



Sosyal Bilimler Dergisi / The Journal of Social Sciences

Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi, Yıl: 6, Sayı: 40, Ağustos 2019, s. 61-84

ISSN: 2149-0821 Doi Number:<http://dx.doi.org/10.16990/SOBIDER.5182>

Dr.Öğretim Üyesi Serdar CANBAZ

Kırklareli Üniversitesi, Yönetim ve Organizasyon, serdarcanbaz@klu.edu.tr

Öğr.Gör.Emel POYRAZ

Kırklareli Üniversitesi, Yönetim ve Organizasyon, emel.cinar@klu.edu.tr

İŞLETME ÇALIŞANLARININ STRES KAYNAKLARININ İNCELENMESİ ÜZERİNE BİR ALAN ARAŞTIRMASI: KIRKLARELİ İLİ ÖRNEĞİ

Özet

Sanayi devrimi sonrası iş olanaklarının artması, yaşam alanlarının değişmesi ve yaşam standartlarının giderek yükselmesi geçmiş yüzyıllarda pek de bilinmeyen “Stres” kavramını günlük yaşantımızda sık kullanılır hale getirmiştir. Yaşadığımız çağın hastalığı olarak da betimlenen stres bireylerde ve örgütlerde farklı tepkiler olarak ortaya çıkmaktadır. Stres düzeyi kişiye göre farklılık gösterdiği gibi, çalışma ortamı ve çevresel koşullara göre de farklılıklar gösterebilmektedir.

Bu çalışmanın temel amacı işletmelerde çalışanların stres kaynaklarının incelenmesidir. Çalışma iki bölümden oluşmaktadır. Çalışmanın birinci bölümünde, işe bağlı stres ile ilgili kuramsal kavram ve yaklaşımlara değinilmiştir. İkinci bölümde konuyla ilgili alan araştırmasına yer verilmiştir.

Araştırma Kırklareli ili çevresinde hizmet veren işletmelerde gerçekleştirilmiştir. Veri toplama aracı olarak anket yöntemi uygulanmıştır. Araştırma örnekleminin özelliklerini betimlemek için tanımlayıcı istatistiksel analiz yöntemleri kullanılmıştır. Stres faktörlerini saptamak amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Stres kaynakları 6 faktöre indirgenmiş, yazılan 6 modelde birbirleri ile ilişkilerine yer verilmiştir. Gruplar arasındaki farklılıkları test etmek için bağımsız gruplarda t testi, çoklu regresyon analizi ve ANOVA testi uygulanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yönetim, Stres, Stres Yönetimi

A FIELD STUDY ON REVIEWING STRESS SOURCES OF BUSINESS EMPLOYEES: KIRKLARELİ PROVINCE CASE

Abstract

Changing living quarters; gradually increasing job openings and living standards after the industrial revolution made “stress” concept that was almost unknown in past centuries into an oft-used word in our daily lives. Stress that is also described as a disease of the age emerge as different reactions in people and organizations. Stress level varies by person to person as well as it may vary by environmental conditions

The chief goal of this study was to analyze the stress sources of employees in the business. The study consists of two parts. Theoretical concept and approaches based on work-related stress were scrutinized in the first chapter of the study. There is a field study relating to the issue in the second chapter.

The research was conducted in businesses which serve around Kırklareli province. Survey method was applied as the data collection tool. Descriptive statistical analysis methods described the characteristics of the research sample. There was performed factor analysis to determine the stress factors. Relations between 6 given models were also mentioned. T-test, multiple regression analysis, and ANOVA test examined the differences between groups.

Keywords: Management, Stress, Stress Management.

1. GİRİŞ VE LİTERATÜR

Çağımızın en yaygın sorunlarından birisi olan stres, birçok araştırmanın ve çalışmanın da konusunu oluşturmaktadır. Olumlu ya da olumsuz birçok duygu hali yaşamamıza neden olabilen stres en basit haliyle fiziksel, duygusal ya da zihinsel durumlarda yaşanan gerginlik olarak tanımlanabilirken, vücuda yüklenilen herhangi bir özel olmayan isteme karşı, vücudun tepkisi(Güçlü, 2001: 91) şeklinde de tanımlanabilmektedir. Özellikle sanayi devrimi sonrası hem iş olanaklarının hem de sosyo-ekonomik yapının değişmesiyle birlikte literatürde kendisine sıklıkla yer bulan bir kavram haline gelmiştir.

Stres, insanların hayatlarında bir problemle karşılaştıklarında insanlar tarafından ortak kullanılan bir terimdir(www.stress.org.uk). Günümüzde stres ve stresin çalışma hayatına etkileri çalışanlar üzerinde birtakım olumsuzluklara sebep olmakta; bireyler aynı zamanda işte verimliliğini de çoğu zaman düşüren bu olumsuzluklardan ve rahatsız edici durumdan kurtulmak istemektedirler.

Stres kavramını ilk kez Selye (1977) kullanmıştır. Selye, stresi, bireyi etkileyen çevresel uyarıcı olarak görmüştür ve “vücudun herhangi bir dış talebe verdiği özel olmayan tepki”(aktaran Soysal,2009: 18) biçiminde tanımlamıştır. Robbins (1996: 611), kişilerin karşı karşıya kaldıkları, fırsat, sınırlama veya istemlerin belirsiz ve önemli olan dinamik koşullarının sonucu şeklinde tanımlarken Davis(1982: 566) ise stresi, bir kişinin duygularında düşünce süreçlerinde

veya fiziki şartlarında, kişinin çevresi ile baş edebilme gücünü tehdit eden bir gerilim durumu şekline tanımlamıştır.

İş yaşamında motivasyon ve verimlilik sağlanması amaçlandığında üzerinde en çok durulan kavramlardan biridir stres. Stresin oluşması için bireyin içinde bulunduğu veya yaşamını sürdürdüğü çevrede meydana gelen değişimlerden belirli düzeyde etkilenmesi gerekmektedir(Erkmen&Çetin, 2008: 232). Özellikle günümüzde çalışanların rekabetçi ve değişken iş ortamlarında çalışması, yoğun baskı hissetmelerine ve strese girmelerine neden olabilmektedir. Özellikle stres yaratan faktörler, yönetici ve çalışanların kontrol altına alamayacakları nitelikte, diğer bir değişle, yakın ve genel çevre koşullarından kaynaklanmakta ise, yönetici ve çalışanlar bu ortamlara özveri ve uyum göstermekte zorlanmaktadır(Güçlü, 2001: 96). İşte bu noktada kendi belirledikleri programları/planları ve kimi zaman hedefleri dışsal sebeplerle ertelemek, değiştirmek ya da tamamen bunlardan vazgeçmek zorunda kalan bireyin stres yaşaması kaçınılmaz olabilmektedir. Genel anlamda stres yaratan faktörleri başlıca üç grupta toplayabiliriz. Bunlar; (1) bireyin kendisi ile ilgili stres kaynakları, (2) bireyin iş çevresinin yarattığı stres kaynakları, (3) bireyin yaşadığı genel çevre ortamının oluşturduğu stres kaynakları(Pehlivan, 1995) şeklindedir. Söz konusu kaynakların varlığı stresle mücadelenin gerekliliğini ortaya koymaktadır. Stres oluşturan temel etkenlerin ne olduğunun bilinmesi, bunlara karşı alınacak önlemlerin de neler olabileceğine ışık tutacaktır. Stresin yönetilebilir ve denetlenebilir olması bu önlemlerin uygulanmasında insanları cesaretlendirmektedir(Durna, 2006: 320). Stresle başa çıkmanın amacı, bireyin yaşamını ve verimliliğini olumsuz yönde etkileyen stres miktarını azaltmaktır. Kısaca stresle başa çıkma, stres faktörlerinin oluşturduğu duygusal gerilimi azaltmak, yok etmek ya da bu gerilime dayanmak amacıyla gösterilen davranış ve duygusal tepkileri güçlendirmektir(Demirci vd., 2013: 289).

Stres ve stres kaynaklarıyla ilgili literatürde birçok çalışmaya rastlanmaktadır. Ancak çalışmaların ana fikirlerine bakıldığında bazı çalışmaların, stres kaynaklarını(Soysal, 2009; Gümüştekin&Gültekin, 2009; Aytaç, 2017;Göksel &Tomruk, 2016) ve stres düzeylerini belirlemeye(Durna, 2006) yönelik olduğunu, bazı çalışmaların ise(Demirci vd., 2013; Yıldırım,1991; Bektaş &Karagöz,2017; Yılmaz vd., 2017) stresin birey üzerindeki etkisi ve stresle mücadele adına tutum ve davranışları belirlemek için yapıldığını söylemek mümkündür.

2. ALAN ARAŞTIRMASI

2.1. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı işletme çalışanlarını aşırı olumsuz strese sokan başlıca faktörlerin incelenmesidir. Bu amaçla çeşitli sektörlerde (hizmet, gıda, tarım, sağlık, finans) çalışanların içinde buldukları iş ortamı ve organizasyon yapısı, iş stresi kavramı açısından incelenecek böylelikle istatistikî anlamlılık düzeyinde toplulaştırılmış analiz yapılmasına da imkân sağlamaktadır.

2.2. Araştırmanın Yöntemi ve Modeli

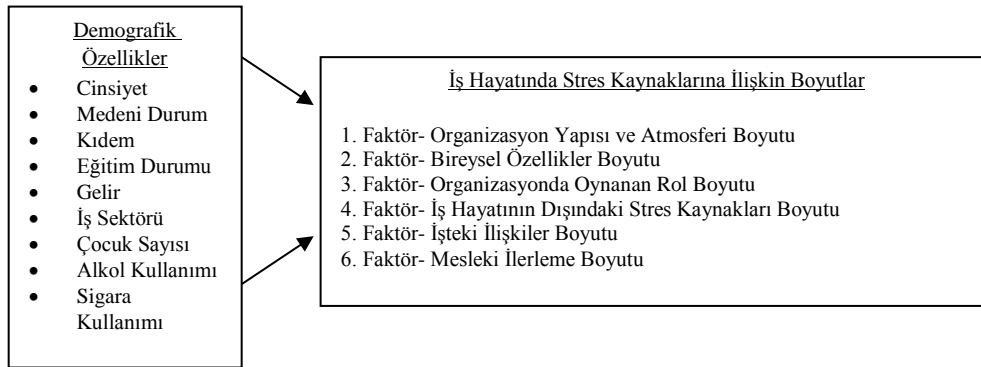
Araştırma birincil verilere dayalı olarak 2 bölüm ve toplam 47 sorudan oluşan anket yardımıyla gerçekleştirilmiştir. Anket 10 adet demografik soruyu kapsayan kişisel bilgi formundan ve anketin ikinci bölümü 37 adet likert ölçeğini kapsayan Koşoçaydan (2011)'in "Büyük Alışveriş

Merkezlerinde Çalışanları Etkileyen Stres Kaynakları Üzerine Bir Araştırma: Edirne İli Örneği” çalışmasında uyguladığı ölçekten faydalanılmıştır.

Araştırmada kullanılan anket cevapları “SPSS 20.0” istatistik programı kullanılarak analiz edilmiş ve yorumlanmıştır. Araştırma örnekleminin özellikleri betimlemek için tanımlayıcı istatistiksel analiz yöntemleri kullanılmıştır. Stres faktörlerini saptamak amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Gruplar arasındaki farklılıkları test etmek için bağımsız gruplarda t testi ve ANOVA testi uygulanmıştır. Çalışmada 392 katılımcının anket sorularına verdikleri yanıtların frekans tabloları yorumlanmıştır. Ardından faktör analizi, güvenilirlik testi, çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Test sonuçları neticesinde %5(p<0,05) anlamlılık düzeyine uygun olanlar değerlendirmeye alınmıştır. Yapılan güvenilirlik analizi sonucunda $\alpha=0,82$ olarak hesaplanmıştır. Bu hesaplanan Cronbach’s Alpha değerlerine göre; likert ölçeğinde alınan anket sonuçlarının yüksek derecede güvenilir olduğu söylenebilir(Alpar, 2011: 815; Kalaycı, 2010: 403-405).

Araştırma şekil-1’de yer alan model çerçevesinde ele alınmıştır.

Şekil 1: Araştırma Modeli



2.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmada sınırlandırılmış evren kullanılmıştır. Araştırma evrenini Kırklareli İlindeki işletmelerde çalışanlar oluşturmaktadır. Çalışma için uygun bir örneklem çevresi oluşturularak “Kolayda Örneklem Yöntemi” kullanılmıştır. Örneklem hacminin belirlenebilmesi için; $n=(z^2 \sigma^2)/d^2$ formülü yardımıyla, 0,05 anlamlılık düzeyinde $z=1,96$; $d=0,05$; p ve $q=0,5$ alındığında örneklem büyüklüğü 384 birim olarak hesaplanmıştır. Toplam 450 anket formu dağıtılmış olup, hatalı ya da eksik doldurulan anketler araştırma dışı bırakılarak kalan 392 adet anket formu değerlendirmeye alınmıştır. Anketlerin geri dönüş oranı $(392/450= 0,871)$ %87 olarak hesaplanmıştır. Bu durumda araştırmanın örneklemi 392 kişiden meydana gelmiştir.

2.4. Araştırma Verilerinin Yorumlanması

Ankete katılan toplam 392 katılımcıdan alınan yanıtlar tablolar halinde aşağıda sunulmuştur.

Tablo 1: Anket Katılımcılarının Demografik Özelliklerinin Dağılımı

Cinsiyet	Frekanslar	Yüzdeler(%)	Medeni Durumu	Frekanslar	Yüzdeler(%)
Kadın	184	46,9	Evli	215	54,8
Erkek	208	53,1	Bekâr	177	45,2
Toplam	392	100,0	Toplam	451	100,0
Kıdem (yıl)	Frekanslar	Yüzdeler(%)	Eğitim Durumu	Frekanslar	Yüzdeler(%)
1 yıla kadar	147	37,5	İlk/ Ortaokul	40	10,2
1-5	131	33,4	Ortaokul	49	12,5
6-10	55	14,0	Önlisans	169	43,1
11-15	19	4,8	Lisans	115	29,3
16-25	29	7,4	Lisans Üstü	19	4,8
26-35	7	1,8	Toplam	392	100,0
36-45	4	1,0	Gelir(TL)	Frekanslar	Yüzdeler(%)
Toplam	392	100,0	1300-1700	90	23,0
Yaş	Frekanslar	Yüzdeler(%)	1701-1850	26	6,6
20-30	71	18,1	1851-2500	47	12,0
31-40	148	37,8	2501-3500	130	33,2
41-50	102	26,0	3501-4500	70	17,9
51-60	47	12,0	4501-6000	29	7,4
61-70	24	6,1	Toplam	392	100,0
Toplam	392	100,0			
Çocuk Sayısı	Frekanslar	Yüzdeler(%)	İş Sektörü	Frekanslar	Yüzdeler(%)
Yok	176	44,9	Hizmet	82	20,9
1	61	15,6	Gıda	78	19,9
2	84	21,4	Tarım	83	21,2
3	41	10,5	Sağlık	77	19,6
4 ve üzeri	30	7,7	Finans	72	18,4
Toplam	392	100,0	Toplam	392	100,0
Alkol Kullanımı	Frekanslar	Yüzdeler(%)	Sigara Kullanımı	Frekanslar	Yüzdeler(%)
Evet	134	34,2	Evet	237	60,5
Hayır	258	65,8	Hayır	155	39,5
Toplam	392	100,0	Toplam	392	100,0

Yapılan araştırma bilgilerinin düzenlendiği Tablo-1’de katılımcıların demografik özelliklerine yer verilmiştir. Araştırmaya katılanların %46,9’u kadın ve %53,1’i erkektir. Katılımcıların yaş dağılımına bakıldığında yoğunluğun 31-50 yaş arasında olduğu görülmekte iken %18,1’i 20-30 yaş arasında, %12,0’ı 51-60 yaş arasında, %6,1’i ise 61-70 yaş aralığındadır. Ayrıca katılımcıların %54,8’i evli, %45,2’ si bekârdır ve çoğu çocuk sahibi değildir. Katılımcıların eğitim durumlarına bakıldığında ise en yoğun oran %43,1 önlisans mezunu olanlara ait iken düşük oran ise %4,8 ile lisans mezuniyetine sahip katılımcılara aittir. Gelir seviyesi 2501-3500 tl aralığında olan katılımcılarda bir yoğunlaşma görülmektedir. Anket katılımcıları arasında iş

sektörüne bakıldığında birbirine yakın oranlar karşımıza çıkmaktadır. Söz konusu sektörler arasındaki orantısal dağılım araştırma sonuçlarının ve araştırma örnekleminin kapsayıcılığı açısından pozitif bir durum oluşturmaktadır. Katılımcıların %65,8'i alkol kullanmadığını beyan ederken, %39,5'i ise sigara kullanmadığını beyan etmiştir.

Anket formunun ikinci bölümünü oluşturan işe bağlı stres kaynakları ile ilgili görüşler, faktörler ve faktör yüklerine ilişkin bilgiler Tablo 2'de yer almaktadır. İşe bağlı stres kaynaklarını belirleyen bu bölümde toplam 37 adet soru bulunmaktadır. Araştırmada kullanılan ölçeğe ilişkin 6 faktör isimlendirilmiş ve her bir faktör kendi altında yoğunlaşan değişkenlerle ilişkilendirilmiştir. 1. Faktör; organizasyon yapısı ve atmosferi, 2. Faktör; bireysel özellikler, 3. Faktör; organizasyonda oynanan rol, 4. Faktör; iş hayatı dışındaki stres kaynakları, 5. Faktör; işteki ilişkiler ve 6. Faktör ise mesleki ilerleme olarak isimlendirilmiştir.

Tablo 2: İş Hayatında Strese İlişkin Görüşler(%), Faktörler ve Faktör Yükleri

Faktörler	Ölçeğe İlişkin Görüşler	Faktör Yüğü	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum	Ortalama	Standart Sapma
1.Faktör (Organizasyonun Yapısı ve Atmosferi)	İş yerime uyum sağladığımı düşünüyorum.	0,75	4,3	23,0	7,1	42,3	23,2	3,57	1,20
	İş yerimde, arkadaşlarımdan moral açıdan destek görüyorum.	0,75	6,9	23,7	10,2	38,3	20,9	3,43	1,25
	İş yerimde dengeli ve huzurlu iş ilişkilerine sahibim.	0,74	5,6	21,4	14,0	43,1	15,8	3,42	1,15
	İş ortamımızın atmosferinin pozitif olduğu kanaatindeyim.	0,73	7,1	20,4	17,6	36,7	14,5	3,48	1,25
	İş arkadaşlarımızla ilişkilerimiz kuvvetlidir.	0,73	6,4	23,7	9,7	33,4	26,8	3,51	1,28
	İşlerimi zamanında yetiştirebildiğimi düşünüyorum.	0,72	7,7	21,4	8,4	36,5	26,0	3,52	1,29
	İş yerimde fikirlerime değer veriliyor.	0,67	5,4	19,6	18,9	36,2	19,9	3,46	1,17
	İş ortamımı benimsedim, buraya ait olduğum inancındayım.	0,63	8,4	13,8	14,0	38,3	25,5	3,59	1,24
	İş yerime ulaşımı hızlı, rahat ve ucuz buluyorum.	0,61	12,8	21,9	3,6	33,4	28,3	3,43	1,42
	Yöneticilerimiz işle ilgili beklentilerimizi karşılıyor.	0,61	7,1	24,0	17,6	36,7	14,5	3,28	1,18
	İş yerimi fiziksel olarak ferah ve konforlu buluyorum.	0,60	9,4	20,7	11,7	44,9	13,3	3,32	1,21
	Hayatı neşeli, ilgi çekici ve canlı buluyorum.	0,58	9,4	21,4	17,3	30,1	21,7	3,33	1,29
	Çalışırken, neşeliyim, hoşça vakit geçiriyorum, eğleniyorum.	0,58	4,3	15,8	19,6	36,0	24,2	3,60	1,14
	İş ortamımız çalışanların ihtiyaçları düşünülerek tasarlanmış.	0,54	10,2	21,9	15,8	33,7	18,4	3,28	1,27
İş hayatını anlamlı buluyorum.	0,48	7,1	20,7	15,6	45,4	11,2	3,33	1,14	
2.Faktör (Bireysel Özellikler)	Çok rahat, hiçbir şeyi dert etmeyen bir kişiyim.	0,66	28,8	29,1	8,2	20,2	13,8	2,61	1,43
	Kendimle ilgili olmayan sorunlar üzerinde kafa yormuyorum.	0,56	14,0	25,5	14,3	33,2	13,0	3,06	1,29
	İsteklerimin gerçekleşme ihtimali beni üzüyor.	0,54	23,2	26,5	8,2	28,1	14,0	2,83	1,42
	Parasal sorunumun olmadığını düşünüyorum.	0,54	19,6	21,4	15,1	25,3	18,6	3,02	1,42

**İşletme Çalışanlarının Stres Kaynaklarının İncelenmesi Üzerine Bir Alan Araştırması:
Kırklareli İli Örneği**

	Ülkede yaşanan sorunlar üzerinde düşünmüyorum.	0,54	26,0	30,1	9,4	20,7	13,8	2,66	1,41
3.Faktör (Organizasyonda Oynanan Rol)	Yöneticilerimiz kişisel isteklerimizi karşılıyor.	0,31	11,5	20,4	19,4	37,2	11,5	3,17	1,21
	İzin günlerimi dinlenmem için yeterli buluyorum.	0,67	15,8	32,4	14,0	29,6	8,2	2,82	1,25
	Günlük çalışma süremden memnunum.	0,61	11,7	25,0	17,6	29,6	16,1	3,13	1,28
	Cumartesi ve Pazar günleri çalışmak benim için sorun olmuyor.	0,56	19,9	29,1	11,0	27,8	12,2	2,83	1,35
	Yaptığım işe göre aldığım ücreti yeterli buluyorum.	0,54	6,9	21,2	28,3	29,3	14,3	2,93	1,23
	İş yerimde terfi imkânımın var olduğuna inanıyorum.	0,35	15,1	18,4	20,7	27,0	18,9	3,16	1,34
4.Faktör (İş Hayatının Dışındaki Stres Kaynakları)	Kalabalık bir ortamda çalışmaktan rahatsızlık duymuyorum.	0,61	6,9	27,0	13,3	43,4	9,4	3,21	1,15
	İş ortamımızdaki gürültüden olumsuz etkilenmiyorum.	0,61	11,2	27,3	8,7	45,4	7,4	3,10	1,21
	Çalışma süresince ayakta durmaktan olumsuz etkilenmiyorum.	0,55	12,5	30,9	16,8	32,4	7,4	2,91	1,19
	İş yerimde strese girmemi gerektirecek bir durum yok.	0,49	14,3	19,6	21,7	31,9	12,5	3,09	1,26
	Uzun süredir aynı işi yapmak beni strese sokmuyor.	0,34	11,5	18,9	17,1	40,8	11,7	3,22	1,22
5.Faktör (İşteki İlişkiler)	Stresli ve gerilimli ortamlarda sakinliğimi koruyorum.	0,64	9,9	23,5	23,0	31,6	12,0	3,12	1,19
	İş yerimdeki görevim bellidir, bu görev dışına çıkmaz.	0,46	20,4	24,0	11,2	28,8	15,6	2,95	1,40
	Yöneticiler tarafından eleştirilmek beni strese sokmuyor.	0,34	8,9	24,0	18,1	32,7	16,3	3,23	1,24
6.Faktör (Mesleki İlerleme)	Yaptığım işlerde kusursuzluk aramıyorum.	0,65	14,5	25,3	23,2	26,5	10,5	3,36	1,23
	Genel olarak çevremdekilerle rekabete girmeyi sevmiyorum.	0,58	14,0	25,3	16,1	34,9	9,7	3,01	1,25
	Ulaşamayacağım hedeflerin peşinde koşmayan bir kişiyim.	0,45	21,4	24,7	9,2	31,4	13,3	2,90	1,39

Tablo 2’de faktör analizi sonuçları, faktör yükleri ve katılımcıların görüşlerine yer verilmiştir.

Tablo 3: Alt Boyutlara Ait Betimleyici İstatistikler

Alt Boyutlar	Σ	En Düşük	En Yüksek	\bar{X}	S.S.	Çarpıklık	Basıklık
F1	392	1,40	5,00	3,43	0,82	-0,47	-0,84
F2	392	1,00	5,00	2,84	0,89	0,14	-0,87
F3	392	1,00	4,67	3,01	0,73	0,07	-0,39
F4	392	1,00	5,00	3,11	0,72	-0,23	-0,13
F5	392	1,00	5,00	3,10	0,84	0,04	-0,47
F6	392	1,00	5,00	3,09	0,86	-0,20	-0,59

Araştırma ölçeğinin alt boyutlarına ilişkin istatistik sonuçları dikkate alındığında çarpıklık ve basıklık katsayısının normal dağılım için gereken sınırlar içerisinde olduğu tespit edilmiştir(Cameron, 2004: 543). Normal dağılım gösteren araştırma verileri için parametrik hipotez testleri kullanılabilir(Kalaycı, 2010: 85). Araştırmadaki alt boyutlara ilişkin hipotezlerin test edilmesinde parametrik testler olan bağımsız gruplarda t testi ve One-Way ANOVA kullanılmıştır.

Tablo 4: Katılımcıların Stres Kaynaklarına Ait Boyutlardaki Farklılıklarının Bağımsız gruplarda t testi Sonuçları

		Cinsiyet	Σ	\bar{X}	S.S.	S.H.	t	p
Cinsiyet	F2	Bayan	184	2,98	0,87	0,06	3,06	0,00*
		Bay	208	2,71	0,88	0,06		
	F4	Bayan	184	3,22	0,74	0,05	2,93	0,00*
		Bay	208	3,01	0,69	0,05		
	F5	Bayan	184	3,22	0,86	0,06	2,72	0,01*
		Bay	208	3,00	0,81	0,06		
Medeni Durum		Medeni Durum	Σ	\bar{X}	S.S.	S.H.	t	p
	F1	Evli	215	3,57	0,81	0,06	3,58	0,00*
		Bekâr	177	3,27	0,82	0,06		

Katılımcıların cinsiyete göre stres kaynaklarına ait boyutlardaki farklılıkların bağımsız gruplardaki t testi sonuçlarına göre bayan katılımcılar F2 faktöründe “kararsızım” görüşüne daha yakın iken; F4, F5 faktörlerinde ise bay katılımcılar “kararsızım” görüşüne daha fazla katılım göstermiştir. Katılımcıların medeni durumlarına göre stres kaynaklarına ait boyutlardaki farklılıkların bağımsız gruplardaki t testi sonuçlarına göre ise istatistikî anlamda farklılaşmanın tespit edildiği F1 faktöründe evli katılımcıların bekâr katılımcılardan daha fazla “katılıyorum” görüşüne yakın olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcıların sigara kullanımlarına göre stres kaynaklarına ait boyutlardaki farklılıkların bağımsız gruplardaki t testi sonuçlarına göre istatistikî anlamda herhangi bir farklılaşma bulunmamıştır. Katılımcıların alkol kullanımlarına göre stres kaynaklarına ait boyutlardaki farklılıkların bağımsız gruplardaki t testi sonuçlarına göre ise F2, F3,F4 gruplarında ($p < 0,05$) istatistikî olarak anlamlı farklılıklar mevcuttur.

Tablo 5: Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Farklılıklarının ANOVA Testi

Çocuk Sayısına Göre Farklılıklara İlişkin ANOVA Testi					
	Toplam Kareler	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kareler	F	p
F4	6,09	4,00	1,52	2,99	0,02*
F5	12,89	4,00	3,22	4,74	0,00*
Katılımcıların Kıdem Yıllarına Göre Farklılıklara İlişkin ANOVA Testi					
F1	20,29	6,00	3,38	5,32	0,00*
F4	10,03	6,00	1,67	3,33	0,00*
F5	12,57	6,00	2,10	3,07	0,01*
Katılımcıların Yaşlarına Göre Farklılıklara İlişkin ANOVA Testi					
F1	78,21	4,00	19,55	40,56	0,00*
F2	38,27	4,00	9,57	13,81	0,00*
F3	6,78	4,00	1,70	3,26	0,01*
Katılımcıların Gelirlerine Göre Farklılıklara İlişkin ANOVA Testi					
F1	103,86	5,00	20,77	49,83	0,00*
F2	56,38	5,00	11,28	17,40	0,00*
F3	13,41	5,00	2,68	5,31	0,00*
Katılımcıların Sektörlerine Göre Farklılıklara İlişkin ANOVA Testi					

F1	20,36	4,00	5,09	8,06	0,00*
F2	31,94	4,00	7,99	11,26	0,00*
F3	14,42	4,00	3,60	7,19	0,00*
F4	8,96	4,00	2,24	4,46	0,00*
F5	8,43	4,00	2,11	3,05	0,02*
F6	9,41	4,00	2,35	3,25	0,01*

* (p < 0,05) istatistiki olarak anlamlı farklılıklar mevcuttur.

Tablo 5’de anket katılımcılarının demografik özelliklerine göre farklılıklarının ANOVA testi sonuçları yer almaktadır. Tabloya göre anket katılımcıları arasında çocuk sayısı bakımından F4, F5 faktör gruplarında anlamlı farklılıklar (p<0,05) bulunabilmiştir. Katılımcıların kıdem yıllarına bakıldığında ise F1,F4,F5 faktör gruplarında anlamlı farklılıklar (p<0,05) bulunabilmiştir. Katılımcıların yaşlarına ve gelir durumlarına göre ise F1,F2,F3 faktör gruplarında anlamlı farklılıklar (p<0,05) bulunabilmiştir. Faktör grupları arasında en yoğun anlamlı farklılık ise katılımcıların sektörlerinde gerçekleşmiştir. Buna göre iş hayatına ilişkin stres kaynaklarının bütün boyutlarında katılımcıların faaliyet gösterdikleri sektörler bakımından anlamlı farklılıklar (p< 0,05) mevcuttur.

Bu istatistikî farklılıklardan dolayı araştırmada anket katılımcılarının çocuk sayılarında, kıdem yıllarında, yaşlarında, gelirlerinde ve çalıştıkları sektörlerle göre ölçeklere verdikleri yanıtların farklılıklarına ilişkin Tukey HSD Testi Çoklu Karşılaştırma analizlerine yer verilmiştir. Analizlerde elde edilen tablolar çalışmanın eklerinde yer almaktadır.

Anket katılımcılarının çocuk sayılarına göre ölçeklere verdikleri yanıtların farklılıklarına ilişkin Tukey HSD Testi Çoklu Karşılaştırma Analiz sonuçlarına göre (Ek-1), tek çocuk sahibi anket katılımcıları ile 4 ve üzeri çocuk sahibi olan anket katılımcıları arasında F4 faktöründe; 4 ve üzeri çocuk sahibi olan katılımcılar lehine istatistikî olarak (p=0,01) stres düzeyinin daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. İki çocuk sahibi katılımcılar ile 4 ve üzeri çocuk sahibi katılımcılar arasında F4 boyutunda (p=0,02) ve F5 boyutunda (p=0,00) , 4 ve üzeri çocuk sahibi katılımcılar lehine istatistikî olarak stres düzeyinin daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Son olarak 3 çocuk sahibi katılımcılar ile 4 ve üzeri çocuk sahibi katılımcılar arasında F5 boyutunda, 4 ve üzeri çocuk sahibi katılımcılar lehine (p=0,02) istatistikî olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Anket katılımcılarının kıdem yıllarına göre ölçeklere verdikleri yanıtların farklılıklarına ilişkin Tukey HSD Testi Çoklu Karşılaştırma Analiz sonuçları (Ek-2) incelendiğinde, Kıdem süresi 1 yıla kadar olan katılımcılar ile 1-5yıl(p=0,00), 6-10 yıl(p=0,00), 16-25 yıl (p=0,02)ve 26-35(p=0,02) yıl arasında olan katılımcılar arasında F1 grubunda kıdem süresi 1 yıla kadar olan katılımcılar aleyhine farklılaşma bulunmuştur. Aynı şekilde kıdem süresi 1-5 yıl arasında olan katılımcılar ile 36-45 yıl arasında olan katılımcılar arasında kıdem süresi 1-5 yıl(p=0,02) arasında olan katılımcılar lehine; kıdem süresi 6-10 yıl arasında olanlar ile 36-45 yıl arasında olan katılımcılar arasında kıdem süresi 6-10 yıl (p=0,03) arasında olan katılımcılar lehine, kıdem süresi 26-35 yıl arasında olanlar ile 36-45 yıl arasında olan katılımcılar arasında kıdem süresi 26-35 yıl(p=0,01) arasında olanlar lehine F4 grubunda farklılaşma tespit edilmiştir. F5 grubuna dair ise yalnızca kıdem süresi 1 yıla kadar olanlar ile 6-10 yıl arasında olan katılımcılar

arasında kıdem süresi 1 yıla kadar ($p=0,01$) olan katılımcılar lehine farklılaşma bilgisine ulaşılmıştır.

Anket katılımcılarının yaşlarına göre ölçeklere verdikleri yanıtların farklılıklarına ilişkin Tukey HSD Testi Çoklu Karşılaştırma Analiz sonuçları (Ek-3) incelendiğinde, 20-30 yaş arası katılımcılar ile 31-40, 41-50, 51-60, 61-70 yaş arasındaki katılımcılar arasında F1 grubunda 20-30 yaş ($p=0,00$) arasındaki katılımcılar aleyhine; F2 grubunda ise lehine farklılaşma bulunmuştur. 20-30 yaş ile diğer yaş aralıkları arasında farklılaşma sıklıkla görülürken, yaş arttıkça anlamlı farklılaşmanın daha sınırlı kaldığını söylemek mümkündür.

Anket katılımcılarının gelir durumlarına göre ölçeklere verdikleri yanıtların farklılıklarına ilişkin Tukey HSD Testi Çoklu Karşılaştırma Analiz sonuçları (Ek -4) incelendiğinde, en yoğun farklılaşma F1 grubunda 1300-1700tl gelire sahip katılımcılar ile 1701-1850tl, 1851-2500tl, 2501-3500tl, 3501-4500tl, 4501-6000tl arasında ve 1300-1700tl ($p=0,00$) gelire sahip katılımcılar aleyhine gerçekleşirken; F2 grubunda lehine ($p=0,00$) bir farklılaşma gerçekleşmiştir. 2501tl ve üzeri gelir durumuna sahip anket katılımcılar arasında ise F1, F2 ve F3 gruplarında anlamlı bir farklılaşmaya ulaşılmamıştır. Anket katılımcılarının gelir durumlarına göre ölçeklere verdikleri yanıtların farklılıklarına ilişkin Tukey HSD Testi Çoklu Karşılaştırma Analiz sonuçlarına (Ek 4) bakıldığında ise; katılımcıların çalıştıkları sektörlerin tamamında (hizmet, gıda, tarım, sağlık) işe bağlı stres kaynakları boyutlarının tamamı (F1, F2, F3, F4, F5, F6) arasında farklılaşma mevcuttur. Son olarak Organizasyon yapısı ve atmosferi boyutu ile eğitim durumuna göre farklılaşmanın incelendiği Tukey HSD testi sonucuna göre (Ek-5) eğitim seviyesi arttıkça F1 faktörüne katılım düzeyinin düştüğü görülmektedir. Ancak sadece lisansüstü eğitime sahip kişilerde katılım düzeyinin yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 6: Pearson Korelasyon Tablosu

	F1	F2	F3	F4	F5	F6
F1	1,00	-0,28**	0,26**	0,27**	0,12*	0,07
F2	-0,28**	1,00	0,24**	0,13**	0,18**	0,10*
F3	0,26**	0,24**	1,00	0,33**	0,27**	0,06
F4	0,27**	0,13**	0,33**	1,00	0,32**	0,18**
F5	0,12*	0,18**	0,27**	0,32**	1,00	0,14**
F6	0,07	0,10*	0,06	0,18**	0,14**	1,00

** 0.01 düzeyinde anlamlı korelasyon.
* 0.05 düzeyinde anlamlı korelasyon.

Alt boyutlarının kendi aralarındaki etkileşimi çoklu regresyon analizi yoluyla ortaya konmaya çalışılarak toplam 6 modelde 30 hipotez geliştirilmiştir. Çoklu regresyonda çoklu doğrusal bağlantı problemiyle karşılaşılabilir (Kalaycı, 2010: 224-225, 331). Araştırmada faktör analizi gerçekleştirildiği ve kurulan modellerde VIF (Variance Inflation Factors) katsayılarının ($VIF < 10$) kabul edilebilir değerler arasında olduğu tespit edildiğinden dolayı analizlerde çoklu doğrusal bağlantı problemi olmadığı söylenebilir. Çoklu belirlilik katsayısı R^2 ; 0 ile 1 arasında değer alır. Eğer bütün birim değerler doğrusal regresyon doğrusu üzerinde ise $R^2=1$ olur. Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında hiç doğrusal ilişki yoksa $R^2=0$ 'dır. Ancak R 'nin 0 (sıfır) çıkması bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında ilişki olmadığını göstermez sadece değişkenler arasında doğrusal bir ilişki olmadığını gösterir.

MODEL A: F1= f (F2,F3,F4,F5,F6) Hipotez A1: F2'nin F1 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır. Hipotez A2: F3'ün F1 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır. Hipotez A3: F4'ün F1 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır. Hipotez A4: F5'in F1 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır. Hipotez A5: F6'nın F1 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.
--

Tablo 7: Stres Kaynaklarının F1 Üzerindeki Etkisine İlişkin ANOVA Tablosu

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	Df	MeanSquare	F	p.
Regression	65,002	5	13,000	25,120	0,000 ^b
Residual	199,762	386	0,518		
Total	264,764	391			

R=0,495; R²=0,246 Düzeltilmiş R²=0,236; S.H.= 0,71939
a. Dependent Variable: F1
b. Predictors: (Constant), F2, F3, F4, F5, F6

Tablo 7'de ANOVA tablosunda F değeri 25,120 bulunmuştur ve p değeri ise 0,000 yani $p < 0,05$ olduğundan model istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama oranı $R^2=0,246$ olarak hesaplanmıştır.

Tablo 8: F1'in F2, F3, F4, F5 ve F6 Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Testi Sonuçları

Coefficients ^a								
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	p.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta				Tolerance	VIF
(Constant)	2,542	0,235			10,827	0,000		
F2 (Boyutu)	-0,362	0,043		-0,389	-8,455	0,000	0,923	1,083
F3 (Boyutu)	0,309	0,055		0,274	5,646	0,000	0,830	1,205
F4 (Boyutu)	0,239	0,056		0,210	4,285	0,000	0,817	1,224
F5 (Boyutu)	0,035	0,047		0,036	0,745	0,457	0,850	1,177
F6 (Boyutu)	0,044	0,043		0,046	1,020	0,308	0,954	1,048

a. Dependent Variable: F1

Tablo 8'e bakıldığında F2, F3 ve F4 için $p < 0,05$ olduğu görülmektedir. Ancak F5 ve F6 için $p > 0,05$ olduğundan bu değişkenler modele anlamlı bir katkı sağlamadığından, F5 ve F6 modelden çıkartılarak analiz tekrar yapılmıştır.

Tablo 9: F2, F3, F4 Boyutlarının F1 Üzerindeki Etkisine İlişkin ANOVA Tablosu

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	Df	MeanSquare	F	p.
Regression	64,104	3	21,368	41,318	0,000 ^b
Residual	200,659	388	0,517		
Total	264,764	391			

R=0,492; R²=0,242; Düzeltilmiş R²=0,236; S.H.= 0,71914
a. Dependent Variable: F1
b. Predictors: (Constant), F2, F3, F4

Tablo 9'da ANOVA tablosunda F değeri 41,318 bulunmuş ve p değeri ise 0,000 yani $p < 0,05$ olduğundan model istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama oranı $R^2=0,242$ olarak hesaplanmıştır. Bu durum, F2, F3, F4 boyutlarının F1'i %24,2 oranında açıklamaktadır.

Tablo 10: F2, F3, F4'ün F1 Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Testi Sonuçları

Coefficients ^a							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	p.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
(Constant)	2,689	0,206		13,030	0,00		
F2 (Boyutu)	-0,355	0,042	-0,382	-8,366	0,00	0,938	1,066
F3 (Boyutu)	0,315	0,054	0,279	5,836	0,00	0,853	1,172
F4 (Boyutu)	0,259	0,053	0,227	4,844	0,00	0,890	1,123

a. Dependent Variable: F1

Tablo 10'a bakıldığında bağımsız değişkenlerin her birinde $p < 0,05$ olduğu görülmektedir. Bu nedenle hipotez A1, hipotez A2, hipotez A3 desteklenmiş ancak hipotez A4 ve hipotez A5 ise ret edilmiştir. Tablo 11'deki beta katsayılarına bakıldığında; stres kaynaklarındaki F2'nin F1 üzerinde en önemli faktör olarak negatif yönlü ($\beta = -0,355$) etki ettiği görülmektedir. Ayrıca F3 boyutunda ($\beta = 0,315$) ve F4 boyutunda ($\beta = 0,259$) pozitif yönlü etki görülmektedir. Bu durum stres kaynaklarıyla ilgili F2'nin F1'i azaltıcı bir etki oluşturduğu ifade edilebilir. Ayrıca F3 ve F4 boyutundaki artışın ise F1'i artıran bir etken olduğunu göstermektedir.

MODEL B:
F2= f (F1,F3,F4,F5,F6)
 Hipotez B1: F1'in F2 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.
 Hipotez B2: F3'ün F2 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.
 Hipotez B3: F4'ün F2 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.
 Hipotez B4: F5'ün F2 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.
 Hipotez B5: F6'nın F2 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

Tablo 11: Stres Kaynaklarının F2 Üzerindeki Etkisine İlişkin ANOVA Tablosu

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	p.
Regression	67,684	5	13,537	21,878	0,000 ^b
Residual	238,830	386	0,619		
Total	306,514	391			

R=0,470; R²=0,221; Düzeltilmiş R²=0,211; S.H.= 0,78659
 a. Dependent Variable: F2
 b. Predictors: (Constant), F1, F3, F4, F5, F6

Tablo 11'de ANOVA tablosunda F değeri 21,878 bulunmuştur ve p değeri ise 0,000 yani olduğundan model istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama oranı R²=0,221 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 12: F1, F3, F4, F5, F6'nın F2 Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Testi Sonuçları

Coefficients ^a							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	p.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
(Constant)	2,333	0,268		8,705	0,000		
F1	-0,432	0,051	-0,402	-8,455	0,000	0,894	1,118
F3	0,341	0,060	0,281	5,699	0,000	0,831	1,203
F4	0,125	0,062	0,102	2,007	0,045	0,788	1,269
F5	0,107	0,051	0,101	2,090	0,037	0,858	1,165
F6	0,079	0,047	0,076	1,664	0,097	0,958	1,044

a. Dependent Variable: F2

Tablo 12'ye bakıldığında F1, F3, F4 ve F5 için $p < 0,05$ olduğu görülmektedir. Ancak F6 için $p > 0,05$ olduğundan bu değişken modele anlamlı bir katkı sağlamadığından, F6 modelden çıkartılarak analiz tekrar yapılmıştır.

Tablo 13: F1, F3, F4, F5'in F2 Üzerindeki Etkisine İlişkin ANOVA Tablosu

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	Df	MeanSquare	F	p.
Regression	65,971	4	16,493	26,534	0,000 ^b
Residual	240,544	387	0,622		
Total	306,514	391			

R=0,464; R²=0,215; Düzeltilmiş R²=0,207; S.H.= 0,78839
a. Dependent Variable: F2
b. Predictors: (Constant), F1, F3, F4, F5

Tablo 13'de ANOVA tablosunda F değeri 26,534 bulunmuştur ve p değeri ise 0,000 yani olduğundan model istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama oranı R²=0,215 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 14: F1, F3, F4, F5'in F2 Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Testi Sonuçları

Coefficients ^a								
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	p.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta				Tolerance	VIF
(Constant)	2,506	0,247			10,127	0,000		
F1	-0,431	0,051		-0,400	-8,404	0,000	0,895	1,118
F3	0,339	0,060		0,279	5,659	0,000	0,831	1,203
F4	0,139	0,062		0,113	2,255	0,025	0,803	1,245
F5	0,115	0,051		0,109	2,243	0,025	0,865	1,156

a. Dependent Variable: F2

Tablo 14'e bakıldığında bağımsız değişkenlerin her birinde $p < 0,05$ olduğu görülmektedir. Bu nedenle hipotez B1, hipotez B2, hipotez B3 ve hipotez B4 desteklenmiş ancak hipotez B5 ise ret edilmiştir. Tablo 15'deki beta katsayılarına bakıldığında; stres kaynaklarındaki F1'nin F2 üzerinde en önemli faktör olarak negatif yönlü ($\beta = -0,431$) etki ettiği görülmektedir. Ayrıca F3 boyutunda ($\beta = 0,339$), F4 boyutunda ($\beta = 0,139$) ve F5 boyutunda ($\beta = 0,115$) pozitif yönlü etkisi görülmektedir. Bu durum stres kaynaklarıyla ilgili F1'nin F2'yi azaltıcı bir etki oluşturduğu ifade edilebilir. Ayrıca F3, F4 ve F5 boyutundaki artışın ise F2'yi artıran bir etken olduğunu göstermektedir.

MODEL C:

F3= f (F1,F2,F4,F5,F6)

- Hipotez C1: F1'in F3 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.
Hipotez C2: F2'nin F3 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.
Hipotez C3: F4'ün F3 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.
Hipotez C4: F5'in F3 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.
Hipotez C5: F6'nın F3 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

Tablo 15: Stres Kaynaklarının F3 Üzerindeki Etkisine İlişkin ANOVA Tablosu

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	Df	MeanSquare	F	p.
Regression	48,600	5	9,720	23,497	0,000 ^b
Residual	159,680	386	0,414		
Total	208,280	391			

R=0,483; R²=0,233 Düzeltilmiş R²=0,223; S.H.= 0,64318
a. Dependent Variable: F3
b. Predictors: (Constant), F1, F2, F4, F5, F6

Tablo 15’de ANOVA tablosunda F değeri 23,497 bulunmuştur ve p değeri ise 0,000 yani olduğundan model istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama oranı R²=0,233 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 16: F1, F2, F4, F5, F6’nın F3 Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Testi Sonuçları

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	p.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error				Beta	Tolerance
	(Constant)	0,672	0,237		2,833	0,005	
F1	0,247	0,044	0,278	5,646	0,000	0,817	1,224
F2	0,228	0,040	0,276	5,699	0,000	0,845	1,184
F4	0,179	0,050	0,177	3,569	0,000	0,805	1,242
F5	0,122	0,042	0,140	2,924	0,004	0,867	1,153
F6	-0,030	0,039	-0,035	-0,777	0,437	0,953	1,050

a. Dependent Variable: F3

Tablo 16’ya bakıldığında F1, F2, F4 ve F5 için p<0,05 olduğu görülmektedir. Ancak F6 için p>0,05 olduğundan bu değişken modele anlamlı bir katkı sağlamadığından, F6 modelden çıkartılarak analiz tekrar yapılmıştır.

Tablo 17: F1, F2, F4, F5’in F3 Üzerindeki Etkisine İlişkin ANOVA Tablosu

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	Df	MeanSquare	F	p.
Regression	48,350	4	12,088	29,250	0,000 ^b
Residual	159,930	387	0,413		
Total	208,280	391			

R=0,482; R²=0,232; Düzeltilmiş R²=0,224; S.H.= 0,64285
a. Dependent Variable: F3
b. Predictors: (Constant), F1, F2, F4, F5

Tablo 17’de ANOVA tablosunda F değeri 29,250 bulunmuştur ve p değeri ise 0,000 olduğundan model istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama oranı R²=0,232 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 18: F1, F2, F4, F5'in F3 Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Testi Sonuçları

Coefficients ^a								
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	p.	Collinearity Statistics		
	B	Std. Error				Beta	Tolerance	VIF
(Constant)	0,613	0,225		2,729	0,007			
F1	0,245	0,044	0,277	5,620	0,000	0,818	1,222	
F2	0,225	0,040	0,273	5,659	0,000	0,850	1,177	
F4	0,175	0,050	0,172	3,502	0,001	0,818	1,223	
F5	0,119	0,041	0,137	2,875	0,004	0,872	1,147	

a. Dependent Variable: F3

Tablo 18'e bakıldığında bağımsız değişkenlerin her birinde $p < 0,05$ olduğu görülmektedir. Bu nedenle hipotez C1, hipotez C2, hipotez C3 ve hipotez C4 desteklenmiş ancak hipotez C5 ise ret edilmiştir. Tablo 19'daki beta katsayılarına bakıldığında; stres kaynaklarındaki F1'nin F3 üzerinde en önemli faktör olarak pozitif yönlü ($\beta=0,245$) etki ettiği görülmektedir. Ayrıca F2 boyutunda ($\beta=0,225$), F4 boyutunda ($\beta=0,175$) ve F5 boyutunda ($\beta=0,119$) pozitif yönlü etkisi görülmektedir. Bu durum stres kaynaklarıyla ilgili F1,F2,F4 ve F5'in F3'üartıran bir etken olduğunu göstermektedir.

MODEL D:

F4= f (F1,F2,F3,F5,F6)

Hipotez D1: F1'in F4 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

Hipotez D2: F2'nin F4 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

Hipotez D3: F3'ün F4 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

Hipotez D4: F5'in F4 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

Hipotez D5: F6'nın F4 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

Tablo 19: Stres Kaynaklarının F4 Üzerindeki Etkisine İlişkin ANOVA Tablosu

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	p.
Regression	44,829	5	8,966	21,823	0,000 ^b
Residual	158,582	386	0,411		
Total	203,411	391			

R=0,469; R²=0,220; Düzeltilmiş R²=0,210; S.H.= 0,64096
a. Dependent Variable: F4
b. Predictors: (Constant), F1, F2, F3, F5, F6

Tablo 19'da ANOVA tablosunda F değeri 21,823 bulunmuştur ve p değeri ise 0,000 yani olduğundan model istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama oranı R²=0,220 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 20: F1, F2, F3, F5, F6'nın F4 Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Testi Sonuçları

Coefficients ^a							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	p.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error				Beta	Tolerance
(Constant)	0,816	0,235		3,467	0,001		
F1	0,190	0,044	0,217	4,285	0,000	0,790	1,265
F2	0,083	0,041	0,102	2,007	0,045	0,787	1,270
F3	0,178	0,050	0,180	3,569	0,000	0,792	1,263
F5	0,183	0,041	0,213	4,479	0,000	0,893	1,120
F6	0,098	0,038	0,117	2,557	0,011	0,967	1,034

a. Dependent Variable: F4

Tablo 20'ye bakıldığında bağımsız değişkenlerin her birinde $p < 0,05$ olduğu görülmektedir. Bu nedenle hipotez D1, hipotez D2, hipotez D3 ve hipotez D4 ve D5 desteklenmiştir. Tablo 21'deki beta katsayılarına bakıldığında; stres kaynaklarındaki F1'nin F4 üzerinde en önemli faktör olarak pozitif yönlü ($\beta=0,190$) etki ettiği görülmektedir. Ayrıca F2 boyutunda ($\beta=0,083$), F3 boyutunda ($\beta=0,178$), F5 boyutunda ($\beta=0,183$) ve F6 boyutunda ($\beta=0,098$) pozitif yönlü etkisi görülmektedir. Bu durum stres kaynaklarıyla ilgili F1, F2, F4, F5 ve F6'nın F4'üartıran bir etken olduğunu göstermektedir.

MODEL E:	
F5= f (F1,F2,F3,F4,F6)	
Hipotez E1: F1'in F5 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.	
Hipotez E2: F2'nin F5 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.	
Hipotez E3: F3'ün F5 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.	
Hipotez E4: F4'ün F5 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.	
Hipotez E5: F6'nın F5 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.	

Tablo 21: Stres Kaynaklarının F5 Üzerindeki Etkisine İlişkin ANOVA Tablosu

ANOVA^a					
Model	Sum of Squares	Df	MeanSquare	F	p.
Regression	41,796	5	8,359	13,793	0,000 ^b
Residual	233,943	386	0,606		
Total	275,739	391			

R=0,389; R²=0,152; Düzeltilmiş R²=0,141; S.H.= 0,77850
a. Dependent Variable: F5
b. Predictors: (Constant), F1, F2, F3, F4, F6

Tablo 21'de ANOVA tablosunda F değeri 13,793 bulunmuştur ve p değeri ise 0,000 yani olduğundan model istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama oranı R²=0,152 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 22: F1, F2, F3, F4, F6'nın F5 Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Testi Sonuçları

Model	Coefficients^a						
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	p.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
(Constant)	1,061	0,285		3,724	0,000		
F1	0,041	0,055	0,040	0,745	0,457	0,756	1,323
F2	0,105	0,050	0,110	2,090	0,037	0,788	1,269
F3	0,178	0,061	0,155	2,924	0,004	0,784	1,276
F4	0,270	0,060	0,232	4,479	0,000	0,820	1,219
F6	0,074	0,047	0,076	1,583	0,114	0,957	1,044

a. Dependent Variable: F5

Tablo 22'ye bakıldığında F2, F3 ve F4 için $p < 0,05$ olduğu görülmektedir. Ancak F1 ve F6 için $p > 0,05$ olduğundan bu değişkenler modele anlamlı bir katkı sağlamadığından modelden çıkartılarak analiz tekrar yapılmıştır.

Tablo 23: F2, F3 ve F4'ün F5 Üzerindeki Etkisine İlişkin ANOVA Tablosu

ANOVA^a					
Model	Sum of Squares	Df	MeanSquare	F	p.
Regression	39,857	3	13,286	21,853	0,000 ^b
Residual	235,882	388	0,608		
Total	275,739	391			

R=0,380; R²=0,145; Düzeltilmiş R²=0,138; S.H.= 0,77971
a. Dependent Variable: F5
b. Predictors: (Constant), F2, F3, F4

Tablo 23’de ANOVA tablosunda F değeri 13,286 bulunmuştur ve p değeri ise 0,000 yani olduğundan model istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama oranı $R^2=0,145$ olarak hesaplanmıştır.

Tablo 24: F2, F3 ve F4’ün F5 Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Testi Sonuçları

Coefficients ^a								
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	p.	Collinearity Statistics		
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF	
(Constant)	1,339	0,224		5,984	0,000			
F2	0,096	0,046	0,101	2,085	0,038	0,938	1,066	
F3	0,190	0,058	0,165	3,247	0,001	0,853	1,172	
F4	0,296	0,058	0,254	5,113	0,000	0,890	1,123	

a. Dependent Variable: F5

Tablo 24’e bakıldığında bağımsız değişkenlerin her birinde $p<0,05$ olduğu görülmektedir. Bu nedenle hipotez E2, hipotez E3 ve hipotez E4 desteklenmiştir. Ancak hipotez E1 ve hipotez E5 ret edilmiştir. Tablo 25’deki beta katsayılarına bakıldığında; stres kaynaklarındaki F4’nin F5 üzerinde en önemli faktör olarak pozitif yönlü ($\beta=0,296$) etki ettiği görülmektedir. Ayrıca F2 boyutunda ($\beta=0,096$) ve F3 boyutunda ($\beta=0,190$) pozitif yönlü etkisi görülmektedir. Bu durum stres kaynaklarıyla ilgili F2, F3 ve F4’ün F5’i artıran bir etken olduğunu göstermektedir

MODEL F:
F6= f (F1,F2,F3,F4,F5)
Hipotez F1: F1’in F6 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.
Hipotez F2: F2’nin F6 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.
Hipotez F3: F3’ün F6 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.
Hipotez F4: F4’ün F6 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.
Hipotez F5: F5’in F6 üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

Tablo 25: Stres Kaynaklarının F6 Üzerindeki Etkisine İlişkin ANOVA Tablosu

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	p.
Regression	14,126	5	2,825	3,954	0,002 ^b
Residual	275,800	386	0,715		
Total	289,926	391			

R=0,221; $R^2=0,049$; Düzeltilmiş $R^2=0,036$; S.H.= 0,84529
a. Dependent Variable: F6
b. Predictors: (Constant), F1, F2, F3, F4, F5

Tablo 25’de ANOVA tablosunda F değeri 3,954 bulunmuştur ve p değeri ise 0,002 yani olduğundan model istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama oranı $R^2=0,049$ olarak hesaplanmıştır.

Tablo 26: F1, F2, F3, F4, F5'in F6 Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Testi Sonuçları

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	p.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error				Beta	Tolerance
	(Constant)	1,980	0,298		6,635	0,000	
F1	0,061	0,060	0,058	1,020	0,308	0,757	1,322
F2	0,091	0,055	0,093	1,664	0,097	0,785	1,274
F3	-0,052	0,067	-0,044	-0,777	0,437	0,768	1,302
F4	0,170	0,067	0,143	2,557	0,011	0,793	1,261
F5	0,087	0,055	0,085	1,583	0,114	0,854	1,171

a. Dependent Variable: F6

Tablo 26'ya bakıldığında F4'ün $p < 0,05$ olduğu görülmektedir. Ancak F1, F2, F3 ve F5 için $p > 0,05$ olduğundan bu değişkenler modele anlamlı bir katkı sağlamadığından modelden çıkartılarak analiz tekrar yapılmıştır.

Tablo 27: F4'ün F6 Üzerindeki Etkisine İlişkin ANOVA Tablosu

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	p.
Regression	9,762	1	9,762	13,589	0,000 ^b
Residual	280,165	390	0,718		
Total	289,926	391			

R=0,183; R²=0,034; Düzeltilmiş R²=0,031; S.H.= 0,84757
a. Dependent Variable: F6
b. Predictors: (Constant), F4

Tablo 27'de ANOVA tablosunda F değeri 13,589 bulunmuştur ve p değeri ise 0,000 yani olduğundan model istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama oranı R²=0,034 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 28: F4'ün F6 Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Testi Sonuçları

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	p.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error				Beta	Tolerance
	(Constant)	2,409	0,190		12,704	0,000	
F4	0,219	0,059	0,183	3,686	0,000	1,000	1,000

a. Dependent Variable: F6

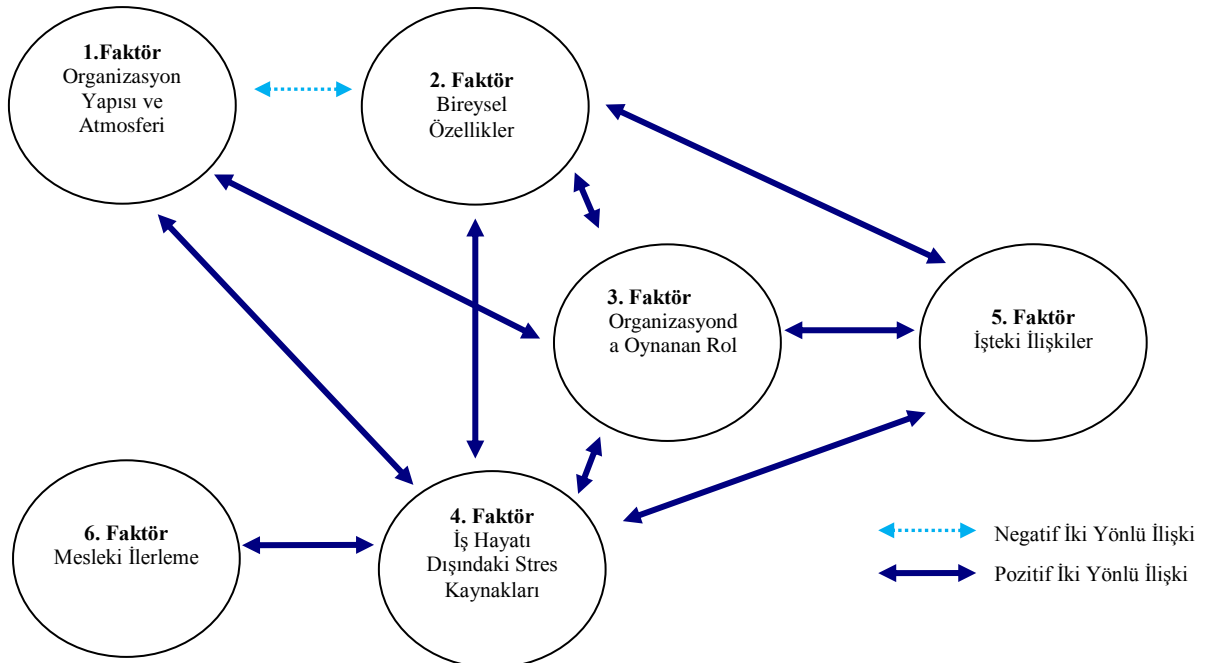
Tablo 28'e bakıldığında bağımsız değişkende $p < 0,05$ olduğu görülmektedir. Bu nedenle hipotez F4 desteklenmiş; ancak hipotez F1, hipotez F2, hipotez F3 ve hipotez F5 ret edilmiştir. Tablo 28'deki beta katsayılarına bakıldığında; stres kaynaklarındaki F4'ün F6 üzerinde önemli faktör olarak pozitif yönlü ($\beta=0,219$) etki ettiği görülmektedir. Bu durum stres kaynaklarıyla ilgili F4'ün F6'yı artıran bir etken olduğunu göstermektedir.

SONUÇ

“Stres” çağımızın modern hastalığı diye nitelendirilebilir. Birey hangi alanda ya da hangi pozisyonda çalışırsa çalışsın stres kavramıyla dönem dönem karşı karşıya kalmakta; stresin seviyesi de işin mahiyetine, yapısına ve yoğunluğuna göre artıp azalabilmektedir. Hayatın her alanında olduğu gibi iş hayatında da stresin kaçınılmaz olduğu üzerinde uzlaşılan bir durumdur. Günümüz çalışma hayatının enerjik yapısı, değişen ihtiyaç ve talepler ile birlikte bireyin yaşadığı stres baskısının zaman zaman yoğunluğunun değişmesine neden olabilmektedir. Oluşan yoğunluk değişse de stresi tamamen ortadan kaldırmak mümkün olamamakta; önlemek ya da tahribatını azaltmaya çalışmak mümkün olabilmektedir. İşletmelerde çalışanların stres kaynaklarının incelendiği bu çalışmada; stres ve iş stresi ile ilgili temel kavramlardan bahsedilmiş ve işletme çalışanlarına uygulanan anket çalışması değerlendirilerek bu konuda elde edilen veriler doğrultusunda sonuçlar ifade edilmiştir. Stresi denetim altına alabilmek ve olası zararlarını en aza indirgeyebilmek için yapılacak ilk şey stres yaratan etmenleri tanıma, söz konusu etmenlerle mücadele yol/yöntemleri geliştirme ve bunları zarar veremeyecek seviyeye düşürmektir.

Çalışmanın genel sistematığına bakıldığında iş hayatında stres kaynaklarına ilişkin boyutlar; Organizasyon Yapısı ve Atmosferi Boyutu, Bireysel Özellikler Boyutu, Organizasyonda Oynanan Rol Boyutu, İş Hayatının Dışındaki Stres Kaynakları Boyutu, İşteki İlişkiler Boyutu, Mesleki İlerleme Boyutu şeklinde belirlenmiştir. Çalışmada, işletme çalışanlarının işe bağlı stres kaynaklarını etkileyen faktörler belirlenmiş ayrıca faktörlerin birbirleriyle ilişkileri de analiz edilerek Şekil 2’de bu ilişki ortaya konulmuştur.

Şekil 2: Ölçekler ile Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler



Şekil-2 incelendiğinde faktör analizi ile belirlenen mesleki ilerleme faktörünün iş hayatı dışındaki stres kaynakları faktörü dışındaki boyutlar arasında doğrudan bir ilişkinin olmadığı, ancak bu faktörler arasında diğer faktörler vasıtasıyla bir ilişkinin mevcut olabildiği görülmektedir. Organizasyon yapısı ve atmosferi boyutu ile organizasyonda oynanan rol ve iş

hayatı dışındaki stres kaynakları arasında doğrudan ve çift yönlü pozitif, bireysel özellikler boyutu ile ise çift yönlü negatif ilişki tespit edilmiştir. Bu da göstermektedir ki organizasyonun yapısı ve atmosferi işteki stresi artırıcı etkide bulunurken bireysel özellikler işteki stresi azaltmaktadır. Bireysel özellikler boyutu ile iş hayatı dışındaki stres kaynakları, organizasyonda oynanan rol ve işteki ilişkiler boyutları arasında doğrudan ve çift yönlü ilişki tespit edilmiştir. Organizasyonda oynanan rol boyutunda ise organizasyon yapısı ve atmosferi, bireysel özellikler, işteki ilişkiler, iş hayatı dışındaki stres kaynakları boyutu arasında doğrudan ve çift yönlü pozitif ilişki, mesleki ilerleme boyutu ile ise dolaylı bir ilişki tespit edilmiştir. Faktörler arasındaki ilişkinin en yoğun olduğu iş hayatı dışındaki stres kaynakları boyutu ile diğer tüm faktörler arasında çift yönlü ilişki tespit edilmiştir. Yapılan çalışma nihayetinde tüm faktör boyutlarında katılımcılar üzerinde etki eden stres kaynakları en yoğun şekilde iş hayatı dışındaki stres kaynakları boyutu arasında doğrusal ve çift yönlü bir ilişki şeklinde gerçekleşirken faktörler arasında çift yönlü ve doğrusal ilişkinin en az olduğu boyut ise mesleki ilerleme boyutu olarak tespit edilmiştir. İş hayatı dışındaki stres kaynaklarının varlığının bireyin işe bağlı stresini artırıcı etkide bulunduğunu söylemek mümkündür. Yapılan bu araştırma farklı bölgelerde uygulandığında farklı sonuçlarla karşılaşılması mümkün olabilir. Bu suretle literatüre bir katkı sağlayacağı düşüncesiyle gelecekte yapılacak çalışmaların bu kapsamda ele alınmasının söz konusu çalışmalar açısından yararlı olacağı; yönetim ve organizasyon çalışmalarına katkı sağlayacağı düşünülebilir.

KAYNAKLAR

- Aksoy, A.(2005). Çalışma Hayatında Stres Kaynakları, Stres Belirtileri ve Stres Sonuçlarının İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma. *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi*, Sayı:49
- Alpar, R.(2011). *Çok Değişkenli İstatistiksel Yöntemler*. Ankara: Detay Yayıncılık
- Aydın, Ş.(2004). Örgütsel Stres Yönetimi. *Dokuz Eylül Üniversitesi SBE Dergisi*, Sayı:3 Cilt:6
- Aytaç, S.(2015). Stres Kaynakları ve Stresin Psikolojik Semptomlarının Öfke Kontrolü ile İlişkisi: Polis Memurları Üzerine Bir Araştırma. *Sosyal Siyaset Konferansları / Journal of Social Policy Conferences* Sayı: 69
- Bektaş, M.& Karagöz Ş.(2017). Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Yalnızlığa Etkisi: MYO Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, SBE Dergisi*, Sayı:21 Cilt:9
- Cam, E.(2004). Çalışma Yaşamında Stres ve Kamu Kesiminde Kadın Çalışanlar. *Journal Of Human Sciences*, Sayı:1 Cilt:1
- Cameron, A.C.(2004). *The SAGE Encyclopedia of Social Science Research Methods*, Sage Publications.
- Davis, K. (1982) *İşletmelerde İnsan Davranışı*. Çev. K. Tosun vd.,İstanbul: İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Yayınları, No.199
- Demirci, N., Engin, A.O., Bakay, İ.&Yakut, Ö.(2013). Stres ve Stresi Ortaya Çıkaran Durumların Öğrenci Üzerindeki Etkisi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, Sayı:3 Cilt:2
- Durna, U.(2006). Üniversite Öğrencilerinin Stres Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *İ.İ.B.F. Dergisi*, Sayı:1 Cilt:20

- Erkmen, N.&Çetin, M. Ç.(2008). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Bazı Değişkenlerle İlişkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Sayı:19
- Eryılmaz, A.(2009). Ergenlik Döneminde Stres ve Başa Çıkma. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı:2 Cilt:6
- Göksel, A.&Tomruk, Z.(2016). Akademisyenlerde Stres Kaynakları İle Stresle Başa Çıkma ve Stres Durumunda Gösterilen Davranışların İlişkisi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Sayı:2
- Güçlü, N.(2001). Stres Yönetimi. *Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı:1 Cilt:21
- Gümüştekin, E.G.&Gültekin, F.(2009). Stres Kaynaklarının Kariyer Yönetimine Etkileri. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, Sayı:23
- Kalaycı, Ş.(2010). SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri(beşinci baskı). Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Kasap, B.B.&Canbaz, S.(2017). Kırklareli İlinde Eğitim ve Sağlık Sektöründe İşkoliklik Üzerine Bir Araştırma. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Sayı:4 Cilt:3
- Pehlivan, İ.(2000). *Yönetimde Stres Kaynakları*. (birinci baskı), Ankara: Pegem Yayınları
- Robins, S. P.(1996). Organizational Behaviour. Prentice Hall Inc., Seventh Edition, USA
- Soysal, A.(2009). İş Yaşamında Stres. *Çimento İşveren Dergisi*
- Yıldız, M. Güç, K.& Erdem, S.(2015). Stresle Başa Çıkma Tutumlarının İnsani Değerler Açısından İncelenmesi: Kamu Kurumu Çalışanları Üzerine Bir Çalışma. *Kara Harp Okulu Bilim Dergisi*, Sayı:1 Cilt:25
- Yıldırım, İ.(1991). Stres ve Stresle Başa Çıkma Gevşeme Teknikleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı:6
- Yılmaz, M. Y., Z.&Erdoğan, S.(2017). Öğrenci Hemşirelerde Stres Yaratan Durumlar ve Baş Etme Yöntemleri. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilim Dergisi*, Sayı:2 Cilt:10
- Yıldırım, S.(2008). Muhasebe Öğretim Elemanları ve Meslek Mensuplarının Mesleki Stres Düzeyi Üzerine Bir Araştırma. *Muhasebe ve Finansman Dergisi*, Sayı:38

Diğer Kaynaklar

- Akgündüz, S.(2006). Örgütsel Stres Kaynaklarının Çalışanların İş Tatmini Üzerindeki Etkisi ve Banka Çalışanları İçin Yapılan Bir Araştırma. *Yüksek Lisans Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi, SBE
- Balcı, A.(2014). Çalışanlarda Stres Kaynakları, Stresle Başa Çıkma Yöntemleri ve Sağlık Sektörü. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Beykent Üniversitesi, SBE
- Koşoçaydan, S.D.(2011). Büyük Alışveriş Merkezlerinde Çalışanları Etkileyen Stres Kaynakları Üzerine Bir Araştırma: Edirne İli Örneği. *Yüksek Lisans Tezi*, Trakya Üniversitesi, SBE

İnternet Kaynakları

<http://dergisosyalbil.selcuk.edu.tr/susbed/article/view/677/629> ,(05/11/2018)

www.stress.org.uk, (05/11/2018)

<http://www.ceis.org.tr/dergiDocs/makale237.pdf>, (05/11/2018)

EK TABLOLAR

Ek-1: Katılımcıların Çocuk Sayılarına Göre Farklılıklarına İlişkin F4 ve F5 için Çoklu Karşılaştırma Tablosu

Çocuk Sayısı (I)	Çocuk Sayısı (J)	F4		F5	
		Ortalama Farklar (I-J)	p	Ortalama Farklar (I-J)	p
Yok	Bir Çocuk	0,15	0,60	-0,10	0,93
	İki Çocuk	0,09	0,86	0,26	0,13
	Üç Çocuk	0,02	1,00	0,17	0,77
	4 ve Üzeri Çocuk	-0,37	0,07	-0,44	0,06
Bir Çocuk	İki Çocuk	-0,06	0,99	0,35	0,08
	Üç Çocuk	-0,13	0,90	0,26	0,50
	4 ve Üzeri Çocuk	-0,52	0,01*	-0,34	0,34
İki Çocuk	Üç Çocuk	-0,07	0,99	-0,09	0,98
	4 ve Üzeri Çocuk	-0,46	0,02*	-0,70	0,00*
Üç Çocuk	4 ve Üzeri Çocuk	-0,39	0,15	-0,61	0,02*

* (p < 0,05) istatistiki olarak anlamlı farklılıklar mevcuttur.

Ek-2: Katılımcıların Kıdemlerine Göre Farklılıklarına İlişkin F1, F4 ve F5 için Çoklu Karşılaştırma Tablosu

Kıdem (I)	Kıdem (J)	F1		F4		F5	
		Ortalama Farklar (I-J)	p	Ortalama Farklar (I-J)	p	Ortalama Farklar (I-J)	p
1 Yıla kadar	1-5 Yıl	-0,36	0,00*	-0,18	0,35	0,13	0,87
	6-10 Yıl	-0,46	0,00*	-0,19	0,60	0,45	0,01*
	11-15 Yıl	-0,32	0,65	0,04	1,00	0,37	0,53
	16-25 Yıl	-0,53	0,02*	0,07	1,00	0,37	0,31
	26-35 Yıl	-1,01	0,02*	-0,57	0,36	0,07	1,00
	36-45 Yıl	-0,68	0,63	0,98	0,09	0,85	0,40
1-5 Yıl	6-10 Yıl	-0,11	0,98	-0,01	1,00	0,33	0,18
	11-15 Yıl	0,04	1,00	0,22	0,87	0,24	0,90
	16-25 Yıl	-0,17	0,94	0,25	0,61	0,24	0,79
	26-35 Yıl	-0,65	0,35	-0,39	0,79	-0,05	1,00
	36-45 Yıl	-0,32	0,99	1,16	0,02*	0,72	0,60
6-10 Yıl	11-15 Yıl	0,14	0,99	0,23	0,88	-0,08	1,00
	16-25 Yıl	-0,06	1,00	0,26	0,67	-0,08	1,00
	26-35 Yıl	-0,55	0,61	-0,38	0,84	-0,38	0,92
	36-45 Yıl	-0,21	1,00	1,17	0,03*	0,40	0,97
11-15 Yıl	16-25 Yıl	-0,21	0,97	0,03	1,00	0,00	1,00
	26-35 Yıl	-0,69	0,44	-0,61	0,45	-0,30	0,98
	36-45 Yıl	-0,36	0,98	0,94	0,20	0,48	0,94
16-25 Yıl	26-35 Yıl	-0,48	0,78	-0,64	0,33	-0,29	0,98
	36-45 Yıl	-0,15	1,00	0,91	0,20	0,48	0,93
26-35 Yıl	36-45 Yıl	0,33	0,99	1,55	0,01*	0,77	0,75

Ek-3 Katılımcıların Yaşlarına Göre Farklılıklarına İlişkin F1, F2 ve F3 için Çoklu Karşılaştırma Tablosu

Yaş (I)	Yaş (J)	F1		F2		F3	
		Ortalama Farklar (I-J)	p	Ortalama Farklar (I-J)	p	Ortalama Farklar (I-J)	p
20-30	31-40	-0,94	0,00*	0,78	0,00*	0,33	0,02*
	41-50	-1,02	0,00*	0,76	0,00*	0,23	0,22
	51-60	-1,29	0,00*	0,89	0,00*	0,35	0,07
	61-70	-1,62	0,00*	0,93	0,00*	0,04	1,00
31-40	41-50	-0,09	0,87	-0,01	1,00	-0,09	0,85
	51-60	-0,35	0,02*	0,12	0,91	0,03	1,00
	61-70	-0,68	0,00*	0,16	0,91	-0,29	0,35
41-50	51-60	-0,26	0,20	0,13	0,89	0,12	0,88
	61-70	-0,59	0,00*	0,17	0,89	-0,20	0,75
51-60	61-70	-0,33	0,32	0,04	1,00	-0,32	0,40
61-70	20-30	1,62	0,00*	-0,93	0,00*	-0,04	1,00

Ek-4: Katılımcıların Gelirlerine Göre Farklılıklarına İlişkin F1, F2 ve F3 için Çoklu Karşılaştırma Tablosu

Gelir (I)	Gelir (J)	F1		F2		F3	
		Ortalama Farklar (I-J)	p	Ortalama Farklar (I-J)	p	Ortalama Farklar (I-J)	p
1300-1700 TL	1701-1850 TL	-0,84	0,00*	0,98	0,00*	0,75	0,00*
	1851-2500 TL	-0,95	0,00*	0,52	0,00*	0,37	0,05*
	2501-3500 TL	-1,19	0,00*	0,87	0,00*	0,23	0,18
	3501-4500 TL	-1,29	0,00*	1,00	0,00*	0,14	0,80
	4501-6000 TL	-1,47	0,00*	0,66	0,00*	0,10	0,98
1701-1850 TL	1851-2500 TL	-0,11	0,98	-0,46	0,19	-0,38	0,25
	2501-3500 TL	-0,35	0,12	-0,11	0,99	-0,52	0,01*
	3501-4500 TL	-0,45	0,03*	0,03	1,00	-0,61	0,00*
1851-2500 TL	4501-6000 TL	-0,63	0,00*	-0,31	0,70	-0,65	0,01*
	2501-3500 TL	-0,24	0,27	0,35	0,12	-0,14	0,85
	3501-4500 TL	-0,34	0,06	0,48	0,02*	-0,23	0,54
2501-3500 TL	4501-6000 TL	-0,52	0,01*	0,14	0,97	-0,27	0,60
	3501-4500 TL	-0,10	0,90	0,14	0,86	-0,08	0,97
	4501-6000 TL	-0,29	0,26	-0,20	0,83	-0,13	0,96
3501-4500 TL	4501-6000 TL	-0,18	0,79	-0,34	0,40	-0,04	1,00

Ek-5: Katılımcıların Sigara Kullanımlarına Göre Stres Kaynaklarına Ait Boyutlardaki Farklılıklarının Bağımsız gruplarda t testi Sonuçları

	Sigara Kullanımı	Σ	\bar{x}	S.S.	S.H.	t	p
F1	Evet	237,00	3,45	0,83	0,05	0,53	0,60
	Hayır	155,00	3,41	0,82	0,07		
F2	Evet	237,00	2,81	0,91	0,06	-0,62	0,53
	Hayır	155,00	2,87	0,85	0,07		
F3	Evet	237,00	2,97	0,76	0,05	-1,17	0,24
	Hayır	155,00	3,06	0,68	0,05		
F4	Evet	237,00	3,10	0,75	0,05	-1,14	0,89
	Hayır	155,00	3,11	0,68	0,05		
F5	Evet	237,00	3,12	0,88	0,06	0,49	0,63
	Hayır	155,00	3,08	0,78	0,06		
F6	Evet	237,00	3,15	0,85	0,06	1,80	0,07
	Hayır	155,00	2,99	0,86	0,07		

Ek-6: Katılımcıların Alkol Kullanımlarına Göre Stres Kaynaklarına Ait Boyutlardaki Farklılıklarının Bağımsız gruplarda t testi Sonuçları

	Alkol Kullanımı	Σ	\bar{x}	S.S.	S.H.	t	p
F1	Evet	134,00	3,39	0,88	0,08	-0,77	0,44
	Hayır	258,00	3,46	0,79	0,05		
F2	Evet	134,00	3,01	0,83	0,07	2,87	0,00*
	Hayır	258,00	2,74	0,90	0,06		
F3	Evet	134,00	3,18	0,72	0,06	3,36	0,00*
	Hayır	258,00	2,92	0,72	0,04		
F4	Evet	134,00	3,21	0,77	0,07	2,02	0,04*
	Hayır	258,00	3,06	0,69	0,04		
F5	Evet	134,00	3,18	0,87	0,08	1,38	0,17
	Hayır	258,00	3,06	0,82	0,05		
	Evet	134,00	3,20	0,82	0,07	1,89	0,06
	Hayır	258,00	3,03	0,88	0,05		