

Sağlık Bilimleri Fakültesi Akademisyenlerinin Aktivite Dengesi ile Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişki

The Relationship Between the Occupational Balance and Quality of Life of the Faculty of Health Sciences Academicians

Ayla GÜNAL¹, Zeynep ACUNGİL², Funda DEMİRTÜRK³

¹ Doktor Öğretim Üyesi, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Tokat, 0000-0003-2213-2111

² Doktor Öğretim Üyesi, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Tokat, 0000-0003-0475-7628

³ Profesör Doktor, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Tokat, 0000-0002-8674-3061

ÖZET

Amaç: Aktivite dengesi, sağlık ve yaşam kalitesi ile ilişkili önemli bir değişkendir. Bu çalışmada, bir devlet üniversitesinin sağlık bilimleri fakültesinde çalışan akademisyenlerin aktivite dengeleri ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: Çalışmada 44 akademisyen yer aldı. Katılımcıların aktivite dengesi Aktivite-Rol Dengesi Anketi-11 Türkçe Versiyonu (ARDA11-T) ile, yaşam kaliteleri Nottingham Sağlık Profili (NSP) ile değerlendirildi.

Bulgular: Katılımcıların yaş ortalaması $39,79 \pm 7,94$ yıl, çalışma yılı $10,27 \pm 7,83$ yıl idi. Katılımcıların %86,4'ü kadın, %72,7'si evli, %77,3'ünün eğitim düzeyi doktora idi. Katılımcıların %54,5'inin yoğun olarak çalıştığı, %52,3'ünün ekonomik durumunu iyi olarak algıladığı, %54,5'inin fakülte dışında görevi olduğu saptandı. ARDA11-T toplam puanı $14,61 \pm 5,54$, NSP toplam puanı $177,89 \pm 145,06$ idi. ARDA11-T ile NSP'nin tüm alt bölümleri ve toplam puanı arasında negatif bir ilişki bulundu saptandı ($r: -0,594$; $p < 0,01$).

Sonuç: Bu çalışmada akademisyenlerin aktivite dengesi ile yaşam kalitesi arasında ilişki olduğu görüldü. Aktivite dengesi daha iyi olan akademisyenlerin yaşam kalitelerinin de daha iyi olduğu saptandı. Bu bağlamda aktivite dengesi ile ilgili yapılacak müdahaleler ile (aktivite planlama, zaman yönetimi vb.) yaşam kalitesinde artış sağlanacağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Akademisyen, Aktivite rol dengesi, Yaşam kalitesi.

ABSTRACT

Purpose: Occupational balance is an important variable associated with health and quality of life. In this study, it was aimed to examine the relationship between the occupational balance and the quality of life of academicians working at the health sciences faculty of a state university.

Materials and Methods: 44 academicians participated to the study. The occupational balance of the participants was evaluated with the Occupational Balance Questionnaire-11 Turkish Version (OBQ11-T), and their quality of life was evaluated with the Nottingham Health Profile (NHP).

Results: The mean age of the participants was $39,79 \pm 7,94$ years and the working year was $10,27 \pm 7,83$ years. 86.4% of the participants were women, 72.7% were married and 77.3% had a doctorate education. It was determined that 54.5% of the participants work intensively, 52.3% perceived the economic situation as good, 54.5% had another job besides faculty. The OBQ11-T total score was $14,61 \pm 5,54$, and the NHP total score was $177,89 \pm 145,06$. A negative correlation was found between OBQ11-T and all subsections of NHP and total score ($r: -0,594$; $p < 0,01$).

Conclusion: In this study, it was observed that there is a relationship between the activity balance and the quality of life of the academicians. It was found that the academicians with better balance of activity had better quality of life. In this context, it is thought that the interventions regarding the occupational balance (activity planning, time management, etc.) will improve the quality of life.

Keywords: Academician, Occupational balance, Quality of life.

Sorumlu yazar: Ayla GÜNAL, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Tokat, ayla.gunal@gop.edu.tr

Başvuru/Submitted: 27.04.2021 **Kabul/Accepted:** 23.05.2021

Cite this article as: Gunal A, Acungil Z, Demirtürk F. The Relationship Between the Occupational Balance and Quality of Life of the Faculty of Health Sciences Academicians. *J TOGU Heal Sci* 2021;1(1):1-10.

Giriş

Literatürde aktivite dengesinin farklı tanımları yer almaktadır. Bir tanıma göre farklı aktivite alanları arasındaki dengeyi ifade eder. Diğer bir tanıma göre günlük yaşamdaki aktiviteler arasındaki ritimdir (1). Christiansen adlı araştırmacı ise aktivite dengesinin bireysel olarak aktivite paternlerinden memnuniyet olduğunu belirtmiştir (2).

Aktivite dengesi farklı boyutlarda incelenmektedir. Kendine bakım aktiviteleri, çalışmaya ilişkin aktiviteler, serbest zaman aktiviteleri gibi aktiviteler arası dengenin incelendiği araştırmalar olmakla birlikte, aktivitelerin fiziksel, mental ve sosyal boyutlarının göz önünde bulundurularak da incelendiği araştırmalar da bulunmaktadır. Araştırmalar bu dengenin subjektif bir kavram olduğunu aynı zamanda zaman kullanımını da kapsadığını göstermektedir (3).

Birey tarafından aktivite dengesinin iyi olarak algılanması bireyin sağlığını olumlu etkilemektedir. Yu ve ark. aktivite dengesi iyi olan bireylerde mental ve fiziksel sağlığın da iyi olduğunu bildirmiştir (4). Bir diğer araştırmada ise düşük olarak tanımlanan aktivite dengesinin stresle ilgili hastalıklar için bir risk faktörü olduğu belirtilmiştir (5). Benzer olarak Yang ve ark. işe ve yaşama ait diğer aktiviteler arasındaki dengenin psikososyal iyi olma halini etkilediğini göstermişlerdir (6).

Günümüzde çalışan bireyler iş ve kişisel yaşamları arasında denge sağlamaya çalışmaktadır. Değişen yaşam standartları ile hem işin gereklilikleri hem de aile bireylerinin artan talebi ve beklentileri bu dengeyi etkileyebilmektedir (7). Üniversitelerde görev yapan akademisyenler belirli bir ders yükü ile birlikte akademik gelişim odaklı olarak bilimsel çalışma yükü ile karşı karşıya kalmaktadırlar. Aynı zamanda akademisyenlerin iş hayatının dışında özel hayatları ve farklı sorumlulukları da vardır. Kahraman ve Çelik akademisyenlerin iş yükü algıları ile iş ve aile çatışmaları arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmada akademisyenlerin orta düzeyde iş ve aile yüküne sahip olduklarını ve aynı zamanda orta düzeyde iş-aile ve aile-iş çatışması yaşadıklarını göstermişlerdir (8). Öngel ve ark. ise iş ve aile arasında çatışma yaşayan akademisyenlerin yaşam doyumunun azaldığını bildirmişlerdir (9). Özellikle kadın akademisyenlerin aktivitelerinin daha fazla olduğu ve anne rolünün bu durumu etkilediği gösterilmiştir. Anne olan araştırma görevlileri akademik ve sosyal hayatta; evde ders çalışmama, akademik çalışmaların yavaş ilerlemesi, bilimsel kongre, konferans vs. etkinliklere katılamama, kendilerine ve ailelerine yeterli zaman ayıramama gibi çeşitli sorunlar yaşayabilmektedirler (10). Dikmen ve Maden kadın akademisyenlerin araştırmacı, öğretici,

meslektaş, anne, eş, arkadaş gibi çoklu roller üstlendiğinden, bireysel ihtiyaçlarından ve kişisel zamanlarından feragat etmek durumunda kaldıklarını bildirmiştir (11).

Ülkemizde yapılan çalışmalara bakıldığında, akademisyenlerin aktivite dengesi ve yaşam kaliteleri arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmanın amacı sağlık bilimleri fakültesi akademisyenlerinin aktivite dengesi ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkiyi tanımlanmaktır. Elde edilen veriler ile sağlık bilimleri fakültesi akademisyenlerinin aktivite alanlarının (kendine bakım aktiviteleri, çalışmaya ilişkin aktiviteler, serbest zaman aktiviteleri) herhangi birinde dengeyi sağlamada problem yaşayıp yaşamadıklarının ve bu durumun yaşam kalitesine olan etkisinin saptanması beklenmektedir. Bununla birlikte ilerleyen çalışmalarda sağlık bilimleri fakültesi akademisyenlerinin aktivite dengelerini geliştirecek müdahalelerin yapılması düşünülmektedir.

Gereç ve Yöntem

Çalışmaya Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde çalışmakta olan akademisyenler gönüllük esasına dayalı olarak dâhil edildi. Çalışma Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu tarafından onaylandı (09.04.2021 tarih 8. oturum ve 01-23 karar sayılı) ve Helsinki Deklarasyonuna uygun olarak yürütüldü. Katılımcılara çalışma hakkında bilgi verildi. Çalışmaya katılmayı kabul eden bireylerden sözlü onam alındı. Gönüllü olmamak çalışmada dışlanma kriteri olarak belirlendi. Veriler 12 Nisan 2021-15 Nisan 2021 tarihleri arasında toplandı.

Katılımcıların demografik bilgileri (yaş, cinsiyet, eğitim durumu, medeni durum) ile sosyo-ekonomik özellikleri (ekonomik durum algısı), akademisyen olarak çalışılan süre, iş yükü algısı (az yoğun, yoğun, çok yoğun) ve fakülte dışında işle ilgili farklı görevlerinin (dernek, kurul, komisyon üyeliği vb.) olup olmadığına dair bilgileri kaydedildi. Katılımcıların aktivite dengesi Aktivite-Rol Dengesi Anketi-11 Türkçe Versiyonu ile, yaşam kaliteleri Nottingham Sağlık Profili ile değerlendirildi.

Katılımcılar

Çalışmada herhangi bir örnekleme yöntemi kullanılmadı izin alınan kurumdaki tüm akademisyenler çalışmaya davet edildi. Aktif çalışan 45 akademisyenden 44'ü (97,7) çalışmaya katılmayı kabul etti.

Sonuç Ölçümleri

Aktivite-Rol Dengesi Anketi-11 Türkçe Versiyonu (ARDA11-T)

İlk kez 2014 yılında Wagman ve Håkansson aktivite dengesini kendi kendine derecelendirilen bir anket geliştirmiştir (12). 2020 yılında anketin 11 maddelik yeni bir versiyonu olan Aktivite Dengesi Anketi 11 geliştirildi (13). Anket, kişinin günlük yaşamdaki aktivitelerinin niceliğine ve çeşitliliğine, aktiviteye ilişkin kişisel deneyimlere, iş, ev, aile ve boş zaman aktiviteleri arasındaki dengeye, zorunlu ve gönüllü aktiviteler için yeterli zamana sahip olup olunmadığına odaklanmaktadır (12,14). ARDA'nın, 18 yaş ve üstü sağlıklı bireylerde iyi bir iç tutarlılık (Cronbach's alpha = 0.936) ve yeterli test-tekrar test güvenilirliğine (Spearman rho = 0.926) sahip olduğu gösterilmiştir (12). Håkansson ve ark. ayrıca ARDA11'in yapı geçerliliğinde yaş ve cinsiyet grupları arasında iyi iç tutarlılığa (Cronbach alpha, 0.94) ve test-tekrar test güvenilirliğine (Spearman's Rho, 0.93), model uyumuna ve ölçüm değişmezliğine sahip olduğunu bildirmiştir (13). Anketin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Günel ve ark. tarafından yapılmıştır. Günel ve ark. ARDA11-T'nin test-tekrar test güvenilirliğinin 0.922 ve ARDA11-T toplam puanı için Cronbach's alpha'nın 0.785 olduğunu göstermiştir. Ankette yer alan 11 madde için puanlama, "kesinlikle katılmıyorum" (0 puan) ile "kesinlikle katılıyorum" (3 puan) arasında değerlendirilmektedir. Toplam puan, tek tek maddelerin toplanmasıyla elde edilir ve 0 ile 33 arasında değişir. Anketten alınan yüksek puanlar aktivite dengesinin yüksek olduğunu göstermektedir. Çalışmada Aktivite-Rol Dengesi Anketi-11 Türkçe Versiyonu kullanılmıştır (15).

Nottingham Sağlık Profili (NSP)

Bu profil kişinin kendisinin algıladığı sağlık durumunu fiziksel, emosyonel ve sosyal açılarından ölçmeyi amaçlayan genel bir yaşam kalitesi ölçeğidir. İki kısımdan oluşmaktadır. Esas sık kullanılan ölçek birinci kısım olup, 6 alanda (uyku durumu, enerji düzeyi, emosyonel durum, sosyal izolasyon durumu, fiziksel mobilite ve ağrı) yaşam kalitesini değerlendiren 38 maddeyi içermektedir. Her madde için evet/hayır şeklinde cevap verilir. Katılımcının o andaki yakınmalarının sorgulandığı ölçek ile belirli alanlara verilen pozitif cevaplar yaşam kalitesindeki düşüklüğü göstermektedir. 6 alt alan için skor ile birlikte total skorda değerlendirme amacı ile kullanılmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Küçükdeveci ve ark. tarafından yapılmıştır. Çalışmada Türkçe versiyon kullanılmıştır (16).

Veri Analizi

Verilerin analizi için SPSS 22.0 istatistik programı kullanıldı. Akademisyenlerin cinsiyet, eğitim ve medeni durumları ile ekonomik durum algısı ve fakülte dışında işle ilgili farklı görevlerin varlığına dair veriler için n ve % değerleri hesaplandı. Akademisyenlerin yaşları, akademisyen olarak çalışılan süre ve ölçeklerden alınan puanlar için aritmetik ortalama \pm standart sapma ($X \pm SD$) hesaplandı. Sonuç ölçümlerinin normal dağılım gösterip göstermediği Kruskal Wallis analizi ile değerlendirildi. Sonuçların normal dağılım göstermediği görüldü. Aktivite denge puanları ile yaşam kalitesi puanları arasındaki ilişki Spearman korelasyon analizi ile değerlendirildi. Uygulanan tüm analizlerde anlamlılık derecesi $p < 0,05$ olarak kabul edildi.

Bulgular

Bu çalışmaya 45 akademisyen davet edilmiş, 44'ü (97,7) çalışmaya katılmayı kabul etmiştir. Katılımcıların yaş ortalaması $39,79 \pm 7,94$ yıl, çalışma yılı $10,27 \pm 7,83$ yıl idi. Katılımcıların %86,4'ü kadın, %72,7'si evli, %77,3'ünün eğitim düzeyi doktora idi. Katılımcıların %54,5'inin yoğun olarak çalıştığı, %52,3'ünün ekonomik durumu iyi olarak algıladığı, %54,5'inin fakülte dışında görevi olduğu saptandı.

Katılımcıların ARDA11-T'nin 11 maddesinden aldıkları puanlar ile toplam puan ayrı ayrı hesaplandı. Sonuçlar Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların ARDA11-T Puanları

	ARDA11-T	X \pm SD
1	Sıradan bir haftada, yapmak için yeterli işim olduğunu hissedirim.	2,29 \pm 0,82
2	Kendim için yaptığım şeyler ile başkaları için yaptığım şeyler arasında bir denge vardır.	1,59 \pm 0,62
3	Gerçekten yapmak istediğim şeyleri yaptığımdan eminim.	1,50 \pm 0,62
4	İş, ev işleri, boş zaman, serbest zaman ve uyku gibi yaşamımdaki farklı türdeki aktiviteleri dengelerim.	1,22 \pm 0,67
5	Yapmam gereken şeyler için yeterli zamana sahibim.	1,11 \pm 0,89
6	Fiziksel, sosyal, entelektüel (zihinsel) ve dinlendirici aktivitelerim arasında bir dengeye sahibim.	1,11 \pm 0,81
7	Çeşitli günlük aktivitelerime harcadığım zamandan memnunum.	1,15 \pm 0,71

8	Sıradan bir haftada, katıldığım aktivitelerin sayısından memnunum.	1,18±0,62
9	Yapmam gereken ve yapmak istediğim şeyler arasında yeterli çeşitlilik vardır.	1,20±0,66
10	Enerjimi tüketen aktivitelere karşı bana enerji veren aktiviteler arasında bir denge vardır.	1,18±0,78
11	Rahatlamak, iyileşmek ve uyumak için harcadığım zamandan memnunum.	1,04±0,77
Toplam puan		14,61±5,54

ARDA11-T: Aktivite-Rol Dengesi Anketi-11 Türkçe Versiyonu

Katılımcıların NSP'nin alt bölümlerinden aldıkları puanlar ile toplam puan ayrı ayrı hesaplandı. Sonuçlar Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların Nottingham Sağlık Profili Puanları

NSP	X±SD
Ağrı	24,88±34,10
Fiziksel mobilite	16,19±20,09
Emosyonel durum	33,33±31,24
Enerji düzeyi	41,66±34,56
Sosyal izolasyon	24,54±34,46
Uyku	37,27±29,44
Toplam puan	177,89±145,06

NHP: Nottingham Sağlık Profili

Katılımcıların ARDA11-T toplam puanı ile NSP'nin alt bölümleri ve toplam puanı arasında negatif bir korelasyon saptandı ($p<0,001$). Sonuçlar Tablo 3'de gösterilmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların ARDA11 T ve NSP puanları arasındaki ilişki

NSP	ARDA11-T	
	r	p
Ağrı	-0,465	0,001*
Fiziksel mobilite	-0,469	0,001*
Emosyonel durum	-0,595	0,000*
Enerji düzeyi	-0,392	0,009*
Sosyal izolasyon	-0,437	0,003*
Uyku	-0,515	0,000*
Toplam puan	-0,594	0,000*

* $p<0,01$; ARDA11-T: Aktivite-Rol Dengesi Anketi-11 Türkçe Versiyonu NHP: Nottingham Sağlık Profili

Tartışma ve Sonuç

Sağlık bilimleri fakültesinde çalışan akademisyenlerin aktivite dengeleri ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmamızda aktivite dengesi daha iyi olan bireylerin yaşam kalitelerinin de daha yüksek olduğu görüldü.

Üniversitelerde görev yapan akademisyenler belirli bir ders yükü ile birlikte akademik gelişim odaklı olarak bilimsel çalışma yükü ile karşı karşıya kalmaktadırlar. Ülkemizde öğrenci-öğretim üyesi oranı, akademisyenlerin oldukça yüksek ders yükleri taşımasına neden olmaktadır. Bir öğretim üyesinin haftada 8 saatten fazla ders yükünün olması halinde, kendi bilgisini yenilemek ve araştırma yapabilmek için yeterli zamanı olamayacağı belirtilmektedir (17). Kutanis ve Karakiraz bir devlet üniversitesinde çalışan akademisyenlerin %62,8'inin 11 saat ve üzerinde ders yükü olduğunu bildirmiştir (18). Bu bağlamda birçok akademisyen hafta sonları ve mesai dışı zamanlarda çalışmakta, bu durum ise iş / yaşam dengesinin bozulmasına neden olmaktadır (19). Önceki çalışmalar ile benzer olarak, çalışmamızda akademisyenlerin %54,5'i yoğun olarak çalıştığını bildirmiştir.

Çalışan bireylerin yaşları, aktiviteleri ve bakım sorumluluklarının yanı sıra haftalık çalışma saatleri ve işle ilgili stresin iş yaşam dengesi için çok önemli belirleyiciler olduğu gösterilmiştir (20). Gürkan evli olan akademisyenlerin özellikle de evli kadın akademisyenlerin akademik yaşamın yanı sıra günlük yaşamlarında da bir sürü özel görev ve sorumlulukları olduğunu belirtmiştir (21). Aynı zamanda çalışan kadınların iş-yaşam dengesindeki çatışmaların, erkek meslektaşlarına göre daha fazla stres, baş ağrısı, kas gerginliği, kilo alımı ve depresyona yol açarak sağlıklarını etkilediği bildirilmiştir. Ailelere karşı yükümlülükler ile organizatörlerin beklentileri arasında gidip gelmek ve iş ve aile arasında bir denge sağlamak için sürekli mücadele etmek, bireyin refahını ve genel yaşam kalitesini etkileyerek bireyin yaşamında ciddi sonuçlar doğurabilir (20). Çalışmamızda katılımcıların %86,4'ü kadın idi. Aktivite-Rol Dengesi Anketi-11 Türkçe Versiyonu sonuçlarına göre akademisyenlerin "sıradan bir haftada, yapmak için yeterli işim olduğunu hissederim" maddesinde en yüksek skoru aldığı, "rahatlamak, iyileşmek ve uyumak için harcadığım zamandan memnunum" maddesinde en düşük skoru aldığı saptandı. Sonuçların literatür ile benzer olduğu görülmektedir.

Aas ve ark. huzurevinde kalan erkek sakinlerin aktivite dengeleri ile yaşam kaliteleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir (22). Benzer olarak Wagman ve Hakansson 18 yaş ve üstü 153 bireyin katıldığı çalışmalarında yetişkin bireylerde aktivite dengeleri ile yaşam memnuniyetleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bildirmişlerdir (23). Akademik hayatta

algılanan iş stresinin, zayıf iş-yaşam dengesi ve akademisyenlerin iş ve kişisel yaşamları arasında artan çatışma ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (24). Mesleki stres ve tükenmişlik, akademik yaşamda belirgindir. Singh ve ark. akademik yaşamdaki stres ve tükenmişliğin akademisyen hemşirelerin refahını ve işin uzun vadeli sürdürülebilirliğini olumsuz yönde etkilediğini bildirmiştir (25). Benzer olarak, Yedidia vd., tükenmişliğin en büyük nedenlerinden birinin iş ve aile yaşamını dengelemede algılanan esneklik ve iş-yaşam dengesinden duyulan memnuniyetsizlik olduğunu göstermiştir (26). Bu çalışmada aktivite dengesi ile yaşam kalitesinin farklı altı alt boyutu ve toplam yaşam kalitesi puanı arasında ilişki olduğu görüldü. Aktivite dengesi daha iyi olan akademisyenlerin yaşam kalitesinin ağrı, uyku durumu, enerji düzeyi, emosyonel durum, sosyal izolasyon durumu ve fiziksel mobilite alanlarında da daha iyi düzeyde olduğu tespit edildi. Sonuçlar literatürde farklı gruplarda ilişkinin gösterildiği çalışmalar ile benzer bulunmuştur.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları vardır. İlk olarak, aktivite dengesini etkileyebilecek ve bu çalışmada değerlendirilmemiş birçok başka parametre vardır. İkincisi, verilerin tek bir merkezde toplanması ve sınırlı örneklem büyüklüğü, bulgularımızın genelleştirilmesini engellemektedir.

Çalışma sonuçları özellikle sağlık bilimleri fakültesi akademisyenlerinin rahatlamak, iyileşmek ve uyumak için harcanan zamanı dengelemeye ihtiyaçları olduğunu gösterdi. Aynı zamanda aktivite dengesinin yaşam kalitesinin tüm boyutları ile ilişkili olduğu görüldü. Bu bağlamda, aktivite dengesini artırmayı amaçlayan müdahalelerin yaşam kalitesinde bir artışla sonuçlanması beklenmektedir / muhtemeldir

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.

İzinler: Çalışma Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu tarafından onaylandı (09.04.2021 tarih 8. oturum ve 01-23 karar sayılı).

Yazar Katkıları: Planlama: AG, ZA, FD; Literatür tarama: AG; Veri toplama: ZA; Verilerin analizi/yorumlanması: AG, FD; Yazım: AG, ZA; Dergiye gönderme: ZA.

Kaynakça

- 1.Meyer A. The philosophy of occupational therapy. Am J Occup Ther. 1977;31(10):639-642.
- 2.Christiansen C. Three perspectives on balance in occupation. In: Zemke R, Clark F, editors. Occupational science: the evolving discipline. Philadelphia, PA: F.A. Davis Company, 1996; p.431-51.
- 3.Wagman P, Hakansson C, Björklund A. Occupational balance as used in occupational therapy: A concept analysis. Scand J Occup Ther. 2012;19(4):332-327.
- 4.Yu Y, Manku M, Backman CL. Measuring occupational balance and its relationship to perceived stress and health. Can J Occup Ther. 2018;85(2):117-127.
- 5.Nitzsche A, Driller E, Kowalski C, Ansmann L, Pfaff H. The conflict between work and private life and its relationship with burnout - results of a physician survey in breast cancer centers in North Rhine-Westphalia. Gesundheitswesen. 2013;75(5):301-306.
- 6.Yang JW, Suh C, Lee CK, Son BC. The work–life balance and psychosocial well-being of South Korean workers. Ann Occup Environ Med. 2018;30(38):1-7.
7. Bayramoğlu G. İş / aile sınırı teorisi bağlamında kadın akademisyenlerin iş/yaşam dengesinin sağlanmasına yönelik bir araştırma. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi. 2018;17(68):1722-1744.
8. Kahraman Ü, Çelik K. Akademisyenlerin iş yükü algıları ile iş ve aile çatışmaları arasındaki ilişki. Yükseköğretim ve Bilim Dergisi. 2018;8(1):95-105.
9. Öngel V, Tatlı HS. Akademisyenlerin yaşam doyumları ve iş doyumlarını etkileyen iş kaynaklı faktörlerin incelenmesi. Yükseköğretim ve Bilim Dergisi. 2020;10(3):461-473.
10. Tınmaz AK, Tepe N. Akademik ve sosyal yaşama bir bakış: anne araştırma görevlilerinin düşünceleri. International Journal of Social Science. 2019;74:41-57.
11. Dikmen N, Maden D. Kadın akademisyenlerin görünmeyen emeği üzerine bir araştırma: Ordu Üniversitesi örneği. Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi. 2012;4(2):235-250.
12. Wagman P, Hakansson C. Introducing the occupational balance questionnaire (OBQ). Scand J Occup Ther. 2014;21(3): 227-231.
13. Håkansson C, Wagman P, Hagell P. Construct validity of a revised version of the occupational balance questionnaire. Scand J Occup Ther. 2020;27(6) 441-449.
14. Håkansson C, Björkelund C, Eklund M. Associations between women’s subjective perceptions of daily occupations and life satisfaction, and the role of perceived control. Aust Occup Ther J. 2011;58(6):397-404.
- 15.Günel A, Pekçetin S, Demirtürk F, Şenol H, Håkansson C, Wagman P. Validity and reliability of the Turkish Occupational Balance Questionnaire (OBQ11-T). Scand J Occup Ther. 2020;27(7):493-499.
16. Küçükdeveci AA, McKenna SP, Kutlay S, Gürsel Y, Whalley D, Arasil T. The development and psychometric assessment of the Turkish version of the Nottingham Health Profile. Int J Rehabil Res. 2000;23(1):31-38.
17. T.C.Yükseköğretim Kurumu Türkiye’nin Yükseköğretim Stratejisi (2007). Yükseköğretim Kurulu Yayın No: 2007-1 ISBN: 978-975-7912-32-3 Baskı ve Cilt: Meteksan A.Ş.
18. Kutanis RÖ, Karakiraz A. Akademisyenlerde tükenmişliğin Kopenhag Tükenmişlik Envanteri (CBI) ile ölçülmesi: Bir devlet üniversitesi örneği. İşletme Bilimi Dergisi. 2013;1(2)13-30.
- 19.Cannizzo F, Osbaldiston N. Academic work/life balance: A brief quantitative analysis of the Australian experience. Journal of Sociology. 2016;52(4):890-906.
20. Delina G, Prabhakara RR. A study on work-life balance in working women. International Journal of Commerce, Business and Management (IJCBM). 2013;2(5)274-282.

21. Gürkan T. Akademisyen olmak. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*. 2018;2(2):440-446.
22. Aasa MH, Austada VM, Lindstad MØ, Bonsaksen T. Occupational balance and quality of life in nursing home residents. *Physical & Occupational Therapy in Geriatrics*. 2020;38(3):302-314.
23. Wagman P, Håkansson C. Exploring occupational balance in adults in Sweden. *Scand J Occup Ther*. 2014;21(6):415-420.
24. Bell AS, Rajendran D, Theiler S. Job stress, wellbeing, work-life balance and work-life conflict among Australian academics. *Electronic Journal of Applied Psychology*. 2012;8(1):25-37.
25. Singh C, Cross W, Munro J, Jackson D. Occupational stress facing nurse academics-A mixed-methods systematic review. *J Clin Nurs*. 2020;29(5-6):720-735.
26. Yedidia M J, Chou J, Brownlee SJ, Flynn L, Tanner CA. Association of faculty perceptions of work-life with emotional exhaustion and intent to leave academic nursing: Report on a national survey of nurse faculty. *J Nurs Educ*. 2014;53(10):569-579.