

Original article

Kamu Çalışanlarında Psikolojik Dayanıklılığın İş Stresi Üzerindeki Etkisi: Zabıt Kâtipleri Örneği

The Effect of Psychological Resilience on Job Stress Among Public Employees: The Case of Court Clerks

Selcen Deniz Uzunbacak ^{a, *} & Osman Kürşat Acar ^b

^a Faculty of Economics and Administrative Sciences, Süleyman Demirel University, Isparta, Türkiye

^b Department of Human Resource Management Faculty of Economics and Administrative Sciences, Süleyman Demirel University, Isparta, Türkiye

Özet

Bu çalışmanın amacı, kamu çalışanları arasında yer alan zabıt kâtiplerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin iş stresi üzerindeki etkisini incelemektir. Adalet Bakanlığı bünyesinde görev yapan zabıt kâtipleri, işin doğası gereği yoğun iş yükü, zaman baskısı ve adli vakalarla sürekli temas hâlinde olmaları nedeniyle stresli bir çalışma yaşamı sürdürmektedir. Psikolojik dayanıklılık, çalışanların olumsuz koşullarla başa çıkabilmelerini sağlayan önemli bir kişisel kaynak olarak değerlendirilmektedir. Araştırma, 335 zabıt kâtipleri üzerinde nicel araştırma yöntemi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmada Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Algılanan İş Stresi Ölçeği kullanılmıştır. Anket tekniği ile elde edilen veriler SPSS 26 ve AMOS 21 analiz programları ile analiz edilmiştir. Geliştirilen hipotezler ise Yapısal Eşitlik Modellemesi ile test edilmiştir. Çalışma bulguları, katılımcıların psikolojik dayanıklılık düzeyinin yükseldikçe, çaresizlik algısı ve yetersiz özyeterlik algısı kaynaklı stres düzeylerinin düştüğünü göstermektedir. Bu doğrultuda, çalışanların iş stresini azaltmada psikolojik dayanıklılık önemli bir rol oynamaktadır. Çalışanların psikolojik dayanıklılıklarının artırılmasında bireysel ve örgütsel düzeyde müdahalelerde bulunulmasının faydalı sonuçlar doğuracağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Dayanıklılık, İş Stresi, Kamu Çalışanı, Zabıt Kâtipleri

Abstract

The aim of this study is to examine the effect of psychological resilience levels on job stress among court clerks, who are a subset of public employees. Court clerks working under the Ministry of Justice experience a stressful work environment due to the inherently demanding nature of their duties, including heavy workloads, time pressure, and constant exposure to judicial cases. Psychological resilience is regarded as a crucial personal resource that enables employees to cope with adverse conditions. The research was conducted using a quantitative research design on a sample of 335 court clerks. The Short Psychological Resilience Scale and the Perceived Job Stress Scale were utilized as measurement tools. Data obtained through the survey were analyzed using SPSS 26 and AMOS 21 software, and hypotheses were tested through Structural Equation Modeling (SEM). The findings indicate that as participants' levels of psychological resilience increase, their stress levels associated with perceptions of helplessness and insufficient self-efficacy decrease. Accordingly, psychological resilience plays a significant role in mitigating job stress among employees. It is believed that implementing interventions at both the individual and organizational levels can yield beneficial outcomes in enhancing employees' psychological resilience.

Keywords: Psychological Resilience, Work Stress, Public Employees, Court Clerks

Received: 07 November 2025 * **Accepted:** 21 December 2025 * **DOI:** <https://doi.org/10.29329/jsve.2025.1401.5>

* Corresponding author:

Selcen Deniz Uzunbacak completed her master's degree in the Department of Public Administration at the Institute of Social Sciences, Süleyman Demirel University, in Isparta, Türkiye. Her research interests focus on public administration. She currently lives and works in Isparta.
Email: selcendeniz@sdu.edu.tr

GİRİŞ

İş stresi, işin niteliği ve koşullarından ortaya çıkan, çalışanın verimliliğini, iş tatminini ve motivasyonunu olumsuz yönde etkileyen temel unsurlardan biridir. Aşırı iş yükü, zaman baskısı ve yoğun sorumluluk gibi işyeri faktörlerinin yanı sıra, iş dışı yaşamdan kaynaklanan sorunlar da iş stresini artırabilmektedir. Buna karşılık, son yıllarda önem kazanan psikolojik dayanıklılık kavramı, bireylerin olumsuz durumlarla başa çıkabilme ve uyum sağlayabilme kapasitesi olarak tanımlanmaktadır.

Psikolojik dayanıklılık, bireylerin stres ve depresyonla mücadele etmesinde, duygusal ve bilişsel iyileşmeyi desteklemesinde önemli rol oynamaktadır. Bu bağlamda çalışma yaşamında stresin olumsuz etkilerini azaltmak ve olumlu çıktıları artırmak için psikolojik dayanıklılığın geliştirilmesi, bireysel gelişimlerin desteklenmesi ve uygun iş ortamlarının sağlanması gerekmektedir. Uzun süreli stres etkenlerine maruz kalmak ciddi psikolojik ve fiziksel sorunlara yol açabilmektedir. Bu doğrultuda yoğun iş yükü ve zorlu çalışma koşulları nedeniyle zabıt kâtipleri risk altındaki meslek gruplarından biri olarak öne çıkmaktadır. Adli süreçlerde suç mağdurları ve failleriyle doğrudan iletişim halinde bulunmaları, mesleki açıdan yıpratıcı psikolojik etkiler yaratabilmektedir.

Bu çalışma, stresli bir çalışma ortamına sahip zabıt kâtiplerinin iş stresi ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin sosyo-demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını ve bu iki değişken arasında anlamlı bir ilişkinin bulunup bulunmadığını incelemektedir. Bu bağlamda çalışmada psikolojik dayanıklılık ve iş stresine ilişkin kavramsal çerçeveye yer verilmiş, ardından çalışmanın kuramsal modeli test edilerek elde edilen bulgular ışığında sonuçlar tartışılmıştır.

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Psikolojik Dayanıklılık

Bireyler yaşamları boyunca en az bir kez travmatik olaylarla karşılaşmakta ve bu durumlara farklı tepkiler verebilmektedirler. Tepkiler kişiden kişiye değişmekte ve bazı bireyler bu olayların üstesinden gelebilirken, bazıları ise bu olayları kaldıramamaktadır (Bonanno, 2005). Psikolojik dayanıklılık da bu tür zorluklarla başa çıkabilmeyi sağlayan yöntemlerden biri olarak değerlendirilmektedir. Son yıllarda psikolojik dayanıklılık kavramı üzerine yapılan çalışmalar giderek artmaktadır (Gizir, 2007: 114). Latince “resiliens” kelimesinden türetilen psikolojik dayanıklılık kavramı (Greene, 2002), The Random House Sözlüğü’nde (1967) ise “sıkıştırılıp ya da esnetildikten sonra orijinal formuna dönebilme becerisi” olarak tanımlanmıştır. Türkçe literatürde “resiliens” kavramı için “yılmazlık” (Gürkan, 2006), “psikolojik sağlamlık” (Basım ve Çetin, 2011), “kendini toparlama gücü” (Terzi, 2006) ve “psikolojik dayanıklılık” (Gizir, 2007) gibi farklı karşılıklar önerilmiş olsa da en yaygın kabul gören ifade “psikolojik dayanıklılık” olmuştur. Literatürde psikolojik dayanıklılık kavramı;

- Ağır risk koşullarına rağmen bireyin başarılı bir şekilde eski haline dönebilme yeteneği (Masten, 2001),

- Zorlukların üstesinden gelmeyi ve bu süreçten daha da güçlü çıkmayı sağlayan bir yeterlilik (Grotberg, 1995),
- Güçlülere rağmen gelişim göstermeyi sağlayan aktif bir süreç (Rolland ve Walsh, 2006: 527),
- Zor koşullar karşısında baş edebilme ve uyum sağlama becerisi (Masten ve Coatsworth, 1998),
- Önemli değişim, risk veya olumsuzluklarla mücadele kapasitesi (Stewart & Mangham, 1997),
- Olumsuzluklara karşı uyum ve başa çıkma becerisi (Block ve Kremen, 1996),
- Depresyon, hastalık veya olumsuz durumlar karşısında toparlanabilme ve esneklik (Earvolino-Ramirez, 2007),
- Acı verici risk deneyimlerine rağmen olumlu psikolojik sonuçlara ulaşabilme (Rutter, 2006),
- Hastalık, değişim veya olumsuzluklardan sonra hızla iyileşebilme ve esneklik (Earvolino-Ramirez, 2007),
- Zorluklara rağmen geri sıçrama, dayanma ve kendini onarma kapasitesi (Wolin ve Wolin, 1993) olarak tanımlanmaktadır.

Literatürde psikolojik dayanıklılık farklı biçimlerde ele alınmakta ve bu nedenle anahtar kelime olarak “psychological resilience” kullanılmaktadır. Türkiye’de psikolojik dayanıklılık ile ilgili ilk tez çalışması 2004 yılında yüksek lisans tezi olarak yapılmış olup, bu çalışmada dayanıklılık ve akademik başarı ilişkisi araştırılmıştır (Gizir, 2007). 2004-2019 yılları arasında toplam 258 çalışma gerçekleştirilmiş, bunların 205’i yüksek lisans, 46’sı doktora ve 7’si tıpta uzmanlık tezi niteliğindedir. Çalışmaların alan dağılımına bakıldığında ise 132’si psikoloji, 66’sı eğitim ve öğretim, 26’sı sağlık bilimleri (tıp, hemşirelik), 6’sı işletme ve 28’i sosyal hizmet, din ve sağlık yönetimi alanlarında yürütülmüştür. Gizir’in (2007) çalışmasında, yoksul çocuklar üzerinde akademik dayanıklılığı etkileyen bireysel, ailesel ve çevresel koruyucu faktörler araştırılmıştır. Tez çalışmalarının büyük kısmının sağlık ve eğitim çalışanları örnekleminde yapıldığı görülmektedir.

Lisansüstü tezlerin yanı sıra, psikolojik dayanıklılık son dönemde süreli yayınlarda da yoğun biçimde ele alınmıştır. Nitekim, Kararımak ve Siviş-Çetinkaya’nın (2011) 1999 depremini yaşamış 362 bireyle yaptığı çalışmada, benlik saygısı ve denetim odağının psikolojik dayanıklılığı açıkladığı ve bu ilişkide olumlu ve olumsuz duyguların aracılık rolü bulunduğu belirlenmiştir. Üniversite akademik personeli örnekleminde yapılan bir çalışmada ise demografik özelliklerin psikolojik dayanıklılık üzerinde anlamlı etkisi bulunmazken, psikolojik dayanıklılık ile yaşam doyumu arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki tespit edilmiştir (Ülker Tümlü ve Reçepoğlu, 2013). Öğrencilerle yapılan bir diğer

araştırmada yalnızlık algısının, benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık üzerinde ters etki gösterdiği ve yalnızlığın her iki değişkenin açıklayıcısı olduğu belirlenmiştir (Güloğlu ve Kararımak, 2010). Gürkan (2006) ise öğrenciler üzerinde yaptığı çalışmada, iyilik hali ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif bir ilişki bulmuştur.

Çetin ve diğerlerinin (2015) çalışmasında, kişilik özellikleri ile psikolojik dayanıklılık ilişkisi incelenmiştir. Çalışmada yüksek dışadönüklük, özdisiplin, gelişime açıklık ve uyumluluk ile düşük nörotiklik düzeyine sahip bireylerin dayanıklılıklarının yüksek olduğu ve psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında kendilik algısı, sosyal kaynaklar ve sosyal yeterlilik alt boyutlarının ön plana çıktığı bulgusuna ulaşılmıştır. Otel yöneticileri üzerinde yapılan bir çalışmada psikolojik dayanıklılık ile örgütsel adalet arasında pozitif ilişki bulunmuştur (İslamoğlu ve Kirtulukoğlu, 2017). Akademisyenler üzerinde yapılan bir diğer araştırmada, sosyal ve örgütsel desteğin psikolojik dayanıklılık ve mutluluk üzerinde pozitif etkisi olduğu, özellikle arkadaş desteği ve örgütsel adalet algısının yüksek düzeyde etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Akçakanat vd., 2018). Özel sektör çalışanları üzerinde yapılan araştırmada ise genel öz-yeterliliğin psikolojik dayanıklılıktan daha fazla çalışmaya tutkunluğu açıkladığı tespit edilmiştir (Zor ve Özsoy, 2019). Psikolojik dayanıklılığın uluslararası literatürdeki öncü çalışmaları, Werner (1955) tarafından farklı ırklardan çocuklarla yürütülmüş ve dayanıklılığı etkileyen değişkenler incelenmiştir (Garmezy vd., 1984). Kobasa (1979, 1982) ise çalışmasında psikolojik dayanıklılığın kişilik ve sağlık üzerindeki etkilerine odaklanarak model önerisinde bulunmuştur.

Masten ve Garmezy (1985) psikolojik dayanıklılık süreçlerini dört dalga halinde ele alınmıştır. Birinci dalga, riskli koşullarda gelişen çocukların özerklik ve benlik saygısı gibi özellikleri ile dayanıklılık ilişkisini incelemiştir (Masten ve Garmezy, 1985). İkinci dalga, çocuk, aile ve sosyal çevre özelliklerinin dayanıklılık üzerindeki etkisine yoğunlaşmıştır (Luthar vd., 2000). Üçüncü dalga, psikolojik dayanıklılığın gelişim mekanizmalarını anlamaya ve dayanıklılığı artırmak için yapılabilecekleri ortaya koymaya odaklanmıştır (Wright vd., 2013). Dördüncü dalga ise gelişimsel dayanıklılık bağlamında, nöroloji, beyin ve gen bilimleri ışığında dayanıklılık süreçlerini incelemiştir (Wright vd., 2013).

Literatürdeki çalışmalar psikolojik dayanıklılığın öncülleri ve sonuçlarını araştırmıştır. İlkokul öğretmenleri üzerinde yapılan araştırmada, kişilik özellikleri ve iş stresinin dayanıklılığı negatif etkilediği, yüksek psikolojik dayanıklılığa sahip bireylerin tükenmişlik düzeylerinin düşük olduğu belirlenmiştir (Holt vd., 1987). Askeri personel üzerinde yapılan araştırmada, stres düzeyinin performans üzerindeki etkisinin psikolojik dayanıklılık tarafından belirlendiği bulunmuştur (Westman, 1990). Hemşireler üzerinde yapılan çalışmada iş stresi, tükenmişlik ve kaygının psikolojik dayanıklılığı negatif etkilediği gözlenmiştir (Van Servellen vd., 1994). Brooking ve Bolton (1997), psikolojik dayanıklılığın depresyon ve sosyal destek algısını olumlu etkilediğini tespit etmiştir. Üniversite

öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada ise psikolojik dayanıklılığın etnik kültüre bağlılık, iyimserlik ve yaşam tatminini artırdığı görülmüştür (Utsey vd., 2008).

Stresli yaşam olaylarının iyi oluş üzerindeki etkisinin incelendiği çalışmada, psikolojik dayanıklılığın düzenleyici rol oynadığı belirlenmiştir (de Paula Couto vd., 2011). Çin’de kamu çalışanları ile yapılan araştırmada psikolojik dayanıklılık, iş stresi ve tükenmişlik ilişkisini kısmi olarak aracılık etmiştir (Hao vd., 2015). Bilişim sektöründe yapılan çalışmada ise öğrenen organizasyon algısının işe adanmışlığa etkisinde psikolojik dayanıklılık aracı rol oynamıştır (Malik ve Garg, 2017). Yabancı ülkelerde çalışan bireyler üzerinde yapılan araştırmada, psikolojik dayanıklılığın işe uyumu ve katılımcı örgüt iklimini pozitif etkilediği ve işe uyumun dayanıklılık ile işten ayrılma niyeti arasındaki aracı değişken olduğu görülmüştür (Davies vd., 2018). Son olarak, Yeni Zelanda’da depremden etkilenen turizm işletmesi sahipleri üzerinde yapılan çalışmada, psikolojik dayanıklılık ve çalışan dayanıklılığı arasında pozitif ilişki bulunmuş, çalışan dayanıklılığının yaşam tatmini ve organizasyonel dayanıklılığı olumlu etkilediği tespit edilmiştir (Prayag vd., 2019).

İş Stresi

Stres, yalnızca günümüzde kullanılan bir kavram olmayıp, tarih öncesi dönemlerden itibaren bireylerin karşılaştığı bir durumdur. Ancak stres kavramının bilimsel literatürde yer alması, 18. yüzyılda bir fizikçi aracılığıyla gerçekleşmiştir (Can Saruhan ve Yıldız, 2014: 473). Günümüzde stres, bireylerin hem çalışma hem de sosyal yaşamında vazgeçilmez bir unsur haline gelmiştir. Stresten uzak durmaya çalışılsa da bireyler çoğu zaman farkında olmadan kendini stres çemberi içinde bulabilir ve stres bireyin hayatının bir parçası haline gelebilir. Bireyler yoğun stres dönemlerinde bu durumdan çıkabilmek için mücadele etmeyi öğrenir. Stresli yaşam, bireyleri, yaşamlarını ve çevresindekileri sürekli değerlendirerek karşılaştıkları durumlara hazırlıklı olmaya zorlamaktadır (Örücü ve Üngören, 2013: 202).

Selye 1930’lu yıllarda stresin tanımını “değişimler karşısında organizmanın spesifik olmayan cevabı” olarak ifade etmiştir (Szabo vd., 2012: 474). İş stresi, iş görenlerin örgüt içi etkileşimlerden kaynaklanan tepkisi (Shirom, 1982) ve bireylerin iş ortamının yapısına karşı fiziksel ve psikolojik tepkiler olarak tanımlanmaktadır (Jamal, 2005: 130; Düzgün, 2014: 21). İş stresi, örgüt ve birey davranışlarını, tutumlarını ve performansını etkileyen bir süreçtir. İşin gerekleri ile çalışan talepleri ve yetenekleri arasında uyumsuzluk oluştuğunda fiziksel ve davranışsal tepkiler ortaya çıkar (Lindholm, 2006: 302). İşin gereklilikleri ile zihinsel ve fiziksel kaynaklarını aşmaları durumunda bireylerin stres düzeyleri artar. Örgütsel kaynaklı stres, yalnızca iş yaşamını değil, bireyin genel yaşamını da olumsuz etkiler. Verimlilik, sağlık ve toplumsal maliyetler üzerinde sonuçlar doğurur. Bu nedenle iş stresinin nedenlerini, etkilerini ve ilişkili faktörlerini anlamak, bireysel ve toplumsal maliyetleri azaltmak açısından önemlidir (Hessels vd., 2017: 178). İş stresi, çalışanın memnuniyetini, performansını ve

verimliliğini etkilediği gibi psikolojik ve fizyolojik sağlık sorunlarına, yaşam tarzına ve işe devamsızlık gibi fonksiyonlara da doğrudan etki etmektedir (Tennant, 2001: 697).

İş stresinin nedenleri, bireyden bireye, işletmeden işletmeye ve toplumsal bağlamda farklılık göstermektedir. İş stresi bireysel, çevresel ve örgütsel kaynaklardan kaynaklanmaktadır (Guluzada, 2019: 19).

Bireysel Nedenler: Kişilik yapısı ve stres algısı, iş deneyimi, yaşamın dalgalı olması bireyin stres düzeyini etkiler (Şahin, 2020: 11). Ailevi problemler, bağımlılık eğilimleri (alkol, sigara, uyuşturucu) ve yaş, özellikle menopoza ve andropoz süreçleri, stres düzeyini artırmaktadır. Orta yaş ve üzerindeki çalışanlar, genç çalışanlarla uyum sağlamakta zorlanırken, genç çalışanlar bilgi ve deneyim eksikliği nedeniyle stres yaşayabilmektedir (Kaya ve Kaya, 2007: 45-46; Yavuz, 2018: 36).

Örgütsel Nedenler: Örgütsel faktörler arasında zaman baskısı, aşırı tempo, yerine getirilmesi zor hedefler, görevlerin sıradanlaştırılması, duygusal olarak rahatsızlık veren işler ve vardiyalı çalışma koşulları yer almaktadır (Aydın, 2018: 36; Kodaş, 2018: 39).

Çevresel Nedenler: Ekonomik, teknolojik ve politik faktörler çalışanlar üzerinde stres kaynağıdır. Belirsizlik, ani değişimler ve ekonomik zorluklar, bireyin stres düzeyini artırmaktadır (Şahverdioğlu, 2019: 56; Robbins ve Judge, 2015: 609).

İş stresi bireysel ve örgütsel sonuçlar doğurur. Bireysel sonuçlar psikolojik, fizyolojik ve davranışsal etkilerle kendini gösterir. Bu bağlamda endişe, gerginlik, anksiyete, uyku bozuklukları, hipertansiyon, kas ağrıları ve kalp rahatsızlıkları gibi sorunlar ortaya çıkabilir (Aydın, 2008; Koçer, 2015; Erdoğan vd., 2009; Schneiderman vd., 2005; Çelik ve Şimşek, 2010: 165). Psikolojik etkiler arasında özgüven eksikliği, tükenmişlik, panik atak, depresyon ve yabancılaşma bulunur (Eroy, 2019: 42; Ardıç ve Polatçı, 2008: 31; Freudenberg, 1974: 159; Maslach ve Jackson, 1981: 99; Tuna ve Yeşiltaş, 2014: 108). Davranışsal sonuçlar ise alkol ve madde kullanımına yönelme gibi tepkileri içerir (Çelik ve Şimşek, 2010: 164-165).

Örgütsel düzeyde stres, sağlık giderlerinin artması, iş kazaları, kalifiye eleman kaybı, performans düşüşü, devamsızlık ve çatışma gibi sonuçlara yol açmaktadır (Sabuncuoğlu ve Tüz, 2008: 224; Randall ve Scott, 1988: 336; Soysal, 2009: 344). Stresin performans üzerindeki etkisi, belirli bir noktaya kadar olumlu olup aşırı stres performans düşüklüğüne yol açmaktadır. İş gören devri ve devamsızlık, stresin doğrudan sonuçları arasında yer almakta ve işletmelerin verimliliğini etkileyebilmektedir (Bozkurt, 2010: 33-34; Yılmaz ve Ekici, 2003: 8). Örgütsel çatışmalar, farklı değer ve amaçlara sahip bireylerin etkileşimi sonucu ortaya çıkar (Seval, 2006: 246; Wall ve Callester, 1995: 517; Beheshtifar ve Hesani, 2013: 214).

Psikolojik Dayanıklılık ve İş Stresi Arasındaki İlişki

Eşit düzeyde strese maruz kalınan bir ortamda bireylerin tepkileri farklılık gösterebilmektedir. Bazıları başa çıkmada zorlanırken, bazıları daha çabuk toparlanabilmektedir. Bu nedenle psikolojik dayanıklılık, bireylerin yaşamlarını sağlıklı ve mutlu bir biçimde sürdürebilmeleri açısından kritik bir öneme sahiptir (Kurt, 2011: 3-4). Psikolojik dayanıklılığı yüksek çalışanlarda stres toleransının yüksek olması ve kriz veya çatışma durumlarında motivasyonun daha güçlü olması beklenir. Bu durum, çalışanların mental sağlığını korumak için stres ve olumsuz duygu-düşüncelerin belirlenmesini gerektirir (Bitmiş vd., 2013: 29). Psikolojik dayanıklılık, uyum sağlama ve başarı elde etme süreci olarak da tanımlanabilir ve stresin olumsuz etkilerini azaltmada önemli bir rol oynar (Hunter, 2001; Jacelon, 1997: 124). Psikolojik dayanıklılığı yüksek olan bireylerin stresle başa çıkmada, uyum sağlamada ve olaylar karşısında kendilerini hızla geliştirmede daha başarılı oldukları gözlenmektedir (Garmezy, 1991). Agaibi ve Wilson (2005), bireylerin travma ve kayıp gibi yoğun stres deneyimlerine rağmen hayata tutunma mücadelesini, Connor (2011) ise duygusal dayanıklılık ve stresle başa çıkabilme yetisini tanımlamaktadır (Agaibi ve Wilson, 2005: 204; Connor, 2011: 46).

Bu çalışmanın teorik altyapısını oluşturan iki kuram, Psikolojik Dayanıklılık Kuramı (Psychological Resilience Theory) ve Olumlu Duyguları Genişletme ve İnşa Etme Kuramıdır (Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions). Psikolojik Dayanıklılık Kuramı, bireylerin zorluklar karşısında güçlü yanlarını ortaya koymalarını sağlayan çok yönlü bir çalışma alanıdır. Bu kuram, bireylerin zorlu yaşam koşullarında olumlu uyum süreçlerini inceler. Bireyin kişilik özelliklerini değil, risk durumlarıyla başa çıkmasını sağlayan sosyal, bireysel ve çevresel destekleyici unsurları ön plana çıkarır (Luthar vd., 2000; Rutter, 2005; Fergus ve Zimmerman, 2005: 405; Ülker Tümlü ve Recepoğlu, 2013: 206). Fredrickson'ın (2001: 1368) Olumlu Duyguları Genişletme ve İnşa Etme Kuramı ise olumlu duyguların bireylerin düşünce ve davranış perspektiflerini genişlettiğini, sosyal etkileşimlerini artırdığını ve hedeflerine ulaşmak için daha fazla çaba göstermelerini sağladığını öne sürmektedir. Olumsuz duygular ise bireyin sosyal etkileşim yerine kendini izole etmesine yol açabilir (Gallan vd., 2013: 340; Fredrickson, 1998). Bu çerçevede, yüksek psikolojik dayanıklılık, örgüt ortamında stresin etkilerini azaltabilir ve bireylerin gelişimini destekleyebilir.

Literatürde stresle başa çıkma ve psikolojik dayanıklılık arasında bir ilişki olduğu belirtilmektedir (Denovan ve Macaskill, 2016: 4). Yağmur ve Türkmen (2017)'in 120 hasta ailesi üzerinde yaptıkları çalışmada, stres arttıkça psikolojik dayanıklılığın azaldığı tespit edilmiştir. Ersezgin ve Tok (2019), özel güvenlik görevlilerinde algılanan iş stresi ile psikolojik dayanıklılık arasında bir ilişki olduğunu saptamışlardır. Onan ve diğerleri (2018), hemşirelik öğrencilerinde stres ve psikolojik dayanıklılık arasında ilişki olduğunu göstermişlerdir. Canale ve diğerleri (2018), internet oyun bozukluğu olan bireylerde algılanan stres düzeyinin yüksek, psikolojik dayanıklılığının ise düşük olduğunu ortaya koymuştur. Saltık ve Kızıllırmak (2020) turist rehberleri üzerinde yaptıkları çalışmada, psikolojik

dayanıklılığın stres yönetimi üzerinde etkisi olmadığını bulmuşlardır. Acar ve diğerleri (2019), sigara bırakma polikliniğine başvuran bireylerde stresle başa çıkma ve psikolojik dayanıklılık alt boyutlarında anlamlı farklılıklar tespit etmiştir. Çetin (2019), öğretmenlerde stresle başa çıkma tarzlarının psikolojik dayanıklılık ile ilişkili olduğunu ve olumlu başa çıkma tarzlarının daha etkin olduğunu ortaya koymuştur. Abbas (2020) ise futsal sporu ile ilgilenen üniversite öğrencilerinde stres algısı ile psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı pozitif ilişki bulmuştur.

YÖNTEM

Araştırmanın verileri, SPSS 26 ve AMOS 21 programlarıyla analiz edilmiştir. Ölçeklerin geçerliliği faktör analizleriyle, güvenirliği Cronbach Alpha katsayısıyla test edilmiştir. Katılımcı özelliklerine göre farklar t-Testi, ANOVA ve Tukey Testi ile değişkenler arası ilişkiler korelasyon ve yapısal eşitlik modeli analizleriyle incelenmiştir.

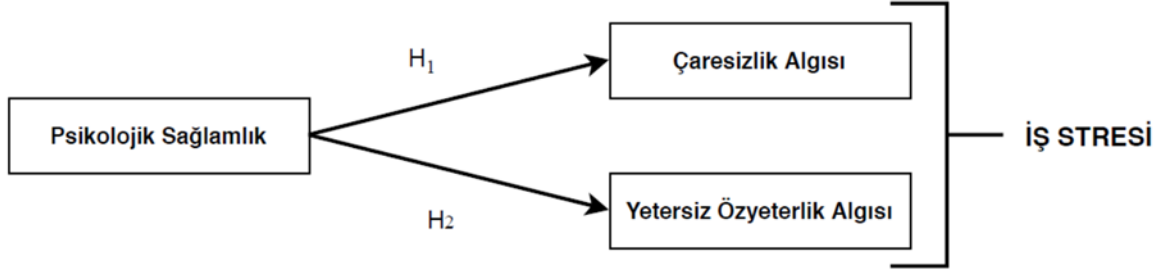
İşlem

Araştırma için Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu'ndan izin alınmıştır (2021/101-10). COVID-19 salgını nedeniyle katılım istenilen düzeyde olmamış, ankete 410 katılımcıdan geri dönüş sağlanmış, bunlardan 335 geçerli anket verisi analize dahil edilmiştir.

Araştırmanın Örneklemi

Araştırmanın örneklemi Türkiye'de Adalet Bakanlığı'nın taşra teşkilatlarında görev yapan 335 zabıt kâtabi oluşturmaktadır. Katılımcılar kolayda örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Türkiye genelinden veri toplamak amacıyla kişisel irtibatlarla hazırlanan çevrimiçi anket formu (Google Forms) zabıt kâtiplerine gönderilmiştir. %95 güven düzeyinde, evren büyüklüğünün sınırsız olduğu durumlarda (zabıt kâtabi sayısına ilişkin kesin verilere ulaşılamadığından) örneklem büyüklüğünün 384 olması gerektiği ifade edilmektedir. Bununla birlikte, yapısal eşitlik modellemesi kullanılan araştırmalarda en az 200 katılımcıya (Kline, 2005) veya ölçeklerdeki toplam madde sayısının en az on katı kadar örnekleme (Hair vd., 1998) ulaşılmasının yeterli olduğu belirtilmektedir. Bu araştırmada kullanılan iki ölçek toplamda 16 ifadeden oluşmakta olup, 335 katılımcıdan elde edilen veriler analizlere dâhil edilmiştir. Dolayısıyla, çalışma kapsamında ulaşılan örneklem büyüklüğünün yeterli olduğu kabul edilmektedir.

Araştırmanın Modeli



Şekil 1. Araştırmanın Kuramsal Modeli

H1: Psikolojik dayanıklılık, iş stresinin çaresizlik algısı boyutunu negatif etkiler.

H2: Psikolojik dayanıklılık, iş stresinin yetersiz özyeterlik algısı boyutunu negatif etkiler.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini belirlemek için 6 soru, psikolojik dayanıklılık ve iş stresi düzeylerini ölçmek için ise iki ölçek kullanılmıştır. Psikolojik dayanıklılığı ölçmek amacıyla Smith vd. (2008) tarafından geliştirilen ve Doğan (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan 6 maddelik Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, iş stresini ölçmek için ise Cohen vd. (1983) tarafından geliştirilen ve Örücü ile Demir (2009) tarafından uyarlanan 10 maddelik Algılanan Stres Ölçeği (PSS-10) kullanılmıştır. Her iki ölçek de beşli Likert tipinde derecelendirilmiş olup, orijinal ve uyarlama çalışmalarda yüksek güvenirlik katsayılarına sahiptir.

BULGULAR

Demografik Özellikler

Tablo 1’de katılımcıların demografik özelliklerine ait cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim düzeyi, çalışılan birim ve kıdemi ile ilgili frekans ve yüzde değerleri verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişken		n	%
Cinsiyet	Kadın	165	49,3
	Erkek	170	50,7
Medeni Durum	Evli	229	68,4
	Bekar	106	31,6
Yaş	20-25	39	11,6
	26-30	55	16,4
	31-35	80	23,9
	36-40	62	18,5
	41-45	48	14,3
	46 ve üzeri	51	15,2
Eğitim Düzeyi	Lise	131	39,1
	Ön Lisans	164	49,0
	Lisans	40	11,9
Çalışılan Birim	Adli Yargı	222	66,3
	İdari Yargı	113	33,7
Kıdem	1-5	103	30,7
	6-10	91	27,2
	11-15	60	17,9
	16-20	29	8,7
	21-25	27	8,1
	26 ve üzeri	25	7,5
Toplam		335	100

Araştırma kapsamında yer alan 335 zabıt kâtibine ilişkin demografik bulgular incelendiğinde, katılımcıların %49,3'ünün kadın ve %50,7'sinin erkek olduğu görülmektedir. Bu dağılım, çalışma grubunda dengeli bir cinsiyet dağılımı sağlandığını göstermektedir. Yargı hizmetlerinin işleyişinde kadın ve erkek çalışanların benzer oranlarda yer alması, mesleğin cinsiyet temelli bir yoğunlaşmadan ziyade eşitlikçi bir yapıda sürdürüldüğüne işaret etmektedir. Bunun yanında eğitim düzeyi bakımından, katılımcıların %49'unun ön lisans, %39,1'inin lise, %11,9'unun ise lisans mezunu olduğu belirlenmiştir. Bu dağılım, zabıt kâtibî kadrosuna giriş koşullarının gerektirdiği orta ve ön lisans düzeyinde eğitime sahip personelin ağırlıkta olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte, az da olsa lisans mezunlarının varlığı, mesleğe akademik birikimi yüksek bireylerin de yöneldiğini ortaya koymaktadır. Eğitim düzeyinin çeşitlilik göstermesi, örgütsel algı ve performans değerlendirme süreçlerinde farklı bakış açılarının gelişmesine katkı sağlayabilir.

Tablo 2'de çalışanların yaşları ve çalışma sürelerinin ortalama ve standart sapma değerleri yer almaktadır.

Tablo 2. Katılımcıların Yaş ve Kıdemine Göre Bulguları

Değişkenler	Ort.	Std. S.	Alt Değer	Üst Değer
Yaş	36,1	8,7	20	63
Kıdem	11,3	8,5	2	41

Tablo 2 incelendiğinde, katılımcıların yaş ortalamasının 36,1, kıdem ortalamasının ise 11,3 yıl olduğu görülmektedir. Bu bulgu, örneklemin büyük ölçüde orta yaş grubunda ve deneyimli çalışanlardan oluştuğunu göstermektedir. Yaş ve kıdem aralıklarının genişliği, araştırmaya hem mesleğe yeni başlayan hem de uzun yıllar görev yapmış bireylerin dâhil olduğunu ortaya koymaktadır. Bu durum örneklemin çeşitli deneyim düzeylerini temsil eden dengeli bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir.

Faktör ve Güvenirlik Analizleri

Verilerin model ile uyumunu belirlemek amacıyla doğrulayıcı faktör analizi (DFA) uygulanmıştır. Ölçekler üzerinde doğrulayıcı faktör analizi uygulayabilmek amacıyla farklı ölçüm modelleri oluşturulmuş ve daha sonrasında oluşturulan modeller AMOS 21 programı ile test edilmiştir.

Tablo 3. Ölçeklerin İyi Uyum Değerleri

Ölçekler	χ^2/df	RMSEA	CFI	TLI	NFI	AGFI	GFI	IFI
Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	1,276	,029	,992	,984	,985	,977	,994	,997
Algılanan İş Stresi Ölçeği	2,880	,075	,974	,958	,962	,924	,964	,975

Tablo 3 incelendiğinde ölçeklerin iyi uyum değerlerinin literatürde belirtilen (Seçer, 2015: 190; Munro, 2005: 415) referans değerler arasında yer aldığı ve büyük çoğunluğunun iyi uyum gösterdiği görülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizinin akabinde, ölçeklerin güvenilirliklerini belirlemek amacıyla içsel tutarlılık katsayısı (Cronbach alpha = α) hesaplanmıştır. Field'e göre araştırmada kullanılan değişkenlerin ölçüm araçlarının güvenilirlik katsayısının (α) .70'in üzerinde olması gerekmektedir. Tablo 3'te görüleceği üzere her bir ölçek ve boyutları için bu değer belirtilen sınır değerlerin üzerindedir.

Tablo 4. Ölçeklerin İç Tutarlılık Güvenilirlik Katsayı Değerleri

Değişkenler	Madde Sayısı	Cronbach α	Çarpıklık	Basıklık
Psikolojik Dayanıklılık	6	,737	-,263	-,095
Çaresizlik Algısı	5	,882	,172	,593
Yetersiz Özyeterlik Algısı	3	,776	,225	,084
İş Stresi	8	,867	,195	-,410

Yapı geçerliği ve iç tutarlılık hesaplamalarının yapılmasının ardından, ölçeklere ilişkin boyutların normallik analizleri gerçekleştirilmiştir. İlgili analiz neticesinde çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1 ila +1 arasında yer aldığı görülmüştür. Bu doğrultuda verilerin normal dağıldığı söylenebilir (bkz. Morgan vd., 2004).

Psikolojik Dayanıklılığa İlişkin Fark Analizleri

Bu başlık altında psikolojik dayanıklılık boyutuna ilişkin demografik değişkenler bağlamında fark analizlerine yer verilmiştir.

Tablo 5. Cinsiyet, Medeni Durum ve Çalışılan Birime Göre Psikolojik Dayanıklılık

Değişken		n	Ort.	Std. S.	sd	t	p
Psikolojik Dayanıklılık	Cinsiyet				333	-,401	,689
	Kadın	165	3,14	,82			
	Erkek	170	3,17	,87			
	Medeni Durum					-2,372	,018*
	Evli	229	3,08	,79			
	Bekar	106	3,32	,92			
	Çalışılan Birim					1,664	,097
	Adli Birim	222	3,21	,85			
	İdari Birim	113	3,05	,83			

Tablo 5’te katılımcıların psikolojik dayanıklılık düzeylerinin cinsiyet, medeni durum ve çalışılan birime göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi uygulanmıştır. Sonuçlara göre cinsiyet ve birim değişkenleri açısından anlamlı bir fark bulunmazken, medeni duruma göre fark gözlenmiştir. Bekar katılımcıların, evli olanlara kıyasla daha yüksek psikolojik dayanıklılık sergilediği belirlenmiştir.

Tablo 6’da ise yine psikolojik dayanıklılığın ilişkin yaş, eğitim ve kıdem bağlamında fark analizlerine yer verilmiştir.

Tablo 6. Yaş, Eğitim Durumuna ve Kıdeme Göre Psikolojik Dayanıklılık

Değişken		Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark Grupları
Psikolojik Dayanıklılık	Yaş						
	Gruplar arası	1,882	5	,376	,523	,759	-
	Gruplar içi	236,859	329	,720			
	Eğitim						
	Gruplar arası	2,318	2	1,159	1,627	,198	-
	Gruplar içi	236,423	332	,712			
	Kıdem						
	Gruplar arası	5,297	5	1,059	1,493	,191	-
	Gruplar içi	233,444	329	,710			

Tablo 6’da katılımcıların yaş, eğitim durumu ve kıdem değişkenlerine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinde farklılık olup olmadığını incelemek için ANOVA analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçları, bu değişkenler arasında psikolojik dayanıklılık düzeyi bakımından anlamlı bir fark bulunmadığını göstermektedir.

İş Stresine İlişkin Fark Analizleri

Bu başlık altında iş stresi boyutlarına ilişkin demografik değişkenler bağlamında fark analizlerine yer verilmiştir.

Tablo 7. Cinsiyet, Medeni Durum ve Çalışılan Birime Göre İş Stresi

Değişken		n	Ort.	SS	sd	t	p
Çaresizlik Algısı	Cinsiyet				333	1,584	,114
	Kadın	165	3,28	,91			
	Erkek	170	3,11	1,01			
	Medeni Durum					1,211	,227
	Evli	229	3,24	,96			
	Bekar	106	3,10	,97			
	Çalışılan Birim					-1,253	,211
Yetersiz Özyeterlik Algısı	Adli Birim	222	3,15	,91			
	İdari Birim	113	3,29	1,06			
	Cinsiyet				333	,598	,550
	Kadın	165	2,91	,81			
	Erkek	170	2,86	,85			
	Medeni Durum					2,137	<u>,033*</u>
	Evli	229	2,95	,82			
	Bekar	106	2,74	,84			
	Çalışılan Birim					-,765	,445
	Adli Birim	222	2,86	,85			
	İdari Birim	113	2,93	,78			

Katılımcıların iş stresi düzeylerinin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için cinsiyet, medeni durum ve çalışılan birim açısından t-Testi; yaş, eğitim durumu ve kıdem açısından ise ANOVA testi yapılmıştır. Analizler, iş stresinin “çaresizlik algısı” ve “yetersiz özyeterlik algısı” boyutlarında yapılmıştır. Tablo 13’te verilen sonuçlara göre çaresizlik algısı boyutunda hiçbir değişkene göre anlamlı fark bulunmazken, yetersiz özyeterlik algısı boyutunda medeni duruma göre farklılık saptanmıştır. Evli katılımcıların, bekar katılımcılara kıyasla daha yüksek düzeyde yetersiz özyeterlik algısına sahip oldukları, bunun da iş-aile çatışması gibi etkenlerle ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Tablo 8’de ise iş stresi boyutlarına ilişkin yaş, eğitim ve kıdem bağlamında fark analizlerine yer verilmiştir.

Tablo 8. Yaşa, Eğitim Durumuna ve Kıdeme Göre İş Stresi

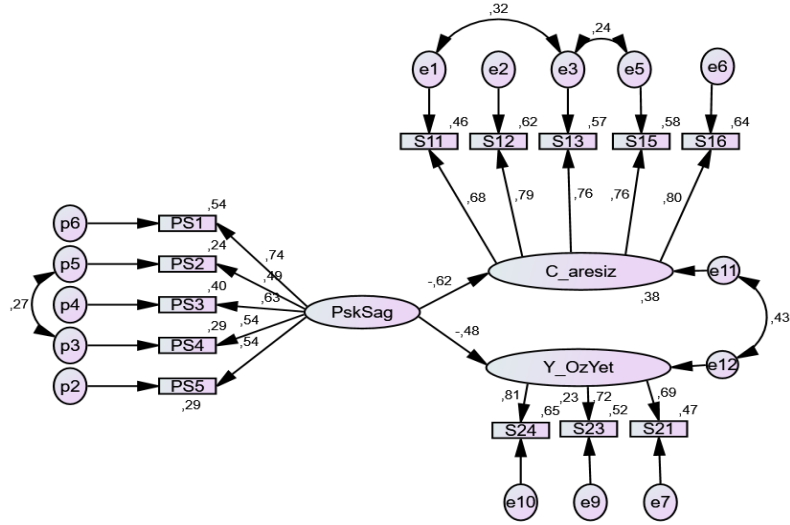
Değişken		Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark Grupları
Çaresizlik Algısı	Yaş						
	Gruplar arası	5,873	5	1,175	1,261	,281	-
	Gruplar içi	306,595	329	,932			
	Eğitim						
	Gruplar arası	17,490	2	8,745	9,843	,000*	E2>E1
	Gruplar içi	294,978	332	,888			
Yetersiz Özyeterlik Algısı	Kıdem						
	Gruplar arası	8,817	5	1,763	1,911	,092	-
	Gruplar içi	303,651	329	,923			
	Yaş						
	Gruplar arası	7,703	5	1,541	2,287	,055	-
	Gruplar içi	221,646	329	,674			
	Eğitim						
	Gruplar arası	3,132	2	1,566	2,298	,102	-
	Gruplar içi	226,216	332	,681			
	Kıdem						
	Gruplar arası	9,732	5	1,946	2,916	,014*	K2>K5, K3>K5
	Gruplar içi	219,616	329	,668			

Not: E1: Lise, E2: Ön lisans, K2: 6-10 yıl arası kıdem, K3: 11-15 yıl arası kıdem, K5: 21-25 yıl arası kıdem.

Tablo 8 incelendiğinde, iş stresinin çaresizlik algısı boyutunda yaş ve kıdem açısından fark bulunmazken, ön lisans mezunlarının lise mezunlarına göre daha yüksek çaresizlik algısına sahip olduğu görülmüştür. Yetersiz özyeterlik algısı boyutunda ise yaş ve eğitim durumuna göre fark bulunmazken, kıdeme göre özellikle 6–15 yıl arası kıdeme sahip çalışanların, 21–25 yıl arası kıdemdekilere kıyasla daha yüksek düzeyde yetersiz özyeterlik algısı yaşadığı belirlenmiştir. Bu durumun, kariyer gelişim döneminde yer alan çalışanların terfi beklentileri ve sınırlı yükselme imkânları nedeniyle yaşadıkları stres ve yetersizlik hissinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Hipotez Testlerine İlişkin Bulgular

Hipotezlerin test edilmesi amacıyla kuramsal çerçeveye uygun bir yapısal eşitlik modeli oluşturulmuş ve analizler AMOS 21 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçlarının yorumlanmasında standardize edilmiş (β) ve edilmemiş (B) regresyon katsayılarından yararlanılmış; yapılan yol analizi sonucunda Şekil 2’de gösterilen model elde edilmiştir.



Şekil 2. Yol Analizi Modeli

Tablo 9'daki uyum iyiliği değerleri, araştırma modelinin mükemmel uyuma sahip olduğunu göstermektedir. Şekil 2 ve Tablo 9'daki bulgulara göre, her iki hipotez de desteklenmiştir. Psikolojik dayanıklılığın, iş stresinin çaresizlik algısı boyutunu negatif ve anlamlı biçimde etkilediği, yani dayanıklılıktaki artışın çaresizlik düzeyini azalttığı belirlenmiştir. Benzer şekilde, yetersiz özyeterlik algısı da psikolojik dayanıklılıkla ters yönlü bir ilişki göstermiştir. Dolayısıyla psikolojik dayanıklılığı yüksek bireylerin iş stresini daha az deneyimledikleri söylenebilir. Modelin, çaresizlik algısındaki değişimin %38'ini, yetersiz özyeterlik algısındaki değişimin ise %23'ünü açıkladığı görülmüştür.

Tablo 9. Yol Analizi Sonuçları

Yol	Tahmin (β)	S.H.	B	C.R.			
ÇA <---PD	-,620***	,106	-,709***	-6,696			
YÖA <--- PD	-,476***	,094	-,520***	-5,539			
Modelin Uyum İyiliği Değeri							
χ ² /d.f.	RMSEA	NFI	TLI	IFI	CFI	GFI	AGFI
2,113	,058	,93	,95	,96	,96	,95	,92

Not: ***p<,001, ÇA = Çaresizlik Algısı, YÖA = Yetersiz Özyeterlik Algısı, PD = Psikolojik Dayanıklılık, β = Standardize Edilmiş Regresyon katsayısı, B = Standardize Edilmemiş Regresyon katsayısı, S.H. = Standart Hata. C.R. = Critical Ratio

SONUÇ VE TARTIŞMA

Çalışmanın amacı, çalışanların psikolojik dayanıklılık düzeyinin iş stresi üzerindeki etkisini incelemektir. Bu amaçla kurulan iki hipotez, kuramsal modele uygun olarak yapısal eşitlik modeli ile test edilmiştir. Adliye personelinden yani zabıt kâtiplerinin elde edilen bulgular, psikolojik dayanıklılığın iş stresi üzerinde belirleyici bir etkisi olduğunu göstermektedir. Katılımcıların ortalama psikolojik dayanıklılık puanı ve toplam stres düzeyi orta düzeyde tespit edilmiştir. Yapısal eşitlik modeline ilişkin bulgular, psikolojik dayanıklılığın hem çaresizlik algısı ($\beta = -0.620$, $p < .001$) hem de yetersiz özyeterlik algısı ($\beta = -0.476$, $p < .001$) boyutlarını anlamlı ve negatif yönde etkilediğini

göstermiştir. Model, çaresizlik algısındaki varyansın %38'ini, yetersiz özyeterlik algısındaki varyansın ise %23'ünü açıklamaktadır. Diğer bir ifadeyle, psikolojik dayanıklılıktaki artış iş stresinin her iki boyutunda da azalma ile ilişkilidir. Bulgular, psikolojik dayanıklılığın stres yönetiminde kritik bir kişisel kaynak olduğunu ortaya koymaktadır.

Demografik farklılıklara ilişkin analizler, bazı ilginç bulgular ortaya koymuştur. Psikolojik dayanıklılık düzeyleri bakımından medeni durum etkili bulunmuştur. Bekar katılımcılar evli olanlara göre daha yüksek dayanıklılık sergilemiştir. Benzer şekilde yetersiz özyeterlik algısı kaynaklı stres de evlilerde daha yüksek çıkmıştır. Bunun iş-aile çatışması gibi rollere bağlı faktörlerle ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Eğitim düzeyi çaresizlik algısında farklılığa yol açmış; ön lisans mezunları lise mezunlarına göre daha yüksek çaresizlik algısı bildirmiştir. Kıdeme göre ise kariyer gelişim döneminde olan (6-15 yıl arası) çalışanlar, 21-25 yıl kıdemdekilere kıyasla daha yüksek yetersiz özyeterlik algısı göstermiştir. Bu durum terfi beklentileri ve sınırlı yükselme imkânlarıyla ilişkilendirilebilir.

Bu bulgular doğrultusunda uygulamaya dönük öneriler iki düzeyde ele alınabilir. Birincisi, psikolojik dayanıklılığı artırmaya yönelik bireysel düzeyde müdahaleler (duygusal zekâ geliştirme, bilinçli farkındalık, öz-yeterlik destekleri, benlik saygısı güçlendirme ve sosyal sermaye artırma çalışmaları) ve ikincisi, örgütsel düzeyde stres kaynaklarını azaltmaya yönelik düzenlemeler şeklindedir. Kamu kurumlarında psikolojik dayanıklılığı geliştirmeye yönelik eğitim programları ve destek mekanizmalarının uygulanması önerilmektedir. Aynı zamanda rol belirsizliği ve çatışmasının giderilmesi, iş yükü yönetimi, örgütsel adaletin güçlendirilmesi ve yıkıcı liderlik davranışlarının engellenmesi gibi uygulamalar önerilir. Önerilen bireysel ve örgütsel müdahalelerin hayata geçirilmesi, çalışanların stres düzeylerinin düşürülmesine ve iş performansı ile örgütsel uyumun artmasına katkı sağlayabilir.

Bu çalışma, psikolojik dayanıklılık ile iş stresi ilişkisi kamu çalışanları özelinde ele alarak literatüre katkı sağlamaktadır. Özellikle adliye personeli örnekleminde yapılmış olması çalışmanın özgünlüğünü artırmaktadır. Araştırmanın verilerinin tek zamanda ve çevrimiçi ortamda, tek bir örneklem grubundan toplanması; genellenebilirliği, derinlemesine bilgi edinimini ve sonuçların nesnelliğini sınırlamıştır. Gelecek çalışmalarda farklı örneklem grupları ve uzunlamasına tasarımlar kullanılarak bu ilişkinin nedeni-sonuç boyutu daha ayrıntılı incelenmelidir. Araştırmanın örneklemini alt kademede çalışan zabıt kâtiplerinden oluştuğundan, gelecekte yapılacak çalışmalarda hâkim, savcı, infaz koruma memuru ve diğer kamu kurum çalışanları ile yönetici pozisyonundakiler de dahil edilerek meslekler ve kademeler arası farklılıklar incelenebilir. Araştırma verileri Covid-19 dönemi sırasında toplanmış olup aynı örneklemden salgın sonrasında da veri toplanarak bir karşılaştırma yapılabilir.

Ek Beyan

Yazar Katkıları

Katkı oranları birinci yazar (%60) ve ikinci yazar (%40)'dır.

Finansman

Herhangi bir fon desteği bulunmamaktadır.

Sorumlu Yapay Zeka Açıklaması

Bu çalışmanın hiçbir bölümünde yapay zeka desteği alınmadı.

Çıkar Çatışmaları

Yazarlar, bu çalışmanın yayımlanmasıyla ilgili çıkar çatışması olmadığını belirtmektedir.

Etik Onay

Çalışma için Süleyman Demirel Üniversitesi Etik Kurulundan 101/10 sayılı ve 11.02.2021 tarihli etik kurul onayı alınmıştır.

KAYNAKÇA

- Abbas, A. A. (2020). Futsal oyuncularının psikolojik dayanıklılık ve stres algılarının araştırılması [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Acar, S., Şaşman Kaylı, D., ve Yazarbaş, G. (2019). Sigara kullanan, sigara bırakma tedavisi alan ve sigara kullanmayan bireylerin psikolojik dayanıklılık ve stresle başa çıkma tutumları bakımından karşılaştırılması. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6, 539-566.
- Agaibi, C. E., & Wilson, J. P. (2005). Trauma, PTSD, and resilience: a review of the literature, *Trauma Violence Abuse*, 6(3), 195-216.
- Akçakanat, T., Uzunbacak, H. H., ve Köse, S. (2018). Akademisyenlerin psikolojik sağlık ve mutluluklarının belirleyicileri olarak sosyal ve örgütsel destek. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 10(3), 173-193.
- Ardıç, K., ve Polatçı, S. (2008). Tükenmişlik sendromu akademisyenler üzerinde bir uygulama (GOÜ Örneği), *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 10(2), 69-96.
- Aydın, İ. (2008). *İş yaşamında stres*. Ankara: Pegem Akademi.
- Aydın, İ., (2018). Dağıtılmış liderliğin iş stresi kapsamında hizmet kalitesine etkileri: izmir merkez kamu hastaneleri örneği [Yayımlanmamış Doktora Tezi], İzmir Katip Çelebi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Beheshtifar, M. A., & Hesani, G. (2013). Organizational citizenship behavior (OCB): a factor to decrease organizational conflict interdisciplinary. *Interdisciplinary Journal Of Contemporary Research In Business*, 5(1), 214-222.

- Bitmiş, M. G., Sökmen, A., ve Turgut, H. (2013). Psikolojik dayanıklılığın tükenmişlik üzerine etkisi: örgütsel özdeşleşmenin aracılık rolü. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 15(2), 27-40.
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and egoresiliency: conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349-361.
- Bonanno, G. A. (2005). Clarifying and extending the construct of adult resilience. *American Psychologist*, 60(3), 265-267.
- Bozkurt, H. (2010). Konaklama işletmelerinde insan kaynakları yönetimi kapsamında işgören devrinin ve işgören devir maliyetinin hesaplanması antalya yöresinde beş yıldızlı otellerde bir araştırma [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Brookings, J. B., & Bolton, B. (1997). A longitudinal, structural equation analysis of stress, hardiness, social support, depression, and illness. *Multivariate Experimental Clinical Research*, 11(3), 109-120.
- Can Saruhan, Ş. ve Yıldız, L. (2014). İnsan kaynakları yönetimi teori ve uygulama, İstanbul: Beta Yayıncılık.
- Canale, N., Marino, C., Griffiths, M. D., Scacchi, L., Monaci, M. G., & Vieno, A. (2019). The association between problematic online gaming and perceived stress: the moderating effect of psychological resilience. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(1), 174-180.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385-396.
- Connor K. M. (2011). Assessment of resilience in the aftermath of trauma. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 67(2), 46-49.
- Çelik, A. ve Şimşek, M. (2010). *Yönetim ve organizasyon*. Konya: Eğitim Kitabevi.
- Çetin, E. (2019). Öğretmenlerin psikolojik dayanıklılığı ve stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişki [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çetin, F. ve Basım, N. H. (2011). Psikolojik dayanıklılığın iş tatmini ve örgütsel bağlılık tutumlarındaki rolü. *ISGUC The Journal of Industrial Relations and Human Resources*, 13(3), 79-94.
- Çetin, F., Yeloğlu, H. O., ve Basım, H. N. (2015). Psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında beş faktör kişilik özelliklerinin rolü: bir kanonik ilişki analizi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(75), 81-92.
- Davies, S. E., Stoermer, S., & Froese, F. J. (2019). When the going gets tough: the influence of expatriate resilience and perceived organizational inclusion climate on work adjustment and turnover intentions. *The International Journal of Human Resource Management*, 30(8), 1-25.
- De Paula Couto, M. C. P., Koller, S. H., & Novo, R. (2011). Stressful life events and psychological well-being in a brazilian sample of older persons: the role of resilience. *Ageing International*, 36(4), 492-505.
- Denovan, A., & Macaskill, A. (2016). Stress, resilience and leisure coping among university students: applying the broaden-and-build theory. *Leisure Studies*, 36(6), 852-865.
- Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlamlık ölçeği'nin türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.

- Düzgün, A. (2014). Üst düzey yöneticilerde örgütsel stres ve örgütsel bağlılık ilişkisi analizi: antalya bölgesi beş yıldızlı otel işletmelerinde bir uygulama, [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Earvolino-Ramirez M. (2007). Resilience: A concept analysis. *Nursing Forum*, 42(2), 73–82.
- Erdoğan, T. Ünsar, S., ve Süt, N. (2009). Stresin çalışanlar üzerindeki etkileri: bir araştırma, *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 14(2), 447-461.
- Eroy, S. (2019). Algılanan lider güç kaynaklarının iş performansına, iş stresine ve işten ayrılma niyetine etkisi [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ersezgin, R., ve Sevi Tok, E. S. (2019). Algılanan iş stresi, psikolojik dayanıklılık, başa çıkma stilleri ve öz-duyarlılığın tükenmişlik düzeyini yordayıcı etkisi. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(36), 1-36.
- Fergus, S., & Zimmerman, M. A. (2005). Adolescent resilience: a framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual Review Public Health*, 26, 399-419.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: the broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff Burnout, *Journal of Social Issues*, 30, 159-165.
- Gallan, A. S., Jarvis, C. B., Brown, S. W., & Bitner, M. J. (2013). Customer positivity and participation in services: an empirical test in a health care context. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 41(3), 338–356.
- Garnezy, N. (1987). Stress, competence, and development: continuities in the study of schizophrenic adults, children vulnerable to psychopathology, and the search for stress-resistant children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(2), 159-174.
- Garnezy, N., Masten, A. S., & Tellegen, A. (1984). The study of stress and competence in children: a building block for developmental psychopathology. *Child Development*, 55(1), 97-111.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.
- Greene, R. (2002). Human behavior theory: a resilience orientation. (ed: r. greene) *resiliency: an integrated approach to practice, Policy, and Research*. pp. 1-28. Washington, DC: NASW Press.
- Grotberg, F. H. (1995). The international resilience project: research and application. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED423955.pdf>, Erişim tarihi: 06/06/2019
- Guluzade, A. (2019). Sağlık çalışanlarında iş stresi ile tükenmişlik ilişkisinin incelenmesi: ankara’da bir üniversite hastanesi örneği [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Ankara Hacıbayram Veli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Güloğlu, B., ve Kararımak, Ö. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağlık. *Ege Eğitim Dergisi*, 11(2), 73-88.
- Gürkan, U. (2006). Yılmazlık Ölçeği (YÖ): Ölçek geliştirme, güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39(2): 45-74.

- Hao, S., Hong, W., Xu, H., Zhou, L., & Xie, Z. (2015). Relationship between resilience, stress and burnout among civil servants in beijing, china: mediating and moderating effect analysis. *Personality and Individual Differences*, 83, 65-71.
- Hessels, J., Rietveld, C. A., & Van Der Zwan, P. (2017). Self-Employment and workrelated stress: the mediating role of job control and job demand, *Journal of Business Venturing*, 32(2), 178-196.
- Holt, P., Fine, M. J., & Tollefson, N. (1987). Mediating stress: survival of the hardy. *Psychology in the Schools*, 24(1), 51-58.
- Hunter, A. J. (2001). A cross-cultural comparison of resilience in adolescents. *Journal of Pediatric Nursing*, 16(3), 172-179.
- İslamoğlu, E., ve Kirtulukoğlu, E. (2017). Otel işletmelerinde psikolojik dayanıklılık ve yöneticilerin adalet algıları arasındaki ilişki üzerine bir araştırma. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 9(2), 24-36.
- Jacelon, C. S. (1997). The trait and process of resilience. *Journal of Advanced Nursing*, 25(1), 123-129.
- Jamal, M. (2005). Personal and organizational outcomes related to job stress and type-a behavior: a study of canadian and chinese employees. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 21(2), 129-137.
- Kararırmak, Ö., ve Siviş-Çetinkaya, R. (2011). Benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik sağlıkla ilişkisi: duyguların aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 30-43.
- Kaya, A. ve Kaya, Y. (2007). Küçük ve orta boy işletme yöneticilerinin stres kaynaklarını tespit etmeye yönelik Kayseri ilinde bir araştırma, *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23(2), 41-62.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality and health: an inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1-11.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: a prospective study. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 42(1), 168-177.
- Koçer, C. (2015). Kariyer yönetimi-iş stresi ilişkisi ve imalat sektöründe bir araştırma [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kodaş B., (2018). Psikolojik sermaye, iş stresi ve hizmet odaklı örgütsel vatandaşlık davranışı ilişkisi; yiyecek içecek çalışanları örneği [Yayımlanmamış Doktora Tezi], Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kurt, N. (2011). Çelik kuvvet personelinin stresle başa çıkma tutumları, psikolojik dayanıklılıkları ve iş doyum düzeyleri [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Lindholm, M. (2006). Working conditions, psychosocial resources and work stress in nurses and physicians in chief managers' positions, *Journal of Nursing Management*, 14(4), 300-309.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Malik, P., & Garg, P. (2017). Learning organization and work engagement: the mediating role of employee resilience. *The International Journal of Human Resource Management*, 30(5), 1-24.

- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout, *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53(2), 205-220.
- Masten, A. S., & Garmezy, N. (1985). Risk, vulnerability, and protective factors in developmental psychopathology. In *Advances in Clinical Child Psychology* (pp. 1-52). MA: Springer.
- Örücü, E., & Üngüren, E. (2013). *Örgütsel davranış*. İstanbul: Lisans Yayıncılık.
- Örücü, M. Ç., & Demir, A. (2009). Psychometric evaluation of perceived stress scale for turkish university students. *stress and health: journal of the international society for the investigation of stress*, 25(1), 103-109.
- Prayag, G., Spector, S., Orchiston, C., & Chowdhury, M. (2019). Psychological resilience, organizational resilience and life satisfaction in tourism firms: insights from the canterbury earthquakes. *Current Issues in Tourism*, 22, 1-18.
- Randall, M., & Scott, A W. (1988), Burnout, job satisfaction and job performance, *Australian Psychologist*, 23(3), 335-347.
- Random House Dictionary of the English Language. (1967). New York: Random House.
- Robbins, S. P. ve Judge, T. A. (2015). *Örgütsel davranış*, (Çeviri Editör: İnci Erdem), Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Rolland, J. S., & Walsh, F. (2006). Facilitating family resilience with childhood illness and disability. *Current Opinion in Pediatrics*, 18(5), 527-538.
- Rutter, M. (2005). Multiple meanings of a developmental perspective on psychopathology. *European Journal of Developmental Psychology*, 2(3), 221-252.
- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 1-12.
- Sabuncuoğlu, Z., ve Tüz, M. (2008), *Örgütsel psikoloji*, Bursa: Alfa Aktüel Basım Yayın.
- Saltık, Z., ve Kızılırmak, İ. (2020). Profesyonel turist rehberlerinde stres yönetimi ve psikolojik dayanıklılığın ölçülmesi, *Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi*, 17(1), 53-70.
- Schneiderman, N., Ironson, G., & Siegel, S. D. (2005). Stress and health: psychological, behavioral, and biological determinants, *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 607-628.
- Seçer, İ. (2015). SPSS ve LISREL ile pratik veri analizi, analiz ve raporlaştırma. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Seval, H. (2006). Çatışmanın etkileri ve yönetimi. *Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(15), 245-254.
- Shirom, A. (1982). What is organizational stress? a facet analytic conceptualization. *Journal of Organizational Behavior*, 32(1), 21-37.

- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15(3), 194-200.
- Soysal, A. (2009). İş yaşamında stres. *Çimento İşveren Dergisi*, 3(23), 17-40.
- Stewart, M., Reid, G., & Mangham, C. (1997). Fostering children's resilience. *Journal of Pediatric Nursing*, 12(1), 21-31.
- Szabo, S. Tache, Y. & Somogyi, A. (2012). The legacy of hans selye and the origins of stress research: a retrospective 75 years after his landmark brief "letter" to the editor of nature, stress, *National Institutes Of Health*, 15(5), 472-478.
- Şahin, D. (2020). İş müfettişlerinde iş stresi ve örgütsel sessizlik: Ankara ili örneği, [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Şahverdioğlu, H. (2019). Çalışan kadınların kişilik özellikleri ile iş stresi ve işten ayrılma niyeti arasındaki ilişki: ısparta ilinde bulunan özel hastaneler üzerine bir uygulama [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tennant, C. (2001). Work-Related Stress and Depressive Disorders, *Journal of Psychosomatic Research*, 51(5), 697-704.
- Terzi, Ş. (2006) Kendini toparlama gücü ölçeğinin uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26): 77-86.
- Tuna, M., ve Yeşiltaş, M. (2014). Etik iklim, işe yabancılaşma ve örgütsel özdeşleşmenin işten ayrılma niyeti üzerindeki etkisi: otel işletmelerinde bir araştırma. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 25(1), 105-117.
- Utsey, S. O., Giesbrecht, N., Hook, J., & Stanard, P. M. (2008). Cultural, sociofamilial, and psychological resources that inhibit psychological distress in african americans exposed to stressful life events and race-related stress. *Journal of Counseling Psychology*, 55(1), 49-62.
- Ülker Tümlü, G., ve Recepoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3), 205-213.
- Van Servellen, G., Topf, M., & Leake, B. (1994). Personality hardiness, work-related stress, and health in hospital nurses. *Hospital Topics*, 72(2), 34-39.
- Wall, J. A. ve Callister, R. R. (1995). Conflict and its management. *Journal of Management*, 21(3), 515- 558.
- Werner, E. E. (1995). Resilience in development. *Current Directions in Psychological Science*, 4(3), 81-84.
- Westman, M. (1990). The relationships between stress and performance: the moderating effect of hardiness. *Human Performance*, 3(3), 141-155.
- Wolin, S. J., & Wolin, S. (1993). The resilient self -how survivors of troubled families rise above adversity. New York: Villard Books.
- Wright, M. O. D., Masten, A. S., & Narayan, A. J. (2013). Resilience processes in development: four waves of research on positive adaptation in the context of adversity. In *Handbook of Resilience in Children* (pp. 15-37). Springer, Boston, MA.

- Yağmur, T. ve Türkmen, S. N. (2017). Ruhsal hastalığı olan hastalara bakım veren aile üyelerinde algılanan stres ve psikolojik dayanıklılık, *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 4(1), 542-548.
- Yavuz, N. (2018). İş-yaşam dengesi ile iş stresinin esnek çalışma uygulamaları bağlamında incelenmesi [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yılmaz, A. ve Ekici, S. (2006). Örgütsel yaşamda kamu çalışanlarının örgütsel stres kaynakları üzerine bir araştırma, *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11(1), 31-58.
- Zor, M., ve Özsoy, E. (2019). Psikolojik sağlamlığın ve genel öz-yeterliliğin çalışmaya tutkunluğa etkisinin karşılaştırılması. *Yorum Yönetim Yöntem Uluslararası Yönetim Ekonomi ve Felsefe Dergisi*, 7(1), 35-44.