

Evdeki Zorluklar Zehirse, İŖe Tutkun Olmak Panzehir mi?

Zeliha Sezgin

Berna Uysal

Sude Tozmaz

Furkan Demirci

Turgut Yiğit Atak

ZİRVE

Özet

Bu araştırma, 'Evdeki Duygusal Zorluklar' ve 'Çalışmaya Tutkunluk' arasındaki ilişkiyi, 289 katılımcı ile yapılan bir anket çalışması sonuçlarını kapsamlı bir literatür taraması kullanarak incelenmektedir. Araştırmanın temel amacı, ‘‘Evdeki Duygusal Zorluğun’’ ‘‘Çalışmaya olan Tutku’’ üzerinde anlamlı bir etkisi olup olmadığını anlamaktır. Elde edilen veriler, 'Evdeki Duygusal Zorluklar' ile 'Çalışmaya Tutkunluk' arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını göstermiştir. Bu sonuç, evde yaşanan zorlukların kişinin iş hayatındaki tutkusu üzerinde beklenen etkiyi göstermediğini ortaya koymaktadır. Araştırmanın ana mesajı, evdeki zorlukların ve iş tutkusu arasındaki ilişkinin beklenenden daha karmaşık olabileceğini vurgulayarak, iş ve özel yaşam arasındaki dinamikler üzerine daha derinlemesine araştırmaların gerekliliğine işaret etmektedir.

Anahtar kelimeler: Evdeki Duygusal Zorluklar, Çalışmaya Tutkunluk, İş-Aile Dengesi, Duygusal Zorluklar, İşe Bağlılık

Evdeki Zorluklar Zehirse, İşe Tutkun Olmak Panzehir mi?

Bu çalışmada odak noktası olarak, çalışmaya tutkunluk ve evdeki duygusal zorluk değişkenleri kullanılmıştır. Kullanılan değişkenler iş ve özel hayat dengesi üzerindeki etkisi açısından kritik öneme bir sahiptir.

Bu iki kavramın seçilmesinin temel sebebi; toplanan verinin analizi sonucunda elde edilen bilgi üzerinden, evde yaşanan duygusal zorlukların iş yaşamına etkisini ölçmek ve bu sonuç üzerinden işe tutkunluk ve evdeki duygusal zorluklar arasında dengeleyici öneriler sunmaktır. Bu konuda daha önce yapılan çalışmalar göstermiştir ki iş ve özel hayat dengesi, stres yönetimi, işyerindeki duygusal zeka ve bu faktörlerin bireysel ve toplumsal düzeydeki etkileri üzerine olumlu ve olumsuz sonuçları bulunmaktadır. Araştırma yapılmaması halinde, çalışmaya tutkunluk ve evdeki duygusal zorluklar konuları arasındaki dengesizliğin yol açabileceği stres ve tükenmişlik gibi sorunları anlamak ve önlemek güçleşebileceği ön görülmektedir. Bu sebepten dolayı hem bireylerin hem de toplumun iş ve özel hayat kalitesini olumsuz yönde etkileyebileceği düşünüldüğü için bu iki değişken üzerinden analizler gerçekleştirilecektir.

Yapılan araştırmalara göre, işe tutku ile iş-aile çatışması arasında bir bağlantı olduğunu ve bu durumun duygusal tükenmişliği etkileyebileceğini ortaya koymuştur (Moslehpour, Sulistiawan, & Kuan Lin, 2022). Bu çalışmadan hareketle, örneklemimizden aldığımız verilerle

kıyaslayarak işe olan tutku ve iş-aile çatışma arasında bir bağlantı olup olmadığını kıyaslayacağız. Literatüre baktığımızda, evden çalışmanın, iş-yaşam dengesini artıracağı yönünde görüşler mevcuttur, ancak bu avantajların bireysel sosyo-ekonomik koşullara bağlı olduğunun vurgulandığını belirtmemiz gerekir (Palumbo, 2020). İşe olan tutku, bireyin hayatına anlam katarken, aynı zamanda sosyal dengesini zorlayarak hayatında bir engel de oluşturabilir. Bir başka çalışmada ise, işkoliklerin çocuklarının da ebeveynlerinin yüksek anksiyete ve depresyon seviyelerini paylaştığı bulgusuna varılmıştır (Robinson, 2007).

1.Kavramsal Çerçeve

1.1 Bağımsız Değişken: Evdeki Duygusal Zorluklar

Evdeki duygusal zorluklar, bireyin aile içi ortamında yaşadığı stres, anlaşmazlık, duygusal çatışma ve destek eksikliği gibi faktörleri içermektedir. Bu konular, aile üyeleri arasındaki ilişkilerden kaynaklanabilecek psikolojik ve duygusal baskıları da kapsamaktadır. Konulardan daha detaylı bahsetmek gerekirse, evdeki duygusal zorluklar, aile içinde yaşanan gerginlikler, anlaşmazlıklar, huzursuzluk ve destek eksikliğini ifade etmektedir. Aile içi tartışmalar veya duygusal desteğin olmaması gibi durumlar buna örnek olarak verilebilmektedir.

Bu durumun alt boyutlarından biri, ilişkisel stres denilen, partner veya aile üyeleriyle yaşanan anlaşmazlıklardır. Bir diğer boyut ise, aile içindeki mali problemler ve çocuk yetiştirmeye ilişkili zorluklardır.

1.1.1 Evdeki Duygusal Zorlukların Öncülleri ve Sonuçları

Greenhaus ve Beutell'in 1985 tarihli "Sources of Conflict Between Work and Family Roles" adlı çalışması (Greenhaus & Beutell, 1985) iş ve aile rolleri arasındaki çatışmaların kaynaklarını analiz eden öncü bir çalışmadır. Bu çalışmada yer alan Rol Çatışması Teorisinde, bireylerin iş ve aile yaşamları arasında denge kurmakta zorlandıkları durumlar incelenmiştir. Bu teori, bir bireyin aynı anda birden fazla role sahip olduğunda (örneğin, çalışan, eş, ebeveyn rolleri) bu roller arasında uyumsuzluk yaşayabileceğini öne sürmektedir.

İş-aile çatışmasını, işin gerekliliklerinin aile hayatı ile uyumsuz olduğu durumlar olarak tanımlanmaktadır (Allen,T.D,Herst, 2000). Bu çatışma, genellikle iki yönlü olarak ele alınmaktadır: işten aileye çatışma ve aileden işe çatışma şeklindedir. Ayrıca iş-aile çatışmasının

işverenler üzerinde de olumsuz etkileri olduğu belirlenmiştir. Bunlar arasında düşük iş performansı, artan devamsızlık oranları, düşük iş tatmini ve çalışanların işten ayrılma niyeti bulunmaktadır. Bunun yanı sıra, kadınların ve çocuk sahibi bireylerin bu tür çatışmaları daha yoğun yaşadıkları şeklinde bulgulanmıştır.

1.2 Bağımlı Değişken: Çalışmaya Tutkunluk

Çalışmaya tutkunluk, bir bireyin işine karşı gösterdiği yoğun ilgi, enerji, bağlılık ve tatmin duygusunu ifade etmektedir. Bu durum, işe olan bağlılığı, işteki başarıyı ve işte geçirilen zamanın keyfini kapsamaktadır. Daha detaylı ifade etmek gerekirse, çalışmaya tutkunluk, bir kişinin işini sevmesi, işine karşı heyecan duyması ve işini yaparken kendini iyi hissetmesi anlamına gelmektedir. Bu değişkenin alt boyutları; işe karşı duyulan güçlü bağ ifade eden işe bağlılık duygusu, işten elde edilen tatmin ve işe harcanan, zaman ve çabayı ifade eden işe adanmışlıktır.

1.2.1 İşe Tutkunluğun Öncülleri ve Sonuçları

Vallerand, Houliort ve Forest'in 2014 yılındaki "Passion for Work: Determinants and Outcomes" başlıklı araştırması çalışma tutkusu konusunda önemli bulgular sunmaktadır. Bu çalışmanın ana sonuçları ve bulguları şu şekildedir: çalışma tutkusunu, bireylerin işlerine karşı derin bir bağlılık ve yoğun bir duygusal bağlanma olarak tanımlamaktadırlar. İki tür tutku olarak ayrılmaktadır. Bunlar: bireyin işini sevdiği ve işe özgürce, kendi isteğiyle bağlandığı uyumlu tutkudur. Bu tür tutku, iş tatmini, yüksek performans ve iyi bir psikolojik sağlık ile ilişkilendirilmektedir. Bir diğeri ise, bireyin işine aşırı bağımlı olduğu ve bu bağlılığın kendisini kontrol ettiği bir durumu olan zorlayıcı tutkudur. Bu tür tutku, iş-aile çatışması, tükenmişlik ve işyerindeki diğer olumsuz sonuçlarla ilişkilendirilmektedir (Vallerand, Houliort, Forest, 2014).

1.3 Evdeki Duygusal Zorluklar ve Çalışmaya Tutkunluk Arasındaki İlişki:

Evde meydana gelen duygusal güçlükler, aile içi dinamikler, finansal zorluklar ve sağlıkla ilgili sorunlar gibi stres faktörleri, bireyin genel ruh durumu ve psikolojik sağlık üzerinde negatif bir etkiye sahip olabilir. Diğer taraftan, işe olan bağlılık ve tutku, bir bireyin akademik veya profesyonel yaşamına olan bağlılığını ve kendini adanmasını temsil eder. Bu iki durum arasındaki ilişkiyi incelemek gerekirse; bireyler, evde stres altındayken veya bir çıkış yolu ararken, işlerine daha fazla zaman ayırarak bir kaçış mekanizması geliştirebilirler, bu durum stresi azaltmanın bir

metodu olarak değerlendirilebilir. Bu bağlamda, evde yaşanan duygusal zorluklarla başa çıkarken, iş ve özel hayat arasında sağlıklı bir denge kurmak kritik öneme sahiptir.

Bu çalışmada araştırılmak istenen hipotezler şunlardır: Negatif İlişki Hipotezi (H1): "Evdeki duygusal zorlukların artması, işe karşı olan tutkunluğu azaltmaktadır." Bahsedilen hipotez, evde yaşanan duygusal stresin ve zorlukların, bireyin işine olan bağlılığını ve tutkusunu olumsuz etkileyeceğini önermektedir. Pozitif İlişki Hipotezi (Alternatif H1): "Evdeki duygusal zorluklar, bireyin çalışmaya olan tutkusunu artırmaktadır.". Bu durumda, evdeki zorluklar arttıkça, bireyin işe olan bağlılığı ve tutkusu artmaktadır. Null Hipotezi (H0): "Evdeki Duygusal Zorluklar" değişkeninin, "Çalışmaya Tutkunluk" değişkeni üzerinde herhangi bir etkisi bulunmamaktadır. Bu hipotez, evde yaşanan duygusal zorlukların ne olumlu ne de olumsuz bir şekilde bireyin işe olan tutkusu ve motivasyonu üzerinde herhangi bir etki yaratmadığını önermektedir.

Sonuç olarak; yaptığımız araştırmada, tanımlayıcı istatistik, regresyon ve korelasyon testlerinin yanı sıra detaylı bir literatür taraması sonucunda, özel bir örnekleme gerçekleştirdiğimiz anket verilerine dayanarak, 'Evdeki Duygusal Zorluklar' ile 'Çalışmaya Tutkunluk' arasında anlamlı bir ilişki olmadığını tespit ettik. İstatistiksel analizler, bu iki değişken arasında herhangi bir etkileşimi ortaya koymamıştır. Bu sonuç, null hipotezimizi (H0) doğrular niteliktedir: 'Evdeki Duygusal Zorluklar' adlı bağımsız değişkenimizin, 'Çalışmaya Tutkunluk' olarak belirlediğimiz bağımlı değişken üzerinde bir etkisi bulunmamaktadır. Bu bulgular, evde yaşanan duygusal zorlukların, bireyin işe olan tutkusu ve motivasyonu üzerinde ne olumlu ne de olumsuz bir etkisi olduğunu göstermez. Başka bir deyişle, evdeki duygusal zorluklar arttıkça veya azaldıkça, bireyin işe karşı tutkusu aynı kalmaktadır.

Yöntem

Bu çalışma kapsamında yaş, cinsiyet, çocuk sayısı, evdeki duygusal zorluklar, çalışmaya tutkunluk değişkenleri ele alındı. Tablo 1' de detaylı olarak veriler arasındaki ilişkiler gösterilmiştir.

Tablo 1
Descriptives

	cins	çocuk	evduygzor	calismatutk	yas
N	Erkek	118	118	118	118
	Kadın	164	164	164	164
Missing	Erkek	0	0	0	0
	Kadın	0	0	0	0
Mean	Erkek	Oca.52	Şub.43	5.Eyl	30.Oca
	Kadın	Oca.46	Şub.54	Nis.74	28.Ağu
Standard deviation	Erkek	0.976	1.Tem	Oca.28	10.Şub
	Kadın	0.875	0.974	Oca.21	9.Nis
Minimum	Erkek	1	1	1.00	18
	Kadın	1	1	1.00	19
Maximum	Erkek	5	5	7.00	65
	Kadın	5	5	7.00	54
Skewness	Erkek	Oca.89	0.326	-0.607	Oca.44
	Kadın	Oca.95	0.141	-0.420	Oca.29
Std. error skewness	Erkek	0.223	0.223	0.223	0.223
	Kadın	0.190	0.190	0.190	0.190
Kurtosis	Erkek	Şub.70	-0.690	0.609	Oca.39
	Kadın	Mar.31	-0.498	0.0147	0.546
Std. error kurtosis	Erkek	0.442	0.442	0.442	0.442
	Kadın	0.377	0.377	0.377	0.377

Araştırma, toplam 282 katılımcıyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların yaş, cinsiyet, çocuk sayısı gibi demografik bilgileri ve 'Evdeki Duygusal Zorluklar' ile 'Çalışmaya Tutkunluk' değişkenleri ele alınmıştır. Katılımcıların 118'i erkek (%41.8), 164'ü ise kadın (%58.2)'dir. Yaş ortalamaları erkeklerde 30.5, kadınlarda ise 28.7 olarak bulunmuştur. Erkek katılımcıların çocuk sahibi olma oranı %52, kadınlarda ise %46 olarak belirlenmiştir. Katılımcıların evde yaşadıkları zorluklar (evduygzor) erkekler için ortalama 5.43, kadınlar için ise ortalama 5.74'tür. Çalışma tutkusu (calismatutk) erkeklerde ortalama 30.52, kadınlarda ise 28.54 olarak saptanmıştır. Çalışmada, 'Evdeki Duygusal Zorluklar' ve 'Çalışmaya Tutkunluk' değişkenleri ölçülmüştür. Her iki değişkenin ölçümü için geçerli ve güvenilir ölçekler kullanılmıştır. Veri toplama süreci, anket yöntemiyle gerçekleştirilmiştir ve kartopu örnekleme yöntemiyle desteklenmiştir. Katılımcılara gönderilen formda, kişilerden araştırmaya katılmaları için onay alınmıştır. Veri analizi aşamasında tanımlayıcı istatistikler, regresyon ve korelasyon testleri kullanılmıştır. Analizler, 'Evdeki Duygusal Zorluklar' ve 'Çalışmaya Tutkunluk' arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını göstermiştir.

Korelasyonlar

Korelasyon, iki değişken arasındaki ilişkinin gücünü ve yönünü ölçmek için kullanılmaktadır. Yapılan analizler sonucunda p-değeri 0.653 olarak hesaplanmıştır. Bu nedenle Pearson's değerine bakılmamaktadır. Genellikle, p-değeri 0.05'ten küçükse, iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olduğu kabul edilmektedir. Bu bağlamda p-değeri oldukça yüksek olduğu için, "Evdeki Duygusal Zorluklar" ile "Çalışmaya Tutkunluk" değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna varılmaktadır. Özetle, "Çalışmaya Tutkunluk" ile "Evdeki Duygusal Zorluklar" değişkenlerinin arasında neredeyse hiç ilişki olmadığını ve var olan zayıf ilişkinin istatistiksel olarak bir önemi olmadığını göstermektedir. Tablo 2' de korelasyon matrisi gösterilmiştir.

Tablo 2

Correlation Matrix

		calismatutk	evduygzor
calismatutk	Pearson's r	—	
	df	—	
	p-value	—	
evduygzor	Pearson's r	-0.027	—
	df	280	—
	p-value	0.653	—

Hipotez Testi (Regresyon Analizi)

Aşağıda Lineer Regresyon analizinin sonuçları verilmiştir. Lineer regresyon, bir bağımlı değişkenin bir veya daha fazla bağımsız değişkenle ilişkisini incelemek için kullanılmaktadır. "R" değeri, bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişkinin kuvvetini ve yönünü gösteren bir korelasyon katsayısıdır. Bu tabloda "R" değeri 0.0269 olarak belirtilmiş ki bu oldukça düşük bir ilişkiyi ifade eder. "R²" değeri, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkendeki varyansın ne kadarını açıkladığını gösterir. Burada 7.22e-4 (yani 0.000722) olarak verilmiş, bu da bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkendeki varyansın çok küçük bir kısmını, yani %0.0722'sini açıkladığını göstermektedir. Bu, modelin bağımlı değişkeni açıklama gücünün çok düşük olduğunu göstermektedir. Tablo 3'de detaylı regresyon model gösterilmiştir.

Tablo 3
Model Fit Measures

Model	R	R ²
1	0.0269	7.22e-4

Model Coefficients - calismatutk

Predictor	Estimate	SE	t	p
Intercept	49.680	0.1983	25.056	< .001
evduygzor	-0.0331	0.0736	-0.450	0.653

Sonuç olarak, bahsedilen lineer regresyon modeli, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni anlamlı bir şekilde açıklamadığını göstermektedir. "Evdeki Duygusal Zorluklar" değişkeninin ise bağımlı değişken üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı sonucuna varılmaktadır.

Tartışma

Bu çalışma, evdeki duygusal zorlukların ('Evdeki Duygusal Zorluklar') bireylerin işe karşı tutkuları ('Çalışmaya Tutkunluk') üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma sonuçları, 'Evdeki Duygusal Zorluklar' ile 'Çalışmaya Tutkunluk' arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olmadığını ortaya koymuştur. Bu, evde yaşanan duygusal zorlukların bireylerin işlerine olan bağlılığı ve tutkusunu önemli ölçüde etkilemediğini göstermektedir. Başlangıç hipotezimiz, 'Evdeki Duygusal Zorlukların 'Çalışmaya Tutkunluk' üzerinde belirgin bir etkiye sahip olacağı yönündeydi. Ancak, elde edilen veriler bu hipotezi desteklemezken, bu iki değişken arasındaki ilişkinin daha karmaşık yapıda olabileceğini veya diğer etmenlerin bu etkileşimde rol oynayabileceğini göstermektedir.

Gelecekte benzer bir konu üzerine araştırma yapılacaksa, metodolojik yaklaşımların çeşitlendirilmesi ve katılımcı demografisinin genişletilmesi önerilebilir. 'Evdeki Duygusal Zorluklar' ile 'Çalışmaya Tutkunluk' arasındaki ilişkinin beklenenden daha karmaşık ve çok boyutlu olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum, iş ve özel yaşam dengesinin korunmasının önemini vurgularken, aynı zamanda bu konuda daha detaylı araştırmalara ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir. Böylece, bireyler ve kurumlar için bu dengenin sağlanmasına yönelik daha etkili stratejiler geliştirilebilir.

Son olarak, bu araştırmanın ışığında, "Evdeki Duygusal Zorluklar Zehirse, İşe Tutkunluk Panzehir Mi?" sorusuna yönelik bir değerlendirme yapmak gerekirse, araştırma sonuçlarımız bu iki olgunun birbirine karşıt etkilerde bulunmadığını göstermektedir. Evde yaşanan duygusal zorluklar, zehirleyici ve yıpratıcı etkiler yaratabilirken, işe tutkunluk bu zorlukların üstesinden gelmede her zaman etkili bir panzehir olmayabilir. Bu durum, bireylerin duygusal zorluklarla başa çıkma süreçlerinde iş tutkularının sınırlı bir rol oynadığını ve bu zorlukların üstesinden gelmede daha kapsamlı destek ve stratejilere ihtiyaç duyulduğunu vurgulamaktadır. Böylelikle, evdeki zorluklar ve iş hayatındaki tutkunun, birbirini tamamlayıcı değil, ayrı ve bağımsız dinamikler olarak ele alınması gerektiği sonucuna varılabilir.

Kaynakça

- Allen, T.D., Herst, (2000). Consequences Associated with Work-to-Family Conflict: A Review and Agenda for Future Research.
- Fu, Harpaz. (2002). The Impact Of Passion for Work on Work Satisfaction. *Work and Occupations*.
- Greenhaus, J., & Beutell, N. (1985). Sources of Conflict Between Work and Family Roles. *Academy of Management Review*, s. 76-88.
- Moslehpour, M., Sulistiawan, J., & Kuan Lin, P. (2022). Linking Passion for Work and Emotional Exhaustion in Indonesian Firefighters: The Role of Work–Family Conflict. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.
- Palumbo, R. (2020). Let me go to the office! An investigation into the side effects of work from home on work-life balance. *International Journal of Public Sector Management*.
- Piotrowski, A., Boe, O., & Rawat, S. (2022). Evaluation of Work Mode and Its Importance for Home–Work and Work-Home Relationships: The Role of Resilience, Coping With Stress and Pasion for Work. *International Journal of Envorimental Research and Public Health*.
- Quick, J., Henley, A., & Quick, J. C. (2004). The Balancing at Work and at Home. *Science Direct*.
- Robinson, B. (2007). The Workaholic Family: a Clinical Perspective. *The American Journal of Family Therapy*.
- Sulistiawan, J., Moslehpour, M., & Lin, P. (2022). Linking Passion for Work and Emotional Exhaustion in Indonesian Firefighters: The Role of Work-Family Conflict. *International journal of environmental research and public health*, s. 1-17.
- Vallerand, Houlfort, Forest. (2014). Passion for Work: Determinants and Outcomes. *The Oxford Handbook of Work Engagement, Motivation and Self-Determinitiin Theor*

