



T.C.

TOROS ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI

PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**KOLLUK KUVVETLERİNDE ÇALIŞAN EVLİ KADINLARIN
TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİ İLE EVLİLİK UYUMLARI
ARASINDAKİ İLİŞKİDE EMPATİNİN ARACI ROLÜ**

Nagihan PEKER

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEMMUZ 2019



T.C.
TOROS ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI
PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

KOLLUK KUVVETLERİNDE ÇALIŞAN EVLİ KADINLARIN
TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİ İLE EVLİLİK UYUMLARI
ARASINDAKİ İLİŞKİDE EMPATİNİN ARACI ROLÜ

Nagihan PEKER

DANIŞMAN
Dr. Öğr. Üyesi Nur OKUTAN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEMMUZ 2019

YÜKSEK LİSANS TEZİ ONAY FORMU

Nagihan PEKER tarafından hazırlanan “Kolluk Kuvvetlerinde Çalışan Evli Kadınların Tükenmişlik Düzeyleri İle Evlilik Uyumları Arasındaki İlişkide Empatinin Aracı Rolü” başlıklı bu çalışma 16/07/2019 tarihinde yapılan savunma sınavı sonunda oybirliği ile başarılı bulunarak jürimiz tarafından Psikoloji Ana Bilim Dalı’nda yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.



Jüri Başkanı

Dr. Öğr. Üyesi Fatma Sema GÜRKAN



Jüri Üyesi

Doç. Dr. Mehmet BİLGİN
(Çukurova Üniversitesi)



Jüri Üyesi

(Danışman)

Dr. Öğr. Üyesi Nur OKUTAN
(Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi)

Savunma Sınav Jürisi Tarafından Tezin İmzalı Nüshasının Teslim Tarihi :/...../20...

Jüri tarafından kabul edilen bu tezin Yüksek Lisans Tezi olması için gerekli şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.



Dr. Öğr. Üyesi İbrahim BOZ
Enstitü Müdür V.

ETİK BEYAN

Toros Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu çalışmada;

- Sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

16/07/2019


Nagihan PEKER

İmza

KOLLUK KUVVETLERİNDE ÇALIŞAN EVLİ KADINLARIN TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİ İLE EVLİLİK UYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE EMPATİNİN ARACI ROLÜ

(Yüksek Lisans Tezi)

Nagihan PEKER

TOROS ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

2019

ÖZET

Bu çalışmanın amacı kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınların tükenmişlik düzeyleri ile evlilik uyumu arasındaki ilişkide empatinin aracı rolünü incelemektir. Araştırmaya, Van ilinden 81 kadın özel güvenlik görevlisi, Van Emniyet Müdürlüğünden 98 kadın polis, Jandarma Kolordu Komutanlığından ise 32 kadın askeri personel olmak üzere toplamda 211 kişi katılmıştır. Araştırmada Demografik Bilgi Formu, Evlilik Uyum Ölçeği, Kişilerarası Tepkisellik İndeksi ve Maslach Tükenmişlik Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmadan elde edilen veriler, SPSS paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. İlk olarak çalışmada yer alan değişkenler arasındaki ilişkiler ortaya çıkarmak amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Daha sonra bağımsız ve bağımlı değişken arasındaki ilişkiler aracı analizle incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınların tükenmişlik düzeyleri ile evlilik uyumları arasındaki ilişkide empatik bakış açısı alma ve empatik kişisel sıkıntının aracı bir rol üstlendiği gözlenmektedir. Diğer bir ifadeyle, artan tükenmişlik evli kadınların empatik bakış açısı alma tepkisini olumsuz yönde etkilemekte; bu da sırasıyla evlilikteki uyum düzeylerini düşürmektedir. Buna karşılık, tükenmişlik düzeyinin yükselmesi empatik kişisel sıkıntı tepkisinin artmasına, böylelikle evlilikteki uyumun azalmasına neden olmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Evlilik Uyumu, Empati, Tükenmişlik, Kolluk çalışanları

THE ROLE OF EMPATHY IN THE RELATIONSHIP BETWEEN BURNOUT LEVELS AND MARITAL ADJUSTMENT OF MARRIED WOMEN WORKING IN LAW ENFORCEMENT

(M. Sc. Thesis)

Nagihan PEKER

**TOROS UNIVERSITY
SOCIAL SCIENCE INSTITUTE**

2019

ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the mediating role of empathy in the relationship between burnout levels and marital adjustment of married women working in law enforcement. 81 female private security officers from Van province, 98 female police officers from Van Police Department and 32 female military personnel from Gendarmerie Corps Command participated in the study. Demographic Information Form, Marital Adjustment Scale, Interpersonal Reactive Index and Maslach Burnout Scale were used in the study. The data obtained from the study were analyzed using SPSS package program. First, pearson correktion analysis was performed to reveal the relationships between the variables in the study. Then, the relationships between the dependent variable and the dependent variable were analyzed by means of analysis. According to the findings of the study, it is observed that empathic point of view and empathic personal distress have a mediating role in the relationship between burnout levels and marital adjustment of evil women working in law enforcement. In other words, increased burnout negatively affects married women's empathic approach; this leads to a decrease in harmony in marriage.

Key Words: marital adjustment, empathy, occupation, fatigue

TEŞEKKÜR

Yüksek Lisans tez çalışmam esnasındaki bilimsel katkıları, gösterdiği ilgi, anlayış ve güler yüzüyle her daim beni karşılayan kıymetli hocam tez danışmanım Dr. Öğretim Üyesi Nur OKUTAN'a teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek lisans eğitimim boyunca eğitim veren, her sorun yaşadığımda bana yardımcı olan, Prof. Dr. Banu YAZGAN İNANÇ hocama ve diğer hocalarıma kazandırdıkları her şey için teşekkürlerimi sunarım.

Tez çalışmasında her daim yanımda olan, her türlü elverişsiz koşulu elverişli hale getirmek için uğraşan canım eşim Halil İbrahim PEKER'e teşekkür ederim.

Beni bu yaşa getiren maddi ve manevi destekleriyle bana her zaman destek olan çok değerli annem Ayfer ÖREN'e, babam Hasan ÖREN'e ve ablalarım Neslihan KURUÇAYIRLI, Aslıhan ALTINDAĞ, Asuman ÖZKAN'a teşekkür ederim. Ayrıca tezimin tamamlanmasında birçok arkadaşımın destek ve katkıları olmuştur. Yapmış oldukları her türlü destek ve katkıdan dolayı yanımda olan tüm arkadaşlarıma ve eniştem Ahmet ALTINDAĞ'a çok teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
TEŞEKKÜR	vi
İÇİNDEKİLER	vii
ÇİZELGELER LİSTESİ	x
ŞEKİLLER LİSTESİ	xi
GİRİŞ	1
Araştırma Probleminin Tanımı	1
Araştırmanın Amacı.....	3
Araştırmanın Önemi.....	4
Araştırmanın Sayıltıları.....	5
Araştırmanın Sınırlılıkları.....	5
Tanımlar	6

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

1. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	7
1.1. Evlilik Uyumu.....	7
1.1.1. Evlilik uyumuyla ilişkili etmenler/ çalışmalar	9
1.2. Empati	12
1.2.1. Empatinin öğeleri	13
1.2.1.1. Empatinin duygusal boyutu	14
1.2.1.2. Empatinin bilişsel boyutu	14
1.2.2. Empatinin sınıflandırılması	15
1.2.3. Empati ile ilgili kuramsal görüşler	16
1.2.3.1. Çıkarsama kuramı.....	16
1.2.3.2. Rol oynama kuramı	16
1.2.3.3. Heyecan yayılması olarak empati.....	17
1.3. Tükenmişlik	17
1.3.1. Tükenmişlik nedenleri.....	18
1.3.1.1. Bireysel nedenler	19

1.3.1.2. Çevresel nedenler	19
1.3.2. Tükenmişlik belirtileri.....	19
1.3.3. Tükenmişlik ile başa çıkma yolları	20
1.3.3.1. Bireysel olarak tükenmişlik ile başa çıkma yolları.....	20
1.3.3.2. Örgütsel faktörler olarak tükenmişlik ile başa çıkma yolları	20

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2. YÖNTEM	23
2.1. Araştırmanın Modeli.....	23
2.2. Katılımcılar	23
2.3. Veri Toplama Araçları	25
2.3.1. Gönüllü onam formu	25
2.3.2. Demografik bilgi formu	25
2.3.3. Evlilikte uyum ölçeği (EUÖ)	25
2.3.4. Maslach tükenmişlik ölçeği (MTÖ).....	26
2.3.5. Kişilerarası tepkisellik indeksi (IRI)	27
2.4. Verilerin Analizi	28
2.5. İşlem.....	28

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3. BULGULAR	30
3.1. Betimleyici Analizler	30
3.2. Demografik Değişkenler İle Ölçek Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarına İlişkin Korelasyonlar.....	31
3.2.1. Tükenmişlik ve evlilik uyumu arasındaki ilişkide empatik ilgi, empatik bakış açısı alma ve empatik kişisel sıkıntının aracı rolünün sınanmasına ilişkin bulgular	33

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

4. TARTIŞMA.....	36
4.1. Demografik Değişkenler İle Ölçek Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarına İlişkin Korelasyon Analizi Sonuçlarının Tartışılması	36

4.2. Tükenmişlik ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkide Empatinin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması.....	39
---	----

BEŞİNCİ BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

SONUÇ	42
KAYNAKÇA.....	44
EKLER	50
Ek- 1. Gönüllü Katılım Formu.....	50
Ek-2. Kişisel Bilgi Formu	51
Ek-3. Maslach Tükenmişlik Ölçeği (MTÖ).....	52
Ek-4. Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (I.R.I.).....	53
Ek-5. Evlilikte Uyum Ölçeği (E.U.Ö.)	54
ÖZGEÇMİŞ	56

ÇİZELGELER LİSTESİ

Çizelge	Sayfa
Çizelge 2.1. Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler.....	23
Çizelge 3.1. Çalışmanın temel değişkenlerine ait ortalama, standart sapma, en düşük ve en yüksek değerler ile cronbach alfa katsayıları.....	30
Çizelge 3.2. Demografik değişkenler, maslach tükenmişlik ölçeği, kişilerarası tepkisellik indeksi ve evlilik uyum ölçeklerinden alınan puanlar arasındaki korelasyonlar.....	31



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil	Sayfa
Şekil 1.1. Aşamalı empati sınıflandırılması	15
Şekil 3.1. Tükenmişlik ve evlilik uyumu arasındaki ilişkide empatik ilgi, bakış açısı alma ve kişisel sıkıntının aracılık etkisi	33



GİRİŞ

Bu bölümde araştırma probleminin tanımı, araştırmanın amacı, araştırmanın önemi, araştırmanın sayıltıları-sınırlılıkları ve tanımlar yer almaktadır.

Araştırma Probleminin Tanımı

Geçmişten günümüze kadar evlilik başta sosyal psikoloji olmak üzere birçok araştırmanın konusu olmuştur. Evlilik sosyal bir kurumdur ve sosyal psikoloji de ailenin toplumla olan davranış ilkelerini incelemektedir. Sosyal yaşamın bir parçası olan evlilik, *“Toplumsal yapıyı farklı yönlerden etkileyen resmi, duygusal, davranışsal, biyolojik yönleri olan kültürel ve sosyal bir sistemdir.”* (Kışlak, 1982:50) Kendine ait psikolojik ve sosyal sınırlara sahip kuruma evlilik denilmektedir (Tarhan, 2018).

Evlilik uyumu ile ilgili farklı tanımlar yapılmaktadır. Spanier (1976) ‘a göre evlilik uyumu, *“Eşlerin günlük yaşantıya ve yaşantı içinde değişen durumlara uyum sağlayarak geçen zaman içerisinde birbirlerine uygun olarak değişmesi”* şeklinde tanımlanmaktadır. Evlilik uyumu aynı zamanda çiftlerin evlilik hayatlarından duydukları mutluluk ve memnuniyeti ifade etmektedir (Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar, Alpkan, 2005). Eşler arasındaki uyumda evlilikten ne beklendiği çok önemlidir. Kadın ile erkeğin beklentilerinin birbirleriyle örtüşüp örtüşmediği ile beklentilerin gerçek olup olmadığı evlilikteki uyumun kalitesini belirler. Beklentiler ne kadar yakın olursa, uyum da o kadar kolay gerçekleşmektedir (Tarhan, 2018). Eşler arasındaki uyumun sağlanabilmesi ise çiftlerin birlikte karar alabilmeleri, ortak değer ve amaçlara sahip olabilmeleri ile mümkündür (Kocadere, 1995; Şener, Terzioğlu, 2002).

Empati ve evlilik uyumu ile ilgili çeşitli çalışmalar empatinin evlilik uyumunun önemli belirleyicilerinden biri olarak göstermektedir. Hem kadınlar hem de erkekler için karşısındakinin bakış açısını anlamanın, evlilik uyumlarını belirlemede önemli bir etmen olduğu düşünülmektedir (Long ve Andrew, 1990; Long, 1994; Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002).

Uyumlu bir evlilik, sosyal psikolojik pek çok etmenle ilişkilidir. Evlilik uyumunda empatinin önemi bulunmaktadır. Eşler arasında uyumlu bir evliliğin sürebilmesi için empatik anlayış sergileyebilmeleri, birbirlerini olduğu gibi kabul edebilmeleri, duygularını birbirleriyle paylaşabilmeleri gerekmektedir. Empati, “Bir insanın, kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak onun duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlamasıdır.” Çiftlerin empati kuramaması evlilikte büyük sorunlara sebebiyet vermektedir (Özgüven, 2000). Örneğin, Franzoi ve arkadaşları (1985) eşlerle çalışmış ve olaylara eşin bakış açısıyla bakmanın evlilikte yaşanan gerilimi azaltmada yardımcı olduğunu görmüşlerdir. Empati aynı zamanda ilişkisel çatışmaların olumlu bir şekilde çözümlenebilmesinde önemli bir rol oynamaktadır.

Uzun süre çalışmaktan kaynaklanan çaresizlik, ümitsizlik duygusu, işe, işyerine ve yaşama karşı olumsuz tutumların gelişmesi gibi belirtilerin eşlik ettiği bir durum tükenmişliğe neden olabilmektedir (Pines ve Aranson, 1988). Maslach ve Jackson (Freudenberger, 1974) tükenmişliği iş stresinin bir türü olarak tanımlamaktadır. Buna göre, tükenmişlik, “*Aşırı çalışma sonucu insanların işlerinin gereklerini yerine getiremez bir duruma gelmeleri*” anlamını taşıyan duygusal tükenme durumu olarak ifade edilmektedir. Mesleki tükenmişlik psikolojik bir durum olarak kişinin mesleğine ilişkin davranışlarının belirlenmesinde etkili olmaktadır. Bu da yorgunluk, uykusuzluk ve çeşitli bazı psikosomatik rahatsızlıklar yaşamalarına, işten soğuma ve mesleklerinde uzaklaşmalarına verilen hizmetin aksamasına neden olmaktadır (Çimen, 2007; Gündüz, 2005; Baysal, 1995). Tükenmişlik sendromu, kişinin aile yaşamını olumsuz yönde etkilemektedir. Tükenmiş olan kişi, özel yaşamında da sinirli ve huzursuzdur. Çalışanın karşılaştığı bu durum neticesinde oluşan bu rahatsızlıklar aile krizlerine, ciddi evlilik sorunlarına sebebiyet verebilmektedir. Özel yaşamdaki bu huzursuzlukların işteki stresten ortaya çıktığı genelde anlaşılmaz. Çiftler işyerindeki stresin etkilerini “*Artık...*”, “*Galiba...*” gibi ifadelerle birbirlerine karşı sevgilerinin azalması ile açıklayabilirler. Bu da ayrılma, boşanma gibi ciddi neticelere varabilir (Tanrıverdi, 2008). Özellikle insan ilişkilerinin yoğun olarak yaşandığı çalışma ortamlarında (polis, öğretmen, doktor gibi) tükenmişlik etkisini daha fazla göstermektedir (Soysal, 2010). Fredeunberg (1974)’e göre ilişkilerin yüz yüze gerçekleştiği mesleklerde bu etki çok daha fazla olabilmektedir.

İnsanlarla yüz yüze ilişki gerektiren mesleklerin başında polis, asker, özel güvenlik görevlileri gelmektedir. Kolluk kuvvetleri bu hizmetleri verirken insanlarla yüz yüze yakın ilişki içerisinde zor çalışma şartlarında görevlerini yapmak zorunda kalmaktadırlar (Şeker ve Zırhlıoğlu, 2009). Polis, asker, özel güvenlik mesleklerinde görev yapan kadınlar içinse bu durum daha fazla yıpranmaya sebep olmaktadır. Yapılan araştırmalarda evlilik ilişkisindeki sorunlardan kadınların erkeklere göre daha fazla etkilendiği görülmektedir Aile içi sorumluluklarıyla çalışma yaşamındaki görevlerini bir arada yürütmek durumunda kalan kadınların birçok güçlük ve çözüm bekleyen sorunlarla karşı karşıya kaldığı düşünülmektedir (Hafner, Spence, 1988; Whitton, Kuryluk, 2012).

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada, kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınların tükenmişlik düzeyleri ile evlilik uyumu arasındaki ilişkide empatini aracı rolünü incelemek amaçlanmaktadır.

Araştırmanın Denenceleri

Çalışmanın amacını karşılamak üzere aşağıda yer alan deneceler sınanacaktır.

1) Tükenmişlik ve evlilik uyumu arasında olumsuz bir ilişki vardır. Tükenmişlik arttıkça evlilik uyumu azalır.

2) Tükenmişlikle

a) empatik ilgi ve

b) bakış açısı alma arasında olumsuz

c) empatik kişisel sıkıntı arasında ise olumlu bir ilişki vardır. Tükenmişlik arttıkça empatik ilgi ve empatik bakış açısı alma tepkisi azalırken, empatik kişisel sıkıntı düzeyi artar.

3) a) Empatik ilgi ve

b) empatik bakış açısı alma ile evlilik uyumu arasında olumlu;

c) empatik kişisel sıkıntı ve evlilik uyumu arasında olumsuz bir ilişki vardır. Empatik ilgi ve empatik bakış açısı alma düzeyleri arttıkça evlilikteki uyum artarken, empatik kişisel sıkıntı düzeyi yükseldikçe evlilikteki uyum azalır.

4) Tükenmişlikle

a) empatik ilgi

b) bakış açısı alma arasındaki olumsuz ilişki evlilik uyumunu olumsuz yönde etkilerken;

c) tükenmişlikle empatik kişisel sıkıntı arasındaki olumlu bağlantı evlilik uyumunu olumsuz yönde etkiler. Buna göre, tükenmişlik düzeyi arttıkça empatik ilgi ve bakış açısı alma düzeyi azalırken, empatik kişisel sıkıntı düzeyi artar. Azalan empatik ilgi ve bakış açısı alma, buna karşılık artan empatik kişisel sıkıntı ile evlilikteki uyum düzeyi azalır.

5) Tükenmişlikle evlilik uyumu arasındaki olumsuz ilişkide

a) empatik ilgi

b) empatik bakış açısı alma ve

c) empatik kişisel sıkıntının aracı bir rolü vardır.

Araştırmanın Önemi

Evlilik, birçok değişkeni içeren karmaşık bir süreçtir. Her evlilikte, bireylerin kişilik özellikleri ve ruhsal durumları evliliğe etki etmektedir. Çiftlerden birinin ruhsal durumundaki bozukluk evlilik uyumlarını düşürmektedir.

Yapılan çalışmalar gözden geçirildiğinde evlilik uyumu ile ilgili çalışmalar sıkça karşımıza çıkmaktadır. Yurt dışında, evlilik uyumu ile ilgili yapılmış çalışmalar ülkemize oranla daha eskilere dayanmaktadır. Evlilik konusuna araştırmacıların yönelmesinin nedeni,

Amerika’da 1960 ile 1980’li yıllar arasında boşanma oranlarındaki artıştır. Boşanmalardaki artış toplumsal yaşantıyı olumsuz yönde etkilemiştir (Leary ve Smith, 1991).

Evlilik uyumu, ülkemizde ise özellikle son yıllarda araştırılan ve tartışılan bir konu olmuştur. Çalışmaların daha çok evlilik uyumu ve evlilik doyumu konuları ile ilgili (Yaşar, 2009; Wenner, 2010; Kışlak, Göztepe; 2012) olduğu görülebilmektedir. Ancak Türkiye’de evlilik uyumunun empati ve tükenmişlik kavramlarıyla birlikte ele alındığı bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Evlilik uyumunun empati ve tükenmişlik kavramlarıyla araştırılması sonucunda elde edilecek bulgular ile sağlıklı bir evliliğin daha ayrıntılı değerlendirilmesi ve farklı bakış açıları oluşturabilecek olması yönünden katkıda bulunabileceği düşünülmektedir.

Son dönemlerde polislerin evlilik uyumu ile ilgili araştırmalara (Dinç, 2013; Çakırlar, 2012) daha çok yer verildiği görülmektedir. Kolluk kuvvetlerinde çalışan kadınların evlilik uyumu hem bireyleri, hem ailelerini hem de devlet kurumlarını ilgilendirmektedir. Bu bağlamda sosyal psikolojik araştırmalar oldukça büyük önem taşımaktadır. Kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınların mutlu evlilikleri de halka olumlu bir şekilde yansımaktadır.

Bu bilgilerden yola çıkıldığında, şimdiki araştırma kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınların tükenmişlik düzeyleri ile evlilik uyumu arasındaki ilişkide empatinin aracı rolünü incelemeyi amaçlamaktadır. İzleyen bölümde kolluk kuvvetleri, empati ve tükenmişlik kavramları ile ilgili çalışmalar temelinde ele alınarak bu değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi değerlendirilmiştir.

Araştırmanın Sayıtları

Araştırmaya katılan kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınların anket sorularına ve ölçek maddelerine tarafsız ve içten bir şekilde cevap verdiği varsayılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma Van Yüzüncü Yıl Üniversitesinde görev yapan evli kadın özel güvenlik görevlileri, Van Emniyet Müdürlüğünde görev yapan evli kadın polisler, Van Jandarma

Kolordu Komutanlığında görev yapan kadın askerler ile sınırlı tutulmuştur. Araştırma “Maslach Tükenmişlik Ölçeği”, “Kişilerarası Tepkisellik İndeksi”, “Evlilik Uyum Ölçeği” ve bireylerin kişisel ve ailesel bilgilerini içeren kişisel bilgi formu ile sınırlı tutulmuştur.

Tanımlar

Empati: Kişinin kendisini başkasının yerine koyma durumu olarak tanımlanabilmektedir (Dökmen, 2006).

Tükenmişlik: Bireylerin yapılan iş gereği yoğun duygusal taleplere maruz kalması sonucu uzun süre yorgunluk, umutsuzluk, çaresizlik, hayata ve insan ilişkilerine karşı olumsuz tutum sergilemesi ile oluşan bir sendrom olarak tanımlanabilmektedir (Maslach ve Jackson, 1981).

Evlilik Uyumu: Çiftlerin uyumlu birliktelikleri sonucu evlilik hayatlarında yaşadıkları mutluluk ve memnuniyet olarak tanımlanabilmektedir (Akar, 2005).

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

1. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

1.1. Evlilik Uyumu

Evlilik, “*Toplumsal yapıyı farklı yönlerden etkileyen resmi, duygusal, davranışsal, biyolojik yönleri olan kültürel ve sosyal bir sistemdir.*” (Kışlak, 1982:50) Evliliğin üç ana sebebi bulunmaktadır. Bunlar biyolojik, psikolojik, sosyal ve kültürel sebepler sayılabilir. Biyolojik olarak insanın doğal yapısı evlenmeye yöneliktir. Psikolojik olarak eşler birbirlerinin sevgisine, değer verilmesine muhtaçtırlar. Sosyal ve kültürel olarak ise evlilik her kültürde farklılık göstermektedir. Destek, kabul görme, güven duyma, korunma gibi gereksinimlerin ön planda olduğu görülmektedir (Tarhan, 2018).

Sosyal, kültürel ve ekonomik değişimlerle birlikte evlilik kavramı değişmektedir. Günümüzde evlilik sorunları farklılaşmakta ve uyum sorunları fazlaşmaktadır (Şener, Terzioğlu, 2008).

Evlilik uyumu şu şekilde tanımlanabilir; kişilikleri farklı olan eşlerin ortak hedeflere ulaşmak ve mutlu olmak için birbirlerini tamamlamasıdır (Burgess, Cottrell, 1998). Evlilikte uyum mutluluk ve beklentilerin karşılanması ile mümkündür (Beştepe E., Erbek E., Akar, H., Eradamlar, N. ve Alpan, R. L., 2005). Diğer bir tanımda ise uyum, eşlerin birbirleriyle iletişim kurduğu, uzlaşmanın sağlandığı, anlaşmazlıkları karşılıklı bir şekilde çözebildiği evliliktir diyebiliriz (Sabatelli, 1988).

Tezer (1986)’e göre evlilik uyumu, “*bireyin evlilik ilişkisindeki ihtiyaçlarını karşılama düzeyine ilişkin algısı*” olarak tanımlanmaktadır. Aile içindeki ve dışındaki ilişkilerin en önemli belirleyicilerinden birisi evlilik uyumudur (Fıfıloğlu, 1992). Evlilik ve aileleri ile ilgili konularda aynı fikre sahip olan, sorunlarını birbirleriyle paylaşabilen çiftlerin evliliği uyumludur diyebiliriz (Çavuşoğlu, 2011).

Evlilik uyumu, evlilik ilişkilerinin mutlu ve sağlıklı bir şekilde sürmesini sağlayan önemli kavramlardan birisidir. Evlilik uyumu tanımlarına bakıldığında bireylerin mutluluk düzeyine vurgu yapıldığı göze çarpmaktadır. Bireylerin hayatlarının önemli bir parçasını evlilik oluşturmaktadır ve evlilikte uyum sağlandığı sürece kişinin hayatındaki genel mutluluk sağlanmaktadır. Mutlu bir evlilik sağlanınca huzur da olmaktadır. Çiftler evliliklerini mutluluk ve huzur bulmaları sonucu devam ettirmektedirler (Karney, 2004).

Evlilik uyumu kavramı ailedeki tüm bireylerin psikolojik sağlığını etkileyen önemli bir faktördür (Uşaklı, 2010). Toplumlar ailelerden oluşmaktadır. Bu nedenle eşler arasındaki uyumun korunması çok önemlidir (Çavuşoğlu, 2011). Çocukların sağlıklı birey olarak büyüebilmeleri için de evlilik uyumunun önemi büyüktür (Yılmaz, 2001). Sağlıklı ailelerdeki çiftlerin evlilikleri uyumlu olmaktadır (Terry ve Kottman, 1995). Uyumlu bir evlilik için eşlerin birbirlerini tanımaları, iyi iletişim kurabilmeleri gerekir. Eşlerin aralarındaki anlaşmazlıklar çözüldükçe evlilik uyumu da olumlu yönde gelişir. Evlilikte uyumunun bozulması sonucu eşler ve varsa çocuklar için birliktelikler travmaya dönüşebilmektedir (Sardoğan ve Karahan, 2005). Eşler birbirlerinin bütün ihtiyaçlarını karşılıklı olarak paylaşırlarsa evlilikleri daha uyumlu ve dengeli hale gelmektedir (Özgüven, 2000). Uyumlu evliliklerde eşler birbirlerine açık iletişimde bulunmakta, kriz durumlarında birbirlerine kenetlenmekte, birbirlerine karşı sorumluluk duygusu taşımaktadır (Çelik ve Tümkaya, 2010).

Evlilikteki uyumun kalitesini beklentilerin gerçekçi olup olmadığı ve kadın ile erkeğin beklentilerinin birbirleriyle uyumlu olup olmadığı belirlemektedir. Beklentiler ne kadar birbirleriyle örtüşürse uyum da o kadar kolay olmaktadır. Örneğin erkek, çocuk düşünüyor fakat kadın düşünmüyorsa yani tarafların birbirlerinden beklentileri farklıysa evlilikte sorunlar kaçınılmaz hale gelmektedir (Tarhan, 2018).

Evliliğin başında çiftler mutlu olmalarını sağlayan bir ortam oluşturmaya çalışmaktadırlar. Bu beklentiler karşılanmazsa çatışmalar yaşanmaya başlayarak evlilikten çiftler umduğunu bulamayarak evlilikte uyumsuzluklar başlamakta ve boşanmaya yol açabilmektedir (Sevim, 1999).

1.1.1. Evlilik uyumuyla ilişkili etmenler/ çalışmalar

Evlilik uyumu üzerinde etkili pek çok faktör bulunmaktadır. Mutlu, huzurlu bir evlilik için evlilikte uyumu etkileyen faktörlere bakılarak evlilik uyumunun sağlanması gerekmektedir (Özgüven, 2009).

Evlilikte uyumu sağlamaya ilişkin temel ilkeler olarak şunlar sayılabilir; (Özgüven, 2014)

- Aile bütçesinin içinde olma
- Sosyal ilişkiyi ihmal etmeme
- Cinsel yaşamı canlı tutma
- Gerçekçi olma
- Kendi anne-babalarını ihmal etmeme
- Karar ve sorumlulukları paylaşma
- Aile olduğunu unutmama
- Hoşlandıklarını ve hoşlanmadıklarını belirtme
- Sevgi ve şefkate bonkör olma
- Duygu ve sorunları su yüzüne çıkarma
- Eşin duygularını anlamaya çalışma
- Saydam olma
- Duyguları paylaşma

Bireysel değişkenler, aileye ilişkin değişkenler, sosyo ekonomik değişkenler olarak Özgüven (2000) evlilik uyumu üzerinde bu üç maddenin de etkili olduğunu belirtmiştir. Bireysel değişkenler; cinsiyet, yaş, sağlık durumu, fiziki görünüş, evlilik sayısı, ilk evlenme yaşı gibi. Aileye ilişkin değişkenler; eşler arasındaki yaş farkı, evlilik biçimi, eşle duygu ve düşünceleri paylaşma, ailelerden sağlanan destek durumu, eşlerin cinsel yaşamlarındaki doyumları, çocuk sahibi olup olmama. Sosyo ekonomik değişkenler, ailenin aylık geliri, gelirin yeterlilik düzeyi, eşlerin öğrenim düzeyi, eşlerin aile gelirine katkısı, eşlerin mesleki durumları.

Terman'ın 1938'de yaptığı çalışmada ise evlilik uyumunu etkileyen etmenler şunlardır:

- *“Eşler arasındaki fikir birliği*

- *Fikir ayrılığını düzeltmek için kullanılan yöntemler*
- *Evlilik sebebiyle duyulan mutluluk veya pişmanlık*
- *Evliliği devam ettirme veya ayrılma ya da boşanmanın değerlendirilmesi*
- *Eşe karşı şikayetlerin dillendirilme biçimi*
- *Eşlerin evliliklerine ait doyumlarının öznel değerlendirilmesidir” (Kastro, 1988).*

Kocadere (1995)'nin yapmış olduğu çalışmada ise evlilik uyumunu etkileyen 17 faktör belirlemiştir:

- Ev işleri
- Boş zaman geçirme
- Benzerlik
- Baskınlık
- Duyguların ifadesi
- Sorun çözme becerisi
- İş alanı
- İletişim
- Maddi durum
- Evlilik dışı ilişki
- Boşanma düşüncesi
- Fiziksel ve sözel iletişim
- Çocuk
- Cinsellik
- Ailelerle ilişkiler
- Kişisel özelliklerdir.

Evlilik uyumu ile ilgili Hughston ve Sporakowski (1978)'nin 40 çiftle 50 yılı aşkın süredir yapmış olduğu çalışmada evlilik uyumunu etkileyen en önemli faktörün kişilerin eşleri ile benzer oldukları düşüncelerine sahip oldukları bulunmuştur. Evlilikte uyumlu olması gereken eşler mi yoksa evlilikten beklentiler mi? Yapılan araştırmalar sonucunda ortak bir paydada buluşarak eşlerin kişilik özelliklerindeki uyumdan çok ortak karar alabilmeleri ve bu kararları hayata geçirebilmede etkilidir (Tarhan, 2006).

Evlilikte eşlerin kişilik özellikleri de uyumu ve mutluluğu yakından ilgilendirmektedir. Farklı kişilik yapılarına sahip olunması bir tartışma durumunda tarafların birbirlerine karşı nasıl bir tavır takınacakları, tartışmayla nasıl başa çıkacakları, bu durumu nasıl çözüme kavuşturacakları, çözüm için adım atıp atmayacaklarını belirler (Solmuş, 2011).

Uyumu etkileyen faktörlerden bir diğeri ise, eşlerin birbirinden beklentileridir. İlk yıllarda eşlerin birbirlerinden beklentilerinin fazla olması çatışmalara neden olmakta ve evlilikler boşanma ile sonuçlanmaktadır (Onur, 1991). Batool ve Khalid (2012) in yapmış oldukları çalışmada çocuk sayısının evlilik uyumuna etkisi olduğu bulunmuştur. Sahip olunan çocuk sayısı arttıkça evlilik uyumu düşmektedir. Araştırmada aynı zamanda duygusal zekânın da evlilik uyumunu etkilediği görülmüştür.

Sağlıklı iletişim evlilikte uyumu etkileyen bir diğer etkidir. Eşler birbirleriyle sağlıklı iletişim sağlar, düşünce alışverişinde bulunursa evlilik yaşamlarının kalitesi artmaktadır (Ersanlı ve Kalkan, 2008). İletişim becerilerinin yaratıcılık ve problem çözme ile yakından ilişkili olduğu gözlemlenmektedir. Yaratıcı düşünceye sahip insanlar iletişim sorunlarına ve problemlerine farklı şekilde bakabilir ve çözümler üretebilirler (Özgüven, 2000).

Çiftlerin evlilik uyumunu yakalayabilmeleri belirli zaman almaktadır. Eşlerin evlenme biçimi, aile yapıları ve evlilikte geçirilen süre de evlilik uyumunu etkileyebilmektedir. Özellikle kayınvalide ve kayınpederden oluşan geniş aileler evliliklerde büyük sorunlar oluşturmaktadır. Evlilik yılları ilerledikçe bu sorunlar daha kolay aşılabilmektedir (Özbey, 2012). Eşler arasındaki dayanışmanın artmasıyla birlikte evlilik uyumları da olumlu yönde etkilenmektedir (Lamke, 1989).

Evlilik uyumunu etkileyen diğer faktörler ise, evlenme yaşı, eğitim düzeyi, etnik ve dini köken, nişanlılık dönemi, toplumsal statü olabilmektedir (Özgüven, 2001). Evlilik uyumu ile ilgili faktörlerden bazıları şunlar da olabilir; kocanın eğitim seviyesi, kocanın evlenme yaşı, kocanın anne-babanın mutluluğu, kocanın baba ile yakınlığı sayılabilir (Akar, 2005).

Eşlerin iletişim biçimleri (Fowers, 2001), bağlanma biçimleri (Tutarel, Kışlak, Çavuşoğlu 2006), bağışlama davranışı (Allemand, Amberg, Zimprich ve Fincham, 2007), empati ve yükleme davranışları (Fincham,, Paleari, Regalia, 2002) gibi birçok faktör de evlilik uyumunu etkilemektedir.

Eşlerin sahip olduğu hoşgörü ve empati evliliğin kalitesini belirlemektedir. Yaşanan ruhsal sorunlar (depresyon, anksiyete gibi) da evlilik uyumu ile bağlantılıdır. Empati düzeyinin yüksek olması evlilik uyumunu olumlu yönde etkilemektedir. Empatinin evlilik

süresince yaşanan gerilimi azalttığı Franzoi ve arkadaşlarının eşlerle yapmış oldukları çalışmada ortaya çıktığı gözlenmiştir. Eş doyumunu etkileyen empatik yaklaşımın çeşitli davranışların güçlü yordayıcısı olduğu Davis ve Oathout'un 264 çiftle yapmış olduğu çalışmadan anlaşılmıştır (Tutarel ve Çabukça, 2002).

Evlilik uyumunu en fazla etkileyen faktörlerden bir diğeri stresle başa çıkmadır. Problem çözme yetisine sahip kişilerin evlilik uyumlarını daha yüksek olduğu bulunmuş olup, kaçınmacı yani bir problemle karşı karşıya kaldığında yaşadığı sıkıntıları unutmaya çalışıp bir mucize olmasını bekleyen kişilerin evlilik uyumlarının daha düşük olduğu gözlenmiştir (Bouchard ve Theriault, 2003).

Evlilik uyumunu etkileyen bir diğeri faktör de tükenmişliktir. Birçok insan işi ve özel yaşamı daha özeldir ise aile yaşamı ile arasında sağlıklı bir denge kuramayarak meslek ya da evlilik yaşamları ile ilgili tükenmişlik durumları meydana gelebilmektedir (Çapri, 2008). Yapılan çalışmalardan da görülebileceği üzere empati ve tükenmişlik kavramlarının evlilik uyumu üzerinde etkileri öne çıkmaktadır.

1.2. Empati

Empati kavramı geçmişten günümüze kadar birçok tanımla karşımıza çıkmaktadır. Freud'a göre "*özne ve nesne arasındaki bazı benzerliklerden temel alan özel bir özdeşim şekli empatidir.*" (Freud, 1920)

Carl Rogers'a göre empati, "*Bir bireyin kendini karşısında bulunan kişinin yerine kayarak hadiselerine onun perspektifiyle bakması, o bireye ait duygu ve düşünceleri doğru biçimde anlayarak hissetme ve bu durumu ona iletme aşamasıdır.*" (Rogers, 1975) Rogers yapmış olduğu çalışmaların başında empatiyi bir durum olarak ele almış daha sonraki çalışmalarda ise durum değil de süreç olarak ele almıştır. Empati, rol değiştirme olarak da tanımlanabilmektedir (Özbek ve Leutz, 1987). Bu kavram ilk kez Theodor Lipps tarafından kullanılmıştır (Dökmen, 2000).

Günlük yaşamda empati, insanları birbirlerine yakınlaştırmaktadır. Empati sayesinde insanlar anlaşıldıklarında kendilerini değerli hissetmektedirler. Bu da insanın kendisini iyi

hissettirerek kişiye huzur sağlamaktadır. Empati yapabilen insanlar çevreleri tarafından sevilebilmektedirler (Köksal ve Alisinanoğlu, 2000).

Empati kurabilen kişiler insanlarla yakın ilişkiler kurarak daha fazla yardımsever olur, olgunlaşır. İnsanlara değer verip onları anlayarak güvenli bir ortam oluşturur ve bu güvenli ortamda herkes onunla beraber olmak ister (Cüceloğlu, 2002).

Çocuk yaştan itibaren empati gelişmeye başlamaktadır. Çocuklar etraflarını gözlemleyerek etrafındaki kişilerin neler hissettiğini anlamaya çalışmaktadırlar (Gordon, 2003).

İnsanlar empati kurarak; ev ve iş yaşantılarında daha başarılı olabilir ve ilişkileri daha başarılı bir hal alabilir, sorunlarının daha kolaylıkla çözebilirler. Bunların yanı sıra farklı kültürlerden gelen insanlarla daha iyi geçinebilirler. Empati aynı zamanda bilişsel gelişim için de önemlidir (Goleman, 1995; Stein ve Book, 2003).

Sosyal bir varlık olması sebebiyle insanın temel gereksinimlerinden birisi de iletişim kurmaktır. İletişim kurdukça insanlar düşünce ve duygularını karşı tarafa ileterek anlaşılma isteği duyarlar (Gürtunca, 2013). Empatinin temelini insanların mimik hareketleri, beden dili gibi sözsüz iletişimi anlayabilmek oluşturmaktadır (Yiğiter, 2008).

1.2.1. Empatinin öğeleri

Dökmen'e göre kişinin empati kurabilmesi için üç öge bulunmaktadır; kendisini karşısındaki kişinin yerine koyması, karşıdaki kişinin duygu ve düşüncelerini anlaması, empati kuran kişide oluşan empatik anlayışın karşıdaki kişiye iletilmesidir (Dökmen, 2008). Sosyal hayatta iletişim içerisinde özellikle empatinin önemli bir yeri bulunmaktadır. Empati farklı bileşenlere sahiptir. Bu bileşenlerin ayrı olarak incelenmesinin bu kavramı daha ayrıntılı anlayabilmek için gerekli olduğu öne sürülmüştür (Dökmen, 2005).

Yapılan araştırmalarda empati öğelerinin neler olduğu konusunda farklı yaklaşımlar bulunmaktadır. Empatinin iki boyutu (duygusal, bilişsel), üç boyutu (duygusal, bilişsel, güdüsel), dört boyutu (duygusal, bilişsel, bildirişimsel, algısal) olduğu yönünde birçok görüş

vardır (Akçalı, 1991). Empatinin duygusal ve bilişsel boyutu olmak üzere iki bileşenden oluştuğu günümüzde yaygın olarak kabul edilen görüşlerdendir (Stephan ve Finlay, 1999).

1.2.1.1. Empatinin duygusal boyutu

Bu boyutta birey karşısındaki insanın duygularını ve davranışlarını anlamaya çalışır. Karşısındaki bireyin duygularını paylaşma becerisidir. Kendisini onun yerine koymaya çalışmaktadır. Ölçüm olarak jest ve mimikler, kalp atışlarının incelendiği fizyolojik ölçümler kullanılmaktadır. Bebeklerde dahi duygusal empati görülmektedir. Bu bileşen empatik yaşantıda önemli bir yer tutmaktadır (Akçalı, 1991).

Kişileri zihinsel olarak anlayabilmek yeterli olmayıp duygusal olarak da anlamak gereklidir. Bu da empatinin duygusal boyutunu ortaya çıkarmaktadır (Öz, 1988). “*Bir kişi diğer kişinin hissettiğini hisseder*” bakış açısı ön plandadır (Hoffman, 2003). Empati çalışmalarının temelini bu boyut oluşturmaktadır (Hoffman, 1975). Duygusal empati ile bilişsel empati birbirini tamamlamaktadır (Smith, 2006).

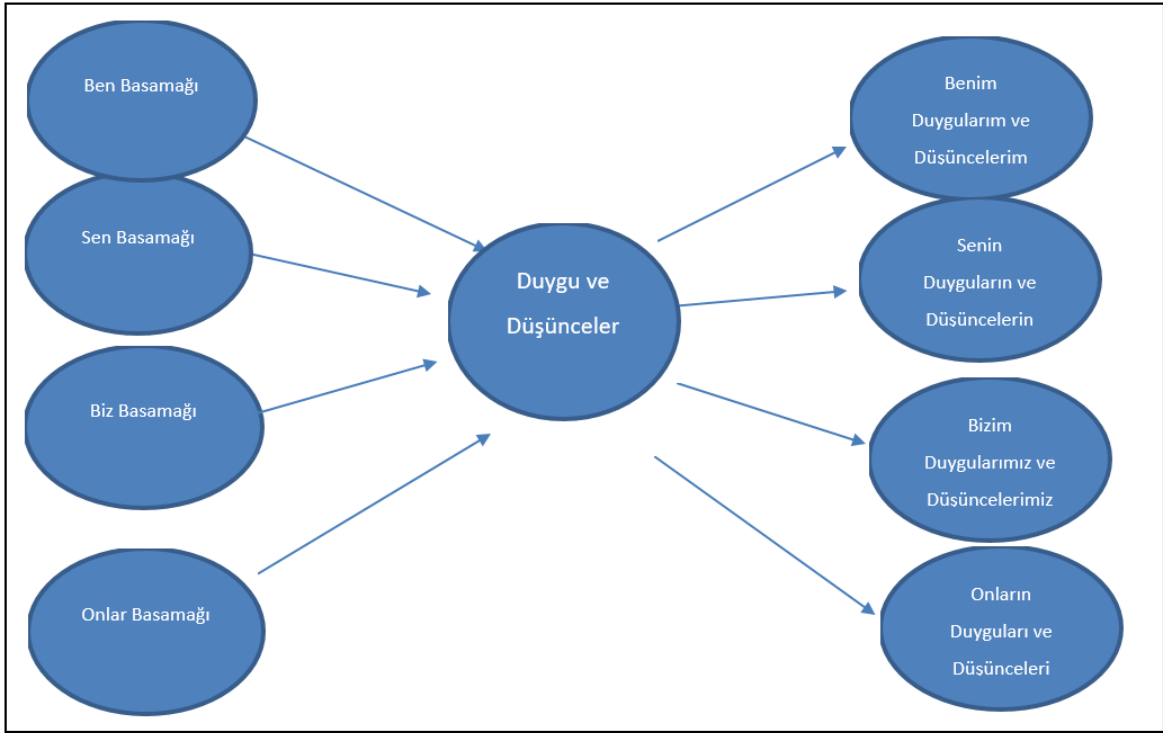
1.2.1.2. Empatinin bilişsel boyutu

Başkalarına ait duygu, niyet, fikir gibi ihtiyaçları anlamayı içeren bir bilişsel aşamadır. Hem sözel hem de sözel olmayan ipuçlarıyla başkalarının düşünce ve duygularını anlama becerisidir. Bu boyutta kişinin diğer kişiyi anladığını paylaşması gerekli değildir (Akçalı, 1991; Öner, 2001). Kişilerin kendisini başkasının yerine koyabilmesi gelişmiş zihin teorisi ile mümkün olmaktadır (Keskin, 2007).

Benmerkezcilik ön plandadır. Bakış açısı ve rol alma da bu boyutta önemli yere sahiptir. Duyguları yaşamak yerine anlamak söz konusudur. Gözlem ve düşünmeye önem verilmektedir (Davis, 1993). Stratejik bir süreç vardır ve bireyin kendi çıkarlarının olması duygusal empatiden ayrılan en büyük yanıdır (Brems,1988). Örneğin öğrencinin bakış açısını öğretmenin fark etmesi, empatinin bilişsel boyutudur (Çelikkaleli, Avcı, 2015). Algı, düşünce ve kavrama yeteneklerinden oluşmaktadır (Duru, 2002).

1.2.2. Empatinin sınıflandırılması

Empati, ben basamağı, sen basamağı, biz basamağı ve onlar basamağında oluşmaktadır. Her basamakta kendi içerisinde “duygu” ve “düşünce” olarak iki alt basamağa ayrılmaktadır (Dökmen, 1988). Bu sınıflandırmaya Dökmen (1988) “Aşamalı Empati Sınıflaması” adını vermiştir.



Şekil 1.1. Aşamalı empati sınıflandırılması

Ben Basamağı: Benmerkezcilik ön plandadır. Kendisine sıkıntılarını anlatan kişiyi dinlemek yerine kendinden söz etmeye başlayarak sıkıntı sahibi olan kişiyi eleştirir. “Aynı sıkıntılar bende de var” diyerek kendinden bahsetmeye başlar.

Sen Basamağı: Karşısındaki kişinin sıkıntılarına odaklanma vardır. Karşısındaki kişinin ne hissettiğini anlamaya çalışır. Karşı tarafın bakış açısıyla bakmaya çalışır.

Biz Basamağı: Karşılıklı olarak bir olay karşısında nasıl davranacaklarını, neler hissedebileceklerini doğru tahmin ederek birbirlerine yardımcı olurlar.

Onlar Basamağı: Tepkide bulunan kişi birtakım genellemelerde bulunmaktadır. Kendisinin veya karşısındaki kişinin duygu ve düşüncelerine önem vermeyerek üçüncü şahısların (toplumun) görüşlerine önem vermektedir. Para konusu ile ilgili karşı taraf bir konuşma gerçekleştirirse “Ayağını yorganına göre uzat” şeklinde bir empatik tepki verilmiş olmaktadır (Dökmen, 2008).

1.2.3. Empati ile ilgili kuramsal görüşler

Empati ile ilgili üç temel kuramsal görüş olduğu belirtilmiştir. Bunlar; Çıkarsama Kuramı, Rol Oynama Kuramı, Heyecan Yayılması Olarak Empatidir (Ünal, 1972).

1.2.3.1. Çıkarsama kuramı

Bu kurama göre bir insanı anlayabilmek o kişinin uyguladığı hareketleri yorumlamakla mümkün olabilmektedir. Örneğin, kızdığı zaman sesini yükseltip, kaşlarını çatan birisi, aynı davranışlarda bulunan başka birisini gördüğü zaman o kişinin de kızgın olduğunu düşünmektedir. Çıkarsama kuramı, empati kavramını yansıtma olarak ele almıştır. Bir kişiye ait duygu ve düşünceler başka kişilere atfediliyorsa buna yansıtma denilebilmektedir (Ünal, 1972).

1.2.3.2. Rol oynama kuramı

Bu kuram George H. Mead tarafından geliştirilmiştir. Rol alma kuramı da denilebilmektedir. Kendimizi karşımızdaki kişinin yerine koyarak veya onları taklit ederek bakış açılarını anlayabileceğimizi anlatmaktadır (Ünal, 1972).

Mead'in temsil ettiği bu yaklaşım, gözlenebilen şeylerin, fiziki davranışlar olduğunu öne sürmekte ve bu davranışların nasıl yorumlanabileceğini araştırmaktadır. Rol oynama aynı zamanda empatik davranış göstermeyi de mümkün kılmaktadır. Rol oynama yaklaşımına göre, empatik kabiliyetin gelişmesi çocuğun gelişimiyle ilişkilidir. Çocuk, büyük ölçüde taklit yeteneğine sahiptir ve etrafındaki insanların davranışlarını taklit eder. Yeni doğmuş bir çocuk, henüz bir benlik kavramı oluşmamış olduğundan kendisini başkalarından ayırt edemez. İlk önce annesinin ve çevresindeki insanların davranışlarını taklit eder; daha sonra, kendisini başkalarının yerine koyarak, başkalarının rolünü

oyunarak, taklit ederek kendisini, başkalarının gözüyle değerlendirir. Böylece hem kendisi, hem de diğerleri hakkında bir fikir sahibi olacaktır. Başlangıçta çocuğun rol almaları fizikidir, çocuk olgunlaştığında ise zihni rol oynamalar başlayacaktır. Rol alma davranışları karmaşıklaşmasında, birey genelleştirmeler yaparak, başkalarının kendisi hakkında nasıl bir bakış açısına sahip olduğuna ve kendisine karşı nasıl bir tutum içerisinde olduğuna ilişkin kafasında bir takım kavramlar oluşturur (Ünal, 1972; Alver, 1998; Erçoban, 2003).

1.2.3.3. Heyecan yayılması olarak empati

Bu kuram Harry Stack Sullivan tarafından öne sürülmüştür. Çocuk ve bakımını üstlenen kişi arasında bir bağ bulunmaktadır. Bu bağa da empati denilebilmektedir. Yetişkin bir kişi insanları gözlemleyerek çeşitli varsayımlarda bulunabilir. Örneğin, sesinin yükselmesinden, titremesinden çeşitli çıkarımlarda bulunabilir. Empati çocukluktan itibaren hayatı boyunca sürebilir. Çocuğun 6. ve 27. ayının arasındaki evre empatinin en çok görüldüğü evredir (Alver, 1988).

Bu kuramda kişi karşısındaki kişilerin heyecanını hisseder ve onu kendi içinde yaşarsa empati olmaktadır (Erken, 2009).

1.3. Tükenmişlik

Tükenmişlik kavramı ilk kez 1974 yılında Herbert Freudenberger tarafından “başarısız olma, yıpranma, enerji ve gücün azalması veya tatmin edilemeyen istekler sonucunda bireyin iç kaynaklarında meydana gelen tükenme durumu” şeklinde tanımlanmıştır (Freudenberger, 1974:159). Dünya Sağlık Örgütü’nün 1998 de yayımladığı raporda tükenmişlik, fazla çalışma ile ortaya çıkan aşırı duygusal yorgunluk ve bunun sonucunda iş ve sorumluluklarını yerine getirememe olarak ifade edilmiştir (Metin, 1998). Dolayısıyla da “başarısızlık ve yorgunluk hissi” tükenmişliği doğurmaktadır (Sürgevil, 2014).

Günümüzde en yaygın olarak kullanılan tükenmişlik tanımı, aynı zamanda kendi adıyla da bahsedilen Maslach Tükenmişlik Ölçeğini geliştiren Christina Maslach tarafından yapılmıştır. Maslach’a göre tükenmişlik “işi gereği yoğun duygusal taleplere maruz kalan ve sürekli diğer insanlarla yüz yüze çalışmak durumunda olan kişilerde görülen uzun süreli

yorgunluk, fiziksel bitkinlik, çaresizlik ve umutsuzluk duygularının, yapılan işe, hayata ve diğer insanlara karşı olumsuz tutumlarla yansıması ile oluşan bir psikolojik sendrom” dur. Bu psikolojik sendrom *duygusal tükeme, duyarsızlaştırma ve kişisel başarısızlık* olmak üzere üç öge içermektedir (Maslach, Jackson, 1981:99).

Buna göre *duygusal tükenme*, tükenmişliğin ilk aşamasıdır. Yoğun stresin yaşanması, empatinin azalması ile ortaya çıkmaktadır. Bireyler çalışma şartlarının yoğun olması sebebiyle kendilerini duygusal anlamda yıpranmış hissetmektedirler. Bu durumu yaşayan kişiler psikolojik ve duygusal taleplerin fazla olması sebebi ile verimleri düşerek kendilerini bitkin hissederler. Duygusal anlamda kendilerini tükettiklerinden yeni bir güne başlayacak enerjiyi kendilerinde bulamayabilirler (Örmen, 1993).

Tükenmişliğin bir sonraki aşamasında *duyarsızlaşma* yaşanmaktadır. Kişi sorumlu olduğu yöneticilere karşı soğuk ve katı tavırlar sergileyebilir. Karşısındaki kişilerin isteklerini görmezden gelmeye başlayabilir. Aynı zamanda mesafeli ve alaycı bir tavır içerisine girebilir. Tükenmişliğin üçüncü aşamasında ise *kişisel başarısızlık hissi* belirlemektedir. Bu aşamada bireylerin çalışma motivasyonları düştüğünden iş ortamlarında iletişimsel sorunlar gibi problemler yaşamaya başlarlar. Bu sorunlarla baş edebilmekteyse zorlanırlar. Dolayısıyla da yapılması gereken işleri yapamamak, tükenmiş kişide bunalım duygusuyla birlikte yetersizlik algısına neden olur (Maslach ve Jackson, 1984).

Tükenmişlik belirtilerinin ise daha çok avukat, polis, öğretmen, yönetici gibi insan ilişkilerinin daha fazla yaşandığı ve başkalarına yardım sağlayan meslek çalışanlarında, iş baskısının devamlı olduğu durumlarda ve de hırslı kişilik özelliklerine sahip kişilerde daha fazla görüldüğü ifade edilmektedir. Tüm bunlar da sırasıyla bireylerde duygusal bir bitkinliğe, çalışma ideallerinin zayıflamasına; fiziksel enerji kaybına, bir diğer ifadeyle tükenmişliğe neden olmaktadır (Çan, 2006; Karakuş, 2008; Özgen, 2007;117).

1.3.1. Tükenmişlik nedenleri

Tükenmişliğin nedenlerini tek bir etmene bağlamamak gerekmektedir. Tükenmişliğe yol açan birçok faktör bulunmaktadır (Baltaş, 2004). Bunlar, bireysel ve çevresel olarak iki ana başlık altında açıklanabilir (Baykal, 2006).

1.3.1.1. Bireysel nedenler

Bireysel faktörler arasında, yaş, cinsiyet, sahip olunan çocuk sayısı, medeni hali, kişilik yapısı, meslekte geçirilen çalışma süresi, kişisel motivasyon gibi nedenler sayılabilir (Okutan, 2010). Yaş bakımından bakıldığında genç çalışanlarda daha çok tükenme olduğu görülmektedir. Cinsiyet bakımından ise kadınların aynı zamanda annelik rolünü de üstlenmeleri sebebiyle erkeklere göre tükenmişlik düzeyleri daha fazla görülmektedir.

1.3.1.2. Çevresel nedenler

Bireysel faktörlerin yanında çevresel faktörler de tükenmişlik üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Çevresel faktörler arasında, işten kaynaklanan stres, ücret, iş ortamı şartları, ailevi sorunlar, çalışma saatleri ve molalar ifade edilebilir (Tanrıverdi, 2008).

1.3.2. Tükenmişlik belirtileri

Tükenmişliğin belirtileri, her insanda etkisini farklı şekilde gösterebilmektedir. Bu belirtiler genel olarak üç başlık altında incelenmektedir; *fiziksel, psikolojik ve davranışsal*.

Fiziksel Belirtiler; her birey tarafından kolay fark edilebilmekle birlikte (Metin, Özer, 2007) bu belirtileri gösteren kişilerin çoğu bunların, birer tükenmişlik belirtisi olduğunu fark edemeyebilirler. Bunun yerine kendilerinin hasta ve yorgun olduklarını düşünürler. Tükenen enerjileri ile birlikte bu kişiler, uykusuzluk, baş ağrıları, mide rahatsızlıkları ve solunum güçlükleri gibi fiziksel sorunlar yaşayabilirler. Bu sorunlara ek olarak tükenmiş bir kişide çeşitli cilt rahatsızlıkları, uyuşukluk, kas krampları ve bel ağrısı gibi belirtiler de görülebilir (Çam, 1992).

Psikolojik belirtilerin fiziksel ve davranışsal belirtilere göre gözlemlenmesi ise daha zordur. Kendini güvende hissetmeme, çaresizlik hissetme, huzursuzluk kızgınlık, sabırsızlık, gibi negatif duygularda artış, nezaket, arkadaşlık ve saygı gibi pozitif duygularda azalma, işe gitmemede isteksizlik, iş arkadaşlarına güvenememe gibi birçok konuda şüphecilik ve endişe hissi, alınganlık, özgüven ve özsaygıda azalma, aile içi kavgalar sonucunda aile ve arkadaşlardan uzaklaşma, içe dönüş, teslimiyet, suçluluk duygusu, her şeye ağlama, yapılması gereken şeyleri öteleme, başarısızlık hissi, çevresindeki kişilerle iş konusunda

konuşmaktan kaçınma, sıklıkla işi bırakmayı düşünme en sık görülen psikolojik belirtiler olarak ifade edilebilir (Düzyürek ve Ünlüoğlu, 1992).

Davranışsal belirtiler, tahmin edileceği üzere fiziksel ve psikolojik belirtilere göre daha kolay gözlemlenebilmektedir. Bunlar arasında unutkanlık, yaratıcılık kaybı, tutucu düşünmeye başlama ve değişimlere karşı direnç gösterme, eskisi kadar çevreye uyum sağlayamama, ani öfkelenme, işe gitmede isteksizlik, işe gitmeme, içe kapanma, insanlardan uzaklaşma, çalıştığı kişilere karşı suçlayıcı olma gibi belirtiler sayılabilir (Düzyürek, Ünlüoğlu, 1992; Metin, Özer 2007).

1.3.3. Tükenmişlik ile başa çıkma yolları

Tükenmişlik sadece iş yaşamından ya da sosyal yaşantıdan kaynaklanan bir durum değildir. Bireysel ve örgütsel etmenler bir arada veya ayrı ayrı tükenmişliğe neden olabilmektedir. Dolayısıyla tükenmişlikle başa çıkma yolları da bireysel ve örgütsel olarak iki başlık altında toplanmaktadır (Kaçmaz, 2005).

1.3.3.1. Bireysel olarak tükenmişlik ile başa çıkma yolları

Bireyler tükenmişlik ile başa çıkabilmek için belli yollara başvurmaktadır. Bu yollar arasında bireysel güdüler, kararlı eylemler /alışkanlıklar ve sosyal destek önemli görünmektedir. Tükenmiş bir kişi hepsinden önce bu durumu değiştirmeye güdülenmeli ve bu durumu değiştirmenin önemine yönelik bir farkındalık içinde olmalıdır. Ardından gerekliyse uzman yardımı da alarak (Baltaş ve Baltaş, 1990), yemek yeme, hobiler, düzenli uyku, çalışırken belli aralar verme, kendine vakit ayırma, etkili stres yönetimi gibi aktivitelerini yeniden düzenlemelidir (Ersoy, Yıldırım ve Edirne, 2001).

1.3.3.2. Örgütsel faktörler olarak tükenmişlik ile başa çıkma yolları

Tükenmişlikle baş edebilmede örgütsel iş yaşamı ile etmenlerin başında işyerlerinde belirli zamanlarda değişiklikler yapılabilmesi, örgütsel adaletin sağlanabilmesi, performansa dayalı terfi gibi hizmet içi eğitimlerle bireylerin iş verimlerinin artırılabilmesi gösterilebilir (Izgar, 2001). Bunların yanı sıra bireyler tükenmişliğe karşı bazı önlemler alabilirler. Örneğin, örgüt bünyesinde çalışanların yapacakları görev ile ilgili tanımlarının açık ve net

bir ifade ile açıklanması, hoşgörü çerçevesinde, esnek ve katılımcı bir yönetim anlayışının uygulanır olması, örgüte katılanların işe yönelik yetersizliğini gidermek amacıyla doğru eğitim programlarının uygulanması ve işe kabullerde kişi ile iş uyumuna dikkat edilmesi, görevler verilirken periyodik olarak değişimler yapılması, iş yoğunluğu konusunda doğru yöntemler kullanılarak bu yoğunluğu azaltıcı önlemlerin alınması, oryantasyona önem verilmesi, adil bir sistem ile verilen görev veya örgüt içi ödüllendirmelerin hakkaniyetle gerçekleştirilmesi, sorunları çözümede kalıcı olan mekanizmaların oluşturulması ve sorunlar ortaya çıktığında süregelenmeden çözüm yolu için çaba göstermeye çalışılması (Arı, Bal 2008:142) iş yerinde tükenmişliğin görülmesinde önleyici olabilecektir.

1.4. Tükenmişlik, Empati ve Evlilik Uyumu

Yukarıda yapılan tanımlardan da görüleceği üzere evlilik uyumu, bir evliliğin zorunlu ve gönüllü niteliklerinin bir dengeye ulaşması şeklinde tanımlanabilir. Bir evlilik tümüyle gönüllü veya tümüyle zorunlu bir ilişki haline gelmişse, bu evlilikte uyum bozulmaktadır. Evlilik uyumu bozuldukça ve çatışmalar büyüdükçe bireylerin psikolojik sağlığı da bu durumdan etkilenmektedir (Kışlak, 1999).

Tükenmişlik, bireyleri ve çalışma yaşamını önemli düzeyde tehdit etmektedir. Yoğun iş talepleri, iş üzerinde kontrol sahibi olunamama çalışma yaşamında oldukça yıpratıcıdır. Bu gibi durumlar tükenmişliğe neden olabilmektedir (Akten, 2007). Tükenmişlik etkileri, bireyin iş yaşamı dışında özel yaşamına da etki etmektedir. Özel yaşamdaki huzursuz ortam, aile krizlerine, ciddi evlilik sorunlarına neden olabilmektedir (Dinç, 2008).

Yakın kişilerarası ilişkiler, eşler arasında eşitlik, karşılıklı empati kurma ve işbirliğine dayalıdır. Empati, karşılıklı olarak, diğerini duygu durumuna açık olmaya hazır oluş ve kişilerarası ilişkideki çok yakın olma ile bağlantılıdır (Kışlak ve Çabukça, 2002). Eşler arasında sağlıklı bir iletişimin olması, birbirleri ile ilgilenmesi, ortak sorunlara birlikte çözüm üretebilmeleri, evlilikten alınan uyumu arttırmaktadır (Şendil, 1991).

Gün içerisinde iş yaşamlarına daha fazla zaman ayıran bireyler, eşyle birlikte yapabileceği etkinlikleri gerçekleştiremeyebilir. Birlikte geçirilen saatlerde ise iş yerinde harcanan saatler sonucunda fiziksel ve duygusal olarak yıprana birey, eşi ile etkili bir iletişim

kuramayabilir. Bu durumda arka plana atıldığını hisseden eşin evlilik uyumunda azalma olacağı düşünülmektedir.



İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, katılımcılar, veri toplama araçları, verilerin analizi ve işlem konuları ele alınmıştır.

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada, ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır ve kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınların tükenmişlik düzeyleri ile evlilik uyumu arasındaki ilişkide empatinin aracı rolünün olup olmadığını ortaya koymak amacıyla yapılmıştır.

2.2. Katılımcılar

Bu çalışmanın evrenini Van ilinde kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınlar oluşturmaktadır. Çalışmada kolay örnekleme yöntemi ile Van ilinden 81 (%38.4) kadın özel güvenlik görevlisi, Van Emniyet Müdürlüğünden 98 (%46.4) kadın polis, Jandarma Kolordu Komutanlığından 32 (%15.2) kadın askeri personel olmak üzere toplamda 211 kişiye ulaşılmıştır. Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler Çizelge 2.1. de özetlenmiştir.

Çizelge 2.1. Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler

Değişkenler (N=211)	Sayı	%
Eğitim durumu		
Lise	33	15.6
Ön lisans	55	26.1
Lisans	108	51.2
Lisansüstü	15	7.1
Yaşamın çoğunun geçtiği yer		
Köy	6	2.8
Kasaba	8	3.8
Şehir	166	78.7
Metropol	31	14.7
İş		
Polis	98	46.4
Özel Güvenlik	81	38.4
Jandarma	32	15.2

İşte zorluk yaşayıp yaşamama		
Evet	99	46.9
Hayır	112	53.1
Eşin çalışma durumu		
Evet	164	77.7
Hayır	47	22.3
Gelirden memnuniyet		
Evet	145	68.7
Hayır	65	30.8
Unvan		
Polis memuru	86	40.7
Komiser yardımcısı	11	5.2
Başkomiser	1	0.5
Özel Güvenlik	81	38.4
Jandarma	32	15.2
Eş ile evlenme biçimi		
Severek/flört ederek	174	82.5
İstemeyerek görücü usulüyle	8	3.8
İsteyerek görücü usulüyle	29	13.7

211 katılımcıdan 86'sı (%40.7) polis memuru unvanı ile 81'i (%38.4) özel güvenlik, 32'si (%15.2) jandarma astsubay, 11'i (%5.2) komiser yardımcısı, 1'i (%0.5) başkomiser unvanı ile görev yapmaktadır.

Katılımcıların kurumunda geçirdiği en düşük süre 1 yıl iken, en yüksek süre 20 yıldır. Kurumlarında geçirdiği ortalama çalışma süreleri 5.21 ($S = 3.57$) yıldır. Katılımcıların 99'u (%46.9) işinde zorluk yaşadığını belirtmiş, 112'si (%53.1) işinde zorluk yaşamadığını belirtmiştir.

Katılımcılardan 164'ünün (%77.7) eşi çalışmakta olup, 47'sinin (%22.3) eşi çalışmamaktadır. Katılımcıların haneye giren toplam aylık gelir ortalamaları 8404.33 TL'dir. En düşük aylık gelir 1000 TL iken, en yüksek toplam aylık gelir 17000 TL dir. Haneye giren toplam aylık gelirden 145'i (%68.7) memnun olup, 65'i (%30.8) memnun değildir, 1 katılımcı ise (%0.5) bu soruyu boş bırakmıştır.

Katılımcıların 174'ü (%82.5) eşleri ile severek/flört ederek, 8'i (%3.8) istemeyerek görücü usulüyle, 29'u ise (%13.7) isteyerek görücü usulüyle evlenmiştir. Eşi ile arasında en düşük yaş farkı yok iken, en yüksek 10 olduğu görülmüştür. Yaş farkı ortalama 2.52 ($S = 2.226$)'dir. Katılımcıların evlilik süresinin ortalaması 4.42 ($S = 4.42$) olup en yüksek 22 yıllık evli olduğu, en düşük ise yeni evli oldukları görülmüştür.

Katılımcılardan 33'ü (%15.6) lise mezunu, 55'i (%26.1) ön lisans mezunu, 108'i (%51.2) lisans mezunu, 15'i (%7.1) lisansüstü mezunudur.

Katılımcıların 166'sı (%78.7) yaşamının çoğunu şehirde, 31'i (%14.7) metropolde, 8'i (%3.8) kasabada, 6'sı (%2.8) köyde geçirmiştir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak, Demografik Bilgi Formu (Ek 1), Evlilik Uyum Ölçeği (Ek 2), Maslach Tükenmişlik Ölçeği (Ek 4) ve Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (Ek 5) uygulanmıştır.

2.3.1. Gönüllü onam formu

Araştırmacı tarafından, katılımcılara araştırmanın içeriğine ve amacına ilişkin bilgi vermek amacıyla hazırlanmıştır. Katılımcıların, ölçekleri gönüllülük esasına uygun biçimde uyguladıklarına dair bilgilendirme yapılmıştır.

2.3.2. Demografik bilgi formu

Araştırmacı tarafından gerekli literatür taraması yapıldıktan sonra ve daha önce yapılmış olan benzer çalışmalardaki anketler incelenerek ölçmek istenen bilgiler oluşturulmuştur. Form, araştırmaya katılan bireylerin; eğitim düzeyi, işi, kurumunda geçirdiği çalışma süresi, haneye giren toplam aylık geliri, unvanı, ne kadar süredir evli olduğu, haftalık çalışma süresi, kaç yaşında evlendiği gibi soruların yer aldığı toplamda 32 maddeden oluşmaktadır.

2.3.3. Evlilikte uyum ölçeği (EUÖ)

Evlilikte Uyum Ölçeği, Locke ve Wallace (1959) tarafından eşlerin boş zaman etkinlikleri, aile bütçesini idare etme, eşin akrabaları ile anlaşma, sosyal ve cinsel ilişkiler gibi birçok konuda anlaşma veya anlaşamama derecesini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Bu bağlamda evlilik niteliğini, eşler arasındaki uyumu ölçtüğü düşünülen ölçek faktör analizine tabi tutulmuş, faktör analizi sonucunda, birinci faktör "*Anlaşma*" (ilk 9 madde) ve

ikinci faktör “*Tarz*” olarak, (son 6 madde) iki faktörlü yapı olan 15 maddelik ölçek oluşturulmuştur. Eşler arasındaki anlaşma düzeyi “duyguların ifadesi”, “yaşam felsefesi” gibi konularda anlaşabilme/anlaşamama sıklığı ile değerlendirilmektedir. Bu alt ölçekten alınan yüksek puanlar kişinin evliliğinde, arkadaşlar, aile, ekonomik ve cinsel konular gibi temel konularda eşyle anlaşma derecesinin yüksekliğini göstermektedir. Evli bireylerin ilişkisel tarzları ise eşlerin çatışma çözme biçimleri (örnek madde: “*Ortaya çıkan uyumsuzluklar genellikle sonuçlanır.*”), birbirlerine olan bağlılıkları (örnek madde: “*Hayatınızı yeniden yaşayabilseydiniz, evlenirdiniz.*”) gibi konularla ilişkilidir. Buna göre *Tarz* alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar evlilikteki ilişki tarzının olumluluğunu ifade etmektedir (Tutarel-Kışlak,1999).

Ölçek puanları uyumsuzdan uyumluya doğru artış göstermektedir. Ölçekte her madde, seçenek sayısına göre farklılaşan 0 ile 6 arasında bir puan almaktadır. Buna göre; 1. madde 0-6 puan, 2-9 maddeler 0-5 puan, 10. ve 14. maddeler 0-2 puan, 11. ve 13. maddeler 0-3 puan, 12. madde eşlerden biri için evde oturmak diğeri için dışarıda bir şeyler yapmak seçeneği işaretlenmişse 0 puan, eşlerin her biri için dışarıda bir şeyler yapmak seçeneği işaretlenmişse 1 puan, eşlerin her biri için evde oturmak seçeneği işaretlenmişse 2 puan ve 15. madde 0-2 puan arasında değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan toplam puan 0-60 arasında değişmektedir. Ölçeğin tamamından 43 puanın üzerinde alanlar evlilik ilişkileri açısından uyumlu, altında alanlar ise uyumsuz olarak kabul edilmektedir (Tutarel-Kışlak,1999). Freeston ve Plechaty (1997) ise ölçeğin 10 ve 12. maddelerindeki puanlama sistemini eleştirerek 10. maddeyi 0-0-1 puan olarak, 12. maddeyi ise 0-1-1 olarak puanlanması gerektiğini belirtmişlerdir.

Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Tutarel- Kışlak (1999) tarafından yapılmıştır (İç tutarlılık katsayısı 0.84). Yapmış olduğumuz çalışmada iç tutarlılık katsayısı 0.87 olarak bulunmuştur.

2.3.4. Maslach tükenmişlik ölçeği (MTÖ)

Maslach Tükenmişlik Ölçeği, Maslach ve Jackson (1981) tarafından tükenmişlik düzeyini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek özellikle yardım mesleklerinde ve insanlarla yüz yüze çalışmayı gerektiren meslek alanlarında çalışan bireylerin tükenmişlik düzeylerinin ölçümleri için tasarlanmış olmakla birlikte ülkemizde daha çok eğitim ve sağlık

alanlarında çalışanların tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesinde kullanılmıştır (Ergin, 1992).

Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması (Ergin 1992), doktor, hemşire, öğretmen, avukat, polis ve memur olmak üzere farklı meslek dallarından katılımcılarla yürütülmüş özgün formunda 6 basamaklı olan cevap seçeneklerinin Türk kültürüne uygun olmadığı belirlenerek seçenek sayısı 5'e indirilmiştir. Buna göre, 22 maddeden oluşan ölçek "Hiçbir zaman", "Çok nadir", "Bazen", "Çoğu zaman", "Her zaman" ifadelerinden 5'li Likert formatında hazırlanmıştır.

Ölçek, üç boyutlu bir yapı göstermektedir. *Duygusal tükenme*, *duyarsızlaştırma* ve *kişisel başarı hissi*. Bu boyutlardan *duygusal tükenme*; 9 (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 ve 20. maddeler) *duyarsızlaştırma* 5 (5, 10, 11, 15 ve 22. maddeler) ve *kişisel başarı hissi* 8 (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19 ve 21. maddeler) ifadeyle değerlendirilmektedir. Bu ifadelerden 4, 5, 7, 12, 17, 18, 19 ve 21 ters olarak puanlanmaktadır. Ölçeğin *duygusal tükenme* ve *duyarsızlaştırma* alt ölçeklerindeki yüksek puanlar ile *kişisel başarı hissi* alt boyutundaki düşük puanlar mesleki tükenmişlik düzeyinin arttığına işaret etmektedir (Maslach ve Jackson, 1986).

2.3.5. Kişilerarası tepkisellik indeksi (IRI)

Kişilerarası Tepkisellik İndeksi, duygusal ve bilişsel empatiyi değerlendirmek amacıyla Davis (1980) tarafından geliştirilmiştir. Her biri 5 maddeden oluşan *perspektif alma*, *empatik düşünce*, *fantezi ölçeği* ve *kişisel rahatsızlık* olmak üzere dört alt ölçek ve 28 maddeden oluşmaktadır. *Perspektif alma* (örnek madde: "Arkadaşlarımın bakış açısından olayların nasıl görüldüğünü gözümde canlandırarak onları daha iyi anlamaya gayret ederim.") kişinin kendisini başkasının yerine koyma, onların bakış açısından bakabilme ve başkalarının bakış açısını kabullenebilmeyi işaret etmektedir. *Empatik düşünce* alt ölçeği (örnek madde: "Benden daha talihsiz insanlar için genellikle merhametli, alakalı hisler duyarım.") başkalarının talihsizliklerine karşı duyulan sempati, yakınlık, sıcaklık gibi hisleri belirlemektedir. *Fantezi* alt ölçeği ise (örnek madde: "İlginç bulduğum bir hikâye veya romandaki olaylar eğer benim başıma gelseydi nasıl hissederdim diye düşünürüm.") kişinin oyunlar, romanlar veya filmlerdeki hayali kahraman veya karakterlerin yerine ne derece koyabildiğini ve anlayabildiğini ölçmektedir. *Kişisel rahatsızlık* (örnek madde: "Acil bir

durumda yardıma çok ihtiyacı olan birini gördüğümde, paramparça olurum.”) gergin kişiler arası ilişkilerde kişinin duyduğu anksiyete ve rahatsızlık hislerine atıfta bulunmaktadır. Fantezi ölçeği ve empatik düşünce duygusal empati ile önemli korelasyon göstermektedir. Kişisel rahatsızlık ölçeği ise duygusal empati ile daha düşük korelasyon vermekte ve bilişsel empati ile negatif korelasyon göstermektedir. Empatik düşünce, kendini beğenmişlik ve egoizmle negatif korelasyon göstermekteydi (Davis, 1980, 1983). Şimdiki çalışmada ilgili alanyazın bilgisinden yararlanılarak araştırma değişkenleri ile ilişkili olduğu düşünülen üç alt boyut (empatik ilgi, bakış açısı alma, kişisel sıkıntı) kullanılmıştır. Empatik ilgi alt ölçeğinden (1, 3, 6, 10, 13, 15, 17,) 3, 10 ve 13. maddeler, bakış açısı alma alt ölçeğinden (2, 5, 8, 11, 16, 19, 21) 2 ve 11. maddeler, kişisel sıkıntı alt ölçeğinden (4, 7, 9, 12, 14, 18, 20) 9 ve 14. maddeler ters kodlanmıştır.

Kişilerarası tepkisellik indeksi 5 dereceli Likert tipi bir ölçektir (1= Beni iyi bir şekilde tanımlamıyor, 5=Beni çok iyi tanımlıyor). Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Engeler (2005) tarafından yapılmıştır. Alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları 0.71 ile 0.77 aralığındadır (Davis, 1980). Yapmış olduğumuz çalışmada iç tutarlılık katsayıları 0.57 ile 0.66 aralığındadır.

2.4. Verilerin Analizi

Çalışmada ilk olarak araştırmanın temel denencelerinde yer almamakla birlikte verilerin betimlenmesi amacıyla tanımlayıcı istatistikler (ortalama, standart sapma, ölçeklerin güvenilirlik analizi gibi) yürütülmüştür. Ardından çalışmada yer alan değişkenler arasındaki ilişkileri ortaya çıkarmak amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Daha sonra bağımsız ve bağımlı değişken arasındaki ilişkiler aracı analizle incelenmiştir.

2.5. İşlem

Demografik Bilgi Formu, Evlilik Uyum Ölçeği, Maslach Tükenmişlik Ölçeği, Kişilerarası Tepkisellik İndeksi katılımcılara araştırmacı tarafından yüz yüze uygulanmıştır. Uygulamalar Van Emniyet Müdürlüğü, Van Jandarma Kolordu Komutanlığında görev yapan evli kadınların çalıştığı birimlere gidildikten ve gerekli izinler alındıktan sonra yapılmıştır. Özel Güvenlik birimlerinde çalışan katılımcılara ise araştırmacının yakın çevresi aracılığı ile ulaşılmıştır.

Çalışmanın yapılabilmesi için Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Birimler Etik Kurul Başkanlığından gerekli onay alınmıştır. Uygulamaya geçilmeden önce katılımcılara araştırmanın amacı hakkında gerekli ön bilgilendirmede bulunulmuş; araştırmaya katılmayı kabul eden katılımcılarla çalışma yürütülmüştür. Ölçekler ortalama olarak 25 ile 35 dakika zaman aralığında uygulanmıştır.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3. BULGULAR

Şimdiki çalışma kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınların tükenmişlik düzeyleri ile evlilik uyumu arasındaki ilişkide empatinin aracı rolünü incelemeyi amaçlamaktadır. Empatinin (empatik ilgi, bakış açısı alma ve kişisel rahatsızlık) aracı rolü sınıanırken Baron ve Kenny (1986)'nin ölçütleri temel alınmıştır. Bu ölçütler şöyle sıralanabilir: 1- Tükenmişlik (bağımsız değişken) empatik ilgi, bakış açısı alma ve kişisel sıkıntı (aracı değişkenler) üzerinde etkilidir. 2- Empatik ilgi, bakış açısı alma ve kişisel sıkıntı (aracı değişkenler) evlilik uyumu (bağımlı değişken) üzerinde etkilidir. 3- Tükenmişlik (bağımsız değişken) evlilik uyumu (bağımlı değişken) üzerinde etkilidir. Buna göre ilk olarak çalışmada yer alan değişkenler arasındaki ilişkiler ortaya çıkarmak amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Daha sonra bağımsız ve bağımlı değişken arasındaki ilişkiler aracı analizle incelenmiştir. İzleyen kısımda analiz sonuçlarına yer verilmiştir.

3.1. Betimleyici Analizler

Çalışmada yer alan demografik ve temel değişkenlere ilişkin betimleyici analizler Çizelge 3.1'de verilmiştir.

Çizelge 3.1. Çalışmanın temel değişkenlerine ait ortalama, standart sapma, en düşük ve en yüksek değerler ile cronbach alfa katsayıları

Değişkenler (N= 211)	Ortalama	S	En Düşük Değerler	En Yüksek Değerler	Crobach Alfa
Çalışma Süresi	5.21	3.57	1	20	-
Gelir	8404.33	3979.36	1000	17000	-
Eşler Arası Yaş Farkı	2.52	3.66	0	10	-
Evlilik Süresi	4.42	3.66	0	22	-
MTÖ	6.99	13.68	-24	37	.85
DT	24.14	8.78	9	45	.91
D	11.34	4.58	5	25	.80
KBH	28.9	4.91	13	40	.69
EUÖ	43.88	8.7	3	59	.87
Eİ	26.89	4.28	19	35	.59
BAA	25.11	4.6	10	35	.66
KS	18.63	4.7	7	33	.57

Not: MTÖ= Maslach Tükenmişlik Ölçeği, DT= Duygusal Tükenme, D= Duyarsızlaşma, KBH= Kişisel Başarı Hissi, EUÖ= Evlilik Uyum Ölçeği, Eİ= Empatik İlgi, BAA= Bakış Açısı Alma, KS= Kişisel Sıkıntı

Çizelge 3.1.'de görülebileceği gibi, çalışma süresinin ($Ort = 5.21, S = 3.57$), gelirin ($Ort = 8404.33, S = 3979.36$), evlilik süresinin ($Ort = 4.42, S = 3.66$) puan ortalamalarının orta düzeye yakın olduğu görülmektedir. Eşler arası yaş farkı ($Ort = 2.52, S = 3.66$) puan ortalamasının ise düşük olduğu söylenebilir.

Ölçek puanlarının ortalamaları incelendiğinde ise DT ($Ort = 24.14, S = 8.78$), D ($Ort = 11.34, S = 4.58$), KBH ($Ort = 28.9, S = 4.91$), EUÖ ($Ort = 43.88, S = 8.7$), Eİ ($Ort = 26.89, S = 4.28$), BAA ($Ort = 25.11, S = 4.6$) ve KS ($Ort = 18.63, S = 4.7$) puan ortalamalarının orta düzeye yakın olduğu görülmektedir. MTÖ ($Ort = 6.99, S = 13.68$) puan ortalamasının ise düşük olduğu söylenebilir. Cronbach Alfa güvenirlik katsayılarının .57 ile .91 aralığında olduğu gözlenmektedir.

3.2. Demografik Değişkenler İle Ölçek Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarına İlişkin Korelasyonlar

Çalışmada yer alan demografik değişkenler, maslach tükenmişlik ölçeği, kişilerarası tepkisellik indeksi ve evlilik uyum ölçeklerinden alınan puanlar arasındaki korelasyonlar Çizelge 3.2.'de verilmiştir.

Çizelge 3.2. Demografik değişkenler, maslach tükenmişlik ölçeği, kişilerarası tepkisellik indeksi ve evlilik uyum ölçeklerinden alınan puanlar arasındaki korelasyonlar

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1 Çalışma Süresi	-	.09	.16*	.27**	.01	.08	-.04	.06	.00	-.01	.05	-.03
2 Gelir	-	-	-.15*	-.02	.27**	.21**	.23**	-.14*	-.00	-.05	.17*	.17*
3 Eşler Arası Yaş Farkı	-	-	-	.26**	-.10	-.06	-.15*	.03	-.01	-.12	-.14*	.06
4 Evlilik Süresi	-	-	-	-	-.20**	-.16*	-.20**	.09	.11	-.00	-.00	.02
5 MTÖ Toplam Puan	-	-	-	-	-	.89**	.82**	-.41**	-.30**	-.28**	.42**	-.18**
6 Duygusal Tükenme	-	-	-	-	-	-	.70**	-.04	-.17*	-.12	.35**	-.13*
7 Duyarsızlaşma	-	-	-	-	-	-	-	-.08	-.31**	-.24**	.44**	-.15*
8 Kişisel Başarı Hissi	-	-	-	-	-	-	-	-	.24**	.35**	-.14*	.11
9 Empatik İlgî	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.50**	-.04	.06
10 Bakış Açısı Alma	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-.10	.23**
11 Kişisel Sıkıntı	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-.25**
12 Evlilik Uyum Ölçeği	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, MTÖ= Maslach Tükenmişlik Ölçeği

Tükenmişlik ve empati bağımsız değişkenleri ile demografik veriler arasındaki ilişkiler değerlendirildiğinde beklendiği yönde anlamlı ilişkiler olduğu gözlenmektedir. Buna göre, tükenmişliğin gelir düzeyi ile pozitif yönlü ($p < .001$); evlilik süresiyle ise negatif yönlü ($p < .01$) bir ilişki sergilediği görülmektedir. Maslach Tükenmişlik alt ölçeği duygusal tükenme ile gelir düzeyi ($p < .01$) pozitif yönlü bir ilişki sergilediği, evlilik süresi ile ($p < .01$) negatif yönlü bir ilişki sergilediği görülmektedir. Duyarsızlaşma alt ölçeği gelir düzeyi ($p < .01$) ile pozitif yönlü; eşler arası yaş farkı ($p < .05$) ve evlilik süresi ($p < .01$) ile negatif yönlü bir ilişki sergilemektedir. Kişisel başarı hissi alt ölçeği ise gelir düzeyi ($p < .05$) ile negatif yönlü bir ilişki sergilemektedir. Evlilik uyumu ve gelir arasındaki ilişkiye bakıldığında ise ($p < .05$) pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tükenmişlik ve empati arasındaki ilişkiler incelendiğinde ise empati ölçeğinin her üç alt boyutunun bireylerin toplam puan tükenmişlik düzeyleriyle ilişkili olduğu görülmektedir. Tablo 1.2.'de görülebileceği gibi tükenmişlik empatik ilgi ($p < .01$) ve bakış açısı alma alt ölçekleri ile olumlu ($p < .01$); kişisel sıkıntı alt ölçeği ile olumsuz bir ilişkiye sahiptir.

Benzer örüntüler Maslach Tükenmişlik Ölçeği'nin alt boyutları için de gözlenmektedir. Buna göre, duygusal tükenmişlik alt boyutundan alınan puanların empatik ilgi alt ölçeğinden alınan puanlarla ($p < .05$) olumsuz; buna karşılık kişisel sıkıntı alt ölçeğinden alınan puanlarla ($p < .01$) olumlu bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir. Duyarsızlaşma alt boyutundan alınan puanlar empatik ilgi alt ölçeğinden alınan puanlarla ($p < .01$) olumsuz; buna karşılık kişisel sıkıntı alt ölçeğinden alınan puanlarla ($p < .01$) olumlu bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir. Kişisel başarı hissi alt boyutundan alınan puanların empatik ilgi alt ölçeğinden alınan puanlarla ($p < .01$) olumlu; buna karşılık kişisel sıkıntı alt ölçeğinden alınan puanlarla ($p < .05$) olumsuz bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir.

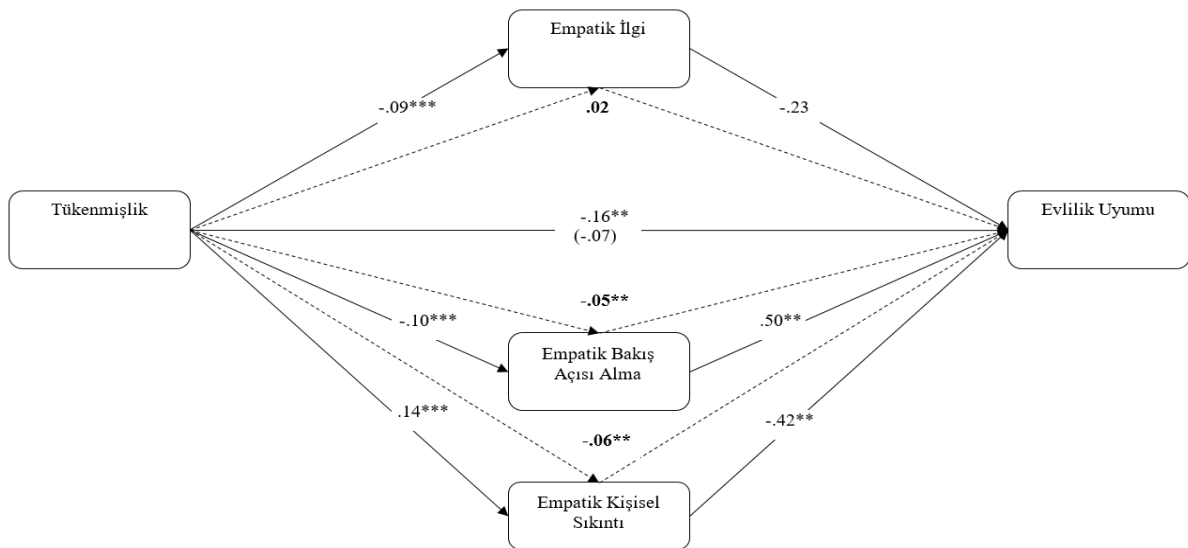
Toplam tükenmişlik puanı ve evlilik uyumu arasında ($p < .01$) negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Tükenmişliğin alt boyutları duygusal tükenme ($p < .05$) ve duyarsızlaşma arasında da ($p < .05$) negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir.

Empati ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiye bakıldığında Kişilerarası Tepkisellik İndeksi alt ölçeği bakış açısı alma ($p < .01$) ve kişisel sıkıntı alt ölçeğinden alınan puanlarla ($p < .01$) olumsuz bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir. Alt ölçek kişisel sıkıntı ile gelir

arasında ($p < .05$) pozitif yönlü; eşler arası yaş farkı ($p < .05$) ile negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir.

3.2.1. Tükenmişlik ve evlilik uyumu arasındaki ilişkide empatik ilgi, empatik bakış açısı alma ve empatik kişisel sıkıntının aracı rolünün sınanmasına ilişkin bulgular

Araştırmanın temel denencesini sınamak amacıyla, kolluk kuvvetlerinde çalışan kadınların tükenmişlik düzeyleri ile evlilik uyumları arasındaki ilişkide empatinin (empatik ilgi, empatik bakış açısı alma ve empatik kişisel sıkıntı) aracı rolünü sınamak amacıyla Hayes (2013) tarafından SPSS için geliştirilen makro (PROCESS) kullanılmıştır. Bu makroda, şimdiki çalışmanın amacına uygun olarak 4. Model seçilmiştir. Söz konusu modele göre, tükenmişlik düzeyi bağımsız; evlilik uyumu ise bağımlı değişken olarak alınmıştır. Empatik ilgi, bakış açısı alma ve kişisel sıkıntı ise bağımsız ve bağımlı değişkenler arasındaki ilişkide aracı rol üstlenen değişkenler olarak belirlenmiştir. Aracılık etkisi, bootstrap yöntemi (5000 kez yeniden örnekleme seçilerek) ile incelenmiştir. Bu yöntemle göre, her bir değişkenin aracılık etkisi, bootstrap güven aralığı alt ve üst sınırlarının sıfır değer içermemesi ölçütü ile hesaplanmıştır (Preacher ve Hayes, 2008). Aracılık analizi yürütülürken gelir, yaş farkı ve evlilik süresi değişkenleri kontrol altına alınmıştır. Analiz sonuçları Şekil 3.1.'de özetlenmiştir.



Şekil 3.1. Tükenmişlik ve evlilik uyumu arasındaki ilişkide empatik ilgi, bakış açısı alma ve kişisel sıkıntının aracılık etkisi

Standardize edilmemiş regresyon katsayılarına yer verilmiştir. $** p < .01$; $*** p < .001$

Sonuçlar incelendiğinde, çalışmanın denenceleriyle (Denence 1) tutarlı olarak katılımcıların tükenmişlik düzeylerinin evlilik uyumu üzerinde doğrudan anlamlı bir etkisinin olduğu saptanmıştır ($B = -.16, SE = .05, p < .001, \%95 \text{ CI } [-.25, -.10]$). Bu etkiye göre, tükenmişlik düzeyinin artması evlilik uyumunu olumsuz yönde etkilemektedir. Tükenmişlik, aynı zamanda empatik ilgi ($B = -.09, SE = .02, p < .001, \%95 \text{ CI } [-.14, -.05]$); empatik bakış açısı alma ($B = -.10, SE = .02, p < .001, \%95 \text{ CI } [-.14, -.05]$) ve empatik kişisel sıkıntı ($B = .14, SE = .02, p < .001, \%95 \text{ CI } [-.14, -.05]$) ile anlamlı bir ilişki sergilemektedir (Denence 2). Bu ilişkiler incelendiğinde, tükenmişlik düzeyinin artması ile katılımcıların empatik ilgi ve bakış açısı alma düzeylerinin azaldığı görülmektedir. Bir diğer ifadeyle, tükenmişlik bireylerin empatik ilgi gösterebilme ve diğerinin bakış açısından bakabilmeyi olumsuz yönde etkilemektedir. Buna karşılık, empatik kişisel sıkıntı tükenmişlik hissi ile birlikte artmaktadır.

Empatik kişisel sıkıntı ve bakış açısı alma ise beklentileri karşılar şekilde (Denence 3b, 3c), evlilik uyumuyla ilişkilidir. Bu ilişkide, empatik kişisel sıkıntının olumsuz olarak ($B = -.42, SE = .13, p < .01, \%95 \text{ CI } [-.68, -.15]$), empatik bakış açısı almanın ise olumlu biçimde evlilik uyumunu etkilediği görülmektedir ($B = .50, SE = .15, p < .01, \%95 \text{ CI } [.21, .80]$). Benzer örüntü, Şekil 3.1'den de izlenebileceği gibi empatik ilgi aracı değişkeni ile evlilik uyumu arasında gözlenmemiştir ($B = -.23, SE = .16, p = .14, \%95 \text{ CI } [-.54, .10]$) (Denence 3a).

Analiz sonuçları aynı zamanda, araştırmanın temel denencesinin doğrulandığına işaret etmektedir (Denence 4b, 4c). Buna göre, tükenmişlik ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiye empatik bakış açısı alma ve kişisel sıkıntı aracılık etmektedir. Bir diğer değişle, tükenmişliğin evlilik uyumu üzerinde empatik bakış açısı alma ve kişisel sıkıntının aracılık ettiği dolaylı bir etki söz konusudur. Dolaylı etkiler incelendiğinde, tükenmişliğin empatik bakış açısı alma ($B = -.05, SE = .02, p < .001, \%95 \text{ CI } [-.10, -.02]$) ve empatik kişisel sıkıntı aracılığıyla evlilik uyumunu olumsuz yönde etkilediği görülmektedir ($B = -.06, SE = .02, p < .001, \%95 \text{ CI } [-.12, -.02]$). Her iki aracı değişkenin ise bağımlı değişken üzerinde tam etkiye sahip olduğu gözlenmektedir (bkz. Şekil 1: $B = -.16, p < .01$; $B = -.10, p = .20$). Tükenmişlik ve empatik ilgi arasında doğrudan bir ilişki belirlenmiş olsa da empatik ilginin, tükenmişlik ve evlilik uyumu arasındaki doğrudan bağlantıya aracılık etmediği elde edilen bir diğer bulgudur (bkz. Şekil 3.1).

Sonuç olarak, artan tükenmişlik evli kadın bireylerin empatik bakış açısı alma tepkisini olumsuz yönde etkilemekte; bu da sırasıyla evlilikteki uyum düzeylerini düşürmektedir. Buna karşılık, tükenmişlik düzeyinin yükselmesi empatik kişisel sıkıntı tepkisinin artmasına, böylelikle evlilikteki uyumun azalmasına neden olmaktadır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

4. TARTIŞMA

Bu çalışmada giriş bölümünde de belirtildiği gibi kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınların tükenmişlik düzeyleri ile evlilik uyumu arasındaki ilişkide empatinin aracı rolünü incelemek amaçlanmaktadır. Bu amaçla korelasyon ve aracı analizler yürütülmüştür. İzleyen bölümde analiz sonuçları ilgili yazın temelinde tartışılmıştır.

4.1. Demografik Değişkenler İle Ölçek Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarına İlişkin Korelasyon Analizi Sonuçlarının Tartışılması

Bulgular incelendiğinde, demografik değişkenlerden sadece haneye giren toplam gelir düzeyinin evlilik uyumu ile anlamlı bir ilişkisi bulunmuştur. Gelir düzeyi ile evlilik uyumu arasında pozitif yönlü ilişki olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalar gözden geçirildiğinde gelir düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin kimi durumlarda olumlu kimi durumlarda ise olumsuz bir ilişki gösterdiği saptanmıştır. Örneğin, Uzel (2015) yapmış olduğu çalışmada gelir arttıkça evlilik uyumunun da arttığını rapor etmiştir. Polat (2006)'ın yapmış olduğu çalışmada ise gelirin evlilik doyumunu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etkilemediği görülmektedir.

Evlilik uyumu ile çalışma süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bir diğer ifadeyle, evlilik uyumu meslekte geçirilen süreye göre farklılaşmamaktadır. Bu sonuç, meslekte geçirilen sürenin uzun veya kısa olmasından daha çok “nasıl” geçirildiği ile ilişkili olabilir.

Evlilik uyumu ile eşler arasındaki yaş farkı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu bulgu, Çağ (2011)'ın araştırma bulgularıyla tutarlılık göstermektedir. Evlilikte uyumun sağlanmasında çiftlerin yaş farkını göz ardı ettikleri; aynı duyguları, düşünceleri, yaşam tarzını benimseyerek anlaşabilmelerinin uyum için daha önemli olduğu söylenebilir. Benzer şekilde, evlilik uyumu ile evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu sonuç, diğer bazı araştırma bulgularıyla tutarlılık göstermektedir (Anar, 2011; Çağ, 2011; Çınar

2008). Sonuçlar, evli kalınan sürenin çiftler arasındaki uyumu belirleyemeyeceğine işaret etmektedir. Bu durum bazı çiftlerin uyumu evliliğin ilk yıllarında yakalayabilmeleri, bazılarının ise yıllar geçtikten sonra daha uyumlu olabilmeleri ile ilişkili olabilir. Bu ise evliliğe alışmak, ocuk sahibi olmak, emeklilik gibi uyumu etkileyebilecek birçok etmenle açıklanabilir.

Sonuçlar aynı zamanda tükenmişlik leğinden alınan toplam puan ile evlilik süresi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğuna işaret etmektedir. Tükenmişlik ve geçirilen evlilik süresi arasındaki ilişkiye bakıldığı zaman evlilikte yıllar ilerledikçe tükenmişlik düzeyinin azaldığı anlaşılmaktadır. Evliliğin ilk yıllarının çiftler için tehlikeli olduğu düşünülmektedir. Aynı evi paylaşmaktan kaynaklanan sorunlar tükenmişliğe neden olabilmektedir. Ancak zamanla çiftlerin birbirlerine alışabileceği ve problemlerini sağlıklı bir Şekilde çözebileceği sonucuna ulaşılabilir. Böylelikle iftler arasında uyum sağlanarak tükenmişlik düzeylerinin azalacağı düşünülmektedir (Bozkurt, 2014).

Çalışmanın temel değişkenleri arasındaki ilişkiler incelediğinde tükenmişlik ve duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt ölçeklerinden beklentilerle tutarlı olarak (Denence 1) evlilik uyumu ile negatif yönlü bir ilişki göstermektedir. Bir diğer anlatımla, tükenmişlik evlilikteki uyumu azaltmaktadır. Bozkurt (2014)'un yapmış olduğu çalışma bu bulguları desteklemektedir. Buna göre duygusal tükenme ile evlilik doyumunu arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. elik (2006) ise yapmış olduğu çalışmada duygusal tükenme, duyarsızlaşma ile evlilik doyum düzeyleri arasında negatif bir ilişki bulmuştur. Torun (1995), tükenmişlikle aile yapısı ve sosyal destek ilişkilerini öğretmenler, satış elemanları, laborantlar ve trafik polisleri üzerinde incelediği çalışmasında, duygusal tükenmişlik, canlılık ve katılımın tüm aile yapısı boyutları ile başkalarına ilginin de ahenkli aile bağları ile ilişkili olduğunu saptamış, duygusal tükenmişlik ve katılım arttıka da ailedeki olumlu ynlerin azaldığını belirlemiştir. Ödemiş'in (2008) ilköğretim ğretmenlerinin iş tatminleri ile evlilik uyumları arasındaki ilişkiyi tespit etmeye çalıştığı araştırmasında öğretmenlerin iş tatminleri ile evlilik uyumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu anlaşılmıştır. Bireylerin iş tatminleri arttıka kişisel başarı hisleri de artarak evlilik uyumları olumlu yönde etkilenmektedir.

Bu sonuçlardan da duygusal tükenme ve duyarsızlaşma yaşayan bireylerin evliliklerinde tatmin edici davranışlarda bulunmadığı ve uyumun böylelikle sağlanamadığı ileri sürülebilir.

Tükenmişlik alt ölçeği kişisel başarı hissi ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. Bu sonuç beklentileri karşılamamıştır (Denence 1). Bir başka anlatımla kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınların ev ve iş yaşantılarındaki kişisel başarı hissini birbirlerini etkilemediği görülmektedir. Bu bulgu kadın kolluk kuvvetleri çalışanlarının çalışma yaşamıyla kişisel başarı duygularının beklendiği kadar onlar açısından önemli olmadığı ile ilişkili olabilir.

Sonuçlar aynı zamanda tükenmişliğin empatik ilgi, empatik bakış açısı alma ile negatif yönde; empatik kişisel sıkıntıyla olumlu bir ilişkiye sahip olduğunu göstermektedir (Denence 2). Köksal (2009) yapmış olduğu çalışmada empatik eğilim puanları arttıkça duygusal tükenme ve duyarsızlaşma puanlarının azaldığı, kişisel başarı puanlarının arttığı sonucuna ulaşmıştır. Omdahl ve O'Donnell (1999) çalışmalarında empati ve duyarsızlaşma arasında negatif yönlü bir ilişki belirlemişlerdir. Günlük yaşamda çiftlerin empatik ilgi ve empatik bakış açısına sahip olmaları aralarındaki iletişimi kolaylaştırmaktadır. (Thomas, 2007). Bu şekilde olan çiftler birbirleri ile daha az çatışma yaşayarak tükenmişlik düzeylerini azaltmaktadırlar. Empatik kişisel sıkıntı ise tükenmişlik düzeyi ile pozitif bir ilişkiye sahiptir. Empatik kişisel sıkıntı yaşayan kadınlar da daha fazla tükenmişlik görülmektedir. Bu sonuç hatırlanacağı gibi şimdiki çalışma kadın kolluk kuvvetleri çalışanları ile yürütülmüştür. Kadınların duygusal empatiye işaret eden kişisel sıkıntıyı daha fazla sergiledikleri bu nedenle de kaygı, sıkıntı düzeyleri artarak tükenmişlik puanlarının artmasına neden olmuş olabilir. (Alan, Arslan, Altınışık, 2018)).

Empatik bakış açısı almanın evlilik uyumuyla olumlu yönde; empatik kişisel sıkıntı ile negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Denence 3b, 3c). Ancak beklentilerden farklı olarak empatik ilgi ve evlilik uyumu arasında bir ilişki bulunamamıştır (Denence 3a). Yapılan çalışmalar bulgularımızı destekler niteliktedir. Örneğin, Franzoi ve arkadaşları (1985) eşlerle çalışmış ve olaylara eşin bakış açısıyla bakmanın evlilik uyumunda önemli bir etken olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde Long ve Andrew (1990) de empatinin evlilik uyumunu anlamlı yordadığını belirtmiştir. Bulgular incelendiğinde empatik kişisel sıkıntının

evlilik uyumu ile negatif yönde bir ilişkisi hatırlanabilir. Kolluk kuvvetlerinde çalışan kadınlar evliliklerinde yaşamlarındaki önemli şeyleri kontrol edemeyerek kişisel sıkıntılarıyla baş edemez duruma gelebilirler (Kop, Euwena, Schaufeli, 1999). Bu sonuç kadın örnekleminde oluşması ile ilgili olabilir. (Arslan, 2016). Böylelikle çiftlerin sıkıntıları arttıkça evlilik uyumlarına bu durum olumsuz bir şekilde yansımaktadır. Empatik ilgi ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişkiye ulaşılamamıştır. Hacı (2011) yapmış olduğu çalışmada empatik eğilimin evlilik uyumunun anlamlı yordayıcısı olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Kolluk kuvvetlerinde çalışan kadınların evliliğinde empatik ilginin ise herhangi bir ilişkisi oluşturmadığı görülmektedir.

4.2. Tükenmişlik ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkide Empatinin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması

Aracı analiz bulguları gözden geçirildiğinde beklentileri karşılar nitelikte (Denence 1) tükenmişlik ve evlilik uyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Diğer bir deyişle mesleki tükenmişlik evli çiftler arasındaki uyumu olumsuz yönde etkilemektedir.

Alanyazın incelendiğinde bu bulguların desteklendiği görülebilmektedir. Örneğin, Çapri'nin (2008) sosyodemografik özellikler, mesleki tükenmişlik, evlilik uyumu, eş desteği, evlilik ve ilişki ile ilgili değişkenlerin evli bireylerin eş tükenmişliğini yordamadaki katkılarını incelediği araştırmasından elde edilen sonuçlarda eş tükenmişliği üzerinde en temel etkiye sahip olan değişkenlerin, evlilik uyumu ve mesleki tükenmişlik olduğu göze çarpmaktadır. Benzer olarak, Çelik (2006), okul yöneticilerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile evlilik doyumu düzeyleri arasındaki ilişkiyi çeşitli değişkenler arasından incelediği araştırmanın sonucunda okul yöneticilerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile evlilik doyumu düzeyleri arasında negatif yönde bir ilişki olduğuna ulaşmıştır. Sonuç olarak yaşamının çoğu kısmını iş yerinde geçiren kolluk kuvvetlerinin iş ve evlilik yaşamlarının birbirini önemli ölçüde etkilediği düşünülmektedir. Yaşanılan bu yoğun iş temposunun tükenmişliği artırdığı; artan tükenmişlik ile birlikte iş ve evlilik arasında denge kurulamamasına neden olmaktadır. Tükenmişliğin artması ile birlikte evlilik yaşamı bu durumdan olumsuz etkilenebilmektedir.

Hatırlanacağı gibi, şimdiki çalışmada tükenmişlikle evlilik uyumu arasındaki bağlantıların empatik eğilimlerle açıklanabileceği ileri sürülmektedir. Analiz sonuçlarına bakıldığında empatik anlayış sayesinde insanlar birbirlerine yaklaşarak iletişimlerini kolaylaştırabilmektedir. Empati yapabilen çiftler daha az çatışma yaşayarak, birbirlerini anlayabilirler. Empatik bakış açısına sahip olan çiftlerden birinin diğerinin duygu ve düşüncelerini doğru bir şekilde anlaması ile evlilikte uyum yakalanmaktadır.

Analiz sonuçlarına bakıldığında, tükenmişlik düzeyinin artması ile kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınların empatik ilgi ve empatik bakış açısı alma düzeylerinin azaldığı görülmektedir. Empatik kişisel sıkıntının ise arttığı görülmektedir. Köksal (2009) hemşireler ile yapmış olduğu çalışmada tükenmişliğin bireylerin empatik tepkilerinin zayıflamasıyla ilişkili olabileceğini düşünmüştür. Empatik ilgi, insanların başkalarına karşı ilgi, şefkat ve sevgi göstermesine yönelik duygusal bir tepkidir. Empatik bakış açısı alma ise kişinin kendini başkasının yerine koyma, onların bakış açısından bakabilme ve başkalarının bakış açısını kabullenebilmeyi işaret eder. Empatik kişisel sıkıntı ise bireylerin yaşadığı sıkıntı ve rahatsızlık anlamına gelmektedir (Davis, 1983). Kolluk kuvvetlerinde çalışan kadınlara kısa zaman içinde sürekli ve yoğun olarak yapılması gereken işlerin gelmesi, kurumlarında kendilerine aşırı iş yüklenilmiş olması tükenmişlik düzeylerini artırabilir. Artan bu tükenmişlik duygusu ile birlikte karmaşa, yetersizlik, bencillik, nefret gibi duygularda artış olabilmektedir (Potter, 1995). Böylelikle eşlerin ve çevrelerindeki kişilere karşı empatik ilgi ve empatik bakış açısına sahip olunamamaktadır. Bu bilgiler ışığında günümüzde kolluk kuvvetlerinde görev yapan emniyet, jandarma ve özel güvenlik personelinin yüklendiği görev ve sorumluluklar, onların mesleki donanımlarının ve sahip oldukları çalışma koşullarının kaldırabileceğinin çok üstüne çıkarak sıkıntıların artmasına sebebiyet verebilmektedir. Bu durum aynı zamanda kadın olmanın da verdiği zorlukla kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınlarda tükenmişlik nedeni olabileceği düşünülebilir. Bunlara il dışı görevlendirmeler de eklenince yaşanan kişisel sıkıntılar ile birlikte ruhsal yönden tükenme noktasına gelinebilir.

Bulgular aynı zamanda çalışmanın temel denencesini destekler biçimde empatik bakış açısı alma ile empatik kişisel sıkıntının evlilik uyumu üzerinde önemli bir rolü olduğunu göstermektedir. Bu rolde empatik bakış açısı ile bakabilmenin evlilik uyumunu olumlu yönde etkilediği buna karşılık empatik kişisel sıkıntının olumsuz bir etkisi olduğu

görülebilmektedir. Ev ve iş arasındaki kişisel sıkıntılara sahip olan kadınların eşlerinin bu duruma seyirci kalabilmeleri evlilik uyumlarını olumsuz etkilemeye başlayabilir. Papp ve arkadaşlarına göre çiftler arasındaki evlilik ilişkilerinde etkili olan empati, çiftlerden birinin diğerinin duygularını ve düşüncelerini doğru bir şekilde anlama becerisidir. Empati, evliliklerde yaşanan çatışmalar sırasında, belirli bir duygu hakkında eşlerin bireysel değerlendirmelerindeki benzerliği göstermektedir. Eşler çatışma sırasında da birbirlerinin duygularını anlayarak empatik bakış açısına sahip olabilirler. Hacı (2011) yapmış olduğu çalışmada empatik eğilim ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Korelasyon analizlerine göre empatik bakış açısı alma ile evlilik uyumu arasında olumlu yönde; empatik kişisel sıkıntı ile negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Empatik ilgi ve evlilik uyumu arasında bir ilişki bulunamamıştır. Bu kısmen çalışma grubumuzun örneklemeyle açıklanabilir. Empatik anlayış sayesinde eşler aralarında iletişim kurarken empatik bir bakış açısı geliştirmeye çaba gösterirler. Sonuç olarak empatik bakış açısıyla bakabilmenin de evlilikteki bu uyumu olumlu etkilediği söylenebilir. Empatik kişisel sıkıntı bireylerin hissettiği rahatsızlık ve sıkıntı hissidir (Engeler, 2005). Bu hissedilen rahatsızlık ve sıkıntılar da evlilikteki uyumu olumsuz yönde etkilemektedir. Bulgular aynı zamanda ilgili alanyazın çalışmalarla da desteklendiği görülebilir. Örneğin Tutarel- Kışlak ve Çabukça (2002) yapmış oldukları çalışmada empatinin evlilik uyumunu anlamlı yordayan değişken olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Simpson ve arkadaşlarının göre (1995), empatik anlayış ve ilişkinin niteliğinin aralarında olumlu bağlantının olduğunu söylemektedir.

Araştırma sonucuna göre tükenmişlik ve empatik eğilimlerin evlilik uyumu üzerinde etkili olduğu bulunmuştur. Bu bulgularda ise empatik bakış açısı alma ve empatik kişisel sıkıntının tükenmişlik ve evlilik uyumu arasında aracı bir rol üstlendiği görülmektedir. Bir başka ifade ile tükenmişlik ve evlilik uyumu arasındaki bağlantı empatik bakış açısı alma ve empatik kişisel sıkıntı aracılığı ile olumlu ya da olumsuz yönde olabilmektedir. Buna göre tükenmişlik düzeyinin artması evli kadınların empatik bakış açısı alma tepkilerini zayıflatarak uyumu olumlu olarak etkilerken; empatik kişisel sıkıntı tam tersi olarak olumsuz yönde etkilemektedir. Bu ilişkilerde ise empatik ilgi beklenen anlamlılık düzeyinde değildir. Örneklem grubunun sadece kadınlardan oluşması ile bu durum açıklanabilir. Kolluk kuvvetleri çalışanları tükenmişlik düzeyleri ile mücadele edebilmek ve evliliklerindeki uyumu yakalayabilmek için empatiyi aracı rol olarak kullanabilirler.

BEŞİNCİ BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

SONUÇ

Bu çalışmada, kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınların tükenmişlik düzeyleri ile evlilik uyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu ilişkide empatinin aracı rolüne bakılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, tükenmişlik ve evlilik uyumu arasındaki olumsuz ilişkide empatik bakış açısı alma ve empatik kişisel sıkıntının aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

ÖNERİLER

Araştırma sonuçlarına ilişkin öneriler aşağıda sıralanmıştır.

- Tükenmişlik düzeyi evlilikteki uyumu etkileyen bir etkidir. Çiftlerin birbirleri arasında empati kurabilmesini sağlamak, tükenmişlikle başa çıkmak konusunda kurumlarında görev yapan tüm personele yönelik ortak bir anlayış edinebilmeleri, amir memur arasındaki kaynaşma ve kendilerini geliştirebilmeleri adına eğitim ve seminerler verilebilir.
- Evlilik ve aile danışma merkezlerinin sayısı artırılarak çiftlerin evlilikte uyumlarının sağlanması yönünde çalışmalar yapılabilir.
- Evlilik ve aile yaşamında önemli bir yere sahip olduğu düşünülen tükenmişliği azaltmaya yönelik olarak, gerek bireysel, gerekse grupla psikolojik danışma çalışmalarının yapılmasının, tükenmişlik problemi ile gelen bireylere yardımcı olacağı düşünülmektedir.
- Mesleğe yeni başlamış kişilerin tükenmişlik yaşamamaları için yoğun bir iş ortamına alınmayarak öğrenildikçe işlerin verilmesine dikkat edilebilir. Yanlarına daha deneyimli kişilerin verilmesi ortama uyum sağlamalarını daha kolaylaştıracaktır.
- İş yerlerinde mutlu ve huzurlu bir ortam sağlanarak yaşamış oldukları tükenmişliği ev yaşantısına getirmemeleri için çevrelerindeki insanlardan yardım alabilirler.
- Kolluk kuvvetleri çalışanlarının aileleri ile beraber vakit geçirebilmeleri için gerekli izinler verilerek kurumları içerisinde sosyal ve kültürel faaliyetler düzenlenebilir.

Sonuçlar incelendiğinde, ileride yapılabilecek araştırmalar için öneriler aşağıdaki gibi sıralanabilir.

- Kolluk kuvvetleri ile yapılan bu çalışma sağık çalışanları, adliye çalışanları gibi farklı kurumlarla çalışılarak tükenmişlik ve evlilik uyumu arasında empatinin aracı rolüne bakılabilir.
- Araştırmada örneklem grubu olarak sadece kadınlar seçilmiştir. Gelecekte yapılacak olan çalışmalarda çiftler araştırmaya birlikte dahil edilebilir. Böylelikle empatinin tek taraflı olup olmadığı, eşlerin evliliklerinin uyumu ve tükenmişliğin ev yaşantısını nasıl etkilediğı incelenebilir.
- Evlilik uyumu ile önemli düzeyde ilişkili olan empatik ilgi kavramının yapılan çalışmada evlilik uyumu üzerinde etkili olmadığı görülmüş, bu konu üzerinde daha fazla çalışmanın yapılmasının gerekli olduğunu düşündürmektedir.
- Örneklem sadece Van ili ile sınırlı kalmıştır. Kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınları sadece bir il ile sınırlı tutmayıp diğer illerle de yapılacak olan çalışmalar sonuçların genellenebilirliğı açısından önemlidir. Yapılacak olan çalışmalarda kolluk kuvvetlerinde çalışan evli kadınların tükenmişlik düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkide empatinin aracı rolünü belirlemek için doğu ve batı illeri belirlenip karşılaştırma yapılarak sonuçlar test edilebilir.
- Ülkemizde daha çok polisler ile ilgili çalışmalar yapılmıştır. Bu açıdan daha geniş örneklem grubu olan kolluk kuvvetleriyle ilgili araştırmalara ağırlık verilebileceğı önerilmektedir.
- Buna ek olarak çiftlerle yapılacak olan çalışmalarda eş tükenmişliğı kavramının yapılacak araştırmalarda yararlı olacağı düşünülmektedir.

Böylelikle tükenmişliğin önüne geçilerek evliliklerinde uyum düzeyinin korunması sağlanabilir.

KAYNAKÇA

- Akçalı, Ö. F. (1991). *Kaygı seviyesinin empatik beceriye etkisi. Marmara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.*
- Altuntaş, S. ,& Altun, Ö. Ş. (2015). Hemşirelerin Duygusal Emek ve Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Sağlık ve Hemşirelik Yönetimi Dergisi, 2(1), 37-43.*
- Alisinanoğlu, F., & Köksal, A. (2000). Gençlerin ben durumları ve empatik becerilerin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 18(18).*
- Arı, G. S. ,& Bal, E. Ç. (2008). Tükenmişlik Kavramı: Birey Ve Örgütler Açısından Önemi. *Yönetim Ve Ekonomi: Celal Bayar Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 15(1), 131-148.*
- Aydemir-Sevim, S. (1999). Evlilik İlişkilerini Geliştirme Programları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 11.*
- Aydın, Ş. & Örnek, A. (2008). *Kriz ve stres Yönetimi.* Detay Yayıncılık.
- Balcı, A. (2000). *Örgütsel sosyalleşme: kuram stratejisi ve taktikleri.* Pegem A Yayıncılık.
- Baron RM, Kenny DA (1986) *The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations.* J Pers Soc Psychol 51:1173-1182.
- Cam, E. (2004). Çalışma yaşamında stres ve kamu kesiminde kadın çalışanlar. *Journal of Human Sciences, 1(1).*
- Cüceloğlu, D. (2002). İletişim donanımları. *İstanbul: Remzi Kitabevi.*
- Cüceloğlu, D. (1991). İnsan ve Davranışı. *İstanbul. Remzi Kitapevi.*
- Ceylan, A. (2013). Çalışan kadınların tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi: Edirne örneği.
- Çan, E., Topbaş, M., Yavuzylmaz, A., Çan, G., & Özgün, Ş. (2006). Karadeniz Teknik Üniversitesi Tıp Fakültesindeki Araştırma Görevlisi Hekimlerin Tükenmişlik Sendromu İle İş doyumunu düzeleri ve ilişkili faktörler. *Journal of Experimental and Clinical Medicine, 23(1), 17-24.*
- Çapri, B., & Çelikkaleli, Ö. (2008). Öğretmen Adaylarının Öğretmenliğe İlişkin Tutum Ve Mesleki Yeterlik İnançlarının Cinsiyet Program Ve Fakültelerine Göre İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 9(15).*
- Çavuşoğlu, Z. Ş. (2011). Bağlanma stilleri evlilik uyumu ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Maltepe Üniversitesi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.*

- Çelikalveli, Ö., & Raşit, A. V. C. I. (2015). Öğretmenlerin Empatik Eğilimi ve İstenmeyen Öğrenci Davranışları Arasındaki İlişki: Öğretmenlerin Kişilerarası Yetkiliğinin Rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(33), 61-88.
- Çil, Ö. (2018). *Banka Çalışanlarında Mesleki Tükenmişlik ve Örgütsel Vatandaşlık Davranışı*. (Yüksek Lisans Tezi). Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.
- Durmuş, E., & Baba, E. (2014). Evli Çiftlerin Duygusal Zeka Düzeyleri ile Evlilik Uyumlarının Karşılaştırılması. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23(1), 352-369.
- Düzyürek, S., & Ünlüoğlu, G. (1992). Hekimde tükenmişlik sendromu. *Psikiyatri Bülteni*, 1(3), 108-113.
- Dökmen, Ü. (2006). *Yarına kim kalacak? Evrenle uyumlaşma sürecinde varolmak gelişmek uzlaşmak*. Sistem Yayıncılık.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N., & Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Erçoban, S. (2003). İlköğretim II. kademesindeki branş öğretmenlerinin empatik eğilim düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*.
- Eren, E. (2004). *Örgütsel davranış ve yönetim psikolojisi*. Beta Basım Yayım Dağıtım.
- Erken, M. (2009). Empati becerisinin ahlaki davranışlar üzerindeki etkisi. *Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya Üniversitesi*.
- Ersanlı, K., & Kalkan, M. (2008). Evlilik ilişkilerini geliştirme (kuram ve uygulama). *Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 1*.
- Ersoy, F., Yıldırım, C., & Edirne, T. (2001). Tükenmişlik (staff burnout) sendromu. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 10(2), 46-47.
- Ersoy, E., & Köşger, F. (2016). Empati: Tanımı ve Önemi/empathy: Definition and its importance. *Osmangazi Tıp Dergisi*, 38(2), 9-17.
- Ertekin, Y. (1993). *Stres ve yönetim*. Türkiye ve Orta Doğu Amme İdaresi Enstitüsü.
- Fatma, Ö. Z. Son Sınıf Hemşirelik Öğrencilerinin Empatik Eğilimleri, Empatik Becerileri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişki.
- Fidanoğlu, O. (2006). Evlilik uyumu, mizah tarzı ve kaygı düzeyi arasındaki ilişki.
- Fışiloğlu, H. (1992). Lisans üstü öğrencilerinin evlilik uyumu. *Psikoloji Dergisi*, 7(28), 16-23.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of social issues*, 30(1), 159-165.
- Günay, O. (2000). Evlilik uyumu ile kişisel düşünme modelleri arasındaki ilişki.

- Gürtunca, A. (2013). *Çocuklar ve ergenler için empati ölçeği Türkiye geçerlik ve güvenilirlik çalışması*, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gordon, T., & Burch, N. (2003). *Teacher effectiveness training: The program proven to help teachers bring out the best in students of all ages*. Three Rivers Press (CA).
- Hoffman, M. L. (2001). *Empathy and moral development: Implications for caring and justice*. Cambridge University Press.
- Izgar, H. (2001). Okul yöneticilerinin tükenmişlik düzeyleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 7(3), 335-346.
- İkiz, F. E. (2009). İlköğretim okullarında çalışan psikolojik danışmanların empati düzeylerinin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 8(2).
- İskender, M., Yaman, E., & Aydın, L. İlköğretim Okulu Yöneticilerinde Tükenmişlik. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (13).
- Kaçmaz, N. (2005). Tükenmişlik (burnout) sendromu. *İstanbul Tıp Fakültesi Dergisi*, 68(1), 29-32.
- Karakuş, G. (2008). 'Özel İlköğretim ve Ortaöğretim Kurumlarında Çalışan Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara*.
- Kesicioğlu, O. S., & Güven, G. (2014). Okul Öncesi Öğretmen Adaylarının Özyeterlik Düzeyleri İle Problem Çözme, Empati Ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 9(5).
- Keskin, S. C. (2007). Sosyal bilgiler derslerinde empati becerilerine dayalı öğretim tekniklerinin kullanılması.
- Kışlak, Ş. T., & Çavuşoğlu, P. Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 9(9), 61-68.
- Kublay, D., & Oktan, V. (2015). Evlilik uyumu: değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44).
- Kocadere, M. (1995). *İyi ve kötü evliliklerin özelliklerini belirlemeye yönelik betimsel bir çalışma*. Yayımlanmamış yüksek lisan tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü: İzmir.
- Köse, G. (2016). *Evli bireylerin bağlanma stilleri ve stresle başa çıkma yöntemlerinin evlilik uyumuna olan etkisi* (Master's thesis, İstanbul Arel Üniversitesi).
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior*, 2(2), 99-113.
- Metin, K. (1998). The relationship between inflation and the budget deficit in Turkey. *Journal of Business & Economic Statistics*, 16(4), 412-422.

- Metin, Ö., & Özer, F. G. (2007). Hemşirelerin tükenmişlik düzeyinin belirlenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(1), 58-66.
- Naktiyok, A., & Karabey, C. N. (2005). İşkoliklik ve tükenmişlik sendromu. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 19(2), 179-198.
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2007). Stress crossover in newlywed marriage: A longitudinal and dyadic perspective. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 594-607.
- Negiz, N., & Tokmakçı, E. (2011). Çalışma yaşamında kadının tükenmişliği: Aile-iş-sosyal yaşam açısından tükenmişlik (Süleyman Demirel Üniversitesi örneği). *Journal of Yasar University*, 24(6). 4041-4070.
- Okutan, E. (2010). Kişilik özelliklerinin tükenmişliğe etkisi: Bir örnek olay incelemesi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya*.
- Ocak, R. (2016) *İşyerinde duygusal zeka ve empati neden önemli: Duygusal zekanın yordayıcıları, iş memnuniyeti ve çatışma yönetimine etkileri üzerine bir inceleme.* (Yüksek Lisans Tezi) İstanbul Bilgi Üniversitesi, İstanbul.
- Örmen, U. (1993). Tükenmişlik Duygusu ve Yöneticiler Üzerinde Bir Uygulama, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. *Marmara Üniversitesi, İstanbul*.
- Özbek, M. F. (2004). Toplumsal yaşamda empati. *Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler E-Dergisi*, 1, 1-16.
- Özbey, S. (2012). Ebeveynlerin evlilik uyumu ve algıladıkları sosyal destek ile altı yaş çocuklarının problem davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(1), 43-62.
- Özgen, I. (2007). Yiyecek-içecek İşletmeleri Çalışanlarında Tükenmişlik Sendromu: İzmir Adnan Menderes Havalimanı Örneği. *I. Ulusal Gastronomi Sempozyumu ve Sanatsal Etkinlikler*, 116-124.
- Özgüven, İ. E. (2014). *Evlilik ve Aile Terapisi*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Özmen, Z. (2016) *Maslach Tükenmişlik Ölçeği açısından hemşirelerde tükenmişlik düzeyinin incelenmesi: Bursa Şevket Yılmaz Eğitim ve Araştırma Hastanesi hemşireleri örneği.* (Yüksek Lisans Tezi) Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Quick, J. C., & Quick, J. D. (1984). *Organizational stress and preventive management*. McGraw-Hill College.
- Pehlivan, İ. (2000). İş yaşamında stres. *Ankara: Pegem Yayıncılık*
- Preacher KJ, Hayes AF (2004) *SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models*. Behav Res Methods Instrum Comput 36:717-731.
- Rogers, C. R. (1975). Empathic: An unappreciated way of being. *The counseling psychologist*, 5(2), 2-10.

- Salı, G. (2013). İlköğretim ikinci kademedeki çocukların empatik eğilimlerinin ve benlik kavramlarının incelenmesi. *Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi*, 6(4), 496-519.
- Sardoğan, M. E., & Karahan, T. F. (2005). Evli bireylere yönelik bir insan ilişkileri beceri eğitimi programının evli bireylerin evlilik uyum düzeylerine etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), 89-102.
- Sarp, N. (2000). Hekim ve Stres Yönetimi. *Ankara Ünv. Tıp Fakültesi Mecmuası*, 53(2).
- Selye, H. (1956). *The stress of life*.
- Solmuş, T. (2010). Bağlanma Evlilik ve Aile Psikolojisi. *İstanbul: Sistem Yayıncılık*.
- Soylu, Y., & Kağnıcı, D. Y. (2015). Evlilik uyumunun empatik eğilim, iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43).
- Şeker, B. D., & Zırhlıoğlu, G. (2009). Van emniyet müdürlüğü kadrosunda çalışan polislerin tükenmişlik, iş doyumunu ve yaşam doyumları arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi. *Polis Bilimleri Dergisi*, 11(4), 1-26.
- Şener, A., & Terzioğlu, G. (2008). Bazı sosyo-ekonomik ve demografik değişkenler ile iletişimin eşler arası uyuma etkisinin araştırılması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 13(13), 7-20.
- Şendil, G., & Korkut, Y. (2008). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları/Studies in Psychology*, 28, 15-34.
- Sürgevil Dalkılıç, O. (2014). Çalışma Hayatında Tükenmişlik Sendromu Tükenmişlikle Mücadele Teknikleri. *Nobel Yayınevi, Ankara*.
- Stein, S. J., Book, H. E., & Işık, M. (2003). *EQ: Duygusal zekâ ve başarının sırrı*. Özgür.
- Stephan, W. G., & Finlay, K. (1999). The role of empathy in improving intergroup relations. *Journal of Social Issues*, 55(4), 729-743.
- Tanrıverdi, L. (2008). İlköğretim müfettişlerinin iş tatmini ile tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi (İstanbul İli Örneği). *Yeditepe Üniversitesi, İstanbul*.
- Tarhan, N. (2018). Evlilik Psikolojisi Öncesiyle Sonrasıyla Evlilik
- Taycan, O., Kutlu, L., Çimen, S., & Aydın, N. (2006). Bin üniversite hastanesinde çalışan hemşirelerde depresyon ve tükenmişlik düzeyinin sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7(2), 100-108.
- Tezer, E. (1986). *Evli eşler arasındaki çatışma davranışları: Algılama ve doyum*. HÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.
- Tutarel-Kışlak, Ş., & Göztepe, I. (2017). Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(2).

- Tümekaya, S., Aybek, B., & Çelik, M. (2010). Yoksul ailelerden gelen ergenlerde psiko-sosyal bir olgu olarak umutsuzluk ve boyun eğici davranışların incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 970-984.
- Urgancı, Ç. (2018) *İstanbul 112 acil sağlık hizmetleri çalışanlarının mesleki tükenmişlik düzeyleri, algılanan stres düzeyi ve stresle başa çıkma stillerinin evlilik doyumunu yordama gücü.* (Yüksek Lisans Tezi) İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Uşaklı, N. (2010). *Evli bireylerin evliliğe uyumda karşılaştığı sorunlar ve eğitim ihtiyaçları.* Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Ülkü, S., & Bilgin, N. (1983). Stress (Psikolojik Zorlanma). *Eğitim ve Bilim*, 7(41).
- Ünal, C. (1972). İnsanları anlama kabiliyeti. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 5(3-4), 71-93.
- Üstün, E., Erkan, S., & Akman, B. (2004). Türkiye’de okul öncesi öğretmenliği öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine yönelik tutumlarının incelenmesi. *Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(2), 129-136.
- Yalçın, H. (2014). Evlilik Uyumu İle Sosyodemografik Özellikler Arasındaki İlişki.
- Yeter, N. (2017) *Kadınların iş doyumu ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi, İstanbul
- Yıldırım, H. (2018) *Polislerde evlilik uyumu ve evlilikte problem çözme becerilerinin incelenmesi: Karaman örneği.* (Yüksek Lisans Tezi.) Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 4(4).
- Yiğiter, K. (2008). *Kocaeli ilinde görevli ilk ve ortaöğretim kurumlarında çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin empati becerilerinin incelenmesi.* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.) Sakarya Üniversitesi, Sakarya.

EKLER

Ek- 1. Gönüllü Katılım Formu

Değerli Katılımcı,

Bu çalışma; Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü Dr. Öğr. Üyesi Nur OKUTAN danışmanlığında Toros Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji bölümü yüksek lisans öğrencisi Nagihan PEKER tarafından yürütülmektedir. Bu çalışmada Kolluk Kuvvetlerinde çalışan evli kadınların tükenmişlik, empati ve evlilik uyumu arasındaki ilişkileri incelemek amaçlanmaktadır. Çalışmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Ankette, sizden kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir. Cevaplarınız gizli tutulacak ve sadece araştırmacı tarafından değerlendirilecektir. Bireysel hiçbir değerlendirme yapılmayacaktır.

Anket, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek sorular içermemektedir. Katılım sırasında, sorulardan ya da başka bir nedenden ötürü kendinizi rahatsız hissederseniz cevaplama işini yarıda bırakmakta serbestsiniz. Bu hakkınızı kullanmanız durumunda, hiçbir olumsuz tutumla ya da sonuçla karşılaşmayacaksınız. Soruları cevaplamanız yaklaşık 25-35 dakikanızı alacaktır. Bu çalışmaya katıldığınız için şimdiden teşekkür ederim. Çalışma hakkında daha fazla bilgi almak için nagihan.orenn@outlook.com ile iletişim kurabilirsiniz.

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman yarıda bırakabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayımlarda kullanılmasını kabul ediyorum.

KABUL EDİYORSANIZ YANDAKİ ALANI İŞARETLEYİNİZ ()

Ek-2. Kişisel Bilgi Formu

Aşağıdaki maddeler sizinle ilgili özellikleri elde edebilmek amacıyla sorulmuştur. Lütfen tüm soruları doğru ve eksiksiz cevaplayınız.

1) Eğitim Düzeyiniz:

- | | | | | | |
|-----------|-----|---------------|-----|------------|-----|
| - İlkokul | () | - Ön Lisans | () | - Lise | () |
| - Lisans | () | - Lisans Üstü | () | - Ortaokul | () |

2) Yaşamınızın çoğunu geçirdiğiniz yer:

Köy () Kasaba () Şehir () Metropol (Ankara, İstanbul, İzmir) ()

3) İşiniz:

4) Şu anki işinizde zorluk yaşadığınızı düşünüyor musunuz? Evet () Hayır ()

5) Kurumunuzda geçirdiğiniz çalışma süreniz:

6) Eşiniz çalışıyor mu? Evet () Hayır ()

7) Haneye giren toplam aylık geliriniz:

8) Gelirinizden memnun musunuz? Evet () Hayır ()

9) Unvanınız:

10) Eşiniz ile evlenme biçiminiz:

- Severek/flört ederek ()
- İstemeyerek görücü usulüyle ()
- İsteyerek görücü usulüyle ()

11) Eşiniz ile aranızda ne kadar yaş farkı var?

12) Ne kadar süredir evlisiniz?

Ek-3. Maslach Tükenmişlik Ölçeği (MTÖ)

Aşağıda yer alan ifadelere katılıp katılmama düzeyinizi o ifadenin yanında yer alan rakamlardan birini işaretleyerek belirtiniz.	Hiçbir zaman	Çok nadir	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
1. İşimden soğuduğumu hissediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2. İş dönüşü kendimi ruhen tükenmiş hissediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3. Sabahları kalktığımda bir gün daha bu işi kaldıramayacağımı hissediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4. İşim gereği karşılaştığım insanların ne hissettiğini anlarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5. İşim gereği karşılaştığım bazı kimselere sanki insan değillermiş gibi davrandığımı fark ediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6. Bütün gün insanlarla uğraşmak benim için gerçekten çok yıpratıcı.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7. İşim gereği karşılaştığım insanların sorunlarına en uygun çözüm yollarını bulurum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8. Yaptığım işten tükendiğimi hissediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9. Yaptığım iş sayesinde insanların yaşamına katkıda bulunduğuma inanıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10. Bu işte çalıştığım dan beri insanlara karşı sertleştim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11. Bu işin beni giderek katılaştırmasından korkuyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12. Çok şey yapabilecek güçteyim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13. İşimin beni kısıtladığını hissediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14. İşimde çok fazla çalıştığımı hissediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
15. İşim gereği karşılaştığım insanlara ne olduğu umurumda değil.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16. Doğrudan doğruya insanlarla çalışmak bende çok fazla stres yaratıyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17. İşim gereği karşılaştığım insanlarla aramda rahat bir hava yaratırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18. İnsanlarla yakın bir çalışmadan sonra kendimi canlanmış hissedirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
19. Bu işte birçok kayda değer başarı elde ettim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
20. Yolun sonuna geldiğimi hissediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
21. İşimdeki duygusal sorunlara serikanlılıkla yaklaşırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
22. İşim gereği karşılaştığım insanların bazı problemlerini sanki ben yaratmışım gibi davrandıklarını hissedirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

Ek-5. Evlilikte Uyum Ölçeği (E.U.Ö.)

1) Ölçeğin birinci maddesinde, evliliğinizdeki mutluluk düzeyini tüm yönleriyle en iyi tanımladığını inandığımız noktayı daire içine alınız. Ortadaki “mutlu” sözcüğü üzerindeki nokta, çoğu kişinin evlilikten duyduğu mutluluk derecesini temsil etmekte ve ölçek kademeli olarak sol ucunda evliliğinde çok mutsuz olan küçük bir azınlığı, sağ ucunda ise evliliğinde çok büyük bir doyum ve mutluluk duyan küçük bir azınlığı temsil ederek derecelendirilmiş bulunmaktadır.

() Çok mutsuz

() Mutlu

() Çok mutlu



Aşağıda yer alan ifadelere katılıp katılmama düzeyinizi o ifadenin yanında yer alan rakamlardan birini işaretleyerek belirtiniz.	Hiç anlaşılamayız	Hemen her zaman anlaşılamayız	Sıklıkla anlaşılamayız	Ara sıra anlaşılamadığımızız	Hemen her zaman anlaşırız	Her zaman anlaşırız
2. Aile bütçesini idare etme	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3. Boş zaman etkinlikleri	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4. Duyguların ifadesi	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5. Arkadaşlar	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6. Cinsel ilişkiler	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7. Toplumsal kurallara uyma (doğru, iyi veya uygun davranış)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8. Yaşam felsefesi	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9. Eşin akrabaları ile anlaşma	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

Lütfen aşağıdaki maddelerde evliliğinizi en iyi ifade ettiğine inandığınız bir cevabı işaretleyiniz.

10. Ortaya çıkan uyumsuzluklar genellikle

Erkeğin susması ile Kadının susması ile Karşılıklı anlaşmaya varılarak sonuçlanır

11. Ev dışı faaliyetlerinizin ne kadarını eşinizle birlikte yaparsınız?

Hepsini Bazılarını Çok azını Hiçbirini

12. Boş zamanlarınızda aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?

Dışarıda bir şeyler yapmayı Evde oturmayı

Eşinizle genellikle aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?

Dışarıda bir şeyler yapmayı Evde oturmayı

13. Hiç evlenmemiş olmayı istediğiniz olur mu?

Sık sık Arada sırada Çok seyrek Hiçbir zaman

14. Hayatınızı yeniden yaşayabilseydiniz,

Aynı kişiyle evlenirdiniz Farklı kişiyle evlenirdiniz Hiç kimseyle evlenmezsiniz

15. Eşinize güvenir, sırlarınızı ona açar mısınız?

Hemen hemen hiçbir zaman Nadiren Çoğu konularda Her konuda

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Soyadı, adı : Nagihan, PEKER
Uyruğu : T.C.
Doğum Tarihi (gün/ay/yıl) : 02/12/1993
Doğum Yeri : Ankara
Medeni hali : Evli
Adresi : Van
Telefon : 0506-748-78-46
E-Posta : nagihan.orenn@outlook.com

Eğitim Derecesi

Eğitim Birimi

Mezuniyet yılı

Yüksek lisans	Toros Üniv. Sosyal Bil. Ens. Psikoloji Tezli Y.L.	2019
Lisans	Gazi Üniversitesi İ.İ.B.F.	2015
Lise	Prof. Dr. Şevket Raşit Hatipoğlu Anadolu Lisesi	2011

İş Deneyimi

Yıl

2015- devam ediyor.

Çalıştığı Yer

Emniyet Genel Müdürlüğü

Görev

Memur

Yabancı Dil

İngilizce

Yayınlar



T.C.
TOROS ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı :64046081-302.14/264
Konu : Tez Başlığı Değişikliği

23/07/2019

Psikoloji Ana Bilim Dalı Başkanlığına

Ana bilim dalınız yüksek lisans öğrencisinin tez başlığı değişikliği, aşağıdaki yönetim kurulumuzun 19.07.2019 tarih ve 16/114 sayılı kararı ile uygun görülmüştür.
Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Dr. Öğr. Üyesi Ayhan DEMİRCİ
Müdür V.

Enstitümüz Psikoloji Ana Bilim Dalı Başkanlığının 16.07.2019 tarihli ve 57 sayılı Nagihan PEKER'in tez başlığı değişikliği konulu yazısı görüşüldü.

Enstitümüz Psikoloji Ana Bilim Dalı Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 169040812 numaralı öğrencisi Nagihan PEKER'in, 16.07.2019 tarihinde yapılan tez savunma sınavında, tez başlığının savunma sınavı jüri üyelerinin önerisi üzerine **“Kolluk Kuvvetlerinde Çalışan Evli Kadınların Tükenmişlik Düzeyleri İle Evlilik Uyumları Arasındaki İlişkide Empatinin Aracı Rolü”** olarak değiştirilmesine, danışmanına duyurulmak üzere konunun Ana Bilim Dalı Başkanlığına ve adı geçen öğrencinin e-posta adresine bildirilmesine oy birliğiyle karar verildi.





T.C.
TOROS ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
İNTİHAL PROGRAMI RAPORU

PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI BAŞKANLIĞINA

Tarih: 19/06.2019

Tez Başlığı: KOLLUK KUVVETLERİNDE ÇALIŞAN EVLİ KADINLARIN TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİ İLE EVLİLİK UYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE EMPATİNİN ARACI ROLÜ

Yukarıda başlığı gösterilen seminer çalışmamın;

a) Giriş,

b) Ana bölümler ve

c) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 66 sayfalık kısmına ilişkin, 19/06/2019 tarihinde enstitü tarafından Turnitin adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı % 11'dir.

Uygulanan filtrelemeler:



- 1- Kaynakça hariç
- 2- Alıntılar hariç
- 3- Benzer kelime sayısı 10 adet

yapıldığında en fazla %10,



- 1- Kaynakça hariç
- 2- Alıntılar dahil
- 3- Benzer kelime sayısı 10 adet

yapıldığında en fazla %30'u geçmemelidir.

Tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Yukarıda belirtilen başlıkta danışmanımla birlikte tamamlamış olduğum tezimin fikir/araştırma sorusu, yöntem, bulgular ve tartışma kısımları özgün olup kısmen veya tamamen diğer çalışmalardan alınan kısımlar olduğu durumlarda kaynak belirtilmesine dikkat edilmiştir. Tezimi yazım kurallarına uygun olarak ve intihal olmaksızın hazırladığımı taahhüt eder; intihal olması durumunda seminer çalışmamın başarısız sayılacağını ve mezuniyetimin iptalini kabul ederim.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

Öğrencinin Adı Soyadı : NAĞİHAN PEKER

İmzası

.....

Tarih: 19.06/2019

Yukarıda kişisel ve tez bilgileri verilen öğrencimin belirtilen başlıkta birlikte tamamlamış olduğumuz tezi Turnitin intihal yazılım programında kontrol edilmiş ve etik bir ihlale rastlanmamıştır. İntihal yazılım programının rapor çıktısı ektedir. Ayrıca tezin fikir/araştırma sorusu, yöntem, bulgular ve tartışma kısımları özgün olup kısmen veya tamamen diğer çalışmalardan alınan kısımlar olduğu durumlarda kaynak belirtilmesine dikkat edilmiştir.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

Danışmanın Unvanı-Adı-Soyadı

DR. ÖĞR ÜYESİ MUR OKUTAN

İmzası

.....

Tarih: 19.06/2019

Ek: İntihal yazılım programının rapor çıktısı (3 sayfa)

KOLLUK KUVVETLERİNDE ÇALIŞAN EVLİ KADINLARIN TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİ İLE EVLİLİK UYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE EMPATİNİN ARACI ROLÜ

Yazar Nagihan Peker

Gönderim Tarihi: 19-Haz-2019 04:23AM (UTC+0300)

Gönderim Numarası: 1145078713

Dosya adı: NAG_HAN_PEKER_TEZ-19.06.2019.docx (235.88K)

Kelime sayısı: 12637

Karakter sayısı: 85742

KOLLUK KUVVETLERİNDE ÇALIŞAN EVLİ KADINLARIN TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİ İLE EVLİLİK UYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE EMPATİNİN ARACI ROLÜ

ORIJINALLIK RAPORU

% 11	% 7	% 1	% 11
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	Submitted to Istanbul Aydin University Öğrenci Ödevi	% 3
2	Submitted to Yildirim Beyazit Universitesi Öğrenci Ödevi	% 2
3	Submitted to Balıkesir Üniversitesi Öğrenci Ödevi	% 1
4	Submitted to Beykent Universitesi Öğrenci Ödevi	% 1
5	issuu.com İnternet Kaynağı	% 1
6	acikerisim.deu.edu.tr İnternet Kaynağı	% 1
7	library.cu.edu.tr İnternet Kaynağı	% 1
8	acikarsiv.ankara.edu.tr İnternet Kaynağı	% 1

Alıntıları çıkart

Bibliyografyayı Çıkart

Kapat

üzerinde

Eşleşmeleri çıkar

< %1

