

ULUSLARARASI SOSYAL ARAŞTIRMALAR DERGİSİ THE JOURNAL OF INTERNATIONAL SOCIAL RESEARCH

Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi / The Journal of International Social Research

Cilt: 14 Sayı: 76 Şubat 2021 & Volume: 14 Issue: 76 February 2021

www.sosyalarastirmalar.com Issn: 1307-9581

TÜRKİYE'DE KAMU VE ÖZEL SEKTÖR ÇALIŞANLARININ MARUZ KALDIKLARI MOBBİNG VE RUH SAĞLIĞI SORUNLARI İLİŐKİŐİ THE RELATIONSHIP BETWEEN MOBBING AND MENTAL HEALTH PROBLEMS OF TURKISH PUBLIC AND PRIVATE SECTOR WORKERS

Neslihan YORTAN*

Metin OLATAŐ**

Öz

Mobbingin nedenleri, sonuçları ve önlenmesi son yıllarda önem kazanan konulardan biridir. Bu araştırmada Türkiye'de kamu ve özel sektörde çalışan kişilerin maruz kaldıkları mobbing düzeyi ile depresyon, anksiyete belirtileri, intihar düşünceleri ve tükenmişlik düzeylerinin ilişkisi araştırılmıştır. Veriler Mart- Mayıs 2017 tarihleri arasında çevrimiçi ve kağıt-kalem formunda, toplamda 340 katılımcıdan (%65.6 kadın, %34.4 erkek) toplanmıştır. Veri toplama araçları, araştırmacılar tarafından geliştirilen demografik bilgi formu, İşyeri Zorbalığı Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri, Beck Anksiyete Envanteri ve Maslach Tükenmişlik Envanteri'dir. Ayrıca katılımcıların intihar eğilimlerini ölçmek için Beck Depresyon Envanterinin intihar düşüncelerini soran maddesinden yararlanılmıştır. Hipotezlerin test edilmesi için Spearman Korelasyon katsayısı hesaplanmış ve Bağımsız Gruplar t-test istatistiksel analiz yöntemleri kullanılmıştır. Bulgular iş yerinde maruz kalınan zorbalık düzeyi ile depresyon, anksiyete, intihar düşünceleri ve tükenmişlik düzeyi arasında pozitif korelasyon olduğunu göstermiştir. Ayrıca bulgular özel sektör çalışanlarının depresyon düzeylerinin kamu çalışanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğuna ve kadın çalışanların depresyon ve duygusal tükenmişlik düzeylerinin erkeklere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksek olduğuna işaret etmektedir. Bulgular alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Mobbing, Depresyon, Anksiyete, Tükenmişlik.

Abstract

The reasons, effects and the prevention of mobbing has recently been a trending topic. This article aimed to investigate the relationship between mobbing and depression, anxiety symptoms, suicidal ideations and burnout levels of Turkish public and private sector workers. Participants were 340 workers (65.6% female, 34.4% male) and the data was gathered via online and paper-pencil surveys. Demographic Information Form, Turkish version of Negative Act Questionnaire, Beck Depression Inventory, Beck Anxiety Inventory and Maslach Burn-out Inventory was used to collect data. Also for suicidal ideations of the participants the suicide question of Beck Depression Inventory was used in the analyses. Spearman Correlation Coefficient was calculated and Independent Groups t-test statistical analyses were used. The results showed that there is a positive correlation between mobbing and depression, anxiety, suicidal ideations and burn-out levels of the workers. In addition results showed that the depression levels of the private sector workers are statistically higher than public sector workers. Female workers showed higher levels of depression and emotional burn-out than male workers. The results were discussed in accordance with literature.

Keywords: Mobbing, Depression, Anxiety, Burn-out.

* Arş. Gör., İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Orcid: 0000-0003-3815-4905

** Uzman Klinik Psikolog ve Avrupa Birliği Uzmanı, Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, Orcid: 0000-0002-5915-6793



GİRİŞ

“Mobbing” kelimesinin tarihçesi düşünüldüğünden daha eski zamanlara kadar uzanmaktadır. Latince “mobile vugulus” sözcüklerinden türetilen “mob” kelimesi İngilizcede “çete”; bu kelimedenden türetilen “mobbing” ise psikolojik şiddet, taciz, rahatsız etme gibi anlamlarda kullanılmaktadır (Tınaz, Bayram ve Ergin, 2008).

Mobbing ile ilgili bilinen ilk araştırmaların sahibi Heinz Leynmann’dır. Leynmann 1980’li yıllarda iş yerlerinde görülen uzun dönemli saldırgan davranışları incelerken “bullying” kelimesi yerine “mobbing” kelimesini kullanmayı tercih etmiştir. Çünkü ona göre “bullying” kelimesi okullarda çocuklar ve gençler arasındaki zarar verici davranışları tanımlarken “mobbing” kelimesi daha çok iş yerinde çalışan yetişkinler arasındaki düşmanca davranış ve tutumları tanımlar (Tınaz, Bayram ve Ergin, 2008).

1990’lı yıllardan günümüze kadar dünyanın çeşitli bölgelerinde “mobbing” kavramı daha dikkate alınır bir kavram olmaya başlamıştır. Çünkü bu durumun hem çalışanların, hem de çalışma hayatının kalitesine olumsuz etkileri daha fazla göz önüne çıkmıştır. 2000’li yılların başlarında yapılan araştırmalara göre ABD’de her 6 çalışandan en az 1’inin; Avrupa Birliği’ndeki çalışanların %6’sının mobbinge maruz kaldığı belirtilmiştir (Namie, 2002, 1-6).

Yapılan araştırmalar sonucunda özellikle de son yıllardaki ekonomik krizlerle beraber yaşanan olumsuz gelişmelerle firmalardaki küçülmenin ve küçülen firmalardaki firma içi rekabet ortamının mobbinge daha çok ortam yarattığı ve mobbingin hem bireyler arası etkileşimle hem de kurumsal düzeyde olduğu bulunmuştur (Tutar, 2004).

Yukarıda bahsedilen oranların yanı sıra yayınlanan bir başka çalışmada Avrupa genelinde iş yeri ortamlarında psikolojik şiddetin; yani mobbingin fiziksel şiddetten daha yaygın olarak görüldüğü belirtilmiştir. Ayrıca mobbinge maruz kalanlar incelendiği zaman bu bireyler arasında herhangi bir farkın gözetilmediği ortaya çıkmaktadır. Kadın ya da erkek olmak, çalışan ya da yönetici olmak, aynı ya da farklı kültürel değerlere sahip olmak gibi farklılıklar söz konusu mobbing olduğu zaman bir anlam ifade etmemektedir. Her an herkes eşit derecede mobbinge maruz kalma tehlikesi ile karşı karşıyadır (Bozbel ve Palaz, 2007, 66-79).

İŞ PERFORMANSINI ETKİLEYEN TEMEL RUH SAĞLIĞI SORUNLARI

Depresyon

Amerikan Psikiyatri Derneği’nin tanımlamasına göre depresyon ya da majör depresif bozukluk insanların duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını olumsuz yönde etkileyen ciddi bir hastalıktır. Depresyonda olan bir insanda üzüntü duyguları artarken zevk alma duygusunda ciddi bir azalma görülür. Bu durum da bireyde çeşitli duygusal ve fiziksel problemlerin ortaya çıkmasına sebep olur. Hatta o kişinin işte ve evde çalışma becerisini, çalışma ve diğer aktivitelere karşı isteğini olumsuz yönde etkileyip azaltabilir (Parekh, 2017, American Psychiatric Association internet sitesi).

Güncel olarak psikolojik ve psikiyatrik rahatsızlıkların tanı ve tedavisinde rehber olarak kullanılmakta olan DSM-5’e göre depresyonun temel belirtileri genel olarak şu şekilde tanımlanmıştır: Aşırı üzgün hissetme, daha önceden zevk alınan etkinlik ve benzeri aktivitelere karşı ilginin kaybolması, diyete bağlı olmayan kilo kaybı, uyku sorunu, aşırı yorgunluk ve buna bağlı enerji kaybı, hareketlerin/düşüncelerin/konuşmanın yavaşlaması, karar vermede zorlanma ve hatta karar verememe, ölüm ve/veya intihar düşüncelerine sahip olmak. Bu bahsi edilen belirtilerin en az 2 hafta ve daha fazla olması durumunda bireye depresyon tanısı konulabilmektedir (Köroğlu, 2014, 91-113).

Anksiyete

Anksiyete ya da Türkçe karşılığı ile kaygı, vesvese ve bunaltı olarak tanımlayabileceğimiz durum normal koşullarda stresli durumlara baş edebilmemiz için bizleri alarm durumuna sokan olumlu bir durum iken anksiyete bozuklukları bir hastalık tanısı grubudur. DSM-5’e bakıldığında zaman zaman bu rahatsızlığın belirtileri ise; günlük aktivitelerde yer almak istememek, sürekli bir endişe hali ve buna bağlı olarak fiziksel rahatsızlıklar yaşanması, aşırı yorgun hissetme, odaklanmada zorluk, kas kasılmaları, uyku problemleri ve sıradan gündelik yapılan şeylerde sürekli bir endişe duygusundan dolayı sorumluluk almaktan kaçınma ve normal koşullarda sıradan sorumluluğu olan iş ve görevleri yapmaktan kaçınma olarak sıralanabilir (Köroğlu, 2014, 113-129). Bu durumda bireyler anksiyetelerini tetikleyecek ya da daha kötüleştirecek ortamlardan uzak durmaya çalışırlar. Bu uzaklaşma sebebiyle de başka çeşitli problemlerle karşılaşılırlar.



Örneğin iş performansları düşerken, buldukları sosyal çevredeki ilişkileri de olumsuz yönde etkilenmektedir (Parekh, 2017, American Psychiatric Association internet sitesi).

Tükenmişlik

Tükenmişlik ise Uluslararası Hastalık Sınıflandırması'nın 11. Revizyonunda (11th Revision of the International Classification of Diseases, ICD-11) yer almaktadır. Tıbbi bir durum olarak sınıflandırılmamakla beraber sağlık durumunu etkileyen faktörler arasında sayılmaktadır. ICD-11'de tükenmişlikten şu şekilde bahsedilmektedir: "Tükenmişlik, başarılı bir şekilde yönetilemeyen kronik iş yeri stresinden kaynaklandığı düşünülen bir sendromdur." Bu durumda bireylerde enerji tükenmesi, işle olan zihinsel mesafenin artması, olumsuz duygulara kapılma, mesleki etkinliklerden uzak durma, gündelik hayattan kopma görülürken Dünya Sağlık Örgütü tarafından da iş yerinde zihinsel refahla ilgili bir olgu olarak tanımlanmaktadır (WHO internet sitesi, 2019).

MOBBING VE RUH SAĞLIĞI İLİŞKİSİ

Mobbing ile ilgili yapılan çalışmalar ile mobbingin insanların hayatlarında yaratmış olduğu olumsuz etkiler de birer birer ortaya çıkartılmıştır. Mobbinge maruz kalan bireylerde hem fiziksel hem de psikolojik sorunların görüldüğü çeşitli araştırmalar ile ispatlanmıştır. Fiziksel olarak kronik uyku bozukluğu ve kronik yorgunluk, aşırı kilo alma/verme, anoreksiya, bel-sırt ağrıları, alerjik tarzda tepkiler, kas kasılmaları, gevşeyememe, kramplar, kusma, ishal, baş ve karın ağrıları, migren, nefes alma zorlukları ve tansiyon gibi daha uzun bir listeye sahip olan rahatsızlıkların görüldüğü belirtilmiştir. Ayrıca yapılan araştırmalar fiziksel sorunların yanı sıra psikolojik olarak da başta stres olmak üzere mutsuzluk, güvensizlik hissi, depresyon, agresifleşme, gülme ve/veya ağlama atakları, paranoya, tükenmişlik, panik atak, aşırı endişe gibi pek çok psikolojik rahatsızlığın da sıralandığı görülmüştür (Poussard ve Çamuroğlu, 2009).

Yukarıda bahsedilen mobbing, depresyon, anksiyete ve tükenmişlik sendromunun birden fazla ortak yönü olduğu görülmektedir. Bu benzerlik hem bu rahatsızlıkların ortaya çıkış sebeplerinde hem de ortaya çıktıktan sonra bireylerde sebep oldukları olumsuzluklarda görülmektedir. Mobbingin insanlar üzerindeki etkileri en az depresyon, anksiyete ve tükenmişlik kadar yoğun ve kötü olabilmektedir. Ayrıca hali hazırda depresyon, anksiyete ve tükenmişlikten muzdarip olan bireyler bir de mobbinge maruz kaldıkları zaman durum daha da vahim bir hal almaktadır ve işin içinden çıkmak iyice zorlaşmaktadır.

Tüm bu bilgiler ışığında bu araştırmada Türkiye'de hem özel sektörde hem de kamu sektöründe çalışan bireylerin maruz kaldığı mobbing ile depresyon, endişe, tükenmişlik düzeyleri ve bunlara bağlı olarak intihar eğilimleri arasındaki ilişkiler hem sektör bazlı hem de cinsiyet bazlı olarak incelenmiştir.

Buna göre aşağıdaki hipotezler kurulmuştur:

H₁: Katılımcıların iş yerinde maruz kaldıkları zorbalık düzeyi arttıkça depresyon, anksiyete, intihar ve tükenmişlik puanları artacaktır.

H₂: Kamu ve özel sektör çalışanlarının iş yerinde maruz kaldıkları zorbalık düzeyleri farklılaşacaktır.

H₃: Çalışanların iş yerinde maruz kaldıkları zorbalık düzeyleri cinsiyetler arasında farklılaşacaktır.

H₄: Kamu ve özel sektör çalışanlarının depresyon, anksiyete ve tükenmişlik düzeyleri farklılık gösterecektir.

H₅: Çalışanların depresyon ve anksiyete ve tükenmişlik düzeyleri cinsiyete göre farklılık gösterecektir.

YÖNTEM

Katılımcılar

Araştırmada toplam 340 (%65.6 kadın, %34.4 erkek) katılımcıdan elde edilen veriler kullanılmıştır. Katılımcıların yaş aralığı 18-60 (Ort. = 33.39, SS = 9.56) olup bir katılımcı yaşını belirtmemiştir. Katılımcıların %50.9'u (n = 173) kamu sektöründe, %49.1'i (n = 167) ise özel sektörde çalışmaktadır.

İşlem

Veriler Mart-Mayıs 2017 tarihleri arasında kamu kuruluşları ve özel sektörde çalışan gönüllü bireylerden kağıt-kalem formunda ve online anket yöntemi ile toplanmıştır. Katılımcılara cinsiyet, yaş eğitim düzeyi, meslek, ruhsal ve fiziksel hastalıklarının olup olmadığı konusunda bilgiler içeren bir demografik



bilgi formu, İşyeri Zorbalığı Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri, Beck Anksiyete Envanteri ve Maslach Tükenmişlik Ölçeği uygulanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen, katılımcıların cinsiyet, yaş eğitim düzeyi, meslek, ruhsal ve fiziksel hastalıklarının olup olmadığı konusunda sorular içeren bir özbildirim formudur.

İşyeri Zorbalığı Ölçeği

Einarsen ve Raknes (1997, 247-263) tarafından geliştirilmiş olan İşyeri Zorbalığı Ölçeği Einarsen ve Hoel (2001) tarafından revize edilmiş olup 22 maddeden oluşan bir özbildirim ölçeğidir. Türkçe uyarlaması Aydın ve Öcel (2009, 94-103) tarafından kamu ve özel sektörde çalışan katılımcılar ile yürütülen bir çalışmada yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe formun tek faktörlü bir yapıdadır. Cronbach Alfa katsayısı .88, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .80 olarak hesaplanmıştır.

Beck Depresyon Envanteri

Beck ve diğerleri tarafından (1961, 561-671) geliştirilen ölçek 21 maddeden oluşmaktadır. Bir özbildirim ölçeğidir. Depresyonun duygudurum, karamsarlık, başarısızlık hissi, kendinden memnun olmama, suçluluk, cezalandırma, intihar düşünceleri, kendini suçlama, ağlama, irritabilite, sosyal içe çekilme, beden algısı, çalışmadaki güçlükler, uyku ve beslenme sorunları, libido kaybı ve somatik uğraşları ölçmektedir. Her soruda yer alan dört (0-3 arası puanlanır) maddeden katılımcı son bir hafta için kendi belirtilerine en uygun olanı seçmektedir. Tüm maddelerden alınan puanlar toplanarak kişinin depresyon puanı hesaplanır. Alınan puanın artması kişinin depresyon belirtilerinin şiddetlendiğine işaret etmektedir.

Türkçe uyarlaması Hisli (1989, 3-13) tarafından üniversite öğrencilerinden oluşan bir örneklem ile yapılmıştır. Yarıya bölme güvenilirlik katsayıları sırasıyla $r = .80$ ve $.74$ olarak hesaplanmıştır. Ölçüt bağıntılı geçerlik ölçümü için MMPI Ölçeğinin Depresyon alt skalası kullanılmış korelasyon $r = .50$ olarak hesaplanmıştır.

Bu çalışmada ayrıca katılımcıların intihar düşünce ve eğilimlerini değerlendirmek için katılımcıların bu ölçeğin 9 numaralı, intihar düşüncelerini ölçen maddesinden almış oldukları puanlar incelenmiş, istatistiksel analizlerde intihar riski için bu maddenin puanları kullanılmıştır.

Beck Anksiyete Envanteri

Beck ve diğerleri tarafından (1988, 893-897) geliştirilen ölçek 4'lü Likert (0 = Hiç- 3 = Şiddetli- Beni oldukça fazla rahatsız etti) formdadır. Yirmi bir sorudan oluşan bir özbildirim formudur. Ölçekten alınan puanın artması kişinin anksiyete düzeyinin arttığını göstermektedir. Ölçeğin orijinal formunun iç tutarlılık Cronbach Alfa katsayısı .92, ölçüt bağıntılı geçerlik ölçümlerinde Hamilton Anksiyete Ölçeği ile korelasyonu $r = .52$ olarak hesaplanmıştır.

Türkçe uyarlaması Ulusoy, Hisli Şahin ve Erkmen tarafından (1998, 163-172) yapılmıştır. Türkçe formunun iç tutarlılık Cronbach Alfa katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır. Ölçüt bağıntılı geçerlik analizi için Beck Depresyon Envanteri ve Durumluk-Süreklilik Kaygı Envanteri ile ölçeğin korelasyonlarına bakılmış sırasıyla; .46, .45 ve .54 olarak hesaplanmıştır.

Maslach Tükenmişlik Envanteri

Maslach ve Jackson (1981, 99-113) tarafından geliştirilen ölçek 22 maddeden, üç faktörden oluşan özbildirim ölçeğidir. Ölçek 7'li Likert formdadır (0 = Hiç, 6 = Her gün). Faktörler duygusal tükenme (9 madde), duyarsızlaşma (5 madde) ve kişisel başarı (8 madde) şeklindedir. Ölçeğin tek bir toplam puanı yoktur, faktörlerin puanları ayrı ayrı hesaplanmaktadır. Duygusal tükenmişlik ve depersonalizasyon faktörlerinden alınan yüksek puanlar, kişisel başarı faktöründen alınan düşük puanlar yüksek tükenmişlik düzeyine işaret etmektedir. Türkçe'ye Ergin (1992) tarafından çevrilmiştir.

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler, SPSS 23 paket programı ile çözümlenmiştir.

İlk olarak katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanlara dair tanımlayıcı istatistikler (ölçeklerden alınan minimum, maksimum, ortalama ve ortalamaya ait standart sapma değerleriyle ölçeklerin Cronbach alfa güvenilirlik katsayıları) hesaplanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki Pearson momentler çarpımı bağıntı katsayılarıyla incelenmiştir. Cinsiyet ve Sektör değişkenleri açısından bağımlı değişkenlerin gruplar arası farkları Bağımsız gruplar t-testi istatistiksel analizi ile incelenmiştir.



BULGULAR

Tanımlayıcı İstatistikler

Araştırmada kullanılan ölçeklerin tanımlayıcı istatistikleri Tablo 1’de gösterilmektedir.

Tablo 1: Ölçeklerin Puan Ranjları, Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Cronbach Alfa Değerleri

	Minimum	Maksimum	\bar{X}	SS	Cronbach α
BDE	0	35	9.90	7.63	.872
BAE	0	51	12.30	9.99	.913
İZO	22	73	37.68	10.38	.873
MTE-DT	9	45	22.76	7.95	.867
MTE-KB	8	40	28.10	6.65	.817
MTE-Duy	5	25	10.02	4.25	.773

BDE = Beck Depresyon Envanteri, BAE = Beck Anksiyete Envanteri, İZO = İş Yeri Zorbalık Ölçeği, MTE-DT = Maslach Tükenmişlik Envanteri- Duygusal Tükenmişlik, MTE-KB = Maslach Tükenmişlik Envanteri- Kişisel Başarı, MTE-Duy = Maslach Tükenmişlik Envanteri- Duyarsızlaşma.

Yürütülen analizler sonucunda katılımcıların %17.9’unun yüksek depresyon puanı, %30.3’ünün ise yüksek aksiyete puanı aldıkları, %12’sinin ise intihar ölçümünden yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Katılımcıların %41.2’si İş Yeri Zorbalığı ölçeğinden yüksek puan alırken; katılımcıların %45.3’ünün duygusal tükenmişliğinin, %39.7’sinin duyarsızlaşma puanının yüksek olduğu, %48.5’inin ise kişisel başarı puanının ortalamasının altında olduğu bulunmuştur.

Araştırma hipotezlerinde yer alan tüm değişkenlere ilişkin ölçümlerin korelasyonları Tablo 2’de yer almaktadır. Hipotez 1 doğrultusunda iş yeri zorbalığının ruh sağlığı sorunları ile ilişkisi incelenmiştir. Buna göre iş yeri zorbalığı puanlarının depresyon, anksiyete duygusal tükenmişlik ve duyarsızlaşma puanları ile orta düzeyde; intihar eğilimi ile düşük pozitif ilişki; kişisel başarı ile ise düşük negatif ilişki gösterdiği saptanmıştır. Buna göre hipotez 1 doğrulanmıştır.

Tablo 2: Ölçeklere İlişkin Pearson Momentler Çarpımı Bağlı Katsayıları

Faktörler	BDE 9.madde	BDE	BAE	IZO	MTE-DT	MTE-KB	MTE-Duy
BDE 9. madde	1						
BDE	.423**	1					
BAE	.307**	.597**	1				
IZO	.196**	.359**	.387**	1			
MTE- DT	.187**	.504**	.442**	.492**	1		
MTE- KB	-.131*	-.222**	-.111*	-.161**	-.043	1	
MTE- Duy	.126*	.246**	.307**	.372**	.548**	-.072	1

Not. * $p < .05$; ** $p < .01$. BDE = Beck Depresyon Envanteri, BAE = Beck Anksiyete Envanteri, İZO = İş Yeri Zorbalık Ölçeği, MTE-DT = Maslach Tükenmişlik Envanteri- Duygusal Tükenmişlik, MTE-KB = Maslach Tükenmişlik Envanteri- Kişisel Başarı, MTE-Duy = Maslach Tükenmişlik Envanteri- Duyarsızlaşma.

Değişkenlerin Cinsiyet ve Çalışılan Sektör Grupları Açısından Karşılaştırılması

Araştırmada ölçülmüş olan intihar, depresyon ve anksiyete düzeyi, iş yerinde maruz kalınan zorbalık ve tükenmişlik düzeyi değişkenlerinin cinsiyetlere göre farklılaşp farklılaşmadığı Bağımsız Gruplar t-testi istatistik yöntemi ile incelenmiştir. Buna göre; kadın ve erkek çalışanların yalnızca depresyon ölçümünden aldıkları puanlar ($t_{(338)} = 2.328$, $p < .05$) ve tükenmişliğin alt boyutu olan duygusal tükenmişlik puanları ($t_{(338)} = 2.138$, $p < .05$) istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır.

Kadınların sırasıyla depresyon ($\bar{X} = 10.594$, $SS = 7.407$) ve duygusal tükenmişlik ($\bar{X} = 23.426$, $SS = 8.302$) puanları erkeklerin puanlarından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (Bkz. Tablo 3).



Tablo 3: Cinsiyetlere göre intihar, depresyon ve duygusal tükenmişlik puanları

	Kadın		Erkek	
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS
Depresyon	10.596	7.407	8.581	7.910
Duygusal Tükenmişlik	23.426	8.302	21.495	7.097

Katılımcıların çalışmakta oldukları sektörlerle (kamu ve özel) göre aldıkları intihar, depresyon, anksiyete, iş yeri zorbalığı ve tükenmişlik puanları Bağımsız Gruplar t-testi İstatistiksel analiz yöntemi ile incelenmiştir. Buna göre yalnızca depresyon puanı açısından gruplar arası anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($t_{(323,086)} = -2.327$, $p < .05$). Buna göre özel sektör çalışanlarının ($\bar{X} = 10.880$, $SS = 8.251$) depresyon düzeyleri kamu çalışanlarından ($\bar{X} = 8.959$, $SS = 6.877$) anlamlı şekilde daha yüksektir.

TARTIŞMA

Mobbing ile ilgili yapılan çalışmalar mobbingin bireyler üzerindeki olumsuz etkilerini çatışma, anlaşmazlık, saldırgan davranışlar, mobbinge maruz kalan bireye karşı tavır alınması, maruz kalan kişinin psikolojik olarak etiketlenmesi ve bireyin zorla istifa ettirilmesi şeklinde olduğunu göstermektedir (Leymann, 1996, 165-184). Davenport vd. (2003) mobbingin bireyler üzerindeki etkilerini farklı alanlara ayırmaktadır. Mutsuz aile yaşamları, mutsuz yetişen çocuklar, kısıtlanmışlık hali ve boşanmalar gibi sonuçlar ortaya çıkmaktadır. Ayrıca bireylerde psikolojik-fiziksel rahatsızlıklar ve intihara sebep olan travmalar görülmektedir.

Bu çalışmada Türkiye’de çalışan bireylerin depresyon, anksiyete, tükenmişlik düzeyleri, işyerlerinde algıladıkları zorbalık düzeyleri hem sektörel açıdan hem de cinsiyetler açısından incelenmiştir. Çalışmaya katılanların %41.2’si iş yeri zorbalık ölçeğinden yüksek puan almıştır. Bunun yanında katılımcıların %30.3’ünün anksiyete, %17.9’unun depresyon puanları yüksektir; %12’sinin ise intihar ölçümünden yüksek puan aldıkları bulunmuştur. Çalışanların tükenmişlik puanlarına göre; %45.3’ünün duygusal tükenmişlik, %39.7’sinin duyarsızlaşma, %48.5’inin ise kişisel başarısızlık hissettikleri saptanmıştır.

Araştırmada iş yerinde maruz kalınan zorbalık düzeyi ile depresyon, intihar eğilimi, anksiyete ve tükenmişlik düzeylerinin pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular alanyazın ile tutarlıdır. Çalışmalar iş yerinde zorbalığa maruz kalmanın, bireylerin iyilik hallerini bozduğunu (Eisele, 2015, 111-126) ve beraberinde duygusal ve fiziksel sorunları getirdiğini göstermektedir. Özellikle zorbalığa maruz kalan çalışanların depresyon, anksiyete ve somatizasyon belirtileri (Hansen, Høgh, & Persson, 2011, 63-72), travma sonrası stres bozukluğu belirtileri (Malinauskiene & Einarsen, 2014, 919-932), uyku sorunları (Rosario- Hernandez ve ark., 2017, 164-168) yaşadıkları bilinmektedir. İş gücü kaybı ve sağlık sorunları adına mobbing sonuçlarının yüksek bedelleri olduğu söylenebilir.

Alanyazındaki çalışmalar kadınların erkeklere kıyasla iş yerlerinde daha çok mobbinge maruz kaldıklarına işaret etmektedir. Koçak ve Hayran (2011, 23-25) daha çok kadınların iş yerinde mobbinge maruz kaldıklarını belirtmişlerdir. Aynı şekilde Dangaç (2007, 87-120) da mobbingin bireyler üzerindeki psikolojik etkileri açısından cinsiyetler arasında fark olduğunu ve kadınların daha fazla mobbinge maruz kaldıklarını belirtmiştir. Bunun yanında mobbinge maruz kalma açısından cinsiyetler arasında fark olmadığını gösteren çalışmalar da alanyazında yer bulmaktadır (Ertürk, 2013, 169-173; Hansen ve ark., 2006, 285-294; Hecker, 2007, 439-445; Rayner, 1997, 581-585). Bu çalışmanın bulguları da kadın ya da erkek olmanın mobbinge maruz kalma açısından bir fark yaratmadığına işaret etmektedir. Bu farkın çalışılan sektör ya da branş ile ve çalışmanın yürütüldüğü kültürde mobbing’in normal karşılanması (Ertürk, 2013, 169-173) ile ilişkili olabileceği düşünülebilir.

Çalışma bulguları kadınların depresyon düzeylerinin erkeklere kıyasla anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermektedir. Alanyazında da kadınların daha sık depresif belirtiler gösterdiği rapor edilmektedir (APA, 2013, 155-189). Bununla birlikte araştırma bulguları kadınların duygusal tükenmişlik düzeylerinin de benzer şekilde daha yüksek olduğuna işaret etmektedir. Bu durum kadınların iş yerinde daha çok mobbinge maruz kalmaları ya da yaşadıkları durumları daha çok mobbing olarak tanımlamaları ile açıklanabilir (Escartin, Salin ve Rodriguez-Caballeira, 2011, 157-165). Sonuçların, olumsuz deneyimleri kadınların erkeklere kıyasla daha çok belirtmeleri olasılığı çerçevesinde değerlendirilmesinin yararlı olacağı söylenebilir.

Aynı zamanda araştırma bulguları özel sektör çalışanlarının depresyon puanlarının kamu sektöründe çalışanlara kıyasla daha yüksek olduğuna işaret etmektedir. Bu durum Türkiye’de özel sektörün



çalışma koşulları ve işsiz kalma riskinin, kamu çalışanlarına kıyasla özel sektör çalışanlarını daha çok etkilemesi ile açıklanabilir. İş güvensizliği daha yüksek olan özel sektör çalışanlarının (Özyaman Boya, Demiral, Ergör, Akvardar ve De Witte, 2008, 613-619) depresyon puanlarının yüksek olması bu açıdan anlamlı bir bulgudur.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışma Türkiye’de kamu ve özel sektörde çalışan bireyler ile yürütülmüştür. İş yerinde maruz kalınan zorbalığın, depresyon, anksiyete, intihar ve tükenmişlik ile ilişkisi cinsiyetler ve sektörler açısından incelenmiştir. Çalışma sonuçları mobbinge maruz kalmanın cinsiyetler ya da sektörler açısından fark göstermediğine işaret etmektedir. Duygusal sorunların cinsiyetler ve sektörlerle ilişkisi incelendiğinde kadınların duygusal tükenmişlik düzeyleri ile kadınlar ve özel sektör çalışanlarının depresyon puanlarının anlamlı olarak yüksek olduğu saptanmıştır. Bunların yanında hangi sektörde olursa olsun mobbinge maruz kalma ile psikolojik rahatsızlıkların ilişkili olduğu; mobbinge maruz kalmanın depresyon ve anksiyete düzeyleri ile intihar eğilimlerini artırdığı görülmüştür.

Çalışmadan elde edilen sonuçların da ışığında mobbingin yarattığı sorunların gün geçtikçe daha geniş kesimleri etkileyecek şekilde yaygınlaştığı söylenebilir. Önceleri sadece kadınlar risk altında gibi görünürken (Koçak ve Hayran, 2011; Dangaç, 2007, 87-120) artık kadın ya da erkek olmanın mobbinge maruz kalma açısından bir fark yaratmadığı görülmektedir. Bu da var olan durumun her geçen gün değiştiğine ve bu konu ile ilgili daha fazla çalışma yapılması gerekliliğine dikkat çekmektedir. Son dönemde iş yerlerinde mobbingi önleme çalışmalarına önem verildiği görülmektedir.

Mobbingi önleme girişimlerinin yanında hem bireysel hem de toplumsal olarak farkındalık ve bilgi düzeyini artırıcı uygulamalar yapmanın insan hayatı ve çalışanların yaşam kalitesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca yaşanabilecek olası duygusal sorunlar için kurumların çalışanlarının psikolojik desteğe ulaşmalarını destekleyecek uygulama ve imkanları artırmaları da faydalı olacaktır. Alanyazın ve uygulamada mobbing düzeyi ve etkilerini azaltmaya yönelik kapsamlı müdahale çalışmalarına ihtiyaç duyulduğu, bununla birlikte ilerleyen araştırmalarda çalışanların işyerlerine ilişkin algıladıkları atmosfer ile depresyon ve intihar riskinin nasıl ilişki içinde olduğunun incelenmesinin önemli olabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*. Fifth edition.
- Aydın, O. ve Öcel, H. (2009). İşyeri Zorbalığı Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 12(24), 94-103.
- Beck, A.T., Warc, C.H., Mendelson, M., Mock, J. ve Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4: 561-71.
- Beck, A.T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R.A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 893-897.
- Bozbel, S. ve Palaz, S. (2007). İşyerinde psikolojik taciz (mobbing) ve hukuki sonuçları. *Tisk Akademi Dergisi*, 2 (3), 66-79.
- Dangaç, G. (2007). *Örgütlerde psikolojik yıldırma (mobbing) ve bir araştırma* (Master's thesis, Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Davenport, N., Schwartz, R. D., Elliott, G. P., & Önerly, O. C. (2003). *Mobbing: İş yerinde duygusal*. Sistem yayıncılık.
- Einarsen, S. ve Hoel, H. (2001). The Negative Act Questionnaire: Development, validation and revision of a measure of bullying at work. *10th European Congress on Work and Organizational Psychology*, Prag-Çek Cumhuriyeti.
- Einarsen, S., ve Raknes, B. I. (1997). Harassment in the workplace and the victimization of men. *Violence and victims*, 12(3), 247-263.
- Eisele, P. (2005). The Relationships between Psychological Work Climate and General Well-being: Testing a Model with Workplace Bullying and Burnout as Mediating Variables. *Baltic Journal of Psychology*, 16 (1, 2), 111-126.
- Ergin, C. (1992). *Maslach Tükenmişlik Envanterinin Uyarlaması*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Düzenleme Kurulu ve Türk Psikologlar Derneği Yayını.
- Ertürk, A. (2013). Mobbing Behaviour: Victims and Affected. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 13(1), 169-173.
- Escartin, J., Salin, D. and Rodriguez-Caballeira, A. (2011). Exploring gender differences in conceptualizations of workplace bullying: Defining bullying and rating the severity of different acts. *Journal of Personnel Psychology*, 10, 157-165.
- Hansen, A., Hogh, A., Persson, R., Karlson, B., Garde, A., ve Orbaek, P. (2006). Bullying at work, health outcomes, and physiological stress response. *Journal of Psychosom Res*, 60 (1), 63-72.
- Hansen, A.M., Hough, A., Garde, A.H., & Persson, R. (2014). Workplace bullying and sleep difficulties. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 87(3), 285-294. doi: 10.1007/s00420-013-0860-2.
- Hecker, T. E. (2007). Workplace mobbing: A discussion for librarians by. *The Journal of Academic Librarianship*, 33 (4), 439-445.
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanterinin Üniversite Öğrencileri için Geçerliği, Güvenirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13.
- IBM Corp. Released 2015. IBM SPSS Statistics for Windows, Version 23.0. Armonk, NY: IBM Corp.



- Koçak, O., & Hayran, N. (2011). Çalışma hayatında kadına yönelik taciz (mobbing): Kocaeli-Körfez ilçesi örneği. *Uluslararası 9. Bilgi, Ekonomi ve Yönetim Kongresi Bildirileri*, 23-25.
- Leymann, H. (1996). The content and development of mobbing at work. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 5(2), 165-184.
- Malinauskienė, V. & Einarsen, S. (2014). Workplace bullying and post-traumatic stress symptoms among family physicians in Lithuania: An occupation and region specific approach. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 27(6), 919-932.
- Maslach, C. ve Jackson, S.E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.
- Namie, G. (2002). "Workplace Bullying: Escalated Incivility"; *Ivey Business Journal*; November/December; 1-6.
- Parekh, R. (2017). What Is Depression? 25 Temmuz 2020 tarihinde <https://www.psychiatry.org/patients-families/depression/what-is-depression> adresinden erişilmiştir.
- Özyaman Boya, F., Demiral, Y., Ergör, A., Akvardar, Y. ve De Witte, H. (2008). Effects of Perceived Job Insecurity on Perceived Anxiety and Depression in Nurses. *Industrial Health*, 46, 613-619.
- Parekh, R. (2017). What Are Anxiety Disorders? 25 Temmuz 2020 tarihinde <https://www.psychiatry.org/patients-families/anxiety-disorders/what-are-anxiety-disorders> adresinden erişilmiştir.
- Poussard, J. M. ve Çamuroğlu, J. M. (2009). *Psikolojik Taciz; İş Yerindeki Kabus*. Ankara: Nobel Yayın ve Dağıtım.
- Rosario-Hernández, E., Rovira Millán, L. V., Comas Nazario, Á. R., Medina Hernández, A., Colón Jiménez, R., Feliciano Rivera, Y., ... & Berrios Quiñones, G. (2018). Workplace bullying and its effect on sleep well-being: The mediating role of rumination. *Revista Puertorriqueña de Psicología*. 29(1), 164-186.
- Rayner, C. (1997). Workplace bullying: Do something! *Journal of Occupational Health and Safety - Australia and New Zealand*, 14 (6), 581-585.
- Tınaz, P., Bayram, F. ve Ergin, H. (2008). *Çalışma psikolojisi ve hukuki boyutlarıyla iş yerinde psikolojik taciz (Mobbing)*. İstanbul: Beta Yayıncılık.
- Tutar, H. (2004). *İşyerinde psikolojik şiddet*. Ankara: Platin Yayınları.
- Ulusoy, M., Sahin, N. H., & Erkmen, H. (1998). The Beck anxiety inventory: psychometric properties. *J. Cogn. Psychother*, 12(2), 163-172.
- WHO, 2019. Burn-out an "occupational phenomenon": International Classification of Diseases. 25 Temmuz 2020 tarihinde https://www.who.int/mental_health/evidence/burnout/en/#:~:text=%E2%80%9CBurn%2Dout%20is%20a%20syndrome,related%20to%20one's%20job%3B%20and adresinden erişilmiştir.