

Dr. Kamer Gür¹, Dr. Saime Erol², Hemşire Ayşe Sengel³

Geliş/Received : 02.12.2017
Kabul/Accepted : 22.04.2018

Öz

Amaç: Bu çalışmanın amacı, destek hizmetler sunan özel bir şirketin mavi yakalı çalışanlarında stres algısı, stres yönetimi ve etkileyen faktörleri belirlemektir.

Metod: Tanımlayıcı araştırma tasarımı ile yürütülen çalışma, Haziran- Ağustos 2015 tarihleri arasında İstanbul'da destek hizmet veren özel bir şirkette yürütüldü. Araştırma, gönüllü katılan 820 çalışan ile tamamlandı. Veriler, Sosyo-demografik Özellikler Formu, Algılanan Stres Ölçeği ve Stres Yönetimi Ölçeği kullanılarak toplandı.

Bulgular: Eğitim düzeyi ve sosyoekonomik düzeyi düşük olan, haftada 48 saatten fazla çalışan, bazen koruyucu önlem alan, korunma konusunda sağlık eğitimi almayan, sırt ağrısı, uykusuzluk, baş ağrısı, mide problemi, kas krampları şikâyetlerini çok sık yaşayan çalışanlar Algılanan Stres Ölçeği'nden istatistiksel olarak anlamlı daha yüksek puan aldılar ($p < ,05$). Kadınlar, gelirini yetersiz bulanlar, çalışmanın sağlık risklerini bilmeyenler, uykusuzluk, solunum problemleri ve kas krampları şikâyetlerini "çok sık ve bazen yaşayanlar" Stres Yönetimi Ölçeği'nden istatistiksel olarak anlamlı daha düşük puan aldılar ($p < ,05$).

Sonuç: Mavi yakalı çalışanların stres algıları ortalamanın altında ve stres yönetim puanları ise ortalamanın üstündedir.

Anahtar sözcükler: Mavi yakalı çalışanlar, stres algısı ölçeği, stres yönetimi, işçi sağlığı

Abstract

Aim: The aim of this study is to determine perception of stress, stress management and associated factors among blue-collar employees of a private company providing support services.

Method: The study, having a descriptive design, was carried out between June and August, 2015 in İstanbul at a private company providing support services. It was conducted among 820 employees who volunteered to participate in the research. The data were gathered using Socio-demographic Characteristics Form, Perceived Stress Scale and Stress Management Rating Scale.

Findings: The participants with lower socio-economic status and educational attainment level and those working more than 48 hours a week, occasionally taking preventive measures, not having received health education on prevention, experiencing health problems such as back pain, insomnia, headache, stomach problems and muscle cramps frequently, scored significantly higher on Perceived Stress Scale ($p < 0.05$). The females, the participants who perceived their income to be inadequate, those not being aware of health risks of their jobs, experiencing insomnia, respiratory problems and muscle cramps "sometimes or very often" received significantly lower scores on Stress Management Rating Scale ($p < 0.05$).

Conclusion: The perception of stress among blue-collar employees was below the average and their scores on the stress management scale were above the average.

Key words: Mblue-collar employees, Perceived Stress Scale, Stress management, Occupational health

1 Yrd. Doç.; Marmara Ü. Sağlık Bilimleri Fak. Halk Sağlığı Hemşireliği Bölümü, İstanbul

2 Doç.; Marmara Ü. Sağlık Bilimleri Fak. Halk Sağlığı Hemşireliği Bölümü, İstanbul

3 Hemşire, Açı Okulları

Giriş

İşten kaynaklı taleplerin, çalışanın yeteneği, kaynakları ya da gereksinimleriyle uyuşmaması durumunda ortaya çıkan zararlı fiziksel ve duygusal tepkilere iş stresi denir (1,2). İş stresi, çalışanların psikolojik ve fizyolojik sağlığını ve iş verimliliğini etkileyerek, hem birey hem de işveren için maddi ve manevi kayıplara neden olmaktadır. Bireyler günlük yaşamlarının yaklaşık üçte birini iş ortamlarında geçirirler, bu süre göz önüne alındığında iş stresinin insan yaşamındaki önemi daha da iyi anlaşılmaktadır (3). Literatürde, beş işçiden birinin işten kaynaklanan stresi olduğu, aşırı iş yükü, idari desteğin olmaması, kötü sağlık, sırt ağrısı, sigara ve alkol alımı gibi faktörlerin stresle ilişkili olduğu bildirilmektedir (4). Amerika Stres Kurumu'na göre, işyerinde hastalıkların %60'ı stres kaynaklıdır ve iş stresinden kaynaklı hastalıklara yılda 200 milyar \$ harcanmaktadır (5).

Çalışılan işe bağlı stres, bazı meslek gruplarını daha az bazı meslek gruplarını ise daha yoğun etkilemektedir. Zihin gücünden daha çok fiziksel güçlerini kullanarak işletme, fabrika, endüstriyel alanlar, arazi, saha ve üretim hattında, süreli ücret karşılığı çalışanlara mavi yakalı çalışanlar denmektedir (6). Konu ile ilgili literatür taramasında; İş Stresi Ölçeği kullanılarak yapılan bir araştırmada beyaz yakalı çalışanların %32,2'sinin, mavi yakalı çalışanların %67,8'inin yüksek düzeyde stresli oldukları bulunmuştur (7). Yenihan ve arkadaşları (2014) bir otomotiv işletmesinde mavi yakalı çalışanların beyaz yakalı çalışanlara göre daha yüksek iş stresi tutum puanına sahip olduklarını tespit etmişlerdir (2).

Birey stresle karşılaştığında savaşmayı ya da kaçmayı seçebilir. Kaçma, içe kapanma, alkol madde bağımlılığı, saldırganlık, depresyon, intihar vb. tutum ve davranışlar stresle baş etmede etkisiz yöntemlerdir, bireye ve çevresine zarar verir (8). Nefes ve fizik egzersizleri, gevşeme yöntemleri, doğru beslenme, zamanı iyi yönetme, sosyal destek, iletişim ve problem çözme becerileri geliştirme ise stresle baş etmede etkili yöntemlerdir. Stres yaratan olay, bireyin baş etme kapasitesinin üstünde zorlar ise fiziksel hastalıklar, yorgunluk, yüksek tansiyon, kardiyovasküler problemler vb. fiziksel sorunlar görülebilir. Uykusuzluk ya da aşırı uyuma, işsizlik, yemede artış, konuşma güçlükleri, bir maddeye (sigara,

alkol vb.) aşırı düşkünlük, sakarlık, gevşemede güçlükler ise stres kaynaklı davranışsal problemlerdir. Tedirginlik, unutkanlık, alınganlık vb. gibi stres kaynaklı psikolojik sorunlar da görülebilir (9,10).

İşyerinde çalışanların sağlığını korumak ve geliştirmek, çalışma ortamını güvenli hale getirmek, yapılan işin olumsuz etkilerinden çalışanı korumak, sağlık risklerini önlemek iş yeri sağlık çalışanlarının ve iş yeri hemşiresinin görev ve sorumlulukları arasındadır. İş yeri hemşiresi, çalışma ortamı koşullarını ve çalışanları gözlemleyerek, düzenli sağlık taramaları yaparak, çalışanların bireysel ve iş ile ilişkili stres kaynaklarını, stresle baş etme yollarını öğrenerek, bu konuda destek sağlayabilir. Çalışanların stresle baş etmede etkili olan yolları seçmeleri konusunda danışmanlık yapabilir, gerekirse sevk ve izlem yaparak kurum çalışma şartlarının düzeltilmesi konusunda yönetim ile işbirliği içinde sorunu çözme yoluna gider (11). Bunun için öncelikle geçerli ve güvenilir ölçüm araçları ile çalışanların stres algıları ve baş etme yöntemleri belirlenmelidir.

Bu çalışma, destek hizmetler veren özel bir şirketin mavi yakalı çalışanlarında stres algısı, stres yönetimi ve etkileyen faktörleri belirlemek amacı ile yapılmıştır.

Gereç Yöntem

Yöntem: Araştırma tanımlayıcı araştırma tasarımı ile yürütüldü.

Araştırmanın yeri ve zamanı: Haziran- Ağustos 2015 tarihleri arasında İstanbul'da destek hizmetler sunan özel bir şirkette yürütüldü. Bu şirket, "Temizlik, Güvenlik, Teknik Hizmetler, Catering, Çamaşırhane Yönetimi, Bahçe Bakımı, Haşere İlaçlama, Ofis Destek ve Tesis Yönetimi" konusunda hizmet sunmaktadır. Şirket, çalışanlarını hizmet alanlarına özgü eğitimlerden geçirmekte ve çeşitli sertifika programları ile desteklemektedir. İstanbul dışında Ankara, Antalya, Bursa, İzmir Şubeleri ve Adana, Gaziantep, Eskişehir, Denizli, İzmit'te bölge ofisleri bulunmaktadır.

Evren örnekleme: Araştırmanın evrenini 1098 mavi yakalı çalışan oluşturdu. Örnek seçimine gidilmeyip gönüllü katılan ve yıllık izinde olmayan

820 çalışan ile araştırma tamamlandı. Çalışanların %80,1'i Temizlik, %10,4'ü Güvenlik, %4,4'ü Teknik destek, %4,0'ı Yemek, %1,1'i Bahçe hizmetlerinde hizmet veriyordu.

Veri toplama araçları: Araştırmanın verileri Sosyo-demografik Özellikler Formu, Algılanan Stres Ölçeği ve Stres Yönetimi Ölçeği kullanılarak öz-bildirime dayalı olarak toplandı.

Sosyo-demografik Özellikler Formu: Araştırmacılar tarafından hazırlan form, çalışanların sosyo-demografik özellikleri, alışkanlıkları ve sağlık durumları ile ilgili 26 kapalı uçlu sorudan oluşmaktadır.

Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ): Cohen, Kamarck ve Mermelstein (1983) tarafından bireyin hayatındaki durumları ne derece stresli algıladığını ölçmek için geliştirilmiştir. Türkçe uyarlaması Eskin ve arkadaşları (2013) tarafından yapılmıştır. "Hiçbir zaman (0)" ile "çok sık (4)" arasında değişen beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin 14 maddeli uzun formunun yanı sıra 10 ve dört maddeli olmak üzere iki formu daha bulunmaktadır. Bu çalışmada 10 maddeli kısa formu kullanılmıştır ve bu ölçekte ters puanlanan madde yoktur. Ölçeğin iki alt boyutu vardır. 1,2,3,4,5 ve 6. Maddeleri Stres/Rahatsızlık Algısı (SRA) alt boyutunu oluşturmaktadır. Bu çalışmada SRA ölçeğinin Cronbach's alfa değeri $\alpha=,83$; (min= 0, max: 24) bulunmuştur. "Yetersiz Özyeterlilik Algısı(YÖA) alt boyutunu ise 7,8,9 ve 10. maddeler oluşturmaktadır. Bu çalışmada YÖA ölçeğinin Cronbach's alfa değeri $\alpha=,79$ (min= 0, max=16) bulunmuştur. Yüksek puanlar stres algısının yüksek olduğunu göstermektedir (12).

Stres Yönetimi Ölçeği (SYÖ): Bu çalışmada Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II'nin "stres yönetimi alt" boyutu kullanılmıştır. SYBDÖ, Walker ve ark. (1987) tarafından geliştirilmiş, 1996 yılında tekrar revize edilmiştir (Walker ve ark., 1996). Türkçe'ye uyarlaması Bahar ve arkadaşları (2008) tarafından yapılmıştır. Bireyin sağlıklı yaşam biçimi ile ilişkili olarak sağlığı geliştiren davranışları ölçen toplam 52 madde ve 6 alt faktörden oluşmaktadır. Ölçeğin tüm maddeleri olumludur. Derecelendirme 4'lü likert şeklindedir. Hiçbir zaman (1), bazen (2), sık sık (3), düzenli olarak (4) olarak kabul edilmektedir.

Stres yönetimi alt boyutu sekiz maddelidir. Alınabilecek en düşük puan 4, en yüksek puan 32'dir. Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin Alpha güvenirlik katsayısı 0,92'dir. Ölçeğin alt faktörlerinin Cronbach's alfa değerleri 0,64-0,77 arasında değişmektedir. Bu çalışmada stres yönetimi alt boyutunun Cronbach's alfa değeri $\alpha=,64$ bulunmuştur (13).

Etik izinler: Bu tanımlayıcı araştırmanın yürütülebilmesi için kurumdan yazılı izin, katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Bu çalışmanın yürütülmesinde herhangi bir finansal destek alınmamış, çalışmanın finansmanı araştırmacı tarafından karşılanmıştır. Ayrıca çıkar çatışması ve ihtimali yoktur.

Verilerin analizi: Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler sayı, yüzde, aritmetik ortalama, standart sapma kullanıldı. Bağımlı bağımsız değişkenler arasındaki fark, Mann Whitney U, Kuruskal Wallis varyans analizi ile değerlendirildi. İleri analizler için Post-Hoc Games Howell testi kullanıldı.

Bulgular

Yaş ortalaması $36,0 \pm 9,6$ (min=21, max=67) olan çalışanların %44,4'ü kadın, %55,6'sı erkektir. Yüzde 72,6'sı evli, %55,7'si ilköğretim, %2,6'sı üniversite ve üstü eğitim almıştır. Büyük çoğunluğu (%80,1) temizlik işlerinde, %1,1'i bahçe işlerinde çalışmaktadır ve %66,6'sı aylık gelirini yetersiz bulmaktadır. Bireylerin %16,5'inin bir kronik hastalığı bulunmaktadır ve %43,4'ü sigara içmektedir. Yüzde 79,0'u vardiyalı, %51,5'i haftada 48 saat çalışmakta, %64,3'ü yaptığı işin sağlık risklerini bilmekte, %81,5'i iş kazası ve risklerinden korunmak için koruyucu önlem almaktadır (Tablo 1).

Çalışanlara sağlığını genel olarak nasıl algıladığını diye sorulduğunda %75,4'ü iyi, %24,6'sı orta şekilde ifade etmiştir. Fiziksel olarak hissettiği rahatsızlıklar sorulduğunda çok sık olarak; %5,6'sı sırt ağrısı, %7,1'i uykusuzluk, %4,1'i baş ağrısı, %3,2'si solunum problemi, %2,8'si çok sık grip olduğunu, %4,4'ü çok sık mide problemi, %4,6'sı çok sık kas krampları yaşadıklarını bildirmişlerdir ve %17,0'si sağlık hizmetlerine ulaşamadığını ifade etmiştir (Tablo 2).

Tablo 1. Çalışanların sosyo-demografik ve çalışma yaşamı ile ilgili özellikleri

Özellikler		n	%
Cinsiyet	Kadın	364	44,4
	Erkek	456	55,6
Medeni durum	Evli	595	72,6
	Bekâr	225	27,4
Yaş grup	20-29 yaş	195	23,8
	30-39 yaş	317	38,7
	40-49 yaş	244	29,8
	50 yaş ve üstü	64	7,8
Eğitim durumu	İlkokul	457	55,7
	Ortaokul	206	25,1
	Lise	136	16,6
	Üniversite ve üstü	21	2,6
Çalıştığı birim	Temizlik	657	80,1
	Güvenlik	85	10,4
	Teknik destek	36	4,4
	Yemek	33	4,0
	Bahçe	9	1,1
Aylık gelir	Yeterli	117	14,3
	Yetersiz	546	66,6
	Kısmen yeterli	157	19,1
Kronik hastalık	Evet	135	16,5
	Hayır	685	83,5
Sigara	İçiyor	356	43,4
	İçmiyor	464	56,6
Çalışma şekli	Vardiyalı	648	79,0
	Vardiyasız	172	21,0
Haftalık mesai	45 saat	398	48,5
	48 saat	422	51,5
Çalışmanın sağlık risklerini bilme	Biliyorum	527	64,3
	Bilmiyorum	293	35,7
Koruyucu önlem alma	Evet	668	81,5
	Bazen	91	11,1
	Hayır	61	7,4

Çalışanlar, SAÖ toplamından ortalama $13,4 \pm 6,9$ puan, SRA alt boyutundan ortalama $8,6 \pm 4,4$ puan, YÖA alt boyutundan ortalama $4,8 \pm 3,2$ puan almışlardır. SYÖ'den ortalama $19,0 \pm 4,9$ puan almışlardır.

Algılanan stres ölçeği toplam ve SRA, YÖA alt boyut puan ortalamaları ile stres yönetimi ölçeği puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmamıştır ($p > ,05$), (Tablo 3).

Çalışanların SAÖ toplam ve SRA. YÖA alt ölçek puan ortalamaları. SYÖ toplam puan ortalamaları bağımsız değişkenler ile karşılaştırılarak Tablo 4'te gösterilmiştir.

SAÖ toplam puan ortalaması ile çalışanların eğitimi düzeyi ($kwx^2=14,1$; $p=,00$), aylık geliri ($kwx^2=59,1$; $p=,00$), çalışma şekli ($Z=2,8$; $p=,00$), haftalık çalışma saatleri ($Z=4,8$; $p=,00$), çalışmanın sağlık risklerini bilme ($Z=2,8$; $p=,00$), koruyucu önlem alma ($kwx^2=10,6$; $p=,00$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulundu.

Tablo 2. Çalışanların Sağlık Durumları ve sağlık problemleri

Özellikler		n	%
Genel sağlık durumu algısı	İyi	618	75,4
	Orta	202	24,6
	Hiç	318	38,8
Sırt ağrısı yaşama	Nadiren	233	28,4
	Bazen	223	27,2
	Çok Sık	46	5,6
Uykusuzluk yaşama	Hiç	313	38,2
	Nadiren	235	28,7
	Bazen	214	26,1
Baş ağrısı yaşama	Çok sık	58	7,1
	Hiç	283	34,5
	Nadiren	247	30,1
Solunum problemi yaşama	Bazen	256	31,2
	Çok sık	34	4,1
	Hiç	492	60,0
Grip olma	Nadiren	173	21,1
	Bazen	129	15,7
	Çok sık	26	3,2
Mide problemi yaşama	Hiç	278	33,9
	Nadiren	299	36,5
	Bazen	220	26,8
Kas krampları yaşama	Çok sık	23	2,8
	Hiç	403	49,1
	Nadiren	227	27,7
Sağlık hizmetlerine ulaşma	Bazen	154	18,8
	Çok sık	36	4,4
	Hiç	381	46,5
Sağlık hizmetlerine ulaşma	Nadiren	215	26,2
	Bazen	186	22,7
	Çok sık	38	4,6
Sağlık hizmetlerine ulaşma	Evet	681	83,0
	Hayır	139	17,0

Tablo 3. Çalışanların SAÖ toplam, alt boyut ve SYÖ puan ortalamasının dağılımı

Ölçekler	Ort.	Std.	Min-max
Stres Algısı Ölçeği Toplam (SAÖ toplam)	19,0	4,9	8,0-32,0
Stres/Rahatsızlık Algısı (SRA)	8,6	4,4	0,0 24,0
Yetersiz Özyeterlilik Algısı(YÖA)	4,8	3,2	0,0-16,0

SAÖ puan ortalaması eğitim düzeyi en düşük olanlarda, aylık gelirini yetersiz bulanlarda, vardiyasız çalışanlarda, 48 saat ve üstünde çalışanlarda, sağlık risklerini bilenlerde, bazen koruyucu önlem alanlarda istatistiksel olarak anlamlı daha yüksekti ($p < ,05$). Cinsiyet, medeni

durum, yaş grupları, çalıştığı birim ile SAÖ toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadı ($p > ,05$).

Stres rahatsızlık algısı alt ölçek puan ortalaması ile eğitim durumu ($kwx^2 = 17,1$; $p = ,00$), aylık gelir

($kwx^2=59,0$; $p=,00$), çalışma şekli ($Z=3,6$; $p=,00$), haftalık mesai saatleri ($Z=5,5$; $p=,00$), çalışmanın sağlık riskleri bilme ($Z=2,9$; $p=,00$), koruyucu önlem alma ($kwx^2=13,6$; $p=,00$) ve

çalıştığı birim ($kwx^2=11,1$; $p=,00$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulundu.

Okuryazar olmayanlarda, aylık gelirini yetersiz bulanlarda, vardiyasız çalışanlarda, haftada 48

Tablo 4. Çalışanların sosyo-demografik özellikleri ve bazı değişkenlere göre SAÖ toplam, alt boyut puan ortalamaları, SYÖ puan ortalamasının dağılımı

		SAÖ Toplam		Stres rahatsızlık algısı		Yetersiz öz-yeterlilik algısı		Stres yönetimi ölçeği toplamı	
		Ort.	Std.	Ort.	Std.	Ort.	Std.	Ort.	Std.
Cinsiyet	Kadın	13,7	6,6	8,8	4,1	4,8	3,2	18,6	4,9
	Erkek	13,2	7,2	8,5	4,6	4,7	3,2	19,4	4,9
	İstatistik	$Z=,71$; $p=,47$		$Z=1,02$; $p=,30$		$Z=,49$; $p=,61$		$Z=2,1$; $p=,03$	
Yaş grubu	20-29	13,4	7,7	8,9	5,2	4,5	3,2	*18,6	5,3
	30-39	13,4	7,3	8,6	4,4	4,7	3,5	19,3	4,9
	40-49	13,3	6,0	8,4	3,9	4,9	2,8	18,8	4,8
	50 yaş ve üstü	13,8	6,2	8,7	3,8	5,0	3,0	*20,3	4,7
	İstatistik	$kwx^2=,22$; $p=,973$		$kwx^2=,70$; $p=,873$		$kwx^2=4,4$; $p=,213$		$kwx^2=8,2$; $p=,04$	
Eğitim düzeyi	Okuryazar değil	*16,0	6,4	*10,2	4,4	*6,0	3,1	20,0	5,3
	İlkokul	13,6	6,6	8,6	4,1	4,9	3,2	18,9	4,9
	Ortaokul	*12,2	7,9	*7,7	5,0	4,4	3,3	19,1	5,0
	Lise	13,6	6,4	9,2	4,4	*4,4	3,1	19,1	4,6
	Üniv. ve üstü	14,8	4,7	10,0	3,0	4,5	2,7	17,7	5,7
	İstatistik	$kwx^2=14,1$; $p=,00$		$kwx^2=17,1$; $p=,00$		$kwx^2=11,8$; $p=,00$		$kwx^2=4,2$; $p=,37$	
Aylık gelir	Yeterli	*10,49	7,71	*6,54	5,00	3,94	3,34	19,08	4,90
	Yetersiz	14,78	6,60	*9,48	4,19	*5,30	3,18	*17,34	5,36
	Kısmen	11,08	6,35	7,38	4,12	*3,69	3,02	*20,41	4,53
	İstatistik	$kwx^2=59,1$; $p=,00$		$kwx^2=59,0$; $p=,00$		$kwxv=41,9$; $p=,00$		$kwxv=23,9$; $p=,00$	
Çalışma şekli	Vardiyalı	13,1	7,0	8,3	4,5	4,7	3,2	18,9	5,0
	Vardiyasız	14,8	6,3	9,7	4,0	5,0	3,2	19,4	4,7
	İstatistik	$Z=2,8$; $p=,00$		$Z=3,6$; $p=,00$		$Z=1,3$; $p=,16$		$Z=,71$; $p=,47$	
Haftalık çalışma	45 saat	12,1	6,8	7,7	4,4	4,4	3,0	18,6	5,0
	48 ve üstü	14,7	6,9	9,5	4,3	5,1	3,4	19,4	4,9
	İstatistik	$Z=4,8$; $p=,00$		$Z=5,5$; $p=,00$		$Z=2,9$; $p=,00$		$Z=1,7$; $p=,07$	
Çalışmanın sağlık risklerini	Biliyor	13,9	6,7	8,9	4,2	4,9	3,2	19,4	4,7
	Bilmiyor	12,6	7,2	8,1	4,7	4,5	3,2	*18,3	5,2
	İstatistik	$Z=2,8$; $p=,00$		$Z=2,9$; $p=,00$		$Z=2,1$; $p=,03$		$Z=3,01$; $p=,00$	
Koruyucu önlem alma	Evet	13,0	6,9	8,3	4,4	4,6	3,1	19,1	4,9
	Bazan	*15,9	7,4	*10,0	4,4	*5,4	3,6	18,5	5,2
	Hayır	15,2	6,7	9,8	4,2	5,3	3,4	19,0	4,6
	İstatistik	$kwx^2=10,6$; $p=,00$		$kwx^2=13,6$; $p=,00$		$kwxv=6,0$; $p=,04$		$kwxv=1,3$; $p=,49$	
Çalıştığı birim	Temizlik	13,2	7,0	8,4	4,4	4,8	3,2	19,1	4,9
	Güvenlik	14,5	6,9	9,6	4,5	4,8	3,2	19,5	5,9
	Yemek	15,4	8,0	11,0	5,5	4,4	3,6	18,0	3,7
	Bahçe	16,5	4,6	9,8	3,0	6,6	2,0	18,6	3,6
	Teknik destek	12,7	4,8	8,5	3,3	4,1	2,5	18,0	4,9
	İstatistik	$kwx^2=3,4$; $p=,18$		$kwx^2=11,11$; $p=,00$		$kwx^2=1,35$; $p=,50$		$kwx^2=1,7$; $p=,41$	

kwx^2 =Kurskal Wallis Ki-kare testi. Z = Mann-Whitney U testi. * Mann-Whitney U testi. *Post-Hoc Games Howell

Tablo 5. Çalışanların genel sağlık durumu ve fiziksel rahatsızlıklarına göre SAÖ toplam alt boyut puan ortalamaları. SYÖ puan ortalamasının dağılımı

		SAÖ Toplam		Stres rahatsızlık algısı		Yetersiz öz-yeterlilik algısı		Stres yönetimi ölçeği toplamı	
		Ort.	Std.	Ort.	Std.	Ort.	Std.	Ort.	Std.
Genel sağlık	İyi	12,7	6,8	8,2	4,3	4,4	3,1	19,5	5,0
	Orta	15,7	6,9	9,9	4,5	5,7	3,2	17,7	4,6
	İstatistik	Z=4,9; p=,00		Z=4,4; p=,00		Z=4,7; p=,00		Z=4,5; p=,00	
Sırt ağrısı	Hiç	11,6	7,4	7,3	4,6	4,2	3,3	19,3	5,5
	Nadiren	13,8	6,5	8,9	4,0	4,9	3,2	*19,4	4,6
	Bazen	14,8	6,0	*9,6	3,9	5,1	3,0	18,5	4,5
	Çok sık	*17,2	6,9	11,2	4,5	*6,0	3,4	18,2	4,6
	İstatistik	kwx ² =78,0;p=,00		kwx ² =87,1;p=,00		kwx ² =21,1;p=,00		kwx ² =7,2;p=,06	
Uykusuzluk	Hiç	10,8	7,1	6,9	4,5	3,9	3,2	*19,9	5,4
	Nadiren	14,7	6,4	9,3	4,1	5,3	3,0	18,7	4,6
	Bazen	14,6	6,1	9,4	3,8	5,1	3,1	18,7	4,5
	Çok sık	*17,6	6,0	*11,8	4,1	*5,7	3,5	*17,1	4,0
	İstatistik	kwx ² =45,3;p=,00		kwx ² =55,1;p=,00		kwx ² =41,9;p=,00		kwx ² =23,4;p=,00	
Baş ağrısı	Hiç	11,2	7,6	7,1	4,7	4,1	3,4	*19,4	5,4
	Nadiren	13,7	5,7	8,8	3,6	4,8	2,9	18,7	4,6
	Bazen	15,3	6,3	9,8	4,1	*5,4	3,0	19,1	4,7
	Çok sık	*16,0	8,4	*11,2	5,4	4,8	4,1	17,7	4,2
	İstatistik	kwx ² =49,8;p=,00		kwx ² =55,9;p=,00		kwx ² =27,1;p=,00		kwx ² =5,9;p=,11	
Solunum problemi	Hiç	11,9	7,1	7,8	4,5	4,1	3,2	*19,4	4,9
	Nadiren	15,4	6,0	9,6	4,0	5,7	2,8	18,3	4,7
	Bazen	15,7	5,7	10,0	3,6	5,7	3,1	18,9	5,0
	Çok sık	*16,6	8,4	*10,3	5,5	*6,3	3,6	*17,6	5,2
	İstatistik	kwx ² =58,3;p=,00		kwx ² =45,1;p=,00		kwx ² =54,8;p=,00		kwx ² =12,3;p=,00	
Grip olma	Hiç	11,2	7,5	7,0	4,3	3,9	3,0	19,6	5,1
	Nadiren	13,9	6,3	9,6	3,9	5,3	3,0	18,5	4,5
	Bazen	15,2	6,2	10,2	3,9	5,6	3,2	18,4	4,8
	Çok sık	17,8	6,8	11,3	5,3	6,0	3,9	19,1	5,6
	İstatistik	kwx ² =92,9;p=,00		kwx ² =45,0;p=,00		kwx ² =39,8;p=,00		kwx ² =,63;p=,89	
Mide problemleri	Hiç	11,8	7,1	7,6	4,6	4,2	3,1	19,1	5,2
	Nadiren	14,1	5,9	9,0	3,7	5,0	3,0	19,0	4,5
	Bazen	15,7	6,8	10,0	4,2	5,6	3,3	19,0	4,8
	Çok sık	*17,6	6,4	*11,4	4,7	*6,1	3,4	18,3	5,0
	İstatistik	kwx ² =50,7;p=,00		kwx ² =5,9;p=,00		kwx ² =31,7;p=,00		kwx ² =1,8;p=,614	
Kas krampları	Hiç	11,0	6,8	7,0	4,3	3,9	3,0	*19,6	5,1
	Nadiren	15,0	6,1	9,6	3,9	5,3	3,0	18,5	4,5
	Bazen	15,9	5,9	10,2	3,9	5,6	3,2	*18,4	4,8
	Çok sık	*17,3	8,3	11,3	5,3	6,0	3,9	19,1	5,6
	İstatistik	kwx ² =91,3;p=,00		kwx ² =93,7;p=,00		kwx ² =53,3;p=,00		kwx ² =13,0;p=,00	

kwx² =Kurskal Wallis Ki-kare testi. Z= Mann-Whitney U testi. * Post-Hoc Games Howell

saat ve üstünde çalışanlarda, çalışmanın sağlık risklerini bilenlerde, bazen koruyucu önlem alanlarda ve yemek bölümünde çalışanlarda yüksek bulundu ve ileri analizde farkın bu

gruplardan kaynaklandığı belirlendi (p<,05). Stres rahatsızlık algısı alt ölçek puan ortalaması ile cinsiyet, medeni durum, yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadı (p>,05).

Yetersiz öz-yeterlilik algısı ölçeği puan ortalaması ile çalışanların eğitim düzeyi ($kwx^2=11,8$; $p=,00$), aylık geliri ($kwx^2=41,9$; $p=,00$), çalışma şekli ($Z=1,3$; $p=,16$), haftalık çalışma saatleri ($Z=2,9$; $p=,00$), çalışmanın sağlık risklerini bilme ($Z=2,1$; $p=,03$) ve koruyucu önlem alma ($kwx^2=6,01$; $p=,04$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulundu. YÖA alt ölçeği puan ortalaması okuryazar olmayanlarda, aylık gelirini yetersiz bulanlarda, vardiyasız ve 48 saat üstünde çalışanlarda, çalışmanın sağlık risklerini bilenlerde ve bazen koruyucu önlem alanlarda daha yüksek bulundu ve ileri analizde farkın bu gruplardan kaynaklandığı belirlendi ($p<,05$). Cinsiyet, medeni durum, yaş grupları, çalıştığı birim ile YÖA puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadı ($p>,05$).

Stres yönetimi ölçeği toplam puan ortalaması ile cinsiyet ($Z=2,1$; $p=,03$), yaş grubu ($kwx^2=8,2$; $p=,04$) ve aylık gelir ($kwx^2=23,9$; $p=,00$) ve çalışmanın sağlık risklerini bilme ($Z=3,01$; $p=,00$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulundu. Kadınların 20-29 yaş grubunda olanların, aylık gelirini kısmen yetersiz bulanların, çalışmanın sağlık risklerini bilmeyenlerin SYÖ toplam puan ortalaması diğerlerinden istatistiksel olarak anlamlı daha düşük bulundu ($p<,05$) ve farkın bu gruplardan kaynaklandığı belirlendi. Medeni durum, eğitim düzeyi, çalışma şekli, haftalık çalışma saatleri, koruyucu önlem alma ve SYÖ puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadı ($p>,05$). (Tablo 4).

Tablo 5’de çalışanların genel sağlık durumunu orta olarak değerlendiren çalışanların SAÖ toplam, SRA ve YÖA alt ölçeği ve puan ortalamaları, iyi olarak değerlendirenlerden istatistiksel olarak anlamlı yüksek bulundu ($p<,05$). Sırt ağrısı, uykusuzluk, baş ağrısı, solunum problemleri, grip, mide rahatsızlığı ve kas krampları gibi fiziksel rahatsızlıkları *çok sık* yaşadıklarını belirten çalışanların SAÖ toplam, SRA alt ölçeği, YÖA alt ölçeği puan ortalamaları *hiç yaşamadığını* belirtenlerden istatistiksel olarak anlamlı daha yüksek bulundu ($p<,05$). İleri analizde farkı yaratan grupların rahatsızlığı hiç yaşamayan ve çok sık yaşayan gruplar olduğu tespit edildi ($p<,05$).

Genel sağlık durumunu iyi olarak algılayan çalışanların SYÖ puan ortalaması orta olarak

algılayanlardan istatistiksel olarak anlamlı yüksek bulundu ($Z=4,5$; $p=,00$). Uykusuzluk ($kwx^2=23,4$; $p=,00$), solunum problemleri ($kwx^2=12,3$; $p=,00$) ve kas krampları problemlerini hiç yaşamayanların ($kwx^2=13,0$; $p=,00$) SYÖ puan ortalamaları en yüksek, çok sık sık yaşayanların ise kas krampları hariç en düşük bulundu. İleri analizde farkı yaratan grupların ise hiç yaşamayan ve çok sık yaşayan gruplar olduğu belirlendi ($p<,05$). (Tablo 5).

Tartışma

Bu çalışmada destek hizmetleri veren özel bir şirketteki mavi yakalı çalışanların stres algıları ve stres yönetimlerini belirlemek ve ilişkili faktörleri göstermek amaçlanmıştır.

Çalışma sonucunda, çalışanların stres algısı ölçeği toplam stres rahatsızlık algısı ve yetersiz öz-yeterlilik algısı alt ölçek puanları, ortalamanın altında bulunmuş ve algıladıkları stres düzeylerinin yüksek olmadığına karar verilmiştir. Konu ile ilgili literatürde, Yenihan ve arkadaşları (2014) bir otomotiv işletmesinde mavi yakalı çalışanların beyaz yakalı çalışanlara göre daha yüksek iş stresi tutum puanına sahip olduklarını bulmuşlardır (2). İş Stresi Ölçeği kullanarak yapılan bir başka araştırmada beyaz yakalı çalışanların %32,2’sinin, mavi yakalı çalışanların %67,8’sinin yüksek düzeyde stresli olduklarını tespit etmişlerdir (7). Ostan ve arkadaşları (2011) demiryolu çalışanlarının %54,3’ünün işlerini stresli ya da çok stresli olarak algıladıklarını belirlemişlerdir (14). Aynı çalışmada, mavi ve beyaz yakalı çalışanlar arasında iş stresi bakımından fark bulunmamıştır. Nydegger (2011), beyaz ve mavi yakalı işçilerde iş stresi ve iş doyumunu isimli çalışmasında, iki grup arasında stres bakımından anlamlı fark bulunmadığını tespit etmiştir (15).

Bu araştırmada çalışanların eğitim düzeyinin stres algısını etkilediği görülmüştür. Okuryazar olmayanlar SAÖ toplam ve SRA, YÖA iki alt boyundan en yüksek puanı almışlardır. Bu bulgu bize eğitim düzeyi düşük olanların stres algılarının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Bu bulgunun tersine, Çakar (2016) çalışmasında, ilköğretim mezunu olan çalışanların bireysel psikolojik stres belirtilerinin, eğitim durumu daha yüksek olan çalışanlara göre daha düşük düzeyde olduğunu

bulmuştur (16). Bu bulguyu eğitim seviyesi yükseldikçe çalışanların sosyal beklentilerinin artmış olması ile ilişkilendirmişlerdir. Bir başka araştırmada öğrenim düzeyi yüksek olan çalışanların kendini yorumlama biçimi, işin yapısı ve fizik çevre gibi stres vericilerden öğrenim düzeyi düşük olanlara göre daha çok etkilendikleri bulunmuştur (8).

Bu araştırmada, çalışanların ekonomik durumunun stres algısını etkilediği tespit edilmiştir. Aylık gelirini yeterli ve kısmen yeterli algılayan çalışanlar, yetersiz algılayan çalışanlara göre stres algısı ölçeği toplam ve SRA, YÖA iki alt boyundan daha düşük puan almışlardır. Literatürde bu sonucu destekler çalışmalar bulunmuştur. Lotfizadeh ve arkadaşları (2014) İran'da Esfahan çelik firmasında çalışanlarda, iş stresinin çalışma çevresi, ekonomik problemler,



görev tipi ve çocukları ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Lotfizadeh ve arkadaşları (2015) yaptıkları bir başka araştırmada, çalışanlar arasında iş stresinin en yaygın sebebinin ekonomik problemler olduğunu tespit etmişlerdir (17). Yenihan ve arkadaşları (2014) otomotiv sektöründe çalışanlarda, aylık geliri düşük olanların yüksek olanlara oranla daha fazla iş stresine sahip olduklarını tespit etmişlerdir (2).

Bu çalışmada; SAÖ toplam puan ortalaması, SRA alt ölçeği ve YÖA alt ölçeği puan ortalamaları; vardiyasız çalışanlarda, haftada 48 saat ve üstünde çalışanlarda, çalışmanın sağlık risklerini bilenlerde, bazen koruyucu önlem alanlarda istatistiksel olarak anlamlı daha yüksek bulunmuştur. Vardiyasız çalışanların iş stresinin daha düşük olması beklenirken daha yüksek bulunması, gündüz vardiyasında iş yoğunluğunun daha fazla olması, üst düzey denetim ve gözetimin daha fazla olması ile ilişkili olabileceğini düşündürmüştür. Ostan ve arkadaşları (2011), bağırsak hareketleri düzenli olanların, iyi uyku uyuyanların, az yemek yediğini düşünen çalışanların daha az stres-algıladıklarını belirtmişlerdir (14). Dahiya, (2015) çalışmasında imalat sektöründe mavi yakalı çalışanlarda çalışma ortamı, iş ilişkileri, gelişme fırsatları ve iş kontrolü gibi nedenler ile sıkıntı yaşandığını, kişilik özellikleri ile mesleki stres arasında anlamlı ilişki bulunduğunu özellikle nevroitik kişilik yapısına sahip bireylerde iş stresinin yüksek olduğunu tespit etmiştir (18).

Bu çalışmada, genel sağlık durumunu orta olarak değerlendirilen, sırt ağrısı, uykusuzluk, baş ağrısı, solunum problemleri, grip, mide rahatsızlığı ve kas krampları gibi fiziksel rahatsızlıkları çok sık yaşadığını belirten çalışanların SAÖ toplam, SRA ve YÖA alt ölçek puan ortalamaları bu sorunları yaşamayanlardan istatistiksel olarak anlamlı yüksek bulundu. Çalışma sonuçlarına paralel olarak literatürde fiziksel rahatsızlıklar ile iş stresi arasında ilişki olduğu desteklenmektedir (4,19) Ostan ve arkadaşları (2011) iş stresi ile konstipasyon ve uyku bozukluğu arasında ilişki olduğunu tespit etmişlerdir (14). Bir başka araştırmada çalışanların %72'sinin stres kaynaklı fiziksel ve psikolojik sorun yaşadıkları tespit edilmiştir (20). Literatürde, çalışanların yaklaşık üçte birinin iş stresine bağlı olarak depresyon yaşadıkları ve sağlık sorunlarının %50-%80'inin

stres ile ilişkili olduğu bildirilmektedir (2). Stres yönetimi ölçeği toplam puan ortalaması kadınlarda, 20-29 yaş grubunda, aylık gelirini yetersiz bulanlarda istatistiksel olarak anlamlı daha düşük bulunmuştur. Bu bulgu bize kadınların stres yönetiminden erkeklerden daha başarısız olduğunu düşündürmüştür. Kadınların geleneksel olarak üstlendikleri rol ve sorumlulukların (çocuk bakımı, ev işleri vb.) erkeklerden daha fazla olması stres yönetimlerini olumsuz yönde etkileyebilir. 20-29 yaş dönemi erken erişkinlik dönemidir ve bu yaş döneminde eş seçimi, yuva kurma, çocuk sahibi olma, kendini kanıtlama gibi kriz yaratabilen yaşam deneyimleri mevcuttur. Genç yaşta bireylerin yaşamlarının daha çalkantılı olması, 50 yaş ve üstündeki bireylerden daha farklı stresler yaşamasına ve daha az tecrübeli olduğu için stres yönetiminde başarısız olmasına neden olmuş olabilir (2,17,21).

Genel sağlık durumunu orta olarak algılayan, uykusuzluk ve solunum problemlerini çok sık, kramp problemlerini çoğunlukla yaşayan çalışanların SYÖ puan ortalamaları düşük bulunmuştur. Bu sonuç bize streslerini etkin biçimde yönetemeyen çalışanların strese bağlı olarak fiziksel sorunlar yaşadığını göstermektedir. 'Birey fiziksel olarak rahatsız olduğu için stres yönetiminde başarısız olmaktadır' şeklinde de düşünülebilir. Literatür, stres kaynaklı psikolojik sorunların görülebildiğini (9), işyerinde hastalıkların %60'ının stres kaynaklı (19) olduğunu bildirmektedir.

Sonuç

Araştırmanın sonucuna göre; mavi yakalı destek hizmet çalışanlarının stres algıları ortalamasının altında ve stres yönetimleri de ortalamasının üstündedir.

Çalışanların eğitim düzeyinin düşük olması, sosyoekonomik düzeyin yetersiz olması, vardiyasız çalışma, haftada 48 saatten fazla çalışma, çalışmanın sağlık risklerini bilme, bazen koruyucu önlem alma, sırt ağrısı, uykusuzluk, baş ağrısı, solunum problemi, grip, mide problemi, kas krampları şikâyetlerini "çok sıklıkla" yaşama stres algısını artıran faktörler olarak belirlenmiştir.

Kadın olmak, 20-29 yaş grubunda olmak, gelirin yetersiz olması, çalışmanın sağlık risklerini bilmeme, genel sağlık durumunu orta olarak

algılama, uykusuzluk, solunum problemleri ve kas krampları şikâyetlerini çok sık yaşama stres yönetimini olumsuz yönde etkileyen faktörler olarak belirlendi.

Öneriler

Bu araştırma sonuçlarına göre iş yeri sağlık çalışanı/hemşiresine;

- Çalışanlardaki bireysel ve örgütsel stres faktörlerini belirlemek için çalışma yapması,
- Çalışanların sosyo-ekonomik düzeyini istendik seviyeye getirebilmek için şirket yetkilileri ile görüşmesi,
- Haftalık çalışma süresinin 48 saatten az olması konusunda girişimlerde bulunması,
- Çalışanların gereksinim duyduklarında sağlık hizmetlerine kolaylıkla ulaşabilmeleri için düzenlemeler yapması,
- Çalışanlara, yaptıkları işin sağlık riskleri ve korunma yolları konusunda eğitim vermesi,
- Kişisel koruyucuları kullanmaları konusunda eğitim ve destek sağlaması,
- Stresle baş etmede etkin yöntemler konusunda eğitim ve danışmanlık yapması önerilebilir.

İletişim: Dr. Kamer Gür

E-posta: kamergur@gmail.com

Kaynaklar

1. The National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH), Stress...At Work 1999. [Update: August 29, 2013; Date of Access: 09-06-2017] Access address: <https://www.cdc.gov/niosh/docs/99-101/>.
2. Yenihan B, Öner M, Çiftıldız K. İş stresi ve işten ayrılma niyeti arasındaki ilişki: otomotiv işletmesinde bir araştırma. Çalışma İlişkileri Dergisi 2014; 5(1): 38-49.
3. Soysal A. İş yaşamında stres. Çimento İşveren 2009; 5:17-39.
4. Yahaya A, Yahaya N, Bon AT, Ismail S, Ing TC. Stress level and its influencing factors among employees in a plastic manufacturing and the implication towards work performance. Elixir Psychology 2011;41: 5932-5941.
5. Hwang J, Lee JJ, Park S, Chang H, Kim SS. The Impact of Occupational Stress on Employee's Turnover Intention in The Luxury Hotel Segment, International Journal of Hospitality&Tourism Administration 2014; 15: 60- 77.

6. Bayraktaroğlu S, Özdemir Y, Aras M, Özdemir S. Mavi yakalı çalışanlar: neden akademik çalışmalar için cazip bir örneklem değil? İş Güç, Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi 2015; 17 (3):141-157.
7. Şahin G. Ağır sanayi kuruluşunda çalışan erkeklerde iş stresi, yeme tutumu, anksiyete ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Investigation of the relationship between job stress, eating attitude, anxiety and depression levels in male heavy industrial workers.] [Yüksek Lisans Tezi]. Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Programı [Işık University Social Sciences Institute Clinical Psychology Program], İstanbul, Türkiye, 2017.
8. Erdoğan T, Ünsar S, Süt N. Stresin çalışanlar üzerindeki etkileri: bir araştırma. Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi 2009; 14(2): 447-461.
9. Örnek AŞ, Aydın Ş. Kriz ve Stres Yönetimi [Crisis and Stress Management] 2. Baskı, Ankara: Detay Yayıncılık, 2008:200-205.
10. Aydın Ş. Örgütsel Stres yönetimi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi 2004; 6(3):49-74.
11. İş Sağlığı Hemşiresi. Görev yetki ve sorumlulukları. Sağlık Bakanlığı, Hemşirelik Yönetmeliğinde Değişiklik Yapılmasına Dair Yönetmelik, 19 Nisan 2011. (Güncellenme tarihi: 19 Nisan 2011, Erişim tarihi: 18-16-2017). Erişim adresi: <http://turkhemsirelerderneği.org.tr/files/tr/yasa-ve-yonetmelikler/yonetmelikler/19-nisan-2011-hemsirelik-yonetmeliginde-degisiklik/hemsirelik%20%202011.pdf>.
12. Eskin M, Harlak H, Demirkıran F, Dereboy Ç. Algılanan stres ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: güvenilirlik ve geçerlik analizi. New/Yeni Symposium Journal 2013;51 (3): 133-140.
13. Bahar Z, Beşer A, Gördes N, Ersin F, Kışsal A. Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. C.Ü.Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 2008, 12(1):1-12.
14. Ostan I, Poljšak B, Axelsson EP. Occupational Stress Perception and Healthy Lifestyle in Railroad Workers. Promet – Traffic&Transportation 2011; 23 (3): 195-203.
15. Nydegger R. Occupational Stress And Job Satisfaction In White- And Blue-Collar Workers. International Business & Economics Research Journal 2011; 1 (12):35-43.
16. Çakar T. Türk imalat sanayinin örgütsel stres faktörlerinin ölçülmesi. Fırat Üniv. Müh. Bil. Dergisi. 2016; 28 (2):109-118.
17. Lotfizadeh M, Maimaiti N, Ahmed Z, Ismail NH. Assessing Stress Among The White And Blue Collar Workers At The Esfahan Steel Company, Iran. International Journal of Latest Research in Science and Technology 2015; 4 (1): 17-23.
18. Dahiya S. Occupational stress and personality traits in the Indian manufacturing sector: an analytical study. ELK Asia Pacific Journal of Human Resource Management and Organisational Behaviour 2015; 1 (2):69-88.
19. Yanan W, Zheng L, Hu T, Zheng Q. Stress, Burnout and Job Satisfaction: Case of Police Force in China, Public Personnel Management 2014; 43(3): 325-339.
20. Solmuş T. İş Yaşamında Travmalar: Cinsel Taciz ve Duygusal Zorbalık/Taciz (Mobbing)", İş, Güç Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi 2005; 7(2):1-14.
21. Lotfizadeh M, Maimaiti M, Ismail NH. Occupational stress among white collar employees in Esfahan steel company, Iran. Malaysian Journal of Public Health Medicine 2014; 14(1): 79-81.