



JOEEP

e-ISSN: 2651-5318  
Journal Homepage: <http://dergipark.org.tr/joeep>

## Araştırma Makalesi • Research Article

## İşkolikliğin Depresyon Üzerine Etkisinde İş-Aile Çatışmasının Aracı Rolü\*

## The Mediating Role of Work-Family Conflict in the Effect of Workaholism On Depression

Neslihan Özdemir<sup>a</sup> & Coşkun Akça<sup>b,\*\*</sup><sup>a</sup> Dr. Öğr. Üyesi, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Bağbaşı, 40100, Kırşehir/Türkiye.<sup>b</sup> Öğr. Gör. Dr., Kastamonu üniversitesi, Tosya Meslek Yüksekokulu, 37302, Kastamonu / Türkiye.

## MAKALE BİLGİSİ

## Makale Geçmişi:

Başvuru tarihi: 28 Nisan 2024

Düzeltilme tarihi: 29 Ekim 2024

Kabul tarihi: 05 Kasım 2024

## Anahtar Kelimeler:

İşkoliklik

İş-aile çatışması

Depresyon

## ARTICLE INFO

## Article history:

Received: April 28, 2024

Received in revised form: Oct 29, 2024

Accepted Nov 5, 2024

## Keywords:

Workaholism

Work-family conflict

Depression.

## ÖZ

Örgütsel ve psikolojik sağlık açısından önemli bir araştırma konusunu oluşturan işkoliklik, çalışanın işine karşı aşırı bağlılık göstermesi ve iş performansına odaklanmasını ifade etmektedir. İşkoliklerin işlerine karşı aşırı bağlılık sebebiyle aile yaşamlarını ihmal etmeleri ve depresyon belirtileri gösterme olasılıkları artmaktadır. Bu kapsamda bu araştırmanın amacı işkolikliğin depresyon üzerine etkisinde iş-aile çatışmasının aracılık rolünü incelemektir. 211 akademisyen üzerinde gerçekleştirilen bu çalışmada, veriler Netemeyer vd. (1996) tarafından geliştirilen "İş-Aile Çatışması Ölçeği", Schaufeli vd. (2006) tarafından geliştirilen "DUWAS İşkoliklik Ölçeği" ve Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından geliştirilen "Depresyon Ölçeği" ile toplanmıştır. Analizler SPSS ve AMOS yazılım paketleri kullanılarak gerçekleştirilmiş ve aracılık testi için Hayes (2013) tarafından geliştirilen Process Macro eklentisi kullanılmıştır. Analiz sonucunda işkolikliğin depresyon üzerindeki toplam etkisinin anlamlı ve pozitif olduğu, ancak bu ilişkinin aracı değişkenin modele dâhil edilmesiyle anlamsız hale geldiği tespit edilmiştir. Dolayısıyla işkolikliğin depresyon üzerine etkisinde iş-aile çatışmasının tam aracı rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda, bu araştırma bireylerin iş ve aile yaşam kalitesini ve psikolojik sağlığını anlamak açısından önemli bir alanı temsil edeceği düşünülmektedir.

## ABSTRACT

Workaholism, which constitutes an important research topic in terms of organizational and psychological health, refers to the employee's excessive commitment to their job and focus on job performance. Individuals who exhibit workaholism are more likely to neglect their family life and display symptoms of depression due to their excessive commitment to their work. This study aims to examine the mediating role of work-family conflict in the effect of workaholism on depression. In this study, data were collected from 211 academicians using the "Work-Family Conflict Scale" developed by Netemeyer et al. (1996), the "DUWAS Workaholism Scale" developed by Schaufeli et al. (2006) and the "Depression Scale" developed by Lovibond and Lovibond (1995). The analyses were conducted using (SPSS) and (AMOS) software packages. The Process Macro plug-in, developed by Hayes (2013), was employed for the mediation test. The results of the analysis indicated that the total effect of workaholism on depression was significant and positive. However, this relationship became insignificant when the mediating variable was included in the model. Therefore, it can be concluded that work-family conflict plays a full mediating role in the effect of workaholism on depression. This research is thought to represent an important field in terms of understanding individuals' work and family life quality and psychological health.

## 1. Giriş

Günümüzde en yaygın ve yıkıcı psikolojik sağlık sorunlarından birisi olan depresyonun hem bireyler hem de örgütler üzerinde derin etkileri bulunmaktadır. Depresyon sadece bireyin sağlığını

ve yaşam kalitesini etkilemekle kalmaz, aynı zamanda işyeri verimliliği, çalışan bağlılığı ve genel örgütsel performans üzerinde de olumsuz bir etkiye sahiptir. Depresyonun örgütler üzerindeki ekonomik ve sosyal maliyetleri, işgücü kaybı, işe devamsızlık,

\* Bu çalışmanın anket uygulaması Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulunun 21.03.2024 tarih ve 2024/03/20 sayılı yazısı ile etik açıdan uygun görülmüştür.

\*\* Sorumlu yazar/Corresponding author.

e-posta: [coskunakca@kastamonu.edu.tr](mailto:coskunakca@kastamonu.edu.tr)

Atf/Cite as: Özdemir, N. & Akça, C. (2024). İşkolikliğin Depresyon Üzerine Etkisinde İş-Aile Çatışmasının Aracı Rolü. *Journal of Emerging Economies and Policy*, 9(2), 210-219.

This article is published under the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) licence. Anyone may reproduce, distribute, translate and create derivative works of this article (for both commercial and non-commercial purposes), subject to full attribution to the original publication and authors.

düşük motivasyon ve yüksek işten ayrılma oranları gibi arzu edilmeyen sonuçlara yol açmaktadır (Greenberg vd., 2015). Hem çalışanlar hem de örgütler için olumsuz sonuçlara neden olan depresyonun oluşmasında işkoliklik önemli bir tetikleyici faktör olarak öne çıkmaktadır. İşkolik bireyler iş yüklerini sürekli artırma eğilimindedir ve bu durum, hem fiziksel hem de psikolojik olarak aşırı yorgunluk ve tükenmişliğe neden olmaktadır. Sürekli iş odaklı düşünme, bireyin iş dışındaki yaşam alanlarını ihmal etmesine yol açar, bu durum da kişisel ilişkilerin zayıflaması, sosyal destek ağlarının daralması ve nihayetinde ruh sağlığının bozulmasına neden olmaktadır (Clark vd., 2014).

İnsan ömrünün önemli bir bölümünü kapsamakta olan iş hayatındaki ilişkiler çalışanların ailelerine yansiyabilmekte ve hatta sağlıklarına da etki edebilmektedir. Bazı çalışanlar yaradılışları ve kişilikleri gereği prososyal davranışlar sergileyebilmekte ve hatta bu çalışanlar işkolik bir hale gelebilmektedir. İşkolik bireyler işlerine aşırı şekilde enerjilerini ve zamanlarını harcayarak, iş performanslarını artırma eğilimindedirler (Schaufeli vd., 2008). Ancak işkoliklik ile depresyon, anksiyete, dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu, fiziksel şikayetler, fiziksel hastalıklar ve kötü sağlık gibi sağlıkla ilgili bir dizi sonuç arasında pozitif bir ilişki vardır (Yang vd., 2020). Ayrıca yoğun şekilde işe odaklanma, özel yaşamla denge kurmayı zorlaştırmakta ve iş-aile çatışması olarak kavramsallaştırılan negatif bir duruma yol açmaktadır (Greenhaus ve Beutell, 1985).

İş-aile çatışması bireylerin iş gereksinimleri ile aile gereksinimleri arasında yaşadığı uyumsuzluk olarak tanımlanmakta ve bu durum, bireylerin psikolojik sağlığını olumsuz etkilemektedir (Amstad vd., 2011). Çalışanların aşırı mesai süreleri ve iş-aile çatışması yaşamaları, depresyon riskini de beraberinde getirmektedir (Andreassen vd., 2018). İşkolikliğin olumsuz sonuçlarından biri olan iş-aile çatışması (Clark vd., 2016), depresyon, tükenmişlik, stres ve fiziksel sağlık sorunlarına yol açmaktadır. Ayrıca iş-aile çatışmasının iş performansı ve memnuniyeti üzerinde de negatif etkileri vardır (Allen vd., 2000). Bu nedenle işkolikliğin depresyon üzerindeki etkisinin derinlemesine incelenmesi ve örgütlerin bu konuda farkındalık geliştirmesi önem arz etmektedir.

Literatür özetinde de görüleceği üzere özellikle akademisyenler üzerine işkoliklik ve iş-aile çatışması ilişkisi hakkında yapılmış çalışmalar dikkati çekmektedir. Bazı çalışmalarda ise işkoliklik ve tükenmişlik ilişkisine yönelik araştırmalar gözlenirse bile araştırmanın üç değişkenini konu alan çalışmalar yabancı literatürde sınırlı sayıdayken; yerli literatürde bir çalışmaya rastlanmamıştır. İşkoliklik ile depresyon arasındaki ilişkinin altında yatan mekanizmaların test edilmesi bu araştırmanın yapılması ihtiyacını ortaya çıkarmıştır. Bu araştırma ile araştırmaları bir boyut öteye taşıyarak işkolikliğin depresyon üzerine etkisinde iş-aile çatışmasının aracılık rolünün test edilmesi amaçlanmaktadır.

## 2. Kavramsal Çerçeve

Araştırmanın bu bölümünde işkoliklik, iş-aile çatışması ve depresyon kavramları açıklanmış ve değişkenler arasındaki ilişkilere ve araştırma hipotezlerine yer verilmiştir.

### 2.1. İşkoliklik

Bireyler enerjilerini ve zamanlarını çalışma hayatları için aşırı şekilde harcayabilmektedirler. Bu aşırı çalışma şekli, literatürde “işkoliklik” kavramını tanımlamak için kullanılmaktadır (Seybold ve Salomone, 1994). Oates (1971) tarafından öne sürülen ‘işkolik’ terimi, sağlık, kişisel mutluluk, kişilerarası ilişkiler ve sosyal işlevsellik için bir tehlike oluşturabilecek çalışma ihtiyacını çok fazla abartmış olan insanları ifade etmektedir.

Günümüzde popüler hale gelmiş potansiyel bağımlılık yapıcı davranışlar arasında yer alan işkoliklik çok fazla araştırmanın konusu olmuştur (Albrecht vd., 2007). İşkoliklik işten ayrılma güçlüğü, işe karşı güçlü bir dürtüyü, işten yoğun bir keyif almayı ve boş zamanın diğer insanlarındakinden farklı kullanımını içermektedir. Bazı araştırmacılar işkolikliğini pozitif olarak görmektedir. Örneğin, Machlowitz (1980) 100’den fazla işkolik hakkında nitel bir röportaj yaptığı çalışmada işkoliklerin hayatlarından memnun olduklarını tespit etmiştir. Cantarow (1979) “yeniliğin sevincini” işkolik kişiliğin bir unsuru olduğunu savunmaktadır. Ayrıca işkoliklerin çalışma vasıtasıyla hırs ve memnuniyet aradıklarını vurgulamaktadır. Diğer araştırmacılar işkolikliğini negatif olarak kabul etmektedir (Cherrington, 1980; Killinger, 1991; Oates, 1971). Örneğin, Cherrington (1980) işkolikliğini, aşırı çalışmaya irrasyonel bağlılık olarak görmektedir. Bu araştırmacılar işkolikliğini diğer olumsuz bağımlılıklarla eşitlemekte ve zararlı olduğunu vurgulamaktadırlar.

### 2.2. İş-Aile Çatışması

Çatışma karşıt güçler, sorunlar, sorumluluklar, değerler ve fikirler arasındaki gerilim veya mücadeledir (De Dreu vd., 2004). Bireylerin hem iş yerinde hem de ailesine karşı sorumluluklarını ifa etmeye çalışırken verdiği mücadele sonucunda iş-aile çatışması meydana gelmektedir. İş-aile çatışmasıyla ilgili akademik çalışmalar rol teorisinden (Merton, 1957) ve Goode’nin (1960) rol gerilimi teorisinden esinlenmektedir. İş-aile çatışması kavramı Kahn ve diğerleri (1964) tarafından rol teorisi çerçevesi kullanılarak açıklanmıştır. İş-aile çatışması iş rolleri ve aile rolleri uyumsuz olduğunda ve iş ve aile sorumluluklarıyla uğraşan birey için zorlanmaya neden olduğunda ortaya çıkmaktadır (Thomas ve Ganster, 1995). Örneğin geç saatlere kadar mesai ya da seyahat etme durumlarında çocuğun okuldan alınmaması ya da ailedeki hasta birinin doktora götürülebilmesi gibi durumlarda bireyin iş ve aile gibi birçok rolü birbiriyle bağdaşmaz hale geldiğinde rol çatışması meydana gelmektedir. (Kahn vd., 1964).

### 2.3. Depresyon

Depresif bozukluk veya depresyon, herkesin başına gelebilecek yaygın bir ruh sağlığı durumudur. Uzun süreler boyunca düşük ruh hali ya da aktivitelerden zevk almama veya ilgi kaybı ile karakterizedir (World Health Organization [WHO], 2024). Ruhsal bir bozukluk olarak karşımıza çıkan depresyon bireyin duygusal durumunu, düşünce yapısını ve fiziksel sağlığını etkileyen ciddi bir durumdur. Depresyon belirtileri hafiften şiddetliye kadar değişebilmekte ve her bireyde farklı şekilde ortaya çıkabilmektedir. Bu belirtilerden bazıları aşağıda verilmiştir (American Psychiatric Association, 2013):

- Üzgün, sinirli, boş ve/veya umutsuz hissetmek.
- Bir zamanlar keyif alınan aktivitelerle olan ilgiyi veya zevki kaybetmek.
- Normalden çok daha az veya çok daha fazla yemek.
- Çok az veya çok fazla uyumak.
- Azalmış enerji veya artmış yorgunluk veya bitkinlik hissetmek.
- Değersiz veya aşırı suçlu hissetmek.
- Düşünme veya konsantrasyon güçlüğü, unutkanlık ve/veya küçük kararlar almada güçlük çekmek.

### 2.4. İşkoliklik, İş-Aile Çatışması ve Depresyon Arasındaki İlişkiler

Kahn ve diğerlerine (1964) göre iş-aile çatışması, iş ve aile ortamında yaşanan roller arasındaki bir çatışma biçimidir. Yani, iş rolüne katılım, aile rolünün doğasında bulunan yükümlülükleri yerine getirmeyi daha zor hale getirebilmektedir. İş-aile çatışması, bireysel depresyon, tükenmişlik, stres ve fiziksel sağlık sorunlarıyla ilişkilidir ve iş performansını ve memnuniyetini etkilemektedir (Allen vd., 2000). Dahası aile üyelerinin sağlığı ve refahı üzerinde olumsuz etkileri vardır (Bakker vd., 2008). Sonuç olarak iş-aile çatışması bireyler, aileler ve işyerleri üzerinde istenmeyen olumsuz etkilere sahiptir. Bu nedenle işkoliklik, iş-aile çatışması ve depresyon konuları birçok araştırmacının ilgisini çeken konular olarak kabul edilmektedir. Literatür incelendiğinde işkoliklik ve iş aile çatışması arasındaki ilişkilere yönelik çalışmaların fazlalığı dikkati çekmektedir. İşkolikliğin ailevi ve sosyal ilişkiler üzerinde olumsuz etkileri olabileceği gibi anksiyete ve depresyon gibi bir dizi başka sorunu da tetikleyebilmektedir (Janzen-Claude vd., 2014). Bu sorunlar hem fiziksel hem de ruhsal sağlığı önemli ölçüde

etkileme potansiyeline sahiptir. Torp ve diğerleri (2018) yaptıkları çalışma ile Norveç'teki üç farklı üniversitede görev yapmakta olan akademisyenler ve teknik ve idari personelden işkoliklik ve iş-aile çatışması hakkında veri toplamak için bir anket kullanmışlardır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında akademik personelin diğer personellere oranla işkoliklik ve iş-aile çatışmasını daha fazla yaşadıklarını tespit etmişlerdir. Demirel ve Erdirençelebi (2019) nicel araştırma deseninde bir devlet üniversitesinde görev yapan kadın akademisyenlere anket uygulamışlardır. Araştırma sonucunda; iş-aile yaşam çatışmalarının %23'ünün işkoliklikle ilişkili olduğu; tükenmişliğin %32'sinin işkoliklikle ilgili olduğunu; ayrıca tükenmişliğin %19'unun da iş-aile yaşam çatışmasından kaynaklandığını belirlemişlerdir. Ayrıca iş-aile yaşam çatışmasının aracılık rolü oynadığı tespit edilmiştir. Taylor ve diğerlerinin (2019) üniversitelerarası atletizm çalışanları ile yaptıkları araştırma sonuçları işkoliklik ve tükenmişlik arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğunu göstermiştir. İşkoliklik ve tükenmişlik arasındaki ilişkide iş-aile çatışmasının kısmi aracılık etkisini belirlemişlerdir. Yang ve diğerleri (2020) Hong Kong'da yürüttükleri çalışmalarında, işkoliklik ve depresyon arasındaki ilişkide iş-yaşam dengesi ve kronik yorgunluğun aracılık etkisini test etmek amacıyla yol analizi yapmışlardır. Araştırma sonuçlarına göre işkoliklik doğrudan ve dolaylı olarak depresyonla ilişkilendirilmiştir. Nie ve Sun (2016) çalışmalarında akademisyenler arasında işkoliklik, tükenmişlik ve depresyon arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Sonuçlar işkoliklik, tükenmişlik ve depresyon arasında anlamlı bir korelasyon olduğunu göstermiştir. Ayrıca tükenmişliğin işkoliklik ve depresyon arasındaki ilişkide kısmi aracılık rolü oynadığını tespit etmişlerdir.

Kahn vd. (1964) rol teorisine dayanarak ve yukarıda verilen bilgiler ışığında araştırmaya yönelik hipotezler aşağıdaki gibi oluşturulmuştur.

**H1:** İşkoliklik depresyonu pozitif yönde etkiler.

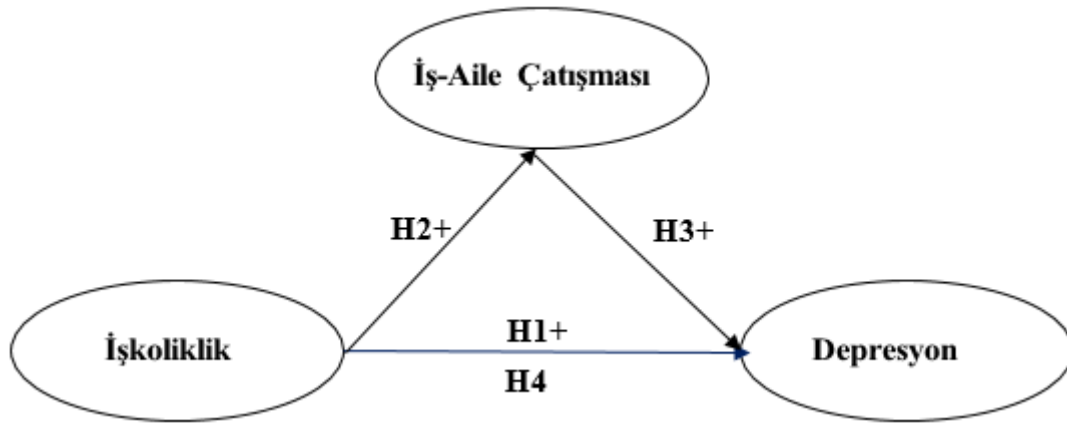
**H2:** İşkoliklik iş-aile çatışmasını pozitif yönde etkiler.

**H3:** İş-aile çatışması depresyonu pozitif yönde etkiler.

**H4:** İşkolikliğin depresyon üzerine etkisinde iş-aile çatışması aracı rolü oynamaktadır.

Araştırma kapsamında oluşturulan araştırma modeli Şekil 1.'de sunulmuştur.

Şekil 1. Araştırma Modeli



### 3. Araştırma Metodolojisi

Nicel araştırma deseninde yapılan bu çalışmada, belirli bir zamanda veri toplamaya ve analiz etmeye odaklanan kesitsel araştırma tasarımı kullanılmıştır. Araştırma metodolojisi keşifsel ve doğrulayıcı faktör analizi ve güvenilirlik analizi sonuçlarının yanı sıra ölçeklerle ilgili tanımlayıcı istatistikleri de içermektedir. Değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için bir korelasyon analizi yapılmış ve Process Macro eklentisi (Model 4) kullanılarak aracı değişken analizi gerçekleştirilmiş ve test edilmiştir.

### 3.1. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini bir kamu üniversitesinde görev yapmakta olan akademisyenler oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri 2024 yılının Mart ve Nisan ayları arasında internet üzerinden çevrim içi anket yöntemiyle toplanmıştır. Katılımcıların gönüllülük esasına göre katılımları sağlanmıştır. Toplam 211 anket değerlendirmeye alınmıştır. Kırşehir Ahi Evran üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulunun 21.03.2024 tarih ve 2024/03/20 sayılı yazısı ile etik açıdan uygun görülmüştür. Katılımcıların demografik özellikleri Tablo 1.'de yer almaktadır.

**Tablo 1.** Katılımcıların Demografik Özellikleri

Unvan	Frekans (f)	Yüzde (%)
Ar. Gör.	8	3,8
Öğr. Gör.	84	39,8
Dr. Öğr. Üyesi	39	18,5
Doçent Dr.	56	26,5
Prof. Dr.	24	11,4
Cinsiyet	Frekans (f)	Yüzde (%)
Erkek	132	62,6
Kadın	79	37,4
Yaş	Frekans (f)	Yüzde (%)
24-29	20	9,5
30-35	20	9,5
36-40	43	20,4
41-45	64	30,3
46-50	40	19,0
51 ve üzeri	24	11,4
Görev süresi	Frekans (f)	Yüzde (%)
0-5 yıl arası	48	22,7
6-10 yıl arası	56	26,5
11-15 yıl arası	51	24,2
16-20 yıl arası	28	13,3
21 ve üzeri yıl arası	28	13,3
Medeni Durum	Frekans (f)	Yüzde (%)
Bekâr	44	20,9
Evli	167	79,1
<b>Toplam</b>	<b>211</b>	<b>100</b>

Araştırmaya katılan akademisyenlerin %11,4'ünün profesör, %26,5'inin doçent, %18,5'inin Dr. öğretim üyesi, %39,8'inin öğretim görevlisi ve %3,8'inin ise araştırma görevlisi kadrolarında olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların %62,6'sı erkek, %37,4'ü kadındır. Katılımcıların medeni durumları incelendiğinde %79,1'inin evli ve %20,9'unun bekâr olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaşlarına göre dağılımları incelendiğinde ise büyük çoğunluğunun 41-45 yaş aralığında olduğu belirlenmiştir.

### 3.2. Veri Toplama Aracı

Araştırma verilerinin toplanmasında anket tekniğine başvurulmuştur. Geçerliliği ve güvenilirliği test edilmiş ve Türkçeye uyarlanan ölçeklerden yararlanılmıştır. Anket formunun ilk bölümünde katılımcıların demografik dağılımlarını belirlemek amacıyla beş ifade, ikinci bölümde ise araştırma değişkenlerine ilişkin görüşlerini tespit etmek amacıyla 28 ifade yer almaktadır. Anket çalışması için beşli Likert ölçeği esas alınmıştır (1=Kesinlikle Katılmıyorum, 5=Kesinlikle Katılıyorum).

İş-Aile Çatışması Ölçeği: Katılımcıların iş-aile çatışması düzeylerini tespit etmek amacıyla Netemeyer vd. (1996) tarafından oluşturulan, beş ifade ve tek boyuttan oluşan ölçekten yararlanılmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması Efeoğlu ve Özgen (2006) tarafından gerçekleştirilmiştir. "İş sorumluluklarım aile ve ev yaşantımı olumsuz olarak etkiliyor." ve "İşimin gereksinimleri nedeniyle evde yapmak istediğim şeyleri yapamıyorum." ölçüm aracı yer alan ifadelerden bazılarıdır.

İşkoliklik Ölçeği: Katılımcıların işkoliklik derecelerini belirlemek için Schaufeli vd. (2006) tarafından oluşturulan "DUWAS İşkolik-

lik Ölçeğinden" faydalanılmıştır. Doğan ve Tel (2011) tarafından ölçeğin Türkçe uyarlaması gerçekleştirilmiştir. Ölçek 14 ifade ve iki boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte kullanılan bazı ifadeler: "Çalışmadığım zaman rahatlamakta güçlük çekiyorum." ve "Yaptığım bir işten hoşlanmasam bile sıkı çalışmak benim için önemlidir."

Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği-Kısa Form (DASÖ- 21): Katılımcıların depresyon düzeylerini belirlemek amacıyla Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından geliştirilen ve üç alt boyuttan meydana "DASÖ" ölçeğinin depresyon alt boyutu kullanılmıştır. Kullanılan ölçek yedi ifadeden oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerliliği ve güvenilirliği Yılmaz vd. (2017) tarafından yapılmıştır. "Olumlu herhangi bir şey düşünmüyorum." ve "Yaşamın anlamsız olduğunu hissediyorum." ölçekte yer alan ifadeler örnek olarak gösterilebilir.

### 4. Araştırma Bulguları

Araştırmanın bu bölümünde ölçeklere ilişkin keşifsel ve doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına, tanımlayıcı istatistiklere, korelasyon analizi sonuçlarına ve toplam, doğrudan ve dolaylı etki değerlerine yer verilmiştir.

#### 4.1. Keşifsel faktör analizi sonuçları

Araştırmada kullanılan ölçüm araçlarının faktör analizinde principle components metodu uygulanarak faktör yükleri 0,50'den büyük olan maddeler ve öz değerleri 1'in üzerinde olan faktörler esas alınmıştır. Tablo 2.'de ölçeklere ilişkin keşifsel faktör analizi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 2.** Keşifsel Faktör Analizi Sonuçları

Madde	İşkoliklik		İş-aile çatışması		Depresyon	
	Faktör 1	Faktör 2	Madde	Faktör 1	Madde	Faktör 1
M1	,935	-	M1	,885	M1	,759
M2	,601	-	M2	,952	M2	,793
M3	,763	-	M3	,946	M3	,758
M4	,940	-	M4	,958	M4	,767
M5	,935	-	M5	,913	M5	,894
M6	,940	-			M6	,923
M7	,934	-			M7	,789
M8	,940	-				
M9		,748				
M10		,767				
M11		,788				
M12		,776				
M13		,829				
M14		,617				
Özdeğer	7,245	2,883	4,337		4,642	
Varyans (%)	51,748	20,595	86,742		66,313	
KMO Ölçüsü	,819		,845		,901	
Bartlett's Testi	1586,962		1296,901		1154,233	
p-	,000		,000		,000	

Ölçeklere ilişkin keşifsel faktör analizi sonuçları incelendiğinde, tüm ölçeklerin KMO değerinin 0,60'tan büyük olduğu,  $\chi^2$  değerinin yüksek, Barlett's testinin anlamlı ve madde faktör yüklerinin 0,5'ten büyük değerler aldığı tespit edilmiştir.

#### 4.2. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları

Ölçeklere ilişkin doğrulayıcı faktör analizlerinin sonuçları Tablo 3.'de gösterilmektedir.

**Tablo 3.** Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları

İndeksler	Mükemmel Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	İşkoliklik	İş-aile Çatışması	Depresyon
CFI	,97≤CFI≤1	,95≤CFI≤,97	,971	,994	,988
NFI	,95≤NFI≤1	,90≤NFI≤,95	,947	,991	,979
GFI	,95≤GFI≤1	,90≤GFI≤,95	,937	,979	,969
AGFI	,90<RFI≤1	,85<RFI≤,90	,877	,920	,920
RMSEA	0≤RMSEA≤,05	,05≤RMSEA≤,08	,072	,078	,076
$\chi^2/df$	0 ≤ $\chi^2/df$ ≤ 2,000	2 ≤ $\chi^2/df$ ≤ 3	2,096	2,902	2,211
Cronbach Alpha			,921	,961	,913

Ölçeklerin geçerliğini belirlemek amacıyla doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeklerin DFA sonuçlarına göre faktör yüklerinin 0,40'ın üzerinde olduğu ve model uyum indekslerinin mükemmel uyum ve kabul edilebilir uyum seviyelerine ulaştığı belirlenmiştir. Ölçeklerin Cronbach Alpha katsayısı 0,70'ten büyük olduğu tespit edilmiştir. Geçerlik ve güvenilirlik analizleri sonucunda elde edilen bulgulara göre ölçeklerin güvenilir ve geçerli oldukları görülmüştür.

#### 4.3. Değişkenlere ilişkin tanımlayıcı istatistikler

Araştırmada yer alan değişkenler arasındaki ilişkinin derecesi ve değişkenlere ilişkin standart sapma, ortalama, çarpıklık ve basıklık değerleri Tablo 4.'de gösterilmektedir.

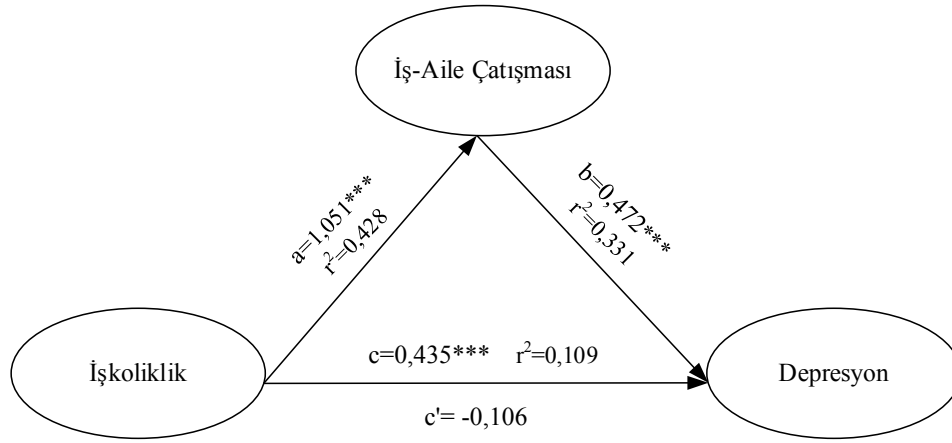
**Tablo 4.** Değişkenlerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları

Model Değişkenleri	1	2	3	Ortalama	Standart Sapma	Çarpıklık	Basıklık
İşkoliklik	1			3,32	,674	-,735	1,271
İş-aile çatışması	,654**	1		2,69	1,08	,177	-1,028
Depresyon	,330**	,576**	1	2,18	,887	,469	-,785

Ölçeklerin normal dağılım varsayımını sağlayıp sağlamadığı çarpıklık ve basıklık değerleriyle tespit edilmiştir. Ölçeklerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin  $\pm 2$  aralığında olduğu görülmüştür. Bu sonuçlara göre araştırmada kullanılan tüm ölçeklerin normallik varsayımını sağladığını söylemek mümkündür (Kline, 2016). Değişkenlere ilişkin tanımlayıcı istatistik değerleri incelendiğinde, değişkenlerin ortalama değerleri 2,18 ile 3,32 arasındadır. İşkoliklik, iş-aile çatışması ve depresyon arasındaki ilişkilerin tespit edebilmesinde korelasyon analizinden yararlanılmıştır. İşkoliklik ile iş-aile çatışması ( $r=0,654$ ;  $p<0,01$ ), depresyon ( $r=0,33$ ;  $p<0,01$ ) ve iş-aile çatışması ile depresyon ( $r=0,576$ ;  $p<0,01$ ) arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir.

#### 4.4. Araştırma Hipotezlerin test edilmesi

Araştırma hipotezlerinin test edilmesinde Hayes (2013) tarafından geliştirilen SPSS Process Macro eklentisinden faydalanılmıştır. Aracılık rolünün test edilmesinde model 4 kullanılarak örnek sayısı yeniden örnekleme kapsamında 5000 alınmıştır. İşkolikliğin iş-aile çatışması üzerine etkisi (a yolu), iş-aile çatışmasının depresyon üzerin etkisi (b yolu), işkolikliğin depresyon üzerine toplam etkisi (c yolu); doğrudan etkisi ise (c' yolu) ile Şekil 2.'de gösterilmektedir.



**Şekil 2.** İşkolikliğin depresyon üzerine etkisinde iş-aile çatışmasının aracı rolü

Şekil 2.'de bağımsız değişken olan işkolikliğin, bağımlı değişken olan depresyon üzerinde anlamlı bir etkiye ( $p < 0.001$ ;  $\beta = 0.435$ ) sahip olduğu ve depresyonda meydana gelen değişimin %10,09'unu açıkladığı görülmektedir. İşkolikliğin aracı değişken olan iş-aile çatışmasını ( $p < 0.001$ ;  $\beta = 1.051$ ) anlamlı bir şekilde etkilediği ve iş-aile çatışmasında meydana gelen değişimin %42,8'ini açıkladığı tespit edilmiştir. Aracı değişken iş-aile çatışmasının bağımlı değişken depresyon üzerine anlamlı ( $p < 0.001$ ;  $\beta = 0.472$ ) bir etki gösterdiği ve depresyonda meydana gelen değişimin %33,1'ini açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen sonuçlardan yola çıkarak H1, H2 ve H3 hipotezleri kabul edilmiştir. Tablo 5.'de toplam, doğrudan ve dolaylı etki değerleri ve yer almaktadır.

**Tablo 5.** Toplam, Doğrudan ve Dolaylı Etki Değerleri

Toplam etki	$\beta$	S.H.	t	p	LLCI	ULCI	c_cs
İşkoliklik → Depresyon	0,435	0,086	5,056	,000	0,265	0,604	0,330
Doğrudan etki	$\beta$	S.H.	t	p	LLCI	ULCI	c'_cs
İşkoliklik → Depresyon	-0,106	0,098	-1,082	0,28	-0,300	0,087	-0,081
Dolaylı etki							
Bağımsız	Aracı	Bağımlı	$\beta$	S.H.	BootLLCI	BootULCI	
İşkoliklik →	İş-Aile çatışması	→ Depresyon	0,541	0,063	0,427	0,680	

cs= Standardize regresyon katsayısı; LLCI= Güven aralığı alt limit; ULCI=Güven aralığı üst limit; SH=Standart Hata

İş-aile çatışması aracılığıyla, işkolikliğin depresyon üzerindeki dolaylı etkisi, belirlenen güven aralıkları içerisinde sıfır içermemesi nedeniyle istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $\beta = 0,541$ ; CI [0,427; 0,680]). Böylelikle H4 hipotezi de kabul edilmiştir. Ayrıca aracı değişken iş-aile çatışmasının modele girmesiyle, işkolik ile depresyon arasındaki ilişkinin anlamsızlaşması sonucu ( $p = 0,28$ ) iş-aile çatışmasının bu ilişkide tam aracı rol oynadığı tespit edilmiştir.

## 5. Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Bu araştırma işkolikliğin depresyon üzerine etkisinde iş-aile çatışmasının aracılık rolünü incelemiştir. Araştırma bulguları işkolikliğin depresyonu pozitif yönde etkilediğini ve iş-aile çatışmasının bu ilişkide aracılık rolü oynadığını göstermektedir. İşkoliklik iş-aile çatışmasını tetikleyerek bireylerin psikolojik sağlığını olumsuz şekilde etkileyebilmektedir. Bu nedenle işkoliklik, iş-aile çatışması

ve depresyon arasındaki ilişkileri anlamak bireylerin yaşam kalitesini ve psikolojik sağlığını iyileştirmek için önemlidir.

Araştırma sonuçları incelendiğinde tüm hipotezlerin kabul edildiği görülmüştür. İşkolikliğin iş-aile çatışması ve depresyonu pozitif yönde etkilediği ve işkolikliğin depresyon üzerine etkisinde iş-aile çatışmasının tam aracı rol oynadığı tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular işkolikliğin kişinin yaşam kalitesi ve sağlığı üzerindeki olumsuz rolünü desteklemekte ve bireysel veya örgütsel düzeyde müdahaleler yoluyla böyle bir bağımlılığın azaltılması gerekliliğini vurgulamaktadır (Andreassen, 2014). İşverenlerin işkolikliğin olumsuz sonuçlarının farkında olmaları ve aşırı çalışmanın üretken olmak anlamına gelmediğini anlamaları önem arz etmektedir. Örgütler, iş verimliliği ve iş sağlığı arasında bir denge kurulmasını teşvik eden normlar ve değerler oluşturarak çalışanlarının iş davranışlarını

uyarlama becerilerini kolaylaştırabilirler. Ayrıca, çalışanlarına zaman yönetimi ve stres yönetimi teknikleri konusunda eğitim verebilirler.

Araştırmadan elde edilen bulgular literatürdeki (Albrecht vd., 2007; Amstad vd., 2011; Andreassen vd., 2018; Torp vd., 2018; Demirel ve Erdirençelebi, 2019; Taylor vd., 2019; Yang vd., 2020) diğer çalışmalar ile benzerlik göstermektedir. Bu bilgiler ışığında çalışma hayatının en önemli sermaye unsuru olan beşeri sermayenin işkoliklik derecesinde tavırlar sergilemesi özellikle akademik hayat başta olmak üzere mavi ve beyaz yakalı tüm çalışanların ve işverenlerin önlerinde çözüm bekleyen bir sorun olarak durmaktadır. İşkoliklik aile durumları ne olursa olsun çalışanları olumsuz yönde etkilediği gibi iş-aile çatışması da işkoliklik ile depresyon gibi olumsuz sonuçlar arasındaki ilişkide önemli bir rol oynamaktadır. Bu durum sessiz ve sinsi bir şekilde ilerlemekte aile ve topluma yönelik sosyal sorunları beraberinde getirmektedir. Depresyon gibi çağımızın hastalığına maruz kalmış çalışanların iş verimlilikleri düşmekte ve iş kazalarına maruz kalma oranları artmaktadır. Bu gibi durumlar işvereni de hayli olumsuz şekilde etkilemektedir.

İşkoliklik, depresyon ve iş-aile çatışması arasındaki ilişkilerin anlaşılması, bireylerin iş-yaşam kalitesi, çalışan sağlığı ve örgütsel performans açısından önem arz etmektedir. İşkolikliğin ve iş-aile çatışmasının psikolojik sağlık üzerindeki etkileri, çalışma yaşamında yöneticiler tarafından dikkate alınmalıdır. İşkoliklik ilk başlarda işveren lehine güzel çıktılar elde edilmesine katkı sağlıyor gibi görünse de aslında sosyal yapıyı ve iş-aile yapısını derinden etkileyen sonuçlar içermektedir. Yöneticilerin işkolikliğin nedenleri ve sonuçlarının getirebileceği olumsuz etkilerin farkında olmaları ve çalışanların iş dışında da hayatlarının olduğunu hesaba katmaları gerekmektedir. İşkolikliğin önüne geçerek gerek çalışan gerekse de işverenlerin olumlu sonuçlar elde edeceği düşünülmektedir. İşverenler özellikle çalışma ve dinlenme saatlerini yeniden gözden geçirerek işkolikliğe dönüşecek uygulamalardan vazgeçmelidirler. Gereksiz stresten kaçınmak için iş talepleri ve iş beklentileri daha gerçekçi hale getirilmelidir. Örgütün odağı daha destekleyici bir çalışma kültürü oluşturmak olmalıdır. Depresyon ve/veya iş-aile çatışması yaşayan çalışanlara periyodik olarak danışmanlık hizmeti sağlanmalıdır.

Bu araştırmanın zaman ve örneklem gibi bazı kısıtları bulunmaktadır. İleride farklı örneklem grupları ile boylamsal çalışmaların yapılmasıyla daha güçlü genellemelerin yapılması sağlanacağı düşünülmektedir. Ayrıca kullanılan veri toplama yöntemi sadece nicel verilere dayanmaktadır. Hem nicel hem de nitel araştırma yöntemlerini bir arada kullanarak konunun farklı yönlerini incelemek, daha derinlemesine anlayış sağlayabilir. Bu konuda geliştirilecek stratejiler ve politikalar, çalışanların iş ve aile yaşamları arasında denge kurmalarına ve psikolojik sağlıklarını korumalarına yardımcı olacağı varsayılmaktadır.

## Kaynakça

- Albrecht, U., Kirschner, N. E., & Grüsser, S. M. (2007). Diagnostic instruments for behavioural addiction: An overview. *Psycho-social medicine*, 4, Doc11.
- Allen, T. D., Herst, D. E. L., Bruck, C. S., & Sutton, M. (2000). Consequences associated with work-to-family conflict: A review and agenda for future research. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5(2), 278–308. <https://doi.org/10.1037/1076-8998.5.2.278>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Amstad, F. T., Meier, L. L., Fasel, U., Elfering, A., & Semmer, N. K. (2011). A meta-analysis of work–family conflict and various outcomes with a special emphasis on cross-domain versus matching-domain relations. *Journal of Occupational Health Psychology*, 16(2), 151–169.
- Andreassen, C. S. (2014). Workaholism: An overview and current status of the research. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(1), 1–11. <https://doi.org/10.1556/JBA.2.2013.017>
- Andreassen, C. S., Hetland, J., & Pallesen, S. (2018). The relationship between workaholism, basic needs satisfaction at work and personality. *European Journal of Personality*, 32(6), 739–751.
- Bakker, A. B., Demerouti, E., & Dollard, M. F. (2008). How job demands affect partners' experience of exhaustion: integrating work-family conflict and crossover theory. *Journal of Applied Psychology*, 93(4), 901–911. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.93.4.901>.
- Cantarow, E. (1979). Women Workaholics. *Mother Jones*, 6, 56–58.
- Cherrington, D. J. (1980). *The work ethic*. New York: American Management Association.
- Clark, M. A., Michel, J. S., Zhdanova, L., Pui, S. Y., & Baltes, B. B. (2016). All work and no play? A meta-analytic examination of the correlates and outcomes of workaholism. *Journal of Management*, 42(7), 1836–1873. <https://doi.org/10.1177/0149206314522301>
- Clark, M. A., Michel, J. S., Stevens, G. W., Howell, J. W., & Scruggs, R. S. (2014). Workaholism, work engagement and work–home outcomes: Exploring the mediating role of positive and negative emotions. *Stress Health*, 30, 287–300. doi: 10.1002/smi.2511
- De Dreu, C., van Dierendonck, D. & Dijkstra, M. (2004). Conflict at work and individual well-being. *International Journal of Conflict Management*, 15(1), 6–26.
- Demirel, E. E., Erdirençelebi, M. (2019). The relationship of burnout with workaholism mediated by work-family life conflict: A study on female academicians. *Journal of Language and Linguistic Studies*, 15(4), 1300–1316.



- Doğan, T., & Tel, F. D. (2011). Duwas işkoliklik ölçeği Türkçe formunun (DUWASTR) geçerlik ve güvenilirliğinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 61–69.
- Efeoğlu, İ. E. (2006). *İş-aile yaşam çatışmasının iş stresi, iş doyumunu ve örgütsel bağlılık üzerindeki etkileri: İlaç sektöründe bir araştırma*. Doktora Tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Goode, W. J. (1960). A theory of role strain. *American Sociological Review*, 25, 483-496.
- Greenberg, P. E., Fournier, A. A., Sisitsky, T., Pike, C. T., & Kessler, R. C. (2015). The economic burden of adults with major depressive disorder in the United States (2005 and 2010). *The Journal of clinical psychiatry*, 76(2), 155–162. <https://doi.org/10.4088/JCP.14m09298>
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76–88.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York, NY: Guilford Press.
- Janzen Claude, J. A., Hadjistavropoulos, H. D., & Friesen, L. (2014). Exploration of health anxiety among individuals with diabetes: Prevalence and implications. *Journal of Health Psychology*, 19(2), 312-322.
- Kahn, R. L., Wolfe, D. M., Quinn, R. P., Snoek, J. D., & Rosenthal, R. A. (1964). *Organizational stress: Studies in role conflict and ambiguity*. New York: John Wiley and Sons.
- Killinger, B. (1991). *Workaholics: The respectable addicts*. New York: Simon and Schuster.
- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). Guilford Press.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335–343.
- Machlowitz, M. (1980). *Workaholics. Living with them, working with them*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Merton, R. K. (1957). *Social theory and social structure*. New York: Free Press.
- Netemeyer, R. G., Boles, J. S., & McMurrian, R. (1996). Development and validation of work–family conflict and family–work conflict scales. *Journal of Applied Psychology*, 81(4), 400–410.
- Nie, Y. & Sun, H. (2016). Why do workaholics experience depression? A study with Chinese university teachers. *Journal of Health Psychology*, 21(10), 2339-2346. <https://doi.org/10.1177/1359105315576350>
- Oates, W. (1971). *Confessions of a workaholic: The facts about work addiction*. New York: World Publishing.
- Schaufeli, W. B., Taris, T. W., & Bakker, A. B. (2008). It takes two to tango: Workaholism is working excessively and working compulsively. In R. J. Burke & C. L. Cooper (Eds.), *The long work hours culture: Causes, consequences and choices* (pp. 203–226). Emerald Group Publishing Limited.
- Schaufeli, W.B., Taris, T.W., & Bakker, A. B. (2006). Dr. Jekyll and Mr. Hide: On the differences between work engagement and workaholism. In R. Burke (Ed.), *Research companion to working time and work addiction* (pp. 193-217). Cheltenham, UK: Elgar.
- Seybold, K. C. & Salomone, P. R. (1994). Understanding workaholism: A review of causes and counseling approaches. *Journal of Counseling & Development*, 73, 4-9.
- Taylor, E. A., Huml, M. R., Dixon, M. A. (2019). Workaholism in sport: A mediated model of work–family conflict and burnout. *Journal of Sport Management*, 33(4), 249-260.
- Thomas, L., & Ganster D. C. (1995). Impact of family-supportive work variables on work-family conflict and strain: A control perspective. *Journal of Applied Psychology*, 80, 6-15.
- Torp, S., Lysfjord, L., & Midje, H. H. (2018). Workaholism and work–family conflict among university academics. *Higher Education*, 76, 1071-1090.
- World Health Organization. (2024). Depression. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression> (23.04.2024).
- Yang, X., Qiu, D., Lau, M. C., & Lau, J. T. (2020). The mediation role of work-life balance stress and chronic fatigue in the relationship between workaholism and depression among Chinese male workers in Hong Kong. *Journal of behavioral addictions*, 9(2), 483-490.
- Yılmaz, Ö., Boz, H. ve Arslan, A. (2017). Depresyon Anksiyete Stres Ölçeğinin (DASS 21) Türkçe kısa formunun geçerlilik-güvenilirlik çalışması. *Finans Ekonomi ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (FESA)*, 2(2), 78-91.

## Extended Summary

### Purpose

The purpose of this study is to examine the influence of workaholism on depression, with a specific emphasis on the mediating function of work-family conflict in this relationship. In the contemporary work environment, where competitive demands and high productivity expectations are the norm, workaholism is becoming an increasingly prevalent issue. Nevertheless, the consequences of workaholism extend beyond occupational performance, frequently resulting in adverse effects on individuals' mental health. Ultimately, the study seeks to assist organisations in developing strategies that can mitigate these issues and foster healthier work environments.

### Literature Review

Individuals may spend their energy and time excessively for their working life. This excessive way of working is used to define the concept of 'workaholism' in the literature (Seybold & Salomone, 1994). The phenomenon of work-family conflict arises from the inherent tension between the responsibilities associated with one's professional and familial roles. The theoretical underpinnings of this phenomenon are rooted in the concepts of role theory (Merton, 1957) and Goode's (1960) role strain theory. Depressive disorder or depression is a common mental health condition that can happen to anyone. It is characterised by low mood or loss of enjoyment or interest in activities over long periods of time (World Health Organization [WHO], 2024). As it can be seen in the literature summary, studies on the relationship between workaholism and work-family conflict, especially on academicians, draw attention. Although there are some studies on the relationship between workaholism and burnout in some studies, studies on the three variables of the research are limited in international literature, while there is no study in the national literature. Testing the mechanisms underlying the relationship between workaholism and depression has revealed the need for this research. With this research, it is aimed to test the mediating role of work-family conflict in the effect of workaholism on depression by taking the researches one dimension further.

### Design/methodology/approach

In this study conducted in the quantitative research design, a cross-sectional research design was used, focusing on collecting and analyzing data at a specific time. The research methodology includes exploratory and confirmatory factor analysis and reliability analysis results, as well as descriptive statistics related to the scales.

A correlation analysis was conducted to determine the relationships between the variables, and the mediator variable analysis was performed and tested using the Process Macro add-on (Model 4). The universe of the research consists of academicians working at a public university. The data of the research were collected via an online survey method via the internet between March and April 2024. The participation of the participants was ensured on a voluntary basis. A total of 211 surveys were evaluated. It was deemed ethically appropriate by the letter dated 21.03.2024 and numbered 2024/03/20 of the Social and Human Sciences Scientific Research and Publication Ethics Committee of Kırşehir Ahi Evran University. In order to determine the work-family conflict levels of the participants, the scale consisting of five statements and a single dimension, developed by Netemeyer et al. (1996), was used. To determine the participants' workaholism levels, the "DUWAS Workaholism Scale" developed by Schaufeli et al. (2006) was used. The scale consists of 14 statements and two dimensions. In order to determine the participants' depression levels, the depression sub-dimension of the "DAS" scale, which was developed by Lovibond and Lovibond (1995) and consists of three sub-dimensions, was used. The scale used consists of seven statements.

### Findings

It was observed that the independent variable, workaholism, had a significant effect on the dependent variable, depression ( $p < 0.001$ ;  $\beta = 0.435$ ), and explained 10.09% of the change in depression. It was found that workaholism had a significant effect on the mediator variable, work-family conflict ( $p < 0.001$ ;  $\beta = 1.051$ ), and explained 42.8% of the change in work-family conflict. It was concluded that the mediator variable, work-family conflict, had a significant effect on the dependent variable, depression ( $p < 0.001$ ;  $\beta = 0.472$ ), and explained 33.1% of the change in depression. Based on the obtained results, hypotheses H1, H2 and H3 were accepted. The indirect effect of workaholism on depression via work-family conflict was found to be statistically significant since it did not include zero within the specified confidence intervals ( $\beta = 0.541$ ; CI [0.427; 0.680]). Thus, H4 hypothesis was also accepted. In addition, with the inclusion of the mediator variable work-family conflict in the model, the relationship between workaholism and depression became insignificant ( $p = 0.28$ ), and it was determined that work-family conflict played a full mediating role in this relationship. This study's findings underscore the need for organizations to recognize workaholism not only as a productivity issue but also as a potential mental health risk, calling for interventions that promote healthier work-life integration.