çalışan kişinin kişilik özelliklerinin yanı sıra eşi ve çocuklarının kişilik özellikleri de işlerin ev hayatını nasıl etkilediğini göstermektedir. Örneğin eşin işinin özellikleri, işteki otoritenin evdeki iş bölümünü nasıl etkilediğiyle ilişkilidir (Brayfield, 1992). Kadının yemek yapmak, çamaşır yıkamak, temizlik gibi kadına düşen geleneksel görevlere yaklaşımı, işteki güç ve statüsünü eşinin işteki gücü ve statüsüyle kıyaslamasının sonucunda şekillenmektedir. Örneğin yönetici görevindeki kadınlarda özellikle de üst düzey yönetici kadınlarda, işte eşine göre statüsü daha fazla ise ev işlerindeki payında azalma görülmektedir. Erkeğin işinin özellikleri, kadının iş pozisyonu ile ev işlerindeki payı arasındaki bağı şekillendirmektedir.

Çocukların kişilik özellikleri de iş-aile arasındaki ilişkide rol oynamaktadır (Greenberger, O'Neil ve Nagel 1994). Ebeveynlerin gözlemlendiği bir çalışmada, ebeveynlerin okul çağı çocuklarının hayatlarını gün içinde ne kadar takip ettiği ile çocuklarında görülen davranış problemleri arasındaki ilişkide tek ebeveynin çalıştığı evlerle her ikisinin çalıştığı evler arasında ortalama olarak bir fark olmadığı bulunmuştur (Crouter, MacDermid, McHale ve Perry-Jenkins, 1990). Fakat her iki ebeveynin de çalıştığı evlerde eğer ebeveynler çocuklarının günlük aktivite ve yaşantılarını takip etmiyorlarsa sadece erkek çocukların daha sık kavga ve probleme bulaştığını bulmuşlardır. Ebeveynlerin çocuklarını iyi takip ettiği evlerde bir fark bulunmamıştır. Annenin doğum izniyle ilgili bir çalışmada, bebeğin huyunun önemli bir etken olduğu bulunmuştur. Eğer bebek zor ya da huysuz bir mizaca sahipse, işe erken dönen annede bebeğe karşı daha az olumlu duygu ve davranış görülmektedir (Clark, Hyde, Essex ve Klein, 1997).

Tüm bu bilgiler gösteriyor ki, cinsiyet, kişilik ve çalışanın ve ailedeki diğer bireylerin psikolojik durumu iş stresinin aileyi nasıl etkilediğini belirlemektedir. Yaşamdaki safha, ailedeki ilişkilerin niteliği, evdeki iş yükünün paylaşımı ve eşin işinin özellikleri de iş-aile ilişkisinde diğer önemli faktörlerdir (Repetti ve Saxbe, 2009).

Günün sonunda işten ayrıldıklarında, çalışanları evde yeni stresler, ödülleri, destekler, enerji ve zamanda yeni baskılar beklemektedir. Evde geçirilen süre ve ortamın doğası, aile hayatına geçmeden önce dinlenme ve gevşemeye fırsat olup olmaması, çocuk bakımı, ev işleri gibi evde bekleyen sorumluluklar çalışanların duygu, düşünce ve davranışlarını şekillendiren iş sonrası ortam özellikleridir. Örneğin, duygu geçişini inceleyen bir çalışmada, Larson ve Gillman (1999), iş sonrası bir süre yalnız kalmanın, annenin öfke ve anksiyete duygularının ergen çocuklarına geçmesini azalttığını bulmuşlardır. Ebeveynler iş sonrası tek başına zaman geçirdiklerinde işten eve olumsuz duygu getirmesi daha az görülmektedir. Fiziksel çevrenin de rolü vardır, örneğin oturulan yerde problemlili komşuların olması ve gürültü gibi ortamda stres kaynaklarının olması da etkili olabilmektedir (Hartig ve Lawrence, 2003).

İhtiyaçlar, talepler, duygular ve aile üyelerinin sosyal davranışları, çalışanın iş stres faktörlerini ev ortamına nasıl yansıtacağını etkileyen sosyal ortam özellikleridir. Eşin desteği iş sonrası sosyal çevrenin önemli bir boyutudur. Aile araştırmaları göstermektedir ki eşten gelen duygusal destek, evliliği işten gelebilecek stres kaynaklarının olumsuz sonuçlarına karşı korumaktadır (Conger, Rueter ve Elder, 1999). Evlilik desteği ayrıca stresli günlerde ev işlerinde ve başka taleplerde yardımcı olarak da stresli partnerin sosyal kaçınma ile stresle baş etme yöntemini kolaylaştırmaktadır (Bolger ve ark., 1989). Repetti (1989), hava trafiği kontrolörlerinin, havaalanında yoğun iş yükü olan günlerin ardından eğer o gece eşlerinden daha fazla destek alırlarsa, evlilik etkileşimlerinde daha az sinirli ve daha çok kaçınma tepkisi gösterdiklerini böylece evlilik ilişkilerinin daha olumlu olduğunu bulmuştur. Repetti, bu bulguyla evlilik ilişkisinden kısa süreli bir uzaklaşmanın çok yüksek düzeydeki iş stresine karşı olumlu bir tepki olduğunu vurgulamıştır.

İş-aile etkileşimine bakıldığında, aile bir araya geldiğinde çocukların davranışları da önemli bir faktördür. Gelişim psikologları, yıkıcı ve zorlayıcı çocuk ve ergen davranışlarının ebeveynin eleştirel tutumunu arttırmasına (Frye ve Garber, 2005), ebeveynler arası tartışmaların artmasına (Jenkins, Simpson, Dunn, Rasbash ve O'Conner, 2005), şefkatli ebeveynlik tutumunun azalmasına ve sert ve tutarsız ebeveynlik tutumunun artmasına (Rueter ve Conger, 1998) yol açtığını ifade

etmişlerdir. Örneğin Repetti ve Wood (1997b) çalışan annelerin iş sonrası okul öncesi dönemi çocuklarını günlük bakım evinden alarak kavuşmalarının günlük video çekimlerini analiz etmişlerdir. Anneler diğer günlere göre daha az konuşma, duygularını daha az gösterme gibi içe kapanma işaretleri gösterdiklerinde, çocuklar daha olumlu davranışlar göstererek, daha çok soru sorarak ebeveynlerini etkileşime sokmak için çabalarını arttırmaktadırlar. Anneler yüksek stresli günlerin ardından sosyal kaçınma tepkisi vermekte, fakat küçük çocuklar bile ebeveynlerinin iş stresine verdiği tepkiyi şekillendirmektedirler (Repetti ve Wood, 1997a).

Başka bir çalışmada, her iki ebeveynin de çalıştığı ailelerde bir hafta yoğun olarak videoya alınmıştır. Bir analiz, çalışma günü sonrası eve gelen ebeveynin ailesi tarafından evde nasıl karşılandığını incelemiştir. Ebeveynler eve döndüklerinde, genellikle aile üyeleri gelen ebeveyni karşılamakta ve ilgilenmektedirler (Ochs, Graesch, Mittmann, Bradbury ve Repetti, 2006). Karşılama ya da karşılamama davranışının stresli bir gün sonrası eve gelen ebeveynin tepkilerini nasıl etkilediğine baktıklarında, eve geldiğinde yok sayılması sosyal kaçınma davranışını arttırırken, takdir ve duygu aktarımı daha farklı bir tepkiye, örneğin o günün paylaşımını sağlayabilmektedir. Bulgular göstermektedir ki bir bireyin davranışlarının baktığımızda, izole edilmesi değil ailenin sosyal şartlar ve çevresinde değerlendirilmesi gerekmektedir.

Yıllardır aile rutinlerinin, çocuk ve yetişkinlerde aile bağlılığı, denge ve düzen sağlayarak stres ve olumsuz hayat olaylarına karşı psikolojik sağlığı koruduğu düşünülmektedir (Boyce ve ark., 1983; Fiese, 1992; akt. McLoyd ve ark., 2008). Deneysel bulgular da her geçen gün artmaktadır (Fiese ve ark., 2002; akt. McLoyd ve ark., 2008). Ekonomik güçlükler finansal baskı yaratarak aile ilişkilerini ve çocuk sağlığını olumsuz etkilemektedir (Conger ve ark., 2002; Gutman ve Eccles, 1999; McLoyd ve ark., 1994; akt. McLoyd ve ark., 2008). McLoyd, Toyokawa ve Kaplan (2008)'in çalışmasında tek ebeveynli ailelerde iş-aile çatışması ile aile rutinleri arasında olumsuz bir ilişki bulunmuş, organize, yapısal bir ev ortamının çocuklarda psikolojik ve davranışsal uyumu kolaylaştırdığı, daha rutin bir aile ortamında daha az içe dönük ve dışa dönük davranış problemlerine yol açtığı gözlemlenmiştir.

Thompson, Kirk ve Brown (2005), çalışmalarında bir modeli test ederek, iş stresinin kadın polislerin aile ortamındaki işlevini nasıl etkilediğine tükenmişlik kavramının bir parçası olan duygusal tükenmişlik üzerinden bakmışlardır. Sadece yöneticilerin desteği rol stres kaynaklarını azaltmakta, bu da duygusal tükenmişliği etkileyerek aile birliği ve çatışması yolunda önem teşkil etmektedir. Sonuçlar, aileye bulaşan stresi araştırırken duygusal tükenmişliğe yol açan davranışların incelenmesinin önemini vurgulamaktadır.

Goodman ve Crouter (2009), 18 aylık bir dönemde küçük çocuğu olan annelerin iş stres kaynakları, olumsuz iş-aile bulaşması ve depresif semptomların ilişkisini inceledikleri çalışmalarında, çalışma ortamının daha az esnek olması ve iş baskısının daha fazla olması depresif semptomların daha yüksek düzeyde olacağını göstermekte ve daha da ötesi bu ilişkiler olumsuz iş-aile etkileşimi algısı ile şekillenmekte olduğunu bulmuşlardır. Son olarak da iş baskısının tam zamanlı çalışan annelerde daha fazla etkilendiği algısına yol açacağını bulmuşlardır.

Pek çok çocuk, bir ya da her iki ebeveyninin akşamları, geceleri ya da haftasonları çalıştığı evlerde yaşamaktadır. Strazdins, Clements ve Korda (2006), bu çalışma programlarının aile ilişkilerini ya da sağlığını etkileyip etkilemediğine inceledikleri çalışmalarında, düzensiz programla çalışan ebeveynler daha kötü aile işlevselliği, daha fazla depresif semptomlar ve daha az etkili ebeveynlik tutumu ifade etmişlerdir. Bu ailelerin çocukları daha fazla sosyal ve duygusal problemler yaşamakta ve bu ilişkilerin kısmı olarak aile ilişkileri ve ebeveynin sağlığı ile şekillendiğini bulmuşlardır. Bazı ailelerde, 24 saat çalışma yaklaşımı ebeveyn ve çocuklarının sağlığı üzerinde baskı oluşturmaktadır.

Davranış kontrolü, ailenin üyelerinin davranışlarına standart koyma ve disiplin sağlama biçimidir. Psikolojik ve sosyal tehlike karşısındaki davranışlar değerlendirilir. Ayrıca kontrolün esnek, katı, serbest ve düzensiz oluşu ele alınmaktadır. Genel Fonksiyonlar ise Aile Değerlendirme Ölçeğinde yer alan altı boyutu da kapsayacak şekilde tüm işlevleri içerir (Bulut, 1993).

İçer yönelim (İY) grubu; sosyal içer dönüşlülük, somatik yakınmalar, anksiyete, depresyon, dışa yönelim (DY) grubu ise; suçla yönelik davranışlar, saldırgan

davranışlar alt ölçek toplamlarından oluşmaktadır. Ayrıca her iki gruba girmeyen sosyal sorunlar, düşünce ve dikkat sorunları da ölçekte yer almaktadır. Bu alt testlerin toplamından “toplam problem puanı” elde edilmektedir. Bu çalışmada, ölçeğin içe yönelim ve dışa yönelim boyutları ile toplam problem puanları değerlendirilmiştir. Toplam problem puanları ise genel davranış problemi puanı olarak ifade edilmiştir (Erol ve ark., 1998).

Aile değerlendirme alanlarında alınan düşük puanların sağlıklı ilişkileri temsil ettiği göz önüne alındığında davranış kontrolünün artmasının içe yönelimin artmasına genel işlevlerin artmasının ise içe yönelimin azalmasına neden olduğu söylenebilir. Toplam problem alanında ise *t*-testi çıktılarına göre davranış kontrolü ve genel işlevlerin önemli birer yordayıcı oldukları görülmektedir. Bu sonuçlara göre içe yönelim alanına benzer olarak toplam problem alanında da aile değerlendirme alanlarının alınan düşük puanların sağlıklı ilişkileri temsil ettiği göz önüne alınarak davranış kontrolünün artmasının toplam problemin artmasına genel işlevlerin artmasının ise toplam problemin azalmasına neden olduğu söylenebilir.

Çocuğuna gerektiğinden fazla kontrol ve özen gösteren aşırı korumacı bir annenin çocuğu, diğer kimselere aşırı bağımlı, kendine güveni olmayan, duygusal kırıklıkları olan bir kişi olabilmektedir. Annenin aşırı hoşgörülü ve düşkün tutumu ise çocuğun bencil, sürekli diğerlerinin dikkatini çekmek ve kendisine hizmet edilmesini istemesine yol açmaktadır. Böyle çocuklar ev içinde ve dışında çok zayıf bir sosyal uyum gösterirler (Yavuzer, 2010).

Annenin değişken ruh hali içinde olması zaman zaman çocuğa yönelik tutumunu olumsuz etkileyebilmektedir. Örneğin mutsuz, sıkıntılı anne çocuğunun şikâyetlerini, isteklerini tolere edemeyebilir. Bu da çocuğun anneye güven duymasını ve olumlu kişilik geliştirmesini engeller (Sürücü, 2007). Çocuğun bedensel ve ruhsal ihtiyaçlarını karşılamayı aksatan bir annenin çocuğu yardım duygusundan uzak, sinirli ve özellikle kendinden küçük ve zayıflara karşı düşmanca duygulara sahip bir birey olabilmektedir (Yavuzer, 2010).

Annenin baskıcı bir tutumu, çocukta çekingen, başkalarının etkisinde kolay kalabilen, aşırı hassas bir kişilik yapısına yol açabilir. Suçlayan, cezalandıran ve

sürekli karışan bir annenin çocuğu isyankar bir tavır sergilemekle birlikte aşağılık duygusu gelişebilir. Çocuğun her istediğini yapan, boyun eğen bir annesi var ise çocuk ona hükmetmeye ve çok az saygı göstermeye başlar. Zamanla bu çocuklar çevresine de egemen olmaya çalışmaktadırlar (Yavuzer, 2010).

Toplam problem alanında ise *t*-testi bulgularına göre davranış kontrolü ve genel işlevlerin önemli birer yordayıcı oldukları görülmektedir. Bu sonuçlara göre içe yönelim alanına benzer olarak toplam problem alanında da aile değerlendirme alanlarının alınan düşük puanların sağlıklı ilişkileri temsil ettiği göz önüne alınarak davranış kontrolünün artmasının toplam problemin artmasına, genel işlevlerin azalması ise toplam problemin artmasına neden olduğu söylenebilir. Ailenin disiplin ve kontrol konusundaki tutumu; aşırı baskıcı, aşırı esnek ya da dengesiz tutumu, çocuklardaki içe yönelik, dışa yönelik ve diğer davranış problemlerini kapsayan toplam problemin artmasına neden olmaktadır. Genel işlevlerin azalması ile işlevselliği azalan ailelerde davranış problemlerinin arttığı görülmektedir.

## 5.9. ÖNERİLER

Annelerin iş stresi düzeylerinin eğitim seviyeleri arttıkça artma eğilimi gösterdiği bulunmuştur. Günümüzde pek çok iyi eğitilmiş kadının üst düzey yönetici pozisyonlarına kadar yükseldiğini düşündüğümüzde şirketlerin kadınlara stres yönetimi eğitimi vermesi, spor ve sosyal aktivite imkanları sağlaması, esnek çalışma saatleri ile desteklemesi gerekmektedir. Açık iletişimin olduğu, destekleyici bir iş ortamı sağlanmalıdır.

Bununla birlikte çocuklarda görülen davranış problemlerinde annelerin eğitim seviyeleri arttıkça ortalama puanlarında dikkat çekici düzeyde azalmaların olduğu görülmüştür. Gerek okullarda verilen ana baba okulu seminerlerinde, gerek şirketlerde verilen eğitimlerde anneler iletişim, etkili ve hatalı ebeveyn tutumları, çocuk psikolojisi, davranış problemlerinin nedenleri, evlilik vs. gibi konularda bilgilendirilmelidirler.

Annelerin iş stresi seviyelerinin gelir düzeyleri arttıkça önemli düzeyde yükseldiği bulunmuştur. Gelir düzeyi yüksek annelerin daha nitelikli işlerde çalıştığı



göz önüne alındığında, kadınların pozisyonları yükseldikçe erkek egemen iş dünyasında ayakta kalabilmek ve iş-yaşam dengesi kurabilmek için stres düzeylerini düşürmelerine şirketlerin desteği şarttır. Gerek çalışan memnuniyet ölçekleri, gerek bireysel görüşmelerle, çalışan kadınlar daha sık dinlenmeli, stresle başa çıkabilmek için gereksinim ve ihtiyaçları saptanmalı ve giderilmesi konusunda destekleyici olunmalıdır.

Aile değerlendirme alanlarından iletişim ve genel işlevler boyutlarında çalışan evli annelerin boşanmış annelere oranla önemli düzeyde daha sağlıklı işlevlere sahip oldukları tespit edilmiştir. Ayrıca evli annelerin davranış problemleri alt ölçeklerinden olan toplam problemlerindeki ortalama puanlarının boşanmış annelerin ortalama puanlarına göre önemli düzeyde daha düşük olduğu bulunmuştur. Ülkemizde ve dünyada çocuğunu yalnız büyüten annelerin sayısının gün geçtikçe arttığını hesaba kattığımızda, aile danışmanlığı desteğinin daha çok yaygınlaştırılması gerekmektedir. Çocuğu olan her boşanan çiftin aile danışmanlığı merkezlerinden destek alması zorunlu hale getirilmelidir. Bu konu medyada da daha çok gündeme getirilmelidir. İskandinav ülkelerinde sağlandığı gibi ülkemizde de devletin küçük yaştan itibaren ücretsiz nitelikli bir çocuk bakım merkezi sistemi kurması gerekmektedir.

Ayrıca ülkemizde nitelikli ve eğitimli annelere kısmi çalışma imkanı sağlayan firma yok denecek kadar azdır. Firmaların bu tür olanaklar sağlaması ile hem çalışıp para kazanmak hem de çocuğunu büyütmek isteyen annelerin iş - yaşam dengesi kurmalarına yardımcı olunmalı, üzerlerindeki stres azaltılarak çalışma hayatından kopmaları engellenmelidir.

İşlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin iş stresi ortalama puanlarının orta ve iyi düzeyde işlerinden tatmin olan annelere göre önemli düzeyde daha düşük olduğu, işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alanlarındaki ortalama puanlarının işlerinden orta ve iyi olanlara göre önemli oranda daha yüksek olduğu, işlerinden orta düzeyde tatmin olan annelerin işlerinden iyi düzeyde tatmin olanlara göre kişisel başarı hissinde önemli oranda daha yüksek ortalama puanlarının olduğu, işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin içe ve dışa yönelim problem alanlarında ortalama puanlarının işlerinden iyi düzeyde

tatmin olan annelere göre önemli oranda daha yüksek olduğu, son olarak da işlerinden düşük düzeyde tatmin olan annelerin orta ve iyi düzeyde iş tatmini olan annelere göre toplam problem alanlarında önemli oranda daha yüksek ortalama puanlara sahip olduğu belirlenmiştir. İşyerlerinde annelere gerek iş ve yaşam tatmin ölçekleri uygulanarak, gerek bireysel görüşmelerle tatmin olmak için ihtiyaç duydukları gereksinimler saptanmalı ve bu ihtiyaçların karşılanabilmesi konusunda destekleyici olunmalıdır.

Çalışan annelerin iş stresi düzeylerindeki artış çocuklarının davranış problemlerine ait içe yönelim düzeylerinin artmasına neden olmaktadır. Aile değerlendirme alanlarından davranış kontrolünün artması içe yönelimin artmasına, genel işlevlerin azalması ise içe yönelimin artmasına neden olmaktadır. Davranış kontrolünün artması toplam problemin artmasına, genel işlevlerin azalması ise toplam problemin artmasına neden olmaktadır. Gün geçtikçe stresle sağlıklı bir şekilde başa çıkamayan pek çok anne depresyona girmekte bu da çocuklarıyla ilişki ve tutumlarını etkileyerek içe yönelik davranış problemlerinin artmasına yol açmaktadır. Gelecek nesillerin ruh sağlığı için işyerlerinde şirket psikologlarının çalıştırılması yaygınlaştırılmalıdır.

Anne ve babalar, işlevsel bir aile olmak, etkili ebeveynlik tutumları, hatalı ebeveynlik tutumlarının yarattığı sonuçlar, davranış problemlerinin nedenleri ve sonuçları konularında gerek okullarda verilen seminerlerle, gerekse şirketlerde alınan eğitimler ile bilinçlendirilmelidirler.

## KAYNAK DİZİNİ

- Achenbach, T. M. ve Edelbrock, C. S. (1978). **The classification of child psychopathology: A review and analysis of empirical efforts.** Psychological Bulletin, 85(6), 1275-1301.
- Achenbach, T. (1982). **Developmental psychopathology (2nd ed.).** New York: Wiley.
- Achenbach, T. (1991). **Integrative guide for the 1991 CBCL/4-18, YSR, and TRF profiles.** Burlington, VT: University of Vermont, Department of Psychiatry.
- Achenbach, T. M., Dumenci, L. ve Rescorla, L. A. (2000). **Ratings of relations between DSM-IV diagnostic categories and items of the CBCL/1½-5 and C-TRF.** Burlington, VT: University of Vermont, Research Center for Children, Youth, & Families. Available at www.ASEBA.org.
- Achenbach, T. M. ve Rescorla, L. A. (2001). **Manual for the ASEBA School-Age Forms & Profiles.** Burlington, VT: University of Vermont, Research Center for Children, Youth, & Families.
- Akan, A. G. (2001). **7-12 Yaş Çocuklarında Görülen Uyum Ve Davranış Bozuklukları İle Benlik Saygısı İlişkisi.** (Yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akçakın, M. (1985). **Çocukların Davranışlarını Değerlendirme Ölçeğinin tanıtımı ve güvenilirlik çalışması.** Türk Psikoloji Dergisi, 5, 3-6.
- Aktaş, Y. (1994). **Çalışan Anne ve Çocuğu.** Yaşadıkça Eğitim Dergisi, 36, 7-11.
- Aktaş, A. (2001). **Üst ve Orta Düzey Yöneticilerde İş Stresi.** KHO Dergisi.
- Aktaş, A. 2001. **Bir kamu kuruluşunda üst düzey yöneticilerinin iş stresi ve kişilik özellikleri.** Ankara Üniversitesi SBF Dergisi, 56(4), 25-42.
- Albayrak-Kaymak, D. (1994). **Kişilerarası Davranış Biçimlerine Dualist bir Bakış: İçselleştirme ve Dışsallaştırma.** Türk Psikoloji Dergisi, 9(32), 35-46.
- Algozzine, R. (1977). **The emotionally disturbed child: Disturbed or disturbing?** Journal of Abnormal Child Psychology, 5, 205-211.
- Algozzine, B. (1991). **Implications of School Reform in the 1990s for Teachers of Students with Behavior Problems.** Preventing School Failure, 35(2), 6-10.
- Almeida, D. M. ve McDonald, D. (1998). **Weekly rhythms of parents' work stress, home stress, and parent-adolescent tension.** In A.C. Crouter ve R. Larson (Eds.), Temporal rhythms in adolescence: Clocks, calendars, and the

- coordination of daily life (New Directions in Child and Adolescent Development, 82, 53–67). San Francisco: Jossey-Bass.
- Almeida, D. M., Wethington, E. ve Chandler, A. L. (1999). **Daily Transmission of Tensions between Marital Dyads and Parent-Child Dyads.** Journal of Marriage and Family, 61(1), 49-61.
- Anderson, O. A. (2006). **Linking Work Stres, Parental Self-Efficacy, Ineffective Parenting, and Youth Problem Behavior.** (Doctorate Thesis). The University of Tennessee, Knoxville.
- Apostal, R. A. ve Helland, C. (1993). **Commitment to and role changes in dual career families.** Journal of Career Development, 20(2), 121-129.
- Aytaç, Serpil ve diğerleri. (2002). **Gelişmekte Olan Sanayi Merkezlerinde Kadın İşgücünün Konumu:Bursa Örneği,** Tisk Yayınları, 22.
- Avison, W. R., Ali, J. ve Walters, D. (2007). **Family Structure, Stress, and Psychological Distress: A Demonstration of the Impact of Differential Exposure.** Journal of Health and Social Behavior, 48, 301–317.
- Baltaş, A. ve Baltaş, Z. (1996). **Stresle Başa Çıkma Yolları.** İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Bardavit, M. (2007). **Kişilik Yapılarının-Stresi Değerlendirme, Stresle Başa Çıkma Yaklaşımları, Algılanan Stres ve İş Doyumunu Üzerinde Olan Etkisinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi.** (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Barnett, H. (1998). **Introduction to Feminist Jurisprudence.** London.
- Barutçugil, İ. (2002). **İş Hayatında Kadın Yönetici.** İstanbul: Kariyer Yayıncılık.
- Baydar, N. ve Brooks-Gunn, J. (1991). **Effects of maternal employment and child-care arrangements on preschoolers' cognitive and behavioral outcomes: Evidence from the Children of the National Longitudinal Survey of Youth.** Developmental Psychology, 27(6), 932-945.
- Başargan, N. H. (2000). **Küreselleşme Sürecinde İnsan Kaynaklarının Geliştirilmesi Problemi ve Türkiye.** TİSK İşveren Dergisi, 37(10), 11.
- Baxter, J. Ve Alexander, M. (2008). **Mothers' work-to-family strain in single and couple parent families: the role of job characteristics and supports.** Australian Journal of Social Issues, 43(2), 195-214.

- Bayley, N. ve Schaefer, S. E. (1967). **Maternal behavior and personality development data from the Berkeley growth study**. New York: John Wiley and Sons, Inc.
- Becvar, J. R. ve Becvar, S. D. (1982). **Systems Theory and Family Therapy**. University Press of America. Boss, P.G. Sourcebook of Family Theories and Methods, A Contextual Approach. New York: Plenum Press.
- Belkin, L. (2003). **The opt-out revolution**. New York Times Magazine, 26, 42-86.
- Benokraitis, N. V. (1993). **Mariages and Families**. USA: Prentice Hall Inc.
- Belsky, J., Burchinal, M., McCartney, K., Vandell, D. L., Clarke-Stewart, K. A. ve Owen, M. T. (2007). **Are there long-term effects of early child care?** Child Development, 78, 681-701.
- Benson, H. ve Allen R. L. (1980). **How Much Stress is Too Much**. Harvard Business Review, 58, 86-92.
- Berne, E. (1961). **Transactional analysis in psychotherapy: A systematic individual and social psychiatry**. New York, US: Grove Press.
- Betz, N. E. ve Fitzgerald, L. F. (1987). **The career psychology of women**. Orlando, FL: Academic Press.
- Bıçakçı, M. Y. (2004). **Annesi çalışan ve çalışmayan çocukların anne-baba tutumlarını algılamalarının ve benlik imajlarının incelenmesi**. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Ev Ekonomisi Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı.
- Bianchi, S. M. (2000). **Maternal employment and time with children: Dramatic change or suprising continuity?** Demography, 37, 401-414.
- Bianchi, S. M. ve Raley, S. B. (2005). **Time allocation in families**. In S. M. Bianchi, L. M. Casper ve R. B. King (Eds.), Work, family, health, and well-being (pp. 21-42). Philadelphia: Erlbaum.
- Bianchi, S. M., Robinson, J. P. ve Milkie, M. A. (2006). **Changing rhythms of American family life**. New York: Russell Sage Foundation.
- Bianchi, S. M. ve Milkie, M. A. (2010). **Work and family research in the first decade of the 21st century**. Journal of Marriage and Family, 72, 705-725.
- Blanch, A., Aluja, A. (2009). **Work, family and personality: A study of work-family conflict**. Personality and Individual Differences, 46, 520-524.

- Bogen, K. ve Cherlin, A. (2004). **Jobs and parenting 24-7: Work schedules and parenting of the working poor.** Paper presented at the 2004 Annual Meeting of the Population Association of America.
- Bogen, K. ve Joshi, P. (2001). **Bad work or good move: The relationship of part-time and nonstandard work schedules to parenting and child behavior in working poor families.** Paper presented at Low Income Families: Coping as Parents and Workers Conference, sponsored by U.S. Department of Health and Human Services, Chapin Hall and NCCP, Washington, DC, November 2001.
- Bolger, N., DeLongis, A., Kesler, R. C. ve Wethington, E. (1989). **The Contagion of Stress across Multiple Roles.** *Journal of Marriage and Family*, 51(1 ), 175-183.
- Bolger, N. (1990). **Coping as a Personality Process: A Prospective Study.** *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 525-537.
- Bolger, N. ve Schilling, E. A. (1991). **Personality and the problems of everyday life: The role of neuroticism in exposure and reactivity to daily stressors.** *Journal of Personality*, 59, 355-386.
- Bolger, N. ve Zuckerman, A. (1995). **A Framework for Studying Personality in the Stress Process.** *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 890-902.
- Brayfield, A. A. (1992). **Employment resources and housework in Canada.** *Journal of Marriage and the Family*, 54, 19-30.
- Brooks-Gunn, J., Han, W. J. ve Waldfogel, J. (2002). **Maternal employment and child cognitive outcomes in the first three years of life: The NICHD study of early child care.** *Child Development*, 73, 1052-1072.
- Bull, T. ve Mittelmark, M. B. (2009). **Work life and mental wellbeing of single and non-single working mothers in Scandinavia.** *Scandinavian Journal of Public Health*, 37, 562-568.
- Burke, R. J. ve Greenglass, E. R. (1989). **Psychological burnout among men and women in teaching: An examination of the Cherniss model.** *Human Relations*, 42, 261-273.
- Burke, R. J. ve Greenglass, E. R. (2001). **Hospital restructuring, work-family conflict and psychological burnout among nursing staff.** *Psychology and Health*, 16, 83-94.

- Bursalıoğlu, Z. (2000). **Okul Yönetiminde Yeni Yapı ve Davranış**. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Bulut, I. (1990). **Aile Değerlendirme Ölçeği El Kitabı**. Ankara: Özgüzelış Matbaası.
- Bulut, I. (1993). **Ruh Hastalığının Aile İşlevlerine Etkisi**. Ankara: Başbakanlık Kadın Ve Sosyal Hizmetler Müsteşarlığı Yayınları.
- Bulut, Ş. (2000). **Altı yaş çocuklarında davranış problemleri ile anne ve öğretmenlerin uyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi**. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Capel, S. A. (1991). **A longitudinal study of burnout in teachers**. British Journal of Educational Psychology, 61(1), 36-45.
- Carr, E. G. ve Durand, V. M. (1985). **Reducing behavior problems through functional communication training**. Journal of Applied Behavior Analysis, 18(2), 111-126.
- Carver, C. S., Scheier, M. F. ve Weintraub, J. K. (1989). **Assessing coping strategies: A theoretically based approach**. Journal of Personality and Social Psychology, 56, 267-283.
- Celep, C. (2002). **Sınıf Yönetimi ve Disiplini**. (2. Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Center, D. ve Kemp, D. (2003). **Temperament and personality as potential factors in the development and treatment of conduct disorders**. Education and Treatment Children, 26(1), 75-88.
- Chase-Lansdale, P. L., Moffitt, R., Lohman, B., Cherlin, A., Coley, R. ve Pittman, L. (2003). **Mothers' transition from welfare to work and the well-being of preschoolers and adolescents**. Science, 299, 1548-1552.
- Chee, K. H., Conger, R. D., Elder Jr, G. H. (2009). **Mother's employment demands, work-family conflict, and adolescent development**. International Journal of Sociology and Family, 35(2), 189-202.
- Cherniss, C. (1980). **Professional Burnout in Human Service Organizations**. New York: Praeger Press.
- Chusmir, L. H. (1983). **Characteristics and predictive dimensions of women who make nontraditional vocational choices**. Personnel and Guidance Journal, 62(1), 43-48.

- Ciabattari, T. (2007). **Single mothers, social capital, and work-family conflict.** Journal of Family Issues, 28, 34-60.
- Cicchetti, D. ve Toth, S. (1991). **A developmental perspective on internalizing and externalizing expressions of dysfunction.** Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cirhinlioğlu, F. G. (2001). **Okul Öncesi Dönem Çocuk Ruh Sağlığı ve Gelişimi.** Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Clark, R., Hyde, J. S., Essex, M. J. ve Klein, M. H. (1997). **Length of Maternity Leave and Quality of Mother-Infant Interactions.** Child Development, 68(2), 364-383.
- Coley, R. L., Bachman, H. J., Votruba-Drzal, E., Lohman, B. J., Li-Grining, C. P. (2007). **Maternal welfare and employment experiences and adolescent well-being: Do mothers' human capital characteristics matter.** Children and Youth Services Review, 29, 193–215.
- Coleman, M. (1992). **Behavior Disorders Theory and Practice.** New York: Allyn and Bacon.
- Conger, R. D., Rueter, M. A. ve Elder, G. H., Jr. (1999). **Couple resilience to economic pressure.** Journal of Personality and Social Psychology, 76, 54-71.
- Connor, D. F. (2002). **Aggression and antisocial behavior in children and adolescents: Research and treatment.** New York: Guilford Press.
- Cooper, C. L. ve Marshall, J. (1988). **Sources of managerial and white collar stress.** Cooper, C. L. ve Payne, R. (Ed.). Causes and Consequences of Coping With Stress at Work. Chichester: Wiley.
- Costa, P. T. Jnr, Somerfield, M. ve McCrae, R. (1996). **Personality and Coping: A Reconceptualization.** In M. Zeidner ve N. Endler (Eds.). Handbook of coping: Theory, research and applications (pp. 44-61). New York: Wiley.
- Costigan, C. L., Cox, M. J. ve Cauce, A. M. (2003). **Work-Parenting Linkages Among Dual Earner Couples at the Transition to Parenthood.** Journal of Family Psychology, 17, 397-408.
- Craig, L. (2006). **Does father care mean fathers share? A comparison of how mothers and fathers in intact families spend time with children.** Gender & Society, 20, 259-281.
- Crouter, A. C., MacDermid, S. M., McHale, S. M. ve Perry-Jenkins, M. (1990). **Parental monitoring and perceptions of children's school performance**



- and conduct in dual-and single-earner families.** *Developmental Psychology*, 26, 649-657.
- Crouter, A. C., Bumpus, M. F., Maguire, M. C. ve McHale, S. M. (1999). **Linking parents' work pressure and adolescents' well being: Insights into dynamics in dual earner families.** *Developmental Psychology*, 35(6), 1453-1461.
- Crouter, A. C. ve Bumpus M. F. (2001). **Linking Parent's work stress to children's adolescents' psychological adjustment.** *Current Directions in Psychological Science*, 10, 156-159.
- Crouter, A. C., Head, M. R., McHale, S. M. ve Tucker, C. J. (2004). **Family time and the psychosocial adjustment of adolescent siblings and their parents.** *Journal of Marriage and Family*, 63, 283-294.
- Cüceloğlu, D. (1998). **İçimizdeki çocuk.** (21. Basım). İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Cüceloğlu, D. (2003). **İnsan ve Davranışı.** (12. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çakmaklı, K. (1996). **Çalışan annelerin kılavuzu.** Ankara: T.C.Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başbakanlık Basımevi.
- Çam, O. (1992). **Tükenmişlik Envanterinin Geçerlilik ve Güvenirliğinin Araştırılması, VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları.** Ankara: Hacettepe Üniversitesi VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Düzenleme Kurulu ve Türk Psikologlar Derneği Yayını.
- Çam, O. (2001). **The burnout in nursing academicians in Turkey.** *International Journal of Nursing Studies*, 38, 201-207.
- Çiftçi, O. (1992). **Türk kamu yönetimi ve kadın çalışması.** Kadın ve sosyoekonomik gelişme konulu konferansı. Ankara: T.C.Başbakanlık Kadının Statüsü ve Sorunları Genel Müdürlüğü Yayınları.
- DeLongis, A ve Newth, S. (1998). **Coping with stress.** *Encyclopedia of mental health.* New York: Academic Press.
- Demirtaş, K. (2001). **Annelerin değerlendirmesine göre çocukların özbakım becerileri ile anne tutumları arasındaki ilişki.** (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi.
- Doğramacı, E. (1984). **Türk Kadınına Siyasi Hakların Tanınmasının 50. Yılı Uluslararası Konferansı.** Ankara.
- Dolan, N. (1987). **The Relationship Between Burnout and Job Satisfaction in Nurse.** *Journal of Advanced Nursing*, 12(1), 3-12.

- Döner, S. (1999). **Kadının aile ve çalışma yaşamındaki konumu ve içinde bulunduğu görev ikilemi.** (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi.
- Dunifon, R., Kalil, A., Danziger, S. K. (2002). **Maternal work behavior under welfare reform: How does the transition from welfare to work affect child development?** National Poverty Center Working Paper Series #05-5.
- Dunifon, R., Kalil, A. (2004). **Maternal Working Conditions and Child Well-Being in Welfare-leaving Families.** National Poverty Center Working Paper Series #05-5.
- Duyan, V. (1996). **Sağlıkta Psiko-Sosyal Boyut (Tıbbi Sosyal Hizmet).** Ankara: 72 TDFO.
- Dümenci, L., Erol, N., Achenbach, T. M. ve Simsek, Z. (2004). **Measurement Structure of the Turkish Translation of the Child Behavior Checklist Using Confirmatory Factor Analytic Approaches to Validation of Syndromal Constructs.** Journal of Abnormal Child Psychology, 32(3), 335-340.
- Ecevit, Y. (1999). **Türkiye’de Ücretli Kadın Emeginin Toplumsal Cinsiyet Temelinde Analizi, 75 Yılda Kadınlar ve Erkekler.** İstanbul: Türkiye Ekonomik ve Toplumsal Tarih Vakfı Yayınları, Numune Matbaası.
- Edlund, J. (2007). **The Work–Family Time Squeeze: Conflicting Demands of Paid and Unpaid Work among Working Couples in 29 Countries.** International Journal of Comparative Sociology, 48, 451-481.
- Efeoğlu, İ. E. (2006). **İş-Aile Yaşam Çatışmasının İş Stresi, İş Doyumu ve Örgütsel Bağlılık Üzerindeki Etkileri: İlaç Sektöründe Bir Çalışma.** (Doktora tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ekşi, A. (1990). **Çocuk-geç ve ana-babalar.** İstanbul: Bilgi Yayınevi.
- Ekşi, A. (1999). **Ben Hasta Değilim.** Çocuk Sağlığı ve hastalıklarının Psikososyal Yönü. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Erol, N. ve Simsek, Z. (2000). **Mental health of Turkish children: behavioral and emotional problems reported by parents, teachers and adolescents.** In: Singh NN, Leung JP, Singh AN (eds) International perspectives on child and adolescent mental health. Proceedings of the First International Conference, vol 1. Elsevier, Oxford, UK, 223–246.

- Epstein, N. B., Baldwin, L. M. ve Bishop, D. S. (1983). **The McMaster Family Assessment Device**. Journal of Marital and Family Therapy, 9, 2, 171-180.
- Eraltuğ, A. K. (2006). **Avrupa birliği hukukunda ebeveyn izni**. Legal İş Hukuku ve Sosyal Güvenlik Hukuku Dergisi, 9, 41-51.
- Ercoşkun, A. (1984). **Gıda Maddeleri Tüzüğü, İşçi Sağlığı ve İş Güvenliği Tüzüğü**. Ankara: Hemay Yayınları.
- Erden, G. ve Kargı, E. (2005). **Davranım bozukluklarında çevresel etkenlerin rolü**. Türk Psikologlar Derneği Dergisi, 3.
- Ergin, C. (1992). **Doktor ve hemşirelerde tükenmişlik ve maslach tükenmişlik ölçeğinin uyarlanması**. Rüveyde Bayraktar ve İhsan Dağ (Ed.), VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları El Kitabı. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayını.
- Erol N., Arslan B. L., Akçakın M. (1995). **The adaptation and standardization of the Child Behavior Checklist among 6-18 year-old Turkish children**. Eunethydis: European Approaches to Hyperkinetic Disorder, içinde Sergeant J (ed) Zürih, Fotoratar, 97-113.
- Erol, N. ve Şimşek, Z. (1998). **Türkiye Ruh Sağlığı Profili: Çocuk ve Gençlerde Ruh Sağlığı: yeterlik alanları, davranış ve duygusal sorunların dağılımı**. Erol, N., Kılıç, C., Ulusoy, M., Keçeci, M., Şimşek, Z. (Eds) Eksen Tanıtım Ltd. Şti., Ankara, 25-75.
- Ersoy, F., Yıldırım, C. ve Edirne, T. (2001). **Tükenmişlik (staff burnout) sendromu**. Sürekli Tıp Dergisi, 10(2), 46-47.
- Ertuğrul, H. (2002). **Anne baba eğitiminde yeni teknikler**. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Etaugh, C. (1980). **Effects of nonmaternal care on children: Research evidence and popular views**. American Psychologist, 35(4), 309-319.
- Ferguson, E. (2001). **Personality and coping traits: A joint factor analysis**. British Journal of Health Psychology, 6, 311-325.
- Firth, H. ve Britton, P. (1989). **'Burnout', absence and turnover amongst British nursing staff**. Journal of Occupational Psychology, 62, 55-9.
- Fitzgerald, L. F. ve Betz, N. E. (1994). **Career development in cultural context: The role of gender, race, class and sexual orientation**. In M. Savickas ve

- R. Lent (Eds.), *Convergence in career development theories: Implications for science and practice*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, Inc.
- Friedman, M. ve Rosenman, R. H. (1974). **Type A behavior and your heart**. New York: Knopf.
- Freudenberger, H. J. (1974). **Staff Burnout**. *Journal of Sociology*, 30, 159-165.
- Freudenberger, H. J. ve Richelson, G. (1980). **Burn-out: The high cost of high achievement**. New York: Anchor Press.
- Frye, A. A. ve Garber, J. (2005). **The relations among maternal depression, maternal criticism and adolescents' externalizing and internalizing symptoms**. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 33, 1-11.
- Galambos, N. L., Sears, H. A., Almeida, D. M. ve Kolaric, G. C. (1995). **Parents' Work Overload and Problem Behavior in Young Adolescents**. *Journal of Research on Adolescence*, 5(2), 201 – 223.
- Garnefski, N., Kraaij, V. ve Etten, M. (2005). **Specificity of relations between adolescents' cognitive emotional regulation strategies and internalizing and externalizing psychopathology**. *Journal of Adolescence*, 28, 619-631.
- Gassman-Pines, A. (2007). **The relationship between maternal job characteristics, maternal mood, mother-child interaction, and child behavior in low-income families: A daily diary study**. (Thesis of doctorate). New York University.
- Geçtan, E. (1989). **Çağdaş Yaşam Ve Normal Dışı Davranışlar**. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Geçtan, E. (1997). **Psikodinamik, Psikiyatri ve Normal Dışı Davranışlar**. (13. basım) İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gennetian, L., Crosby, D., Huston, A. ve Lowe, E. (2004). **Can child care assistance in welfare and employment programs support the employment of low-income families?** *Journal of Policy Analysis and Management*, 23, 723-743.
- Gennetian, L. A., Duncan, G., Knox, V. Vargas, W. Clark-Kauffman, E. ve London, A. S. (2004). **How welfare policies affect adolescents' school outcomes: A synthesis of evidence from experimental studies**. *Journal of Research on Adolescence*, 14, 399-423.

- Gerstein, L. H. ve Bayer, G. A. (1990). **Counselling psychology and employee assistance programmes; problems, obstacles and potential contribution.** Journal of Business and Psychology, 5(1), 101-11.
- Gezer, S. (2000). **Çocuğu anlamak.** İzmir: Çağlayan Yayınları.
- Ginzberg, E. (1966). **The development of human resources.** New York: McGraw-Hill.
- Glazer, M.Y., ve Creedon, F.C. (1980). **Children and poverty some sociological and psychological perspectives.** Chicago: Rand Me Nallyand Company.
- Goodman, A. M. (1990). **A model for police officer burnout.** Journal of Business and Psychology, 5(1), 85-99.
- Goodman, W. B., Crouter, A. C. (2009). **Longitudinal Associations Between Maternal Work Stress, Negative Work-Family Spillover, and Depressive Symptoms.** Family Relations, 58, 245–258.
- Gordon, R. A. ve Chase-Lansdale, L. (2001). **Availability of child care in the United States: A description and analysis of data sources.** Demography, 38, 299-316.
- Gordon, R. A., Kaestner, R. ve Korenman, S. (2007). **The effects of maternal employment on child injuries and infectious disease.** Demography, 44, 307-333.
- Graziano, W. G., Feldesman, A. B. ve Rahe, D. F. (1985). **Extraversion, social cognition, and the salience of aversiveness in social encounters.** Journal of Personality and Social Psychology, 49, 971-980.
- Greenberger, E., O’Neil, R. ve Nagel, S. K. (1994). **Linking workplace and homeplace: Relations between the nature of adults’ work and their parenting behaviors.** Developmental Psychology, 30, 990-1002.
- Grzywacz, J. G., Almeida, D. M. ve McDonald D. A. (2002). **Work-family spillover and daily reports of work and family stress in the adult labor force.** Family Relations: Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies, 51, 28-36.
- Gülerce, A. (1996). **Türkiye’de ailelerin psikolojik örüntüleri.** İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Matbaası.
- Gürsoy, F. (2002). **Annesi çalışan ve çalışmayan çocukların saldırganlık eğilimlerinin incelenmesi.** Hacettepe Üniversitesi Çocuk Gelişimi ve Eğitim Dergisi, 1.

- Han, W. J. (2004). **Nonstandard work schedules and child care decisions: Evidence from the NICHD Study of Early Child Care.** *Early Childhood Research Quarterly*, 19, 231-256.
- Han, W. J. (2005). **Maternal nonstandard work schedules and child cognitive outcomes.** *Child Development*, 76, 137-154.
- Hartig, T. ve Lawrence, R. J. (2003). **Introduction: The residential context of health.** *Journal of Social Issues*, 59, 455-472.
- Hay, D. F., Payne, A. ve Chadwick, A. (2004). **Peer Relations in Childhood.** *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(1), 84–108.
- Hellriegel, D., Slocum, J. W. ve Woodman, R. W. (1983). **Organizational Behavior.** New York: West Pub. Co.
- Herr, E. L. ve Cramer, S. H. (1996). **Career Guidance and Counseling Through The Life Span: Systematic Approaches (5th Edition).** New York: Harper Collins College Publishers.
- Heymann, J. (2000). **What happens during and after school: conditions faced by working parents living in poverty and their school-age children.** *Journal of Children & Poverty*, 6, 5-20.
- Heymann, S.J. & Earle, A. (2001). **The impact of parental working conditions on school-age children: the case of evening work.** *Community, Work, and Family*, 4, 305-325.
- Heyns, B. ve Catsambis, S. (1986). **Mother's Employment and Children's Achievement: A Critique.** *Sociology of Education*, 59(3), 140-151.
- Hill, E. J. (2005). **Work-Family Facilitation and Conflict, Working Fathers and Mothers, Work-Family Stressors and Support.** *Journal of Family Issues*, 26, 793-819.
- Hobfoll, S. E. (1988). **The Ecology of Stress.** Ohio: Hemisphere Publishing Corporation.
- Hoffman, S.D. (2009). **The changing impact of marriage and children on women's labor force participation.** *Monthly Labor Review*, 132, 3-14.
- Holmes, T. H. ve Rahe, R. H. (1967). **The social readjustment rating scale.** *Journal of Psychosomatic Research*, 11(2), 213-218.
- Hortaçsu, N. (2003). **İnsan İlişkileri.** (3. baskı). Ankara: İmge Kitabevi.
- Howes, C., Sakai, L. M., Shinn, M., Phillips, D., Galinsky, E. ve Whitebook, M. (1995). **Race, social class and maternal working conditions as influences**

- on child development.** Journal of Applied Developmental Psychology, 16, 107-124.
- Humphreys, T. (1999). **Çocuk Eğitiminin Anahtarı: Özgüven.** (2. Baskı). İstanbul: Epsilon Yayıncılık.
- Hyde, J. S., Essex, M. J., Clark, R. ve Klein, M. H. (2001). **Maternity leave, women's employment, and marital incompatibility.** Journal of Family Psychology, 15, 476-491.
- İftar, G. K., İftar, E. T. ve Erbaş, D. (2004). **İşlevsel Değerlendirme, Davranış Sorunlarıyla Başa Çıkma Ve Uygun Davranışları Kazandırma Süreci.** Ankara: Kök Yayınları.
- İlgar, Ö. (2001). **Örgütsel Stresin Çalışan Kadınlar Üzerindeki Etkileri ve Stresle Başa Çıkma Yolları.** (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- İlkkaracan, İ. (1999). **Kentli Kadınlar ve Çalışma Yaşamı, 75 Yılda Kadınlar ve Erkekler.** İstanbul: Türkiye Ekonomik ve Toplumsal Tarih Vakfı Yayınları, Numune Matbaası.
- Işık, B. (2006). **Ailenin örgütsel ve yapısal niteliğinin 60-72 aylık çocukların sosyal duygusal uyum düzeyine etkisi.** (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Izgar, H. (2001). **Okul Yöneticilerinde Tükenmişlik.** Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Jackson, S. E., Maslach, C. (1982). **After-effects of job-related stress: Families as victims.** Journal of Occupational Behaviour, 3, 63-77.
- Jacobs, J. A., Gerson, K. (2001). **Overworked individuals or overworked families? Explaining trends in work, leisure, and family time.** Work and Occupations, 28, 40-63.
- Jacobs, J. A., Gerson, K. (2004). **The time divide: Work, family, and gender inequality.** Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Jenkins, J., Simpson, A., Dunn, J., Rasbash, J. ve O'Connor, T. G. (2005). **Mutual influence of marital conflict and children's behavior problems: Shared and nonshared family risks.** Child Development, 76, 24-39.
- Johnson, R. C., Kalil, A., Dunifon, R. E. (2008). **Work after Welfare Reform and the Well-being of Children.** National Poverty Center Working Paper Series #2005-98.

- Jones, K., Ling, M. Q. ve Charlton, T. (1999). **Professional Development Response to Problem Behaviours in Primary and Special Schools in Singapore.** Journal of In-Service Education, 25(1), 55–68.
- Jones, F. ve Bright, J. (2001). **Stress Myth, Theory and Research.** England: Pearson Educated Limited.
- Jordan, P. (1995). **Staff Management in Library and Information Work.** (3rd ed.). Hampshire: Gover Hous.
- Joshi, P. ve Bogen, K. (2007). **Nonstandard schedules and young children's behavioral outcomes among working low-income families.** Journal of Marriage and Family, 69, 139-156.
- Juhn, C., Potter, S. (2006). **Changes in labor force participation in the United States.** Journal of Economic Perspectives, 20, 27-46.
- Kaçmaz, N. (2005). **Tükenmişlik Sendromu.** İstanbul Tıp Fakültesi Dergisi, 68, 29-32.
- Kalimo, R., Pahkin, W.K., Mutanen, P. ve Toppinen-Tanner, S. (2003). **Staying well or burning out at work: work characteristics and personal resources as long-term predictors.** Work & Stress, 17(2): 37-49.
- Kalker, P. (1984). **Teacher Stress and Burnout: Causes and Coping Strategies.** Contemporary Education, 56(1), 16-19.
- Kalmijn, M. (1994). **Assortative Mating by Cultural and Economic Occupational Status.** American Journal of Sociology, 100(2), 422-452.
- Kampwirth, T. J. (2006). **Collaborative Consultation in the Schools: Effective Practices for Students with Learning and Behavior Problems.** (3rd ed). New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Kapız, S. Ö. (2002) **İş-Aile Yaşamı Dengesi ve Dengeye Yönelik Bir Yaklaşım: Sınır Teorisi.** Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 4(3), 141.
- Kardum, I. ve Hudek-KnezĹevicÂ, J. (1996). **The relationship between Eysenck's personality traits, coping styles and moods.** Personality and Individual Differences, 20, 341-350.
- Kaufman, G. ve Uhlenberg, P. (2000). **The influence of parenthood on the work effort of married men and women.** Social Forces, 78, 931-949.



- Kıgılı, Ş. (1994). **Anne, baba ve çocuğun kendi aile yapılarına ilişkin değerlendirmelerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi.** (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kırlangıç ve Çam, O. (1995). **Tükenmişlik.** İzmir: Saray Medikal Yayıncılık.
- Kılıç, E., Şimsek, N. (2004). **Davranışçı Öğrenme Kuramları.** Ataman, A. (ed.). Gelişim ve Öğrenme. (2. baskı.) Ankara: Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.
- Kiecolt-Glaser, J., ve Newton, T. (2001). **Marriage and health: His and hers. Psychological Bulletin,** 127, 472-503.
- Kocacık, F. ve Gökkaya, V. B. (2005). **Türkiye’de Çalışan Kadınlar ve Sorunları.** Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi, 6(1), 213.
- Kokkinos, C. M., Panayiotou, G. ve Davazoglou, A. M. (2005). **Correlates Of Teacher Appraisals Of Student Behaviors.** Psychology in the schools, 42 (1), 79-89.
- Koray, M. (1993). **Türkiye’de çalışan kadın ve kamuda çalışma.** Kadın Eğitim Çalışanları Sorunları Sempozyumu. Ankara: Başbakanlık Basımevi.
- Koray, M. (2003). **Küreselleşmeye Eleştirel Bir Bakış, Yeni Bir Küresel Anlayışın Ve Örgütlenmenin Kaçınılmazlığı.** Ankara: Başbakanlık Basımevi.
- Köknel, Ö. (1987). **Zorlanan İnsan.** İstanbul: Altın Kitaplar Yayınları.
- Köknel, Ö (1996). **Stres.** İstanbul: Radikal Gazetesi Yayını.
- Köse, S. (1982). **Çalışma ortamında gerilimi giderme yolları.** Personel yönetimindeki gelişmeler semineri. İzmir, 5-7 Mayıs, 2.
- Kramer, C. H. (1980). **Becoming a family therapist.** New York: Human Sciences Press.
- Kulaksızoğlu, A. (1998). **Ergenlik psikolojisi.** İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kulaksızoğlu, A. (2003). **Farklı Gelişen Çocuklar.** (2. Baskı). İstanbul: Epsilon Yayıncılık.
- Kuşaksız, A. (2006). **Kısmi Süreli Çalışan İşçilerin Avrupa Birliğinde ve Türkiye’de Kısmi Süreli Çalışmayı Tercih Etme Gerekçeleri.** Yönetim ve Ekonomi Dergisi, 13(2), 21-22.
- Kuzgun, Y. (2000) **Meslek Danışmanlığı-Kuramsal Uygulamalar.** Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

- Larsen, R. L. (1992). **Neuroticism and selective encoding and recall of symptoms: Evidence from combined concurrent-retrospective study.** *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 480-488.
- Larson, R. W. ve Gillman, S. (1999). **Transmission of emotions in the daily interactions of single-mother families.** *Journal of Marriage and the Family*, 61, 21-37.
- Lazarus, R. S. ve Folkman, S. (1984). **Stres, appraisal and coping.** New York: Springer.
- Lazarus, R. S. (1990). **Stress, coping, and illness.** In H. S. Friedman, *Personality and disease.* New York: Wiley.
- Lazarus, R. S. (1991). **Emotion and adaptation.** New York: Oxford University Press.
- Lazarus, R. S ve Cohen-Charash, Y. (2001). **Discrete Emotions in Organizational Life, Emotions at Work Theory, Research and Applications In Management.** Ed. by Roy L. Payne, Cary L. Cooper, West Sussex UK.
- Leandro, P. G. ve Castillo, M. D. (2010). **Coping with stres and its relationship with personality dimensions, anxiety, and depression.** *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 1562-1573.
- Lindsey, L. L. (1990). **Gender roles: A sociological perspective.** Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Lleras, C. (2008). **Employment, Work Conditions, and the Home Environment in Single-Mother Families.** *Journal of Family Issues*, 29(10), 1268-1297.
- Lucas-Thompson, R. G., Goldberg, W. A. ve Prause, J. (2010). **Maternal Work Early in the Lives of Children and Its Distal Associations With Achievement and Behavior Problems: A Meta-Analysis.** *Psychological Bulletin*, 1-28.
- Marshall, N. L., Tracy, A. J. (2009). **After the Baby: Work-Family Conflict and Working Mothers' Psychological Health.** *Family Relations*, 58, 380–391.
- Machlowitz, M. (1980). **Workaholics: Living With Them, Working With Them.** New York: New American Library.
- Maslach, C. (1981). **Burnout: A social psychological analysis.** In J. W. Jones (Ed.), *The burnout syndrome: Current research, theory, interventions.* Park Ridge, IL: London House Press.

- Maslach, C. ve Jackson, S. E. (1981). **The Measurement of Experienced Burnout.** Journal of Occupational Behavior, 2, 99-113.
- McCrae, R. R. ve Costa, P. T. (1986). **Personality, coping, and coping effectiveness in an adult sample.** Journal of Personality, 54, 2, 385–404.
- McCue, J. D. ve Sachs, C. L. (1991). **A stress management workshop improves residents' coping skills.** Arch Intern Med, 151(11), 2273-7.
- McGrath, J. E. (1970). **Social and Psychological Factors in Stress.** Illinois: Holt Rinehart and Winston Inc.
- McLoyd, V. C., Toyokawa, T. ve Kaplan, R. (2008). **Work Demands, Work–Family Conflict, and Child Adjustment in African American Families The Mediating Role of Family Routines.** Journal of Family Issues, 29, 1247.
- Miller, I. W., Epstein, N. B., Bishop, D. S. ve Keitner, G. I. (1985). **The McMaster Family Assessment Device: Reliability and validity.** Journal of Marital and Family Therapy, 11(4), 345-356.
- Moen, P. ve Yu, Y. (2000). **Effective work/life strategies: working couples, work conditions, gender and life quality.** Social Problems, 47, 291-326.
- Morris, P. A., Huston, A. C., Duncan, G. J., Crosby, D. A., & Bos, J. M. (2001). **How welfare and work policies affect children.** New York: Manpower Demonstration Research Corporation.
- Navaro, L. (1990). **Beni Duyuyor musun?** İstanbul: Ya-Pa Yayın Pazarlama ve Tic.
- Nayır, D. (2008). **Zamantılı, İşi ve Ailesi Arasındaki Kadın: Tekstil ve Bilgi İşlem Girişimcilerinin Rol Çatışmasına Getirdikleri Çözüm Stratejileri.** Ege Akademik Bakış Dergisi, 8(2), 633.
- Nilsen, B.A. (1997). **Week By Week Plans for Observing and Recording Young Children.** Albany: Delmar Publishers.
- Nomaguchi, K. M. (2006). **Maternal employment, nonparental care, mother-child interactions, and child outcomes during preschool years.** Journal of Marriage and Family, 68, 1341-1369.
- Nomaguchi, K. M., Milkie, M. A. ve Bianchi, S. M. (2005). **Time strains and psychological well-being: Do dual-earner mothers and fathers differ?** Journal of Family Issues, 26, 756-792.

- Ochs, E., Graesch, A. P., Mittmann, A., Bradbury, T. ve Repetti, R. (2006). **Video ethnography and ethnoarchaeological tracking**. In M, Pitt-Catsoupes, K. Kossek ve S. Sweet (Eds.), The work and family handbook: Multi-disciplinary perspective, methods, and approaches (pp.387-409). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Olçay, O. (2008). **Bazı kişisel ve ailesel değişkenlere göre okul öncesi dönemdeki çocukların sosyal yetenekleri ve problem davranışlarının analizi**. (Yüksek Lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ozankaya, Ö. (1999). **Toplum bilim**. İstanbul: Cem Yayınevi.
- Öner, N. (1983). **Süreksiz-Sürekli Kaygı El Kitabı**. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayını.
- Önel, N. (2006). **İş-Aile Çatışmasının Çalışan Kadının Aile İçi İlişkileri Üzerine Etkileri**. (Yüksek Lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Örmen, U. (1993). **Tükenmişlik duygusu ve yöneticiler üzerinde bir uygulama**. (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özgüven, H. D. ve Haran, S. (2004). **Tükenmişlik Sendromu**. İstanbul: Erler Matbaacılık.
- Özsoy, Y., Özyürek, M. ve Eripek (1997). **Özel Eğitime Giriş**. Ankara: Karatepe yayınları
- Öztürk, O. (1997). **Ruh Sağlığı ve Bozuklukları**. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Parkes, K. P. (1986). **Coping with stressful episodes: The role of individual differences, environmental factors, and situational characteristics**. Journal of Personality and Social Psychology, 51, 1277-1292.
- Patel, C. J., Govender, V., Paruk, Z., Ramgoon, S. (2006). **Working mothers: Family-work conflict, job performance and family/work variables**. Journal of Industrial Psychology, 32, 2, 39-45.
- Pike, A., Iervolino, A. C., Eley, T. C., Price, T. S. ve Plomin, R. (2006). **Environmental Risk and Young Children's Cognitive and Behavioral Development**. International Journal of Behavioral Development, 30(1), 55-66.
- Perry-Jenkins, M., Repetti, R. L. ve Crouter, A. C. (2000). **Work and Family in the 1990s**. Journal of Marriage and Family, 62(4), 981-998.

- Porteous, M. (1997). **Occupational Psychology**. Essex, England: Pearson Education Limited.
- Presser, H. (2000). **Nonstandard work schedules and marital instability**. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 93-110.
- Presser, H.B. (2003). **Working in a 24/7 economy**. New York: Russell Sage Foundation.
- Quick, J. C. ve Quick, J. D. (1984). **Organizational Stress and Preventive Management**. New York: McGraw Hill Book Company.
- Rapoport, R. ve Rapoport, R. N. (1971). **Sex, career and family: Including an international review of women's roles**. London: Allen & Unwin.
- Raver, C. C. (2003). **Does work pay psychologically as well as economically? The role of employment in predicting depressive symptoms and parenting among low-income families**. *Child Development*, 74, 1720-1736.
- Razon, N. (1983). **Çalışan anne ve çocuk**. İstanbul: İ.Ü. Edebiyat Fakültesi Yayınları, No: 3091.
- Razon N. (1990). **Çalışan anne ve çocuğu**. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Repetti, R. L. (1989). **Effects of daily workload on subsequent behavior during marital interaction: The roles of social withdrawal and spouse support**. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 651-659.
- Repetti, R. L. ve Wood, J. (1997a). **Effects of daily stress at work on mothers' interactions with preschoolers**. *Journal of Family Psychology*, 11, 90-108.
- Repetti, R. L. ve Wood, J. (1997b). **Families accomodating to chronic stress: Unintended and unnoticed processes**. In B. H. Goltlieb (Ed.), *Coping with chronic stress* (pp.191-220). New York: Plenum Publishing.
- Repetti, R. L. ve Saxbe, D. (2009). **The effects of job stress on the family: One size does not fit all**. In D. R. Crane ve E. J. Hill (Eds), *Handbook of Families and Work; Interdisciplinary Perspectives*. (pp. 62-78). New York: University Press of America.
- Rinehart, N. J., Bradshaw, J. L., Brereton, A. V. ve Tonge, B. J. (2001). **Movement Preparation in High-Functioning Autism and Asperger Disorder: A Serial Choice Reaction Time Task Involving Motor Reprogramming**. *Journal of Autism and Development Disorders*, 31(1), 79-88.

- Roeters, A., Van Der Lippe, T. ve Kluwer, E. S. (2010). **Work Characteristics and Parent-Child Relationship Quality: The Mediating Role of Temporal Involvement**. *Journal of Marriage and Family*, 72, 1317 – 1328.
- Roxburgh, S. J. (1994). **Women, work and well-being: A consideration of workplace and home contingencies**. (Degree of doctor). University of Toronto Department of Sociology.
- Rueter, M. A. ve Conger, R. D. (1998). **Reciprocal influences between parenting and adolescent problem-solving behavior**. *Developmental Psychology*, 34, 1470-1482.
- Ruhm, C. J. (2009). **Maternal employment and child development**. In D. R. Crane ve E. J. Hill (Eds.), **Handbook of families and work** (pp. 331-354). New York: University Pres of America.
- Rutherford, R. B., Quinn, M. M. ve Mathur, S. R. (Ed.). (2007). **Handbook of Research in Emotional and Behavioral Disorders**. New York: The Guilford Press.
- Sabuncuoğlu, Z. ve Tüz, M. (2008). **Örgütsel Psikoloji**. (4.b.) Bursa: Alfa Aktuel Basım Yayıncılık.
- Sandberg, J. F. ve Hofferth, S. L. (2001). **Changes in children's time with parents: United States, 1981-1997**. *Demography*, 38, 423-436.
- Sandberg, J. F. ve Hofferth, S. L. (2005). **Changes in children's time with parents: A correction**. *Demography*, 42, 391-395.
- Sanguiliano, I. (1978). **In her time**. New York: Morrow.
- Sarıtaş, M. (2000). **Sınıf Yönetimi ve Disiplinle İlgili Kurallar Geliştirme Ve Uygulama: Sınıf Yönetiminde Yeni Yaklaşımlar**. (Ed. L. Küçükahmet). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Savi, F. (2008). **12-15 Yaş Arası İlköğretim Öğrencilerini Davranış Sorunları ile Aile İşlevleri ve Anne Baba Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**. (Doktora tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Saxbe, D., Repetti, R. L. ve Nishina, A. (2008). **Marital satisfaction, recovery from work, and diurnal cortisol among men and women**. *Health Psychology*, 27, 15-25.

- Sayer, L. C., Bianchi, S. M. ve Robinson, J. P. (2004). **Are parents investing less in children? Trends in mothers' and fathers' time with children.** American Journal of Sociology, 110, 1-43.
- Schieman, S., Milkie, M. A., & Glavin, P. (2009). **When work interferes with life: The social distribution of work-nonwork interference and the influence of work-related demands and resources.** American Sociological Review, 74, 966-988.
- Schulz, M. S., Cowan, P. A., Cowan, C. P. ve Brennan, R. T. (2004). **Coming home upset: Gender, marital satisfaction, and the daily spillover of workday experience into couple interactions.** Journal of Family Psychology, 18, 250-263.
- Selye, H. (1974). **Stress without distress.** Philadelphia: J.B. Lippincott Company.
- Senemoğlu, N. (2005). **Gelişim Öğrenme Ve Öğretim Kuramdan Uygulamaya.** (12. baskı). Ankara: Gazi kitabevi.
- Serinken, M., Çımrın, A. H., Ergör, A. ve ark. (2002). **Tükenme sendromu ve acil servis hekimleri.** Toplum ve Hekim, 17(5), 358-365.
- Shore, K. (2003). **Elementary Teacher's Discipline Problem Solver. Aprtctical A-Z Guide for Managing Classroom Behavior Problems.** Jossey-Bass, A Wiley Imprint.
- Silah, M. (2001). **Çalışma psikolojisi.** Ankara: Selim Kitapevi Yayınları.
- Snyder (2000). **From voting to violence: Democratization and nationalist conflict.** New York: W. W. Norton & Company, Inc.
- Spector, P. E., Cooper, C. L., Poelmans, S., Allen, T. D., O'Driscoll, M., Sanchez, J. I., Siu, O. L., Dewe, P., Hart, P., Lu, L. (2004). **A cross-national comparative study of work-family stressors, working hours, and well-being: China and Latin America versus the Anglo world.** Personnel Psychology, 57, 119-142.
- Spielberger, C. D. (2005). **Cross-cultural anxiety.** Washington: Hempshire Publishing Corporation.
- Steers, R. M. (1994). **Introduction to organizational behavior.** New York: Macmillan.
- Story, L. B. ve Repetti, R. L. (2006). **Daily occupational stressors and marital behavior.** Journal of Family Psychology, 20, 690-700.

- Strazdins, L., Clements, M. S., Korda, R. J., Broom, D. H. ve D'Souza, R. M. (2006). **Unsociable work? Nonstandard work schedules, family relationships, and children's well-being.** Journal of Marriage and Family, 68, 394-410.
- Super, D.E. (1990). **A life-span, life space approach to career development.** In D. Brown, L. Brooks, & Associates (Eds.), **Career choice and development: Applying contemporary theories to practice.** San Francisco: Jossey-Bass.
- Sürgevil, Olca (2006). **Çalışma Hayatında Tükenmişlik Sendromu Tükenmişlikle Mücadele Teknikleri.** Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Sürücü, Ö. (2007). **Çocuk bakımında görüş ayrılıkları.** Çoluk-Çocuk Dergisi.
- Şahin, N. H. (1994). **Stresle Başa Çıkma: Olumlu Bir Yaklaşım.** Sistem Yayınları ve Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 2, 17, 27-33.
- Şehirli, N. (2007). **Çocuk davranışlarını değerlendirme ölçeği'nin geliştirilmesi ve bazı değişkenlere göre incelenmesi.** (Yüksek Lisans Tezi) Gazi üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı.
- Şener, A. ve Terzioğlu, G. (2002).: **Ailede eşler arası uyuma etki eden faktörlerin araştırılması.** Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı. Kardelen Ofset.
- Şenesen, G. ve Pulhan, E. (2000). **Kadın İstihdamı İçin Yeni Perspektifler ve Kadın İşgücüne Muhtemel Talep.** Ankara: Cem Web Ofset.
- Şentürk, S. (2007). **5-6 Yaş Çocukların Çalışan ve Çalışmayan Annelerinin Çocuk Yetiştirmek Tutumları ile Bu Çocukların Sosyal-Duygusal Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılması.** (Yüksek Lisans tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Şimşek, Ö. F. (2007). **Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş: Temel İlkeler ve LISREL Uygulamaları.** Ankara: Ekinoks yayınları.
- Şimşek, M. Ş., Çelik, A. ve Akgemci, T. (2008). **İşletme becerileri grup çalışması.** Ankara: Özkan Matbaacılık.
- Şimşek, N. ve Kılıç, E. (2004). **Davranışçı öğrenme kuramları. Gelişim ve Öğrenme,** Ataman, A. (Editör), (2. Baskı). Ankara: Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.
- Tarhan, N. (2002). **İşinizle çocuğunuz arasında hassas denge.** Çocuk ve Aile Dergisi, 55.



- Taşbaşı, K. (2010). **Emniyet Teşkilatında Çalışan Kadın Polislerin İş ve Yaşam Koşullarının Değerlendirilmesi.** (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tekeli, Ş. ve Ecevit, Y. (1995). **1980'ler Türkiye'sinde Kadın Bakış Açısından Kadınlar, Kentsel Üretim Sürecinde Kadın Emeginin Konumu ve Değişen Biçimleri.** (3.Baskı). İstanbul: İletişim Yayınları.
- Thompson, B. M., Kirk, A. ve Brown, D. F. (2005). **Work based support, emotional exhaustion, and spillover of work stress to the family environment: A study of policewomen.** *Stress and Health*, 21, 199–207.
- Toksöz, G. (2007). **Türkiye'de Kadın İstihdamının Durumu.** Ankara: Meter Matbaası.
- Torrance, E. P. (1965). **Constructive Behavior: Stress, Personality and Mental Health.** Minnesota: Wadsworth Publishing Company Inc.
- Torun, A. (1997). **Stres ve Tükenmişlik; Endüstri ve Örgüt Psikolojisi.** (2. Baskı). Ankara: Türk Psikologlar Derneği ve Kader Derneği Ortak Yayını.
- Tümkaya, S. (1996). **Öğretmenlerdeki tükenmişlik görülen psikolojik belirtiler ve başa çıkma davranışları.** (Doktora tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Vokic, N. P. ve Bogdanic, A. (2008). **Individual Differences and Occupational Stress Perceived: A Croatian Survey.** *Zagreb International Review of Economics and Business*, 11(1), 61-79.
- Vollrath, M. (2001). **Personality and Stress.** *Scandinavian Journal of Psychology*, 42, 335-347.
- Waldfoegel, J., Han, W. J. ve Brooks-Gunn, J. (2002). **The effects of early maternal employment on child cognitive development.** *Demography*, 39, 369-392.
- Wang, S. ve Repetti, R. L. (2008). **Work and family relationships: Links between job stress, distress, and social behavior at home.** Unpublished manuscript.
- Wood, J. T. (1994). **Gendered lives: Communication, gender, and culture.** Belmont. CA: Wadsworth, Inc.
- Jones, B., Watson, D.K & Hubbard, B. (1996). **Perception of Support From the Organization in Relation Adaptational style and dispositional structure: Coping in the context of the five-factor model.** *Journal of Personality*, 64, 737-774.
- Yavuzer, H. (1996). **Ana-baba ve çocuk.** İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Yavuzer, H. (2010). **Doğum Öncesinden Ergenlik Sonuna Çocuk Psikolojisi.** (32. baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yayan, A. (2000). **Eşler arasındaki uyum ve çocuğun algıladığı anne-baba tutumu ile çocukların, ergenlerin ve gençlerin akademik başarıları ve benlik algıları arasındaki ilişkiler.** (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi.
- Yehuda, R. ve McEwen, B. (2004). **Biobehavioral stress response: Protective and damaging effects.** Annals of the New York Academy of Sciences, 1032, 1-7.
- Yeşilyaprak B. (2007). **Çalışan anne ve çocuk.** İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Yıldırım, S. S. (2009). **Ortaöğretim Kurumları Yöneticilerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi (İstanbul İli Anadolu Yakası Örneği).** (Yüksek Lisans tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yılmaz, A. (1999). **Çocuk yetiştirme tutumları kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar.** İstanbul: Türk Psikoloji Yazıları.
- Yogev, S ve Brett, J. (1985). **Perceptions of the Division of Housework and Child Care and Marital Satisfaction.** Journal of Marriage and Family, 47(3), 609-618.
- Yörükoğlu, A. (1993). **Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar.** (8. Baskı). İstanbul: Özgür Yayınları.
- Yörükoğlu, A. (1998). **Değişen toplumda aile ve çocuk.** İstanbul: Özgür Dağıtım.
- Yüksel, M. (2003). **Feminist Hukuk Kuramı ve Feminist Düşünce Teorileri.** İstanbul: Beta Basım A.S.
- Zedeck, S., Maslach, C., Mosier, K., & Skitka, L. (1988). **Affective response to work and quality of family life: Employee and spouse perspectives.** Journal of Social Behavior and Personality, 3, 135-157.
- Zunker, V. G. (1998). **Career Counseling: Applied Concepts of Life Planning.** (5th ed.) California, USA: Brooks/Cole Publishing Company.
- Zytowski, D. G. (1969). **Toward a theory of career development for women.** Personnel and Guidance Journal, 47, 660-664.

<http://www.tuik.gov.tr/>

<http://www.iskanunu.com>

**EKLER**  
**EK-I**

Sayın katılımcı,  
Yürütülmekte olan bir araştırma için sizin görüşlerinize ihtiyaç duyulmaktadır. Bu araştırma sırasında vermiş olduğunuz tüm yanıtlar saklı tutulacak ve birlikte değerlendirilecektir. Bireysel olarak sizin verdiğiniz yanıtlardan çok araştırma sonrasında tüm kişilerden elde edilen yanıtlar bir bütün olarak incelenecektir. Sizin aşağıdaki sorulara vereceğiniz sizi yansıtan ve gerçek yanıtlar araştırmamda doğru sonuçlara ulaşmamda yardım edeceği için oldukça önemlidir. Katkılarınız için teşekkür ederim.

Manolya Özek  
Psikolog  
manolya.ozek@gmail.com

**4-18 YAŞ ARALIĞINDA BİR ÇOCUĞUNUZ YOKSA LÜTFEN BU FORMU  
İADE EDİNİZ.**  
**EĞER BİRDEN FAZLA ÇOCUĞUNUZ VARSA AŞAĞIDAKİ SORULARI  
İLK ÇOCUĞUNUZU DİKKATE ALARAK YANITLAYINIZ.**

Yaşınız:  20-30  31-40  41-50  51  
yaş ve üzeri  
Eğitim düzeyiniz:  İlkokul  Ortaokul  Lise  Üniversite   
Yüksek Lisans ve üzeri  
Medeni durumunuz:  Evli  Boşanmış  Vefat etmiş  Diğer:  
.....  
Çocuk sayınız:  1  2  3  4 ve üzeri  
Çocuğunuza kim bakıyor:  Büyükanne  Bakıcı  Anaokulu   
Diğer: .....

Sizin sağlık sorununuz var mı?  Var  Yok Varsa  
açıklayınız.....

Eşinizin sağlık sorunu var mı?  Var  Yok Varsa  
açıklayınız.....

Daha önce psikolojik yardım aldınız mı?  Evet  Hayır Evetse  
nereden?.....

Kendi ailenizden psikolojik destek alıyor musunuz?  Evet  Hayır  
Yanıtınız evetse hangi konularda destek alıyorsunuz? .....

Çalıştığınız kurum:  Özel sektör  Devlet memuru  Kendi işim  
Çalıştığınız alan (sektör): .....

Eşinizin çalıştığı alan (sektör): .....

Aylık net geliriniz:  1.000 TL altı  1.001 TL-3.000TL arası   
3.001-5.000 TL arası  
 5.001 ve üzeri

Eşinizin aylık net geliri:  1.000 TL altı  1.001 TL-3.000TL arası   
3.001-5.000 TL arası  
 5.001 ve üzeri

Çalışma süreniz: ( ) 1-5 yıl arası ( ) 6-10 yıl arası ( ) 11-15 yıl arası ( ) 16-20 yıl arası ( ) 21 yıl ve üzeri  
İşinizden tatmin olma düzeyiniz: ( ) Düşük ( ) Orta ( ) İyi  
Eviniz kendinizin mi? ( ) Evet ( ) Kiralık ( ) Diğer: .....  
Arabanız var mı? ( ) Var ( ) Yok ( ) Diğer: .....

## EK II.

### İŞ STRESİ ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki soruları şu andaki işinizi göz önünde bulundurarak yanıtlayınız.

- 1- Şu anki iş yükünüzle ilgili duygunuz?
  - a) Beni çok fazla zorluyor ve bunaltıyor
  - b) Beni çok bunaltıyor
  - c) Beni zorluyor
  - d) Beni biraz zorluyor
  - e) Beni hiç bunaltmıyor
- 2- Genellikle işten ayrılana kadar yapmanız gereken herşeyi bitirebiliyor musunuz?
  - a) Çoğunlukla yapmam gereken herşeyi zamanında bitiririm
  - b) Ancak bir bölümünü bitiririm
  - c) Genellikle büyük bir bölümünü bitiririm
  - d) Çok azını bırakırım
  - e) İşte kalıp bitirmeye çalışırım
- 3- 'Bazı iş arkadaşlarımla, astlarımla çalışmak güçtür.' Bu ifadeye ne derece katılıyorsunuz?
  - a) Çoğunlukla çok fazla güç bulurum
  - b) Çok güç bulurum
  - c) Bazen güç bulurum
  - d) Çok az güç bulurum
  - e) Çok olumlu bulurum
- 4- 'İşimle ilgili yeni sorumluluklar çıktığında bu sorumlulukları diğer çalışanlara devretmek yerine kendim üstlenirim.' Bu ifadeye ne düzeyde katılıyorsunuz?
  - a) Kesinlikle katılıyorum
  - b) Çoğunlukla katılıyorum
  - c) Bazen katılıyorum
  - d) Çok az katılıyorum
  - e) Hiç katılmıyorum
- 5- 'İşimde çok az çeşitlilik ve sorun vardır'. Bu ifadeye ne derece katılıyorsunuz?
  - a) Tamamıyla doğru
  - b) Çoğu zaman doğru
  - c) Zaman zaman doğru
  - d) Nadiren doğru
  - e) Hiç doğru değil
- 6- 'İşimin gereklerini yerine getirmek için çoğunlukla aşırı yüklenirim.' Bu ifadeye ne derece katılıyorsunuz?
  - a) Tamamıyla doğru
  - b) Çoğu zaman doğru

- c) Zaman zaman doğru  
d) Nadiren doğru  
e) Hiç doğru değil
- 7- 'İşimde baskı altında kaldığımda kontrolümü kaybetme eğilimindeyim'. Bu ifade sizin için ne derece doğru?  
a) Tamamıyla doğru  
b) Çoğu zaman doğru  
c) Zaman zaman doğru  
d) Nadiren doğru  
e) Hiç doğru değil
- 8- 'İşimin gereklerini yerine getirmemi engelleyen birçok müdahalenin sıkıntısını yaşıyorum.' Bu ifade sizin için ne kadar doğru?  
a) Tamamıyla doğru  
b) Çoğu zaman doğru  
c) Zaman zaman doğru  
d) Nadiren doğru  
e) Hiç doğru değil
- 9- 'Hem mükemmel bir yönetici, hem mükemmel bir eş, hem de bir ebeveyn olmak benim için çok önemlidir.' Bu ifadeye ne derece katılıyorsunuz?  
a) Tamamıyla doğru  
b) Çoğu zaman doğru  
c) Zaman zaman doğru  
d) Nadiren doğru  
e) Hiç doğru değil
- 10- 'İşim evde de devam eder, işimi bitirmeden hayatta uyuyamam.' Bu ifade sizin için ne derece doğrudur?  
a) Tamamıyla doğru  
b) Çoğu zaman doğru  
c) Zaman zaman doğru  
d) Nadiren doğru  
e) Hiç doğru değil

### EK III.

#### MASLACH TÜKENMİŞLİK ÖLÇEĞİ

Araştırmanın bu bölümünde değişik mesleklerden kişilerin iş ile ilgili tutumları incelenmektedir. Bu amaçla hazırlanan elinizdeki ankette, insanların işleriyle ilgili tutumlarını yansıtan ifadeler yer almaktadır. Sizden istenen, her bir ifade ile belirtilen durumu ne kadar sıklıkla yaşadığınızı belirtmenizdir. Bunun için, ifadelerin yanında 'Hiçbir zaman'dan 'Her zaman'a kadar uzanan 5 basamaklı bir ölçek verilmiştir. Sizin o ifade ile ilgili yaşantınız hangi cevap basamağına daha uygun ise o basamağın altındaki kutuya bir çarpı (x) işareti koyunuz.

Bu ankette size verilen bazı cümlelerde 'işim gereği karşılaştığım insanlar' ifadesi yer almaktadır. Siz de, bu ifade ile karşılaştığınızda, kendi işiniz dolayısıyla hizmet verdiğiniz, sorunlarıyla uğraştığınız ya da işi yürütmek için muhatap olduğunuz insanları düşününüz.

<b>CÜMLELER:</b>	<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Çok nadir</b>	<b>Bazen</b>	<b>Çoğu Zaman</b>	<b>Her zaman</b>
1- İşimden soğuduğumu hissediyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
2- İş dönüşü kendimi ruhen tükenmiş hissediyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
3- Sabah kalktığımda bir gün daha bu işi kaldıramayacağımı hissediyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
4- İşim gereği karşılaştığım insanların ne hissettiğini hemen anlarım.	( )	( )	( )	( )	( )
5- İşim gereği karşılaştığım bazı kimselere sanki insan değillermiş gibi davrandığımı fark ediyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
6- Bütün gün insanlarla uğraşmak benim için gerçekten çok yıpratıcı.	( )	( )	( )	( )	( )
7- İşim gereği karşılaştığım insanların sorunlarına ne uygun çözüm yollarını bulurum.	( )	( )	( )	( )	( )
8- Yaptığım işten tükendiğimi hissediyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
9- Yaptığım iş sayesinde insanların yaşamına katkıda bulunduğuma inanıyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
10-Bu işte çalışmaya başladığımdan beri insanlara karşı sertleştim.	( )	( )	( )	( )	( )
11- Bu işin beni giderek katılaştırmasından korkuyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
12- Çok şeyler yapabilecek güçteyim.	( )	( )	( )	( )	( )

<b>13- İşimin beni kısıtladığını hissediyorum.</b>	( )	( )	( )	( )	( )
<b>14- İşimde çok fazla çalıştığımı hissediyorum.</b>	( )	( )	( )	( )	( )
<b>15- İşim gereği karşılaştığım insanlara ne olduğu umrumda değil.</b>	( )	( )	( )	( )	( )
<b>16- Doğrudan doğruya insanlarla çalışmak bende çok fazla stres yaratıyor.</b>	( )	( )	( )	( )	( )
<b>17- İşim gereği karşılaştığım insanlarla aramda rahat bir hava yaratırım.</b>	( )	( )	( )	( )	( )
<b>18-İnsanlarla yakın bir çalışmadan sonra kendimi dinlenmiş hissedirim.</b>	( )	( )	( )	( )	( )
<b>19-Bu işte bir çok kayda değer başarı elde ettim.</b>	( )	( )	( )	( )	( )
<b>20-Yolun sonuna geldiğimi hissediyorum.</b>	( )	( )	( )	( )	( )
<b>21-İşimdeki duygusal sorunlara serinkanlılıkla yaklaşırım.</b>	( )	( )	( )	( )	( )
<b>22-İşim gereği karşılaştığım insanların bazı problemlerini sanki ben yaratmışım gibi davrandıklarımı hissedirim.</b>	( )	( )	( )	( )	( )



## EK IV.

### AİLE DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

**AÇIKLAMA:** İlişikte aileler hakkında 60 cümle bulunmaktadır. Lütfen her cümleyi dikkatlice okuduktan sonra, sizin ailenize ne derecede uyduğuna karar veriniz. Önemli olan, sizin ailenizi nasıl gördüğünüzdür. Her cümle için 4 seçenek söz konusudur (*Aynen Katılıyorum/ Büyük Ölçüde Katılıyorum/ Biraz Katılıyorum/ Hiç Katılmıyorum*)

Her cümlenin yanında 4 seçenek için de ayrı yerler ayrılmıştır. Size uygun seçeneğe (X) işareti koyunuz. Her cümle için uzun, uzun düşünmeyiniz. **Mümkün olduğu kadar** çabuk ve samimi cevaplar veriniz. Kararsızlığa düşerseniz, ilk aklınıza gelen doğrultusunda hareket ediniz. **Lütfen her cümleyi cevapladığınızdan emin olunuz.**

CÜMLELER:	Aynen Katılıyorum	Büyük Ölçüde Katılıyorum	Biraz Katılıyorum	Hiç Katılmıyorum
1. Ailece ev dışında program yapmada güçlük çekeriz, çünkü aramızda fikir birliği sağlayamayız.	( )	( )	( )	( )
2. Günlük hayatımızdaki sorunların (problemlerin) hemen hepsini aile içinde hallederiz.	( )	( )	( )	( )
3. Evde biri üzgün ise, diğer aile üyeleri bunun nedenlerini bilir.	( )	( )	( )	( )
4. Bizim evde, kişiler verilen her görevi düzenli bir şekilde yerine getirmezler.	( )	( )	( )	( )
5. Evde birinin başı derde girdiğinde, diğerleri de bunu kendilerine fazlasıyla dert ederler.	( )	( )	( )	( )
6. Bir sıkıntı ve üzüntü ile karşılaştığımızda, birbirimize destek oluruz.	( )	( )	( )	( )
7. Ailemizde acil bir durum olsa, şaşırıp kahrız.	( )	( )	( )	( )
8. Bazen evde ihtiyacımız olan şeylerin bittiğinin farkına varmayız.	( )	( )	( )	( )
9. Birbirimize karşı olan sevgi, şefkat gibi duygularımızı açığa vurmaktan kaçınırız.	( )	( )	( )	( )
10. Gerektiğinde aile üyelerine görevlerini hatırlatır, kendilerine düşen işi yapmalarını sağlarız.	( )	( )	( )	( )
11. Evde dertlerimizi üzüntülerimizi birbirimize söylemeyiz.	( )	( )	( )	( )

12.Sorunlarımızın çözümünde genellikle ailece aldığımız kararları uygularız.	( )	( )	( )	( )
13.Bizim evdekiler, ancak onların hoşuna giden şeyler söylediğimizde bizi dinlerler.	( )	( )	( )	( )
14.Bizim evde bir kişinin söylediklerinden ne hissettiğini anlamak pek kolay değildir.	( )	( )	( )	( )
15.Ailemizde eşit bir görev dağılımı yoktur.	( )	( )	( )	( )
16.Ailemizin üyeleri, birbirlerine hoşgörülü davranırlar.	( )	( )	( )	( )
17.Evde herkes başına buyruktur.	( )	( )	( )	( )
18.Bizim evde herkes, söylemek istediklerini üstü kapalı değil de doğrudan birbirlerinin yüzüne söyler.	( )	( )	( )	( )
19.Ailede bazılarımız, duygularımızı belli etmeyiz.	( )	( )	( )	( )
20.Acil bir durumda ne yapacağımızı biliriz.	( )	( )	( )	( )
21.Ailecek, korkularımızı ve endişelerimizi birbirimizle tartışmaktan kaçınırız.	( )	( )	( )	( )
22.Sevgi, şefkat gibi olumlu duygularımızı birbirimize belli etmekte güçlük çekeriz.	( )	( )	( )	( )
23.Gelirimiz (ücret, maaş) ihtiyaçlarımızı karşılamaya yetmiyor.	( )	( )	( )	( )
24.Ailemiz, bir problemi çözdükten sonra, bu çözümün işe yarayıp yaramadığını tartışır.	( )	( )	( )	( )
25.Bizim ailede herkes kendini düşünür.	( )	( )	( )	( )
26.Duygularımızı birbirimize açıkça söyleyebiliriz.	( )	( )	( )	( )
27.Evimizde banyo ve tuvalet bir türlü temiz durmaz.	( )	( )	( )	( )
28.Aile içinde birbirimize sevgimizi göstermeyiz.	( )	( )	( )	( )
29.Evde herkes her istediğini birbirinin yüzüne söyleyebilir.	( )	( )	( )	( )
30.Ailemizde, her birimizin belirli görev ve sorumlulukları vardır.	( )	( )	( )	( )
<b>CÜMLELER:</b>	<b>Aynen Katılıyorum</b>	<b>Büyük Ölçüde Katılıyorum</b>	<b>Biraz Katılıyorum</b>	<b>Hiç Katılmıyorum</b>
31.Aile içinde genellikle birbirimizle pek iyi geçinemeyiz.	( )	( )	( )	( )
32.Ailemizde sert-kötü davranışlar ancak belli durumlarda gösterilir.	( )	( )	( )	( )

33.Ancak hepimizi ilgilendiren bir durum olduğu zaman birbirimizin işine karışırız.	( )	( )	( )	( )
34.Aile içinde birbirimizle ilgilenmeye pek zaman bulamıyoruz.	( )	( )	( )	( )
35.Evde genellikle söylediklerimizle, söylemek istediklerimiz birbirinden farklıdır.	( )	( )	( )	( )
36.Aile içinde birbirimize hoşgörülü davranırız	( )	( )	( )	( )
37.Evde birbirimize, ancak sonunda kişisel bir yarar sağlayacak ilgi gösteririz.	( )	( )	( )	( )
38.Ailemizde bir dert varsa, kendi içimizde hallederiz.	( )	( )	( )	( )
39.Ailemizde sevgi ve şefkat gibi güzel duygular ikinci plandadır.	( )	( )	( )	( )
40.Ev işlerinin kimler tarafından yapılacağını hep birlikte konuşarak kararlaştırırız.	( )	( )	( )	( )
41.Ailemizde herhangi bir şeye karar vermek her zaman sorun olur.	( )	( )	( )	( )
42.Bizim evdekiler sadece bir çıkarları olduğu zaman birbirlerine ilgi gösterir.	( )	( )	( )	( )
43.Evde birbirimize karşı açık sözlüyüzdür.	( )	( )	( )	( )
44.Ailemizde hiçbir kural yoktur.	( )	( )	( )	( )
45.Evde birinden bir şey yapması istendiğinde mutlaka takip edilmesi ve kendisine hatırlatılması gerekir.	( )	( )	( )	( )
46.Aile içinde, herhangi bir sorunun (problemin) nasıl çözüleceği hakkında kolayca karar verebiliriz.	( )	( )	( )	( )
47.Evde kurallara uyulmadığı zaman ne olacağını bilmeyiz.	( )	( )	( )	( )
47.Bizim evde aklınıza gelen her şey olabilir.	( )	( )	( )	( )
49.Sevgi, şefkat gibi olumlu duygularımızı birbirimize ifade edebiliriz.	( )	( )	( )	( )
50.Ailede her türlü problemin üstesinden gelebiliriz.	( )	( )	( )	( )
51.Evde birbirimizle pek iyi geçinemeyiz.	( )	( )	( )	( )
52.Sinirlenince birbirimize küseriz.	( )	( )	( )	( )
53.Ailede bize verilen görevler pek hoşumuza gitmez çünkü genellikle umduğumuz görevler verilmez.	( )	( )	( )	( )
54.Kötü bir niyetle olmasa da evde birbirimizin hayatına çok karışıyoruz.	( )	( )	( )	( )
55.Ailemizde kişiler herhangi bir tehlike karşısında (yangın, kaza gibi) ne	( )	( )	( )	( )

<b>yapacaklarını bilirler, çünkü böyle durumlarda ne yapılacağı aramızda konuşulmuş ve belirlenmiştir.</b>				
<b>56.Aile içinde birbirimize güveniriz.</b>	( )	( )	( )	( )
<b>57.Ağlamak istediğimizde, birbirimizden çekinmeden rahatlıkla ağlayabiliriz.</b>	( )	( )	( )	( )
<b>58.İşimize (okulumuza) yetişmekte güçlük çekiyoruz.</b>	( )	( )	( )	( )
<b>59.Aile içinde birisi, hoşlanmadığımız bir şey yaptığında ona bunu açıkça söyleriz.</b>	( )	( )	( )	( )
<b>60.Problemimizi çözmek için ailecek çeşitli yollar bulmaya çalışırız.</b>	( )	( )	( )	( )

**EK V.**  
**6-18 YAŞ ÇOCUK VE GENÇLER İÇİN DAVRANIŞ DEĞERLENDİRME**  
**ÖLÇEĞİ (ÇGDÖ)**

ÇOCUĞUN CİNSİYETİ KIZ ( ) ERKEK ( )  
YAŞI:

Çocuğunuzun davranışlarıyla ilgili bu formu lütfen görüşlerinizi yansıtacak biçimde yanıtlayınız. Her bir madde ile ilgili bilgi verebilir ve 2. sayfadaki boşluklara yazabilirsiniz. Lütfen bütün maddeleri işaretlemeye çalışınız. Teşekkür ederiz.

---

**I. ÇOCUĞUNUZUN YAPMAKTAN HOŞLANDIĞI SPORLARI A,B,C ŞIKLARINA YAZINIZ.** (Örneğin. Yüzme, Futbol, voleybol, atletizm, tekvando, jimnastik, bisiklete binme, güreş, balık tutma gibi)

( ) Hiç yok

Yaştlarına oranla çocuğunuz

Yaştlarına oranla

her birine ne kadar zaman ayırır?  
başarılıdır?

her birinde ne kadar

Normalden Az/ Normal/ Normalden Fazla/ Bilmiyorum Normalden Az/ Normal/  
Normalden Fazla /Bilmiyorum

A)..... ( ) ( ) ( ) ( )

( ) ( ) ( ) ( )

B)..... ( ) ( ) ( ) ( )

( ) ( ) ( ) ( )

C)..... ( ) ( ) ( ) ( )

( ) ( ) ( ) ( )

---

**II. ÇOCUĞUNUZUN SPOR DIŞINDAKİ İLGİ ALANLARINI, UĞRAŞ, OYUN VE AKTİVİTELERİNİ A,B,C ŞIKLARINA YAZINIZ.**

( ) Hiç yok

Yaştlarına oranla çocuğunuz

Yaştlarına oranla

her birine ne kadar zaman ayırır?  
başarılıdır?

her birinde ne kadar

Normalden Az /Normal/ Normalden Fazla/ Bilmiyorum Normalden Az /Normal/  
Normalden Fazla/Bilmiyorum

A)..... ( ) ( ) ( ) ( )

( ) ( ) ( ) ( )

B)..... ( ) ( ) ( ) ( )

( ) ( ) ( ) ( )

C)..... ( ) ( ) ( ) ( )

( ) ( ) ( ) ( )

---

**III. ÇOCUĞUNUZUN ÜYESİ OLDUĞU KURULUŞ, KULÜP YA DA TAKIMLARI A,B,C ŞIKLARINA YAZINIZ (Spor, müzik, izcilik, folklor gibi).**

( ) Hiç yok

Yaştlarına oranla çocuğunuz her birinde ne kadar aktiftir?

Normalden Az/ Normal/ Normalden Fazla/Bilmiyorum

A)..... ( ) ( ) ( ) ( )

B)..... ( ) ( ) ( ) ( )

C)..... ( ) ( ) ( ) ( )

---

**IV. ÇOCUĞUNUZUN EVDE YA DA EV DIŞINDA YAPTIĞI İŞLERİ A,B,C ŞIKLARINA YAZINIZ.** (Gazete alma, bakkala gitme, pazara gitme, bahçe-tarla işleri, hayvancılık, elektrik-su faturası yatırma, çocuk bakımı, sofrayı kurma-kaldırma, bir dükkanda çalışma gibi ödeme yapılan ve yapılmayan herşeyi katınız.)

( ) Hiç yok

Yaşlıtlarına oranla çocuğunuz her birinde ne kadar başarılıdır?

Normalden Az/ Normal/ Normalden Fazla/ Bilmiyorum

A)..... ( ) ( ) ( ) ( )

B)..... ( ) ( ) ( ) ( )

C)..... ( ) ( ) ( ) ( )

**V. 1- ÇOCUĞUNUZUN YAKLAŞIK OLARAK KAÇ YAKIN ARKADAŞI VARDIR?**

(Kardeşlerini katmayınız)

Hiç yok/ 1/ 2 yada 3/ 4 yada daha fazla

( ) ( ) ( ) ( )

2-Çocuğunuz okul dışı zamanlarda haftada kaç kez arkadaşlarıyla birlikte olur?

(Kardeşlerini katmayınız)

1'den az/ 1 yada 2/ 3 yada daha fazla

( ) ( ) ( )

**VI. YAŞITLARINA ORANLA ÇOCUĞUNUZUN:**

Kötü/ Normal Sayılır/ Oldukça İyidir/ Kardeşi Yoktur

a. Kardeşleriyle arası nasıldır?

( ) ( ) ( ) ( )

b. Diğer çocuklarla arası nasıldır?

( ) ( ) ( ) ( )

c. Ana-babasına karşı davranışları nasıldır?

( ) ( ) ( ) ( )

d. Kendi başına oyun oynaması ve iş yapması nasıldır? ( ) ( ) ( ) ( )

**VII. 1. ÇOCUĞUNUZUN OKUL BAŞARISI NASILDIR? (6 YAŞ VE YUKARISI İÇİN).**

ÇOCUĞUNUZ EĞER OKULA GİTMİYORSA LÜTFEN NEDENİNİ BELİRTİNİZ.....

Başarısız/Orta/Başarılı/Çok Başarılı

a. Türkçe/ Türk Dili ve Edebiyatı

( ) ( ) ( ) ( )

b. Hayat Bilgisi / Sosyal Bilgiler

( ) ( ) ( ) ( )

c. Matematik

( ) ( ) ( ) ( )

d. Fen Bilgisi

( ) ( ) ( ) ( )

Diğer derslerde nasıldır?

Örneğin, Yabancı Dil, Bilgisayar

(Beden eğitimi, Resim ve Müziği katmayınız)

e).....

( ) ( ) ( ) ( )

f).....

( ) ( ) ( ) ( )

g).....

( ) ( ) ( ) ( )

**2- ÇOCUĞUNUZ ALT, ÖZEL SINIF, YA DA BİR ÖZEL EĞİTİM KURUMUNDA**

**OKUYOR MU?**

Hayır ( ) Evet ( )- Ne tür bir sınıf ya okul

.....

### 3- ÇOCUĞUNUZ HIÇ SINIFTA KALDI MI?

Hayır ( ) Evet ( )- Kaçınıcı sınıfta ve nedeni.....

### 4- ÇOCUĞUNUZUN OKULDA DERS YA DA DERS DIŞI SORUNLARI OLDU MU?

Hayır ( ) Evet ( )-Açıklayınız .....

Bu sorunlar ne zaman başladı?.....

Sorunlar bitti mi? Hayır ( ) Evet ( )- Ne zaman.....

### 5- ÇOCUĞUNUZUN HERHANGİ BİR BEDENSEL HASTALIĞI YA DA ZİHİNSEL ENGELİ VAR MIDIR?

Hayır ( ) Evet ( )-Açıklayınız .....

### 6-ÇOCUĞUNUZUN SİZİ EN ÇOK ÜZEN, KAYGILANDIRAN VE ÖFKELENDİREN ÖZELLİKLERİ NELERDİR?

.....  
.....  
.....

### 7-ÇOCUĞUNUZUN EN BEĞENDİĞİNİZ ÖZELLİKLERİ NELERDİR?

.....  
.....

**Aşağıda çocuk ve gençleri tanımlayan maddelerin bir listesi bulunmaktadır. Her bir madde çocuğun Şu andaki ya da en son 6 ay içindeki durumunu belirtmektedir. Bir madde çocuk için çok ya da sıklıkla doğru ise 2, bazen ya da biraz doğru ise 1, hiç doğru değilse 0 sayılarını yuvarlak içine alınız. Lütfen tüm maddeleri işaretlemeye çalışınız.**

Çocuğunuzun Cinsiyeti: ( ) Erkek ( ) Kız

Yaşı: .....

Çocuğunuz özel alt sınıf ya da bir özel eğitim kurumunda okuyor mu?

( ) Hayır ( ) Evet- Ne tür bir sınıf ya da okul? .....

Çocuğunuz hiç sınıfta kaldı mı?

( ) Hayır ( ) Evet- Kaçınıcı sınıfta ve nedeni.....

Çocuğunuzun okulda ders ya da ders diőı sorunları oldu mu?

( ) Hayır ( ) Evet-açıklayınız.....

Bu sorunlar ne zaman başladı?.....

Sorunlar bitti mi? ( ) Hayır ( ) Evet- Ne zaman?

Çocuğunuzun herhangi bir bedensel hastalığı ya da zihinsel bir engeli var mıdır?

( ) Hayır ( ) Evet- açıklayınız.....

Çocuğunuzun sizi en çok üzen, kaygılandırıcı ve öfkelenen özellikleri nelerdir?

Açıklayınız: .....

Çocuğunuzun en beğendiğiniz özellikleri nelerdir?

Açıklayınız: .....

<b>CÜMLELER:</b>	<b>0 :Doğru Değil (Bildığınız Kadarıyla)</b>	<b>1: Bazen ya da Biraz Doğru</b>	<b>2: Çok ya Sıklıkla Doğru</b>
1. Yaşından çok daha çocuksu davranır.	( )	( )	( )
2. Anne babasının izni olmadan içki içer.	( )	( )	( )
3. Çok tartışan bir çocuktur.	( )	( )	( )
4. Başladığı etkinlikleri (oyunu, dersleri, işleri) bitiremez.	( )	( )	( )
5. Hoşlandığı ya da zevk aldığı çok az şey vardır.	( )	( )	( )
6. Kakasını tuvaletten başka yerlere yapar.	( )	( )	( )
7. Bir şeylerle övünür, başkalarına hava atar.	( )	( )	( )
8. Bir konuya odaklanamaz, dikkatini uzun süre toplayamaz.	( )	( )	( )
9. Kafasından atamadığı, onu rahatsız eden bazı düşünceleri vardır (mikrop bulaşma, simetri takıntısı, okul sorunları, bilgisayar gibi) (açıklayınız).....	( )	( )	( )
10. Yerinde sakince oturamaz, çok hareketli ve huzursuzdur.	( )	( )	( )
11. Gereken gayreti göstermeden, sırtını tamamen büyüklere dayayıp herşeyi onlardan bekler.	( )	( )	( )
12. Yalnızlıktan şikayet eder.	( )	( )	( )
13. Kafası karışık, zihni bulanıktır.	( )	( )	( )
14. Çok ağlar.	( )	( )	( )
15. Hayvanlara eziyet eder.	( )	( )	( )
16. Başkalarına eziyet eder, kötü davranır, kabadayılık eder.	( )	( )	( )
17. Hayal kurar, hayallere dalıp gider.	( )	( )	( )
18. Kendine bilerek zarar verdiği ya da intihar girişiminde bulunduğu olmuştur.	( )	( )	( )
19. Hep dikkat çekmeye çalışır.	( )	( )	( )
20. Eşyalarına zarar verir.	( )	( )	( )
21. Evde söz dinlemez.	( )	( )	( )
<b>CÜMLELER:</b>	<b>0 :Doğru Değil (Bildığınız Kadarıyla)</b>	<b>1: Bazen ya da Biraz Doğru</b>	<b>2: Çok ya Sıklıkla Doğru</b>
22. Okulda söz dinlemez.	( )	( )	( )
23. İştahsızdır.	( )	( )	( )
24. Başka çocuklarla geçinemez.	( )	( )	( )



25. Hatalı davranışından dolayı suçluluk duymaz, orali olmaz, aldırılmaz.	( )	( )	( )
26. Kolay kıskanır.	( )	( )	( )
27. Ev, okul ya da diğer yerlerde kurallara uymaz, karşı gelir.	( )	( )	( )
28. Bazı hayvanlardan, durumlardan (yüksek yerler), ya da ortamlardan (asansör,karanlık gibi) korkar. (okulu katmayınız) (açıklayınız).....	( )	( )	( )
29. Okula gitmekten korkar, okul korkusu vardır.	( )	( )	( )
30. Kötü bir şey düşünebileceği ya da yapabileceğinden korkar.	( )	( )	( )
31. Kusursuz, dört dörtlük ve her konuda başarılı olması gerektiğine inanır.	( )	( )	( )
32. Kimsenin onu sevmediğinden yakınır.	( )	( )	( )
33. Başkalarının ona karşı olduğu, zarar vermeye, ya da açığını yakalamaya çalıştığı hissine kapılır.	( )	( )	( )
34. Kendini değersiz, önemsiz ya da yetersiz hisseder.	( )	( )	( )
35. Sık sık kaza sonucu bir yerlerini incitir.	( )	( )	( )
36. Çok kavga çıkarır, kavgaya karışır.	( )	( )	( )
37. Çok fazla sataşılır, dalga geçilir.	( )	( )	( )
38. Başı belada olan kişilerle dolaşır.	( )	( )	( )
39. Olmayan sesler ve konuşmalar işitir (açıklayınız):	( )	( )	( )
40. Düşünmeden hareket eder, aklına eseni yapar.	( )	( )	( )
41. Başkalarıyla birlikte olmaktansa yalnızlığı tercih eder.	( )	( )	( )
42. Yalan söyler, hile yapar, aldatır.	( )	( )	( )
43. Tırnaklarını yer.	( )	( )	( )
44. Sinirli ve gergindir.	( )	( )	( )
45. Kasları oynar, seğirmeleri ve tikleri olur (açıklayınız):.....	( )	( )	( )
46. Geceleri kabus görür.	( )	( )	( )
47. Başka çocuklar tarafından sevilmez.	( )	( )	( )
48. Kabızlık çeker.	( )	( )	( )
49. Çok korkak ve kaygılıdır.	( )	( )	( )
50. Baş döner, gözleri kararır.	( )	( )	( )
51. Kendini çok suçlu hisseder.	( )	( )	( )
52. Aşırı yer.	( )	( )	( )
53. Kendini sebepsiz yere çok yorgun hissettiği olur.	( )	( )	( )

54. Fazla kiloludur.	( )	( )	( )
55. Sağlık sorunu olmadığı halde;			
a. Ağrı ve sızılardan yakınır. (baş ve karın ağrısı dışında)	( )	( )	( )
b. Baş ağrılarından yakınır (şikayet eder)	( )	( )	( )
c. Bulantı, kusma duygusu olur.	( )	( )	( )
CÜMLELER:	0 :Doğru Değil (Bildiğiniz Kadarıyla)	1: Bazen ya da Biraz Doğru	2: Çok ya Sıklıkla Doğru
d. Gözle ilgili şikayetleri olur ( Gözlük, lens kullanma dışında) (açıklayınız):.....	( )	( )	( )
e. Döküntü, pullanma ya da başka cilt hastalığı olur	( )	( )	( )
f. Mide-karın ağrısından şikayet eder	( )	( )	( )
g. Kusmaları olur	( )	( )	( )
h. Diğer (açıklayınız):.....	( )	( )	( )
56. İnsanlara vurur, fiziksel saldırıda bulunur.	( )	( )	( )
57. Burnunu karıştırır, derisini ya da vücudunu yolar, saç ve kirpiğini koparır (açıklayınız): .....	( )	( )	( )
58. Herkesin içinde cinsel organıyla oynar	( )	( )	( )
59. Cinsel organıyla çok fazla oynar.	( )	( )	( )
60. Okul ödevlerini tam ve iyi yapamaz.	( )	( )	( )
61. El, kol, bacak hareketlerini ayarlama da güçlük çeker, sakardır.	( )	( )	( )
62. Kendinden büyük çocuklarla vakit geçirmeyi tercih eder.	( )	( )	( )
63. Kendinden küçüklerle vakit geçirmeyi tercih eder.	( )	( )	( )
64. Konuşmayı reddeder.	( )	( )	( )
65. İstemeyerek de olsa, belli bazı hareketleri/ davranışları tekrar tekrar yapar (ellerini defalarca yıkama, kapı kilidini tekrar tekrar kontrol etme gibi) açıklayınız: .....	( )	( )	( )
66. Evden kaçır	( )	( )	( )
67. Çok bağıırır	( )	( )	( )
68. Sırlarını kendine saklar, hiç kimseyle paylaşmaz	( )	( )	( )
69. Olmayan şeyleri görür (açıklayınız): .....	( )	( )	( )

70. Topluluk içinde rahat değildir, başkalarının kendisi hakkında ne düşünecekleri ve ne söyleyecekleriyle ilgili kaygı duyar	( )	( )	( )
71. Yangın çıkartır	( )	( )	( )
72. Cinsel sorunları vardır (açıklayınız): .....	( )	( )	( )
73. Gösteriş meraklısıdır, maskaralık yapar	( )	( )	( )
74. Çok utangaç ve çekingendir	( )	( )	( )
75. Diğer çocuklardan daha az uyur	( )	( )	( )
76. Gece ve/veya gündüz diğer çocuklardan daha çok uyur (açıklayınız):.....	( )	( )	( )
77. Dikkatı kolayca dağılır	( )	( )	( )
78. Konuşma problemi vardır (açıklayınız): .....	( )	( )	( )
79. Boş gözlerle bakar	( )	( )	( )
80. Evden birşeyler çalar	( )	( )	( )
81. Ev dışındaki başka yerlerden birşeyler çalar	( )	( )	( )
82. İhtiyacı olmadığı halde pek çok şeyi biriktirir (açıklayınız): .....	( )	( )	( )
83. Tuhaf, alışılmadık davranışları vardır (eşyaların belli bir düzende ve sırada olmasını isteme gibi) (açıklayınız): .....	( )	( )	( )
84. İnatçı ve huysuzdur	( )	( )	( )
CÜMLELER:	0 :Doğru Değil (Bildığınız Kadarıyla)	1: Bazen ya da Biraz Doğru	2: Çok ya Sıklıkla Doğru
85. Çok sık küser	( )	( )	( )
86. Şüphelidir, kuşku duyar	( )	( )	( )
87. Küfürlü ve açık saçık konuşur	( )	( )	( )
88. Kendini öldürmekten söz eder	( )	( )	( )
89. Uykuda yürür ve konuşur (açıklayınız): .....	( )	( )	( )
90. Çok konuşur	( )	( )	( )
91. Başkalarına rahat vermez, onlara sataşır, onlarla çok dalga geçer	( )	( )	( )
92. Öfke nöbetleri vardır, çabuk öfkelenir	( )	( )	( )
93. Cinsel konuları fazlaca düşünür	( )	( )	( )

94. İnsanları tehdit eder	( )	( )	( )
95. Parmak emer	( )	( )	( )
96. Sigara içer, tütün çiğner	( )	( )	( )
100 .Uyumakta zorlanır (açıklayınız): .....	( )	( )	( )
101.Okuldan kaçır, dersini asar	( )	( )	( )
102. Hareketleri yavaştır, enerjik değildir	( )	( )	( )
103. Mutsuz, üzgün ve çökkündür (depresyondadır)	( )	( )	( )
104. Çok gürültücüdür	( )	( )	( )
105. Sağlık sorunu olmadığı halde madde kullanır (içki ve sigarayı katmayınız) (açıklayınız): .....	( )	( )	( )
106. Çevresindeki kişi ve eşyalara kasıtlı olarak zarar verir, zorbalık eder	( )	( )	( )
107. Gündüz altını ıslatır	( )	( )	( )
108. Gece yatağını ıslatır	( )	( )	( )
109. Mızırdanır, sızlanır	( )	( )	( )
110. Karşı cinsiyetten biri olmayı ister	( )	( )	( )
111. İçine kapanıktır, başkalarıyla kaynaşmaz	( )	( )	( )
112. Evhamlıdır, her şeyi dert eder	( )	( )	( )
113. Çocuğun yukarıdaki listede belirtilmeyen başka sorunu varsa lütfen yazınız: .....	( )	( )	( )