

YÖNETİM

**KABİN MEMURLARINDA TİP A/B KİŞİLİK YAPISININ
ALGILANAN STRES ÜZERİNDEKİ ETKİSİ¹**

Geliş Tarihi: 3.12.2019 Kabul Tarihi: 10.12.2019

Çağnur ZEİRİROĞLU* ORCID ID: 0000-0003-0560-1326
Hüner ŞENCAN** ORCID ID: 0000-0001-5147-8344

ÖZET

Bu çalışmada kişilik ve stres kavramları incelenerek, kabin memurlarının Tip A/Tip B kişilik yapısının algıladıkları stres üzerindeki etkisine bakılmıştır. Araştırma, stres altında çalıştıkları düşünülen kabin memurlarının iş ortamlarında algıladıkları stresi değerlendirerek, sahip oldukları Tip A/Tip B kişilik özelliklerinin bu durum üzerinde ne düzeyde etkileri olduğunu belirlemek için kavramlar arasındaki ilişkileri açıklamayı amaçlamıştır. Araştırmanın temel güdüsünü Tip A/ Tip B kişilik yapısının stres kavramına olan etkisinin daha önce kabin memurlarının üzerinde incelenmemiş olması oluşturmaktadır. Kavramlar arasındaki ilişkiler tek bir model altında açıklanmaya çalışılmıştır. Veri toplamak için kullanılan anketler bir havayolu firmasında çalışan kabin memurlarına uygulanmıştır. Bu kapsamda toplamda 200 kabin personeline ulaşılmıştır. Yapılan analizler sonucunda Tip A/Tip B kişilik özelliklerinin stres üzerinde hangi düzeyde etkisi olduğunun saptanması hedeflenmiştir. Analizler değerlendirildiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ortaya çıkmasına rağmen bu etkinin yeterli düzeyde olmadığı sonucuna varılmıştır. Daha sonra yapılacak araştırmalarda kabin memurlarının stres yapısı incelenirken modele daha fazla bağımsız değişkenin dâhil edilmesi gerektiği sonucu çıkarılmıştır.

Anahtar Kelimeler: *Tip A/Tip B Kişilik, Algılanan Stres.*

MANAGEMENT

**THE EFFECT OF TYPE A / B PERSONALITY ON PERCEPED STRESS IN CABIN
OFFICERS**

ABSTRACT

In this study, personality and stress concepts were examined and the effect of Type A / Type B personality structure on the perceived stress was examined. The study aimed to explain the relationship between the concepts in order to determine the effect of Type A / Type B personality traits on this situation by evaluating the perceived stress of cabin officers who are thought to work under stress. The main motive of the research is that the effect of Type A / Type B personality structure on stress concept has not been examined on cabin officers before. The relationship between the concepts is explained under a single model. The questionnaires used to collect data were applied to cabin officers working in an airline. In this context, a total of 200 cabin personnel were reached. As a result of the analyzes, it was aimed to determine the effect of Type A / Type B personality traits on stress. When the analyzes were evaluated, it was concluded that this effect was not sufficient although there was a statistically significant relationship. In the researches that will be carried out later, when examining the stress structure of cabin officers, it is concluded that more independent variables should be included in the model.

Key Words: *A and B Type Personality, Perceived Stress.*

¹ Bu makale Çağnur Zehiroğlu'nun "Kabin Memurlarında Tip A/B Kişilik Yapısının Algılanan Stres Üzerindeki Etkisi" isimli tezinden uyarlanmıştır.

* İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Öğrencisi, cagnurzehiroglu@gmail.com

** Prof. Dr. İstanbul Ticaret Üniversitesi, İşletme Fakültesi, Havacılık Yönetimi Lisans Programı, hsencan@ticaret.edu.tr

1. GİRİŞ

İş dünyasında yaşanan belirsizlikler, ortaya çıkan çatışmalar, ciddi bir rekabet ortamına girilmesi çalışanların stresli bir iş hayatı sürmelerine yol açmaktadır. Stresin karmaşık ve çok yönlü etkileri vardır. Aile yaşamı, iş ortamı veya arkadaşlık baskıları gibi her türlü etken stres kaynağı olabilmektedir. Bu sebeplerin yanında en önemli stres kaynaklarından biri de bireyin sahip olduğu kişilik yapısıdır. Çalışanın karakteri, mizacı, yetiştirilmiş olduğu aile ortamı kişilik yapısının oluşumunda etkilidir. Bu çerçevede bakıldığında bireyin benlik oluşumu, dayanıklılığı, zorluklarla mücadele etme şekli karşısına çıkabilecek stresli durumlarda nasıl bir davranış modeli geliştireceğini belirlemektedir. Bazı kişiler stres karşısında ne yapacağını bilemeyecek kadar kontrolsüz olabilirken, bazı bireyler de strese karşı daha dayanıklı ve strese aldırış etmeyen bir yapıda olabilir. Stresten etkilenme düzeyi ve strese karşı mücadele edebilme özelliği kişilik yapısıyla ilişkili olduğundan kişiliğin incelenmesi önem taşımaktadır. Alanyazına bakıldığında stres kavramıyla en çok ilişkilendirilen kişilik yapısı Tip A/Tip B kişiliğidir. Özellikle Tip A kişilik yapısına sahip olan bireylerin daha kolay bir şekilde stres altına girebilmeleri ilginçtir. Bu konunun havacılık sektöründe stresli bir ortamda bulunan kabin memurları açısından araştırılması yeni bir araştırma sorunu olarak değerlendirilmiştir. Kabin memurlarının sahip oldukları kişilik yapılarının sorgulanması daha sonraki dönemlerde personel seçiminde yöneticilere fikir verme niteliğine sahiptir. Kendilerini stresli tanımlayan kişilerin Tip A yapısında gruplaşmaları söz konusu olduğundan bu kişilerin stres konusunda eğitilmeleri veya işe alım uygulamalarında bu duruma dikkat edilmesi faydalı olacaktır. Konu seçiminde kabin memurlarının kişilik özelliklerine dikkat çekmek ve yaşadıkları stres seviyesinin saptanmasına önem verilmesi etkilidir.

2. KURAM VE ÖNCEKİ ARAŞTIRMALAR

Tip A/Tip B kişilik yapısına ilişkin alanyazında çok sayıda araştırmanın varlığından bahsetmek mümkündür. Erol'a (2013) göre "Kişilik, bireyi kendisine özgü yapan; dış görünüş, zihinsel özellikler, takıntılar, alışkanlıklar, tavırlar, tutumlar ve özellikle davranışlarına kadar pek çok özelliği kapsayan bir bütün olarak tanımlanmaktadır" (s. 19).

Doğan'a (2013) göre "Kişilik, bireyin doğuştan getirdiği ve yaşantı sonucu kazandığı, onu diğer bireylerden ayıran özelliklerin tamamı olarak tanımlanabilir" (s. 57).

Saygılı, Onay ve Ayhan'a (2017) göre "Kişilik özellikleri araştırmacılar tarafından çeşitli modeller oluşturularak özelliklerine göre incelenmiştir. Örgütsel davranış alanı içinde yer alan çalışmalarda A ve B tipi kişilik sınıflandırması en çok kabul gören sınıflandırmalardan biridir" (s. 64).

Gökpınar'a (2014) göre "İnsanları A veya B tipi olduğu yönünde kesin olarak sınıflandırmak doğru ve mümkün değildir. A veya B tipi için sayılan özelliklerin tamamının bir insanda toplanması beklenmemelidir" (s. 6).

A tipi kişilik özellikleri gösteren bireyler rekabetçi yapılarıyla ön plana çıkmaktadır. Kendisini sürekli iş odaklı tutan ve zaman konusunda duyarlı davranan kişilerdir. Sabırsız hareketleri ve fevri tepkileri olan bu bireyler, zamanı en verimli ve kısa

şekilde kullanarak birçok konuda başarı göstermek isterler. Zaman baskısı A tipi bireyleri motive etse de sabırsız tutum ve davranışları zaman yönetimi konusunda onları başarısızlığa sürükler. Dinlenmek için kendilerine fırsat tanımamakla birlikte tatillerinde bile iş yapabilecek potansiyele sahiptirler. Herkesin aynı yoğunlukta çalışmasını, her boşluğu değerlendirmelerini bekleyerek insanların yavaş hareket etmesinden rahatsızlık duyarlar. Yüksek enerjileri vardır ve beklemekten hiç hoşlanmazlar (Durna, 2005, s. 277). Geniş bir hayal gücüne sahip olan A tipi kişiler araştırmaya oldukça meraklıdır. Zihinlerinden birçok düşünce geçirirler. Geleceğe dair çok fazla plan ve istekleri vardır. Yeniliğe oldukça açık olmaları sebebiyle yeni olan her şey onlar için bir projedir (Yurtsever, 2009, s. 63). A tipi bireyler kendilerine çok fazla sorumluluk yüklediği için stres kaynaklarıyla daha fazla karşı karşıya kalmaktadır bu yüzden diğer bireylere göre stres gerilimini daha çok yaşamaktadırlar (Ocak ve Güler, 2013, s. 138). A tipi bireylerin davranış modeli günümüz iş hayatında aranan, teşvik edilen ve aynı zamanda ödüle layık görülmektedir. Çünkü A tipi bireylerin çevrelerinden ayrılan hırslı ve rekabetçi tutumları değer görmektedir (Okutan ve Sütütemiz, 2015, s. 7).

Çevresindeki insanlarla çatışmayan ve zamana karşı daha az hassasiyeti olan B tipi bireylerin rahat bir hayat tarzı benimsedikleri söylenebilir. İstikrarlı ve dengeli bir çalışma hızları vardır bu sayede kendilerini daha güvenli hissederler (Durna, 2004, s. 200). B tipi bireyler çevresinde gördüğü davranış ve tutumları düşmanca görme eğilimine girmezler (Can, 2007, s. 128). B tipi kişilik özellikleri taşıyan bireylerin başarılarını odak noktası haline getirme ya da başarıları hakkında tartışma gereği duymazlar. İnsanlara karşı saldırgan tutum ve davranışlarda bulunmazlar. Çalışma ortamlarında gayet sakince bulunurlar. Özgüvenleri yüksek ve yetenekleri hakkında farkındalıkları vardır. Herhangi bir işi yaparken çevredeki insanların ne düşüneceğini kendilerine dert etmezler. Aşırı hırslı bir yapıda olmadıklarından rekabetçi davranışlar göstermezler. Küçük şeylerle tatmin olmayı bilirler. Yaşamlarını rahat bir şekilde sakin ve zamana odaklanmadan sürdürmeyi tercih ederler. Hayatlarının tek bir alanına odaklanarak, diğer alanları ihmal etmeyi sevmezler. Yaptıkları her şeyden zevk almaya çalışırlar. Hayatlarında eğlencenin varlığını unutmuyarak sosyal anlamda da kendilerini geri plana atmazlar. Arkadaşlarına ve ailesine zaman ayırma konusunda problem yaşamazlar (Perteve, 2006, s. 21). B Tipi bireylerin iş hayatında stresli olmadıkları bilinmektedir. Belirledikleri amaçlar doğrultusunda hareket ederken istedikleri yere ulaşamazlarsa hayal kırıklığına uğrayabilir ancak A tipi bireyler gibi yıkıcı etkilere maruz kalmazlar. Başarısız olabileceklerini kabul etmede sıkıntı çekmeyerek hatalarını başka nedenlere yüklemeler (Biricik, 2018, s. 21).

A tipi bireylerin B tipi bireylere göre daha stresli oldukları birçok araştırmada ortaya konulmuştur. Yemek yerken, yürürken, konuşurken bile hızlı davranan A tipi bireyler bu durumu iş hayatına da yansıtmaktadır. Nasıl davranacakları ön görülemeyen A tipi kişiler kontrol isteğiyle hareket ederler. Her alana lider olmak istede de tatmin olmaları çok zordur. Bu sebeple katı davranışlar sergilemeleri iş ortamında gerginliklere yol açarak iş arkadaşlarını da olumsuz yönde etkilemektedir. B tipi kişiler ise olumsuz eleştirilere oldukça açık, çevresindekileri kabullenme

eğiliminde, uyumlu bireyler olduğu için iş ortamında çatışmadan uzak ve yaptığı işten memnun olmaktadır. Kızgınlıklarını mizah yoluyla aktarma özellikleri vardır. B tipi bireyler A tipine kıyasla insanlara karşı daha empai içerisinde yaklaşarak onlarla uyumlu ilişkiler içerisinde bulunmaya çalışır. Çevresindekilere karşı destekleyici ve pozitif yaklaşımlarıyla kendini gösterir (Koçak, Eti ve Gürsoy, 2017, s. 383). A tipi bireylerin B tipi bireylere göre strese maruz kalma ve strese bağlı gelişen hastalıklara yakalanma olasılığı daha fazladır (Karabacak, 2010, s. 56).

Yazında Tip A/Tip B kişilik yapısını ölçmeye yönelik çeşitli ölçekler geliştirilmiştir. Sakallı'nın (2018) "A tipi ve B tipi kişilik özelliğine sahip bireylerde iş doyumu ve iş kazaları arasındaki ilişkinin incelenmesi" adlı çalışmasında 20 maddeden oluşan kişilik özellikleri ölçeği kullanılmıştır. Aydın'ın (2016) "A ve B kişilik tiplerinin boş zaman davranışlarının kıyaslanması" isimli araştırmasında yedi maddeden oluşan A ve B tipi kişilik ölçeği kullanılmıştır. Özsoy (2013) A tipi ve B tipi kişiliğin iş tatmini kavramıyla arasındaki ilişkileri incelerken A ve B tipi kişiliği ölçmek için araştırmasında Bortner (1966) derecelendirme ölçeğinin kısa formunu kullanmıştır. Ölçek zıt kutuplu 7 maddeden oluşmaktadır.

Koçak ve diğerleri tarafından (2017) yapılan çalışmada A ve B tipi kişiliğini ölçmek için Türkmen ve Yarmacı'nın ve ilgili diğer çalışmalardan yararlanılarak hazırlanan A ve B tipi kişilik ölçeği kullanılmıştır. Bunun için 5'li likert ölçekli 23 madde kullanılmıştır. İbrahimoglu ve Karayilan'ın (2012) yaptığı "A ve B tipi kişilik özellikleri ile zaman yönetimi davranışları arasındaki ilişkiler" isimli çalışmada 20 maddelik A ve B tipi kişilik ölçeği kullanılmıştır. Semiz (2017) A ve B tipolojisini belirlemek için Friedman ve Rosenman (1974)'ın A tipi ve B tipi kişilik tiplerini envanterini kullanmıştır. Ölçekte yedi zıt kutuplu ifade bulunmaktadır. Aşık (2005) "Otel işletmelerinde çalışanların kişilik yapısı ile stresten etkilenme düzeylerinin analizine ilişkin bir araştırma" adlı çalışmada A ve B tipi kişiliği ölçmek için 18 maddeden oluşan bir ölçek kullanmıştır.

Araştırmanın ikinci kavramsal yapısı strestir. Aysal'a (2014) göre "Stres, iç ve dış ortamdaki kaynaklanan etkenlerin, birey tarafından tehdit edici veya zararlı olarak değerlendirilmesinin ardından bedensel ve psikolojik boyutlarda ortaya çıkan aşırı uyarılma halidir" (s. 4).

Doğru'ya (2018) göre "Organizmanın içsel durumu, dışsal olaylar, birey ve çevre arasında meydana gelen deneyim ve olaylar, stresin üç temel dinamiğini oluşturur. Buna göre stres, organizmanın içsel ve dışsal yaşantısından, hem de çevre ile etkileşiminden kaynaklanabilir" (s. 27).

Fidan'a (2015) göre "Stres, bireyin bir gereksiniminden vazgeçmesine ya da bir tepkide bulunmasına zorlayıcı, bireyin içinden ve dışından gelen ve çoğu zaman kişide gerilime, üzüntüye, huzursuzluğa ve çöküntüye sebep olan güçtür" (s. 20).

Aytaç'a (2015) göre "Stresin insanların davranışları, duyguları ve biyolojik yapıları üzerinde yarattığı bireysel olumsuz sonuçları, iş yaşamında stresle ilgili hastalıkların her geçen gün daha fazla artmasına yol açmaktadır" (s. 6).

Stres pek çok farklı yönden ele alınan bir kavramdır. Yapılan tüm tanımlamalara bakıldığında ortak nokta organizmayı zarara uğratan yapının varlığıdır. Organizma karşılaştığı zarara bir tepki göstermektedir. Bu tepki stres olarak nitelendirilmektedir. Bütün organizmalarda olumsuz sonuçlara yol açan stres, tutum ve davranışları etkileyen evrensel bir olgudur (Urgancı, 2018, s. 12). Her birey stresi farklı şekilde algılamaktadır. Bireylerin strese vermiş olduğu tepkiler değişkenlik göstermektedir. Algılanan stres bireylerin stresten ne ölçüde etkilendiğini ortaya koymaktadır (Bozyılan, 2018, s. 25). Stres; endişe, korku, gerilim gibi olumsuz birçok kavramla özdeşleşmiştir. Organizma hem fiziksel hem de ruhsal anlamda kendi sınırlarının dışına çıkarak zorlanmaya başladığında stresle karşı karşıyadır. Organizma çevreye uyum sağlayabilmek için bu sınırların dışına çıkmak zorunda kalır. Stres organizmayı psikolojik, fiziksel ve sosyal açıdan olumsuz sonuçlara yol açabilecek kadar etkileme gücüne sahiptir. Stres kontrol altına alınmadığı müddetçe ciddi sağlık sorunlarına davetiye çıkarır. Bu sebeple stres her zaman sağlığı tehdit eden bir unsur olarak görülmüştür. Her bireyin etkisi altında kalabileceği bir stres kaynağı vardır. Stres kaynaklarının en önemlisi de bireyin kişilik yapısıdır. Özellikle A tipi kişilik stresle yakından ilişkilidir. Ailevi problemler, maddi sıkıntılar, iş stresi, sosyal çevrede yaşanan değişimler, sosyal çevredeki ilişkiler gibi birçok neden birbiriyle etkileşerek bireyler üzerinde stres yaratıcı rol oynar (Kaya ve Keskin, 2008, s. 372). Stres her ne kadar olumsuz bir olgu olarak görülse de stresin belli düzeyde olması bireyi motive ederek başarıya güdülenmesini sağlayabilir (Dede, 2013, s. 39).

Araştırmalarda stresin üç aşamada gerçekleştiği ifade edilmektedir. Alarm aşaması denilen ilk aşamada stresin belirtileri gözlemlenmektedir. Organizma bu durumda kendini hazırlamaya başlar. Bu aşamada kalp ritminin artması, kan şekerinin yükselmesi, solunumun artması, kaslarda gerilme gibi fiziksel durumlar ortaya çıkar. Organizma ikinci aşamaya hazırlanmış olur. Direnme aşamasında organizma stresle mücadele vermeye başlar. Eğer bunu başarırsa fiziksel etkiler kaybolur. Uzun vadede stresin belirtileri azalamadığı sürece davranışlarda ciddi bozulmalar meydana gelmektedir. Bu evreye tükenme aşaması adı verilmektedir. Sadece davranışsal bozulmalar değil fiziksel anlamda da birçok rahatsızlık meydana gelmektedir (Ömeroğlu, 2015, s. 8). Strese maruz kalan insanlar çabuk sinirlenebilmektedir. Önemsiz görülebilecek olaylara bile aşırı tepki gösterebilmektedir. Stres insanların uyku düzenini bozmaktadır. Alkol ve sigara tüketiminde artış görülebilir. Sürekli huzursuz ve gergin davranışlar sergilenir (Aksoy ve Kutluca, 2005, s. 462). Stres kontrol edilemesi gereken bir durumdur. Bu noktada bireyin stresle nasıl başa çıkacağı stresi nasıl yöneteceği oldukça önemlidir. Stres yönetimi, kişi stresle karşı karşıya kaldığında en uygun ve etkili biçimde stresle mücadele etmeyi sağlayarak, stresin birey üzerindeki etkilerini en az seviyeye indirilmesine yarayan bir süreç olarak değerlendirilir (Özel ve Karabulut, 2018, s. 53).

Altıparmak'ın (2018) yaptığı "psikoteknik merkezinde sınava giren bireylerde algılanan stres, stresle başa çıkma tarzları, genel öz yeterlilik ve anksiyete ile sınav başarısı arasındaki ilişki" adlı çalışmada algılanan stresi ölçmek için kullandığı Cohen, Kamarck ve Mermelstein tarafından 1983 yılında geliştirilmiştir. Ölçeğin Türk-

çe uyarlaması ise Eskin vd. (2013) tarafından yapılmıştır. Ölçekte 14 madde yer almaktadır. Cohen, Kamarck ve Mermelstein tarafından geliştirilen aynı ölçek Bardavit (2007) “Kişilik yapılarının stresi değerlendirme, stresle başa çıkma yaklaşımları, algılanan stres ve iş doyumunu üzerinde olan etkisinin karşılaştırmalı olarak incelenmesi” adlı çalışmada da kullanılmıştır. Ersarı (2010) “iş gören motivasyonunda algılanan stres düzeyinin ve stres yönetim tekniklerinin rolü banka çalışanları üzerinde bir uygulama” başlıklı araştırmasında iş stresini ölçmek için 31 maddeden oluşan bir ölçek kullanmıştır.

2017’de A ve B kişilik tipinin ölçmek için Koçak, Eti ve Gürsoy’un anket formu kullanılmıştır. Algılanan stresi ölçmek için Levenstein ve diğerleri (1993) tarafından geliştirilen algılanan stres ölçeği ile araştırma sorunu irdelenmeye çalışılmıştır.

İki kavramsal yapı hakkında alanyazında çok sayıda araştırma yapılmış olmasına rağmen, araştırmanın hizmet sektöründe yer alan kabin memurları üzerinde yapılmamış olduğu görülmektedir. Tip A/Tip B kişilik yapısının algılanan strese olan etkisini özellikle kabin memurları açısından incelemeyi amaçlayan araştırma bu alanla ilgili bilimsel bilgilerin toplanmasına katkı sağlayabilir.

3. METODOLOJİ VE MODEL

Araştırmada katılımcıların iki kavramsal yapıya ait cevapları istatistiksel analizlere tabi tutulmuş ve değerlendirilmiştir. Anket yöntemiyle Tip A/Tip B kişilik yapısının algılanan stres üzerindeki etkisi tanımlanmaya çalışılmıştır. Araştırma modeli Tip A/Tip B kişilik yapısı ile algılanan stres ve demografik değişkenler arasındaki ilişkiler olarak belirlenmiştir.

Kabin memurlarında Tip A/B kişilik yapısının Algılanan Stres üzerindeki etkisi dört hipotezle test edilmiştir. Birincisi temel hipotezdir. Temel hipotezde kabin memurlarının Tip A/Tip B kişilik özelliklerine sahip olmasının yaşadıkları stres üzerinde ne ölçüde etkisi olduğu incelenmiştir. Diğer üç hipotezde ise demografik değişkenler olan Yaş, Deneyim Süresi ve Eğitim Durumunun düzeylerine göre stres puanları arasında farklılık olup olmadığı araştırılmıştır. Temel hipotez basit doğrusal regresyon analizi yöntemiyle, demografik değişkenlerle ilgili olan ilişkiler ise tek yönlü varyans analizi ile test edilmiştir.

4. ANA KÜTLE, ÖRNEKLEM, ARAŞTIRMA UYGULAMASI

Çalışma, kabin memurlarında Tip A/Tip B kişilik yapısının algılanan stres üzerindeki etkisini açıklamayı hedefleyen nicel bir araştırmadır. Araştırmanın ana kütlelerini bir havayolu firmasında görev yapmakta olan kabin memurları oluşturmaktadır. Çalışma, vaka araştırması niteliğindedir. Araştırmanın gerçekleştiği havayolu firmasında toplamda 10593 kabin memuru görev almaktadır. Ana kütleli bu kişiler oluşturmaktadır.

Anket uygulaması için kolayda ve tesadüfi örnekleme yöntemi uygulanmıştır. Anket formları söz konusu işletmede kabin şeflerine dağıtılmış olup, belirlenen sürede orada bulunan kabin memurlarına doldurtulmuştur. Anketlerin bir kısmı eğitim merkezinde uygulanırken bir kısmı da havaalanında uygulanmıştır. Ankete katılım sağ-

layanlar tamamen tesadüfi olarak gelen kişilerden oluşmaktadır. O gün yapılan eğitime katılanlar ve sınırlı zaman içerisinde tesadüfi şekilde orada bulunan kişilere uygulanması sebebiyle kolayda örneklemedir. Örneklem popülasyonunu temsilen İstanbul ilinde bulunan tek bir havayolu şirketinde veri toplama işlemi tamamlanmıştır. Örneklem birimi olarak host, hostes ve kabin şefleriyle anket uygulaması gerçekleştirilmiştir. Yöneticiler anket uygulamasına dahil edilmemiştir.

Çalışmanın vaka analizi niteliği taşıması sebebiyle 200 kişilik örnekleme ulaşılmışının çalışma açısından yeterli olduğu düşünülmüştür. Çalışmada 1:5 kriteri dikkate alınarak örneklem büyüklüğü belirlenmiştir. Bu kriter dikkate alındığında ölçekler içerisinde en fazla madde sayısına sahip olan ölçeğin (Algılanan Stres Ölçeği 30 maddeden oluşmaktadır) beş katı kadar katılımcıya ulaşmak amaçlanmıştır. Katılımcıların yanıt vermeme ihtimali, bazı anketlerin iptal edilme ihtimali göz önünde bulundurularak örnek kütle büyütülmüş ve 200 kişi olarak belirlenmiştir. İlgili kurum yöneticilerine 200 kabin memuruna anket uygulanacağı bilgisi verilmiştir. Tüm katılımcılardan anketleri eksiksiz doldurmaları talep edilmiştir. Anket uygulaması sonucunda dört tane anket veri yetersizliği ve analiz dışında tutulması sebebiyle geçersiz sayılarak iptal edilmiştir. Araştırma için 196 anket formu analiz edilerek değerlendirilmiştir.

Anket uygulaması; yüz yüze anket yöntemi şeklinde değil, kendi kendine yanıtlama yöntemi şeklinde gerçekleştirilmiştir. Uygulanan anket formları katılımcılar tarafından okunarak cevaplandırılmıştır. Anket uygulamasına geçilmeden önce katılımcılara araştırmanın amacı, anketin içeriği, araştırmanın önemi, anketi nasıl doldurmaları gerektiği, anketin kaç dakika süreceği hakkında araştırmacı ve kabin şefleri tarafından 15 dakikalık kısa bir ön bilgi verilmiştir. Tüm katılımcılara gerekli bilgiler sunulmuştur. Araştırmada gönüllü katılım formu uygulanmıştır. Bütün katılımcılara şirket isminin, katılımcıların bilgilerinin ve ankete verdikleri cevapların gizli tutulacağına ve tüm cevapların tamamen bilimsel amaçlar için kullanılacağına dair güvence verilmiştir Katılımcılara ankete dair herhangi bir soruları olursa araştırmacıya başvurabilecekleri belirtilmiştir. Anket formları bilgilendirme ortamında uygulanmıştır.

5. ÖLÇÜM ARACI VE ÖLÇÜM UYGULAMASI

Araştırmada Tip A/Tip B kişilik yapısını ve algılanan stresi ölçmek için iki ayrı ölçüm aracı kullanılmıştır. Demografik değişkenler üç değişkenle sınırlıdır. Araştırmada kullanılan anket formu üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm demografik sorulardan (yaş, deneyim süresi, eğitim durumu) oluşmaktadır. İkinci bölümde Tip A/ Tip B kişilik ölçeği Koçak, Eti ve Gürsoy'un (2017) "A Ve B Kişilik Tipine Sahip Kamu Ve Özel Sektör Çalışanlarının Kişilik Tiplerinin İncelenmesi: Yalova Örneği" isimli makalesindeki ölçek kullanılmıştır. Bu ölçek beşli likert tipi olarak 23 maddesi bulundurmaktadır. Ölçeğin boyut sayısından alanyazında bahsedilmemiştir. Araştırmada faktör sayısı belirlenmeye çalışılmış ve analizler buna göre yapılmıştır. Ölçekte kullanılan etiketlerin karşılık geldiği dereceler şu şekilde tanımlanmaktadır: *Hiç Doğru Değil* = 1; *Kısmen Doğru* = 2; *Yarı Yarıya* = 3; *Büyük Ölçüde Doğru* = 4; *Kesinlikle Doğru* = 5 şeklindedir. Anketin üçüncü bölümünde ise Levenstein ve

diğerleri (1993) tarafından geliştirilen algılanan stres ölçeği vardır. Ölçek, hastanede bulunan hastalar, sağlık çalışanları ve öğrencilerden oluşan gruplar üzerinde yapılan uygulamalarla geliştirilmiş ve orijinal halini almıştır. Kişilerin stresi hangi düzeyde algıladıklarını ölçmek amacıyla geliştirilen bu ölçek 30 maddeden oluşmaktadır ve beşli likert ölçeği olarak değerlendirilmektedir. Ölçekte kullanılan etiketlerin karşılık geldiği dereceler Tip A/Tip B kişiliği ölçeğinde kullanılan tanımlamalarla aynıdır.

Araştırmanın bağımsız değişkeni Tip A/Tip B kişilik yapısıdır. Araştırmanın bağımlı değişkeni ise algılanan strestir. Yapılan faktör analizleri sonucunda Tip A/Tip B kişilik yapısı ölçeğindeki 23 madde 16 maddeye indirilmiştir. Algılanan stres ölçeğindeki 30 madde ise 23 maddeye indirilmiştir. Araştırmanın analizleri her iki ölçek için de belirlenen faktör yapılarıyla devam etmiştir.

6. ARAŞTIRMA HİPOTEZLERİ VE İSTATİSTİKİ ANALİZLER

Tip A/Tip B kişilik yapısı araştırmanın tahmin/bağımsız değişkeni olarak tanımlanmaktadır. Algılanan stres ise araştırmanın sonuç/bağımlı değişkeni olarak tanımlanmaktadır. Araştırmanın ana hipotezi “kabin memurlarında Tip A/Tip B kişilik yapısının algılanan stres üzerinde etkisi” olarak belirlenmiştir. Tip A/Tip B kişilik yapısına ait puanları yüksek olan kabin memurlarının algıladıkları stres puanları daha yüksek olması beklenmektedir. Tip A/ Tip B kişilik yapısı özelliklerinin algılanan strese olan etkisini belirlemeye çalışan araştırmanın hipotezi basit doğrusal regresyon analizi ile test edilmiştir. Bağımsız demografik değişkenler olan yaş, deneyim süresi, eğitim durumu ve algılanan stres (sonuç değişkeni) arasındaki ilişkilerin belirlenmesi için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıkların test edilebilmesi için çeşitli testler uygulanmıştır.

7. BULGULAR

Araştırmanın bulguları; demografik değişkenlere ilişkin bulgular, ölçeklerin boyut-sallığı, güvenilirliği ve geçerliliği, hipotez testine ilişkin bulgular başlıkları altında toplanmıştır.

8. TANIMLAYICI İSTATİSTİKLER

Araştırmanın demografik değişkenlerini yaş, eğitim durumu ve deneyim süresi oluşturmaktadır. Demografik verilerin frekans dağılımları hesaplanmıştır. Elde edilen bulgular aşağıdaki gibidir:

Katılımcıların %6’sını (11) 18-22 yaş grubu oluşturmaktadır. Katılımcıların %29’u (56) 23-27 yaş grubunda, %37’si (72) 28-32 yaş grubunda ve %28’i (55) ise 33 yaşından büyük olan gruptadır. Gruplar içerisinde genç yaş dağılımı diğer gruplara göre daha düşüktür.

Deneyim süresi değişkenine göre bakıldığında katılımcıların %31’inin (59) 1-2 yıl deneyim süresinde, %22’sinin (41) 3-5 yıl deneyim süresinde ve %48’inin (91) 5 yıl deneyim süresinden fazla olduğu anlaşılmıştır. Katılımcılar arasında deneyim süresi en fazla olan grup ağırlıkta bulunmaktadır.

Eğitim durumu değişkenine bakıldığında katılımcıların % 8'inin (15) lise eğitim derecesine sahip olduğu, %25'inin (49) ön lisans eğitim derecesinde ve %67'sinin (130) lisans ve sonrası eğitim derecesine sahip olduğu anlaşılmıştır. Eğitim seviyesi yüksek olan grup dağılımında ağırlıklıdır.

Yaş faktörü dikkate alındığında Tip A/Tip B kişiliği açısından en yüksek puanların 23-27 ve 33-+ yaş gruplarında elde edildiği görülmüştür. Algılanan stres açısından ise en yüksek puanlar 33-+yaş grubundadır. Deneyim faktörü değişkenine göre ise deneyim süresi en fazla olan grupla en az deneyime sahip olan gruptakilerin kişilik puanları aynıdır ve stres puanları daha yüksek çıkmıştır. Eğitim durumu açısından bakıldığında ise kişilik puanı en fazla lise derecesine sahip olan grupta çıkmış ancak stres puanları diğer gruplara kıyasla daha düşüktür.

9. BOYUTSALLIK, GÜVENİLİRLİK VE GEÇERLİLİK ANALİZLERİ

Araştırmada yer alan ölçeklerin boyutsallık analizleri verilerin nonparametrik olması nedeniyle FACTOR 9.3.1 programı ile gerçekleştirilmiştir. Her iki kavramsal yapı için faktör analizi yapılmıştır.

Faktör analizi sonucunda faktör yükü 0,40'ın altında olan maddeler ölçekten çıkarılmıştır. Ölçeğin alanyazında tek faktörlü olması sebebiyle sadece birinci faktörde yer alan maddeler ölçeğe dahil edilmiştir. Anlamli sonuç vermediği için ikinci faktör dikkate alınmamıştır. Ölçekteki maddelerin tek bir faktör altında açıklanmasının yeterli olabileceği ancak faktör yükü sınırının altında kalanların ölçekten çıkarılarak açıklanması gerektiği sonucuna varılmıştır.

Tip A/Tip B kişilik ölçeği için yapılan AFA (açıklayıcı faktör analizi) sonucunda Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testinde elde edilen değer 0,771'dir. Bu değere göre Bartlett küresellik testinin anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır (1249,8; $df = 253$; $p = 0,00$). Algılanan Stres ölçeği için gerçekleştirilen AFA sonucunda KMO testinden 0,916 değeri elde edilmiş ve bu değere göre Bartlett küresellik testinin anlamlı olduğu görülmüştür (2897,6; $df = 435$; $p = 0,00$). KMO değeri 0,50'nin üzerindeyse araştırmaya tabi tutulan örneklem büyüklüğünün yeterli ve analize uygun olduğu anlamına gelmektedir.

Şencan'a (2015) göre "Bir ölçekte maddelerin birbiriyle olan korelasyon katsayılarının hepsinin yüksek olmasının ölçeğin bütün güvenilirliğini düşürmektedir. Bunun için araştırmacı nihai ölçekte olması gerektiği kadar yüksek korelasyonlu madde alıkoyar, diğerlerini ölçekten çıkarır" (s. 250). Ölçek maddeleri arasındaki korelasyon değerleri hesaplanmış ve incelenmiştir. Korelasyon değerleri için uygun görülen aralık 0,30-0,70 arasındadır (Pehlivanoglu, 2018, s. 166). Her iki ölçeğe ait maddelerin korelasyon değerlerine bakıldığında büyük ölçüde uygun aralıkta oldukları görülmüştür.

Her iki ölçekteki maddelerin çoklu normallik koşulunu sağlamaması sebebiyle polikorik korelasyona dayalı faktör analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda Tip A/Tip B kişilik ölçeğinden faktör yükü 0,40 sınırının altında olan yedi madde çıkarılmış ve

nihai ölçek 16 madde olarak belirlenmiştir. Algılanan stres ölçeğinden de yedi madde çıkarılarak nihai aşamada ölçek 23 madde olarak belirlenmiştir.

Tablo 1. A/B Tipi Kişilik Ölçeğinin Cronbach Alfa Değeri

Standartlaştırılmış maddelere dayalı		
Cronbach Alfa	Cronbach Alfa	Madde Sayısı
0,783	0,789	16

Ölçekte bulunan maddelerin kendi içinde ne ölçüde tutarlı ve güvenilir olduğunu test etmek için Cronbach alfa katsayısına ihtiyaç vardır. Bu katsayı 0,60 sınırının altında ise ölçeğin güvenilir olduğu söylenemez (Bayer ve Baykal, 2018, s. 97). Tip A/ Tip B kişilik ölçeğinin iç tutarlılığını belirlemek için bakılan Cronbach alfa katsayısı 0,78 olarak elde edilmiştir (bk. Tablo 1).

Tablo 2. Algılanan Stres Ölçeğinin Cronbach Alfa Değeri

Standartlaştırılmış maddelere dayalı		
Cronbach Alfa	Cronbach Alfa	Madde Sayısı
0,869	0,862	23

Algılanan Stres ölçeğinin iç tutarlılığını belirlemek için yapılan analizin sonucunda Cronbach alfa katsayısı 0,86 olarak bulunmuştur. Bu değerler her iki ölçeğin de güvenilirlik açısından yüksek bir düzeyde olduğunu göstermektedir (bk. Tablo 2).

10. HİPOTEZ TESTİ BULGULARI

Tip A/Tip B kişilik yapısının algılanan stres üzerindeki etkisini tanımlamayı amaçlayan araştırmanın temel hipotezi basit doğrusal regresyon analizi ile test edilmiştir. Regresyon analizi yapılmadan önce testin regresyon ön koşullarının karşılanıp karşılanmadığı incelenmiştir. Buna göre (a) doğrusallık, (b) hata terimlerinin normal dağılması, (c) hataların bağımsızlığı ve (d) varyansların homojenliği olan ön koşullar incelenmiştir. Araştırma hipotezinde tek bir bağımsız değişken olduğundan çoklu bağlantıya bakılmamıştır. Sonuç olarak test edilen bütün koşulların karşılandığı görülmüştür.

Yapılan istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgular şu şekildedir. a) toplam varyansın açıklanma yüzdesi ve anlamlılık değeri, b) tahminin güven aralığı. Kabin memurlarının Tip A/Tip B kişilik ölçeğinde verdikleri cevaplar doğrultusunda algılanan stresi anlamlı bir şekilde tahmin edebilme olanağı sağlayıp sağlamadığını belirleyebilmek için yapılan analizin sonucunda Tip A/Tip B kişilik yapısı değişkeninin varyansın 0,023 'ünü açıkladığı görülmüş ($R^2=0,023$; $F = 4,608$; $p = 0,03$) ve bu oranın algılanan stres değişkeninin yeterli düzeyde açıklama imkanı sunmadığı

ortaya çıkmıştır $\beta = 0,152$, $p < 0,033$). Güven aralığı bulgularına bakıldığında, Tip A/Tip B değişkeninde 1 puanlık bir artışın Algılanan Stres puanlarında 0,013 ile 0,313 puanlık bir değişiklikte sonuçlanacağı görülmektedir.

Alt hipotezler ise tek yönlü varyans analizi ile test edilmiştir. Algılanan stresin yaş faktörü düzeylerine göre ne ölçüde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için varyans analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($F(3,190) = 6,079$, $p = 0,00$). 18-22 ve 33-+ yaş grubunun Stres puanlarıyla 23-27; 28-32; yaş gruplarının Stres puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır. Stres puan ortalamalarına bakıldığında 2,25 puan ortalamasıyla 33-+ yaş grubu ve 1,54 puan ortalamasıyla 18-22 yaş grubunun diğer gruplardan farklılaştığı görülmektedir.

Yaşanan stresin deneyim faktörü düzeylerine göre ne ölçüde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($F(2,188) = 7,425$, $p = 0,00$). 1-2 ve 3-5 yıl deneyim süresi olan grubun Stres puanlarıyla 5+ deneyim süresi olan grubun Stres puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Stres puan ortalamaları incelendiğinde 1,89 puan ortalaması sebebiyle 1-2 yıl deneyim süresine sahip olan grubun diğerlerinden farklılaştığı görülmüştür. Bu gruptaki kişilerin stres puanının daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Yaşanan stresin eğitim faktörü düzeylerine göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlemek için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F(2, 191) = 0,529$, $p = 0,59$). Lise grubunun stres puanlarıyla ön lisans; lisans ve sonrası gruplarının stres puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur.

11. DEĞERLENDİRME VE SONUÇLAR

Araştırma tek bir model altında temel hipotez ve alt hipotezlerle test edilmiştir. Yapılan istatistiksel analizlerle birlikte test edilen hipotezlerin sonuçları aşağıda verilmiştir.

Kabin memurlarının sahip olduğu Tip A/Tip B kişilik özelliklerinin algılanan stres üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ortaya çıkmış olmasına rağmen bu etkinin zayıf olduğu görülmektedir. Etkinin zayıf görülmesinin nedeni yüzde 2 gibi düşük bir seviyede kalmasıdır. Dolayısıyla kabin memurlarının algılamış oldukları stresi sadece sahip olunan Tip A/Tip B kişilik özellikleriyle açıklamanın yeterli olmayacağı sonucuna varılmıştır. Bu sebeple modele daha fazla bağımsız değişken eklenerek incelenmesi gerektiği anlaşılmıştır.

Algılanan stresin yaş faktörü düzeylerine göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmek için yapılan varyans analizinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüş stres puanlarının yaş faktörüne göre değişen bir özelliğe sahip olduğu anlaşılmıştır. Yaşı yüksek olan grubun stres puan ortalamasının daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Yaşanan stresin deneyim faktörü düzeylerine göre ne ölçüde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüş ve stres puanlarının deneyim faktörüne göre değişkenlik gösterdiği saptanmıştır. Deneyim süresi grupları arasında belirgin farklılıklar olmamakla beraber stres ortalaması en fazla olan deneyim süresi üç ile beş yıl arasında olan gruptur.

Algılanan stresin eğitim faktörü düzeylerine göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlemek için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Stres puanlarının eğitim faktörüne göre değişkenlik göstermediği anlaşılmıştır.

Tip A/Tip B kişilik yapısı açısından bakıldığında yaş faktörüne göre en yüksek puanların 23-27 ve 33-+ yaş gruplarında olduğu görülmüştür. Deneyim faktörüne göre bakıldığında en fazla deneyim süresi olan grup ile en az deneyim süresi olan grubun kişilik puanları aynıdır ve stres puanları yüksek çıkmıştır. Eğitim durumuna göre lise grubunun kişilik puanı en fazla çıkmıştır ve diğer gruplarla kıyaslandığında stres puanları düşüktür.

12. SONRAKİ ARAŞTIRMALAR İÇİN ÖNERİLER

Çalışma belirli kısıtlar içinde gerçekleştirilmiştir. Kısıtlardan biri araştırmanın tek bir havayolu şirketinde yapılması ve belirli sayıda kişiye uygulanmış olmasıdır. İkinci kısıt ise algılanan strese etki eden faktörler içerisinde sadece Tip A/Tip B kişilik faktörünün temel olarak değerlendirilmesidir. Yapılan analizler sonucunda algılanan stresi etkileyen daha fazla bağımsız değişkenin araştırmaya dâhil edilmesi gerektiği ortaya çıkmıştır. Algılanan stres kavramını sadece Tip A/Tip B kişilik faktörüyle açıklamak yeterli olmamıştır. Bu konuda yapılacak daha sonraki araştırmalarda modelde tek bir bağımsız değişken yerine daha fazla bağımsız değişkenle açıklamaya çalışılmak yerinde olacaktır. Bu açıdan bakıldığında kabin memurlarının uçaktayken acil bir durumla karşılaşma durumu, uykusuzluk, alkol tüketimi, yorgunluk veya sağlık durumları gibi faktörlerin bağımsız değişken olarak alınması önerilebilir. Araştırmayı kısıtlayan noktalardan birisi de kabin memurlarının bu tür çalışmalar için yeterli vakitlerinin olmayışıdır. Bu kapsamda havayolu şirketlerinin yapılacak araştırmalara katkıda bulunabilmek için ciddi destek vermesi gerekmektedir.

KAYNAKÇA

- Aksoy, A., & Kutluca, F. (2005). Çalışma hayatında stres kaynakları, stres belirtileri ve stres sonuçlarının incelenmesi üzerine bir araştırma. *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi*, 2005(49), s. 458-486.
- Altıparmak, E. (2018). *Psikoteknik merkezinde sınava giren bireylerde algılanan stres, stresle başa çıkma tarzları, genel öz yeterlilik ve anksiyete ile sınav*

- başarısı arasındaki ilişki.* Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Aşık, N. A. (2005). Otel işletmelerinde çalışanların kişilik yapısı ile stresten etkilenme düzeylerinin analizine ilişkin bir araştırma. *Yönetim ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 3(3), s. 126-146.
- Aydın, C. (2016). *A ve B kişilik tiplerinin boş zaman davranışlarının kıyaslanması.* Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi , Eskişehir.
- Aysal, N. (2014). *Stres algısı, başa çıkma, kişilik ve sağlık arasındaki ilişkilerin etkileşimsel stres ve başa çıkma modelinde incelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi, Okan Üniversitesi, İstanbul.
- Aytaç, S. (2015). Stres kaynakları ve stresin psikolojik semptomlarının öfke kontrolü ile ilişkisi: polis memurları üzerine bir araştırma. *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi*, 2015(69), s. 1 - 27.
- Bardavit, M. (2007). *Kişilik yapılarının - stres değerlendirme, stresle başa çıkma yaklaşımları, algılanan stres ve iş doyumunu üzerinde olan etkisinin karşılaştırmalı olarak incelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi , İstanbul.
- Bayer, N., & Baykal, Ü. (2018). Sağlık çalışanları kalite algı ölçeğinin geliştirilmesi. *Journal of Health and Nursing Management*, 5(2), s. 86-99.
- Biricik, Y. S. (2018). *Akademik personelin örgütsel stres kaynakları ve stresle başa çıkma düzeylerinin öğrenilmiş güçlülük yönünden değerlendirilmesi.* Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Bortner, R. W. (1966). A short rating scale as a potential measure of pattern A. *Journal of Chronic Diseases*(22), s. 87-91.
- Bozyılan, E. (2018). *Hemşirelik öğrencilerinin spor yapma davranışlarının algılanan stres, biyo-psiko-sosyal cevap ve stresle başatma davranışları üzerine etkileri.* Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.
- Can, Y. (2007). *A ve B tipi kişilikler bakımından mobbing kişilik ilişkisinin incelenmesi ve bir uygulama.* Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.
- Dede, H. (2013). *Yoğun bakım hemşirelerinde stres düzeyi ve stres ile mücadele yöntemleri(Denizli devlet hastanesi ve Denizli Servergazi devlet hastanesi örneği).* Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), s. 56-64.
- Doğru, N. (2018). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeylerinin stres, stresle başa çıkma tarzları ve sosyal destek değişkenleri bakımından incelenmesi.* Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Durna, U. (2004). Stres, A ve B tipi kişilik yapısı ve bunlar arasındaki ilişki üzerine bir araştırma. *Yönetim ve Ekonomi Dergisi*, 11(1), s. 190-206.
- Durna, U. (2005). A ve B tipi kişilik yapısı ve bunlar arasındaki ilişki üzerine bir araştırma. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 19(1), s. 276-290.

- Erol, E. (2013). *Bireylerin kişilik tipleri ve demografik özelliklerinin kariyer tercihlerindeki rolüne ilişkin bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Ersarı, G. (2010). *İş gören motivasyonunda algılanan stres düzeyinin ve stres yönetim tekniklerinin rolü banka çalışanları üzerinde bir uygulama*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Fidan, E. (2015). *Örgüt kültürünün örgütsel stres ve mesleki stres ile ilişkisi: Türkiye'deki bazı üniversitelerde bir alan çalışması*. Yüksek Lisans Tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Kahramanmaraş.
- Gökpinar, G. (2014). *İçsel-dışsal denetim odaklı beyaz yakalı çalışanlarda A ve B tipi kişilik özellikleri ile iş stresi ve algılanan örgütsel destek arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- İbrahimoğlu, N., & Karayılan, D. (2012). A ve B tipi kişilik özellikleri ile zaman yönetimi davranışları arasındaki ilişkiler. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*(33), s. 251-262.
- Karabacak, G. (2010). *İşgören kişilik özelliklerinin iş stresi üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Kaya, M. D., & Keskin, G. (2008). Yöneticilerin yönetsel stres kaynakları ve strese yatkınlık düzeyleri: erzurum'da bir araştırma. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(1), s. 371 - 388.
- Koçak, O., Eti, S., & Gürsoy, G. (2017). A ve B kişilik tipine sahip kamu ve özel sektör çalışanlarının kişilik tiplerinin incelenmesi: Yalova örneği. *HAK-İŞ Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 6(15), s. 380-397.
- Ocak, M., & Güler, M. (2013). A tipi kişilik ve başa çıkma yöntemlerinin stresle ilişkisi: Türk ve Bosnalı öğrenciler arasında karşılaştırmalı bir araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 5(8), s. 135 - 147.
- Okutan, E., & Sütütemiz, N. (2015). Mobbing (yıldırma) ve kişilik ilişkisi: hizmet sektörü çalışanları üzerinde bir örnek olay incelemesi. *Bilgi Ekonomisi ve Yönetimi Dergisi*, 5(1).
- Ömeroğlu, M. (2015). *Anaokulu öğretmenlerinin okuldaki stres belirtileri, stres kaynakları, bu stres kaynakları ile başa çıkma yolları ve yaşadıkları örgütsel stresin performanslarına etkisi nedir?* Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Antalya.
- Özel, Y., & Karabulut, A. B. (2018). Günlük yaşam ve stres yönetimi. *Türkiye Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 1(1), s. 48-56.
- Özsoy, E. (2013). *A tipi ve B kişilik ile iş tatmini arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Pehlivanoglu, M. Ç. (2018). *Çok uluslu ve ulusal işletmelerde örgütsel yapıların yöneticilerin yönetsel yetkinlik kazanımı üzerindeki etkisi*. Doktora Tezi, İstanbul.

- Pertev, E. (2006). *A tipi ve B tipi kişilik özellikleri ile stres arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- S, C., T, K., & R, M. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*(24), s. 385-396.
- S, L., Prantera, C., Varvo, V., Luzi, C., & Andreoli, A. (1993). Development of the perceived stress questionnaire: a new tool for psychosomatic research. *Journal of Psychosomatic Research*, 37(1), s. 19-32.
- Sakallı, A. E. (2018). *A tipi ve B tipi kişilik özelliğine sahip bireylerde iş doyumunu ve kazalanma arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Saygılı, M., Onay, Ö. A., & Ayhan, M. (2017). Kişilik özellikleri bağlamında yaşam memnuniyeti üzerine bir araştırma. *Yorum-Yönetim-Yöntem Uluslararası Yönetim-Ekonomi ve Felsefe Dergisi*, 5(2), s. 61 - 72.
- Semiz, B. B. (2017). A ve B tipi kişilik özelliklerine göre tüketicilerin plansız, kompulsif ve hedonik satın alma davranışlarının araştırılması. *Pazarlama İlgörüsü Üzerine Çalışmalar*, 1(1), s. 13-22.
- Şencan, H. (2015). *Sosyal ve davranışsal ölçümlere güvenilirlik ve geçerlilik*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- 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.
- Yurtsever, H. (2009). *Kişilik özelliklerinin stres düzeyine etkisi ve stresle başa çıkma yolları: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*. Dokuz Eylül Üniversitesi. İzmir: Yüksek Lisans Tezi.