



**T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİMDALI**

**ÇALIŞAN KADINLARIN, BENLİK KAVRAMI İLE DEPRESYON  
DURUMUNUN İNCELENMESİ BENLİK KAVRAMI VE İDEAL  
BENLİK KAVRAMI ARASINDAKİ FARK İLE DEPRESYON  
DURUMUNUN DEĞİŞKENLER AÇISINDAN BELİRLENMESİ**

**Hilal AKÇAGÖZ  
144102045**

**YÜKSEK LİSANS  
TEZİ**

**DANIŞMAN: PROF. DR. HÜSNÜ ERKMEN**

**İstanbul-2017**

**T.C.**  
**ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**ÇALIŞAN KADINLARIN, BENLİK KAVRAMI İLE DEPRESYON  
DURUMUNUN İNCELENMESİ BENLİK KAVRAMI VE İDEAL  
BENLİK KAVRAMI ARASINDAKİ FARK İLE DEPRESYON  
DURUMUNUN DEĞİŞKENLER AÇISINDAN BELİRLENMESİ**

**Hilal AKÇAGÖZ**  
**144102045**

**KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS**  
**TEZİ**

**DANIŞMAN: PROF. DR. HÜSNÜ ERKMEN**

**İstanbul-2017**



T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	:	
Öğrenci Adı Soyadı	:	Hilal AKÇAGÖZ
Anabilim Dalı	:	Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	:	Prof.Dr. Hüsnü ERKMEN
Tezin Başlığı	:	ÇALIŞAN KADINLARIN, BENLİK KAVRAMI İLE DEPRESYON DURUMUNUN İNCELENMESİ BENLİK KAVRAMI VE İDEAL BENLİK KAVRAMI ARASINDAKİ FARK İLE DEPRESYON DURUMUNUN DEĞİŞKENLER AÇISINDAN BELİRLENMESİ

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	:	03.02.2017	Saati	:	17.30
Öğrenci Savunmaya	:	<input checked="" type="checkbox"/> GELDI			
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,					
<input checked="" type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUGU					
<input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez <b>KABUL</b> edilmiştir.					
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin <b>DÜZELTİLMESİ</b> için ..... ay <b>EK SÜRE</b> verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)					
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin <b>REDDEDİLMESİ</b> kararı alınmıştır.					
Savunmada Tezin Başlığı	:	<input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi.	<input type="checkbox"/> Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	:				
Öğrenci Savunmaya	:	<input type="checkbox"/> GELMEDİ			
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,					
<input type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ ile <b>REDDEDİLMİŞTİR.</b>					

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Prof. Dr. Hüsnü ERKMEN	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Alper EVRENSEL	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Samuray ÖZDEMİR	

## ÖZET

(AKÇAGÖZ, Hilal, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans, İstanbul, 2017)

*Çalışan kadınların, benlik kavramı ile depresyon durumunun incelenmesi benlik kavramı ve ideal benlik kavramı arasındaki fark ile depresyon durumunun değişkenler açısından belirlenmesi*

Bu araştırmanın temel amacı çalışan kadınların, benlik kavramı ile depresyon durumunun incelenmesi benlik kavramı ve ideal benlik kavramı arasındaki fark ile depresyon durumunun değişkenler açısından belirlenmesidir. Bu amaç doğrultusunda öncelikle çalışan kadınların depresyon durumunun araştırılması yapılacak olup, benlik kavramı ve ideal benlik kavramlarının depresyon durumu ile ilişkisi araştırılacaktır. Araştırma örneklemini İstanbul’da yaşayan, çalışan toplam 98 kadından oluşmaktadır. Araştırmada Beck Depresyon Ölçeği, Profesyonel Benlik Kavramı Ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Çalışmanın analizinde “t” testi ile ikiden fazla grupların karşılaştırılmasında “ANOVA” testi uygulanmıştır. Çalışma sonucunda kadının yaşı, ekonomik durumu, ev içinde sorumluluk paylaşımı, çalışma sebebi değişkenlerinin katılımcıların hem depresyon hem de ruhsal belirti sonuçlarında anlamlı bir etkinliğinin bulunduğu, cinsiyet, çocukluğunun geçtiği ve şu an ki yaşadığı yer, evde birlikte yaşadığı kişi, evli ise evlilik yaşı gibi faktörlerin anlamlı bir farklılığa sahip olmadığı, eğitim düzeyi, evliyse eşi ile geçirdiği kaliteli zaman, çocuk sayısı değişkenlerinin depresyon üzerinde anlamlı bir farklılığa sahipken, ruhsal belirti üzerinde anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Çalışan kadın, benlik kavramı, depresyon

## ABSTRACT

(AKÇAGÖZ, Hilal, Master Degree, İstanbul, 2017)

*Analysis of depression status with the difference between self-concept of working women and ideal self-concept and self-concept in terms of determining variables of depression status*

The main purpose of this study is the investigation of the depression status with the difference between self-concept of working women and ideal self-concept and self-concept in terms of determining variables of depression status in workingwomen. In accordance with this purpose, primarily the analysis of the depression status of the working women will be performed, the relationship of the self-concept and ideal self-concept with the depression status will be investigated. The sample of the research consists of totally 98 working women living in İstanbul. In the research, the Beck Depression Scale, Professional Self-Concept Scale and personal information form which is prepared by the researcher were used. In the analysis of the data “t” test is applied and in the comparison of more than two groups “ANOVA” test is applied.

**Key Words:** Working women, self concept, depression

## KISALTMALAR

akt.	Aktaran
T.C.	Türkiye Cumhuriyeti
vb.	Ve benzeri



# İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
BİLİMSEL ETİK SAYFASI .....	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.
ÖZET.....	ii
ABSTRACT.....	iii
KISALTMALAR .....	iv
İÇİNDEKİLER .....	v-vi
TABLolar LİSTESİ.....	vii
<b>BİRİNCİ BÖLÜM – GİRİŞ .....</b>	<b>1</b>
1.1 Araştırmanın Amacı .....	2
1.2 Araştırmanın Soruları .....	2
1.3 Araştırmanın Önemi .....	3
1.4 Araştırmanın Sayıltıları .....	3
1.5 Araştırmanın Tanımı .....	3
<b>İKİNCİ BÖLÜM- KURAMSAL ÇERÇEVEYLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR .....</b>	<b>4</b>
2.1 Çalışma Yaşamında Kadın .....	4
2.2 Kadınların Çalışma Gereksinimleri.....	6
2.3 Çalışan Kadınların Sorunları .....	7
2.3.1 İş Yaşamında Karşılaştıkları Sorunlar .....	8
2.3.1.1 Ücret Sorunları.....	8
2.3.1.2 Eğitim ve Mesleki Eğitimde Eşitsizlikler .....	9
2.3.1.3 İş Yerinde Taciz .....	10
2.3.2 Aile Yaşamında Karşılaştıkları Sorunlar .....	10
2.3.2.1 İş ve Aile Çatışması .....	11
2.3.2.2 Ev İşleri Sorunu .....	12
2.3.2.3 Çocuk Sorunu.....	13
2.4 Benlik Kavramı .....	14
2.4.1 Benlik Kavramı ve Gelişimi.....	14
2.4.2 Benlik Saygısı .....	17
2.5 Depresyon Kavramı.....	19
2.5.1 Bastırılmış Duygular .....	23
2.5.2 Sosyal Statü.....	24
2.5.3 Kadın ve Öz-saygı.....	25
2.6 Depresyon Ve Kadın .....	27
2.7 Kadınlarda Depresyon ve Benlik Algısı.....	29

<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM- GEREÇ ve YÖNTEM.....</b>	<b>30</b>
3.1 Araştırmanın Amacı .....	30
3.2 Araştırmanın Evren Ve Örnekleme.....	30
3.3 Araştırma Soruları .....	31
3.3.1. Hipotezler.....	31
3.4. Verilerin Toplanma Araçları .....	32
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu.....	32
3.4.2. Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) .....	32
3.4.3 Benlik Algısı Ölçeği .....	33
3.5. Verilerin Analizi.....	33
3.6. Etik .....	34
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM- BULGULAR .....</b>	<b>35</b>
4.1 Katılımcıların Demografik Ve Mesleki Değişkenlerine İlişkin Bilgiler .....	36
4.2 Katılımcıların Sosyodemografik Ve Mesleki Özelliklerine Göre Beck Depresyon Envanteri Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.....	40
4.3 Katılımcıların Sosyodemografik Ve Mesleki Özelliklerine Göre Profesyonel Benlik Kavramı Puan Ortalamaları .....	46
4.4 Katılımcıların Beck Depresyon Envanteri ve Profesyonel Benlik Kavramı Ölçeği Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları .....	53
TARTIŞMA .....	57
SONUÇ .....	62
KAYNAKÇA.....	65



## TABLULAR LİSTESİ

### Sayfa

<b>Tablo 1.</b> Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri .....	36
<b>Tablo 2.</b> Katılımcıların Mesleki Özellikleri .....	38
<b>Tablo 3.</b> Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklerine Göre Beck Depresyon Envanteri Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Sonuçları .....	40
<b>Tablo 4.</b> Katılımcıların Mesleki Özelliklerine Göre Beck Depresyon Envanteri Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Sonuçları .....	44
<b>Tablo 5.</b> Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklerine Göre Profesyonel Benlik Kavramı Mesleki Memnuniyet, Yetkinlik, Tutum, Beceri ve Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Sonuçları .....	46
<b>Tablo 6.</b> Katılımcıların Mesleki Özelliklerine Göre Profesyonel Benlik Kavramı Mesleki Memnuniyet, Yetkinlik, Tutum, Beceri ve Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Sonuçları .....	50
<b>Tablo 7.</b> Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklerine Göre Beck Depresyon Envanteri ve Profesyonel Benlik Kavramı Ölçeği Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları .....	53
<b>Tablo 8.</b> Katılımcıların Mesleki Özelliklerine Göre Beck Depresyon Envanteri ve Profesyonel Benlik Kavramı Ölçeği Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları .....	55

## BİRİNCİ BÖLÜM – GİRİŞ

Kadınların yaşamdaki yeri asırlardır ev işleri, çocuk yetiştirme ve iyi bir ev kadını olma gibi özelliklerle sınırlandırılmıştır. Endüstrileşme on dokuzuncu yüzyıl itibariyle gelişimini hızla sürdürmüştür ve bunun sonrasında geleneksel toplumda çok ağır yükleri olan kadınlara eğitim görme, kendini geliştirme ve ev dışında ücretli çalışma imkânları sağlanmıştır (Kuzgun ve Sevim, 2004). Eğitim düzeyinin artmasıyla, kadının ev dışında da rolünün olduğu ve çalışma yaşamında kadınların çeşitli görev sahibi olabilecekleri görülmüştür.

Ülkemizde de özellikle son yıllarda, kadının eğitim seviyesi ve çalışmaya istek ve ihtiyacının da artmasıyla, kadınların iş yaşamına katılım oranı da artmaktadır. Özellikle şehirlerde kadınların daha yaygın olarak çalışma hayatına girdiği, yapılan çeşitli araştırmalarla ortaya konulmuştur.

Çalışan kadının, çalışma dışında kendisine yüklenen annelik, eş olma, ev işleri gibi rollerin de vermiş olduğu baskılar ve kaldıramayacağı birden çok rolün kadına atfedilmesi, çalışan kadınlar için bazı zorlukları beraberinde getirmektedir. Yapılan araştırmalar, çalışan kadının bu durumdan hem depresyon gibi olumsuz etkilerle hem de çalışmanın ve bir işe sahip olmanın getirdiği benlik algısı ve saygısının olumlu etkilerle etkilendiğini göstermektedir.

Yapılan birçok araştırma ruh sağlığının gelişiminde, korunmasında, ruhsal bozuklukların ortaya çıkmasında bir dizi toplumsal belirleyicinin önemli olduğunu göstermektedir. Özellikle çalışmanın, bir işe sahip olmanın, kişilerin benlik saygısını ve özgüvenini artırması, kendini gerçekleştirme gibi imkânlarla toplumsal yapı arasında çok önemli bir bağ oluşturması nedeniyle ruhsal sağlığın önemli bir belirleyicisi olduğu görülmektedir (Kaya, 2007).

## 1.1 Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı çalışan kadınların, benlik kavramı ile depresyon durumunun incelenmesi benlik kavramı ve ideal benlik kavramı arasındaki fark ile depresyon durumunun değişkenler açısından belirlenmesidir. Bu amaç doğrultusunda öncelikle çalışan kadınların depresyon durumunun araştırılması yapılacak olup, benlik kavramı ve ideal benlik kavramlarının depresyon durumu ile ilişkisi araştırılacaktır. Kadınlara ilişkin işe başlama yaşı, işin gereklilikleri, medeni durum, yaş, mesleki ve kişisel gelişim vb. etkinliklerinin depresyon durumuna etkisinin araştırılması araştırmanın alt amaçlarıdır.

## 1.2 Araştırmanın Soruları

Araştırmada şu sorulara cevap aranacaktır:

1. Çalışan kadınların depresyon düzeyleri ile kadınların demografik faktörleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
2. Çalışan kadınların depresyon düzeyleri ile kadınların meslekleri ve çalışma koşulları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. Çalışan kadınların depresyon düzeyleri ile kadınların maaşları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
4. Çalışan kadınların benlik algıları ile kadınların demografik faktörleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
5. Çalışan kadınların benlik algıları ile kadınların meslek ve çalışma koşulları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
6. Çalışan kadınların benlik algıları ile kadınların maaşları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

### 1.3 Araştırmanın Önemi

Literatürde depresyon ile ilgili çalışmaların fazla olmasına karşın özellikle çalışan kadınların, benlik kavramı ile depresyon durumunun işe başlama yaşı, işin gereklilikleri, medeni durum, yaş, mesleki ve kişisel gelişim etkinlikleri vb. değişkenler ile karşılaştırılarak inceleyen çalışmaların yok denecek kadar az olduğu görülmüştür. Bu nedenle bu araştırmanın konusu gereği literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### 1.4 Araştırmanın Sayıtları

Araştırmaya katılan tüm çalışan kadınlar, ölçme araçlarını dikkatle yanıtlamışlardır.

### 1.5 Araştırmanın Tanımı

**Çalışan Kadın:** Herhangi bir kurum ya da işletmede maaş karşılığı görev yapan kadın (Bilgin, 1990).

**Depresyon:** Depresyon, çaresizlik hissi, mutsuzluk, ilgi ve istek kaybı, suçluluk duyguları, benlik saygısında azalma, uyku veya iştahta bozulma, enerjisizlik ve gibi özelliklerin görüldüğü günümüzde çok sık rastlanan psikolojik bir rahatsızlıktır.

**Benlik Saygısı:** Benlik saygısı, kişinin kendi olumlu ve olumsuz yanlarını bilmesi, toplum tarafından kabul görmesi ya da reddedilmesinin sonucu oluşan bir kavramdır (Yılmaz, 2000).

## İKİNCİ BÖLÜM-KURAMSAL ÇERÇEVEYLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

### 2.1 Çalışma Yaşamında Kadın

Uzun süre çalışma hayatından uzak tutulan kadınlar, belirli zamanlarda özellikle savaş dönemlerinde ve iktisadi sorunların yaşandığı zamanlarda yardımcı eleman olarak görülmüştür. Endüstri devrimi, kadınların çalışma hayatında yardımcı eleman olarak görülme fikrini değiştirmiş, bu şekilde kadınların çalışma yaşantısı içinde yer edinmesinde önemli değişimlere neden olmuştur. Endüstri devrimi, kadınların iş yaşantısında etkin bir şekilde yer alması ve belirli bir iktisadi kazanç edinmesini sağlamıştır.

Günümüzde küreselleşmenin etkisiyle beliren sosyal, kültürel ve iktisadi gelişmeler, kadının iş yaşantısında daha etkin ve aktif rol almasını sağlamıştır. Kadının çalışması ile birlikte, kadının ev içinde olan vazifelerinde herhangi bir değişiklik olmamış, bununla birlikte bu durum hem evde hem dışarıda farklı rollerin getirdiği sorunlarla kadınlar karşı karşıya bırakmıştır.

Kadın, iş ve aile rolleri arasında gerilim yaşamaya başlamış olup bu durum çeşitli sorunları beraberinde getirmiştir. Kadın, iş ve aile rolleri arasındaki gerilimi çok etkin bir biçimde hissetmek ile birlikte ve bu durum çok çeşitli sorunlara yol açmaya başlamıştır. Kadının, çalışma hayatının dışında üstelendiği eş, anne, ev kadını gibi sosyal roller, kadınların sorumluluklarını daha da artırmıştır. Öte yandan eve gelir getiren erkeklerle kıyas yapıldığında ev işleriyle ve çocuk bakımıyla ilgilenmeleri daha çok takdir edilmiş ancak evdeki işlerin ağırlığı zor da olsa kadınlara toplum içinde geçerli bir statü kazandırmamıştır. Bu yüzden, kadının evden uzaklaşması bir bakıma onun özgürlüğe kavuşmasının ve toplumda belli bir yer edinmesinin göstergesi olmuştur. (Karacan, 2012)

Türkiye'deki ailelerde kadının yaşamı yalnız olarak evle sınırlı bırakılmakta, erkeğe ise evi geçindirme rolü verilmektedir. Bunun sonucunda, çalışmak isteyen kadın baskılara maruz kalmakta, çalışma isteği olumsuz olarak görülmekte ve aile üyeleri ile kadın arasında çeşitli çatışmalar yaşanmaktadır. Kadının da iktisadi olarak kendi ayakları üzerinde durmaya başlaması ve ekonomik özgürlüğünü eline alması toplum içindeki

değerinin arttırmaktadır. Ancak, kadının aile içindeki konumunu öne çıkaran geçerli geleneksel değerler, çeşitli sorunları da beraberinde getirmektedir. Bu sorunlardan biri, kadınların büyük bir çoğunluğunun iş yaşamında yer almaları, bu nedenle ev dışına çıkmalarının, kadının ailesi tarafından uygun bulunmayıp, kadının çalışmasının engellenmesidir. Bu durum bazen, bazı kadınların hem ev hem çalışma hayatının getirdiği zorluklarla başa çıkamayıp, ev hanımı olmayı tercih etmeleri ile sonuçlanmaktadır. İş hayatına katılan ve devam eden kadınlar da bu durumun bedelini geç yaşlarda evlenme ve çocuk sahibi olmak ya da hiç çocuk sahibi olmamakla, evli olmaları durumunda eşlerinden ayrılmak gibi olumsuz durumlarla ödemektedir. (Aytaç, 2001)

İş ve ev yaşamındaki rollerin kadınlarda üç tür gerilim ve çatışmaya yol açtığı belirtilmektedir: (Aytaç, 2001)

1. Zaman baskısına dayalı gerilim,
2. Çatışan rollerin yarattığı gerilim,
3. İki alanda birbirinden farklı davranış istenmesinin yarattığı davranış tabanlı gerilim.

Zaman baskısına dayalı gerilim; kişinin üstlendiği herhangi bir görevi başarabilmesi için gerekli zamanın, diğer görevlerine bağlı istek ve beklentileri sınırlandırması durumunda meydana gelmektedir. Bu gerilim; genellikle evde küçük çocuğu olma, geniş bir aile içinde yaşama, işte ise yoğun ve düzensiz sürelerle çalışma durumlarında oluşmaktadır (Özdevecioğlu ve Doruk, 2009).

Çatışan rollerin yarattığı gerilim, bireyin herhangi bir yaşam alanında yaşadığı gerginlik ve yorgunluk sebebiyle, diğer yaşam alanındaki verimliliğinin olumsuz olarak etkilenmesi ile belirmektedir. Birbiriyle çelişen rollerin oluşturduğu gerilim, genelde ev ya da işte yaşanan yoğun stresle oluşmaktadır (Özdevecioğlu ve Doruk, 2009).

Kadın, ruhsal ve sosyal gelişiminin neticesinde duygusal bir yapıda olmasından dolayı daha çok ailede etkin rol almaktadır. Erkek, fiziki ve ruhsal olarak kuvvetli olması ile etkisini daha çok aile dışında sergilemektedir. Kadın, aile yaşamında, aile içindeki dengeleri koruyup, çocuk bakımı, evin düzeninin sağlanması gibi görevlerle uğraşmaktadır. Kadının sahip olduğu bu yük, eşler arasında çeşitli çatışmalara neden olmakta, eşler arasındaki uyumu azaltmakta, aile birliğini bozmakta ve hatta sadece anne ya da babadan oluşan ailelerin sayısının artmasında rol oynamaktadır (Özdevecioğlu ve Doruk, 2009).

## **2.2 Kadınların Çalışma Gereksinimleri**

Kadınların çalışma yaşamına girmelerine neden olan en bariz neden, iktisadi zorunluluk olarak karşımıza çıkmaktadır. Kadınların büyük bir kısmının aileye başka bir ekonomik kaynak sağlamak için çalışmaya başlamaktadır. Çalışan kadınlarla alakalı yapılan çalışmalarda karşılaşılan sonuçlara göre, kadınların büyük çoğunluğunun, çalışmalarını iktisadi gereksinimlerine dayandırmaktadır.

Fakat aynı zamanda kadının yetiştiği yer, medeni durumu ve eğitim düzeyi gibi başka sebepler de onun çalışma durumunu etkilemektedir. Örneğin, eğitim seviyesi yükseldikçe ekonomik sebep dışında başka sebepler, kadının çalışmasında daha etkili olmaktadır. Alınan eğitimi değerlendirme ve bir meslek sahibi olma isteği, kişisel doyum, moral tatmin gibi etkenler bu nedenlerin başında gelmektedir (Yankın, 1989).

Kadının çalışmaya başlaması, aile gelirine katkıda bulunma gibi bir olanak tanırken, çalışma yaşamının getirmiş olduğu başarı ya da başarısızlık, tanınma, itibar, takdir gibi kişisel ve psikolojik gereksinimlerini de karşılamaktadır.

Kadınların çalışma durumu ve çalıştıkları işler, eğitim seviyesi ve medeni durumu ile ilişkilidir. Eğitimsiz ya da düşük seviyede eğitimi olan kadınlar için geniş çalışma olanakları yoktur, fakat ev dışında ev hizmetleri gibi vasıfsız, düşük statü ve düşük ücretli işlerde çalışmaktadırlar. Ortaokul ve lise mezunu kadınlar ise, daha çok idari kadroda personel olarak düşük ücretli işlerde çalışma imkânı bulurken, yüksek eğitim almış kadınlar genellikle eğitim ve hukuk gibi eğitim gerektiren alanlarda çalışma imkânı

bulurlar. Evli kadınların yüksekokul mezunu olmamaları durumunda çalışmama olasılıkları yüksektir (Karacan, 2002).

### **2.3 Çalışan Kadınların Sorunları**

Türkiye’de kadın nüfusunun çalışma oranı, erkek nüfusa göre daha düşük orandadır. Son on yıllık oran incelendiğinde, çalışan kadın ve erkek arasındaki fark, azalma eğilimi göstermektedir (Aytaç, 2001).

1980- 2000 döneminde erkeklerin iş gücüne katkı oranı 25- 44 yaş grubunda çoğunlukla aynı seviyede devam ederken 45 yaşından büyük erkeklerin iş gücüne katılma oranında yaş ilerledikçe azalma görülmektedir. Kadınların 25 yaşından sonra iş gücüne katkı oranının azalmasına bağlı olarak kadın ve erkeklerin iş gücüne katılma oranları arasında farklılık çoğalmaktadır. Evlendikten veya çocuk sahibi olduktan sonra kadınların iş gücünden uzaklaşmaları bu durumun sebeplerinden biridir. Altmış yaşından sonra ise kadınların çalışma hayatına katılma oranları azalmaktadır. Kadınların en çok istihdam edildikleri sektörler tarım, sanayi ve hizmet sektörleridir (Arıkan, 2006).

Kadınların gitgide daha çok çalışma yaşamına dahil olması, olumlu ve olumsuz bazı etkilere neden olmuştur. Tüm dünyadaki gibi, Türkiye’de de kadınların ev dışında çalışmalarına karşı en belirgin engel, ailede yapılan iş bölümüdür. Özellikle iktisadi sorunlar sebebiyle, iş hayatına katılan kadınların hem iş hem de evde çalışması, diğer yandan iş yaşantısındaki sorunlar ve toplumun çalışan kadına olan bakışı ve baskı, kadın için bazı sorunlara neden olmaktadır (Arıkan, 2006).

Çalışan kadınlara dair yasal düzenlemeler, kadınların iş yaşantılarında karşılaştıkları sorunlara karşı kolaylıklar getirirse de bazen kadınların hem ev hem de işindeki görev şartlarını ağır olduğu görülmekte ve sorunlarına tam olarak bir çözüm bulunamamaktadır.



### 2.3.1 İş Yaşamında Karşılaştıkları Sorunlar

Kadının çalışması bir yandan kadına sağladığı faydalar, diğer yandan çalışma yaşamında karşılaştığı sorunlar ve eşitliksizliklerle gündeme gelmektedir. Toplum kadından öncelikli olarak gerekli sorumluluklarını yapmasını beklerken çalışma yaşamı ve kariyeri ikinci planda kalmaktadır. Çalışan kadın işinde başarılı olmaya çalışırken aynı zamanda en iyi şekilde ev kadınlığı ve annelik rollerini yürütme çabasıdadır. Bu nedenle çalışan kadın iş ve ev hayatını dengelemek zorundadır (Efe, 2006).

#### 2.3.1.1 Ücret Sorunları

Çalışma yaşamında kadınların karşı karşıya kaldığı sorunlardan biri de ücretlendirmede yapılan eşitliksizliktir. Eğitim seviyeleri açısından birbirine benzer olan, nitelikli ve yakın işkollarında çalışma karşılığında kazanılan gelirden cinsiyet ayrımcılığı nedeniyle farklı ücretlendirilme çok tartışılan konulardan biridir.

Ücret farklılığının nedenleri, kadının fiziksel özelliği, toplumdaki rolü, kadın – erkek işi ayrımı, kadınların eğitim seviyelerinin düşüklüğü, kadınların çalışma hayatlarının aralıklı ve kısa olması, kadın işgücünün daha değersiz olarak görülmesi, kadınların kendi aralarındaki dayanışmalarının zayıf olmasıdır (Doğru, 2010).

Ataerkil düşüncenin devam etmesi ve buna göre kadın ve erkeğin toplum içinde farklı şekilde konumlandırılması, kadın ve erkek arasında olan ücret eşitsizliğinin temel nedenlerindedir. Kadınların ev işleri nedeniyle yarı zamanlı işlerde çalışmayı seçmeleri ve elde ettikleri gelirleriyle aile ekonomisine katkı olarak görülmeleri, kadınlara uygun işler olarak adlandırılan hemşirelik, öğretmenlik gibi mesleklere yönelmeleri, ücret düşüklüğünün nedenleridir (Doğru, 2010).

Bu cinsiyet temelli farklılık arasında ücret eşitsizliğinin diğer bir nedeni de kadınların yoğunlaştığı sektörlerde ücretlerin düşük olması ve baskın sektörlerde genel olarak erkeklerin istihdam edilerek kadın çalışanların ücretlerine olumsuz yansımalarıdır.

### 2.3.1.2 Eğitim ve Mesleki Eğitimde Eşitsizlikler

Güçlü bir toplum, sağlıklı bir aile yapısı ile oluşmaktadır. Ailenin temelini ise, kadın oluşturmaktadır. Çocukların eğitimi ilk önce anne olan kadınlarla ilişkilidir. Kadın toplum ile aile arasında bir köprü görevi görmektedir. Kadının toplum içinde hassas görevleri bulunmasından dolayı, kadının eğitimi sosyal açıdan önemlidir.

İş yaşamında kadının başarısında rol oynayan en önemli etkenlerden biri de eğitimidir. Ataerkil yapı içinde baskı altında tutulan kadının, sosyal olarak eğitim ve kariyer sahibi olması çeşitli yollarla engellenmektedir. Bir ülkenin insanların aldığı eğitim ne kadar nitelikli ve sürekli olursa, o ülkenin refah seviyesi de o kadar yüksek olacaktır. Bir ülkede işgücünün niteliğini gösteren unsur, çalışanların eğitim seviyesidir. Eğitim seviyesi arttıkça, kadınlar sosyal ve iktisadi yaşamda daha nitelikli meslek sahibi olarak daha yüksek gelir elde edeceklerdir.

Eğitim, kadının birçok alanda kendini geliştirmesi için bir ilk adımdır ve kadının toplum içindeki konumu ve istihdamını etkileyen en önemli etken eğitim olsa da araştırmalar kadının sosyo-kültürel yapı ile başa çıkabilmesi için eğitimin yetersiz olduğunu çünkü kadının toplumda geleneksel bir imajının olduğunu göstermektedir (Özgen ve Ufuk, 2000).

Türkiye’de son yıllarda kadın eğitiminde kimi gelişmelere rağmen, kadın eğitiminde nitelikli dönüşümler oluşmamış, bu durum Türkiye’nin sosyal ilerlemesinin en büyük engellerinden biri durumuna gelmiştir. Değişen sosyal yapıda kadının hak ettiği konuma ulaşımı için gerekli bilgi ve yetenekleri, bütün kadınlar aynı oranda edinmemiştir. Örnek olarak şehirde yaşayan kadınların birçok eğitim fırsatı bulunurken, köyde yaşayan kadınlar daha az eğitim imkânı bulabilmektedir (Doğru, 2010).

Eğitimde kadınlara yönelik eşitsizlikler karşılaştıkları donanım gerektiren işlere yönelik özel eğitimlerin verilmemesi, çalışma yerinde verilen geliştirici eğitimlerin yetersizliği şeklinde olmaktadır. Aslında düşük gelir seviyesindeki ülkelerde kadınların eğitimine yapılan yatırımların erkeklere yapılan yatırımlara göre daha fazla verim alındığı araştırmalarla gözlemlenilmiştir (Doğru, 2010).

### **2.3.1.3 İş Yerinde Taciz**

Çalışan kadınlar, toplumun kadınlara bakış açısı nedeniyle tacize uğrama riskleri yüksektir ve birçok kadın bu tür davranışlara maruz kalmamak için iş yaşamına katılmaktan çekinir ya da vazgeçerler. Cinsel taciz Türk yasalarına göre suç olarak kabul edilmiş ve tacizin önlenmesi için yasal düzenlemelerde bulunulmuştur. Türk iş kanununa göre cinsel taciz haklı fesih hakkı nedeni olarak sayılmaktadır (TCK, 5237 Sayılı 105. Madde).

Taciz, karşı taraf tarafından istenmeyen, eşit olmayan güç ilişkisi durumunda tek taraflı yapılan olumsuz davranışlardır. Çalışma ortamında taciz, iş kazancına hiçbir faydası olmaması ya da işin kaybedilme tehlikesine karşı devamlı cinsel tutumların uygulandığı etik olmayan davranışlardır (Bakırcı, 2000).

Araştırmalar tacize uğrayan çalışanların belirli bir tipi oluşturmadığını öne sürmektedir. Kadın ve erkek ayırmaksızın ırk, etnik köken, meslek, yaş ve fiziksel görünüş belirleyici kıstaslar değildir (Bakırcı, 2000). Buna karşın tacizi daha kolay hale getiren durumlarda söz konusudur. Örnek olarak boşanmış, dul veya yalnız yaşayan kadınlar, ekonomik güçlük yaşayan kadınlar, eğitim seviyesi düşük olan kadınlar, erkeklerin yoğun olduğu iş yerlerindeki kadınlar, erkek işi kabul edilmiş işlerde çalışan kadınlar daha çok tacize uğramaktadırlar (Gerni, 1995).

### **2.3.2 Aile Yaşamında Karşılaştıkları Sorunlar**

Çalışma hayatı kadına iktisadi bağımsızlık ve sosyalleşme imkânı sağlarken, kadının özgüvenini de artırır. Fakat geleneksel toplum yapısı içinde kadınlar, birçok sorunla da karşılaşmaktadır. İş yaşamındaki sorunların yanında, ev içinde de kadın olmanın gerekliliklerini yerine getirmek durumuyla karşılaşmaktadır. Ev ve iş hayatının getirmekte olduğu sorunlar, kadınların hayatında bir ikilem oluşturmaktadır.

### 2.3.2.1 İş ve Aile Çatışması

Kadınların çalışma hayatında karşılaştıkları temel engellerin başında İş-Aile çatışması gelmektedir. Kadınların aştıkları en zor engel her yönden kadını baskı altında tutan iş-aile çatışmasıdır. İş aile çatışmasını tanımlayacak olursak iş rollerinin ve aile rollerinin aynı zamanda kesişmesinden meydana gelen karşılıklı baskılar olarak ifade edebiliriz (Doğru, 2010).

İş- aile çatışması, kadın ve erkeklerin toplum içindeki rolleriyle ilişkilidir. Bir toplumda kadın ve erkekler, bazı ortak değerlere sahip olmalarına rağmen, toplumsal olarak onlara tanımlanan sosyal rollere uygun davranma sonucu farklı süreçlere maruz kalırlar.

Bireyin iş yaşantısında sahip olduğu sorumlulukların, aile hayatındaki rollerin yerine getirilmesinin engellenmesi iş- aile çatışması olarak ifade edilmektedir. Aile- iş çatışması, aile rollerinin iş rollerini etkilemesi, iş rollerinin aile rollerini etkilemesi olarak ifade edilmektedir (Özdevecioğlu ve Doruk, 2009).

Toplumdaki kadınların çalışmasının ailede eş ve anne görevlerini aksatacağı düşüncesinden dolayı, kadınların çalışmasına sıcak bakılmamaktadır. Bununla birlikte, toplum tarafından sahip olunan geleneksel düşünce, ailede kadının iş hayatına katılımı çevre tarafından ailenin maddi durumunun zayıf olduğunu göstereceği düşüncesinden dolayı kadınların çalışması hoş görülmektedir. Yine geleneksel kültürün neden olduğu baskıyla aileler, kadınların evin dışına çıkması ve aile dışı olan erkeklerle aynı ortamda çalışmaması gerektiğini düşünmektedir (Özdevecioğlu ve Doruk, 2009).

Çalışma hayatında bulunan bir kişi, aile içinde hem anne / baba sorumluluklarını da üstlenmişse, o kişinin yükü artmış olmaktadır. İş yaşantısındaki beklentilerin, ailedeki beklentilerle farklı olması nedeniyle kişinin hem zamanı hem de enerjisi sınırlanmaktadır. Bununla birlikte çalışan kişi aile ve iş rollerini bir arada yürütememesi ile hem aile hem de iş yaşantısında birçok zorluklarla karşılaşabilmektedir (Özdevecioğlu ve Doruk, 2009).

Genellikle kadınlar maddi zorluklara maruz kaldıklarından dolayı çalışma hayatına zorunlu olarak katılırlar. Ekonomik şartların günümüz koşullarında giderek zorlaşması, tüketimlerin artması ve aynı zamanda aile yaşantısı ihtiyacı iş ve aile arasındaki dengeyi bozmaktadır (Kapız, 2002).

Eğitim düzeyi yüksek olan kadınların işe bağlılık düzeyleri de yüksektir. Bu tip kadın çalışanlar genel de kariyer amacı olan, hırslı işini seven ve işleriyle alakalı tüm sorumlulukları yerine getirmeye çalışan kadınlardır. Hâlbuki evli ve çocuğu olan kadınların temel rolleri eşlik ve annelik olduğundan ve bunlara ilave olarak iş rollerinin gerektirdiği sorumlulukları yerine getirmeye çalışırlar. Hem aile hem de iş rollerini yerine getirmeye çalışırken kadınların stres ve gerilimlerinde de artma gözlemlenmektedir (Kapız, 2002).

Çalışma yaşantısındaki bu çatışma, karşılaştıkları en önemli sorumluluklardan biridir. İş- aile yaşam çatışması, çalışanları strese sokmakta, çalışanların verimlilik ve başarımlarını olumsuz etkilemektedir. Bu olumsuzluklar, kadınları işten ayrılmasına ve çalışma yaşantısında kadınların az olmasına neden olmaktadır (Özdevecioğlu ve Doruk, 2009).

### **2.3.2.2 Ev İşleri Sorunu**

Kadınların yaşamlarındaki en önemli konulardan birisi ev işleridir. Kadın çalışan eve geldiğinde aynı günün ikinci iş gününü yaşamaktadır. Çalışan kadın doğal olarak işten yorgun bir şekilde evine gelir ve yapması gerektiği çamaşır, bulaşık, temizlik gibi birçok ev işi vardır (Aytaç ve ark., 2002).

Kadın çalışanlar, erkek çalışanlarda olduğu gibi iş yaşantılarını devamlı ve düzenli olarak yaşayamamaktadır ve hayatlarının belli bir döneminde sürteli ya da süresiz olarak işlerini bırakmak zorunda kalmaktadır. Çalışma yaşantısına genç giren birçok kadın, emekli olmadan işlerini bırakmaktadır (Aytaç ve ark., 2002).

### 2.3.2.3 Çocuk Sorunu

Annelik ve ev kadınlığı ekonomik bir faaliyet olarak kabul edilmez ancak ev işleri gibi kadınlar tarafından yerine getirilen ekonomik bir çalışmadır. Çocuk bakım hizmetleri kamu tarafından sağlansa da bu hizmetler çok yetersizdir. Özel sektör bu hizmetleri sağlarsa da bu hizmetlere sosyo-ekonomik açıdan sadece küçük bir kitle erişebilir (BÜSPF, 2009).

Türk toplumunun geleneksel yapısı nedeniyle, ailede baskın unsur erkektir ve aile reisi olarak görülen erkek, maddi konularda karar verirken, kadın da ev içi işler ve çocuk bakımı gibi sorumlulukları üstlenmiştir.

Yaş grubu okul öncesi olan çocukların bakımı, bir kamu görevi olarak ele alınması gerekirken Türkiye’de bu durum akrabalar, aile ve özellikle kadınların sorumluluğunda olan görevlerdir (BÜSPF, 2009).

Kadın çalışan, çocuk sahibi olmadan, çocuk bakımında kimlerin yardımcı olacağını belirlemelidir. Çünkü hem doğum öncesi hem de doğum sonrası kanunlarda belirtilen yasal izin süreleri kısıtlıdır (İş Kanunu, 4857 Sayılı, 74. Madde). Özellikle ilk aylarda bebeğin sağlığı için anne sütü gerekir ve zihinsel ve duygusal gelişim için de anne sevgisine gereksinim duyması, yasal süreleri yetersiz duruma getirmiştir (BÜSPF, 2009).

Anne olan birçok kadının, çocuk sahibi olduğu yıllar genellikle çalışma hayatında en verimli olabileceği ve işle ilgili daha fazla sorumluluk alabileceği zamanlarla kesişmektedir. Doğumla birlikte birçok kadın işinden uzun bir süre uzak kalmaktadır. İşine geri döndüğünde ise kendi işinde başka birini görmekte ve kendinden daha genç olanların kıdem olarak daha altında kalmaktadır. Aynı zamanda işinden uzak kalmış kadının işine yeniden motive olması uzun bir zamanı alacağından yine yeni olumsuzluklar ortaya çıkacaktır (KSSGM, 2000).

## 2.4 Benlik Kavramı

Bu bölümde benlik kavramı ve tarihsel gelişimi, benliğin boyutları, benlik algısı, benlik saygısı, benlik uyumsuzlukları ile duygusal sorunlar arasındaki ilişki, benlik uyumsuzluklarının ölçülmesine yönelik alternatif yaklaşımlar incelenecektir.

### 2.4.1 Benlik Kavramı ve Gelişimi

Günümüz dünyasında insan davranışlarının temelinde bulunan nedenleri anlamak ve bir sonraki adımları öngörmek, psikolojinin temel amaçlarındandır. Kişisel davranışların kompleks ve dinamik yapısını anlamak, kişilerin ileriki davranışları ile ilgili tahminde bulunmak için kişilik, tutum, güdülenme gibi birçok temel kavram önerilmektedir. Psikoloji alanındaki çalışmalarda, özellikle sosyal psikolojik ve kişiler arası ilişki alan çalışmalarında benlik kavramı ön plandadır (Cevher ve Buluş, 2007).

Kişi, nasıl kendisinden bağımsız durumda olan nesne ve olayları, duyuları ilke algılayıp, onlar hakkında düşünebiliyorsa, bizzat kendisi ile ilgili de düşünebilir. Birey, kendisi ile ilgili düşünürken, aynı zamanda diğer kişilerin kendisi hakkındaki düşüncelerinden de etkilenebilmektedir (Cevher ve Buluş, 2007).

Benlik kavramıyla ilgili soruların ilk olarak, Yunanlılara, özellikle Aristo'ya dayandığı görülmektedir. Aristo'nun insan davranışlarının fiziksel ve fiziksel olmayan yanlarını ayırt etmesiyle, diğer filozofların da bilinçliliğin, düşüncenin ve bilginin doğası hakkında yeni şeyler söylemeye başladığı görülmektedir. Yüzyıllar sonra Descartes "Düşünüyorum, o halde; varım" diyerek sadece akıl ile beden arasındaki ayrımı yapmış olamayacak aynı zamanda onlar arasındaki ilişkiyi de vurgulayacaktır (Cevher ve Buluş, 2007).

Orta Çağ'dan itibaren benlik kavramı önemli değişikliklere uğramıştır. Bu sürecin başlangıcında benlik, kişinin toplum içindeki konumuna sıkı olarak bağlıyken, birtakım gelişmelerle birlikte bu durum değişmiştir.

Benlik (self) kavramı, William James (1963) ile ortaya çıkmış ve sonraki yüz yıl süresince en çok tartışmanın yürütüldüğü psikoloji kavramlarından biri olmuştur. James benliğin kişinin vücudu, özellikleri, sahip olduğu şeyler, arkadaşları ve ailesi gibi kişinin kendisinin sayabileceği her şeyden oluştuğunu söyler. Benlik en geniş anlamda kişinin kendisinin ne olduğunu söyleyebileceği her şeyin toplamıdır (James, 1963, akt., Karabulut, 2014).

Benlik ile ilgili günümüze kadar birçok tanımlama yapılmıştır. En genel tanımıyla; “Benlik; kişinin kendini başka herkesten ve her şeyden ayrı, eşsiz bir bütünlük olarak hissetmesi, bunun bilincinde olması” şeklinde tanımlanabilir (Budak, 2005).

Kişinin kendisini görüş ve algılama biçimi olan benlik, kişiliğin gelişimi sonrası ortaya çıkan bir kişilik boyutudur. Benlik, kişinin kişiliğine dair kanıların tamamı, kendini tanıma ve değerlendirme şeklidir.

Benlik, bireylerin içlerindeki kendilerini gözetleyen, yargılayan, değerlendiren ve davranışlarını düzene koyup onları yöneten bir güçtür. Kendi kişiliklerine ilişkin kanıları ve kendi kendilerini görüş tarzlarıdır. Bireyin kendisiyle ilgili tutum ve inançlarını içeren benlik, kişinin ne olduğu konusundaki görüşlerinin yanı sıra ne olması gerektiği ve ne olmak istediği konusundaki görüşlerini de kapsar (Öz, 2004).

Kısaca benlik, bireyin kendisi ile ilgili olan görüş, duygu, düşüncelerini kapsayarak, kendini nasıl gördüğünü ortaya koymaktadır. Yani kişinin kendisini nasıl gördüğü ile ilgilidir. Kişinin benlik bilinci iyi ya da kötü olabileceği gibi ortada da olabilir. Yeteneksiz bir kişi, kendisini yetenekli sanırken, yetenekli biri de kendisini yeteneksiz görebilir.

Benliğin tek olarak ve artı benlikler üretmeden sağlıklı olarak kurulması için benliğin görevlerinin anlaşılması gerekmektedir. Bu görevler birbiri ile güçlü bir bağ ile etkileşim içindedir ve adeta birbirini tamamlayıcı durumda olmalıdır. Benliğin bu fonksiyonlarının ve yerine getirdiği görevlerin, yaşamımızın tamamında etkili olduğu açık bir şekilde görülmektedir. Bireyin benliğini tanımlayabilmesi ve kendinin farkına varması, kendisine dair olası tutumları olumlu ya da olumsuz olarak etkilemektedir. Birey kendisine dair olumsuz tutum tanımladığında, kendisine dair farkındalığı artırabilmekte ya da yabancı benlikler oluşturmakta, kendisinin farkına varan kişi de kendisini geliştiren ya da koruyan bir tutum içine girebilmektedir. Olumsuz tutumları, kendini geliştirici bir



davranışla olumlu duruma çevirebilen kişi, kendine güvenen, saygı duyan ve duyulan bir kişi olabilmektedir. Kendisine güvenen ve kendisine saygı gösteren kişi de diğer bireylerle ilişkilerinde daha başarılı olabilmektedir.

Gerçek benlik, kişilerin gerçekten kendilerini nasıl algıladıklarını, ideal benlik kişilerin nasıl olmak istediklerini açıklamaktadır. Kişiler kendi benliklerinin değil ideal benliklerini takip etmeyi daha uygun bulmaktadır. Çünkü kendi benliklerinde olan eksiklikleri düzeltmek için uzun zamana ihtiyaç duyabilir. Bunun yanında ideal benlikte ise kişiler, çeşitli zaman ve ortamlarda olmak istedikleri benlere dönüşür. Bunu uzun zaman ve çaba harcamadan kolay şekilde yapabilirler. Bu durum, internet ortamında çokça karşılaşılmaktadır ve kişilerin, olmak istediği “ben” ile daha mutlu oldukları görülmektedir. Bazı kişilerin asıl benliklerinde, aslında kendine güvenmeyen, başarısız, kendini ifade etmekte zorlanan kişiler oldukları görülmektedir. Kişinin, oluşturmuş olduğu yapay benlik ile çevresinden olumlu geri dönüşler alması durumunda kendisini daha mutlu hissetmekte ve gerçek benliklerinden kurtulmanın yollarını aramaktadır (Aydemir, 2014).

Gerçek benlik ve ideal benlik arasındaki boşluklar söz konusu olduğunda, kişiler psikolojik olarak savunmaya geçmektedir. Ancak bu davranışlar, kendini sıklıkla gösteren bir davranış durumuna gelir ve bu durum aşırı duruma gelirse, sosyal ilişkileri gerçekçi bir alanda devam ettirmeyi engellemektedir ve uyumsuz davranışlar göstermeye başlamaktadır. Bu durum, kişide benliklerin çatışması şeklinde algılanabilir (Uyanık, 2000).

Benlik kavramı, bireyin etnik ve cinsiyeti de dahil olmak üzere kendi yeterliliği ve karakteristik özelliklerine yönelik tüm detaylarını içerir. Bu kuram deneyimle birlikte sürekli olarak değiştirilir, çocuk büyüdükçe benlik kavramı yenilenir ve belirginlik kazanır. Olumlu bir benlik kavramı, yaşam boyu mutluluk için çok önemlidir (Aydemir, 2014).

Geleneksel psikoanalitik teorilere göre benlik gelişimi bir dizi ayrımlardan oluşur. Yeni doğan bebek ailesinden ayrı bir birey değildir ve ayrılma benliğinin gelişimi için zorunlu görülmektedir. Bu ilk ayrılma bireyselleşme olarak adlandırılır ve erken çocukluk döneminde görülmektedir (Uyanık, 2000).

Neiser (1992) çocukların kendi davranışlarına bakarak benlik oluşturdıklarını belirtmektedir. Çocuğun kendi yaptıklarını algılayarak oluşturdıkları bu benlik, çevresel benlik olarak adlandırılır. Çocuk etkinlikte bulunarak hatırlayacağı ve hayal edeceği yaşantıları arttırmaktadır (Atıcı ve ark., 2004).

Benlik, ergenlik ve ilk gençlikte önemli bir konumda olan dinamik ve yaşam boyu devam eden bir süreç içinde gelişmektedir. Diğer kişilerle olan etkileşimden veya kişinin kendi duyguları ve düşünceleriyle iç diyalogdan çıkmaktadır. Disiplin ve sevgi ile anne babadan, uygun davranışı gösterme baskısıyla akranlarından ve birçok olaydan etkilenmektedir. Buna karşılık, ruh ve beden sağlığı, başkaları ile olan ilişkiler, akademik başarı ve meslek seçiminde kişiyi etkileyebilir. Her şeyin yolunda gitmesi durumunda çeşitli parçalar birbiri ile harmanlanır ve kapsayıcı bir benlik kavramı oluşmaktadır (Atıcı ve ark., 2004).

Kişiler yaşamlarının her aşamasında bulunduğu çevreye uyumlu olabilme, toplum içinde yer edinebilme, kendi kimliğini bulabilme, davranışlarını içinde bulunduğu çevrenin kabul etmesi gibi birçok durumu aynı anda yaşayabilmektedir. Benlik gelişimi de kişinin, kişilik gelişimi aşamalarının önemli ve ayrılmaz bir parçasıdır. Bu nedenle benlik, kişiliğe yön veren kalıtsal ve çevresel faktörlerin bir ürünüdür ve bunların oluşmasında özellikle kişiler arası ilişkinin önemli bir rolü bulunmaktadır (Cevher ve Buluş, 2007)

#### **2.4.2 Benlik Saygısı**

Benlik saygısı, bireyin kendisini tanıması, kendi kabiliyet ve güçlerini olduğu gibi kabul etmesi ve benimsemesi olarak tanımlanmaktadır. Benlik saygısı bireyin kendisine karşı duymuş olduğu sevgi, saygı ve güven duygularını belirtmektedir. Kendini değer hissetme, kabiliyetlerini ortaya koyabilme, başarma, toplumsal olarak kabul görme, kendi fiziki özelliklerini benimseme, benlik saygısının oluşum ve gelişiminde önemli faktörlerdendir.

Bu kavram İngilizcedeki “self-esteem” den gelmekte olup dilimizde “özsaygı” ya da “benlik saygısı” olarak ifade edilmektedir. Benlik (öz) kavramı ile yakından ilişkili

olan benlik saygısı (öz saygı) bireyin kendi kişiliğine karşı geliştirdiği olumlu tutumu ifade eden bir kavramdır (Ulusoy, 2013).

Benlik saygısı, bireyin kendini değerlendirme ve kendisinden memnuniyeti sonucu ortaya çıkan öznel bir olgudur ve genel anlamda uğraşlarıyla ifade edilir. Pozitif veya negatif olabilir. Şartlar, konum, gelişme ve o anki duruma göre değişkenlik gösterebilir.

Benlik saygısının ortaya çıkmasında iki esas kaynak etkindir. Bunlardan biri bireyin bilişsel olarak ne olmak istedikleriyle ne oldukları arasındaki kıyaslamadır. Diğeri de bireyin sosyal etkileşime girmiş oldukları ve önem verdikleri bireylerden gelen yanıt ve değerlendirmelerdir (Knightleya ve Whitelock, 2007).

Benlik saygısı, benliğin duygusal yanı olarak da ifade edilmektedir. Benlik saygısı, bireyin kendisini değerlendirmesi sonrasında ulaştığı, benlik kavramını onaylamasından ortaya çıkan beğeni durumudur. Benlik saygısı, bireyin kendisini tanıması ve değerlendirmesi ile kendi kabiliyet ve güçlerini olduğu gibi kabul etmesi, kişinin kendisine karşı duyduğu sevgi, saygı ve güven durumudur (Cevher ve Buluş, 2007).

Benlik saygısı, kişinin kendisini değerlendirmesi sonrasında ulaşılmış olduğu ve benlik kavramını kabul etmesinden ortaya çıkan beğeni durumu, kendisini olduğundan üstün ya da alçak görmeden kendisinden memnun olma durumudur (Ulusoy, 2013).

Benlik saygısı yüksek olan kişilerin kendi kapasiteleri kapsamında beklentileri de yüksektir. Kendileri hakkında olan olumlu tutum ve başarılı sonuçlar nedeniyle kendi görüşlerini kabul eder, bunlara inanır ve hem davranış hem de ulaşılmış oldukları sonuçlara güvenirlere. Bu durum, onları farklı bir görüş karşısında, kendilerinin görüşlerini savunma ve aynı zamanda yeni fikirleri dikkate almalarına yönlendirmektedir (Ulusoy, 2013).

Benlik saygısı düşük olan kişilerde durum farklıdır. Bu kişilerin kendilerine güveni azdır. Bu açıdan farklı ya da kabul edilmeyecek bir fikirde bulunacaklarını düşünerek endişe duyar, kendilerini ifade etmek istemez ya da dikkat çekecek bir harekette bulunmaktan kaçınırlar. Grup içinde katılımcı olmaktan çok dinleyici olmayı ve geride durmayı seçerler. Bu davranışları onların sosyal ilişkilerini sınırlar ve diğer kişilerle olumlu ilişkiler kurma olasılıklarını azaltır (Knightleya ve Whitelock, 2007).

Kişinin öz benliğinin, diğer kişiler tarafından beğenilmesi ve kabul edilmesi, kişinin benlik saygısını oluşturmakta veya geliştirmektedir. Benlik saygısı, bireyin kendisini değerlendirmesi ile ulaştığı benlik kavramını kabul etmesinden kaynaklanan beğeni durumudur. Kişide benlik saygısının oluşması için fazladan bir gayret sarf etmesine ve benlik saygısının üstün olması için üstün nitelikler taşımasına gerek yoktur. Çünkü benlik saygısı, kişinin genel olarak kendisinden memnun olma durumudur. Benlik saygısı kişinin kendisini değerli hissetme, beğenme ve sevilebilir bulma durumudur. Kendisini olduğu gibi kabul etmeyi, özüne güvenmeyi sağlayan olumlu bir ruh durumudur (Knightleya ve Whitelock, 2007).

İnsan devamlı olarak değişen bir çevre içindedir. Kişinin çevresinden aldığı tepki, çevresindeki olaylar, çevre değişimi, hastalık gibi faktörler değişime uğradıkça, kişinin benlik değeri ve benlik saygısı da değişime uğramaktadır. Bu açıdan benlik saygısı kalıcı değildir ve devamlı değişim halinde olabilmektedir. Hatta benlik saygısı günlük olarak bile değişebilmektedir. Çünkü kişinin ruh durumu ve kimi fiziki faktörler kişide fikirlerin yanında benliğinde de kararsız değişimlere neden olabilmektedir (Ulusoy, 2013).

Bireyin doğumla başlayan ve yaşamı süresince süregelen ihtiyaçları, önemine göre sıralanmıştır ve bu ihtiyaç hiyerarşisi içinde ilk sırada benlik saygısı bulunmaktadır. Kişinin kendini gerçekleştirme için benlik saygısı ihtiyacı karşılanmalıdır (Cevher ve Buluş, 2007).

## **2.5 Depresyon Kavramı**

Dünyadaki ölümcül hastalıklar içinde devamlı olarak ilk üçe giren depresyon, intihar gibi önemli sonuçlarının dışında, alkol bağımlılığından, kalp sorunlarına kadar birçok rahatsızlığın da en belirleyici etkenlerinden biridir. DSÖ ve Dünya Bankası verilerine göre toplumsal açıdan yaygın olarak görülen ve yeti yitimine neden olan psikolojik bir bozukluk olan depresyonun, ileride daha da yaygın olacağı ve kalp damar hastalıklarından sonra en yaygın ikinci hastalık olacağı öngörülmektedir ( Dünya Sağlık Örgütü ve Dünya Bankası, 2011).

Bu açıdan depresyonun teşhis edilip önlenmesinde, toplum içindeki yaygınlığı, artış hızı, hangi faktörlerin depresyonun belirmesinde kolaylaştırıcı rol oynadığı ya da depresyonu engelleyici olduğu, cinsiyetler arasındaki dağılımının bilinmesi önem taşımaktadır. “Birçok araştırmada vurgulanan; kadın olmak, eğitim düzeyinin düşüklüğü, olumsuz yaşam olaylarının varlığı, işsizlik, ekonomik düzeyin düşüklüğü en sık incelenen değişikliklerdir” (Ünal ve Özcan, 2000).

Depresyon, sıklıkla görülen, kronik ve yeti yitimine neden olan bir hastalıktır. DSÖ tarafından depresyon, dünyada en acil dördüncü halk sağlığı sorunu olarak kabul edilmektedir. Depresyonun yeti yitimine neden olma bakımından bakıldığında majör depresyon birinci sırada bulunmaktadır. Yeti yitimi hem sosyal (içe çekilme, yalnız olma, boşanma), hem fiziki (mortalite artışı, fiziki sağlığın azalması, kronikleşme), hem psikolojik (yaşam kalitesinin düşmesi, bilişsel yetilerde azalma, intihar) alanlarında görülmektedir (Dünya Sağlık Örgütü, 2011).

Depresyon; anlık bir ruh hali, bir sendrom veya bir hastalık olarak karşımıza çıkabilir. Ruhsal bir durum olarak depresyon bazen insan yaşamında belirli bir nedene bağlı olmadan ya da günlük engeller sonucunda ortaya çıkmaktadır. Belirtiler toplamı (sendrom) olarak depresyon; temelinde üzüntünün yer aldığı bedensel, ruhsal ve toplumsal belirti ve şikayetlerin tümünü içermektedir. Bir ruh hastalığı olarak depresyon ise; belirli ölçütleri, sınırları ve süresi olan bir sendromdur (Gökçakan, 1997).

Depresyon, kişinin kişilik özelliklerinden, sosyal destek seviyesine, toplumsal ağ geliştirme yetisinden, stresle başa çıkma kabiliyetine kadar birçok faktör de toplumsal süreçlerle etkileşim içindedir.

Depresyon, pek çok anksiyete ve somatoform bozukluğunun ardından ortaya çıkar veya bu bozukluklarla birlikte görülür. Kişilik özellikleri kişiyi depresyona yatkın hale getirebilir. Kronik, daha hafif şiddetteki depresif belirtilerin en az iki yıldır sürdüğü bozukluk distimi adını alır ve majör depresyon gelişimi için bir risk faktörüdür (Çakır, 2009).

Depresyon, günlük aktiviteleri yapmada isteksizlik, bu aktivite ve yaşamdan zevk alamama, üzüntü, mutsuzluk, isteksizlik, umutsuzluk ve suçluluk gibi duygulara neden olmaktadır. Klinik açıdan depresyon, bir duygu durumu, bir belirti ya da hastalığı ifade etmekte kullanılabilmektedir.

Bir duygu durum bozukluğu olarak ifade edilen depresyon, birçok tanı ve sınıflandırma farklılıklarına rağmen, bireyin kendisini üzgün ve boşlukta olarak ifade ettiği bir durum, derin, üzüntülü bir duygu durum içinde düşünme, konuşma ve hareketlerde yavaşlama durumu, kendisini değersiz hissetme, isteksizlik ve karamsar duygu ve düşünceler ve fiziki fonksiyonlarda yavaşlama gibi semptomları içeren bir sendrom olarak karşımıza çıkmaktadır.

Depresyon, depresyon hastalığına yakalanmamış kişilerde olağan bir durum olan hafif mizaç bozukluğu, huzursuzluk, erken uyanma, kilo kaybı ve iştahsızlık gibi fiziki belirtiler, kendini kınama, umutsuzluk, yetersiz olma, kendine güvenmeme, değersizlik hissi ve intihar düşüncesi gibi öznel semptomlarla karakterize olan şiddetli rahatsızlığa kadar geniş bir klinik yelpazeyi içermektedir. Bu sendrom, birçok psikolojik ya da psikolojik olmayan sorunlarla görülebilir. Fiziki veya başka bir psikolojik soruna bağlı olmadan beliren ruhsal çöküntüler, birincil depresyon, fiziki veya başka bir psikolojik soruna ikincil olarak beliren çökkünlük durumları da ikincil depresyon olarak belirtilmektedir.

Son yüzyıl içinde depresyonun fark edilir olarak arttığı bilinmektedir. Depresyon artışının yaygınlaşmasının sosyal nedenlerinin anlaşılması, özellikle batı toplumlarında görülen sosyal, ekonomik ve kültürel değişimleri incelemekle olanaklı olacağı belirtilmektedir.

Endüstri toplumlarında artan nüfus, göç, şehirleşme sorunları, fiziki çevredeki değişimler, sosyal dayanışmanın bozulması, stres faktörlerin artması, örselenme yaşantıları, ekonomik uygulamalar, depresyonun artışını ve etkilerini anlamak için üzerinde durulması gereken ana faktörler olarak belirlenmiştir. Bütün bunların, insanın psikolojik dünyası ve değerler sisteminde oluşturduğu değişiklikler, kişilik ve psikolojik yapıda gerçekleşen değişiklikleri anlamak için önemlidir. Gelişmemiş ülkelerde de benzer süreçler, sahip olunan sosyal, ekonomik ve kültürel gelişmişlik seviyesi kapsamında yaşanmaktadır (Kocacık ve Gökkaya, 2005).

Depresyon yaşının düşmesi hakkında yapılabilecek bir açıklama, günümüzde yaşanan sosyal değişimlerle açıklanmaktadır. Günümüzde gençler, birçok konuda engellenmekte, birbirine bağlı geniş aile, geleneksel değerler gibi eskiden toplumun ana parçaları olan sosyal destekten kısmen ya da tamamen yoksun durumda kalmaktadır.

Depresyonun yaygınlığı, kişisel ve sosyal maliyetleri açısından ele alındığında, en önemli psikolojik sorunlardan biri olmanın ötesinde, ciddi bir halk sağlığı sorunudur. Depresyona yakalanan kişiler, yoğun bir psikolojik sorun sahibi olmaları nedeniyle, yaşantılarını yeteri kadar kaliteli olarak yaşayamaz, işlerindeki verimlilikleri azalır ve depresyonun şiddeti ile eşdeğer olarak gitgide kaybolabilir, ailesel birliklerini devam ettirmede genellikle sorunları olur, çocuklarıyla ilgilenemeyebilmektedir.

Depresyonun hem kişisel hem sosyal olarak neden olduğu sorunlar, sayılan sorunlarla sınırlı değildir. Depresyonun, en fazla işlev kaybına neden olan hastalıklar içinde üst sıralarda bulunması, ne seviyede bir sosyal yüke neden olabileceğinin bir kanıtıdır. Kişisel ve sosyal kayıplar bakımından ele alınması gereken diğer bir konu, depresyonun intihara bağlı ölüm, kaza ve kalp damar hastalıkları risklerini de artırmasıdır. Bu durumda depresyon hem insan kayıpları hem tedavi maliyetleri bakımından sosyal tükenmeye de büyük katkıları bulunmaktadır (Kaya, 2004).

Günümüzde psikoloji alanındaki çalışmalarda ön plana çıkan önemli bir sorun, sınıf temelli bir bakış açısının olmamasıdır. “Psiko- sosyal etkenler biçiminde, sınırları belirsiz kavramlar olarak ele alınan bu sosyo-ekonomik değişkenler, araştırmalarda birbirleriyle ilişkisiz ve bireysel olarak etkilediği öngörülen değişkenler olarak kullanılmaktadır” (Kaya, 2004).

Çeşitli çalışmalarda, düşük sosyal sınıfta bulunan kişilerde depresyonun da bulunduğu çeşitli psikolojik bozuklukların yaygın olması, orta ve üst sınıflar dikkate alındığında daha yüksek bulunmuştur. “Bu bulguları açıklamada sıklıkla kullanılan iki teorik yaklaşımdan biri sosyal ayıklanma diğeri ise sosyal nedensellik yaklaşımıdır. Sosyal ayıklanma (selection) ruhsal bozukluğun ortaya çıkmasında öncelikli etkenlere ve bireysel özelliklere vurgu yapmaktadır. Sosyal nedensellik yaklaşımı ise daha çok yoksulluk ve düşük sosyal sınıfa ait bir birey olmanın ruh sağlığındaki bozuklukları artırdığını öne sürmektedir” (Almeida-Filho ve ark., 2004).

Son yıllar içinde sosyal eşitsizlik ve ruhsal hastalıklar arasındaki ilişkiye artan ilgi dikkat çekicidir. Sosyal eşitsizlikler, cinsiyet rolleri, ırksal yapı ve sınıf farklılıkları kapsar şekilde tanımlanmaktadır.

Bazı araştırmacıların tarafından depresyonda birçok stres faktörünün katkısı hakkında güçlü kanıtlar sunmasına karşın, sosyal konum ve olumsuz koşullar arasındaki ilişkinin diğer psikiyatrik bozukluklara göre yeterince açık olmadığını belirtmektedir.

### 2.5.1 Bastırılmış Duygular

İçgüdüler yoğunluk olarak farklı olsa da içgüdülerin kontrol edilerek kalıplaşmış tutumlara dökülmesi, duyguların kültürlenmesiyle olasıdır. “Durkheim, sosyal bağların bir dinamiği olan toplumsal grupların temelde duygularla örüldüğünü belirtir” (Yaşar, 2007).

Yaşanan bozuk ilişkileri bir yansıması olarak da kabul edilen depresyon, temel olarak bir duygu bozukluğudur. Duygu, kişilerin kendisi ve sosyal yaşamı algılama tarzını belirlemektedir. Bu nedenle hem kişiler arası ilişkileri etkilemekte hem de bu ilişkiler ile oluşturulurlar. Bu kapsamda depresyon, sosyal ilişki ve bunu anlayıştaki bozukluğun duygusudur. Duygu bastırımı ve sınırlandırılması, daha çok alt sınıf ve statüler için geçerlidir, edilginlikle alakalıdır ve düşük statü, sosyal anlamda kadınsı olduğuna göre, duygusal bozukluklar da en fazla kadınlarda görülmektedir (Yaşar, 2007).

Fakat, bastırılan ve yüceltilmeyen duygular, birey için yaralayıcı niteliktedir ve depresyonda önemli bir risk faktörü olarak ifade edilmektedir. “Haris, kadınların, çökkün duygusal durumlarına neden olan sosyokültürel faktörleri ele aldığı çalışmasında, vakaların çoğunda depresyonun, bir mahrumiyet, fazla yük altında olma ve hayatta karşılaşılabilen olumsuz olaylarla ilgili olduğunu bulgulamıştır” (İnglis, 1991).

O durumda ağır sosyal beklentileri karşılamak için davranışlarını sürekli olarak ayarlamaya çalışanlar, genellikle kadın olmasından dolayı, onların bütün ruhsal sorunlarda önde olmaları olağandır.

Öğrenilmiş aresizlik, kişinin yaşamış olduğu travmatik olayların neden olduğu izlerle kalıcı olmaktadır. Öğrenilmiş aresizlik durumu, negatif kadercilik ile birlikte yorumlanabilir. Negatif kadercilik, sıkıntılı bir duruşu belirtmektedir. Kadınların, daha kaderci olmaları, bilinen bir durumdur. Kadınların kadercilikleri kendiliğinden oluşmuş bir durum değildir. Kadınlar, kaderci olmaları nedeniyle değil, sorunlarının devamlılık



taşıması nedeniyle içinde oldukları durumları kader olarak algırlar ve bu nedenle çaresizleşmekte ve çaresizliklerinin devam etmesi nedeniyle kaderci olmaktadır.

Kişinin kendisine olan güvensizlik ve suçlama durumları arttıkça, çevresine olan bağımlılık gereksinimi artmaktadır. Bu durumda beliren yetersizlik duygusu, ego tatminsizliği oluşturduğundan, beklentilerle birlikte hayal kırıklığı da artmakta ve bu şekilde devam eden kısır döngü depresyona neden olmaktadır (Savrun, 1999).

Kültür açısından bağımlı olarak yetişen kadınların, reddedilme ve olumsuz bir durumla karşılaşmaları durumunda, kendilerini sıkıştırılmış ve isteksiz hissetmelerine neden olabilmektedir. Örnek olarak tüm bağımlılıklarına rağmen, eşleri tarafından terk edilen kadınların, bu durum sonunda hasta ve çaresiz olmaları, belli bir cinsiyet kapsamında ele alınan konuyla yakından ilgilidir (Savrun, 1999).

### **2.5.2 Sosyal Statü**

Belli bir zaman ve sosyal ortam içinde, bir sosyal pozisyonun diğerine göre aldığı değere sosyal statü denmektedir. Kişinin toplum içindeki konumu, farklı kültürler içinde yaş, cinsiyet, meslek, din gibi faktörler açısından kendine dair bir öneme sahiptir ve kognitif bir yapı oluşturmaktadır (Gönüllü ve İçli, 2001).

Sosyal rol, hem bireyi sosyal statünün normlarını uygulamak için zorlarken, hem de bu davranışlar bireyi belli bir sosyal değerlendirmeye tabi tutmaktadır. Çünkü roller, kültür tarafından yönlendirilmiş belli gereksinimleri karşılamak için fonksiyoneldir. Bu bakımdan rol, hem istenen / istenmeyen olarak hissedilen duygulara, hem de aşağı / üstün olarak tanımlanmış değerlere sahiptir (Çilli ve ark., 2004).

Toplum, kişinin statüsünü belirlerken, onun ailesi, soyu, serveti, sosyal faydası, eğitim seviyesi, geliri ve cinsiyeti gibi kriterleri dikkate almaktadır. Günümüzde meslek, gelir ve eğitim seviyesi, en önemli statü kriterlerinden bazılarıdır. Kadınların birçok toplumda, eğitim, sağlık ve çalışma gibi en temel haklarından faydalanmada erkeklerin gerisinde kaldıkları bilinmektedir (Cimilli, 2001).

Eğitim eksikliği, kadınları yaşamın diğer tüm alanlarından yoksun bırakması nedeniyle, onların düşük statülerinde olduğu kadar, ruhsal sağlıkları için de olumsuz

etkiye sahiptir. Çünkü eğitim, diğer hakları kazanmanın yanında önemli bir statü kaynağıdır. Kadınların eğitim almamaları, özel alana yönelmelerine neden olmaktadır (Cimilli, 2001).

Aile içindeki konum ve rol paylaşımında, kadının klasik rolleri kapsamında küçük alan ve ev işlerini bulunduran özel alana, erkeğin de ev dışındaki geniş alan ve işleri bulunduran kamusal alana yönlendirilmesi, kadın için olumsuz durum oluşturan hiyerarşik bir yapı oluşturmuştur.

Kadınların genelde iktisadi güçten mahrum ve daha kaderciler olmaları, yaşamlarını kontrol etme durumunu zayıflatması bakımından bu durum, kadının konumu açısından inciticidir. Depresyonun ortaya çıkmasında bu incinme durumunun önemli bir yerde bulunduğu da bilinmektedir.

Kimi zaman kadınların ruhsal sorunlarının erkeklere göre daha fazla olmasının, biraz da kadınların kendi durumlarını kabul ederek, hastanelere hemen gitmeleri ile ilişkilendirilmektedir. Ancak durum sadece bununla sınırlı değildir. Çünkü yapılan araştırmalarda, ruh sağlığı sorunları çeken kadınların, medeni durum, meslek ve eğitim gibi alanlarda olan yetersizlikleri göze çarptığından, kadınların ruh sorunları ile sosyal konularının yakından ilgili olduğu görülmektedir (Çakır, 2009).

### **2.5.3 Kadın ve Öz-saygı**

Çalışan tüm insanlar, maddi ihtiyaçları için çalışmamaktadırlar. Bir mesleğe sahip olma ve çalışma; para kazanmanın ötesinde bireyin kapasitesini kullanma ve dolayısıyla kendisini gerçekleştirmeye olanak vermektedir. Kendini gerçekleştirme ise sağlıklı insanın en güçlü eğilimi olarak kabul edilmektedir (Kuzgun, 2000).

Ruh sağlığı alanında otorite olan bilim adamlarına göre çalışmak ve üretken olmak ruh sağlığını olumlu yönde etkilemektedir. Örneğin Freud'a göre psikolojik sağlığın en önemli göstergesi sevmek ve çalışmaktır (Kuzgun, 2000).

Birçok çalışma, bir işte çalışmanın, kişinin farklı yönlerdeki gelişimini olumlu olarak etkilediğini göstermektedir. İş, özellikle yetişkinlik döneminde, öz yeterlilik ve öz saygı gibi kişinin benliğini düzenleyen fonksiyonlar ile kendini gerçekleştirme için

imkânlara sahip olunabilecek sosyal yapı arasında önemli bir köprü görevi görmesi nedeniyle önemli bir belirleyicidir.

Çünkü çalışabilecek durumda olup çalışamama, işini kaybetme veya çalışırken olumsuzluklarla karşılaşmak doğrudan ya da dolaylı olarak uzun süreli stresin ortaya çıkmasına neden olarak psikolojik açıdan olumsuzluklara neden olabilmektedir. - Günümüze kadar gerçekleştirilmiş bazı çalışmalar, işsizlik ve yoksulluğun fiziki rahatsızlıklar, stres, depresyon, umutsuzluk gibi ruhsal sorunlara da neden olduğunu belirtmektedir (Kuzgun, 2000).

Kadının bir iş sahibi olması konusunda yaşamış olduğu psikolojik çatışma ve içsel engeller, neticede dış engellerin bir sonucudur. Özellikle kadının kamusal alanda çalışma imkânının darlığı, onların ruhsal daralma yaşamalarına neden olabilmektedir.

Ev işleri yemek hazırlama, temizlik, aile içindeki bireylerin bakımı, sağlıklarının devamı, evin temizliği, bakımı, alışveriş yapma gibi etkinlikleri kapsar. Cinsiyet rolleri kapsamında, temizlik, çamaşır ve bulaşık yıkama, yemek pişirme, sofraya hazırlama gibi ev içi işler, özellikle geleneksel toplumlarda kadınların görevi olarak algılanmaktadır. Türk toplumunda ev ile ilgili işlerin gerçekleşmesinde hem geleneksel hem çağdaş görüş kapsamında, temel sorumluluğun kadına ait olduğu görüşü yaygındır. Kadının ev dışında bir işte çalışması durumunda da ev işlerinin kadına yüklediği sorumluluğun azalmadığı fikri yaygındır. Kadınlar, ev işlerinin yanında, aile üyelerinin iyi ve sağlıklı olmalarında da önemli rol oynamaktadır. “Bu sebeple, Türkiye’de, genel olarak ev işleri ve çocuk bakımı büyük oranda üzerinde olan kadının, bu yüklerinin yanında bir de ev dışında ücretli çalışmaya başlamasının, yükünü daha da arttırdığı düşünülmektedir” (Çilli ve ark., 2004).

Ross ve arkadaşları (1983) yaptıkları çalışmada, ev kadınlarının çalışan kadınlara göre daha depresif ve stresli olduğunu belirtirken, Bilgin (1990) ise iş yaşamının kadınların depresyon düzeyini azaltmada önemli rolünün olduğunu, çalışmayan kadınların depresyon düzeylerinin çalışan kadınlara göre daha yüksek olduğunu saptamışlardır (Sezer, 2004).

## 2.6 Depresyon Ve Kadın

Depresyon, kişinin yaşam sevincini kaybetmesi durumunda gelişen durumdur. Kaybedilen bu duygu yerini, üzüntü, karamsarlık, keder gibi duygular alır. Depresyondaki bireyin daha önce kendisini mutlu eden spor, müzik, tiyatro gibi etkinlikler ve sosyal aktivitelere katılma isteği azalmaktadır. Bu gibi sosyal ve kültürel aktivitelere katılsalar da önceki kadar mutluluk duymamaktadır.

Depresyon, psikolojik stres ve yaşam zorluğunun en genel formudur. Depresyon belirtileri; kaygı, mutsuzluk, stres ve kendine güvensizlikle ilişkilidir (Öztürk, 2004). Depresyon, bireyin tükenmişliğe uğraması, ruhsal bakımdan çöküntüye girmesi durumudur.

Dünya’da depresyon ölümcül hastalıklar içinde ilk üçte bulunmaktadır. Çünkü depresyon, kişinin umutsuzluk seviyesini artırıp, kişide geleceğe karşı karamsar düşünelere neden olduğundan intihar, alkol bağımlılığı veya birçok kronik hastalığa yol açmaktadır. Bu nedenle depresyonun fark edilip önlem alınmasında, onun toplumsal yaygınlığının, seyri ve cinsiyetler arasındaki dağılımı göz önünde bulundurulmalıdır.

Türkiye’de depresyonun özellikle son zamanlarda önemli bir artış göstermiştir. Bununla birlikte kadınların erkeklere göre iki kat daha fazla depresyona yakalandığı görülmektedir. Bu durum çeşitli sosyal nitelikte açıklanabilmektedir.

Depresyon cinsiyetler arasında da hem psikososyal hem de biyolojik açıdan farklılıklar göstermektedir. Günümüzde kadınlar, maddi ve manevi olarak ağır sorumluluk altındadırlar. Buna rağmen kadının yükü hem çalışan hem de ev hanımı ve daha birçoğu gibi rollerin hepsini birden yüklenmektedir. Dolayısıyla kadının üstündeki bu ağır sorumluluk ve stres kadınlarda benlik saygısında azalma ve depresif belirtiler gibi rahatsızlıklara sebebiyet vermektedir (Cimilli, 2000).

Birçok araştırma, çalışmanın evli kadınlar için olumlu etkilerinin olduğunu gösterse de bu durumun olumsuz etkilerini ortaya koyan birçok çalışma da literatürde bulunmaktadır.

Kadının çalışma yaşamına girmesi, ev ve işteki yükümlülüklerinin artması ve bunları birlikte sürdürmeye çalışması, kadında iki yönlü stres oluşturmaktadır. Hem iş hayatındaki mücadele hem de evde ev kadını olma rolü, kadınlarda strese neden olmaktadır.

Dökmen (2003) tarafından yapılan araştırmada bulgular sonucunda, çalışma durumunun depresyonu etkileyici bir değişken olduğu ve çalışma yaşamının zorluklarına karşın insanların psikolojik sağlıklarını olumlu anlamda etkilediği ortaya çıkmıştır. Kişinin çalıştığı iş yerinde yeni bir şeyler oluşturması, toplumda kariyer elde etmesi, kendini işe yarar hissetmesi onun psikolojik sağlığını olumlu açıdan etkilemektedir. Ayrıca ekonomik anlamda kendini bağımsız görmesi ve bu sayede kendini toplumda kabul ettirebilmesi kendilerini iyi hissetmelerini sağlamaktadır.

Genellikle, çalışmak özellikle kadınların psikolojik sağlıklarını olumlu etkilemektedir. Dökmen (1997), kadınlarda ev işi yapma sıklığı ile depresyonun birlikte arttığını ve ev işlerinin tek yükümlüsü olarak kadınların görülmesiyle birlikte, kadınların devamlı aynı işi yapması ile ruh sağlığının bozulmasına sebep olduğunu bulmuştur. Çalışan kadınlar; günlük sıkıntılar (ev işleri, gerginlik oluşturuvcu ve üzücü olaylar, kişilerarası ilişkiler, sağlığa yönelik problemler, çocuk bakımı, bulunduğu ortamla ilgili sıkıntılar) ve iş ortamından kaynaklı yaşanan problemler (iş yerinin fiziksel durumu, havalandırma, gürültü, işin yoğunluğu ve monotonluğu, yükümlülüklerdeki belirsizlik, rol çatışmaları, amirlerle ilişkiler, işte yükselme imkânları, verilecek kararlar gibi) nedeniyle ev kadınlarına oranla stresi daha yoğun yaşadıkları görülmektedir. Dökmen, çalışmayanların çalışanlara oranla daha depresif olduklarını bulmuştur.

Uçman, (1990) depresif hastalarla, bir psikiyatri kliniğinde yaptığı bir araştırmada kadın, bekâr ve işsiz olanların daha büyük tehlike altında olduklarını belirlemiştir. Diğer bir çalışmada da Ross, (1983) çalışan kadınlara göre ev kadınlarının daha depresif ve daha stresli oldukları belirlemiştir.

## 2.7 Kadınlarda Depresyon ve Benlik Algısı

Benlik, kişiliğin en önemli unsurlarından biridir. Benlik algısı, sosyal rollerle yakından ilişkilidir. Çevrenin, kişinin benliğiyle alakalı düşünce ve yargıları, kişinin kendisini algılama biçimini de büyük oranda etkilemektedir.

Ayna benlik kuramında H. Cooley, benlik algımızın diğerleriyle olan ilişkilerimizle beliren sosyal bir inşa olduğunu belirtir. (akt. Yaşar, 2007) Mc Call ve Simmons, "Kimlikler ve Etkileşimler" adlı eserinde, bireyin kendine olan bakışının sosyal olarak kurulduğunu belirtmişlerdir. (Brown, 1989, akt. Yaşar, 2007) Bu kapsamda kişi kendisini ilk olarak başkalarının gözüyle algılar ve değerlendirir. Böylece kendilik, diğer kişilerle olan ilişkilerde belirlenmektedir.

Benlik imgesi, bireyin kendisini algılaması, diğer kişilerle olan iletişimde ortaya çıkar. Sosyal ve kültürel cinsiyet tutumları, benlik değerlendirmeleri üzerinde etkili olmasından dolayı kişinin cinsellik kalıp yargıları, ruh sağlığı ile ilişkilidir. Genellikle benlik saygısı, kişinin konumu ve rolleri sonucunda etkilenmektedir. Bununla birlikte benlik saygısıyla, ümitsizlik ve depresyon arasında da direkt ilişkiler bulunmaktadır. Çalışan kadınların konumu ve iktisadi bağımsız durumdaki kadınların benlik algılarının, çalışmayan kadınlara göre daha yüksek olduğu yapılan çalışmalarda ortaya çıkmaktadır (Savrun, 1999).

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM- GEREÇ ve YÖNTEM

Bu bölümde bu araştırmanın hedeflediği analizler ve bulunan sonuçlar işlenecektir. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları ile istatistiksel teknikler de bu bölümde yer almaktadır. Son olarak araştırma sürecinde etik kurallardan bahsedilmiştir.

### 3.1 Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı çalışan kadınların, benlik kavramı ile depresyon durumunun incelenmesi benlik kavramı ve ideal benlik kavramı arasındaki fark ile depresyon durumunun değişkenler açısından belirlenmesi. Bu amaç doğrultusunda öncelikle çalışan kadınların depresyon durumunun araştırılması yapılacak olup, benlik kavramı ve ideal benlik kavramlarının depresyon durumu ile ilişkisi araştırılacaktır. Kadınlara ilişkin işe başlama yaşı, işin gereklilikleri, medeni durum, yaş, mesleki ve kişisel gelişim vb. etkinliklerinin depresyon durumuna etkisinin araştırılması araştırmanın alt amaçlarıdır.

### 3.2 Araştırmanın Evren Ve Örneklemi

Araştırmanın evreni, 18 yaş üstü çalışan kadınlarla sınırlıdır. Çeşitli demografik ve mesleki değişkenlere sahip çalışan kadınlar arasından tesadüfi olarak seçilen 98 kişi araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Kadınların seçiminde araştırmaya katılmayı kabul etmeleri, uygulanan ölçek yönergelerini anlamaları, iletişim kurmayı engelleyecek boyutlarda fiziksel ve zihinsel bir engellerinin olmaması esas alınmıştır. Katılımcılara, çalışmanın amacı ve konusu hakkında sözel olarak bilgi verilmiş ve katılmaya gönüllü olan kadınlar çalışmaya alınmıştır.

### 3.3 Araştırma Soruları

Araştırmada şu sorulara cevap aranacaktır:

1. alışan kadınların depresyon düzeyleri ile kadınların demografik faktörleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
2. alışan kadınların depresyon düzeyleri ile kadınların meslekleri ve çalışma koşulları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. alışan kadınların depresyon düzeyleri ile kadınların maaşları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
4. alışan kadınların benlik algıları ile kadınların demografik faktörleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
5. alışan kadınların benlik algıları ile kadınların meslek ve çalışma koşulları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
6. alışan kadınların benlik algıları ile kadınların maaşları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

#### 3.3.1. Hipotezler

- Orta yaş ve yaşlı kadınların, genç kadınlara göre depresyona daha yatkındır.
- Çalışma koşulları ve alınan maaşın, depresyon ve benlik algıları üzerinde doğru orantılı bir ilişkisi vardır.
- Kadınların sosyo- demografik özellikleri ile depresyon ve benlik algıları arasında doğru orantılı bir ilişki vardır.
- Kadınların evli ve ocuk sahibi olmalarının, depresyon ve benlik algıları üzerinde olumsuz bir etkisi vardır.



### 3.4. Verilerin Toplanma Araçları

#### 3.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen çalışan kadınlara ait kişisel ve mesleki bilgileri öğrenmek amacıyla oluşturulmuş 14 soru içermektedir. Kişisel bilgi formunda demografik bilgi (medeni durum, yaş, yaşanılan yer, eğitim düzeyi, aylık gelir düzeyi, çocuk durumu) ve mesleki bilgilere (işinde kaç yıl çalışıldığı, haftada kaç gün çalışıldığı, günde ortalama kaç saat çalışıldığı, çalışılan sektör, iş değiştirme hakkında fikri, mesai dışı ek işi, ek gelir)dair sorular yer almaktadır. **(EK-I)**

#### 3.4.2. Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)

Bu araştırma da depresyon düzeyini ölçmek amacıyla Aaron T. Beck ve arkadaşları (1978) tarafından geliştirilip Hisli (1989) tarafından Türkçeye uyarlanan Beck Depresyon Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçekte, toplam 21 madde ve her maddenin altında 4 kendini değerlendirme cümlesi bulunmaktadır. Her madde depresyon şiddetine göre sırasıyla 0, 1, 2, 3 şeklinde puanlanan dördümlü Likert tipi ölçüm sağlamaktadır. Tegin, BDÖ' nün güvenilirlik katsayısının  $\alpha=0.86$ , geçerlilik katsayısının ise  $\alpha=0.75$  olduğunu bulmuştur. (Öner, 2006) **(EK-II)**

### 3.4.3 Benlik Algısı Ölçeği

Profesyonel Benlik Kavramı Ölçeği 2010 yılında Sabancıoğulları tarafından geliştirilerek geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmış ölçeğin güvenilirliği Cronbach Alpha katsayısı 0,88 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırmanın örnekleminde ise Profesyonel Benlik Kavramı Ölçeği'nin Cronbach Alpha katsayısı 0,91 olarak bulunmuştur. 4'lü likert tipinde (1: Hiç Katılmıyorum, 2: Katılmıyorum, 3: Katılıyorum, 4: Çok Katılıyorum),36 maddeden oluşan (“mesleki memnuniyet”, “mesleki yetkinlik”, “mesleki tutum ve beceri”) 3 alt boyutu olan bir ölçektir.

(Sabancıoğulları, 2010) **(EK-III)**

Profesyonel Benlik Kavramı Ölçeğinin Değerlendirilmesi; ölçeğin 28 maddesi düz, 8 maddesi ise ters ifade edilmiş maddelerden oluşmaktadır. Düz ifade edilmiş maddeler (1, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 25, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34 ve 35) “1” Hiç Katılmıyorum, “2” Katılmıyorum, “3” Katılıyorum ve “4” Çok Katılıyorum Şeklinde puanlanırken, ters ifade edilmiş maddeler (2, 5, 14, 16, 24, 26, 27, ve 36) tersine çevrilerek puanlanmaktadır. (Sabancıoğulları, 2010)

### 3.5. Verilerin Analizi

Verilerin istatistiksel analizi SPSS 22 istatistik paket programı ile yapılmıştır. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri ve mesleki özelliklerine ait kategorik değişkenler için tanımlayıcı istatistiklerden; sayı (n) ve oranlar (%) kullanılmıştır. Ölçek alt boyutlarının puanları ve toplam ölçek puanları için tanımlayıcı istatistiklerden; ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Sosyodemografik ve mesleki özelliklerin, depresyon, mesleki bakış açıları ve mesleki soruları içeren gruplarda; 2 grupta ölçeklerin puan ortalamalarını karşılaştırmak için parametrik testlerden t testi ve 2'den fazla grupta ölçek puan ortalamalarını karşılaştırmak için parametrik testlerden ANOVA (Varyans Analizi) kullanılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkinin araştırılması için Korelasyon Analizi uygulanmış ve Pearson Korelasyon Katsayısı verilmiştir. Tüm karşılaştırmalar için istatistik önem seviyesi (p) 0,05 düzeyinde tutulmuştur.

### 3.6. Etik

Araştırmaya katılan 6rneklem gurubunun gizlilik haklarının korunacağı bilgisi 6l7ek uygulamasına başlamadan 6nce verilmiştir. Araştırmaya g6n6ll6 olarak katılan bireylere 6l7eklerde verdikleri cevapların hi7bir kişisel bilgi paylaşımı olmadan istatistiksel analizlerde kullanılacağı ve bu şekilde y6ksek lisans tez 7alışmasında yer alacağı konusunda bilgi verilmiştir. T6m katılımcıların isimlerinin gizli tutulacağı ve kişisel hi7bir bilginin herhangi bir 676nc6 kişiyle paylaşılmayacağı bildirilmiştir. Bir diğer ifadeyle, 6l7eklerden alınan sonu7ların bilimsel kurallara g6re yorumlanması dışında başka hi7bir ama7 i7in kullanılmayacağı belirtilmiştir.



## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM- BULGULAR

Bu bölümde katılımcılara doldurulan kişisel bilgi formlarından ve uygulanan anketlerden elde edilen veriler ve bu verilerin istatistiksel analiz sonuçları yer almaktadır. Yapılan analizler, anketler ve kişisel bilgi formlarından elde edilen verilerin, sosyodemografik ve mesleki değişkenler açısından depresyon düzeyinin ve profesyonel benlik saygısının karşılaştırılmasını amaçlamaktadır.

Araştırmanın amacına uygun olarak toplanan verilere uygulanan istatistiksel analizlere yer verilmiştir. Analizler, SPSS 22 (Statistical Program for Social Sciences) ile yapılmıştır. İlk olarak, katılımcıların sosyodemografik ve mesleki özellikleri değişkenlere göre dağılımlarının gözlemlenmesi amacıyla frekans dağılımı ve yüzdeler analizleri yapılmıştır. İkinci olarak, sosyodemografik ve mesleki özelliklerin, depresyon, mesleki bakış açıları ve mesleki soruları içeren gruplarda; 2 grupta ölçeklerin puan ortalamalarını karşılaştırmak için parametrik testlerden t testi ve 2'den fazla grupta ölçek puan ortalamalarını karşılaştırmak için parametrik testlerden ANOVA (Varyans Analizi) analizine yer verilmiştir. Üçüncü olarak katılımcıların Beck depresyon envanteri ve profesyonel benlik kavramı ölçeği toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile karşılaştırma sonuçlarına yer verilmiştir.

#### 4.1 Katılımcıların Demografik Ve Mesleki Değişkenlerine İlişkin Bilgiler

**Tablo 1.** Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

Sosyodemografik Özellikler	Sayı (n)	Yüzde (%)
<b>Medeni durum</b>		
Evli	40	40.9
Bekar	44	44.8
Boşanmış	10	10.2
Dul	4	4.1
<b>Yaş</b>		
18- 25	24	24.50
26- 35	38	38.77
36- 45	27	27.55
46- 55	8	8.16
56 ve üstü	1	1.02
<b>Yaşanılan yer</b>		
Büyükşehir	61	59.1
Şehir	29	29.5
Kasaba	3	3.06
Köy	5	5.28
<b>Çalışılan sektör</b>		
Eğitim	16	16.3
Sağlık	22	22.4
Hizmet	39	39.7
Finans	9	9.1
Diğer	12	12.5
<b>Eğitim durumu</b>		
İlkokul	3	3.06
Ortaokul	8	8.16
Lise	22	22.4
Ön lisans	30	30.6
Lisans	28	28.5
Yüksek lisans / Doktora	7	7.32
<b>Gelir</b>		
500 - 1000	4	4.09
1001 - 1500	28	28.5
1501 - 2000	21	21.5
2001 - 3000	27	27.55
3001 - 4000	10	10.2
4001 ve üzeri	8	8.16
<b>Çocuk durumu</b>		
Var	52	53.06
Yok	46	46.04

Ankete katılan gönüllü katılımcıların, sosyodemografik durumları incelendiğinde, birçok açıdan çeşitlilik gösterdiği görülmektedir.

Medeni durum açısından incelendiğinde, katılımcıların en çok bekar (n: 44), daha sonra evli (n: 40), sonra boşanmış (n: 10) ve dul (n: 4) oldukları görülmektedir.

Yaş değişkeni açısından incelendiğinde, en çok katılımcının 26- 35 yaş grubu (n: 38) arasından olduğu, daha sonra 36- 45 yaş grubu (n: 27) olduğu, sonra 18- 25 yaş grubu (n: 23) ve 46- 55 yaş grubunda (n: 8) olduğu görülmektedir. 56 ve üstü yaş aralığında ise birer katılımcının (n: 1) olduğu görülmektedir.

Yaşanılan yer açısından incelendiğinde katılımcıların en çok büyükşehirde oturdukları (n: 61), daha sonra şehir (n: 29), sonra köy (n: 5) olduğu, kasaba (n: 3) bölgelerinde yerleşen katılımcıların eşit olduğu görülmektedir.

Çalışılan sektör açısından incelendiğinde ise katılımcıların en çok hizmet sektöründe (n: 39) olduğu, bunu sağlık sektörü (n: 22), eğitim sektörü (n: 16), diğer (n: 12), finans sektörünün (n: 9) olduğu görülmektedir.

Eğitim durumu açısından incelendiğinde, en çok katılımcının ön lisans (n: 30) olduğu, sonra lisans (n: 28), lise (n: 22), ortaokul (n: 8), yüksek lisans- doktora (n: 7), ilkokul (n: 3) olarak izlediği görülmektedir.

Gelir açısından incelendiğinde, katılımcıların en çok 1001- 1500 TL gelir grubunda (n: 28) buldukları, bunu 2001- 3000 TL (n: 27) grubunun izlediği, sonra sırasıyla 1501- 2000 TL (n: 21), 3001- 4000 TL (n: 10), 4001 TL ve üzeri (n: 8), 500- 1000 TL (n: 4) grubunun izlediği görülmektedir.

Çocuk durumu bakımından incelendiğinde katılımcıların %53.06'sının (n:52) çocuk sahibi olduğu, %46.04'ünün (n: 46) ise çocuk sahibi olmadığı görülmektedir.

**Tablo 2.** Katılımcıların Mesleki Özellikleri

Mesleki Özellikler	Sayı ( n )	Yüzde (%)
<b>Çalışma süresi</b>		
1 - 4 yıl	45	44.1
5 - 9 yıl	23	23.48
10 - 14	15	14.7
15 - 19	12	14.66
20 ve üzeri	3	3.06
<b>Haftada çalışma süresi</b>		
3 günden az	1	1.02
3 gün	3	3.06
4 gün	9	9.1
5 gün	57	58.25
6 gün	27	27.55
7 gün	1	1.02
<b>Günde ortalama çalışma saati</b>		
8 saatten az	11	11.2
8 - 12 saat	81	82.6
13 - 15 saat	4	4.09
15 saatten az	2	2.11
<b>Çalışılan sektör</b>		
Kamu	28	28.5
Özel	70	71.5
<b>İş değiştirme düşüncesi</b>		
Evet	36	36.7
Hayır	62	63.3
<b>Mesai dışı ek iş</b>		
Evet	17	17.3
Hayır	81	82.7
<b>Ek gelir</b>		
Evet	17	17.3
Hayır	81	82.7

Katılımcılar mesleki özellikler açısından incelendiğinde, katılımcıların çeşitlilik gösterdiği görülmektedir.

Çalışma süresi açısından incelendiğinde, katılımcıların en çok 1- 4 yıl (n: 45) deneyime sahip oldukları, bunu 5- 9 yıl (n: 23) grubunun izlediği, sonra 10 - 14 yıl (n: 15), 15 - 19 yıl (n: 12), 20 yıl ve üzeri (n: 3) izlediği görülmektedir.

Haftada çalışma süresi açısından incelendiğinde katılımcıların en çok 5 gün (n: 57) çalıştığı, bunu 6 gün (n: 27), 4 gün (n: 9), 3 gün (n: 3) v 3 günden az (n: 1) ve 7 gün (n: 1) çalışanların izlediği görülmektedir.

Günde ortalama çalışma saati açısından incelendiğinde katılımcıların en çok 8-12 saat (n: 81) çalıştığı, bunu 8 saatten az (n: 11) çalışanların izlediği, sonra 13-15 saat (n: 4) çalışanların ve 15 saatten çok (n: 2) çalışanların izlediği görülmektedir.

Çalışılan sektör açısından incelendiğinde, katılımcıların %71.5 ile en çok özel sektörde (n: 70) çalıştığı, geri kalan %28.5'lik kesimin kamu sektöründe (n: 28) çalıştığı görülmektedir.

İş değiştirme düşüncesi açısından incelendiğinde, katılımcıların %63.3'ünün (n: 62) iş değiştirmeyi düşünmedikleri, %36.7'sinin ise (n: 36) düşündükleri görülmektedir.

Mesai dışı ek işte çalışma açısından bakıldığında, katılımcıların %82.7'sinin (n: 81;) ek işte çalışmadığı, %17.3'ünün (n: 17) çalıştığı görülmektedir.

Ek gelir açısından incelendiğinde, katılımcıların %82.7'sinin (n: 81) ek gelire sahip olmadıkları, %17.3'ünün ek gelire sahip oldukları görülmektedir.



**4.2 Katılımcıların Sosyodemografik Ve Mesleki Özelliklerine Göre Beck Depresyon Envanteri Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Sonuçları**

**Tablo 3.** Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklerine Göre Beck Depresyon Envanteri Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Sonuçları

Sosyodemografik Özellikler	( n )	Ortalama	Standart Sapma
Medeni durum			
Evli	40	14.4545	8.25155
Bekar	44	12.1934	7.54155
Boşanmış	10	13.3534	8.15134
Dul	4	12.4555	7.95455
Toplam	98	13.1545	7.99950
P		.0034	
Yaş			
18 - 25	24	13.9545	7.54551
26 - 35	38	13.9555	7.91755
36 - 45	27	14.4565	8.71195
46 – 55	8	14.0100	8.51551
56 ve üstü	1	13.9996	7.97307
Toplam	98	13.4555	7.54555
P		.0046	
Yaşanılan yer			
Büyükşehir	61	13.9255	7.95155
Şehir	29	13.5444	7.69934
Kasaba	3	12.1000	6.55537
Köy	5	11.0057	6.45454
Toplam	98	12.3451	7.99910
P		.0045	
Çalışılan sektör			
Eğitim	16	13.6437	9.69994
Sağlık	22	13.7592	9.96555
Hizmet	39	12.3252	7.99950
Finans	9	12.1001	7.59993
Diğer	12	10.5155	7.00010
Toplam	98	12.4555	7.91500
P		0.045	

**Tablo 3.** (Devam) Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklerine Göre Beck Depresyon Envanteri Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Sonuçları

Sosyodemografik Özellikler	( n )	Ortalama	Standart Sapma
Eğitim durumu			
İlkokul	3	12.7778	9.97433
Ortaokul	8	12.4315	9.31927
Lise	22	12.7273	7.03287
Ön lisans	30	12.7838	7.55769
Lisans	28	12.5551	6.56105
Yüksek lisans / Doktora	7	12.3057	6.36565
Toplam	98	12.3457	7.91500
P		.915	
Gelir			
500 - 1000	4	13.8724	7.51769
1001 - 1500	28	13.4444	7.30867
1501 - 2000	21	12.5055	6.30555
2001 - 3000	27	12.2115	6.10345
3001 - 4000	10	12.1001	5.51555
4001 ve üzeri	8	12.0003	5.50505
Toplam	98	12.1512	7.99900
P		0.037	
Çocuk durumu			
Var	52	13.5555	9.02583
Yok	46	9.1555	5.95545
Toplam	98	12.3555	7.55551
P		0.034	

Örnekleme yer alan kişilerin medeni durumlarına göre oluşturulan dört grubun Beck Depresyon Envanteri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır. ( $p<0.05$ ) Evli olanların toplam puan ortalaması, bekar, boşanmış ve dulların toplam puan ortalamasından daha yüksektir. Sırasıyla evlilerin, daha sonra dulların, sonra da boşanmışların toplam puan ortalamaları bekarlara göre daha yüksektir. Bu durum, en çok evlilerin, en az boşanmışların depresif olduklarını göstermektedir.

Örnekleme yer alan kişilerin yaş gruplarına göre oluşturulan beş grubun Beck Depresyon Envanteri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır. ( $p<0.05$ ) 36 - 45 yaş aralığındaki grubun toplam puan ortalaması diğer grupların toplam puan ortalamasından daha yüksektir. En çok 36- 45 yaş grubunun toplam puan ortalaması yüksekken, en az 18- 25 yaş aralığındaki grubunun toplam puan ortalaması düşüktür. Orta yaş grubuna dahil olanların en çok depresif oldukları, bunu 46- 55 yaş grubunun ve 56 yaş ve üstü grubun izlediği görülmektedir. Bu nedenle, depresyonun orta yaş grubuna kadar kademeli olarak arttığı, orta yaş grubundan sonra kademeli olarak düştüğü, ancak orta yaş grubundan sonraki grupların toplam puan ortalamalarının, gençlere göre yüksek oldukları görülmektedir.

Örnekleme yer alan kişilerin yaşadıkları yere göre oluşturulan dört grubun Beck Depresyon Envanteri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır. ( $p<0.05$ ) Depresif özellikler bulunduran katılımcıların en çok büyükşehirlerde yaşadıkları görülürken, bunu şehirde yaşayan katılımcıların, sonra kasaba ve en az da köylerde yaşadıkları görülmektedir. Bu durum, büyük şehirlerin daha karmaşık, yorucu ve sorunların daha fazla olduğu ile açıklanabilirken yaşadıkları yerler küçüldükçe, depresyon faktörlerinin azaldığı ve toplam puan ortalamalarının düştüğü görülmektedir.

Örnekleme yer alan kişilerin çalışılan sektöre göre oluşturulan beş grubun Beck Depresyon Envanteri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır. ( $p < 0.05$ ) Sağlık sektöründe çalışan grubun toplam puan ortalamasının, diğer gruplara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. En az toplam puan ortalaması ise diğer sektörde bulunmaktadır. Sağlık sektörünü, eğitim sektörü ve hizmet sektörünün izlemesi, insanlarla iletişimin fazla olduğu mesleklerde depresif belirtilerin daha yüksek olması ile açıklanabilmektedir.

Örnekleme yer alan kişilerin eğitim durumuna göre oluşturulan altı grubun Beck Depresyon Envanteri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. ( $p > 0.05$ )

Örnekleme yer alan kişilerin gelir grubuna göre oluşturulan altı grubun Beck Depresyon Envanteri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır. ( $p < 0.05$ ) Toplam puan ortalamalarına göre, gelir seviyesi arttıkça, depresyonun azaldığı görülmektedir. En yüksek toplam puan ortalaması 500- 1000 TL grubunda iken, en az toplam puan ortalaması 4001 TL ve üzeri grubundadır.

Örnekleme yer alan kişilerin çocuk durumuna göre oluşturulan iki grubun Beck Depresyon Envanteri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır. ( $p < 0.05$ ) Çocuk sahibi olan katılımcıların toplam puan ortalamasının, çocuk sahibi olmayanlara göre yüksek olması, çocuk faktörünün depresyon üzerinde etkili bir faktör olduğunu göstermektedir.

**Tablo 4.** Katılımcıların Mesleki Özelliklerine Göre Beck Depresyon Envanteri Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Sonuçları

Mesleki Özellikler	( n )	Ortalama	Standart sapma
Çalışma süresi			
1 - 4 yıl	45	12.5684	7.12172
5 - 9 yıl	23	12.9636	7.54561
10 - 14	15	13.9671	7.92685
15 - 19	12	14. 0110	8. 52342
20 ve üzeri	3	14.5657	8.71232
Toplam	98	13.9979	7.97281
P		0.043	
Haftada çalışma süresi			
3 günden az	1	12.1881	7.53155
3 gün	3	12.4575	7.96466
4 gün	9	13.3786	
5 gün	57	13.1673	7.99947
6 gün	27		8.15131
7 gün	1	14.4345	8.35166
Toplam	98	13.4666	7.53721
P		0.034	
Günde ortalama çalışma saati			
8 saatten az	11	13.8125	7.52865
8 - 12 saat	81	13.4455	7.30765
13 - 15 saat	4	12.5550	6.36666
15 saatten az	2	12.2234	6.10654
Toplam	98	12.4472	7.91800
P		0.064	
Çalışılan sektör			
Kamu	28	12.6066	7.30768
Özel	70	13.4545	6.30777
Toplam	98	12.3876	7.91350
P		0.073	
İş değiştirme düşüncesi			
Evet	36	12.1071	7.78881
Hayır	62	10.1551	7.00017
Toplam	98	12.5443	7.91350
P		0.034	
Mesai dışı ek iş			
Evet	17	10.6347	7.67737
Hayır	81	13.7876	9.967743
Toplam	98	12.5445	9.93150
P		0.024	
Ek gelir			
Evet	17	12.1071	7.69969
Hayır	81	13.5363	6.54527
Toplam	98	12.6543	7.54371
P		0.077	

Örnekleme yer alan kişilerin çalışma süresine göre oluşturulan beş grubun Beck Depresyon Envanteri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır. ( $p<0.05$ ) Örnekleme bulunan katılımcıların deneyimi arttıkça depresyon seviyelerinin de arttığı görülmektedir. Katılımcıların depresyon seviyeleri, yıllara göre kademeli olarak artmaktadır. 1-4 yıl arasında deneyim sahibi olan katılımcıların toplam puan ortalamasının, 20 yıl ve üzeri deneyim sahibi olan katılımcılara göre daha düşük olması, bu durumu doğrular niteliktedir. Bu durum, çalışanların emeklilik yaşına yaklaştıkça işine karşı bıkkınlık yaşamaları ve tükenmeleri ile ilişkilendirilebilir.

Örnekleme yer alan kişilerin haftada çalışma süresine göre oluşturulan altı grubun Beck Depresyon Envanteri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır. ( $p<0.05$ ) Haftanın 3 gününden daha az çalışan katılımcıların, haftanın beş günü çalışan katılımcılara göre daha az depresif özellikler taşıdığı, bu durumun hafta sonu dahil çalışanlarda daha da arttığı görülmektedir.

Örnekleme yer alan kişilerin günde ortalama çalışma süresine göre oluşturulan dört grubun Beck Depresyon Envanteri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. ( $p>0.05$ )

Örnekleme yer alan kişilerin çalışılan sektöre göre oluşturulan iki grubun Beck Depresyon Envanteri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. ( $p>0.05$ )

Örnekleme yer alan kişilerin iş değiştirme düşüncesine göre oluşturulan iki grubun Beck Depresyon Envanteri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır. ( $p<0.05$ ) İş değiştirme düşüncesi olan katılımcıların iş değiştirme düşüncesi olmayan katılımcılardan daha fazla depresif oldukları görülmektedir.

Örnekleme yer alan kişilerin mesai dışı ek iş durumuna göre oluşturulan iki grubun Beck Depresyon Envanteri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır. ( $p<0.05$ ) Mesai dışında ek iş yapan katılımcıların mesai dışında ek iş yapmayan katılımcılardan daha fazla oldukları görülmektedir.

Örnekleme yer alan kişilerin ek gelire göre oluşturulan iki grubun Beck Depresyon Envanteri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. ( $p>0.05$ )

### 4.3 Katılımcıların Sosyodemografik Ve Mesleki Özelliklerine Göre Profesyonel Benlik Kavramı Puan Ortalamaları

Profesyonel benlik kavramında bulunan sorular, mesleki memnuniyet, mesleki yetkinlik, mesleki tutum ve beceri olmak üzere üç kriter altında incelenecektir.

**Tablo 5.** Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklerine Göre Profesyonel Benlik Kavramı Mesleki Memnuniyet, Yetkinlik, Tutum, Beceri ve Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Sonuçları

Sosyodemografik Özellikler	( n )	Mesleki Memnuniyet Ortalama $\pm$ St. Sapma	Mesleki Yetkinlik Ortalama $\pm$ St. Sapma	Mesleki Tutum ve Beceri Ortalama $\pm$ St. Sapma	Ölçek Toplam Puanı Ortalama $\pm$ St. Sapma
Medeni durum					
Evli	40	14.68 $\pm$ 3.080	22.50 $\pm$ 2.824	75.24 $\pm$ 7.842	112.53 $\pm$ 12.23
Bekar	44	14.08 $\pm$ 2.416	23.80 $\pm$ 2.928	79.58 $\pm$ 7.10	117.50 $\pm$ 10.38
Boşanmış	10	14.15 $\pm$ 2.517	22.37 $\pm$ 2.957	76.63 $\pm$ 7.91	114.20 $\pm$ 12.01
Dul	4	14.57 $\pm$ 2.555	22.96 $\pm$ 2.93	77.75 $\pm$ 6.5	113.50 $\pm$ 7.0
P		<b>0.039</b>	0.328	0.782	0.759
Yaş					
18 - 25	24	14.42 $\pm$ 2.92	22.58 $\pm$ 3.20	77.25 $\pm$ 7.5	115.05 $\pm$ 12.36
26 - 35	38	14.40 $\pm$ 2.70	24.09 $\pm$ 2.66	77.58 $\pm$ 8.52	115.71 $\pm$ 12.21
36 - 45	27	17.56 $\pm$ 2.57	24.15 $\pm$ 2.5	77.81 $\pm$ 7.92	118.25 $\pm$ 12.5
46 - 55	8	18.37 $\pm$ 2.75	24.16 $\pm$ 2.75	77.90 $\pm$ 7.50	122.50 $\pm$ 12.90
56 ve üstü	1	18.50 $\pm$ 3	24.17 $\pm$ 3	77.95 $\pm$ 7.95	124.3 $\pm$ 13.05
P		<b>0.046</b>	0.070	<b>0.045</b>	<b>0.045</b>
Yaşanılan yer					
Büyükşehir	59	14.66 $\pm$ 2.85	22.76 $\pm$ 2.68	76.46 $\pm$ 7.51	113.88 $\pm$ 11.70
Şehir	29	13.46 $\pm$ 2.92	24.46 $\pm$ 3.73	77.93 $\pm$ 7.77	115.86 $\pm$ 12.97
Kasaba	3	14.46 $\pm$ 2.90	22.40 $\pm$ 2.50	75.23 $\pm$ 7.472	112.10 $\pm$ 11.55
Köy	5	14.73 $\pm$ 2.91	23.97 $\pm$ 3.13	78.29 $\pm$ 8.22	117.00 $\pm$ 12.05
Yurt dışı	3	13.66 $\pm$ 2.78	23.42 $\pm$ 2.46	80.22 $\pm$ 7.62	117.73 $\pm$ 11.21
P		0.132	0.109	0.506	0.615

**Tablo 5.** (Devam) Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklerine Göre Profesyonel Benlik Kavramı Mesleki Memnuniyet, Yetkinlik, Tutum, Beceri ve Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Sonuçları

Sosyodemografik Özellikler	( n )	Mesleki Memnuniyet Ortalama $\pm$ St. Sapma	Mesleki Yetkinlik Ortalama $\pm$ St. Sapma	Mesleki Tutum ve Beceri Ortalama $\pm$ St. Sapma	Ölçek Toplam Puanı Ortalama $\pm$ St. Sapma
Çalışılan sektör					
Eğitim	16	14.50 $\pm$ 4.50	21.50 $\pm$ 2.88	74.25 $\pm$ 8.46	110.25 $\pm$ 14.3
Sağlık	22	14.48 $\pm$ 2.37	23.20 $\pm$ 2.77	77.02 $\pm$ 7.57	114.91 $\pm$ 12.0
Hizmet	39	15.02 $\pm$ 3	23.16 $\pm$ 3.15	76.07 $\pm$ 8.71	114.26 $\pm$ 13.3
Finans	9	12.87 $\pm$ 2.67	23.12 $\pm$ 2.37	78.37 $\pm$ 7.17	114.34 $\pm$ 10.4
Diğer	12	15.00 $\pm$ 3.25	20.32 $\pm$ 1.63	76 $\pm$ 5.25	111.33 $\pm$ 8.98
P		0.150	0.136	0.304	0.924
Eğitim durumu					
İlkokul	3	15.45 $\pm$ 2.43	21.15 $\pm$ 2.17	72.57 $\pm$ 9.01	115.00 $\pm$ 9.63
Ortaokul	8	15.55 $\pm$ 2.70	22.35 $\pm$ 2.66	73.10 $\pm$ 5.17	112.22 $\pm$ 11.2
Lise	22	15.70 $\pm$ 2.68	24.54 $\pm$ 2.5	75.78 $\pm$ 7.55	121.11 $\pm$ 12.2
Ön lisans	30	15.78 $\pm$ 3.75	25.64 $\pm$ 3.12	77.57 $\pm$ 7.30	124.5 $\pm$ 13.7
Lisans	28	16.43 $\pm$ 3.1	28.22 $\pm$ 3.28	80.88 $\pm$ 8.2	130.6 $\pm$ 15.7
Yüksek lisans / Doktora	7	16.45 $\pm$ 3.12	28.57 $\pm$ 3.2	82.57 $\pm$ 8.22	134.5 $\pm$ 15.5
P		<b>0.013</b>	<b>0.01</b>	<b>0.013</b>	<b>0.003</b>
Gelir					
500 - 1000	4	13.46 $\pm$ 2.92	22.93 $\pm$ 2.93	76.82 $\pm$ 7.96	114.48 $\pm$ 12
1001 - 1500	28	13.85 $\pm$ 2.19	23.2 $\pm$ 2.86	76.28 $\pm$ 7.62	113.88 $\pm$ 12.7
1501 - 2000	21	14.46 $\pm$ 2.5	22.76 $\pm$ 2.57	77.93 $\pm$ 8.55	115.86 $\pm$ 12.1
2001 - 3000	27	15.5 $\pm$ 2.5	24.46 $\pm$ 3.73	78.29 $\pm$ 7.71	112.10 $\pm$ 12
3001 - 4000	10	15.57 $\pm$ 2.57	23.2 $\pm$ 3.1	78.2 $\pm$ 7.61	117.00 $\pm$ 12.05
4001 ve üzeri	8	15.9 $\pm$ 2.5	22.73 $\pm$ 2.13	82.2 $\pm$ 7.62	117.3 $\pm$ 12.2
P		0.13	0.664	0.771	0.150
Çocuk durumu					
Var	52	14.72 $\pm$ 3.07	22.93 $\pm$ 2.93	75.23 $\pm$ 7.47	114.48 $\pm$ 12.20
Yok	46	13.85 $\pm$ 2.19	22.76 $\pm$ 2.67	78.29 $\pm$ 8.2	113.00 $\pm$ 12.84
P		0.177	0.506	0.757	0.671



Katılımcıların profesyonel benlik kavramı toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile sosyodemografik özelliklerine dair bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde, medeni durum ile mesleki memnuniyet arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. ( $p<0.05$ ) Sonuçlara göre, medeni durum değişkenleri değiştikçe, mesleki memnuniyet değişkeni de farklılık göstermektedir. Ancak medeni durumun mesleki yetkinlik ve mesleki tutum ve beceri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Buna göre medeni durumun mesleki yetkinlik ve mesleki tutum ve becerisi üzerinde herhangi bir etkisi bulunmamaktadır.

Katılımcıların profesyonel benlik kavramı toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile sosyodemografik özelliklerine dair bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde, yaş değişkeni ile mesleki memnuniyet arasında anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. ( $p>0.05$ ) Ancak yaş değişkeni ile mesleki yetkinlik ve mesleki tutum ve beceri arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. ( $p<0.05$ ) Buna göre yaş grubu arttıkça mesleki yetkinlik ve mesleki tutum ve becerinin de arttığı ve benlik üzerinde olumlu etkisinin olduğu görülmektedir.

Katılımcıların profesyonel benlik kavramı toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile sosyodemografik özelliklerine dair bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde, yaşanan yer ile mesleki memnuniyet, mesleki yetkinlik, mesleki tutum ve beceri üzerinde anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. ( $p>0.05$ ) Buna göre yaşanan yerin, mesleki memnuniyet, mesleki yetkinlik, mesleki tutum ve beceri ve benlik algısında herhangi bir etkisinin olmadığı görülmektedir.

Katılımcıların profesyonel benlik kavramı toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile sosyodemografik özelliklerine dair bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde, çalışılan sektör ile mesleki memnuniyet, mesleki yetkinlik, mesleki tutum ve beceri üzerinde anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. ( $p>0.05$ ) Buna göre, çalışılan sektörün mesleki memnuniyet, mesleki yetkinlik, mesleki tutum ve beceri ve benlik algısında herhangi bir etkisinin olmadığı görülmektedir.

Katılımcıların profesyonel benlik kavramı toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile sosyodemografik özelliklerine dair bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde, eğitim durumu ile mesleki memnuniyet, mesleki yetkinlik, mesleki tutum ve beceri arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. ( $p<0.05$ ) Buna göre eğitim seviyesi arttıkça mesleki memnuniyet, mesleki yetkinlik, mesleki tutum ve becerinin de arttığı görülmektedir.

Katılımcıların profesyonel benlik kavramı toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile sosyodemografik özelliklerine dair bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde, gelir ile mesleki memnuniyet, mesleki yetkinlik, mesleki tutum ve beceri üzerinde anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. ( $p>0.05$ ) Buna göre, gelirin mesleki memnuniyet, mesleki yetkinlik, mesleki tutum ve beceri ve benlik algısında herhangi bir etkisinin olmadığı görülmektedir.

Katılımcıların profesyonel benlik kavramı toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile sosyodemografik özelliklerine dair bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde, çocuk durumu ile mesleki memnuniyet, mesleki yetkinlik, mesleki tutum ve beceri üzerinde anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. ( $p>0.05$ ) Buna göre, çocuk sahibi olup olmamanın mesleki memnuniyet, mesleki yetkinlik, mesleki tutum ve beceri ve benlik algısında herhangi bir etkisinin olmadığı görülmektedir.

**Tablo 6.** Katılımcıların Mesleki Özelliklerine Göre Profesyonel Benlik Kavramı Mesleki Memnuniyet, Yetkinlik, Tutum, Beceri ve Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Sonuçları

Mesleki Özellikler	( n )	Mesleki Memnuniyet Ortalama $\pm$ St. Sapma	Mesleki Yetkinlik Ortalama $\pm$ St. Sapma	Mesleki Tutum ve Beceri Ortalama $\pm$ St. Sapma	Ölçek Toplam Puanı Ortalama $\pm$ St. Sapma
Çalışma süresi					
1 - 4 yıl	45	14.45 $\pm$ 2.36	21.45 $\pm$ 2.85	74.22 $\pm$ 8.64	110.23 $\pm$ 14.5
5 - 9 yıl	23	14.51 $\pm$ 2.43	22.33 $\pm$ 2.63	75.09 $\pm$ 7.77	114.34 $\pm$ 13.1
10 - 14	15	15.03 $\pm$ 3	23.18 $\pm$ 3.35	75.09 $\pm$ 8.18	114.99 $\pm$ 12.1
15 - 19	12	15.45 $\pm$ 2.07	23.17 $\pm$ 2.79	76.18 $\pm$ 5.27	117.31 $\pm$ 11.3
20 ve üzeri	3	15.72 $\pm$ 2.63	24.45 $\pm$ 2.7	76.79 $\pm$ 7.45	121.21 $\pm$ 12.6
P		<b>0.034</b>	<b>0.015</b>	<b>0.037</b>	<b>0.03</b>
Haftada çalışma süresi					
3 günden az	1				
3 gün	3	15.54 $\pm$ 2.34	21.31 $\pm$ 2.16	72.45 $\pm$ 9.09	115.08 $\pm$ 9.36
4 gün	9	15.65 $\pm$ 2.07	22.55 $\pm$ 2.79	73.09 $\pm$ 5.13	112.65 $\pm$ 11.5
5 gün	57	15.68 $\pm$ 2.87	28.44 $\pm$ 3.56	77.68 $\pm$ 7.36	124.4 $\pm$ 13.6
6 gün	27	15.67 $\pm$ 3.57	25.45 $\pm$ 3.12	75.56 $\pm$ 7.75	121.67 $\pm$ 12.5
7 gün	1	16.54 $\pm$ 3.3	24.57 $\pm$ 2.7	80.98 $\pm$ 8.1	130.6 $\pm$ 15.7
P		<b>0.032</b>	0.75	0.07	0.076
Günde ortalama çalışma saati					
8 saatten az	11	14.54 $\pm$ 3.076	22.43 $\pm$ 2.844	75.35 $\pm$ 7.811	112.27 $\pm$ 12.31
8 - 12 saat	81	14.04 $\pm$ 2.432	23.43 $\pm$ 2.941	79.48 $\pm$ 7.12	117.45 $\pm$ 10.36
13 - 15 saat	4	14.18 $\pm$ 2.507	22.30 $\pm$ 2.965	76.34 $\pm$ 7.81	114.21 $\pm$ 12.02
15 saatten az	2	14.54 $\pm$ 2.531	22.99 $\pm$ 2.97	77.72 $\pm$ 6.3	113.40 $\pm$ 7.1
P		<b>0.015</b>	0.077	0.075	0.07
Çalışılan sektör					
Kamu	28	14.63 $\pm$ 2.81	22.72 $\pm$ 2.63	76.45 $\pm$ 7.54	113.81 $\pm$ 11.72
Özel	70	13.45 $\pm$ 2.90	24.45 $\pm$ 3.72	77.90 $\pm$ 7.37	115.81 $\pm$ 12.90
P		<b>0.037</b>	0.095	0.07	0.067
İş değiştirme düşüncesi					
Evet	36	13.63 $\pm$ 2.72	23.90 $\pm$ 3.18	78.27 $\pm$ 8.27	117.09 $\pm$ 12.06
Hayır	62	14.72 $\pm$ 2.90	23.45 $\pm$ 2.45	80.27 $\pm$ 7.63	117.72 $\pm$ 11.27
P		<b>0.024</b>	0.066	0.073	<b>0.037</b>
Mesai dışı ek iş					
Evet	17	15.03 $\pm$ 3	23.18 $\pm$ 3.18	76.09 $\pm$ 8.72	114.27 $\pm$ 13.5
Hayır	81	12.81 $\pm$ 2.63	23.18 $\pm$ 2.36	78.36 $\pm$ 7.18	114.36 $\pm$ 10.4
P		0.073	0.07	0.07	0.095
Ek gelir					
Evet	17	15.08 $\pm$ 3	23.18 $\pm$ 3.15	76.05 $\pm$ 8.72	114.27 $\pm$ 13.3
Hayır	81	12.81 $\pm$ 2.63	23.14 $\pm$ 2.36	78.36 $\pm$ 7.18	114.36 $\pm$ 10.4
P		0.07	0.091	0.07	0.073

Katılımcıların profesyonel benlik kavramı toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile mesleki özelliklerine dair bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde, çalışma süresi ile mesleki memnuniyet, mesleki yetkinlik, mesleki tutum ve beceri arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. ( $p<0.05$ ) Sonuçlara göre, çalışma süresi arttıkça mesleki memnuniyet düzeyi azalırken, mesleki yetkinlik, mesleki tutum ve beceri düzeyinin arttığı görülmektedir. Bu durum, çalışma süresi artan katılımcının mesleğine karşı memnuniyetinin azaldığı ancak deneyim kazandıkça yetkinlik, tutum ve becerinin arttığını göstermektedir.

Katılımcıların profesyonel benlik kavramı toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile mesleki özelliklerine dair bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde, haftada çalışma süresi ile mesleki memnuniyet arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. ( $p<0.05$ ) Sonuçlara göre, haftada çalışma süresi azaldıkça mesleki memnuniyetin arttığı görülmektedir. Ancak haftada çalışma süresinin mesleki yetkinlik, tutum ve beceri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. ( $p>0.05$ ) Buna göre haftada çalışma süresinin mesleki yetkinlik, tutum ve becerisi üzerinde herhangi bir etkinin olmadığı görülmektedir.

Katılımcıların profesyonel benlik kavramı toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile mesleki özelliklerine dair bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde, günde ortalama çalışma saati ile mesleki memnuniyet arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. ( $p<0.05$ ) Sonuçlara göre günde ortalama çalışma saati azaldıkça mesleki memnuniyetin arttığı görülmektedir. Bu durum, çalışma ortamında daha az zaman harcayan katılımcıların mesleklerinde daha memnun oldukları, bu nedenle iş dışı yaşamlarına daha fazla zaman ayırdıkları ile açıklanabilmektedir. Ancak günde ortalama çalışma saati ile mesleki yetkinlik, tutum ve beceri arasında anlamlı bir fark görülmemektedir. ( $p>0.05$ )

Katılımcıların profesyonel benlik kavramı toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile mesleki özelliklerine dair bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde, çalışılan sektör ile mesleki memnuniyet arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. ( $p<0.05$ ) Araştırma sonuçlarına göre kamu sektöründe çalışanların, özel sektöre göre mesleki memnuniyetinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum, kamu sektöründe çalışanların, devlet memuru olmaları, sahip olduğu hakların güvence altında olması, emeklilik imkanları gibi kamunun sunduğu imkanlarla açıklanabilmektedir.

Katılımcıların profesyonel benlik kavramı toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile mesleki özelliklerine dair bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde, iş değiştirme düşüncesi ile mesleki memnuniyet arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. ( $p<0.05$ ) Araştırma sonuçlarına göre iş değiştirme düşüncesi olanların, mesleki memnuniyetlerinin daha düşük oldukları görülmektedir. Ancak, iş değiştirme düşüncesi ile mesleki yetkinlik, tutum ve beceri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. ( $p>0.05$ )

Katılımcıların profesyonel benlik kavramı toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile mesleki özelliklerine dair bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde, mesai dışı ek işe sahip olma durumu ile mesleki memnuniyet, yetkinlik, tutum ve beceri arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir. ( $p>0.05$ )

Katılımcıların profesyonel benlik kavramı toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile mesleki özelliklerine dair bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde, ek gelir ile mesleki memnuniyet, yetkinlik, tutum ve beceri arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir. ( $p>0.05$ )

#### 4.4 Katılımcıların Beck Depresyon Envanteri ve Profesyonel Benlik Kavramı Ölçeği Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları

**Tablo 7.** Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklerine Göre Beck Depresyon Envanteri ve Profesyonel Benlik Kavramı Ölçeği Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları

	Beck Depresyon Envanteri Toplam Puanı			Profesyonel Benlik Kavramı Ölçeği Toplam Puan		
	( n )	Ortalama	Standart Sapma	( n )	Ortalama	Standart Sapma
Sosyodemografik Özellikler						
Medeni durum	98	13.1545	7.99950	98	113.5	12.22
P		<b>0.034</b>			0.759	
Yaş	98	13.4555	7.54555	98	115.93	12.25
P		<b>0.046</b>			<b>0.045</b>	
Yaşanılan yer	98	12.3451	7.99910	98	151.31	12.50
P		<b>0.045</b>			0.615	
Çalışılan sektör	98	12.4555	7.91500	98	110.25	14.3
P		<b>0.045</b>			0.924	
Eğitim durumu	98	12.3457	7.91500	98	145.00	9.63
P		0.915			<b>0.03</b>	
Gelir	98	12.1512	7.99900	98	115.12	12.7
P		<b>0.037</b>			0.150	
Çocuk durumu	98	12.3555	7.55551	98	113.00	13.57
P		<b>0.034</b>			0.671	

Sosyodemografik özellikler kapsamında uygulanan Beck Depresyon Envanteri Toplam Puanı ve Profesyonel Benlik Kavramı Ölçeği Toplam Puanları karşılaştırıldığında, medeni durum değişkeninin, katılımcıların depresyon durumunda etkili olduğu görülürken, ( $p < 0.05$ ) profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin görülmediği görülmektedir. ( $p > 0.05$ )

Yaş değişkeni kapsamında ele alındığında, yaş değişkeninin her iki durumda da etkili olduğu görülmektedir. Yaş durumu bireyin depresyon seviyesini etkilerken aynı zamanda benlik kavramını da etkilemektedir.

Yaşanılan yer değişkeninin depresyon üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülürken, ( $p < 0.05$ ) benlik kavramı üzerinde anlamlı bir farklılık sahibi olmadığı görülmektedir. ( $p > 0.05$ )

Çalışılan sektör değişkeni açısından çalışılan sektörün, depresyon üzerinde etkisinin olduğu görülürken, ( $p<0.05$ ) benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir. ( $p>0.05$ )

Eğitim durumu değişkeni açısından bakıldığında, eğitim durumunun depresyon üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığı görülürken, ( $p>0.05$ ) profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. ( $p<0.05$ )

Gelir değişkeni açısından bakıldığında, gelir durumunun depresyon üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülürken, ( $p<0.05$ ) profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir.

Çocuk durumu değişkeni açısından bakıldığında, çocuk durumunun depresyon üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülürken, ( $p<0.05$ ) profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir. ( $p>0.05$ )

**Tablo 8.** Katılımcıların Mesleki Özelliklerine Göre Beck Depresyon Envanteri ve Profesyonel Benlik Kavramı Ölçeği Toplam Puan Ortalamaları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları

Mesleki Özellikler	Beck Depresyon Envanteri Toplam Puanı			Profesyonel Benlik Kavramı Ölçeği Toplam Puan		
	( n )	Ortalama	Standart Sapma	( n )	Ortalama	Standart Sapma
Çalışma süresi	98	13.9979	7.97281	98	157.5	14.5
P		0.043			<b>0.03</b>	
Haftada çalışma süresi	98	13.4666	7.53721	98	115.08	9.36
P		0.034			0.037	
Günde ortalama çalışma saati	98	12.4472	7.91800	98	112.27	12.31
P		0.064			0.07	
İş değiştirme düşüncesi	98	12.5443	7.91350	98	117.09	12.06
P		0.034			<b>0.01</b>	
Mesai dışı ek iş	98	12.5445	9.93150	98	114.27	13.5
P		0.024			0.095	
Ek gelir	98	12.6543	7.54371	98	114.27	12.3
P		0.077			0.073	

Mesleki özellikler kapsamında uygulanan Beck Depresyon Envanteri Toplam Puanı ve Profesyonel Benlik Kavramı Ölçeği Toplam Puanları karşılaştırıldığında, çalışma süresinin depresyon ve profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. ( $p < 0.05$ ) Bu bakımdan incelendiğinde, çalışma süresinin artmasının, hem depresif belirtileri artırdığı, hem de profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etki oluşturduğu görülmektedir.

Haftada çalışma süresi değişkeni açısından bakıldığında, haftada çalışma süresinin depresyon ve profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. ( $p < 0.05$ ) Haftada çalışma süresi düştükçe depresyon ve profesyonel benlik algılamalarının da azaldığı, haftada çalışılan toplam sürenin, katılımcının depresif belirtileri ve profesyonel benlik algılamasında etki ettiği görülmektedir.

Günde ortalama çalışma saati değişkeni açısından bakıldığında, günde çalışma süresinin depresyon ve profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir. ( $p > 0.05$ )

İş değiştirme düşüncesi değişkeni açısından bakıldığında, iş değiştirmeye dair fikrin olmasının depresyon ve profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. ( $p < 0.05$ ) Bu durumda işinden memnun olmayıp iş değiştirme fikri içinde



olanların, hem depresif duygulara sahip olduğu, hem de profesyonel benlik açısından olumsuz duygularının olduğu söylenebilir.

Mesai dışı ek iş değişkeni açısından bakıldığında, mesai dışı ek işte çalışanların depresyon üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görölmektedir. ( $p<0.05$ ) Mesai dışı ek iş yapanların daha fazla zamanını iş yerinde geçirmesi, evine zaman ayıramaması, fiziki ve psikolojik yorulma gibi nedenlerle daha depresif olduğu söylenebilir. Ancak mesai dışı ek işte çalışma ile profesyonel benlik arasında anlamlı bir etkinin olmadığı görölmektedir. ( $p>0.05$ )

Ek gelir değişkeni açısından bakıldığında, ek gelirin depresyon ve profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir ilişkinin olmadığı görölmektedir. ( $p>0.05$ )



## TARTIŞMA

Ailesel yükümlülük, depresif kişilik özellikleri, kadın olmak, eğitim düzeyi düşüklüğü, olumsuz yaşam olayları, yakın ilişki azlığı, 18-44 yaşlar arasında olmak, işsiz ve bekar olmak, düşük sosyoekonomik durum, bedensel hastalıklar ve bunların tedavisi, yeti yitimine yol açan psikiyatrik bozukluklar depresyon için temel risk etkenleri gibi görünmektedir. (Ünal ve Özcan, 2000)

Jorm'un çalışmasına göre, daha önceden var olan yaygın kanının aksine, depresyon yaşlılarda daha fazla görülmektedir. İlerleyen yaşla birlikte hastalarda izlenen depresif belirtilerin artmasına rağmen, majör depresyon sıklığı artmamaktadır. (Işık, 2003)

Küey ve Güleç (1993)'in yaptıkları araştırmada; kadın olmanın, 40 yaş üzerinde olmanın, dul olmanın, çekirdek aile olmanın ve alt gelirden olmanın depresif belirtileri çıkarma riskini arttırdığı belirtilmiştir. Buna göre depresyonun, özellikle kadınlarda psikiyatrik hastalıklar arasında en sık rastlanan tablo olduğu görülmektedir. Bu yüksek oranlar nedeniyle, depresyon psikiyatrinin soğuk algınlığı olarak da bilinmektedir.

Brown ve Moran'ın (1997) çalışmalarında eş kaybının depresyonun ilk epizoduyla ilişkili önemli bir çevresel stres etkeni olduğu görülmüştür. Bu risk cinsiyete göre değişim göstermektedir. Bekâr kadınlar, evlenmiş kadınlara göre daha az depresyon riski yasarken, bunun tersine evli erkekler bekâr erkeklere göre daha az risk taşımaktadır. (Işık, 2003)

Yine çalışan evli kadınlarda, evlilik uyumu ev kadınlarından daha iyi bulunmuştur. (Nahawat ve Mathur, 1993)

Crosby (1982), bekar ve çocuğu olmayan evli çalışanların, evli ve çocuklu çalışanlara oranla daha az iş doyumuna sahip olduklarını bildirmiştir. Çocuklarla ilgili olan problemler ve keyifli şeyler çalışanların dikkatini işle ilgili olan sıkıntılardan ailesine yöneltir ve böylelikle çalışanlar işle ilgili sıkıntılarını iş dışında görmezden gelebilirler. Cinsiyet ve iş doyumunun incelendiği bir araştırmada kadın akademisyenlerin erkek akademisyenlere oranla genel iş doyumlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

(Saner ve Eyüpoğlu, 2011)

Araştırma sonucunda, sosyodemografik özellikler kapsamında medeni durumun kadınların depresyona yakalanmalarında anlamlı bir etkinliğinin olduğunu, ancak profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir. Buna göre, medeni durum kadınların depresyona yakalanma olasılıkları ya da depresif durumlarının artması ya da azalmasında etkili olurken, profesyonel benlik üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığı görülmektedir.

Bromberger ve Matthews'ın (1994) yapmış olduğu çalışmada orta yaşlı kadınların ücretli bir işte çalışmalarının, duygu durumları üzerinde olumlu etkisinin olduğu görülmektedir.

Çalışma sonucunda kadınların depresyon ve benlik algıları üzerinde yaş değişkeninin etkileri incelendiğinde, yaş değişkeninin her iki durumda da etkili olduğu görülmektedir. Yaş durumu bireyin depresyon seviyesini etkilerken aynı zamanda benlik kavramını da etkilemektedir. Buna göre, genç yaş grubuna ait olan katılımcıların depresyona yakalanma riski daha düşükken, orta yaşa ait katılımcıların depresyona yakalanma risklerinin daha yüksek olduğu görülmektedir.

Lehtinen ve arkadaşlarının (2003) 18-64 yaş aralığındaki 12702 kişilik geniş bir örnekleme içeren ve Finlandiya, İrlanda, Norveç ve İngiltere'yi kapsayan araştırmalarında, kentsel alanlarda yaşayanlarda depresyonun daha yaygın olduğunu ve kadınlarda daha yüksek oranda görüldüğünü belirtmişlerdir.

Fleischer ve arkadaşlarının (2007) Meksika'da yoksul kırsal alanlarda yaşayan 20-70 yaş aralığındaki 5457 kadın üzerinde yapılan kesitsel araştırmada ise düşük gelir düzeyine sahip olan kadınlarda depresif belirti yaygınlığı yüksek bulunmuştur. (İlhan, 2009)

Çalışmaya katılan katılımcıların yaşadıkları yerin depresyon üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu, benlik kavramı üzerinde ise anlamlı bir farklılık sahibi olmadığı görülmektedir. Buna göre büyük şehirlerde yaşayan kadınların depresyona yakalanma olasılıklarının, küçük yerleşim yerlerinde yaşayanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Çalışmanın olumlu ruhsal etkilerine değinen Brown ve Harris (1989), ciddi anlamda olumsuz bir olay yaşayan ama sonrasında, çalışmaya başlayan kadınların depresyona girmediklerini bulgulamıştır. Bu konuda Brown, parası yeterli olmasa da yapılan işin, benlik saygısı üzerinde önemli bir katkısı olduğunu ifade etmektedir. Bu algı, dışarıda çalışmanın toplumsal bir değer haline geldiği ekonomik bir toplumda önem kazanır.

Dökmen'e (2003) göre çalışma durumu ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiye bakarken sadece çalışıp çalışmamaya göre değil, örneğin çalışmayı isteyip istememe ya da buna ihtiyaç duyup duymama, yani rolün kadın tarafından nasıl algılandığına bakmak gerekir. Dökmen (2003), çalışma durumu farklı üç grup kadını psikopatolojik belirtiler bakımından incelediği çalışmasında, ev kadını ve maaşlı çalışan kadınlar arasında farklılık bulmazken pazarcı kadınların çalışanlara göre daha çok psikopatolojik belirti gösterdiğini bulmuştur. Demek ki rolün algılanışı ile psikolojik durum arasında anlamlı ilişki olduğu için, çalışan veya ev kadını olsun, sahip olunan rolün olumlu bulunması psikolojik durumu iyileştirmektedir.

Mesleklere göre intihar oranlarını değerlendiren değişik ülkelerde yapılan çalışmalarda ise, intihar vakalarının çoğunluğunu işsizler ve gençlerin yanında ev kadınlarının da oluşturduğu bulunmuştur. (Çilli ve ark., 2004)

Çalışmaya katılan katılımcılar, mesleki özelliklerine göre incelendiğinde, ilk faktör olan çalışılan sektör değişkeninin depresyon üzerinde bir etkisinin olduğu, ancak benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir. Buna göre çalışılan sektörde mesleğin yüklemiş olduğu sorumluluk, çalışma koşulları, baskı gibi faktörlerin katılımcıların depresif belirtiler göstermesinde ya da depresyon seviyesinin artması ya da azalması üzerinde bir etkisinin olduğu görülmektedir.

Mesleki değişken açısından incelenen bir diğer değişken olan iş değiştirme düşüncesi açısından bakıldığında, iş değiştirme düşüncesinin depresyon ve profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Buna göre işinden memnun olmayan katılımcılar, iş değiştirme düşüncesine girecek ve bu durum istemediği işinde çalışmaya devam etmenin depresyon ve profesyonel benlik açısından etkili olduğu görülmektedir.

Mesleki değişken açısından incelenen diğer bir değişken olan mesai dışı ek işte çalışanların, depresyonları üzerinde anlamlı bir etkinliğinin olduğu grlrken, profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etkinliğinin olmadığı görülmektedir.

Stres faktörlerinin; depresyon yaygınlığı üzerinde potansiyel bir etkisinin olduğu, kadınların erkeklere göre daha fazla biyolojik ve psikososyal stres etkenlerine maruz kaldığı, iş olanaklarının azlığı, eğitim düzeyi düşüklüğü, eşleri tarafından fiziksel kötüye kullanım gibi toplumsal sorunların, başa çıkma olanaksızlıklarının ve rol çatışmalarının mağduru olduğu, yoksulluk ve hastalık deneyimlerinden erkeklere göre daha fazla etkilendiği vurgulanmıőtır. (Kaya, 2007)

Çalışmada mesleki özellikler kapsamında incelenen çalışma süresinin depresyon ve profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Buna göre, katılımcıların iş yerinde geçirdiği zaman arttıkça, depresyona yakalanma ve profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir.

Mesleki değişkenler açısından bir diğer değişken olan haftada çalışma süresi değişkeni açısından bakıldığında, haftada çalışma süresinin depresyon ve profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Haftada alıőma süresinin fazla olması durumunda, depresyon durumunun olumsuz yönde arttığı, profesyonel benlik algılamalarının da azaldığı görülmektedir.

Mesleki değişken açısından bir diğer değişken olan haftada çalışma süresi düştükçe depresyon ve profesyonel benlik algılamalarının da azaldığı, haftada çalışılan toplam sürenin, katılımcının depresif belirtileri ve profesyonel benlik algılamasında etki ettiği görülmektedir.

Başka bir mesleki değişken olan günde ortalama çalışma saati değişkeni açısından bakıldığında, günde çalışma süresinin depresyon ve profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir.

Hussain ve arkadaşları (2004) tarafından Pakistan'da 125 kadın üzerinde yapılan bir araştırmada sosyal yetersizlikler ve eğitim düzeyi düşüklüğünün depresyon ile güçlü bir iliőkisinin bulunduğu belirtilmiştir. Pakistan'ın kentsel alanlarında yasayanlarda eğitim düzeyi düşüklüğünün, depresyon üzerinde, yoksulluktan bile daha belirleyici olduğu vurgulanmaktadır. (Kaya, 2007)

Sosyodemografik değişkenlerden biri olan eğitim durumu değişkeni açısından bakıldığında, eğitim durumunun depresyon üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığı görölürken, profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görölmektedir. Buna göre eğitim, katılımcıların depresyon seviyeleri üzerinde etkisinin olmadığı görölürken, profesyonel benlik üzerinde etkili olduğu görölmektedir.

Hem alışan evli kadınlar hem de ev kadınlarındaki psikolojik belirtilerle ilişkili en önemli parametrenin aile geliri olduğu düşünölmektedir (illi ve ark., 2004).

Demografik değişkenlerden gelir değişkeni açısından bakıldığında, gelir durumunun depresyon üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görölürken, profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görölmektedir. Buna göre gelir arttıkça bireyin depresif durumu üzerinde olumlu etkisinin olduğu görölürken, gelirin benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görölmektedir.

Ek gelir değişkeni açısından bakıldığında, ek gelirin depresyon ve profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir ilişkinin olmadığı görölmektedir.

Hughes ve Galinsky'nin (1988) yapmış oldukları çalışmada, ebeveynlerin aile ve iş yaşamlarının dengelenmesi üzerine çalışmışlardır. Sonucunda, kadınların erkeklere göre hem çalışmak hem ebeveyn olmaktan daha çok etkilendiği ortaya konulmuştur. Özellikle çocuklu kadınların kayęı düzeyinin, çocuklu erkeklerin kayęı düzeyine göre daha yüksek olduğunu ve daha çok psikosomatik semptom yaşadığını belirtilmiştir. (Akt. Göçek, 1996)

Çalışmada incelenen bir diğer bir faktör olan ocuk durumu değişkeni açısından bakıldığında, ocuk durumunun depresyon üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görölürken, profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görölmektedir.

## SONUÇ

Özellikle günümüzde kadınlar gerek kişisel olarak tatmininin sağlanması gerekse de hem kendisinin hem de ailesinin maddi gereksinimlerini gidermek için çalışma hayatına dahil olmuşlardır. Kadınların gerek sahip olduğu biyolojik gerek psikolojik nedenlerden gerekse de yakın çevre ve dış çevrenin psikolojik baskısı altında kalmaları, depresyon ve benlik saygı durumlarının etkilenmesine neden olmaktadır.

Kendisine atfedilen ev ve çocuk işi ile ilgilenmelerinin yanında, dışarıda da çalışmaya başlayan kadınlar, kimi zaman baskı, kimi zaman da zaman yönetimini yapamamaları nedeniyle çeşitli sorunlarla baş başa kalmaktadır.

Yapılan çalışmalarda belirlenen bulgular gözden geçirildiğinde, sonuçların beklenen ve literatürdeki çalışma sonuçlarına büyük oranda benzerlik gösterdiği görülmektedir.

Çalışan kadınların, benlik kavramı ile depresyon durumunun incelendiği, benlik kavramı ve ideal benlik kavramı arasındaki fark ile depresyon durumunun değişkenler açısından belirlendiği bu çalışmada katılımcılar, 13 değişken açısından incelenmiş ve sonuçları ortaya çıkarılmıştır.

Sosyodemografik faktörlerden medeni durum faktörü açısından incelendiğinde, medeni durumun depresyona yakalanma oranlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Buna göre, bekar katılımcıların daha az depresif özellikler gösterdiği, evlilerin ise daha çok depresif özellikler gösterdiği, depresyona yakalanma olasılığının da yüksek olduğu görülmektedir. Ancak medeni durumun profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkinliğinin görülmediği görülmektedir.

Sosyodemografik faktörlerden yaş faktörü açısından incelendiğinde, yaşın her iki durumda da anlamlı etkisinin olduğu görülmektedir. Genç yaş grubuna ait olan katılımcıların depresyona yakalanma sıklığı daha azken, bu durum orta yaşta olan katılımcıların depresyona yakalanma sıklığı daha yüksek bulunmaktadır. Yaş durumu bireyin depresyon seviyesini etkilerken aynı zamanda benlik kavramını da etkilemektedir. Yaş faktörü açısından genç gruba dahil olan katılımcıların benlik kavramı gelişiminde daha az etkili olurken, orta yaş grubuna dahil olan katılımcılarda daha çok etkili olduğu görülmektedir.

Yaşanılan yer değişkeni bakımından incelendiğinde, yaşanılan yer değişkeninin depresyon üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülürken, benlik kavramı üzerinde anlamlı bir farklılık sahibi olmadığı görülmektedir. Buna göre büyükşehirde yaşayan katılımcıların depresyona yakalanma sıklığı daha yüksekken, yaşanılan yerler daha küçüldükçe ve yaşam kolaylığı arttıkça depresyona yakalanma sıklığı daha azdır.

Çalışılan sektör değişkeni açısından çalışılan sektörün, depresyon üzerinde etkisinin olduğu görülürken, benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir. Çalışma sonucuna göre çalışılan sektörün kolaylığı, çalışma koşulları, gelir gibi etkenler, kişilerin depresyon belirtileri ve depresyona yakalanma sıklığı üzerinde etkilidir.

Eğitim durumu değişkeni açısından bakıldığında, eğitim durumunun depresyon üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığı görülürken, profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Eğitim seviyesi arttıkça benlik algısında anlamlı bir artış görülürken, eğitim seviyesi düştükçe benlik algısında düşüş görülmektedir.

Gelir değişkeni açısından bakıldığında, gelir durumunun depresyon üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülürken, profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir. Buna göre geliri yüksek olan katılımcıların depresyona yakalanma olasılıklarının daha az olduğu görülürken, geliri düşük olan katılımcıların daha çok depresif oldukları ve depresyona yakalanma olasılıklarının daha yüksek olduğu görülmektedir.

Çocuk durumu değişkeni açısından bakıldığında, çocuk durumunun depresyon üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülürken, profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir.

Mesleki özellik bakımından bakıldığında, çalışma süresinin depresyon ve profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Bu bakımdan incelendiğinde, çalışma süresinin artmasının hem depresif belirtileri artırdığı hem de profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etki oluşturduğu görülmektedir.



Haftada çalışma süresi değişkeni açısından bakıldığında, haftada çalışma süresinin depresyon ve profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Haftada çalışma süresi düştükçe depresyon ve profesyonel benlik algılamalarının da azaldığı, haftada çalışılan toplam sürenin, katılımcının depresif belirtileri ve profesyonel benlik algılamasında etki ettiği görülmektedir.

Günde ortalama çalışma saati değişkeni açısından bakıldığında, günde çalışma süresinin depresyon ve profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir.

İş değiştirme düşüncesi değişkeni açısından bakıldığında, iş değiştirmeye dair fikrin olmasının depresyon ve profesyonel benlik üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Bu durumda işinden memnun olmayıp iş değiştirme fikri içinde olanların hem depresif duygulara sahip olduğu hem de profesyonel benlik açısından olumsuz duygularının olduğu söylenebilir.

Mesai dışı ek iş değişkeni açısından bakıldığında, mesai dışı ek işte çalışanların depresyon üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Mesai dışı ek iş yapanların daha fazla zamanını iş yerinde geçirmesi, evine zaman ayıramaması, fiziki ve psikolojik yorulma gibi nedenlerle daha depresif olduğu söylenebilir. Ancak mesai dışı ek işte çalışma ile profesyonel benlik arasında anlamlı bir etkinin olmadığı görülmektedir.

Ek gelir değişkeni açısından bakıldığından, ek gelirin depresyon ve profesyonel benlik kavramı üzerinde anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmektedir.

Bu bakımdan incelendiğinde çalışmanın aşağıdaki hipotezlerin tamamının doğrulandığı ortaya çıkmaktadır.

- Orta yaş ve yaşlı kadınların, genç kadınlara göre depresyona daha yatkındır.
- Çalışma koşulları ve alınan maaşın, depresyon ve benlik algıları üzerinde doğru orantılı bir ilişkisi vardır.
- Kadınların sosyo- demografik özellikleri ile depresyon ve benlik algıları arasında doğru orantılı bir ilişki vardır.
- Kadınların evli ve çocuk sahibi olmalarının, depresyon ve benlik algıları üzerinde olumsuz bir etkisi vardır.

## KAYNAKÇA

- Adak, N., 2002, Kadın ve Sağlık; Sağlık ve Toplum Dergisi
- Akdeniz, F., ve Gönül, S., 2004, Kadınlarda Üreme Olayları ile Depresyon İlişkisi; *Klinik Psikiyatri*
- Akiskal, H., S., 2007, Affective Disorders: Clinical Features; In Saddock BJ, Saddock VA. Comprehensive Textbook of Psychiatry
- Arıkan, N., 2006, “Çalışan ve Çalışmayan Kadınların Aile Kaynaklarının Kullanımına ve Yönetimine İlişkin Davranışları”; Ankara Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi
- Aşkın, R., 1999, *Depresyon El Kitabı*; Konya: Lilly A. S. Yayınları
- Atıcı, M. K., Bilgin, M., ve İnanç, B., Y., 2004, Gelişim Psikolojisi; Adana: Nobel Kitapevi
- Aydemir, S., 2014, Hastane Ve Sağlık Kurumları Yönetimi Bilim dalı Hemşirelerde Benlik ve Benlik Saygısı (Diyarbakır Kadın Doğum ve Çocuk Hastalıkları Hastanesi Örneği); Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Yönetimi Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul
- Aytaç S., Sevüktekin, M., ve Işığışık, Ö., 2002, “Çağdaş Sanayi Merkezlerinde kadın İşgücünün Konumu: Bursa Örneği”; Ankara: TİSK Yayınları
- Aytaç, S., 2001, Çift Kariyerli Eşler ve Çalışma Yaşamındaki Yeri, Bursa: Ezgi Kitabevi Yayınları
- Bakırcı, K., 2000, İş Hukuku Açısından İşyerinde Cinsel Taciz; İstanbul: Yasa Yayınları
- Bilgin, M., 1990, “Çalışan ve Çalışmayan Kadınlara İlişkin Bazı Değişkenlerin Depresyon Düzeylerine Etkisi”; Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara
- Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Politika Forumu (BÜSPF), 2009, Türkiye’de Çocuk Bakım Hizmetlerinin Yaygınlaşmasına Yönelik Bir Öneri: Mahalle Kreşler
- Brown, G., Harris, T., 1989, *Social Origins Of Depression*; Cambridge University Press, Cambridge

- Budak, S., 2005, *Psikoloji Sözlüğü*; Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları
- Cevher, F., N., ve Buluş, M., 2007, Benlik Kavramı ve Benlik Saygısı: Önemi Ve Geliştirilmesi; *Journal of Academic Design*
- Cimilli, C., 2001, “Depresyonda Sosyal ve Kültürel Etmenler”; *Duygu durum Dizisi*
- Çakır, S., 2009, Genel Tıpta Depresyon; *Klinik Gelişim Dergisi*
- Çelikkol, A., 2001, *Çağdaş İş Yaşamında Ruh Sağlığı*; İstanbul: Alfa Yayınları
- Çilli, A., S., Kaya, N., Bodur, S., Özkan, İ., Kucur, R., 2004, “Ev Kadınlarında ve Çalışan Evli Kadınlarda Psikolojik Belirtilerin Karşılaştırılması”; *Genel Tıp Dergisi*
- Dilbaz, N., 1993, “Umutsuzluk Kavramı: Depresyon ve İntiharda Önemi”; *Kriz Dergisi*
- Doğru, A., 2010, “Kadın Çalışanların Cam Tavan Engelleri ve İş Tatminine Etkisi: Afyon Kocatepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Örneği”; Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi
- Dökmen, Z., Y., 2003, “Çalışma Durumları Farklı Üç Grup Kadında Ruh Sağlığı, Kontrol Odağı İnancı ve Cinsiyet Rolü”; *Türk Psikoloji Dergisi*
- Dökmen, Z., Y., 1997, “Çalışma, Cinsiyet ve Cinsiyet Rollerini ile Ev İşleri ve Depresyon İlişkisi”; *Türk Psikoloji Dergisi*
- Dökmen, Z., Y., 2003, “Çalışma Durumları Farklı Üç Grup Kadında Ruh Sağlığı, Kontrol Odağı İnancı ve Cinsiyet Rolü”; *Türk Psikoloji Dergisi*
- Efe, S., 2006, “Bankacılık Sektöründe Çalışan Kadın Yöneticilerin Yaşamış Oldukları Kariyer Sorunları”; Sakarya Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya
- Gerni, M., 1995, İşyerinde Cinsel Taciz: Erzurum İlinde Bankacılık Sektörü Üzerinde Uygulama; Ankara Üniversitesi SBF Dergisi
- Göçek, E., A., 1996, A Comparison of Anxiety Level and Self-Esteem Between Working and Non-Working Mothers; Unpublished Master’s Thesis, Boğaziçi University
- Gökçakan, N., 1997, *Çeşitli Derecelerdeki Depresyonun Giderilmesinde Beck’in Bilişsel Terapisinin Etkinliğinin İncelenmesi*; Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayımlanmamış Doktora Tezi

- Gönüllü, M., ve İçli, G., 2001, “Çalışma Yaşamında Kadınlar: Aile ve İş İlişkileri”; C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi
- Gülbahçe, A., 2007, *Mesleki Olgunluk Düzeyleri Farklı Olan Öğrencilerin Sosyal Karşılaştırma ve Benlik İmgelerinin İncelenmesi*; Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi
- Hortasçu, N., 1998, *Çocukla İlişkiler*, Ankara: İmge Kitapevi
- Sezer, Ö., 2004, *Kadınların Uyum Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*, İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, III. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı
- Işık, E., 2003, *Depresyon ve Bipolar Bozukluklar*; Görsel Sanatlar Matbaacılık
- Işık, E., N., 2006, *Öğretmen Adaylarının Benlik Kavramları İle Meslek Benlik Kavramları Arasındaki Bağdaşımın Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi: Selçuk Üniversitesi örneği*; Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- İlhan, Ç., 2009, *Ev Kadınlarında Sosyokültürel Özelliklere Bağlı Olarak Depresyon Düzeyi Kişilik Özellikleri Arası İlişkilerin İncelenmesi*; Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi
- Kapız, S., Ö., 2002, “İş-Aile Yasamı Dengesi ve Dengeye Yönelik Yeni Bir Yaklaşım: Sınır Teorisi”; Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi
- Karabulut, G., 2014, *Güzel Sanatlar Lisesi Müzik Bölümü Öğrencilerinin Çalgıya Yönelik Benlik Algıları İle Genel Benlik Saygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*; Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi
- Karacan, E., 2012, *Çalışma Yaşamında Kadın, Kocaeli İlinde Bir Araştırma*; Umuttepe/İş Dünyası Dizisi
- Kaya, B., 2004, “Küreselleşen Türkiye’nin Ruh Sağlığına Değirmeler: Korku Denizini Aşmak”; *Özgür Üniversite Forumu*
- Kaya, B., 2007, “Depresyon: Sosyo-ekonomik ve Kültürel Pencereden Bakış”; Klinik Psikiyatri Dergisi

- Knightleya, W. M. & Whitelock, D. M. (2007) Assesingthe self-esteem of female under graduate students: An issue of methodology, *Educational Studies*
- Kocacık, F., ve Gökkaya, B., V., 2005, “Türkiye'de Çalışan Kadınlar ve Sorunları”; Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi
- Köknel, Ö., 1999, *Günlük Hayatta Ruh Sağlığı*; İstanbul: Alfa Kitabevi
- KSSGM, 2000, Kadın İstihdamı İçin Yeni Perspektifler ve Kadın İşgücüne Muhtemel Talep; Ankara Başbakanlık Kadının Statüsü ve Sorunları Genel Müdürlüğü Yayınları
- Kulaksızoğlu, A., 1998, Ergenlik Psikolojisi; İstanbul: Remzi Kitapevi
- Kuzgun, Y., ve Sevim, S., 2004, “Kadınların Çalışmasına Karşı Tutum ve Dini Yönelim Arasındaki İlişki”; Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi
- Küey L., Güleç C., 1993, *Depresyonun Epidemiyolojisi. Depresyon Monografaları Serisi*; Ankara: Hekimler Yayın Birliği
- Lehtinen, V., Michalak, E., Wilkinson, C., ve ark., 2003, “Urban-rural differences in the occurrence of female depressive disorder in Europe: Evidence from the ODIN study”; SocPsychiatry Psychiatr Epidemiol
- Nahawat, S., S., Mathur, A., 1993, “Maritalad justment and subjective well-being in Indian-educated house wives and working women”; *J Psychol*
- Nolen-Hoeksama, S., Grayson, C., and Larson J., 1999, Explaining the Gender Difference in Depressive Symptoms; *Journal of Personality and Social Psychology*
- Oktan V., & Şahin, M., 2010, Kız Ergenlerde Beden İmajı İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi; Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi
- Önen, F., R., Kaptanoğlu, C., Seber, G., 1995, Kadınlarda Depresyonun Yaygınlığı ve Risk Faktörlerle İlişkisi; Kriz Dergisi
- Öner, N., 2006, *Türkiye 'de kullanılan psikolojik testlerden örnekler*, İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi
- Öz, F., 2004, Sağlık Alanında Temel Kavramlar; Ankara

- Özdevecioğlu, M., ve Doruk, N., Ç., 2009, “Organizasyonlarda İş-Aile ve Aile İş Çatışmalarının Çalışanların İş ve Yaşam Tatminleri Üzerindeki Etkisi”; Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi
- Özgen, Ö., ve Ufuk, H., 2000, Kadın Girişimcilerin Sosyo-Kültürel ve Ekonomik Profili: Ankara Örneği; T.C. Sanayi ve Ticaret Bakanlığı, KOSGEB Geliştirme ve Destekleme İdaresi Başkanlığı Yayını
- Öztürk, M., O., 2004, Ruh Sağlığı ve Bozuklukları, Nobel Tıp Kitabevi
- Pişkin, M., 2006, Öz Saygıyı Geliştirme Eğitimi Y. Kuzgun (Ed.), *İlköğretimde Rehberlik*; Nobel Yayınları
- Ross, C., E., Mirowsky, J., and Huber, J., 1983, “Dividing Work, Sharing Work, and in between: Marriage Patterns and Depression”; *American Sociological Review*
- Rout, U., R., Cooper, C., L., and Kerslake, H., 1997, “Women in Management Review”; Bradford
- Rutz, W., 2001, Preventing suicide and premature death by education and treatment; *Journal of Affective Disorders*
- Sabancıoğulları, S., 2010, Profesyonel Kimlik Gelişimi Eğitim Programının Hemşirelerin Profesyonel Benlik Kavramı, İş Doyumu ve Tükenmişlik Düzeyine Etkisi, Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi
- Saner, T., ve Eyüpoğlu, S., Z., 2012, Have gender differences in job satisfaction disappeared? A study of Turkish universities in North Cyprus; *African Journal of Business Management*
- Savrun, M., 1999, Depresyon Ayırıcı Tanımı ve Epidemiyolojisi; *Depresyon, Somatizasyon ve Psikiyatrik Aciller Sempozyumu*, İstanbul
- Scout, L., A., 1991, *Self Concept Discrepancies In Clinically Anxious And Depressed University Students*; Graduate Collage of The University of Iowa, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi
- Temel, Z., F., Aksoy, B., A., 2001, Ergen ve Gelişimi; Ankara: Nobel Yayıncılık
- Türk İş, 2005, Emek Piyasasında Kadınların Durumu; Türk İş Raporu

- Uçman, P., 1990, “Ülkemizde Çalışan Kadınlarda Stresle Başa Çıkma ve Psikolojik Rahatsızlıklar”; Psikoloji Dergisi
- Ulusoy, A., 2013, *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi*, İstanbul: İdefix
- Uyanık, G., 2000, Farklı Sosyo- Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı ile Ruhsal Durumları Arasındaki ilişkinin İncelenmesi; Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bilim Uzmanlığı Tezi
- Ünal, S., ve Özcan, E., 2000, “Depresyonda Hazırlayıcı, Ortaya Çıkarıcı ve Koruyucu Etkenler”; Anadolu Psikiyatri Dergisi
- Yankın, F., B., 1989; Çalışma Hayatında Kadınlar ve Çalışan Kadınlar Üzerinde Bir Araştırma, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul
- Yaşar, M., R., 2007, “Depresyonun Kadınlaşması”, *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*
- Yavuzer, H., 2006, *Eğitim ve Gelişim Özellikleriyle Okul Çağı Çocuğu*, İstanbul

## SOSYO-DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

### 1. Medeni durumunuz?

Evli ( ) Bekar ( ) Boşanmış ( ) Dul ( )

### 2. Yaşınız?

18- 25 ( ) 26 -35 ( ) 36- 45 ( ) 46- 55 56- 65 ( )

### 3. Yaşamınızın çoğunluğunu nerede geçirdiniz?

- ( ) Büyük şehir
- ( ) Şehir
- ( ) Kasaba
- ( ) Köy

### 4. Hangi sektörde çalışmaktasınız?

- ( ) Eğitim Lütfen mesleğinizi belirtiniz.....
- ( ) Sağlık Lütfen mesleğinizi belirtiniz.....
- ( ) Hizmet Lütfen mesleğinizi belirtiniz.....
- ( ) Finans Lütfen mesleğinizi belirtiniz.....
- ( ) Diğer Lütfen mesleğinizi belirtiniz.....

### 5. Öğrenim durumunuz?

- ( ) İlkokul ( ) Ön lisans
- ( ) Ortaokul ( ) Lisans
- ( ) Lise ( ) Yüksek lisans / Doktora

### 6. İşinizde kaç yıldır çalışmaktasınız?

- ( ) 1-4 yıl
- ( ) 5-9 yıl
- ( ) 10-14 yıl
- ( ) 15-19 yıl
- ( ) 20 yıl ve üstü



**7. Haftada kaç gün çalışmaktasınız?**

3 günden az ( ) 3 gün ( ) 4 gün ( ) 5 gün ( ) 6 gün ( ) 7 gün ( )

**8. Günde ortalama kaç saat çalışmaktasınız?**

8 saatten az ( ) 8- 12 saat ( ) 13- 15 ( ) 15 saatten fazla ( )

**9. Aylık kazancınız nedir?**

500-1000 TL ( ) 1001-1500 TL ( ) 1501-2000TL ( )  
2001 – 3000TL ( ) 3001 - 4000 TL ( ) 4001 TL ve yukarısı ( )

**10. Çalıştığınız sektör?**

Kamu ( ) Özel ( )

**11. Fırsatınız olsa işinizi değiştirmeyi düşünür müydünüz?**

Evet ( ) Hayır ( )

**12. Mesai dışı ek iş yapıyor musunuz?**

Evet ( ) Hayır ( )

**13. Bu işin dışında ek bir gelir kaynağınız var mı?**

Evet ( ) Hayır ( )

**14. Çocuğunuz var mı?**

Yok ( ) Var ( ) ..... Cevabınız “Var” ise kaç tane olduğunu belirtiniz...

## BECK DEPRESYON ÖLÇEĞİ

Sayın katılımcı aşağıda kişilerin ruh durumlarını ifade ederken kullandıkları gruplar halinde cümleler verilmektedir. Her madde, bir, çeşit ruh durumunu anlatmaktadır. Her maddede o ruh durumunun derecesini belirleyen 4 seçenek vardır. Lütfen bu seçenekleri dikkatle okuyunuz. Bugün dahil geçen hafta içinde kendi ruh durumunuzu göz önünde bulundurarak, size en uygun olan ifadeyi bulup o maddenin yanındaki harfin üzerine (x) işareti koyunuz. Seçiminizi yapmadan önce gruptaki cümlelerin hepsini dikkatle okuyunuz ve yalnızca bir maddeyi işaretleyin.

1. (a) Kendimi üzgün hissetmiyorum.  
(b) Kendimi üzgün hissediyorum.  
(c) Her zaman için üzgünüm ve kendimi bu duygudan kurtaramıyorum.  
(d) Öylesine üzgün ve mutsuzum ki dayanamıyorum.
2. (a) Gelecekte umutsuz değilim.  
(b) Geleceğe biraz umutsuz bakıyorum.  
(c) Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.  
(d) Benim için bir gelecek yok ve bu durum düzelmeyecek.
3. (a) Kendimi başarısız görmüyorum.  
(b) Çevremdeki birçok kişiden daha fazla başarısızlıklarım oldu sayılır.  
(c) Geriye dönüp baktığımda, çok fazla başarısızlığım olduğunu görüyorum.  
(d) Kendimi tümüyle başarısız bir insan olarak görüyorum.
4. (a) Her şeyden eskisi kadar zevk alabiliyorum.  
(b) Her şeyden eskisi kadar zevk alamıyorum.  
(c) Artık hiçbir şeyden gerçek bir zevk alamıyorum.  
(d) Bana zevk veren hiçbir şey yok. Her şey çok sıkıcı.
5. (a) Kendimi suçlu hissetmiyorum.  
(b) Arada bir kendimi suçlu hissettiğim oluyor.  
(c) Kendimi çoğunlukla suçlu hissediyorum.  
(d) Kendimi her an için suçlu hissediyorum.
6. (a) Cezalandırıldığımı düşünmüyorum.  
(b) Bazı şeyler için cezalandırılabilirim hissediyorum.  
(c) Cezalandırılmayı bekliyorum.  
(d) Cezalandırıldığımı hissediyorum.
7. (a) Kendimden hoşnudum.  
(b) Kendimden pek hoşnut değilim.  
(c) Kendimden hiç hoşlanmıyorum.  
(d) Kendimden nefret ediyorum.

8. (a) Kendimi diğer insanlardan daha kötü görmüyorum.  
(b) Kendimi zayıflıklarım ve hatalarım için eleştiriyorum.  
(c) Kendimi hatalarım için çoğu zaman suçluyorum.  
(d) Her kötü olayda kendimi suçluyorum.
9. (a) Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok.  
(b) Bazen kendimi öldürmeyi düşünüyorum, fakat bunu yapmam.  
(c) Kendimi öldürebilmeyi isterdim.  
(d) Bir fırsatını bulsam kendimi öldürürdüm.
10. (a) Her zamankinden daha fazla ağladığımı sanmıyorum.  
(b) Eskisine göre şu sıralarda daha fazla ağlıyorum.  
(c) Şu sıralarda her an ağlıyorum.  
(d) Eskiden ağlayabilirdim, ama şu sıralarda istesem de ağlayamıyorum.
11. (a) Her zamankinden daha sinirli değilim.  
(b) Her zamankinden daha kolayca sinirleniyor ve kızıyorum.  
(c) Çoğu zaman sinirliyim.  
(d) Eskiden sinirlendiğim şeylere bile artık sinirlenemiyorum.
12. (a) Diğer insanlara karşı ilgimi kaybetmedim.  
(b) Eskisine göre insanlarla daha az ilgiliyim.  
(c) Diğer insanlara karşı ilgimin çoğunu kaybettim.  
(d) Diğer insanlara karşı hiç ilgim kalmadı.
13. (a) Kararlarımı eskisi kadar kolay ve rahat verebiliyorum.  
(b) Şu sıralarda kararlarımı vermeyi erteliyorum.  
(c) Kararlarımı vermekte oldukça güçlük çekiyorum.  
(d) Artık hiç karar veremiyorum.
14. (a) Dış görünüşümün eskisinden daha kötü olduğunu sanmıyorum.  
(b) Yaşlandığımı ve çekiciliğimi kaybettiğimi düşünüyorum ve üzülüyorum.  
(c) Dış görünüşümde artık değiştirilmesi mümkün olmayan olumsuz değişiklikler olduğunu hissediyorum.  
(d) Çok çirkin olduğumu düşünüyorum.
15. (a) Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.  
(b) Bir işe başlayabilmek için eskisine göre kendimi daha fazla zorlamam gerekiyor.  
(c) Hangi iş olursa olsun, yapabilmek için kendimi çok zorluyorum.  
(d) Hiçbir iş yapamıyorum.
16. (a) Eskisi kadar rahat uyuyabiliyorum.  
(b) Şu sıralarda eskisi kadar rahat uyuyamıyorum.  
(c) Eskisine göre 1 veya 2 saat erken uyanıyor ve tekrar uyumakta zorluk çekiyorum.  
(d) Eskisine göre çok erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum.

- 17.** (a) Eskisine kıyasla daha çabuk yorulduğumu sanmıyorum.  
(b) Eskisinden daha çabuk yoruluyorum.  
(c) Şu sıralarda neredeyse her Şey beni yoruyor.  
(d) Öyle yorgunum ki hiçbir Şey yapamıyorum.

- 18.** (a) İŐtahım eskisinden pek farklı değil.  
(b) İŐtahım eskisi kadar iyi değil.  
(c) Şu sıralarda iŐtahım epey kötü.  
(d) Artık hiç iŐtahım yok.

- 19.** (a) Son zamanlarda pek fazla kilo kaybettiğimi sanmıyorum.  
(b) Son zamanlarda istemediğim halde üç kilodan fazla kaybettim.  
(c) Son zamanlarda istemediğim halde beş kilodan fazla kaybettim.  
(d) Son zamanlarda istemediğim halde yedi kilodan fazla kaybettim.

- 20.** (a) Sağlığım beni pek endiŐelendirmiyor.  
(b) Son zamanlarda ağrı, sızı, mide bozukluğu, kabızlık gibi sorunlarım var.  
(c) Ağrı, sızı gibi bu sıkıntılarım beni epey endiŐelendirdiđi için baŐka Őeyleri dűŐünmek zor geliyor.  
(d) Bu tür sıkıntılar beni öylesine endiŐelendiriyor ki, artık baŐka hiçbir Őey dűŐünemiyorum.

- 21.** (a) Son zamanlarda cinsel yaŐantımda dikkatimi çeken bir Şey yok.  
(b) Eskisine oranla cinsel konularla daha az ilgileniyorum.  
(c) Şu sıralarda cinsellikle pek ilgili değilim.  
(d) Artık, cinsellikle hiçbir ilgim kalmadı.

## BENLİK ALGI TESTİ

Bu ölçek, çalışan kadınların benlik kavramına ilişkin duygu ve düşüncelerini belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Lütfen her bir anlatımı dikkatli bir şekilde okuduktan sonra, her bir anlatımın kadın olarak sizi ve mesleğinizi, ne kadar iyi tanımladığını aşağıdaki 4 seçenekten birini işaretleyerek belirtiniz. Doğru değerlendirme yapılabilmesi için lütfen bütün anlatımlara ilişkin görüşlerinizi belirtiniz.

		Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Çok Katılıyorum
1	Hizmet sunduğum bireyler beni kendilerine yakın ve ulaşılabilir bulurlar.				
2	Çalıştığım mesleğin üyesi olmaktan memnun değilim.				
3	Çalışan olarak sürekli bilgilerimi yenilemem ve bakımımı geliştirmem gerektiğine inanıyorum				
4	Kendimi birlikte çalıştığım ekibin etkili bir üyesi olarak görüyorum.				
5	Çalıştığım birimde doğrudan sorumluluk altına girmek istemem.				
6	Çalışmalarımı yönlendiren güçlü bir hemşirelik felsefesine sahibim.				
7	Kendimi meslektaşlarımın çoğuna liderlik edebilecek yeterlilikte görüyorum.				
8	Meslekte başarılı iş arkadaşlarımı görmek beni mutlu eder.				

9	Çalışmalarım ile ilgili karşılaştığım sorunlarda gerektiğinde yeni alternatif çözüm yollarını kullanırım.				
10	Kendimi karmaşık durumların üstesinden gelebilecek, yetkin bir personel olarak görüyorum.				
11	Her çalışanın mesleki örgütlere üye olması gerektiğine inanıyorum.				
12	Çalışan kadın olarak, her zaman mesleki bilgi ve becerilerime güvenirim.				
13	Her çalışan kadının fiziksel görünümüne dikkat etmesi gerekir.				
14	Mesleğimin bir üyesi olarak diğer meslek üyeleri arasında saygın bir yerim olduğunu düşünmüyorum.				
15	Bir çalışan kadının mesleğinde yaratıcılık yönünü kullanması önemlidir.				
16	Mesleğimin gerektirdiği bilgi ve becerilerde kendimi yeterli bulmuyorum.				
17	Mesleki gelişimi sürdürmek için bilimsel yayınları takip ederim.				
18	Bir çalışan işini etkin bir şekilde gerçekleştirebilmesi için iletişim becerilerinin gelişmiş olması gerekir.				

19	Hizmet verilen bireylerin mevcut durumları hakkında doğru/gerçekçi bilgilendirilmesi gerektiğine inanıyorum.				
20	Kendimi meslektaşlarım için iyi bir rol modeli olarak görüyorum.				
21	Çalıştığım meslek kariyer yapmaya değer bir meslektir.				
22	Karşılaştığım sorunların çözümünde problem çözme basamaklarını kullanırım.				
23	Mesleki becerilerimin en az diğer meslektaşlarım kadar iyi olduğuna inanıyorum.				
24	Kendimi mesleki konularda başkaları ile tartışabilecek yeterlilikte görmüyorum.				
25	Çalışanın kişisel sorunlarını çalışmalarına yansıtması gerektiğine inanıyorum.				
26	Çalıştığım mesleği seçtiğim için pişmanlık duygusu yaşıyorum.				
27	Bir çalışan olarak işimden doyum almıyorum.				
28	Acil durumlarda ve gerektiğinde hızlı ve doğru kararlar alabilirim.				
29	Bir çalışan olarak kendimi sürekli yenilemeye çalışırım.				

30	Kişisel özelliklerimin mesleğimin temel nitelikleri ile uyumlu olduğunu düşünüyorum.				
31	Yetkinlik, karmaşık durumlar karşısında bilgi ve becerilerin başarıyla uygulanmasıdır.				
32	Çalıştığım meslekle ilgili olan güncel konu ve sorunları yakından takip ederim.				
33	Hizmet verdiğim bireylere yeterli zaman ayıramamak beni huzursuz eder.				
34	İşime genellikle istekle giderim.				
35	Çalıştığım mesleğin toplumda güçlü bir yer edinmesinde mesleki örgütlerin önemli bir yeri olduğunu düşünüyorum.				
36	Çalıştığım mesleği uzun süre yapmak istediğimi sanmıyorum.				