

POLİSLERİN ÇALIŞMA SAATLERİNİN AİLE YAŞAM KALİTESİNE ETKİSİ ÜZERİNE NİTEL BİR ARAŞTIRMA

Hasan Hüseyin UZUNBACAK¹

Atıf/©: Uzunbacak, Hasan Hüseyin (2017). Polislerin Çalışma Saatlerinin Aile Yaşam Kalitesine Etkisi Üzerine Nitel Bir Araştırma. Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Yıl 10, Sayı 2, Aralık 2017, ss.1235-1256

Özet: Bu araştırmanın amacı, polislerin çalışma saatlerinin aile yaşam kalitesine etkisinin eşler tarafından nasıl algılandığının belirlenmesidir. Araştırmanın evrenini ergonomik vardiya sistemi (EVS) ile çalışan polis memurlarının eşleri oluşturmaktadır. Araştırmada örneklem grubu, amaçlı örneklem belirleme yöntemlerinden olan ölçüt örnekleme yöntemi ile 40 polis eşi olarak belirlenmiştir. Nitel araştırma yöntemlerinin kullanıldığı bu çalışmanın verileri, yarı yapılandırılmış görüşme formu ile toplanmıştır. Veriler içerik analizi yapılarak, ana temalar etrafında sınıflandırılmış, polis eşlerinin vermiş olduğu cevapların frekansları üzerinden tablolar oluşturulmuştur. Araştırma sonucunda, çalışma saatlerinin kısaltılmasının aile içi etkileşim, ev yaşamına ve ebeveynliğe dair sorumluluklarının yerine getirilmesi, sosyal çevreyle etkileşim, eşler arasındaki iletişim, fiziksel ve psikolojik durumun iyileşmesi ana temalarında sınıflandırılan aile yaşam kalitesine genel olarak olumlu düzeyde etkileri olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Polis, aile yaşam kalitesi, çalışma saatleri, vardiya sistemi, ergonomik vardiya sistemi

A Qualitative Research About The Effects Of Working Hours On Quality Of Family Life

Citation/©: Uzunbacak, Hasan Hüseyin. (2017). A Qualitative Research About The Effects Of Working Hours On Quality Of Family Life, Hitit University Journal of Social Sciences Institute, Year 10, Issue 2, December 2017, pp.1235-1256

Abstract: The aim of this study is to determine how the effects of the police's working hours are perceived by the partners of those who serve as police officers. The population of the study consists of the partners of the police officers who work in Ergonomic Shift System (EVS). The sample group in this study has been determined as 40 partners by means of Criterion Sampling which is a purposive sampling method. The data obtained from this study wherein qualitative research methods have been employed have been collected by means of semi-structured interview form. Following a content analysis, the data have been classified into main themes and charts based on the frequency of the partners' responses have been created. As a result, it has been found that shorter working hours have positive effects on the quality of family life which has been categorized into main themes such as domestic interaction, carrying out parental and domestic responsibilities, interaction with social environment, communication between partners, and improvement in physical and psychological conditions.

Keywords: Police, quality of family life, working hours, shift system, ergonomic shift system

I. GİRİŞ

Polislik, yapılan iş gereğince, düzensiz, uzun ve yoğun çalışma temposu gerektiren bir meslektir. Emeklilik haklarını kazanıncaya değin yüksek tempoda ve ağır mesai şartlarında, yaşamsal tehlikenin varlığını sürekli hissettiren polislik mesleği, zaman içerisinde hizmetin kalitesini ve çalışanın performansını etkilemektedir.

İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi, Avrupa İnsan Hakları Sözleşmesi, Avrupa Sosyal Şartı, Avrupa Birliği Temel Haklar Bildirgesi, Ekonomik Sosyal ve Kültürel Haklara İlişkin Uluslararası Sözleşme, Medeni ve Siyasi Haklara İlişkin Uluslararası Sözleşme, ILO Uluslararası Çalışma Örgütü 29 Sayılı Cebri veya Mecburi Çalıştırmaya İlişkin Sözleşme gibi birçok uluslararası metnin yanı sıra, T.C. Anayasası, 657 sayılı Devlet Memurları Kanunu gibi ulusal metinlerde çalışma koşulları ile ilgili düzenlemeler yapılmıştır. Bu ve benzeri hukuki düzenlemelerde yer almasına rağmen polisin çalışma koşulları sorunu, özellikle meslek çalışanları tarafından en önemli gündem maddesi olarak yerini ve önemini korumaya devam etmektedir. Bununla birlikte, polisin çalışma koşulları birçok kurum ve kuruluş tarafından eleştirilmiş ve polislerin en önemli sorunu olarak sayılmıştır.

Polisleri yaşadığı sorunlarla ilgili olarak ilk kurumsal değerlendirme İnsan Haklarından Sorumlu Devlet Bakanlığı tarafından yapılmıştır. Bu raporda,

“polislin, içinde görev yaptığı çevre, mesleki psikolojik ve maddi koşulları, birliğı, tarafsızlığı ve onurunu koruyacak nitelikte olması” gerektiğine vurgu yapılarak, yapılan işin tehlikesi, niteliğı, çalışma saatlerinin düzensizliğı dikkate alınarak adil bir ücret sisteminin olması gerektiğı belirtilmiş, uluslararası standartlara ve insan gerçeğine uygun çalışma koşullarının oluşturulması istenmiştir (Yılmaz, 2013: 45-46).

Avrupa İşkenceyi Önleme Komitesi, polislerin görev yaptıkları yerlerde, gergin bir havanın olduğunu, uzun ve yoğun çalışma saatlerinde görevlerini yaptıklarını, ekonomik olarak kısıtlı ve yetersiz insani olanaklarının bulunduğunu, bu kötü şartlardan dolayı, yoğun strese maruz kaldıklarını tespit etmiştir (AİÖK Raporu, 2002: 23).

Son olarak birçok şikayetçi tarafından, çalışma saatleri başta olmak üzere, polislerin çalışma koşulları ile ilgili olarak Kamu Denetçiliğı Kurumuna (KDK) yapılan başvurular neticesinde verilen kararda, polislerin çok farklı çalışma saatlerinde çalıştırıldıkları, çalışma saatleri dışında ek görevlere çağırıldıkları ve bunun karşılığında herhangi bir ücret almadıkları, izin kullanamadıkları, çalışma şartlarından dolayı ruhsal, bedensel sorunlar ile özel ve sosyal hayatlarında olumsuzluklar yaşadıkları, intihar vakıalarının görüldüğü, ruh hastalığı nedeniyle tedavi gören polislerin olduğu, genele göre daha erken yaşta öldükleri tespit edilerek, emniyet teşkilatı mensuplarının çalışma ve dinlenme saatleri, şekilleri, izinleri ve ücretlendirmeye ilgili yeni bir yasal düzenleme yapılması gerektiğı belirtilmiştir (KDK Raporu, 2014: 1-38).

Bu çalışma ile, Ergonomik Vardiya Sistemi (EVS) ile çalışan polislerin çalışma saatlerinin aile yaşamına etkisine ilişkin polislerin ve eşlerinin algı ve görüşleri analiz edilmeye çalışılmıştır.

II. VARDİYA SİSTEMİ İLE ÇALIŞMANIN ETKİLERİ

İnsan vücudu yaptığı işlerde enerji tüketir ve bu enerjinin miktarı da sınırlıdır. İhtiyacı olan enerjiyi ise, dinlenerek ve beslenerek temin eder. Temin ettiği enerjiyi gün boyunca yaptığı işlere paylaşmak zorundadır. Yeterince dinlenilmemesi, çalışanın çalışma ve dinlenme zamanlarının iyi planlanmaması, çalışanların psikolojik, sosyal ve kültürel ihtiyaçları göz önünde bulundurulmadan çalışma saatlerinin ayarlanması, iş verimini düşüren, aşırı ve çabuk yorgunluğa neden olan bir etkidir. Bununla birlikte, çalışma saatlerinin uzun veya düzensiz olması, mola sürelerini kısa

olması iş kazalarına da yol açabilmektedir. Oysa ki, çalışma sürelerinin azaltılması, verimliliği artırırken, işe devamsızlık, yorgunluk, hastalık, sinirlilik ve iş kazalarını azaltmaktadır (Camkurt, 2007: 89). Nitekim, Vermon ve Smith gibi birçok araştırmacının yaptığı çalışmalar, çok uzun süre çalışılmasının iş kazası oranını artırdığını tespit etmiştir (Schuster ve Rhodes, 1985: 237).

Yapılan birçok araştırmada, belirsiz ve çatışan ihtiyaçların varlığı, ağır, yoğun, yüksek tempolu iş yaşamı, işyerindeki kişilerle çatışmalar, yönetim şekilleri ve uygulanan örgütsel politikalar, iş ve örgütsel stres faktörleri olarak sayılmaktadır. Uzun çalışma saatleri ve vardiyalı iş ortamlarında çalışanların stres düzeyleri de genellikle aynı oranda yüksek olmaktadır (Ferris vd, 2010: 114).

Yapılan işin veya hizmetin gereği olarak çalışma süresi 24 saate yayılabilmektedir. Bu gereklilikten yola çıkarak çalışanlar, farklı aralıklarla çalışma saatlerinin belirlendiği, vardiya sisteminde işlerini yapmak zorunda kalabilmektedir. Uyku ve uyanıklık zamanlarının sürekli olarak değiştiği vardiya sistemi, çalışanların fiziksel ve ruhsal pek çok problem yaşamalarına neden olabilmektedir. Sık rastlanan sorunlardan birisi, en temel fizyolojik ihtiyaçlarının başında gelen uyku kalitesindeki azalmadır. Gece veya vardiyalı çalışma uyku düzeninin aksamasına yol açtığından, uyku kalitesi de buna bağlı olarak etkilenmektedir. Çalışan uzun uyku süresine rağmen kendini zinde, formda ve dinlenmiş hissedememektedir. Bu durum da, fiziksel ve ruhsal olarak kendilerini iyi hissetmemelerine yol açmaktadır (Üstün ve Çınar Yücel, 2011: 30-31). Kalp-damar hastalıkları, tansiyon problemleri, şeker hastalığı, depresyon, kaygı bozuklukları, bellek ve dikkat toplama sorunları, ilgi ve dikkat eksikliği gibi sorunların sık karşılaşıldığı vardiyalı sistemde, çalışan bireylerin, yaşam kaliteleri de olumsuz etkilenmektedir (Selvi vd., 2010: 238-239). Sürekli değişen çalışma saatleri, bıkkınlık, monotonluk ve yılgınlık hislerinin yaşanmasına neden olmaktadır (Yüksel, 2004: 56).

Vardiyalı sistemde uzun süre çalışanların tükenmişlik hissine kapıldıkları ortaya çıkmıştır. Polisler üzerinde yapılan bir araştırma, çalışma saatlerindeki fazlalığa bağlı olarak iş yükündeki artışın fiziksel ve duygusal olarak tükenmişliğin gözlenmesine neden olduğunu ortaya koymuştur (Gündüz vd., 2007: 294). Özellikle, çalışma süreleri ve sistemleri ile yapılan işin ve uğraşılan bireylerin özellikleri birlikte değerlendirildiğinde, psikolojik,

fiziksel, sosyal, ekonomik yönden sorunları olan, kaygılı, kızgın, içe kapanık kişilerle sürekli karşılaşmak zorunda kalan, aşırı stresli ve yoğun bir temposu olan asker, sağlık personeli, polis gibi meslekler daha fazla tükenmişlik hissine kapılabilmektedir (Kaya, 2014: 232-233). Bu durumun, asker ve polislerde “askeri yorgunluk”, “John Wayne Sendromu” olarak da adlandırıldığı bilinmektedir (Freudenberger, 1974).

Günümüzde, çalışanların iş ve aile sorumluluklarını uyumlu ve dengeli bir biçimde yerine getirmesi, uzun ve yoğun çalışma saatleri, yaşam standartlarındaki değişim, ekonomik sorunların büyümesi ve çeşitlenmesi, iş ve aile arasındaki rol çatışmalarının ortaya çıkması nedenleriyle daha da fazla zorlaşmıştır. İş yaşamı ile aile yaşamı arasında dengenin kurulabilmesi veya kurulamaması kişiden kişiye değişim gösterebilmektedir. İşi hayatının merkezine yerleştiren bir çalışan için, işten gelen talepler ne olursa olsun sorun oluşturmazken, aileden gelen talepler sorunlara ve çatışmalara neden olabilmektedir. Bunun aksine, aile hayatını daha çok önemseyen çalışan için ise işten gelen talepler çatışmanın kaynağı olabilmektedir. İş-aile yaşamı dengesi, bu talepler arasında ortaya çıkabilecek çatışmanın yönetilebildiği ölçüde sağlanabilmektedir. Dengenin sağlanması, çalışanların yaşam kalitesini artıran, ruh sağlığını koruyan, toplum huzuruna olumlu etki yapan, verimliliği artıran, işe devamsızlığı azaltan bir faktör olarak değerlendirilmektedir. Bununla birlikte işletmelerin veya kurumların, çalışanlarının aile yaşantılarını önemsemeleri ve bunu çalışanlarına hissettirmeleri, işe bağlılığı ve iş tatminini artırmaktadır (Özen Kapız, 2002: 140-142).

Çalışanın bedensel, zihinsel, psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarının karşılanmasına çalışılarak çalışma ortamının ve koşullarının düzenlenmesini, bu düzenlemeler yapılırken çalışanlara insancıl koşulların sağlanmasını, çalışanların bireysel yeteneklerinin ve beklentilerinin karşılanmaya çalışılmasını kapsayan çalışma kalitesi, çalışanı ve örgütü doğrudan ya da dolaylı etkileyen bir kavram olarak ele alınmaktadır. Vardiyalı çalışma sistemi ise, çalışma yaşamı kalitesini doğrudan etkileyen bir unsurdur. Çalışanın günlük yaşamında olumsuzluklara neden olan vardiya sistemi, işletme veya kurumun etkinliği açısından iletişim problemleri, işin örgütlenmesinde sorunlar, iş kalite ve başarısının azalması, hata ve kaza riskinin yükselmesi gibi birçok soruna da yol açabilmektedir (Yüksel, 2004: 48).

III. POLİSLERİN VARDİYALI ÇALIŞMA SİSTEMİ

A. Uygulanan Vardiya Sistemleri

Polisler sunulan hizmetin gereği olarak 24 saat esasına göre hizmet vermektedir. 24 saat hizmet sunmanın bir gereği olarak da vardiya sistemi ile görev yapılmaktadır. Çalışma saatleri ile ilgili düzenlemeler, 657 sayılı Devlet Memurları Kanunu'na (m.99,100,101) ve 3201 sayılı Emniyet Teşkilatı Kanunu'na (m.61) dayanılarak 1995 yılında çıkartılan “Emniyet Hizmetleri Sınıfı Personelinin Çalışma Saatlerine İlişkin Esaslar” başlıklı genelge ile yapılmıştır.

Bu genelgenin 4.maddesinde “merkez ve taşra teşkilatında görevli olup, nöbet usulü ile çalışması zorunlu olan personelin çalışma saatlerinin, hizmetin gerekleri göz önünde bulundurularak olağan üstü durumlarda 12/12, diğer hallerde 12/24 veya 12/36 esaslarından herhangi birine veya her birine göre; taşra teşkilatında mülki amirin, merkez teşkilatında genel müdürün onayı ile düzenleneceği; çalışma süresi 40 saatten az ve 12/24 esasından daha ağır olmayacak biçimde aynı makamların onayı ile değişik çalışma usullerinin uygulanabileceği; büro hizmetlerinde çalışma personelinin çalışma saatleri, herhangi bir olağanüstü durum olmadığı sürece devlet dairelerinin tabi olduğu çalışma usulüne tabi olacağı; olağanüstü durumlar dışında, nöbet usulüyle çalışan personelin çalışma saatlerinin artırılmayacağı, ancak görev değişimi, durumun gerekleri göz önünde bulundurularak, birim amirince gecikmeli olarak yaptırılabilmesi, bu geciktirmenin hiçbir zaman, personelin tabi olduğu görev süresinin dörtte birini aşamayacağı” hükmü getirilmiştir. 5.maddesinde ise, “nöbet usulüyle çalışan personele ayrıca hafta izninin verilmeyeceği ancak hizmet gereği olarak karakol ve benzeri birimlerde araştırma, takip, gözetleme gibi görevlerle özel bir şekilde görevlendirilenler ile büro hizmetlerinde çalışanlara haftada bir günden az iki günden çok olmamak üzere izin verileceği, olağanüstü durumlar hariç olmak üzere bu iznin kesilemeyeceği, bu şekilde kesilen izinlerin mümkün olduğu takdirde aynı hafta içerisinde aksi halde bir sonraki hafta içerisinde telafi edileceği” düzenlenmiştir.

KDK tarafından yapılan tespit, halen polisler 86 farklı çalışma modeli ile hizmetlerini sürdürmektedir. Tablo 1’de görüleceği üzere, bu farklı çalışma modellerinin en yaygın olarak uygulananları, 12 saat çalışıp 24 saat dinlenen 12/24, 12 saat çalışılıp 36 saat dinlenen 12/36, 8 saat çalışılıp 24 saat dinlenen 8/24 ve büro hizmetlerinde çalışanlar için uygulanan

08.00/17.00 (09.00/18.00) sistemleridir. 12/24 esasına göre çalışanların haftalık çalışma saati 57, 12/36 ve 8/24 esasına göre çalışanların 42 saat olduğu, diğer modellerde çalışanların ise 45-60 saat arasında değiştiği tespit edilmiştir (KDK, 2014: 5).

Tablo 1: Polislerde Uygulanan Mesai Sistemleri

	Mesai Sistemi					TOPLAM
	12/24	12/36	8/24	08/17	Diğer	
Sayısı	63723	32782	10706	79803	53925	240939
Oran(%)	26,4	13,6	4,5	33,1	22,4	100

Nispeten rutin olarak belirlenen vardiyaların yanında, maç, konser, miting, resmi ve dini bayramlar gibi durumlarda ortaya çıkan, planlı veya plansız ek görevler, oldukça fazla şikayete konu olmaktadır. Bu şikayetlerin temelini, fazladan çalışılan ek görevlendirmeler karşılığında hiçbir ek ücret alınmaması, aile ve sosyal yaşamla ilgili önceden planlama yapılamaması, plan yapılmış olsa bile bu planların iptal edilmek durumunda kalınması, dinlenmeye ve ailelerine yeterince vakit ayrılamaması oluşturmaktadır.

B. Ergonomik Vardiya Sistemi (EVS)

İlk olarak Bursa Emniyet Müdürlüğü'nde "Ergonomik Vardiya Sistemi" (EVS) adıyla Kasım 2010-Ağustos 2011 tarihleri arasında 10 ay süreyle pilot bir uygulama ile polislerin 8 saat çalışıp 24 saat dinlenmelerine olanak sağlayan 8/24 çalışma modeli deneysel olarak uygulamaya konulmuştur. Pilot uygulama sonuçları, 12 saat çalışılıp 24 saat dinlenme esasına dayanan 12/24 çalışma modeli sırasında kayıtlara giren bazı verilerle karşılaştırılmış, çalışanlar ve aile fertleriyle her iki modelin karşılaştırılabilmesi için görüşmeler yapılmıştır.

Uygulama sonucunda, çalışanlarla ve yöneticileriyle yapılan görüşmelerde, çalışanların motivasyonunda, performansında ve verimliliğinde ciddi oranlarda artış, mesai saatleri içerisinde izin ve rapor alma oranlarında düşüş gözlemlenmiştir. Aile içinde ve çevreleriyle iletişimin arttığı, personelin sağlığı açısından ciddi faydalar sağlandığı, daha az hasta olunduğu, mevcut sağlık problemlerinin iyileşmeye ve düzelmeye başladığı, önceye göre uykularının daha düzenli olduğu, bedenen ve ruhen daha az yıpranıldığı, daha az sinirli olduğu, işe karşı daha istekli olduğu dile getirilmiştir. En önemli geri bildirim ise aile yaşantıları ile ilgili olmuştur. Aile bağlarının

daha da güçlendiği, eşler ve çocuklar arasındaki iletişim problemlerinin azaldığı, aile fertlerinin bir arada daha çok sosyal aktiviteler gerçekleştirdikleri, fiziksel ve psikolojik olarak daha az yıpranan çalışanların, tolerans seviyelerinin arttığı, daha yapıcı ve sabırlı bir üslupla iletişim kurdukları ifade edilmiştir (Yılmaz vd., 2012: 44-55).

EVS pilot uygulaması neticesinde alınan olumlu sonuçlar, Emniyet Genel Müdürlüğü'nü harekete geçirmiş ve Polis Merkezi Amirliği Kuruluş, Görev ve Çalışma Yönetmeliği'nde 2011 yılında yapılan değişikliklerle ilk hukuki düzenleme yapılarak polis merkezlerinde çalışan personelden başlamak üzere ülke genelinde 8/24 EVS sistemine geçiş başlamıştır. Ancak, özellikle son birkaç yıldır ülke gündeminde yer alan çeşitli gelişmelerden (Gezi Olayları, Kobani eylemleri, terör olayları, FETÖ darbe girişimi) kaynaklanan personel ihtiyacı sebebiyle, sistem düzenli olarak uygulanamamıştır.

IV. ARAŞTIRMA

Araştırmanın bu bölümünde, örnekleme olarak belirlenen grup, veri toplama aracı ve verilerin nasıl toplandığı, toplanan verilerin analizi ve bulgular yer almaktadır.

A. Araştırmanın Yöntemi, Örnekleme, Veri Toplama Aracı

Ulaşılabilecek örneklem sayısının azlığı ve istatistiksel olarak anlamlı çıkarımlar yapılabilecek niceliksel temsiliyet özelliğini taşımayacağı ön kabulünden yola çıkarak derinlemesine görüşmeler yapabilmek amacıyla nitel araştırma teknikleri kullanılmıştır.

Yapılacak olan araştırmanın konusu gereğince, çalışma grubuna dahil edilecek olanların özel bilgilerini ve deneyimlerini kullanma gerekliliğinden, araştırmanın problemi kapsamına giren özellikleri taşıyan bireylerden oluşmasının daha sağlıklı olacağı değerlendirilerek amaçlı örneklem yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi ile veriler toplanmıştır (Berg ve Lune, 2015: 71). Araştırmanın yapılacağı bireylerin seçiminde temel ölçüt, Ergonomik Vardiya Sistemi (EVS) olarak tanımlanan ve yukarıda detayları verilen mesai düzeninde çalıştırılan polis memurlarının eşleri olarak belirlenmiştir. Çünkü, bu çalışma ile yeni yaygınlaşmaya başlayan mesai düzenine ilişkin görüşler ve gözlemlerinin diğer mesai düzenleriyle karşılaştırılarak belirlenmesi hedeflenmektedir. Bu belirlenmenin yapılabilmesi için de aileye yansımaları hakkında daha doyurucu görüşlerin eşlerden alınacağı değerlendirilmiştir.

Araştırmada, belirli bir sırada ve sistematik olarak sorular yöneltilerek görüşmeye derinlik katabilmek ve mülakatı belirli başlıklar altında sürdürebilmek amacıyla Tablo 2'deki yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Alan yazında yapılan inceleme neticesinde çalışma saatlerinin uzunluğunun aileler üzerindeki etkileri, “aile içi etkileşim”, “sosyal çevreyle etkileşim”, “ebeveynlik sorumlulukları”, “eşler arasındaki etkileşim”, “ev yaşamına karşı sorumluluklar”, “fiziksel ve psikolojik durum”, “zamanı değerlendirme” olmak üzere ana temalar olarak belirlenmiştir. Bu ana temalar belirlenirken, soruların kolay anlaşılır ve net olmasına, çeldirici, yönlendirici ve çok boyutlu olmamasına dikkat edilmiştir (Yılmaz ve Altinkurt, 2011). Yarı yapılandırılmış görüşme formu, 9 soru demografik bilgilere yönelik, 7 soru ise belirlenen ana temaları açıklayıcı tarzda olmak üzere, toplam 16 sorudan oluşmaktadır. Görüşme formunun ön uygulaması, 5 polis eşi ile gerçekleştirilmiş, herhangi bir sorun yaşanmadığı görülmüştür.

Tablo 2: Görüşme Formu

1. KİŞİSEL BİLGİLER	
1. Yaşınız:	6.Eşiniz hangi birimde çalışıyor?:
2. Eğitiminiz:	7.Eşiniz kaç yıldır çalışıyor?:
3. Mesleğiniz:	8.Önceki mesai düzeni:
4. Kaç yıldır evlisiniz?:	9.EVS çalışma süresi:
5. Çocuk sayısı:	
2. EVS MESAI DÜZENİNİN ETKİSİ İLE İLGİLİ SORULAR (EVS'nden önceki mesai sistemi ile karşılaştırarak cevap verilmesi istenmiştir.)	
1. EVS mesai düzeni aile içi ilişkilerinizi nasıl etkiledi?	
2. Eşinizin çocuklarınıza karşı davranışlarında bir değişiklik oldu mu?	
3. EVS mesai düzeninde çalışması sosyal hayatınızı nasıl etkiledi?	
4. Eşinizin EVS mesai düzeninde çalışması eve karşı sorumluluklarını yerine getirmesini etkiledi mi?	
5. Evliliğiniz (karı-koca ilişkiniz) ne şekilde etkilendi?	
6. Eşinizin fiziksel ve psikolojik durumunda bir farklılaşma gözlemlediniz mi?	
7. Eski çalışma saatleri ile kıyasladığımızda eşiniz bireysel olarak zamanını nasıl değerlendiriyor?	

Görüşmenin ses kaydının yapılacağı yönünde bilgilendirme yapılmış, ancak çeşitli kaygı ve gerekçelerle katılımcılar ses kaydının yapılmasını istememiştir. Bunun üzerine, görüşmelerde herhangi bir hususun atlanmaması için gerekli bilgilendirme yapılmak kaydıyla ikinci bir kişi tarafından ayrıca not tutulması sağlanmıştır. Her görüşmeden sonra,

görüşme formu üzerinden tutulan notlar karşılaştırılmış, katılımcıların tüm görüş ve ifadelerinin kayıt altına alınması sağlanmıştır. Her görüşme yaklaşık 25-30 dakika sürmüştür. Elde edilen veriler içerik analizi yapılarak detaylı bir şekilde incelenmiştir. Metin haline getirilen veriler, okunarak belirlenen ana temalar etrafında kategorize edilmiştir. Yapılan inceleme sonucunda veriler, belirlenen (7) ana tema altında polis eşlerinin vermiş olduğu cevaplar frekans dağılım tablolarına dönüştürülmüştür.

B. Araştırmanın Bulguları

Araştırma neticesinde elde edilen sonuçlar iki başlık altında incelenmiştir. İlk başlıkta araştırmaya katılan polis eşlerinin kişisel bilgileri yer almaktadır. İkinci başlık altında ise, mesai düzeninin aile yaşamına etkisine ait nitel araştırma bulguları yer almaktadır.

1. Demografik Bulgular

Araştırmaya katılanlara ait demografik bulguların yer aldığı Tablo 3 incelendiğinde, katılımcıların %10'unun 25-30 yaş, %25'inin 31-35 yaş, %42,5'inin 36-40 yaş ve %22,5'inin 41-45 yaş aralıklarında olduğu görülmektedir. Polis eşlerinin %10'u lisans, %25'i ön lisans, %40'i lise ve %25'i ilköğretim düzeyinde öğrenim görmüştür. Katılımcıların %12,5'i 1-5 yıllık, %30'u 6-10 ve 11-15 yıllık, %17,5'i 16-20 yıllık, %10'u ise 21 yıldan daha fazla süredir evli olduklarını beyan etmişlerdir. Büyük çoğunluğunu (%77,5) ev hanımlarının oluşturduğu eşlerden %7,5'i hemşire olarak çalışmakta, %10'u ise eşleri gibi polis olarak görev yapmaktadır. En az bir çocuk sahibi olanların toplam oranı %92,5, hiç çocuğu olmayanların oranı ise %7,5'tir.

Katılımcıların eşlerinin %25'i trafik, %32,5'i asayiş, %42,5'i ise polis merkezi birimlerinde göre yapmakta olup, araştırmanın evrenindeki oranlara (trafik biriminde 32 (%24,2), asayiş biriminde 48 (%36,4), polis merkezi biriminde ise 52 (%39,4) olmak üzere toplam 132 personel EVS ile görev yapmaktadır) yakın oranda katılım olmuştur. Polislikteki hizmet sürelerine bakıldığında, %10'u 6-10 yıl, %22,5'i 11-15 yıl, %45'i 16-20 yıl ve %22,5'i ise 21 yıl ve üzerinde polislik tecrübesine sahip oldukları görülmüştür. Polislerin %87,5'i, EVS olarak adlandırılan ve 8 saat çalışılıp 24 saat istirahat edilen mesai düzenini geçmeden önce, 12 saat çalışılıp 24 saat istirahat edilen 12/24 sisteminde görev yaptıkları belirlenmiştir. Polislerin EVS mesai düzeninde bir yıldan daha az süre çalışanların oranı %62,5, bir yıldan daha fazla

süredir çalışanların oranı ise %37,5 olmuştur. Süreler, birimler arası yer değişikliği, (seçim, maç, olay gibi) yoğun ve önemli günler sebebiyle kesintiye uğradığından eşler tarafından beyan edilen kesintili de olsa toplam süreyi ifade etmektedir. Ayrıca, araştırmanın yapıldığı tarihte (Nisan 2015), EVS mesai düzeni uygulaması yeni yaygınlaşmaya başladığından EVS'nde en uzun iki yıllık tecrübesi olduğu anlaşılmıştır. Bu sürelerin, diğer mesai düzenleri ile ilgili karşılaştırma yapılabilmesi için yeterli olduğu değerlendirilmiştir.

Tablo 3: Demografik Bulgular

		f	%			f	%
Yaş	25-30	4	10,0	Çocuk Sayısı	0	3	7,5
	31-35	10	25,0		1-2	29	72,5
	36-40	17	42,5		3-4	8	20,0
	41-45	9	22,5				
				Eşinin Çalıştığı Birim	Trafik	10	25,0
Eğitim	İlköğretim	10	25,0	Eşinin Çalışma Yılı	Asayiş	13	32,5
	Lise	16	40,0		Polis Merk.	17	42,5
	Ön lisans	10	25,0		6-10	4	10,0
	Lisans	4	10,0		11-15	9	22,5
Kaç Yıldır Evli	1-5	5	12,5	Önceki Mesaisi	16-20	18	45,0
	6-10	12	30,0		21 ve üzeri	9	22,5
	11-15	12	30,0		08.00/17.00	5	12,5
	16-20	7	17,5		12/24	35	87,5
Meslek	Ev hanımı	31	77,5	EVS Çalışma Süresi (Ay)	0-6	13	32,5
	Hemşire	3	7,5		7-12	13	32,5
	Polis Me,	4	10,0		13-18	6	15,0
	Diğer	2	5,0		19-24	8	20,0
T O P L A M						40	100

2. Mesai Düzeninin Aile Yaşamına Etkisine Ait Bulgular

Araştırmaya katılan polis eşlerine yöneltilen ilk soru, çalışma saatindeki azalmanın aile içi ilişkileri nasıl etkilediği olmuştur. Tablo 4’de de gösterildiği üzere, polis eşlerinin büyük bir çoğunluğu (36), polislerin ailelerine daha fazla zaman ayırmaya başlamalarını en önemli değişim olarak saymıştır. Aile yaşam kalitesini etkileyen en önemli hususlardan birisi olarak sayılan zaman faktörü, iş ve aile yaşam dengesinin sağlanmasının önündeki engellerden birisi olarak da sayılmaktadır. Bireylerin taşıdıkları rollerin gereklerinin yerine getirilmesi için, bir rol için ayrılan zamanın diğer rol için ayrılması gereken zamanı etkilememesi gerekir. Örneğin işe ayrılan zaman, aileye ayrılacak zaman üzerinde bir baskı unsuru oluşturmamalıdır. Uzun çalışma süreleri, bireyin taşıdığı rollerin gereğini yerine getirmesine engel olması durumunda çatışma kaynağına dönüşecektir (Başoğlu vd., 2016: 279).

Tablo 4: Aile İçi Etkileşim İle İlgili İfadeler

	Kişi Sayısı
Aileye daha çok zaman ayırmaya başlama	36
Evlilik yıl dönümü, doğum günü gibi özel günleri daha çok birlikte kutlamaya başlama	24
Aile içi sorunlarımızı birlikte daha çok konuşma ve çözüm arama	21
Aile içi dayanışmada artış	7
Daha rahat empati kurabilme	6
Aileyi ilgilendiren kararlar alınırken diğer aile fertlerine daha çok fikir sormaya başlama	4
Aile içi tartışmalarda artış	2
TOPLAM	100

Eşlerin yaklaşık yarısı (24) tarafından sayılan bir diğer husus da aile fertlerinin özel günlerde daha fazla bir arada bulunmaya başlamasıdır. Aile içi dayanışmanın artması (7), daha rahat empati kurabilme (6) ve aileyi ilgilendiren kararlar alınırken ailenin diğer fertlerinin de görüşlerinin alınmaya başlaması (4) ise polis eşlerinin aile içi etkileşim başlığı altında belirttiği bir diğer husus olmuştur. Polisler, insanın aileleriyle bir arada olduğu bayram, yılbaşı gibi zamanlarda işlerin daha da yoğunlaşmasından dolayı daha da fazla çalışmak zorunda kalmaktadır. Evlilik yıldönümü, doğum günü gibi aile için önem atfedilen günlerde aile fertlerinin birlikte bulunması, birlikte kutlama yapabilmesi, aile içerisinde huzur, sevgi ve saygı

ortamının tesis edilmesi açısından önemli olduğu gibi, ailenin huzurlu ve güvenli bir hayat sağlama işlevinin yerine getirilmesi için de temel unsurlardan olarak sayılmaktadır (Kır, 2011: 392-393).

Polis eşlerinden 21'i, daha az çalışma saatlerinin olmasının, aile içi sorunların daha fazla birlikte konuşulmasını ve çözüme kavuşturulmasını sağladığını ifade etmiştir. Aile fertleri arasındaki iletişimin kalitesi, ortaya çıkabilecek sorunların ve çatışmaların çözüme kavuşturulmasını doğrudan etkileyebilmektedir. Aile içerisinde bireylerin duygu ve düşüncelerini rahatça dile getirebilecekleri sağlıklı ve yeterli iletişim ortamının oluşturulması, birbirlerine saygı ve sevgiyle yaklaşabilmeleri, kişisel beklenti ve özelliklerin dikkate alınması ile mümkün olmaktadır. Böyle bir iletişim ortamının aile içerisinde oluşturulması aile içi sorunların çözümüne katkı sağlayan bir husus olarak belirtilmektedir (Canel, 2012: 29).

Aile içi etkileşim başlığı altında sınıflandırılan görüşler içerisinde olumsuz bir yansıma olarak değerlendirilecek görüş ise, aile içi tartışmaların artması olmuştur. Polis eşlerinden 2'si kısalan mesai saatleri ve uzayan dinlenme süreleri sebebiyle evde daha çok vakit geçirmeye başlayan polislerin eşleriyle tartışma yaşamaya başladığını ifade etmiştir.

Araştırmaya katılan polis eşlerine, polislerin çocuklarına karşı davranışlarında bir değişiklik olup olmadığına ilişkin soru yöneltilmiştir. Tablo 5'te de görüleceği üzere, eşlerin 32'si çocuklarına karşı ilgi ve alakalarında artışın olduğu, 30'u çocuklarına karşı sorumluluklarını eskiye nazaran daha fazla yerine getirebildiği, yarısına yakınının (21) çocukların okul ödevlerine ve etkinliklerine daha fazla yardımcı olduklarını ifade etmişlerdir. Babaların çocuklarıyla sağlıklı iletişim kurmaya başlaması (12), anne olmaksızın birlikte daha çok vakit geçirmeleri (8), babaların eskiye göre çocuklarıyla duygusal bağının daha çok oluşması (5) polis eşleri tarafından gözlenen diğer hususlar olarak sayılmıştır. Bu başlık altında ifade edilen en önemli görüş ise, daha önce çocuklarına karşı şiddet uygulayan iki babanın bundan vazgeçmeleri olmuştur. Yapılan birçok çalışma göstermiştir ki, ebeveynlerin çocuklarına karşı sorumluluklarını yeterince yerine getirebilmesi, çocukların gelişimlerinin, kişiliklerinin ve davranışlarının olumlu şekillenmesinde kilit rol oynamaktadır (Armstrong vd., 2005: 274).

Polis eşleri tarafından söylenen olumsuz ifadeler ise, eskiye göre evde daha çok zaman geçiren kocalarının çocuklarına gerekli-gereksiz karışmaya başlaması (9) ve babaların çocuklarına karşı ilgisinde azalma yaşanmasıdır.

Yapılan görüşmelerde de katılımcılar tarafından ifade edildiği gibi polisleri daha az çalışma saatlerine sahip olmaları kadar, dinlenme zamanlarını nasıl değerlendirecekleri de önemlidir. Katılımcılar, eşlerinin boş zamanlarını ne şekilde kullanacaklarını bilememelerinden yakınmış, dinlenme sürelerinde sıkılmaları sebebiyle zaman zaman tartışmaların ortaya çıktığını belirtmişlerdir.

Tablo 5: Ebeveynlik Sorumlulukları İle İlgili İfadeler

	Kişi Sayısı
Çocuklara karşı ilgi ve alakada artış	32
Çocuklara karşı sorumluluklarını daha çok yerine getirebilme	30
Çocukların okul ödevlerine ve etkinliklerine daha fazla yardımcı olabilme	21
Çocuklarla sağlıklı iletişim kurmaya başlama	12
Polislerin çocuklarına gerekli-gereksiz karışması	9
Babalarıyla çocukların birlikte vakit geçirmesi	8
Çocuklarla duygusal yakınlaşma	5
Çocuklara karşı ilgisinde azalma	3
Çocuklara karşı daha şiddet uygulamadan vazgeçme	2
TOPLAM	122

Araştırmada yönlendirilen diğer soru ise, polislerin EVS mesai düzeninde çalışması ailenin sosyal hayatlarını nasıl etkilediği yönünde olmuştur. Polis eşleri EVS mesai düzeni ile kısılanan çalışma saatleri dışında kalan zamanda, aileleriyle birlikte sünnet, düğün, nişan gibi törenlere katılmaya daha çok zaman bulabildiklerini (25), daha sık komşu ve akraba ziyareti yapabildiklerini (21), tatil, konser, sinema gibi sosyal etkinlikleri daha kolay planlayabildiklerini (14) ifade etmişlerdir (Tablo 6).

İnsan, ruhsal ve bilişsel bir varlık olmasının yanı sıra sosyal yönü de olan bir varlıktır. İnsanın, ailesiyle, arkadaşlarıyla, akrabalarıyla birlikte uyum içerisinde yaşaması, onlarla daha çok nitelikli vakit geçirebilmesi, kendi sağlığına etkisi olduğu gibi çevresini de etkilemektedir (Akın, 2014: 108). Bireyin sosyal çevresi ve çevresiyle olan ilişkisi yaşam kalitesini etkileyen göstergelerdendir. Arkadaşları, akrabaları, komşuları, kaliteli bir yaşam açısından sosyal destek sağlayıcılar olarak sayılarak, bunlara sahip olmanın ve birlikte etkinliklerde bulunmanın yaşam kalitesini ve doyumunu artırdığı saptanmıştır (Aydiner vd., 142).

Tablo 6: Sosyal Etkileşim İle İlgili İfadeler

	Kişi Sayısı
Aile ile birlikte sünnet, düğün nişan gibi törenlere katılmaya daha çok zaman bulabilme	25
Komşu, arkadaş ve akraba ziyareti yapmak için daha çok zamanın olması	21
Tatil, konser, sinema gibi sosyal etkinlikler için plan yapabilmeyi kolaylaştırma	14
TOPLAM	60

Araştırmaya katılan polis eşlerine “Eşinizin EVS mesai düzeninde çalışması eve karşı sorumluluklarını yerine getirmesini etkiledi mi?” sorulmuş, 23’ü eşlerinin ev işlerine daha çok yardım etmeye başladıklarını, 16’sı eşlerinin artık evdeki tamir işlerini yapabildiklerini, 12’si daha önce kendi başlarına yapmak zorunda kaldıkları alışverişini artık birlikte yapabildiklerini, 8’i kira ödemesi gibi işleri eşleriyle birlikte yapabildiklerini ifade etmiştir (Tablo 7).

Tablo 7: Ev Yaşamına Karşı Sorumluluklar İle İlgili İfadeler

	Kişi Sayısı
Ev işlerine daha çok yardımcı olmaya başlama	23
Aile reisinin yapabileceği tamir işlerini sahiplenip çözebilme	16
Birlikte alışverişe gidebilme	12
Fatura, kira ödemesi gibi işleri birlikte yapabilme	8
TOPLAM	59

Ev yaşantısının gerektirdiği sorumlulukları yerine getirmek oldukça zaman alan bir iştir. Bu işler için ayrılan zamanın fazlalığı, aile bireyleri ile birlikte yapılabilecek diğer aktivitelerin zamanını kısıtlayan, aile ve iş yaşamını olumsuz etkileme potansiyeline sahip bir durumdur (Voydanoff, 2004: 402). Geleneksel olarak, evin içindeki temizlik, çocuk bakımı gibi işler kadının, evi dışındaki ev ihtiyaçlarını görme, gelir sağlama gibi işler ise erkeğin görevleri arasında sayılmaktadır. Ancak, günümüzde, özellikle ekonomik yönden aileye katkı sağlama sadece erkeğin temel görevi olmaktan çıkmış, kadının da görevleri arasında sayılmıştır. Kadına yüklenen bu sorumluluk, kadının üzerindeki ev yaşantısıyla ilgili sorumluluklarının da erkek tarafından paylaşılması zorunluluğunu doğurmuştur. Yaşamın tüm yönlerini kapsayan yaşam kalitesi, aile yaşamının da bir parçası olan ev yaşamına karşı sorumlulukları da içine alan geniş bir kavram olarak ele alınmaktadır. Mutlu bir aile yaşantısının temelinde de, ev yaşamında yapılması gereken sorumlulukların kimin tarafından ve ne zaman yapılacağına uzlaş

içerisinde belirlenmesi, yardımlaşma içerisinde ve düzenli olarak yapılması yer almaktadır (Arpacı ve Ersoy, 2007: 42).

Polis eşlerinin, “Evliliğiniz (karı-koca ilişkiniz) ne şekilde etkilendi?” sorusuna vermiş oldukları cevaplar Tablo 8’de gösterilmiştir. Araştırmaya katılan polis eşlerinin 25’i evliliklerinin daha iyiye gittiğini, 23’ü daha fazla sohbet etme imkanı bulduklarını, yarısı (20) kendisine karşı sorumluluklarını daha çok yerine getirmeye başladığını, 16’sı eşinin kendisine daha çok zaman ayırabildiğini, 12’si ise birlikte daha çok gezmeye gidebildiklerini ifade etmiştir. Eşler arasında daha önceden yaşanan tartışmalarda azalma (5) ile polislerin saygı, sevgi ve değer duygularını eşlerine hissettirmeye başlamaları ifade edilen diğer olumlu görüşler olmuştur. Bununla birlikte 2 ailenin çocuk sahibi olmayı düşünmeye başlamaları da dile getirilen diğer bir husus olmuştur. Eşlerin birlikte ve kaliteli zaman geçirebilmesi, ortak etkinliklerde bulunabilmeleri, eşler arasındaki sevgiyi, saygıyı ve dayanışmayı artırarak evlilik ilişkilerini olumlu yönde etkileyen bir husustur. Bunun yanı sıra, eşlerin birlikte zaman geçirmemesi aile içerisinde sorunlara sebep olarak evliliği olumsuz etkileyebilir (Şener ve Terzioğlu, 2002: 7).

Polis eşleri tarafından söylenen olumsuz ifadelerden ilki, eskiye göre evde daha çok zaman geçiren kocalarının kendilerine gerekli-gereksiz karışmaya başlamasıdır. Diğer olumsuz ifade ise polislerin eşlerine karşı ilgisinde azalma olmasıdır. Eşlerin bu husustan şikayetçi olması dikkat çekicidir. Eşlerin birbirlerinin ilgilerine, ihtiyaçlarına yaşantısına fazla müdahale etmesi uyuşmazlık, zıtlasma, kavga ve sürtüşme gibi evlilik içi çatışmalara sebep olabilmektedir (Yavuzer, 1996: 49).

Tablo 8: Eşler Arasındaki Etkileşim İle İlgili İfadeler

	Kişi Sayısı
Evliliğin daha iyiye gitmesi	25
Eşimle daha fazla sohbet etme imkanı buluyoruz.	23
Bana karşı sorumluluklarını daha çok yerine getirmeye başladı.	20
Eşim evde olduğunda bana daha çok zaman ayırmaya başladı.	16
Eşimle birlikte daha fazla gezmeye gidebiliyoruz.	12
Eşim evde daha çok zaman geçirdiği için bana gerekli-gereksiz karışmaya başladı.	11
Tartışmalarda azalma	5
Saygı, sevgi duyduğunu ve değer verdiğini hissettirme	5

Çocuk sahibi olmayı düşünme	3
İlgide azalma	2
Tartışmalarda artış	2
TOPLAM	124

Aile yaşam kalitesini etkileyen hususlardan bir diğeri de eşler arasındaki etkileşimdir. Evlilikle birlikte eşlerin ayrı ayrı yaşadıkları ilişkiler ve yaşam yeni bir boyut kazanır. Eşler arasındaki uyum, farklı kişiliklere sahip olsalar da mutlu olmayı, ortak hedeflere ulaşmayı ve başarılı bir aile yaşantısını beraberinde getirir (Şener ve Terzioğlu, 2002: 2).

Araştırmada yöneltilen bir diğeri soru ise, “Eşinizin fiziksel ve psikolojik durumunda bir farklılaşma gözlemlediniz mi?” sorusu olmuştur. Polis eşlerinin dörtte üçü (30), eskiye göre eşinin daha az sinirli, stresli ve yorgun olduğunu, 29’u işin dışında bir şeyler yapmak için daha zinde olduğunu, 21’i baş ve mide ağrısı gibi yakınmalarının azaldığını, 11’i evde işle ilgili sıkıntılarını daha az konuştuğunu, 7’si ise eşinin kendisine daha çok zaman ayırabildiğini, 5’i hobi ve ilgi duyduğu işlerle uğraşabildiklerini, 3’ü ise polislerin inançları gereğince ibadetlerini yerine getirmeye başladıklarını ifade etmiştir (Tablo 9).

Aile yaşam kalitesi, yaşam kalitesi başlığından türetilen, sağlık, psikoloji, sosyal hayat gibi alanları da kapsayan bir kavramdır (Meral ve Cavkaytar, 2015: 1364). Ailenin yaşam kalitesinden bahsedebilmek için, aile fertlerinin fiziksel ve psikolojik sağlık durumlarını göz önünde bulundurmaları gerekmektedir. Yorgunluk, baş ve mide ağrısı, uykusuzluk, düzensiz beslenme, sigara ve alkol kullanımı, gerginlik gibi birçok durum stresin belirtileri arasında sayılmıştır. Çalışma saatlerinin azalması, dinlenme saatlerinin artması stresi azaltan bir unsurdur (Yılmaz ve Ekici, 2003: 3-9).

Tablo 9: Fiziksel ve Psikolojik Durum İle İlgili İfadeler

	Kişi Sayısı
Daha az sinirli, stresli ve yorgun olma	30
İşin dışında bir şeyler yapmak için daha zinde olma	29
Baş ağrısı, mide ağrısı gibi yakınmalarında azalma	21
İşle ilgili sıkıntıları daha az konuşma	11
Kendisine daha çok zaman ayırma	7
Hobi ve ilgilerine vakit ayırma	5
İnancının gereğini yapabilme	3
TOPLAM	106

Polis eşlerinden cevaplandırılması istenilen son soru “Eski çalışma saatleri ile kıyasladığınızda eşiniz bireysel olarak zamanını nasıl değerlendiriyor?” sorusudur. Tablo10’da da görüleceği üzere, bu soruya verilen cevaplardan en sık gözlenen polislerin boş zamanlarında bilgisayar ve internette daha fazla meşgul olması (25), daha fazla televizyon seyretmeleri (21) gelmektedir. Kahvehanede geçirilen zamanda artış (18) bunları izlemektedir. Bunların yanında, eşiyile birlikte spor yapanlar 13, daha uzun süre uyuyanlar 12, kitap okumaya başlayanlar 8, daha çok ava gidenler 4, arkadaşlarıyla daha fazla görüşenler 2 kişi olarak gözlemiştir.

Boş zamanın ne şekilde değerlendirildiği, yaşam kalitesi hakkında da bilgi vermektedir. Herhangi bir zorlamaya tabi tutulmaksızın tamamen bireyin istekleriyle şekillenen çaba ve eylemler olarak tanımlanan boş zaman etkinliklerinin (Mansuroğlu, 2002: 53) eğlenme, dinlenme ve kendini gerçekleştirme olarak temel fonksiyonları bulunmaktadır (Zorba, 2008: 52). Boş zamanların nasıl değerlendirildiği, kültürlere ve ülkelere göre değişim gösterebilmektedir. Ülkemizde boş zaman değerlendirme alışkanlıkları ile ilgili yapılan araştırmalar da göstermiştir ki, bilgisayar ve internette zaman geçirme, televizyon seyretme en sık rastlanan, kitap okuma ise en az rastlanan boş zaman etkinlikleridir (Aslan ve Aslan Cansever, 2012: 29).

Tablo 10: Zamanı Verimli Kullanma İle İlgili İfadeler

	Kişi Sayısı
Bilgisayar ve internette daha çok zaman geçiriyor.	25
Daha fazla televizyon seyrediyor	21
Kahvehaneye daha çok gidiyor.	18
Birlikte spor yapabiliyoruz.	13
Daha çok uyuyor.	12
Kitap okumaya başladı.	8
Daha çok ava gidiyor.	4
Arkadaşlarıyla daha fazla görüşme	2
TOPLAM	103

V. SONUÇ

Polisler de diğer tüm insanlar gibi yaşamı boyunca çeşitli roller üstlenmektedir. Taşınan rollerin birbirleriyle olan dengesinin sağlanamadığı durumlarda aile ve iş ortamında etkilerini hissettirerek zaman zaman çatışma yaşanmasına da neden olabilmektedir. Bu rollerin dengeli bir biçimde gereğinin yapılabilmesi, çalışan için ne denli önemli ise örgütler için de o denli önemlidir. Bireyin yaşamındaki bu denge yaşamdan duyulan tatmini artırmaktadır. Yaşam tatminini ve kalitesini etkileyen hususların başında iş yaşamında olduğu kadar, aile içerisindeki huzur, güven ve mutluluk hisleri gelmektedir.

İş ve aile arasındaki dengenin bozularak çatışmaya sebep olan hususların üç temel başlık altında incelendiği görülmektedir. Bunlardan ilki bir role ait davranışların diğer role ait davranışlarla uyum içerisinde olmamasından kaynaklı davranış temelli çatışma, ikincisi ise bir rolün sebep olduğu psikolojik durumun diğer rolün yerine getirilmesi önünde engel olmasından, duygusal ve fiziksel olarak içinde bulunduğu olumsuz halin bireyin ailesine karşı sorumluluklarını yerine getirmesini kısıtlaması veya imkan tanımamasından kaynaklı duygu temelli çatışmadır. Bu çalışmanın başlangıç noktası olan üçüncü çatışma kaynağı ise, zaman temelli çatışmadır. Zaman temelli çatışma, bireyin üstlendiği rollerden birinin gereklerini yerine getirirken ihtiyaç duyduğu zamanın bir diğer rolün yapılması üzerinde zaman baskısı oluşturmasıdır (Başoğlu vd., 2016: 279).

Yapılan birçok çalışma uzun çalışma saatlerinin yaşam kalitesini olumsuz etkilediğini göstermiştir. Birçok rapor, Türk Polis Teşkilatı'nda görev yapan polislerin çalışma saatlerinin uzunluğunun polislerin iş hayatını ve özel hayatını olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur. Bazı personelin günlük 18 saate varan mesailerinin daha düzenli ve standart hale getirilerek, polislerin ruhsal ve davranışsal olarak iyilik haline katkıda bulunmak, verimliliğini, iş ve aile yaşam kalitesini artırmak amacıyla bir proje kapsamında yürütülen Ergonomik Vardiya Sistemi (EVS), çeşitli gerekçelerle düzenli ve sürekli olarak uygulanamamaktadır. Bu sistemin temelini çalışma süresinin kısaltılması, dinlenme süresinin uzatılması oluşturmaktadır. Başlangıçta pilot projenin uygulaması olarak başlayan, ancak olumlu yansımalarının ortaya çıkması ile ülke genelinde uygulamasına geçilen, EVS mesai düzeni kısa süreliğine uygulandığı birimler de dahi olumlu geri bildirimlerin alınmasına neden olmuştur. EVS ile ilgili uygulamanın geri bildirimleri personel bazında çeşitli yöntemlerle ve gözlemlerle alınsa da, aile yaşam

kalitesine etkisinin polis eşleri tarafından nasıl algılandığına yönelik bir çalışma yapılmamıştır.

Bu çalışma ile, EVS mesai düzeni bağlamında çalışma saatlerinin aile yaşam kalitesine olan etkisinin polis eşlerinin algı düzeylerine ne ölçüde yansıdığı nitel yöntemle tespit edilmeye çalışılmıştır. Yapılan nitel analiz çerçevesinde, 7 ana tema altında sınıflandırılan sorulara verilen cevaplar incelenmiştir. Buna göre polis eşlerinin cevaplarından yola çıkarak, EVS’nde polislerin;

- Ailelerine daha çok zaman ayırmaya başladıkları, özel günlerinde daha çok bir arada buldukları, ailevi problemleri çözmek için gayretlerinde artışın gözleendiği, aile bireyleri arasında sevgi ve saygının artmasının karşılığı olarak dayanışma duygusunda artış yaşandığı ifade edilmiş olup, aile içi ilişkilerin olumlu yönde etkilendiği,
 - Ebeveyn olarak çocuklarının ödevleri yardımcı olmaya, okul etkinliklerine katılmaya ve sorumluluklarını yerine getirmeye daha çok gayret göstermeye başladıkları, çocuklarına karşı ilgi ve alakalarında kayda değer bir artışın olduğu belirtilmiş olup, ebeveyn rolünün gereklerini yapabilir hale geldikleri,
 - Eş, dost, akraba ve komşularla daha iyi ilişkiler kurabildikleri, onların düğün, nişan gibi etkinliklerine katılabildikleri, tatil, konser ve sinema gibi etkinlikleri daha kolay planlayabildikleri dile getirilmiş olup, sosyal alanda daha fazla etkileşime girebildikleri,
 - Ev yaşamının gerekli olan alışveriş, tamir, fatura ödeme gibi işlerin eşlerle birlikte yapılmaya başladığı, ev işlerinde daha çok yardımcı olunduğı gözlenmiş olup, ev yaşamına aktif katkı sağlamaya başladığı,
 - Evliliklerinin daha iyiye gittiği, eşlerin bir arada daha fazla zaman geçirmeye başladığı, eşlerin birbirine karşı sorumluluklarını daha iyi yerine getirebildikleri ifade edilmiş olup, karı-koca arasındaki iletişimin olumlu olarak etkilendiği,
 - Sinir, stres, yorgunluk, baş ve mide ağrısı gibi yakınmalarının azaldığı, işle ilgili sorunları daha az eve yansıttıkları ifade edilerek, fiziksel ve psikolojik durumlarının daha iyi durumda olduğu,
 - Kendilerine daha çok zaman ayırabildikleri, kitap okuma, spor yapma gibi boş zaman etkinliklerine fırsat bulabildikleri tespit edilmiştir.
- Araştırmadan elde edilen bu tespitler ışığında, aile yaşam kalitesinin sürdürülebilir hale getirilmesi için,
- Uzun süreli çalışmayı engelleyecek hukuki düzenlemelerin yapılması,

- Uzun süreli çalışma gerektiren ek görev ve benzeri durumların neler olduğunun belirlenerek, sınırlarının net olarak çizilmesi için standardize edilmesi,
- Fazladan çalışmanın gerektirdiği hallerde, çalışana da tatmin edecek düzeyde ek ücret, izin, ödül gibi maddi ve sosyal hakların düzenlenmesi,
- Ailelere yönelik olarak sosyal destek hizmetlerinin yaygınlaştırılması,
- Aile bireylerinin temel insan ilişkileri, değer ve inançlar, hobi kazandırma, zaman yönetimi, iletişim gibi konularda bilinçlendirilmesine yönelik eğitim programlarının düzenlenmesi
- Aile bireylerini, ev ve aile yaşamında karşılaşılabilecek sıkıntılar ve bunları aşma yöntemleri ile ilgili yardım sağlayacak profesyonellerle bir araya getirilmesi gerekmektedir.

Aile yaşam kalitesini etkileyen tek husus elbette ki çalışma saatleri değildir. Aile yaşam kalitesi, eğitim düzeyi, gelir durumu, kronik hastalıklar, sosyal çevre gibi pek çok alanla ilişkilendirilebilir. Biyolojik, psikolojik, ekonomik, eğitim, toplumsal ve kültürel işlevleri olan ailede yaşam kalitesinin yüksek düzeyde olması, örgütler ve toplum için olumlu sonuçlar doğurmasına katkıda bulunmakta, iş ve aile yaşantısının dengesinin sağlanmasının da belirleyicisi olmaktadır.

KAYNAKÇA

- AİÖK (Avrupa İşkenceyi Önleme Komitesi) Raporu. (April 2002). Report to the Turkish Government on the visit to Turkey carried out by the European Committee for the Prevention of Torture and Inhuman or Degrading Treatment or Punishment (CPT) from 2 to 14 September 2001, Strasbourg.
- AKIN, G. (2014). İnsan Sağlığı ve Çevre Etkileşimi, *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 54 (1), 105-116.
- ARMSTRONG, M.I., Birnie-Lefcovitch, S. and Ungar, M.T. (2005). Pathways Between Social Support, Family Well Being, Quality of Parenting, and Child Resilience: What We Know, *Journal of Child and Family Studies*, 14 (2), 269-281.
- ARPACI, F. ve ERSOY, A.F. (2007). Kadının Çalışmasının Ailenin Yaşam Kalitesine Etkisinin İncelenmesi, *Aile ve Toplum Dergisi*, Yıl:9, 3 (11), 42-50.
- ASLAN N. ve Arslan Cansever, B. (2012). Ergenlerin Boş Zaman Değerlendirme Algısı, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 42, 23-35.
- AYDINER BOYLU, A. ve Paçacıoğlu, B. (2016). Yaşam Kalitesi ve Göstergeleri, *Akademik Araştırmalar ve Çalışmalar Dergisi*, 8 (15), 137-150.
- BAŞOĞLU, B., Şekeroğlu, M.Ö., Altun, E. (2016). Öğretmenlerin Aile-İş Çatışması Ve İş-Aile Çatışmalarının Yaşam Doyumuna Etkisi Ve Bazı Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi, *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4 (32), 277-291.
- BERG B.L. ve Lune, H. (2015) Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri, (Çev.Hasan Aydın), Konya: Eğitim Yayınevi.
- CAMKURT, M.Z. (2007). İşyeri Çalışma Sistemi ve Fiziksel Faktörlerin İş Kazaları Üzerindeki Etkisi, *TUHS İş Hukuku ve İktisat Dergisi*, 20 (6), 80-106.
- CANEL, A.N. (2012). Aile Yaşam Becerileri, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, İstanbul: Nakış Yayınevi.

- FERRİS, G.R., Davidson, S.L., Perrew, P.L., Atay, S. (2010). İş Yaşamında Politik Yeti, 2.Basım, İstanbul: Namar Yayınları.
- FREUDENBERGER, H.J. (1974). Staff Burnout, *Journal of Social Issues*, 30, 159-165.
- Gündüz, B., Erkan, Z., Gökçakan, N. (2007). Polislerde Tükenmişlik ve Görülen Psikolojik Belirtiler, *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16 (2), 283-298.
- KAYA, Z. (2014). Antalya Emniyet Müdürlüğü Hassa Bölgeleri Koruma Şube Müdürlüğü Personelinde Tükenmişlik Sendromu Üzerine Bir Çalışma, *Hikmet Yurdu Düşünce-Yorum Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 7 (13), 229-250.
- KDK (Kamu Denetçiliği Kurumu) 30/12/2014 tarihli Tavsiye Kararı, 1-38.
- KIR, İ. (2011). Toplumsal Bir Kurum Olarak Ailenin İşlevi, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10 (36), 381-404.
- MANSUROĞLU, S. (2002). Akdeniz Üniversitesi Öğrencilerinin Serbest Zaman Özellikleri ve Dış Mekan Rekreasyon Eğilimlerinin Belirlenmesi, *Akdeniz Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 15 (2), 53-62.
- MERAL, B.F. ve Cavkaytar, A. (2015). Otizmlili Çocuk Ailelerinin Aile Yaşam Kalitesi Algıları, *K. Ü. Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23 (3), 1363-1380.
- ÖZEN Kapız, S. (2002). İş-Aile Yaşamı Dengesi ve Dengeye Yönelik Yeni Bir Yaklaşım: Sınır Teorisi, *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4 (3), 139-153.
- SCHUSTER, M. And Rhodes, S. (1985). The Impact of Overtime Work on Industrial Accident Rates, *Industrial Relations*, 24 (2), 234-246.
- SELVİ, Y., Güzel Özdemir, P., Özdemir, O., Aydın, A., Beşiroğlu, L. (2010). Sağlık Çalışanlarında Vardiyalı Çalışma Sisteminin Neden Olduğu Genel Ruhsal Belirtiler ve Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi, *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 23 (4), 238-243.
- ŞENER, A. ve Terzioğlu, G. (2002). Ailede Eşler Arasındaki Uyuma Etki Eden Faktörlerin Araştırılması, Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları.
- ÜSTÜN, Y. ve Çınar Yücel, Ş. (2011). Hemşirelerin Uyku Kalitesinin İncelenmesi, *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 4 (1), 29-38.
- VOYDANOFF, P. (2004). The Effects of Work Demands and Resources on Work-to-Family Conflict and Facilitation, *Journal of Marriage and Family*, 66 (2), 398-412.
- YAVUZER, H. (1996). Çocuk Eğitimi El Kitabı, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- YILMAZ K. ve Altunkurt, Y. (2011). Göreve Yeni Başlayan Özel Dershane Öğretmenlerinin Kurumlarındaki Çalışma Koşullarına İlişkin Görüşleri, *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 11 (2), 635-650.
- YILMAZ, A. ve Ekici, S. (2003). Örgütsel Yaşamda Stresin Kamu Çalışanlarının Performansına Etkileri Üzerine Bir Araştırma, *Celal Bayar Üniversitesi İİBF Yönetim ve Ekonomi Dergisi*, 10 (2), 1-20.
- YILMAZ, H. (2003). Polis Reformu Olmadan Asla, *Çağın Polisi Dergisi*, 14, 45-46.
- YILMAZ, H., Uygun, Ö., Demir, İ. (2012). Mesai Düzenlemesinin Örgütsel Performans, Personel Tatmini Ve Suç Önleme Üzerine Etkileri: Bursa Emniyet Müdürlüğü Ergonomik Vardiya Uygulaması, *7-8 Ekim 2011 Suç Önleme Sempozyumu Bildiriler Kitabı*, Bursa, 35-54.
- YÜKSEL, İ. (2004). Çalışma Kalitesinin Tipik ve Atipik İstihdam Açısından İncelenmesi, *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 5 (1), 47-58.
- ZORBA, E. (2008). Türkiye'de Rekreasyona Bakış Açısı ve Gelişimi, *Gazi Haber Dergisi*, Eylül, 52-55.