

**EŞTEN ALGILANAN SOSYAL DESTEK, ÇİFT UYUMU VE İŞ
AİLE ÇATIŞMASININ KADINLARIN DEPRESYONUNU
YORDAYICI ETKİŐİ: NİCEL VE NİTEL İNCELEME**

SİNEM GÜZEL

**İŞIK ÜNİVERSİTESİ
HAZİRAN, 2022**

**EŞTEN ALGILANAN SOSYAL DESTEK, ÇİFT UYUMU VE İŞ
AİLE ÇATIŞMASININ KADINLARIN DEPRESYONUNU
YORDAYICI ETKİŐİ: NİCEL VE NİTEL İNCELEME**

SİNEM GÜZEL

IŞık Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji. Yüksek Lisans
Programı, 2022

Bu tez, IŞık Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'ne Yüksek Lisans (MA)
derecesi için sunulmuŐtur.

**IŞIK ÜNİVERSİTESİ
HAZİRAN, 2022**

İŞIK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

EŞTEN ALGILANAN SOSYAL DESTEK, ÇİFT UYUMU VE İŞ AİLE
ÇATIŞMASININ KADINLARIN DEPRESYONUNU YORDAYICI ETKİSİ:
NİCEL VE NİTEL İNCELEME

SİNEM GÜZEL

ONAYLAYANLAR:

Doç. Dr. Berna Akçınar
(Tez Danışmanı) Işık Üniversitesi

Prof. Dr. Gülden Güvenç Işık Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Selçuk Aslan Nişantaşı Üniversitesi

ONAY TARİHİ: 15/06/2022

THE PREDICTIVE EFFECT OF PERCEIVED SOCIAL SUPPORT FROM THE PARTNER, DYADIC ADJUSTMENT AND WORK FAMILY CONFLICT ON WOMEN'S DEPRESSION: A QUANTITATIVE AND QUALITATIVE METHODS

ABSTRACT

In this study, the predictive role of perceived social support from the partner, dyadic adjustment and work-family conflict on women's depression during the Covid-19 was examined using quantitative and qualitative research methods. A survey was conducted with 265 mothers who have children between the ages of 2-8 and have partners, and 20 mothers were interviewed. In the quantitative study, the Informed Consent Form, Sociodemographic Information Form, Multidimensional Scale of Perceived Social Support, Dyadic Adjustment Scale, Work-Family Conflict Scale and Brief Symptom Inventory's depression sub-dimension were applied to the participants. In the qualitative study, interviews were conducted using a structured questionnaire. As a result of the analyses, perceived social support from the partner negatively predicted women's depression; dyadic adjustment negatively predicted women's depression; work-family conflict predicted women's depression positively. It has been observed that dyadic satisfaction, which is one of the sub-dimensions of dyadic adjustment, had a protective role in the relationship between work-family conflict and depression. Women with high dyadic satisfaction had low depression scores even if they had high levels of work-family conflict. As a result of the qualitative analyzes, it was determined that the mothers who perceived social support from their partner because they worked said positive statements in their relationship definitions. In the Covid-19 pandemic, mothers were most affected financially, morally, educationally and in children's issues.

Key words: Perceived social support, Dyadic adjustment, Work-family conflict, Depression.

EŞTEN ALGILANAN SOSYAL DESTEK, ÇİFT UYUMU VE İŞ AİLE ÇATIŞMASININ KADINLARIN DEPRESYONUNU YORDAYICI ETKİŐİ: NİCEL VE NİTEL İNCELEME

ÖZET

Bu araştırmada, Covid-19 döneminde, eşten algılanan sosyal desteğin, çift uyumunun ve iş aile atiŐmasının kadınların depresyonu üzerindeki yordayıcı rolü nicel ve nitel araştırma yöntemleri ile incelenmiştir. 2-8 yaş aralığında çocuğa sahip ve partneri olan 265 anne ile anket çalışması yapılmış, 20 anne ile derinlemesine mülakat gerçekleştirilmiştir. Nicel çalışmada katılımcılara, Bilgilendirilmiş Onam Formu, Sosyodemografik Bilgi Formu, ok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek leği, ift Uyum leği, İŞ Aile atiŐması leği ve Kısa Semptom Envanteri'nin depresyon alt boyutu uygulanmıştır. Nitel çalışmada, yapılandırılmış soru formu kullanılarak görüşmeler yapılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, eşten algılanan sosyal destek kadınların depresyonunu negatif yönde; çift uyumu kadınların depresyonunu negatif yönde; iş aile atiŐması kadınların depresyonunu pozitif yönde yordamaktadır. Çift uyumunun alt boyutlarından olan çift doyumunun iş aile atiŐması ve depresyon arasındaki ilişkide koruyucu bir role sahip olduğu görülmüştür. Çift doyumunu yüksek olan kadınlar yüksek düzeyde iş aile atiŐmasına sahip olsalar dahi düşük düzeyde depresyon puanı almaktadırlar. Nitel analizler sonucunda, çalıştıkları için eşlerinden destek aldığını bildiren annelerin ilişki tanımlarında olumlu ifadeler söylediği tespit edilmiştir. Covid-19 pandemisi, anneleri en çok maddi, manevi, eğitim ve ocuk konularında etkilenmiŐtir.

Anahtar Kelimeler: Algılanan sosyal destek, çift uyumu, İŞ aile atiŐması, Depresyon.

TEŞEKKÜR

Tez danışmanım olduğu ilk günden son güne kadar yalnızca tez danışmanlığı yapmayıp bir akademisyen nasıl olur onu da gösteren, bana projesinde yer alma fırsatı sunarak bu tezin ortaya çıkmasını sağlayan, birlikte ilerlemekten mutluluk duyduğum Doç. Dr. Berna Akçınar'a teşekkür etmekten daha fazlasını borçlu olduğumu belirtmek isterim.

Süreç içerisinde desteğini her zaman hissettiğim, her zorlukta bana moral ve motivasyon sağlayarak ilerlememe yardımcı olan Görkem Gelen'e, desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen ve arkadaşlıklarına sahip olduğum için kendimi çok şanslı hissettiğim Elif Oğuz ve Hacer Gül'e, tezimin yazım kılavuzuna uygun olması için yorulmadan her sorumu yanıtlayan Gözde Gelen'e sonsuz teşekkür ederim.

Hem akademik hem de kişisel anlamda rol model aldığım, azim ve başarı kavramlarının ne demek olduğunu öğreten Asena Alhan ve Dr. Önder Canbulat'a varlıkları için teşekkür ederim.

Maddi ve manevi desteklerini hiçbir zaman eksik etmeyen, beni sevgileri ile yüreklendiren annem Fatma Güzel'e, babam Gürsel Güzel'e en büyük teşekkürümü sunarım.

Bu tezin oluşmasına katkı sunan başta BAP'da rol alan arkadaşlarıma ve zamanımı ayırarak çalışmaya katılan her katılımcıya çok teşekkür ederim.

Sinem GÜZEL

İÇİNDEKİLER

ONAY SAYFASI.....	i
ABSTRACT	ii
ÖZET	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar LİSTESİ.....	viii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	ix
KISALTMALAR LİSTESİ.....	x
BÖLÜM 1	11
1. GİRİŞ.....	11
1.1 Araştırmanın Önemi.....	15
BÖLÜM 2	17
2. KURAMSAL ÇERÇEVE	17
2.1 Depresyon	17
2.1.1 Depresyonun Epidemiyolojisi	17
2.1.2 Depresyon Belirti ve Bulguları	19
2.1.3 Depresyon Tanı ve Kriterleri.....	20
2.2 Eşten Algılanan Sosyal Destek	21
2.2.1 Sosyal Desteğin Sınıflandırılması	22
2.2.2 Sosyal Destek ve Sağlık.....	23
2.2.3 Sosyal Destek ve Kültür	25
2.3 İş Aile Çatışması	26
2.3.1 Aile Kavramı	27
2.3.2 İş ve Aile Çatışması Kavramı.....	27
2.3.3 İş ve Aile Çatışmasının Sınıflandırılması.....	29
2.3.4 İş ve Aile Çatışması ile İlgili Kuramlar	29

2.3.5 Pandemi ve İş Aile Çatışması.....	30
2.4 Çift Uyumu	32
2.4.1 Çift Uyumu ve Depresyon.....	34
2.4.2 Çift Uyumu ve İş Aile Çatışması.....	35
2.5 Eşten Algılanan Sosyal Destek, Çift Uyumu, İş Aile Çatışması ve Depresyon Üzerine Yapılan Çalışmalar	35
BÖLÜM 3	37
3.YÖNTEM.....	37
3.1 Örneklem.....	37
3.2 İşlem.....	38
3.3 Veri Toplama Araçları	39
3.3.1 Nicel Veri Toplama	39
3.3.1.1 Sosyodemografik Bilgi Formu	39
3.3.1.2 Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ).....	39
3.3.1.3 Çift Uyumu Ölçeği (ÇUÖ)	40
3.3.1.4 İş-Aile Çatışması Ölçeği (İAÇÖ)	40
3.3.1.5 Kısa Semptom Envanteri (KSE).....	41
3.3.2 Nitel Çalışma: Derinlemesine Mülakat	41
BÖLÜM 4	43
4.BULGULAR	43
4.1 Psikometrik Ölçümler	44
4.2 Korelasyon Analizleri	46
4.3 Karşılaştırma Analizleri.....	47
4.4 Regresyon Analizleri.....	49
4.5 Nitel Araştırma: Derinlemesine Mülakat Sonuçları.....	53
4.5.1 Annenin Çalışma Hayatı	55
4.5.2 Çalışmanın Etkisi	57
4.5.3 Çift Uyumu.....	58
4.5.4 Pandeminin Çiftlere Etkisi	60
BÖLÜM 5	60
5.TARTIŞMA	69
5.1 Çalışmanın Sınırlılıkları.....	76
5.2 Sonuç ve Öneriler	77
KAYNAKÇA	79
EKLER	95

ÖZGEÇMİŞ	110
-----------------------	------------

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 3.1 İllere göre katılımcı sayısı.....	38
Tablo 4.1 Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri	43
Tablo 4.1(Devamı) Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri	44
Tablo 4.2 Araştırmada kullanılan ölçeklerin normallik değerleri.....	45
Tablo 4.3 Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Psikometrik Özellikleri	46
Tablo 4.4 Değişkenlerin Birbirleri ile Korelasyon Değerleri.....	47
Tablo 4.5 Katılımcıların Hafa Sonu Çalışmalarına Göre Depresyon Toplam Puanlarına Ait Bağımsız Gruplar T Testi Sonuçları.....	48
Tablo 4.6 Katılımcıların Covid-19'dan Yakınlarını Kaybetmelerine Göre Depresyon Toplam Puanlarına Ait Bağımsız Gruplar T Testi Sonuçları	48
Tablo 4.7 Çift Uyumu, Çift Doyumu ve Sevgi Gösterimi Puanlarının Birlikte Depresyon Puanlarını Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi	49
Tablo 4.8 İş Aile Çatışması Puanının Depresyon Puanını Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi.....	49
Tablo 4.9 Eşten Algılanan Sosyal Destek Puanının Depresyon Puanını Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi	50
Tablo 4.10 Depresyonun Yordayıcılarına İlişkin Regresyon Analizi.....	51
Tablo 4.11 Çift Doyumunun, İş Aile Çatışması ve Kadınların Depresyonu Üzerindeki Yordayıcı Etkisi	52
Tablo 4.12 Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar	61
Tablo 4.12 (Devamı) Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar.....	62
Tablo 4.12 (Devamı) Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar.....	63
Tablo 4.12 (Devamı) Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar.....	64
Tablo 4.12 (Devamı) Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar.....	65
Tablo 4.12 (Devamı) Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar.....	66
Tablo 4.12 (Devamı) Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar.....	67

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 4.1 Çift doyumunun annenin depresyon düzeyi üzerindeki koruyucu etkisi.... 53

KISALTMALAR LİSTESİ

APA: American Psychological Association

COVID-19: Yeni Koronavirüs Hastalığı

ÇBASDÖ: Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

ÇUÖ: Çift Uyum Ölçeği

DSM: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

DSÖ: Dünya Sağlık Örgütü

İAÇÖ: İş Aile Çatışması Ölçeği

KSE: Kısa Semptom Envanteri

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

OECD: Organisation for Economic Co-operation and Development

BÖLÜM 1

1. GİRİŞ

Depresyon, bireyin işlevselliğini etkileyen, psikolojik ve sosyal alanlarda bireyi sınırlayan, yaşam kalitesini önemli ölçüde düşüren ve ciddi ekonomik ve toplumsal sonuçlara sebep olan yaygın bir hastalık olup ruh sağlığı alanında bilinen en eski rahatsızlıklardan biridir (Malhi ve Mann, 2018; Oral ve Tuncay, 2018). Dünya Sağlık Örgütü, majör depresyonun dünya genelindeki hastalık yükü sıralamasında üçüncü sırada olduğunu rapor ederken 2030 yılında birinci sıraya yükseleceğini öngörmektedir (Dünya Sağlık Örgütü [DSÖ], 2008).

Yeni koronavirüs hastalığı (Covid-19), dünya genelinde artan vaka sayıları neticesinde bir pandemi haline gelmiştir (DSÖ, 2020). İlk olarak fiziksel sağlığa etkileri olan bulaşıcı bir hastalık sebebi ile ortaya çıkmış olsa da Covid-19, zihinsel sağlık ve refah üzerinde derin bir etkiye sahip olmuştur (Pfefferbaum ve North., 2020). Ruh sağlığı ve Covid-19 ile ilgili yapılan araştırmalar, genel popülasyonda anksiyete ve depresyonun görülme sıklığının arttığına işaret etmektedir (Argüder ve ark., 2020; Ettmann ve ark., 2020; Hyland ve ark., 2020; Grey ve ark., 2020; Mazza ve ark., 2020).

Sosyal destek bireylerin yaşamlarının her döneminde ihtiyaç duyduğu bir unsurdur ancak özellikle salgın dönemleri gibi toplumun ve bireyin sağlığını tehlikeye sokan zamanlarda sosyal desteğe duyulan ihtiyaç daha da önem kazanmaktadır (Karal ve Biçer, 2020). Bu nedenle sosyal desteğin rolü pandemi sırasında gündeme daha da sık gelmeye başlamıştır. Sosyal destek unsurlarının insanların zorlu yaşam olayları ile baş etmelerinde destekleyici bir etkiye sahip olduğu görülebilmektedir (Karal ve Biçer, 2020). Pandemi dönemlerinde sosyal destek unsurlarının gücü ruh sağlığı sorunlarına karşı psikososyal olarak da koruyucu bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır (Grey ve ark., 2020).

Sosyal destek, kişinin aile, arkadaşlar, komşular, meslektaşlar, hükümet ve toplum gibi sosyal ağlarından destek alacağına dair daha önceki sosyal etkileşim deneyimlerine dayanan öznel bir görüşür (Cohen ve Wills, 1985). Sosyal destek ile ilişkili literatüre bakıldığında sosyal destek kavramının iki şekilde ifade edildiği görülmektedir. Bunlar, algılanan sosyal destek ve alınan sosyal destektir. Algılanan sosyal destek, bireylerin ihtiyaç duyduğu zamanda maddi, psikolojik ve genel destek sağlamak için arkadaşlarını, aile üyelerini nasıl algıladıklarının öznel değerlendirmesiyle ilgiliyken alınan destek, algılanan sosyal desteğin gerçek miktarı ile ilgilidir (Eagle ve ark., 2019). Greenhaus ve Beuttel (1985) yaptıkları araştırmanın sonucunda kadınların iş ve aile arasındaki rol çatışmasını, eşin ebeveynlik ya da ev işlerine katılımında verdiği destek ile azaltabileceğini bulmuşlardır. Fallahchai ve Fallahi (2022) yaptıkları çalışmada sosyal desteğin, stres faktörünün çift uyumu üzerindeki etkisini azalttığını bulmuş ve eşten algılanan sosyal desteğin, ebeveyn stresi ile çift uyumu arasındaki ilişkiyi koruyabildiğini belirtmişlerdir. Li, Long, Cao ve Cao (2017) tarafından yapılan çalışmada, kadınların eşlerinden, ailelerinden ve arkadaşlarından yeterli sosyal destek algıladıklarında duygusal olarak rahatladıkları görülmüştür.

İlişkilerde yaşanan sıkıntılar ile depresyon semptomları arasında ilişki olduğunu öne süren çalışmalara literatürde sık rastlanmaktadır (Alves, Fonseca, Canavarro ve Pereira 2018; Beach, Katz, Kim ve Brody, 2003; King ve Arnett, 2005; Parker, Tambling ve Campbell, 2012). Çift uyumu sağlık ve esenlik ile ilişkilendirilmekteyken çiftler arasındaki uyumsuzluk, hastalıklar ile ilişkilendirilmektedir (Zicavo ve Vera, 2011). Özellikle, çift uyumu zayıf olan bireylerin zaman içerisinde depresif belirtiler geliştirme ihtimalinin daha yüksek olduğu bilinmektedir (Parker ve ark., 2013).

Çift uyumu, çiftin sağlığının göstergesi olup çiftin, uyum, doyum, fikir birliği ve sevginin ifadesi gibi alanlarda ilişkilerinden ne ölçüde memnun olduklarını ifade eden bir kavramdır (Picon, Martín, Baena, Lara ve Salgado, 2021). Çift doyum kavramının yerine de kullanılan evlilik doyum, iletişim, eğlence, çatışmaların çözümü, maddi konular, dini yönelim, sosyal çevre, aile, cinsel ilişki, rol paylaşımı ve çocuk bakımı konularını içeren bir değerlendirme olarak tanımlanmaktadır (Fowers ve Olson, 1993).

Davila, Karney, Hall ve Bradbury (2003) tarafından gerçekleştirilen çalışmada depresif belirtiler ile çift doyum arasındaki ilişkinin iki yönlü olduğu, depresif

belirtilerin çift doyumundaki değişiklikleri öngörme olasılığı, çift doyumunun depresif belirtilerdeki değişiklikleri öngörme olasılığı kadar yüksek olduğu ortaya konmuştur. Whisman, Davila, ve Goodman (2011) yaptıkları çalışmada, daha yüksek düzeyde çift uyumu ve eş desteğinin, depresyon ve anksiyete semptomlarının azalmasıyla ilişkili olduğunu bulmuştur. Gatien, Too ve Cormier (2021) tarafından yapılan çalışmada da bir önceki araştırmanın bulguları desteklenmiş daha yüksek düzeyde çift uyumu ve evlilik desteğinin, depresyon ve anksiyete semptomlarının azalmasıyla ilişkili olduğu gösterilmiştir. Özgüç ve Tanrıveri (2018), depresyon düzeyi ve çift uyumunun ters orantılı olduğunu ve çift uyumunun depresyon düzeyinin anlamlı bir yordayıcısı olduğunu yaptıkları çalışma sonucunda bulmuşlardır. Çalışmacılar, çift uyumunun depresyon düzeyinin istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcısı olduğunu belirtmişlerdir. Parker ve ark. (2013) yaptıkları araştırma sonucunda, ilişkisel uyumu zayıf veya yüksek sıkıntılı katılımcıların, aynı zamanda kaçınmacı bağlanma inançlarına sahip olmaları durumunda depresif belirtiler yaşama olasılıklarının daha yüksek olduğunu bildirmişlerdir. Bir diğer çalışmada da Cano, Johansen, Leonard ve Hanawalt, (2005), ağrı kliniklerine başvuran hastalarda çift doyumunun depresyon ve anksiyete belirtileri ile güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu gözlemlemişlerdir. Aynı çalışmada, destekleyici ve iyi uyum gösteren bir ilişkinin, bireylerin duygusal refahını da arttırdığı bulunmuştur. Rodin (1994), geçmişte depresif dönemler geçirmiş, sosyal desteği zayıf olan kişilerde majör depresyon riskinin daha yüksek olduğunu bildirmektedir.

İş aile çatışmasının azalan yaşam doyumunu ve evlilik doyumunu üzerinde etkisi olduğu görülmektedir (Aryee, 1992). Evlilik doyumunu ise depresyonun güçlü bir yordayıcısı olup aynı zamanda da depresyonu depresif semptomolojiden daha güçlü bir şekilde yordamaktadır (Hollist, Miller, Falceto ve Fernandes, 2007). İş aile çatışmasının evlilik tatmini üzerinde etkisi olduğu görülürken evlilik tatmininin de depresyonu yordadığı ortaya konmuştur dolayısı ile iş aile çatışmasının kadınların depresyonunu pozitif yönde yordayacağı öngörülebilmektedir.

İş aile çatışması kavramı uzun yıllardır şirketlerin ana gündeminde yer almaktadır ancak bu kavram yalnızca şirketlerin değil çalışanlar ve onların aileleri için de önemli bir problem olmaya sürdürmektedir. İş aile çatışmasının gerek sağlık gerek ise örgütsel sonuçlara sahip olması bu konuyu önemli kılmaktadır (Şener ve Abunasser, 2020).

Stresli yaşam olaylarının hem tanı alan bireylerde hem de tanı almamış kişilerde psikolojik sorunlarla ilişkili olduğu bilinmektedir (Ilfeld, 1976). Psikolojik sıkıntı, depresyon, madde kötüye kullanımı, tükenmişlik ve somatik belirtiler iş aile çatışması ile ilişkilidir (Frone, 2000). Hem evdeki hem de işteki stresli yaşam deneyimlerinin depresyonun semptomları ile eşit derecede ilgili olduğu görülmektedir (Repetti ve Crosby, 1984).

Profesyonel yaşamdaki kadınlar için iş-aile çatışması ile depresyon arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır daha yüksek düzeyde iş-aile çatışması olan çalışan kadınların, daha yüksek depresyon düzeylerine sahip olma olasılığı vardır (Wang ve Peng, 2017). Rees (2002) iş yaşamında kadınların erkeklere göre daha fazla stresle karşılaştıklarını ortaya koymuş ve bunun temel nedeninin kadınların işlerine ve ailelerine karşı sorumluluklarını dengelemek zorunda olması olarak belirtmiştir.

Kadınların iş yaşamında yer almasındaki artış, bakım vermekle yükümlü olduğu yakınları olan çalışanlar gibi örgütlerin demografilerindeki değişikliklerin yanı sıra değişen teknolojik alt yapılar sebebi ile çalışanların uzaktan da işlerine devam ediyor olmaları, iş aile çatışmasını günümüzün sık karşılaşılan problemlerinden biri haline getirmektedir (Şener ve Abunasser, 2020).

İş aile çatışması ve çift uyumunun bir arada ele alan çalışmalara bakıldığında, sıklıkla bu iki kavram arasında olumsuz bir ilişki olduğuna rastlanılmaktadır. Örneğin, Wulandari, Hamzah ve Abbas (2018) tarafından yapılan çalışmada, iş-aile çatışması ile evlilik doyumu arasında bir ilişki olduğu iş aile çatışması ne kadar yüksekse, evlilik doyumunun o kadar düşük olduğu görülmüştür. Carroll, Hill, Yorgason, Larson, ve Sandberg (2013) gerçekleştirdikleri çalışmada iş aile çatışmasının evlilikten, çift olmak duyulan memnuniyeti olumsuz yönde etkilediğini belirtmektedirler. Allen, Herst, Bruck ve Sutton (2000), iş aile çatışması ve ilişki, aile, evlilik doyumu kavramları arasındaki ilişkinin incelendiği 67 makaleyi gözden geçirmiş, iş aile çatışması ile evlilik doyumu arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu ifade etmiştir.

Bu araştırmada, çift uyumunun, eşten algılanan sosyal destek ve iş aile çatışmasının kadınların depresyonu üzerindeki yordayıcı rolünü incelemek amaçlanmaktadır. Araştırmada çift uyumunun, eşten algılanan sosyal desteğin ve iş aile çatışmasının bir arada kadınların depresyonunu ne derece yordadığı belirlenecek olup çift uyumunun iş aile çatışması ve depresyon arasındaki ilişkideki koruyucu

rolüne bakılacaktır. Bu kapsam dahilinde üzerlerinde çalışılacak olan ve araştırmanın sonunda doğrulanması beklenen hipotezler aşağıda yer almaktadır.

1-) Hafta sonu çalışan annelerin depresyon skorları hafta sonu çalışmayan annelerin skorlarından daha yüksektir.

2-) Covid-19'dan yakınını kaybedenler ve kaybetmeyenlerin depresyon skorları arasında anlamlı bir fark vardır. Covid-19'dan yakınını kaybedenlerin depresyon skorlarının daha yüksek olması beklenmektedir.

3-) Covid-19 nedeniyle gelir durumunun azaldığını belirtenler ile gelir durumunda artış olduğunu belirtenler arasında anlamlı bir fark vardır. Covid-19 sebebiyle gelir azalması yaşayanların depresyon skorlarının daha yüksek olması beklenmektedir.

4-) Çift uyumu, çift doyumu ve sevgi gösterme birlikte kadınların depresyonunu negatif yönde yordamaktadır.

5-) İş aile çatışması kadınların depresyonunu pozitif yönde yordamaktadır.

6-) Eşten algılanan sosyal destek negatif yönde kadınların depresyonunu yordamaktadır.

7-) Çalışan annelerin çalışma süreleri ve eğitim düzeyleri kontrol edildiğinde eşten algılanan sosyal destek, çift uyumu, çift doyumu, sevgi gösterimi ve iş aile çatışması birlikte kadınların depresyonunu yordamaktadır.

8-) Çift uyumunun, çift doyumunun ve sevgi göstermenin, iş aile çatışması ve kadınların depresyonu arasındaki ilişkide koruyucu etkisi vardır.

1.1 Araştırmanın Önemi

Çift uyumu, eşten algılanan sosyal destek ve iş aile çatışmasının ruh sağlığı ile ilişkisine dair literatürde çalışmalar yer alsa da içinde bulunulan döneme göre farklı sonuçlar verebilecek bu kavramların Covid-19'un etkisi ile yeniden değerlendirilmesi gerekmektedir.

Ulusal ve uluslararası literatüre bakıldığında ruh sağlığı ile ilgili olduğu bilinen çift uyumu, eşten algılanan sosyal destek, ve iş aile çatışmasının pandemi sonrasında ruh sağlığı üzerindeki rolü az bilinmektedir. Çift uyumunun, eşten algılanan sosyal destek ve iş aile çatışmasının depresyona olan etkisinin anlaşılması depresyonun psikososyal faktörlerinin belirlenmesinde önemli rol oynayacaktır.

İlgili literatür incelendiğinde, araştırmaların çoğunlukla nicel araştırma deseni ile gerçekleştirildiği görölmektedir bu durum derinlemesine veri toplanmasına olanak tanımamaktadır. Nitel ve nicel desenin bir arada kullanıldığı bu çalışmanın önceki araştırmaların sınırlılıklarını ortadan kaldırması beklenmektedir.

BÖLÜM 2

2. KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1 Depresyon

Depresyon kelime anlamı ile çökkün, üzüntülü, bunalımlı hissetme ve yaşamsal etkinliklerde azalmayı ifade etmekte olup çeşitli bilişsel, duygudurum ve somatik belirtileri içeren çok boyutlu bir rahatsızlıktır (Çelik ve Hocaoğlu, 2016; Davidson, Rieckmann ve Rapp, 2005).

Depresyon hem psikiyatri alanında hem de günlük hayatta birden çok anlama sahiptir. Türkçapar (2019) depresyonun en sık kullanılan anlamlarını normal bir duygulanım olarak depresyon, ruhsal bir belirti olarak depresyon ve psikiyatrik bir hastalık olarak depresyon şeklinde sınıflandırmıştır. Bu sınıflandırmaya göre normal bir duygulanım olarak depresyon, herkeste ortaya çıkabilen, bir kayıp karşısında yaşanan hüznün hali olup olağan bir duygu anlamına gelmektedir. Ruhsal bir belirti olarak depresyon, kişinin günlük hayatında hüznün ile mutsuzluk duygusunun baskın olduğu normal olarak karşılanmayan bir duygudurum halini anlatmak amacı ile kullanılmaktadır. Depresyon bu hali ile bir belirti olup psikiyatrik rahatsızlıklar başta olmak üzere birden fazla rahatsızlık ile eş zamanlı görülebilmektedir. Son olarak psikiyatrik bir hastalık olarak depresyon, bir takım belirti kümeleri ile görülen zaman zaman döngüsel özellik gösterebilen ruhsal bir rahatsızlık anlamına gelmektedir (Zimmerman, 1986).

2.1.1 Depresyonun Epidemiyolojisi

Depresyon, bireyin işlevselliğini bozan ve toplumda en sık görülen psikiyatrik rahatsızlık olup genel popülasyonda görülme oranı %10'lardayken klinik

alandaki görülme sıklığı %20'lerdedir (Desai ve Jann, 2000; Kessing, 2007; Kessler ve Bromet, 2013). Dünya Sağlık Örgütü (2017) günümüzde yaklaşık 322 milyon kişinin depresyonla yaşadığını tahmin etmektedir. Dünya Ruh Sağlığı Araştırmasına göre 20 kişiden 1'nin depresyon atağı geçirdiği bildirilmektedir (DSÖ, 2012)

Danesh ve Landeen (2007) tarafından Kanada'da 5660 erkek ve 6716 kadın katılımcı ile yapılan çalışmada sosyodemografik özelliklere göre depresyonun görülme sıklığının incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre kadınların erkeklerden daha yüksek risk taşıdığı görülmektedir. Yaşa göre depresyonun görülme sıklığına bakıldığında en yaygın olarak %14.3 oranla 20 ile 24 yaş arasındaki bireylerde en az ise %4.3 oran ile 75 yaş üzerindeki bireylerde rastlanmaktadır. Medeni duruma göre depresyonun yaygınlığı değişiklik göstermektedir. En yüksek depresyon oranı boşanmış bireylerde görülmekteyken en düşük oran evli kişilerde görülmüştür. Eğitim düzeyi ile depresyon yaygınlık oranı incelendiğinde ortaokul altı seviyesinde eğitime sahip olanların %9.1 ile en düşük depresyon oranına sahip olduğu en yüksek depresyon oranı %13.4 ile lise sonrası eğitime sahip olanlarda olduğu görülmektedir. Gelir düzeyi ile depresyonun yaygınlığı arasında anlamlı bir ters ilişki olduğu bulunmuştur. 30 bin dolar gelir düzeyine kadar hane geliri ile depresyon arasında güçlü bir ters ilişki olduğu görülürken depresyonun yaşam boyunca en yüksek yaygınlık oranı %18.4 ile gelir düzeyi yılda 10 bin dolar altı olan hanelerde olduğu tespit edilmiştir.

Psikiyatrik ve genel örneklem incelendiğinde depresyon kadınlarda erkeklere kıyasla daha sık ve şiddetli olarak yaşanmaktadır (Angst ve ark., 2002; Desai ve Jann, 2000; Hyde, Mezulis ve Abramson, 2008; Kring, Davidson, Neale ve Johnson, 2012; Nolen-Hoeksema ve Jackson, 2001; Ünal ve ark., 2002; Repetti ve Crosby, 1984). Klinik örneklem incelendiğinde depresyondaki cinsiyet farkı 13 ile 15 yaşları arasında ortaya çıkmakta ve 15 ile 18 yaşlarında bu farkın arası genişlemektedir (Kring ve ark., 2012; Hankin ve ark., 1998). Cinsiyetler arasında görülen bu farkı açıklayan çalışmalar mevcuttur. Nolen-Hoeksema ve Jackson (2001) yaptığı çalışmada depresyonun kadınlarda daha sık görülmesine neden olan faktörleri açıklamıştır. Bu çalışmaya göre, kadınların toplumdaki güç eksikliği cinsel istismar başta olmak üzere kadınları travmalar karşısında erkeklerden daha savunmasız hale getirmektedir. Travmatik yaşantılar kadınları kendi yaşamlarını kontrol etmekte çaresiz hissettirerek dolaysız bir şekilde depresyonun ortaya çıkmasına katkıda bulunabilmektedir. Kadınlar genellikle tam zamanlı işlerde çalışıp aynı zamanda

çocuk bakımı ve ev işlerini yapmaktadırlar buna ek olarak kadınlar hasta ve yaşlı aile üyelerine de bakmak durumunda olabilmektedirler. Bu rollerin kadına aşırı yüklenmesinin kadınlarda “tükenmişlik” hissine ve depresif belirtiler de dahil olmak üzere kronik strese katkıda bulunduğu söylenmektedir. Kadınların yaşamları boyunca deneyimledikleri menstural döngü, hamilelik, doğum, perimenopoz ve menopoz gibi çeşitli fizyolojik değişiklikler psikososyal etkenlerle birlikte kadınları depresif bozukluklara karşı daha savunmasız kılmaktadır (Desai ve Jann, 2000). Kadınların erkeklerden daha fazla şiddet mağduru olması depresyondaki cinsiyet farkına neden olabilmektedir (Koss ve ark., 1994). Kadınların ülke içindeki siyasi, kültürel, ekonomik, eğitim gibi toplumsal hayatın pek çok alanında geri plandayken iş hayatında da sınırlı yere sahip olmaları ülkemizdeki kadınların refahını azaltmakla beraber yaşamdan aldıkları doyumunu düşürerek psikolojik rahatsızlıklara karşı onları kırılgan hale getirmektedir (Yaşar, 2007).

2.1.2 Depresyon Belirti ve Bulguları

Depresyon başta sosyal, aile ve iş yaşamı olmak üzere kişinin hayatını pek çok yönden etkilemektedir. Bireyin yaşamında hem psikolojik hem de fiziksel belirtilere neden olan depresyon, yeme düzeninde değişikliklere, fiziksel ağrılara ve şikâyetlere, enerji kaybına, isteksizliğe, uyku problemlerine, suçluluk duygularına yol açarak yaşamın pek çok alanını olumsuz yönde etkilemektedir (Türkçapar, 2019).

Depresyonun başlıca belirtisi derin bir üzüntülü hal ve zevk alamamadır (Kring ve ark., 2012). Kişi iş hayatından ve sosyal yaşamından zevk alamaz ve daha önceden ilgisini çeken unsurlara ilgi duyamaz hale gelmektedir (Çelik ve Hocaoğlu, 2016). Mutsuz ruh hali bireyin içinde bulunduğu şartların zorluğu ile orantılı olmadığına, bireyin baş edebilme kapasitesini aştığında ya da uzun sürdüğünde çökkün duygudurum hali ile ilgili bir semptomdan söz edilebilmektedir (Karamustafalıoğlu ve Yumrukçal, 2011). Depresyonun bir diğer özelliği çökkün duygudurum halinin olmasıdır (Çelik ve Hocaoğlu, 2016). Fiziksel semptomlar depresyonda yaygın olarak görülmekte ve kronik ağrılara neden olabilmektedir. Bu semptomlar arasında yorgunluk, sırt ağrısı kronik eklem ağrıları, gastrointestinal sorunlar, psikomotor aktivitede azalma ve iştahta değişiklikler yer almaktadır (Triverdi, 2004).

Depresyonun mutsuzluk, üzüntü ve keder duygularından farklı olduğunu belirlemek önemlidir çünkü depresyonda yaşanan bu duyguların süresi daha uzun ve yoğunluğu daha fazladır (Malhi ve Mann, 2018; Türkçapar, 2019). Depresif duygudurum, uyku sorunları, benlik sorunları ve psikomotor sorunlar, genç yetişkinler için intihar riskini öngörmektedir (Cui ve Fiske, 2020).

2.1.3 Depresyon Tanı ve Kriterleri

Yapılan araştırmalar ve klinik çalışmalar sonucunda depresif bozukluklar için tanı kriterleri belirlenmiştir. Uluslararası Hastalık Sınıflandırması (ICD) ve Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM) depresif bozuklukları teşhis etmek için yaygın olarak kullanılır ancak araştırmalar için baskın olan sınıflandırma sistemi DSM'dir. DSM ve ICD tanı kriter listelerine ek olarak, majör depresyonun şiddeti derecelendirme ölçekleri ile de ölçülebilmektedir (Malhi ve Mann, 2018).

Depresyon ifadesi başlı başına bir hastalık değil birden fazla alt gruptan oluşan hastalık kümesi anlamına gelmektedir (Demirbağ, 2013). DSM-5 (2013) depresif bozukluklar başlığında majör depresif bozukluk, süreğen depresif bozukluk (distimi), adet öncesi disforik bozukluk ve yıkıcı duygudurum düzensizlik bozukluğu tanımlamıştır.

DSM-5 majör depresif bozukluk için üzüntülü duygudurum ya da zevk kaybını da sayarak en az 5 belirti olması gerektiğini ifade eder.

- Çok fazla ya da çok az uyuma,
- Psikomotor yavaşlama ya da yerinde duramama
- Kilo kaybı ya da iştahta değişme
- Enerjinin kaybedilmesi
- Değersizlik ya da aşırı suçlu hissetme
- Odaklanma, düşünme ya da karar alma güçlüğü
- Yineleyen ölüm ya da özkıyım düşünceleridir.

Sıralanan belirtilerin 2 hafta süresince hemen her gün ve günün büyük çoğunluğunda yer alarak yas sürecindeki tepkiden ayrılması gerekmektedir. Ağır, orta ve hafif epizodik özellikleri olan majör depresif bozukluğun hafif ve orta semptomların görüldüğü süreğen depresif bozukluktan ayırt edilmesi gerekmektedir (Tezcan, 2000). DSM-5'e (2013) göre süreğen depresif bozukluk için en az 2 yıl boyunca ve günün yarısından fazlasında çökkün duygudurum hali görülür. Bu 2 yıl

süresince de aşağıdaki semptomlardan en az 2 tanesinin görülmesi gerekmektedir. Bu belirtilerin ortadan kalktığı 2 aydan fazla süre yaşanmamıştır.

İştahta azalma ya da aşırı yemek yeme

Çok az ya da çok fazla uyuma

Bireyin kendine güveninin azalması

Enerjide düşüklük

Odakta ya da karar almada güçlüklerin yaşanması

Umutsuzluk duyguları

Depresyon, tekrarlayıcı bir rahatsızlık olup tekrarlama riski, birbirini izleyen her atakta giderek artar ve iyileşme süresi azalır (Solomon ve ark., 2000). Tedavi edilen majör depresif bozukluğun tekrarlanma oranı 5 yıl sonra %60, 10 yıl sonra %67 ve 15 yıl sonra %85 olarak bulunmuştur (Hardeveld, Graaf ve Beekman, 2010). Depresyon, tedavi edilip remisyon sağlansa dahi tüm semptomlar nadiren ortadan kalkmaktadır. Bilişsel bozulmalar ve sosyal işlevsizlik devam ederek kişinin performansını azaltabilmekte dolayısı ile de önemli sorunlara yol açabilmektedir (Lepine ve Briley, 2011). Depresyonun gerek kişinin yaşamı için tehdit oluşturması gerek hayat kalitesini düşürmesi sebebiyle teşhis edilmesi ve tanı konulması oldukça önemlidir. (Dikici, Aşçıbaşı ve Aydemir, 2017).

2.2 Eşten Algılanan Sosyal Destek

Sosyal ilişkiler, yaşam boyunca önemli psikolojik, sosyal ve davranışsal işlevlere hizmet ederek yaşamın her yerinde bulunan bir yapıdır (Uchino, Cacioppo ve Glaser, 1996). Sosyal bir ağın parçası olmak ve gerektiğinde sosyal destek alabilmek en önemli insani ihtiyaçlarımızdan biridir (Wills, 1991).

Algılanan sosyal destek, bireyin kendisi için önemli olan kişiler tarafından bakıldığını, sevildiğini, saygı duyulduğunu ve değer verildiğini algılama derecesini ifade etmektedir (Taylor ve ark., 2004). Algılanan destek, bir kişinin gerektiğinde alacağı yardım ya da empatinin hazır olduğuna dair inancıdır (Sarason ve Sarason, 1985). Sosyal destek genellikle güvenilebileceğimiz, bizi önemsediklerini, değer verdiklerini ve sevdiklerini bildiren insanların varlığı olarak tanımlanabilir (Sarason, Levine, Basham ve Sarason, 1983). Sosyal destek, en az iki kişi arasında güven, ilgi, empati, sevgi, zaman, enerji, maddiyat, tavsiye ve önerileri alışveriş etmeyi içermektedir (House, 1981).

Eşten algılanan sosyal destek, ihtiyaç duyulduğu zamanda ihtiyaç duyulduğu şekilde eşlerin birbirine destek vermesi olarak ifade edilmektedir. Eşten algılanan desteğin yeterliliğinin, evlilik kalitesi, depresif semptomatoloji ve algılanan stres ile ilişkili olduğu görülmektedir (Dehle, Larsen ve Landers., 2001). Birbirinden destek gören eşler hem duygusal hem de bilişsel olarak daha güçlü bir ilişki kurmakta olup ilişkilerindeki çözümsüzlükleri, stresi ve çatışmaları önleyebilmektedirler (Çağ ve Yıldırım, 2003)

Wethington ve Kessler (1986) algılanan sosyal desteğin alınan desteğe göre stresli yaşam olaylarına uyumun daha güçlü bir yordayıcısı olduğunu ifade etmektedirler. Wethington ve Kessler ile benzer olarak Cohen ve ark. (1985) algılanan sosyal desteğin stres ve benlik saygısı üzerinde gerçekte olan desteğe göre daha iyi bir yordayıcı olduğunu kabul etmektedirler. Taylor ve ark. (2004) bu bulguların birkaç olası nedenini belirtmektedir. Sosyal destek aşırı müdahaleci olduğunda stresi arttırabilmektedir (Shumaker ve Hill, 1991). Bir başkasına destek verme çabaları, desteği alan kişi tarafından kontrol edici ve müdahale edici olarak algılanabilir (Lewis ve Rook, 1999). Sosyal ağdaki birinin sağladığı destek, ihtiyaç duyulan ile aynı olmayabilmektedir (Thoits, 1986). Sosyal ağdan gelen destek alıcının ihtiyaçlarını karşılamada başarısız olabilmektedir (Cohen ve McKay, 1984; Cohen ve Wills, 1985). Bu sebepler dikkate alındığında algılanan sosyal desteğin aslında var olan sosyal destekten daha fazla yarar sağladığı düşünülebilir çünkü tek başına, stresli ve zor anlarda destek alabilecek birilerinin varlığını bilmek, kişinin yardım ya da rahatlık sağlamak için sosyal ilişkilerini kullanmasından daha yararlı olabilmektedir (Taylor ve ark., 2004).

2.2.1 Sosyal Desteğin Sınıflandırılması

Sosyal destek, bilgilendirici, araçsal ve duygusal destek olmak üzere birkaç farklı şekilde sınıflandırılmaktadır (Helgeson, 2003; House, 1985; Ostberg ve Lennartsson, 2007).

Bilgisel destek, bir kişi yardım ettiğinde ortaya çıkmaktadır. Stresli bir durumu ya da olayı daha iyi anlamak ve bununla başa çıkmak için başka kaynaklara da ihtiyaç duyulabilir (Helgeson, 2003). Bilgi desteği literatürü, yapılan açıklamaların insanların bir problemle başa çıkmalarına yardımcı olduğunu ileri sürmektedir (Folkman, Lazarus, Schetter, DeLongis ve Gruen, 1986).

Araçsal ya da somut olarak adlandırılan bu destek, hizmet ve mali yardım gibi somut sosyal yardımları içermektedir (Helgeson, 2003). Yardım arayan kişiye ihtiyacı olan parayı ya da borcu vermek veya bir teklif sunmak gibi fiziksel bir yardımı ifade etmektedir (Barbee ve Cunningham, 1995). Araçsal destek, somut ihtiyaçlara yönelik yardım anlamına gelir ve para veya emek yardımı olarak tanımlanır (House, 1981). Araçsal destek ile yardım alanın refahı artarken yardım edenin refahı duygusal olarak da destek sağlamış olduğu için artmaktadır (Morelli, Lee, Arnn ve Zaki, 2015).

Duygusal destek, başka bir bireye sıcaklık, bakım sağlamayı ve kişinin önemsendiği değerli bir kişi olduğuna dair güvence vermeyi içerir (Helgeson, 2003). Duygusal destek, sevecenlik, empati, saygılı bir iletişimi içermekte ve genellikle destek verenin duygusal bir yanıt vermesini ifade etmektedir (Batson, Duncan, Ackerman, Buckley ve Birch, 1981; Cohen ve Wills, 1985). Duygusal destek çoğu zaman kişinin problemler hakkında konuşabileceği kendine güvenen bir başkası tarafından sağlanmaktadır (Berkman, Glass, Brissette ve Seeman, 2000). Etkileşim, duygusal olarak destekleyici olarak görüldüğünde, destek alanın etkileşimi destekleyici olarak değerlendirme olasılığı daha yüksek olmaktadır (Semmer ve ark., 2008).

2.2.2 Sosyal Destek ve Sağlık

Sosyal destek, destek alan kişinin ihtiyaçlarına uygun olarak algılandığında ve kişinin anlaşıldığını, onaylandığını ve önemsendiğini hissettirdiğinde fiziksel ve ruhsal sağlık üzerindeki en etkili etmenlerden biridir (Cohen ve Wills, 1985).

Günlük yaşamlarında sıklıkla stresli olaylar yaşayan kişiler, olumsuz yaşam deneyimleri ile baş etmede sosyal destek unsurlarına başvurumaktadırlar (Brailovskaia ve ark., 2018). Yapılan çalışmalar hem zihinsel hem de fiziksel sağlığımız için sosyal desteğin önemini vurgulamaktadır (Uchino ve ark., 1996; Stice, Ragan ve Randall, 2004). Sosyal desteğin stresi azalttığı, refahı artırdığı, rahatsızlıkların şiddetini azalttığı ve iyileşmeyi hızlandırdığı uzun zamandır bilinmektedir (Taylor ve ark., 2004). Bireyin sosyal desteğe sahip olmaması ve yalnızlık ile yüksek ölüm oranları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (Holt-Lunstad, Smith ve Layton, 2010). Sosyal yalnızlık, kişinin sosyal ağlara sahip olmayıp bütünleştirici ilişkilerden yoksun olması anlamına gelmekle birlikte sosyal yalnızlık bunaltı ve dışlanma

duygularına yol açabilmektedir (Gierveld ve Tilburg, 2006). Yalnız kalmamak ve sosyalleşme ihtiyacını gidermek amacıyla insanlar sosyal destek alabilecekleri bir sosyal ağ aramaktadırlar (Baumeister ve Leary, 1995).

Sosyal desteğe sahip olmayan bireylerin çeşitli ruhsal bozukluklara yatkın olduğu görülmektedir (Iecovich ve ark., 2004). Ruh sağlığı üzerine yapılan çalışmalar, sosyal desteğin varlığı ile depresif belirtiler arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir (Lincoln, Chatters ve Taylor, 2005). Bireyin sosyal destek unsurlarına sahip olması stres ve depresyon üzerinde azaltıcı etki gösterirken morali ve iyilik halini arttırmaya yardımcı olmaktadır (Litwin, 2000). Wang, Mann, Evans ve Johnson (2018) tarafından yapılan meta analiz çalışması sonucunda algılanan sosyal desteğin zayıf olması depresyon hastalarında semptomların kötüleşmesi ile ilişkili olduğu bulunurken iyileşme ile işlevsellik açısından da olumsuz sonuçları olduğu görülmüştür. Bipolar ve anksiyete bozukluklarında da benzer bir ilişki olduğuna dair kanıtlar sunulmuş olup sosyal desteğin varlığının şizofreni hastalarının yaşam kalitelerini ve işlevselliğini arttırdığı tespit edilmiştir. Afrikalı Amerikalılar ile yapılan çalışmalar sosyal destek ve ruh sağlığı ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Nguyen ve ark. 2015).

Sosyal desteğin fiziksel sağlık sorunlarının güçlü bir yordayıcısı olduğu bilinmektedir (Holt-Lunstad ve ark. 2010). Sosyal destek, stres yaşanmasını önleyerek, duygusal durumları etkileyerek ya da davranışları değiştirerek sağlığa fayda sağlayabilmektedir (Cohen, 1988) Sosyal destek bağışıklık sistemi üzerindeki hormonal ve nöroendokrin etkilerle doğrudan etkili olabileceği gibi, yaşam tarzı ve sağlık davranışları yoluyla da dolaylı etkiler meydana gelebilmektedir (Connell, Davis, Gallant ve Sharpe, 1994). Sosyal destek ve fiziksel sağlık arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Sosyal destek, bağışıklık, endokrin ve kardiyovasküler hastalıkların iyileşmesinde ve sağlığın korunmasında önemli bir yere sahiptir (Helgeson ve Cohen, 1996). Bu bulguya benzer olarak Cassel (1976) sosyal destek ile koroner kalp hastalığı, kanser ve bulaşıcı hastalıklar arasında ilişkiler olduğunu ve bireyin sosyal destek ağlarına sahip olmasının bu hastalıkların gidişatını etkilediğini ifade etmiştir.

2.2.3 Sosyal Destek ve Kültür

Sosyal destek kültürler arasında farklı algılanmaktadır ve kültürün beklentileri ile tutarlı bir şekilde ortaya çıktığında etkili olmaktadır (Kim, 2010). Kültür, bireylerin sosyal destek türleri (örneğin, destekleyici iletişim, sosyal arkadaşlık ve somut destek) tercihlerini şekillendirmektedir (Wong ve Lu, 2016).

Kültür, ortak dil, tarihsel dönem ve coğrafi bölgeye sahip olan bireyler arasında bulunan ortak tutumlar, inançlar, kategoriler, beklentiler, normlar, roller, tanımlamalar ve değerlerdir (Triandis, 1972). Kültürü kavramsallaştırmak amacıyla yaygın olarak kullanılan kavramlar bireysellik ve toplulukçuluktur (Trandis, 1995). Toplulukçuluk ya da kolektivizm, kendilerini aile, iş arkadaşları, kabile, ulus gibi bir veya birden fazla kolektifin parçası olarak gören birbiri ile yakından bağlantılı bireylerden oluşan sosyal bir örüntü olarak ifade edilebilir (Trandis, 1995). Bireycilik, kendilerini kolektiflerden bağımsız olarak gören, birbirlerine sıkı biçimde bağlı olmayan bireylerden oluşan bir sosyal kalıp şeklinde tanımlanabilir (Trandis, 1995).

Bireyci toplumlarda başarılı olma, yapılan tercihler, amaçlar ve mülkiyet kişisel olarak önem görmektedir. Kişi tutumlarında ve yaklaşımlarında bireysel faydasını gözetmektedir. Bireyci kültürde, kişiler arasındaki farklar vurgulanmaktadır ve ilişkiler esnek olup eşitlikçidir (Kahveci ve Sever, 2016). Toplulukçu kültürde, bireysel farklılıklar değil sosyal benzerlikler önem kazanmaktadır. Ait olunan toplumun başarısı, amaçları, kuralları dikkate alınırken itaatkar olmak ve ortak mülkiyet gözetilmektedir. Kişilerarası ilişkide hiyerarşi dikkate alınır (Korostelina, 2007). Toplulukçu kültürdeki birey üyesi olduğu grubu yaşamının merkezinde tutmaktadır. Bu kültürde, sosyalleşmek, dayanışmak ve karşılıklı ilişkilere sahip olmak önemlidir (Trandis, 2001).

Kültürün sosyal destek üzerindeki etkisine literatürde sık rastlanılmamaktadır (Goodwin ve Plaza, 2000). Bireycilik ve kolektivizm, başa çıkma ve sosyal destekle ilgili davranışları etkilemektedir (Frias, Shaver ve Loving, 2013). Farklı kültürlerin farklı amaçları ve kuralları olduğu için bazı sosyal destek biçimleri farklı kültürel geçmişli olan bireyler tarafından farklı yorumlanabilmektedir. Örneğin, stresli bir durum ile karşılaşıldığında, tavsiye ya da yardım almak kolektivist kültürün bir üyesi için duyarlı bir davranış olarak nitelendirilebilirken bireyci kültürden gelen biri için rahatsız edici olarak algılanabilir (Campos ve Kim, 2017). Toplulukçu kültür

özelliklerine sahip bir toplumun üyesi, stresli olayları paylaşmayı ve sosyal destek aramayı tercih edebilir, çünkü kendi benliğini temelde diğerlerine bağlı olarak görmektedir (Markus ve Kitayama, 1991). Sosyal destek aramaktan kaçınma ve kaçınma davranışı gösteren insanlarda olumsuz duyguları deneyimleme eğilimi kolektivist toplum tarafından kısmen ortadan kaldırılabilir (Frias ve ark., 2013).

Sosyal desteğin sınıflandırılmasında yer alan duygusal ve araçsal destek biçimleri kültürler arasında farklı değerlendirilmektedir (Wu, Kim ve Collins, 2021). Bu kültürel farklılıklar, bireylerin sosyal destek biçimlerine yönelik tercihlerini etkilemektedir. Örneğin, duygunun sözlü olarak ifade edilmesi Batı kültürlerinde destek aramak için yaygın olarak kullanılmakta ve olumlu psikolojik sonuçlarla ilişkilendirilmektedir (Gross ve John, 2003). Doğu Asya kültürlerinde ise duyguların ifade edilmesi daha az onay görmektedir ve psikolojik faydası daha azdır (Butler, Lee ve Gross, 2007).

Araçsal sosyal desteğin, kolektivist kültürlere daha uygun olduğu söylenebilir (Wu ve ark., 2021). Kolektivist kültürlerdeki bireyler, araçsal desteği bireyci kültürlerdeki bireylere kıyasla daha fazla değer verme eğilimindedir (Burlison, 2003). Kolektivist kültürlerde, başarılar ve zorluklar kişinin yakın çevresi ile arasında çok fazla kişisel sınır duygusu olmaksızın paylaşılmaktadır (Markus ve Kitayama, 1991). Taylor ve ark. (2004), Asyalılar ve Asyalı Amerikalılar, stresle başa çıkmak için Avrupalı Amerikalılardan daha fazla mı yoksa daha az mı sosyal destek arıyor sorusunu yanıtlamak için bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Araştırma sonucunda, Amerika Birleşik Devletleri'ndeki Asyalılar ve Asyalı Amerikalılar, Avrupalı Amerikalılara göre stresle başa çıkmak için sosyal desteği daha az kullandıkları bulunmuştur.

2.3 İş Aile Çatışması

Günümüzde insanlar yaşamlarının büyük bir kısmını işte ve aile içinde geçirmektedir bu nedenle iş ve aile insan yaşamının en önemli iki parçasını oluşturmaktadır (Michel, Kotrba, Mitchelson, Clark ve Baltes, 2011). İş aile çatışması bireyin ve toplumun refahını olumsuz yönde etkilemesi ve örgütler üzerindeki negatif etkileri iş aile çatışmasını araştırmacılar tarafından son on yıldır

daha fazla ilgilenilen bir konu haline gelmiştir (Lu ve ark., 2009; Mansour ve Tremblay, 2016).

2.3.1 Aile Kavramı

Lestari (2012) aileyi tanımlarken 3 farklı bakış açısına değinmektedir. İlki, aileyi anne, baba, çocuklar ve diğer akrabalar gibi birilerinin varlığına bağlı olarak tanımlayan yapısal aile tanımıdır. Yapısal aile bakış açısı, ailenin bir parçasını oluşturan kişiye odaklanmaktadır. İkincisi, işlevsel aile tanımı olup ailenin psikososyal işlevlerini yerine getirmesine vurgu yapılmaktadır. İşlev ifadesi ile ailenin sosyalleşmesi, duygusal ve maddi olarak aile üyelerinin desteklenmesi ve belirli rollerin yerine getirilmesi vurgulanmaktadır. Son olarak, aileyi davranışları ile birbirine yakınlık geliştiren grup olarak tanımlayan etkileşimci aile tanımı, ailenin işlevlerini nasıl yerine getirdiğine odaklanmaktadır.

2.3.2 İş ve Aile Çatışması Kavramı

İş aile çatışması, iş ve aile alanlarından gelen rol baskılarının bir noktaya kadar karşılıklı olarak uyumsuz olduğu bir çeşit roller arası çatışmadır (Kahn, 1964). İş aile çatışması, iş ve aile rollerindeki baskıların birbiri ile uyumsuz olduğu durumda yaşanan roller arası bir çatışma biçimidir. İş aile çatışmasında bir role sahip olmak, bir başka role dahil olmayı daha zor hale getirmektedir (Greenhaus ve Beutell, 1985). Lu, Siu, Spector ve Shi (2005) ise iş aile çatışmasını bireyin iş ve aile hayatının birbiri içine geçmesi olarak ifade etmektedir. Frone, Russel ve Barnes (1996) bir işte beklenen taleplerin, ailenin işleyişini olumsuz yönde etkilemesi sonucu ortaya çıkan çelişkiyi tanımlamak için iş aile çatışması ifadesini kullanmışlardır. Bu çatışmanın temel özelliği iki yönlü olmasıdır çünkü iş rolü ev rolünü etkilerken ev rolü de iş rolünü etkilemektedir (Kinnunen, Feldt, Mauno ve Rantanen, 2010).

İş ve aile çatışmaları üzerine yapılan araştırmalar, aynı anda eş, ebeveyn ve çalışan olmak gibi farklı yaşam alanlarında birden fazla rol üstlenmenin etkilerini ele almaktadır (Kahn, 1964). İş hayatı ve aile yaşamı arasında denge kurmak için çaba gösterilirken, çalışanlar kariyerlerine mi yoksa aile hayatlarına mı öncelik verecekleri hakkında çoğu zaman çatışma yaşamakta ve ikilemde kalmaktadırlar. Bu kariyer ve aile arasındaki beklentilerin birbiriyle uyuşmuyor olması aynı anda yerine getirilmesi gereken iki rolü dengelemeye çalışan insanlar üzerinde baskı oluşturabilmektedir

(Jamadin, Mohamad, Syarkawi ve Noordin, 2015). İş, aileyi maddi yönden desteklediği gibi aile yaşantısında bir takım zorluklara da neden olabilmektedir (Mustafayeva, 2013). İş aile çatışmasının bireyde gerginlikle, aile içinde stresle ve örgütte işe bağlılığın azalması ile ilişkili olduğu görülmektedir bu nedenle iş aile çatışması bireyin hayatını olumsuz olarak birçok yönden etkilemektedir (Kinnunen ve ark., 2010).

İş ve aile yaşamını bir arada yürütmenin zorluğu çalışan çoğu bireyin günlük yaşamının bir parçasıdır. Bu zorluk gelir düzeyine, mesleğe, yaşamın hangi döneminde olduklarına bağlı olarak değişiklik gösterse de tüm sosyoekonomik düzeyleri kapsamakta ve hem kadınlar hem de erkekler tarafından doğrudan hissedilmektedir (Bailyn, Drago, Kochan, 2001).

İş ve aile hayatı her zaman birbirine bağımlı olmuştur, ancak kadınların artan istihdamı, uzun mesai saatleri, günümüzün küreselleşen ekonomisi ve yetersiz gelir düzeyi, bu karşılıklı bağımlılığı hem daha görünür hem de daha problemlilik kılmıştır (Bailyn ve ark., 2001). Williams ve Boushey (2010) tarafından yapılan çalışma sonucunda Amerikan annelerin % 90'ı Amerikan babaların % 95'i iş aile çatışması yaşadığı bulunmuştur. İş ve aile çatışması her meslekte görülebilmekteyken özellikle öğretmenler ve eğitimciler arasında daha yaygındır (Gu, You ve Wang, 2020).

İş aile çatışmasının en yaygın nedenlerinden biri işle ilgili stres ve gerginliğin ev içinde de ortaya çıkmasıdır bunun sonucu olarak, bireyin işte yaşadığı stres ve gerginlikten uzaklaşma olasılığı azalmaktadır (Peeters, Montgomery, Bakker ve Schaufeli, 2005). Ailenin ekonomik geçiminin tek bir kişi tarafından sağlanması gerektiğine dayanan eski anlayış ve bu anlayışın aile tarafından günümüzde destekleniyor olması iş aile çatışmasına temel oluşturan nedenlerden biridir. Günümüzde eşlerin ikisinin de çalıştığı aile yapıları artmakta olup kadınların eşlerinden daha uzun saatler çalışabildiği daha fazla kazanç sağlayabildiği dikkate alınmamaktadır bu durum da iş aile çatışmasına neden olabilmektedir (Bailyn ve ark., 2001). Kadınların iş yaşamında daha fazla yer edinmeleri, aile yapılarında değişikliklerin meydana gelmesi, işteki görev ve sorumlulukların farklı lokasyonlarda yapılmasına olanak veren teknolojik değişiklikler iş ve ev yaşamının sınırlarını esnetmiştir. Bu durum pek çok çalışanın iş ve aile hayatı arasında çatışma ve anlaşmazlık problemleri yaşamasına neden olmaktadır (Peeters ve ark., 2005).

2.3.3 İş ve Aile Çatışmasının Sınıflandırılması

İş ve aile çatışmasının üç farklı şekilde ortaya çıkabileceği Greenhaus ve Beutell (1985) tarafından ortaya konmuştur. Bu üç çatışma, davranışa dayalı, zamana dayalı ve gerginliğe dayalı olarak ifade edilmektedir.

Davranışa dayalı çatışma, kişinin işteki ve aile içindeki rollerinde beklenen davranışlar arasındaki uyumsuzluğu ifade etmektedir ve bu durum daha sonra bireyin rol performansında bozulmalara neden olmaktadır (Greenhaus ve Beutell, 1985). Bu durumu çalışmacılar, yönetici rolündeki birinin iş rolü gereği agresif ve nesnel bir şekilde hareket ettiğini fakat aile içinde anne, baba ya da eş rolüdeyken sıcak ve besleyici olmasının beklenmesi olarak örneklendirmişlerdir.

Zamana dayalı iş-aile çatışması, işteki rolün gerektirdiği talepleri karşılamak için harcanan zaman sonucunda çalışanın ailedeki rolünün taleplerini karşılaması için çok az zaman kaynağına sahip olduğu bir durumu yansıtmaktadır (Carlson, Kacmar ve Williams, 2000). Bu durum evde gerekli görevleri yerine getirmeyi zorlaştırmakta ve planları değiştirmeyi gerektirmenin yanı sıra, gerçekten orada olamamak ve aile üyelerini desteklemek için zaman ayıramama ile neticelenmektedir. (Edwards ve Rothbard, 2000). Aynı zamanda araya giren iş problemleri sebebiyle aile üleriyle yeterince zaman geçirememek, çalışanların ruh hallerine olumsuz yansımakta ve aile rolünden daha düşük memnuniyet duymaları ile sonuçlanabilmektedir.

Gerginlik temelli iş ve aile çatışması yaşayan çalışanlar, iş rollerinin gerektirdiklerini yerine getirmekle zihinsel olarak oldukça meşgul ve streslidir, işle ilgili konulardan ayrılamamaktadırlar ve iş rolünün getirdiği aşırı iş yükü diğer aile üyelerini psikolojik olarak destekleyebilmek ve onlara konsantre olmak için zihinsel olarak az potansiyel kalmasına neden olmaktadır (Carlson ve ark., 2000).

2.3.4 İş ve Aile Çatışması ile İlgili Kuramlar

İş ve aile çatışmasını açıklamak amacıyla çok sayıda kuram geliştirilmiştir. Rol kuramı, birden fazla role sahip olmanın stresli çatışmalara yol açtığını, çünkü farklı rollerin karşıt baskılar yarattığını belirtmektedir (Kahn, 1964). Rol gerilimi yaklaşımı ile insanların sınırlı zaman ve enerjiye sahip olduğu temel bir varsayım olarak ele alındığında, bireyin daha fazla görevi yerine getirmesi gerekir ve farklı rollerden gelen uyumsuz talepler ne kadar fazlaysa, öncelikleri belirleme ve diğer taraflarla müzakere etme ihtiyacı da o kadar artmaktadır (Goode, 1960). Sonuç olarak, bir

kişinin tüm beklentileri karşılama ihtimali azalmakta bu durum da rol çatışmalarının ve gerginliğin büyümesine sebep olmaktadır.

Çift gelirli ev yapısının artmasıyla birlikte aile ve iş hayatı birbirine doğru itilmektedir bu durum yayılma teorisi olarak adlandırılmaktadır (Stevens, Minnotte, Mannon ve Kiger, 2007). Yayılma teorisi, iş ortamında meydana gelenler ile aile ortamında meydana gelenler arasında bir benzerlik olduğunu işte mutluluğun evde mutluluğa yol açtığını iddia etmektedir (Staines, 1980). Stevens ve ark. (2007) yayılmanın yalnızca negatif değil pozitif de olacağını vurgulamaktadır. Bu teoriye göre, iş ve aile yaşantıları arasında doğrusal bir ilişki olduğu söylenmektedir. İş ya da ev hayatındaki olumlu bir yaşantı diğer alanı da olumlu yönde etkilerken olumsuz bir yaşantı da öteki alanı olumsuz olarak etkilemektedir (Mustafayeva, 2013).

Tazminat, bir alandaki memnuniyetsizliği başka bir alanda tatmin arayarak dengeleme çabasını temsil etmektedir (Burke ve Greenglass, 1987). Tazminat teorisine göre, iş ve aile yaşantılarındaki deneyimlerin birbiri ile zıt olma eğilimi göstereceği söylenmektedir (Staines, 1980). Bu teoriye göre, bireyin kendine yaptığı yatırım her iki ortamda da değişiklik gösterdiğinden birinde eksik olan bir nokta diğer alanda tamamlanmaktadır (Evans ve Bartolome, 1984).

Literatürde uyum, uygunluk olarak da adlandırılan eşleşim teorisi, iş ya da aile alanları ile doğrudan ilişkili bulunmayan etkenlerin iş ve aile rolleri arasındaki dengeyi nasıl etkileyebileceğine odaklanmaktadır (Zedeck, 1992, akt: Mustafayeva, 2013). Bu etkenler arasında kişilik, genetik, bağlam, davranış ve sosyokültürel bileşenler gibi faktörler yer almaktadır.

2.3.5 Pandemi ve İş Aile Çatışması

Covid-19 salgını yaşamın pek çok alanını değiştirdiği gibi çalışma koşullarını da değiştirmiştir. Covid-19'a karşı ülkelerin aldığı halk sağlığı önlemlerinin sonucu olarak daha fazla insan evde çalışmaya başlamış ve yeni bir çalışma düzeni ortaya çıkmıştır (Douglas, Katikireddi, Taulbuit, McKee ve McCartney, 2020). Ulusal ve yerel korunma politikalarına bağlı olarak şirketler, kuruluşlar ve kurumlar, çalışanlarını güvende tutmak için evde uzaktan çalışma sistemini uygulamaya başlamışlardır (Xiao, Gerber, Lucas ve Roll, 2021).

Evden çalışan bireyler, iş yaşamlarını diğer aile üyelerinin çalışma programlarına göre dengelenmek durumunda kalmaktadırlar. Bazı ebeveynlerin

mesai saatleri içinde ev işleriyle ilgilenmeleri ve iş toplantıları arasında çocukları ile ilgilenmeleri söz konusudur bu durum iş ve özel yaşam sınırlarını geçiren bir hale getirmektedir (Messenger, 2017). Bazı durumlarda, ebeveynler, işe konsantre olabilmek ve çalışırken işlerinin kesilmelerinden kaçınabilmek için uyku saatlerini feda etmeyi ya da sabahın erken saatlerinde çalışmayı seçebilmektedirler (Thompson, 2020). Türkiye'de çalışan birçok kadın iş hayatının sorumluluklarını yerine getirmenin yanı sıra çocuklarına veya yaşlı yakınlarına bakmak gibi sorumluluklar üstlenmektedir, bu sorumluluklar kadınların günlerini etkin bir şekilde ikiye bölmelerini zorunlu kılmaktadır (Karakose, Yirci ve Papadakis, 2021). Ülkemiz gibi ataerkil aile özellikleri gösteren toplumlarda, bakım veren rolü kadınlara özgü olarak görülmektedir. Çocuğa bakım verme ve yetiştirme sorumluluğunu üstlenen ebeveyn diğer ebeveyne göre iş ve yaşam çatışmasını daha fazla deneyimlemektedir (Uşem, 2020). İş ile aile arasındaki çatışmaların devam etmesi duygusal tükenmeye yol açabilmektedir (Vander ve ark., 2017).

Graham ve ark. (2021) tarafından gerçekleştirilen çalışmada Covid-19 pandemisi sırasında evde çalışmanın cinsiyet ve ebeveyn sorumluluğu üzerindeki etkileri iş-aile çatışması ile birlikte ele alınmıştır. Araştırma sonucunda, evden çalışma saatleri içinde evde çocukların bulunması ile iş aile çatışmasının arttığı görülmüştür ancak ev işlerindeki yükümlülüklerin bölünmesiyle artan memnuniyet sonucu iş aile çatışması azalmıştır.

Andrade ve Lousa (2021) yaptıkları çalışmada Covid-19'un getirdiği kısıtlamaların iş aile çatışmasına etkilerini incelemişlerdir. Araştırmacılar, normal koşullar altında uzaktan çalışmanın iş ve aile yaşamının entegre olmasında fayda sağlayabileceğini ancak Covid-19 karantinası sırasında zorunlu uzaktan çalışmanın, iş ve aile alanları arasında çatışma yaratma potansiyeli olduğunu ifade etmişlerdir. Yaptıkları regresyon sonuçları, rol yükünün aşırı olması, mesai saatleri dışında da işle ilgili çalışmaların devam etmesi ve iş yerinde özerk olamamak gibi faktörlerin iş aile çatışmasını yordadığını göstermektedir.

Covid-19'un yayılmasını yavaşlatmak amacıyla okullar uzaktan eğitim sistemine geçiş yapmıştır (UNESCO, 2020). Uzaktan eğitime geçilmesiyle, birçok ebeveyn evden çalışmaya, işsizliğe, pandemi ile ilgili diğer stres faktörlerine uyum sağlamaya çalışırken çocuklarının yeni eğitim düzenine de uyum sağlamak zorunda kalmıştır. Uzaktan eğitim, birçok ebeveyni, özellikle de anneleri, ebeveyn ve çalışan rollerine ek olarak öğretmen rolünü de benimsemeye zorlamıştır (Bariola ve Collins

2021). Bu bulguyu destekleyen bir çalışma APA (2020) tarafından yapılmıştır. Çalışmada, 18 yaş altı çocukların ve gençlerin yaşamlarındaki Covid-19'un neden olduğu aksaklıkların, Amerikalı ebeveynlerin stres düzeyleri üzerinde güçlü bir etkisi olduğu gösterilmiştir. Her 10 kişiden 7'sinden fazlası, çocukları için uzaktan/çevrimiçi öğrenme yöntemini önemli bir stres kaynağı olarak belirtmiştir. DesRoches ve ark. (2021) yaptıkları araştırma sonucunda çocuğu evde eğitim gören 211 çiftin, çocuğa evde eğitim almayan 547 çiftten daha fazla iş aile çatışması bildirdiğini ortaya koymuşlardır.

Uşen (2020) tarafından yapılan çalışmada çalışma saatlerinin iş ve yaşam dengesini sağlamda önemli etkenlerden biri olduğu belirtilmiştir. Pandemi sürecinde evden çalışan bireyin, çalışma saatlerinde bir değişiklik meydana gelmediyse mesai saatlerinin pandemi döneminde iş ve yaşam çatışması üzerinde bir etkisi görülmediği ifade edilmiştir ancak çalışmada evden çalışanların %63'ü pandemide mesai saatlerinin uzadığını bildirmiştir.

2.4 Çift Uyumu

Son yıllarda, ruhsal rahatsızlıklarının anlaşılması için yapılan çalışmalar aile ve ilişkiler üzerine odaklanmaktadır. Sistemik Aile Teorisi, aile ve ilişki çalışmaları için teorik bir çerçeve sunmaktadır. Bu teoriye göre, aile, bireysel, ikili ve sistemik düzeylerde ilişkisel bağlantıları olan ve her bağlantının da kendi arasında ilişki içinde olduğu açık bir sistemdir. Aile içindeki her üye birbirini etkilemekte ve birbirinden etkilenmektedir. Çift, ebeveyn ve kardeş olarak üç alt sistemden oluşan ailenin birbirine bağlı sınırları ve kuralları mevcuttur (Demby, 2017). Bu alt sistemler, tüm sistem için gerek duyulan rollerin ve görevlerin yerine getirilmesi yoluyla ailenin işleyişini sürdürmesine katkıda bulunur (Monckton ve Pedrao, 2011).

Aile sistemi teorisi üzerine gerçekleştirilen araştırmalar, çift alt sistemini tüm aile üyelerinin gelişimi ve aile sağlığının sürdürülebilir olması için en temel sistem olarak belirlemiştir (Ackerman, Kashy, Donnellan ve Conger, 2011). Ailenin sağlığının korunması için çift alt sisteminin iyi bir çift uyumuna sahip olması gerekmektedir (Picon ve ark., 2021). Çift uyumu, sağlıkla ilgili olup esenlik ile ilişkiliyken çift uyumsuzluğu hastalıklar ile ilişkilendirilmektedir (Zicavo ve Vero, 2011).

Spanier'e (1976) göre, çift uyumu üç bileşenden oluşmaktadır. İlki, ilişkideki doyum ya da mutluluktur, ikincisi, ortak faaliyetlerde görülen çiftin uyumu, üçüncüsü ise sevgi ifadesi de dahil olmak üzere ilişkiye özgü konulardaki fikir birliğidir. Literatüre bakıldığında çift uyumu ile evlilik uyumu, çift doyumunu ile evlilik doyumunu kavramlarının birbirinin yerine kullanıldığı görülmektedir.

Sağlıklı bir çift, ilişkinin kalitesi veya çift uyumu ile kendini göstermektedir. Çift uyumu, çiftlerin uyumda, tatminde, fikir birliği sağlamada ve sevginin ifade edilmesi gibi alanlarda ilişkilerinden ne derece memnun olduklarını ifade eden bir kavramdır. Çift uyumu, partnerlerin ortak faaliyetlerle ilgili konularda birbirleri ile ne derecede anlaştıklarıdır. Çift doyumunu, kavgaların, ayrılık temalı kavgaların ve olumsuz etkileşimlerin düşük görülme oranıdır. Sevgi gösterme ise cinsellik ve şefkate ilişkin çiftin memnuniyet düzeyini ifade etmektedir (Picon ve ark., 2021).

Çift uyumu, çiftlerin istikrarlı bir şekilde yürüttükleri bir süreç olarak tanımlanır ve kişinin kendini ve partnerini algılama biçiminde meydana gelen önemli değişikliklerle kendini gösterir (Largu ve ark., 2012). Çift uyumu, partnerlerin, sorunlar hakkında farklı görüşlere sahip oldukları zamanlarda bile, ortak sorunları iki tarafı da memnun edici bir şekilde çözmek için iyi bir bağ oluşturdukları bir ilişki yapısı olarak da ifade edilebilir (Locke ve Wallace, 1959). Çift uyumu, ilişki içerisindeki önemli olan konular hakkındaki çatışmalar, gerilimler ve kaygıların yanı sıra doyum, bütünlük, uyum, iş birliği gibi kavramları da içeren karmaşık bir yapıdır (Isanezhad ve ark., 2012). Çiftin fikir birliği, çiftin memnuniyeti, çiftin uyumu ve sevgisini ifade etme çift uyumunun bileşenlerini oluşturmaktadır (Largu ve ark., 2012). Romantik bir ilişkinin üyeleri arasındaki ikili uyum veya koordinasyon, başlangıçta ortaya çıkmakta ve çiftin, birbirlerine, ilişkideki rollerine ve sorumluluklarına uyum sağlamasıyla devam etmektedir (Kendrick ve Drentea, 2016). Çift uyumu, bireysel gelişime saygıyı ihmal etmeden karşılıklı keşfi dikkate alarak, ilişkinin devam edebilmesi için neye ihtiyaç duyulduğu konusunda esnek ama güvenilir bir anlaşmanın yaratılması ve sürdürülmesi anlamına gelmektedir (Rao, 2017). Çiftler birbirlerini bir takım olarak görme eğiliminde olduklarında daha iyi bir çift uyumu gözlenmektedir, bu eğilim duygusal, sosyal ve bilişsel olgunluğu gerektirmenin yanı sıra partnerinin memnuniyetini sağlamak amacıyla karşılıklı olarak fedakarlıklarda bulunmayı da gerektirir (Kendrick ve Drentea, 2016; Rani ve ark., 2017).

Evlilik doyumu, evlilik sürecinden mutlu olunması ve doyum duygusunun yaşanmasıdır (Kirsch ve ark., 2014). Çiftler tarafından hissedilen evlilik doyumu, bireyin evliliğin kendi ihtiyaç ve beklentilerine ne kadar uygun olduğuna dair öznel kanısıdır (Wulandari ve ark., 2018). Evlilik doyumu, bir çiftin, partnerleri ile yaşadıkları tatmin, mutluluk ve hoş deneyimlere dayalı olarak evlilikleri için kendi öznel değerlendirmeleridir (Fowers ve Olson, 1993). Evlilik doyumu, kişinin evliliğindeki mutluluğunu ve işleyişini yansıtmaktadır (Schoen, 2002). Evlilik doyumu, zaman ile birçok faktörden etkilenen kompleks bir süreç olup başlıca etkilendiği faktörler, eğitim, evliliğin süresi, sosyoekonomik koşullar, aşk, çatışma, iletişim, cinsiyet, bağlılık, ev işlerinin dağılımıdır (Trudel, 2002).

2.4.1 Çift Uyumu ve Depresyon

Depresyon, birçok çiftin ilişkilerinin bir döneminde karşılaşılabileceği bir rahatsızlıktır. İlişki içindeki sıkıntılar veya evlilik çatışmaları depresyonun ortaya çıkmasına yol açmaktadır (Rao, 2017). Çift ve Aile Uyumsuzluğu Modeli, depresyonun gelişiminde ve sürdürülmesinde çiftler arasındaki dinamiğin ve çiftler arasındaki uyumun önemini vurgulamaktadır (Beach, 2014). Bu model, evlilik uyumsuzluğunun depresif semptomların gelişmesinden önce geldiğini belirtmektedir. Aynı zamanda bu modele göre, çift ve aile sorunlarının dikkate alınması, birçok depresif birey için etkili bir müdahale ve kazanım sağlayacaktır.

Çift uyumu ve depresyon arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla literatüre bakılmıştır. Rolle ve ark. (2017) yaptıkları çalışmada, ruh sağlığının, hem annelerde hem de babalarda ebeveynlik stresi ile çift uyumu arasındaki ilişkide aracı bir rol oynadığını göstermişlerdir. Stres Oluşturma Teorisi, depresif semptomların ilişki doyumunu etkileyebileceği ve ilişki doyumunun da depresif belirtileri etkileyebileceğini ortaya koymuştur (Hammen, 1991). Parker ve ark. (2012) yaptıkları çalışmada, ilişkilerinde stres deneyimleyen veya çift uyumu zayıf olan bireylerin zamanla depresif belirtiler geliştirmelerinin çok daha olası olduğunu ifade etmişlerdir.

Depresyon ve çift doyumunu için yapılan çalışmalara bakıldığında, depresif belirtilerin azaltılmasında ilişki doyumunun önemli bir role sahip olduğu görülmüştür (McNulty ve ark., 2014). Evlilik doyumuna sahip olmayan çiftlerin zaman içerisinde depresif semptomlarında artış olduğu belirtilmiştir (Beach, 2003). Morgan ve ark.

(2018) tarafından yapılan boylamsal çalışmanın sonucunda, partnerlerin depresif belirtilerinin bir yılın sonunda eşlerinin ilişki memnuniyetini öngördüğü bulunmuştur. Daha sonrasında ise sadece kadınların depresif belirtilerinin bir yıl sonra erkek partnerlerinde artan depresyon belirtilerini büyük ölçüde öngördüğü bulunmuştur.

2.4.2 Çift Uyumu ve İş Aile Çatışması

Bir çiftin işlevselliği, çiftin ruh sağlığından ve ebeveyn çocuk etkileşiminden ayrı olarak değerlendirilemeyeceği gibi iş aile çatışması da dahil olmak üzere herhangi bir çatışma da bunlardan ayrı olarak değerlendirilemez (Low ve Stocker, 2005). Allen ve ark. (2000), iş aile çatışmasının tüm bireyler için düşük evlilik kalitesi ile ilişkili olduğunu ifade etmektedirler. Coocklin ve ark. (2014), tarafından gerçekleştirilen çalışmada, yüksek düzeyde yaşanan iş aile çatışması, kalitesiz bir çift ilişkisiyle ve sık yaşanan çift çatışmaları ile ilişkili olduğu görülmüştür. Bu araştırmanın bulguları, işyerindeki olumsuz deneyimlerin, çiftin ilişkisindeki duygusal paylaşımları olumsuz yönde etkilediğini de göstermektedir. Yapılan literatür incelemesi sonucunda, iş aile çatışması ve evlilik doyumu arasında negatif bir ilişki olduğu görülmektedir (Allen ve ark., 2000; Hill ve ark., 2011). Bu bulguları destekler bir biçimde Parlak (2021) tarafından yapılan araştırmanın sonucunda da iş aile çatışması ve evlilik uyumu arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu kanıtlanmıştır. Parlak (2021) ile benzer olarak, Sima ve ark. (2014) tarafından yapılan çalışmada da yüksek düzeyde iş aile çatışmasının evlilik uyumunda azalma ile ilişkili olduğu ispatlanmıştır.

2.5 Eşten Algılanan Sosyal Destek, Çift Uyumu, İş Aile Çatışması ve Depresyon Üzerine Yapılan Çalışmalar

Araştırma değişkenlerinin etkisini bir arada gösteren çalışmaları incelemek amacıyla ulusal literatüre bakıldığında araştırma değişkenlerinin ayrı ayrı ele alındığı çalışmalara sık rastlansa da değişkenlere bir arada bakılan çalışmaya rastlanılmamaktadır.

Akçınar (2020) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, çalışan annelerin algıladıkları sosyal destek ile depresyon düzeyleri negatif yönde ilişkili bulunmuş annenin depresyon seviyesini gösteren en etkili değişkenin eşten ve aileden algılanan

sosyal destek olduğu belirtilmiştir. Aileden, arkadaştan ve eşten gelen sosyal destek düzeyinin, annenin depresyon seviyesi üzerinde koruyucu etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bu kişilerin, iş aile atışması yaşasalar dahi, daha düşük düzeyde depresyon gösterebildiği belirtilmiştir.

Pluut ve ark. (2018), iş yükünün duygusal tükenme yoluyla iş aile atışması yarattığı günlük süreçte belirli sosyal destek kaynakların rolünü inceleyen bir modeli test etmişlerdir. Araştırmada, günlük iş yükünün, iş aile çatışmasını yordadığı görülmüştür. Bu bulgudan daha önemlisi, işteki ve evdeki sosyal desteğin iş-aile atışması sürecinde kendi alanlarında koruyucu etki görevi gördüğü bulunmuştur. Evde eşten gelen sosyal desteğin duygusal tükenmenin iş-aile atışması üzerindeki etkisini zayıflattığı görülmüştür. Gamor ve ark. (2018) iş aile çatışmasının eş desteği faktöründen etkilendiğini belirtmiştir. Eşten algılanan sosyal desteğin yokluğu, evde küçük yaşta çocuğun olması ve eşlerin karşılıklı olarak anlayışsız tutumlar sergilemesi iş aile çatışmasını etkileyen faktörlerdendir. İş yaşamı ve aile yaşamı arasındaki dengenin sağlanması en önemli faktörlerden biri algılanan eş desteğidir (Greenhaus ve Beutell, 1985).

Parlak (2021) tarafından yapılan çalışmada evlilik uyumu, iş aile atışması ve depresyon kavramları bir arada ele alınmıştır. Araştırma sonucunda, evlilik uyumu ve iş aile çatışmasının birtakım değişkenler ile beraber depresyonu yordadığı görülmüştür.

BÖLÜM 3

3. YÖNTEM

3.1 Örneklem

Araştırmanın örneklemini, çalışmanın ilk aşaması olan Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu tarafından [Berna Akçınar'a (Proje Kodu: 118K170)] finanse edilen Ebeveynlik Davranışları ve Çocukların Sosyal-Davranışsal Gelişiminde İş-Aile Çatışmasının Rolü çalışmasına ve ikinci aşama olan Işık Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Komisyonu tarafından desteklenen Doç. Dr. Berna Akçınar tarafından yürütülen 21A102 proje kodlu Covid-19 Pandemi Sürecinde Ebeveynlik Davranışları ve Çocukların Sosyal Duygusal Gelişiminde İş-Aile Çatışmasının Rolü isimli Bilimsel Araştırma Projesi'ne katılım gösteren gönüllü kadınlardan oluşturmuştur. TÜBİTAK 118K170 çalışmasına dahil olan 700 anne arasından tesadüfi yöntemle seçilmiş 265 anne, 1.5 yıl aradan sonra tekrar örneklem grubuna dahil edilmiştir.

Araştırmanın örneklemini, 2-8 yaş arası çocuğa sahip olup evli ve ücretli bir işte çalışan anneler oluşturmuştur. Sanayi, ziraat veya hizmet sektörlerinde yer alan vasıflı ya da vasıfsız çalışan kadınlar araştırmaya dahil edilmiş kadınların meslekleri için bir dışlama kriteri konulmamıştır.

Araştırma kentsel ve kırsal yerleşim yerleri de dahil olmak üzere 21 ilde gerçekleştirilmiştir. Toplu yerleşim birimleri olan cezaevleri, hastaneler, öğrenci yurtları çalışma evreninin dışında yer almıştır.

Örneklem seçiminde TÜİK'in belirlediği istatistiki bölge birimleri sınıflandırılması temel tabakalandırma seviyesi olarak ele alınmıştır. 81 il 3 düzeyde bir araya getirilmiştir. 1. Düzeyde 12 il kendi aralarında coğrafi ve sosyo-ekonomik gelişmişlik seviyelerine göre gruplandırılmıştır. Çalışmanın örneklem seçiminde

TÜİK tarafından belirlenmiş olan bu tabakalandırma yöntemi kullanılmıştır. İllere göre katılımcı sayısı Tablo 3.1’de gösterilmektedir.

Tablo 3.1 İllere göre katılımcı sayısı

	İl	Katılımcı Sayısı
1	Adana	25
2	Afyon	1
3	Ankara	28
4	Balıkesir	1
5	Bilecik	1
6	Bingöl	1
7	Bursa	1
8	Diyarbakır	6
9	Düzce	1
10	Erzurum	2
11	İstanbul	69
12	İzmir	63
13	Kayseri	11
14	Kocaeli	16
15	Konya	1
16	Manisa	1
17	Ordu	1
18	Samsun	12
19	Tekirdağ	6
20	Trabzon	13
21	Van	5
	Toplam	265

3.2 İşlem

FMV Işık Üniversitesi Etik Kurul’undan gerekli etik izinler alındıktan sonra Sağlık Bakanlığı Covid Bilimsel Araştırma Platformundan da ilgili izinler alınmıştır.

Çalışmada, anket aracılığı ile veri toplanmıştır. 300 katılımcı ile gerçekleşmesi planlanan çalışmada, 35 katılımcı ile iletişim kurulamadığından çalışma 265 katılımcı ile tamamlanmıştır.

Araştırmaya dahil olan kişilere telefon aracılığıyla Sosyodemografik Form, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Çift Uyumu Ölçeği, İş-Aile Çatışması Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri'nin depresyon alt boyutunun soruları sorularak yanıtlar kaydedilmiştir.

Araştırmanın nicel çalışma aşaması tamamlandıktan sonra, Türkiye'nin farklı illerinde ikamet eden 20 katılımcı rastgele seçilerek derinlemesine mülakat yapılmıştır. Nitel çalışmada, çalışan anneler ile eşten görülen destek, iş aile yaşamı ve çift olmak hakkında derinlemesine mülakat gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler ses kaydına alınmış ve mülakattan elde edilen veriler temellendirilmiş kuram analizi ile analiz edilmiştir.

3.3 Veri Toplama Araçları

Çalışmada anket yoluyla telefon aracılığı ile veri toplanmıştır. Araştırmanın veri toplama araçlarını Sosyodemografik Form, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, İş-Aile Çatışması Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri'nin depresyon alt boyutu oluşturmuştur.

3.3.1 Nicel Veri Toplama

3.3.1.1 Sosyodemografik Bilgi Formu

Sosyodemografik bilgi formunda, çalışmaya katılanların yaşı, eğitim düzeyi, sosyoekonomik durumu, medeni hali, hanedeki kişi sayısı, özel sektörde mi kamuda mı çalıştığı, çalışma şekli, çalışma süresi ile ilgili katılımcıları tanıtan bilgiler yer almaktadır.

3.3.1.2 Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)

Zimet ve ark. (1988) tarafından geliştirilen The Multidimensional Scale of Perceived Social Support başlıklı ölçek Türkçe'ye Eker ve Arkar (1995) tarafından uyarlanmıştır. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, özel bir insandan, aileden ve arkadaştan alınan sosyal desteğin yeterliliğinin öznel olarak

değerlendirilmesini amaçlamaktadır. 12 maddeden oluşan ölçeğin her maddesi 5'li likert şeklinde değerlendirilmektedir. Ölçeğin uyarlama çalışması, hastane grubu (n=200) ve üniversite öğrencileri (n=146) ile oluşan bir örneklem grubu üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliliğini belirlemek amacıyla faktör analizi yapılmış, yapılan analiz sonucunda ölçeğin eş, aile ve arkadaş olmak üzere 3 alt boyuttan oluştuğu görülmüştür. Elde edilen bu üç faktör birlikte üniversite örnekleminde toplam varyansın %75.2'sini, hastane örnekleminde %72.5'ini açıklamıştır. Ölçeğin iç tutarlılığını incelemek amacı ile Cronbach alpha kullanılmıştır. Cronbach alpha kat sayısı eş desteği için .90, aile için .87 ve arkadaş için .90 bulunmuştur. İç tutarlığın hem alt boyutlar hem de toplam ölçek için kabul edilebilir olduğu ortaya konmuştur. Araştırma dahilinde ölçeğin eşten algılanan sosyal destek boyutu kullanılmıştır.

3.3.1.3 Çift Uyumu Ölçeği (ÇUÖ)

Spainer (1976) tarafından geliştirilen Dyadic Adjustment Scale (DAS), Fışıloğlu ve Demir (2000) tarafından Çift Uyumu Ölçeği adıyla Türk diline uyarlanmıştır. Ölçek, evli olan ya da birlikte bir yaşam süren çiftlerin, ilişkilerinin niteliğini, uyumunu ve kalitesini saptaya bilmeyi amaçlamaktadır. Ölçek, 32 maddeden oluşmakta olup likert derecelendirmeye sahiptir. ÇUÖ'nün 4 alt boyutu bulunmaktadır. Bu boyutlar, çift uyumu, çift doyumu, sevgi gösterme ve fikir bütünlüğüdür. Çalışmada, çift uyumu, çift doyumu ve sevgi gösterimi alt boyutları kullanılmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .92 olup iki yarı güvenirlik katsayısı .86 olarak bulunmuştur.

3.3.1.4 İş-Aile Çatışması Ölçeği (İAÇÖ)

Multidimensional Measure of Work–Family Conflict isimli ölçek Carlson ve ark. tarafından 2000 yılında geliştirilmiştir. Ölçeğin amacı, işten aileye ve aileden işe olmak üzere iki yönlü çatışmayı ölçmektir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması Aycan ve Eskin (2005) tarafından gerçekleştirilmiştir. 5'li likert şeklinde öz değerlendirmeye dayanan ölçek iş aile yönlü çatışmayı 6 madde ile ölçmektedir. Ölçeğin iç tutarlılığına bakmak için Cronbach alpha kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda Cronbach alpha, işten aileye olan çatışma için .90 olarak bulunmuştur.

3.3.1.5 Kısa Semptom Envanteri (KSE)

Brief Symptom Inventory, psikolojik sorunları taramak amacıyla Derogatis (1992) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek Türkçe'ye Kısa Semptom Envanteri adıyla Şahin ve Durak (1994) tarafından uyarlanmıştır. Orijinal ölçeğin 9 alt boyutu, 3 global indeksi ve 4 ek maddesi bulunmaktadır. Ölçek, 0 ile 4 arasında değerlendirilmekte olup 5'li likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışmasında, iç tutarlılık analizi için Cronbach alpha katsayısına bakılmıştır. Yapılan 3 ayrı çalışmada, Cronbach alpha, ölçeğin toplam puanı için .96 ve .95 arasındayken alt boyutlar için .63 ile .86 aralığında olduğu görülmüştür. Türkçe form, 53 maddeden oluşmaktadır. Yapılan faktör analizinde, ölçeğin anksiyete ($\alpha=0.87$), olumsuz benlik ($\alpha=0.87$), hostilite ($\alpha=0.76$), somatizasyon ($\alpha=0.75$) ve depresyon ($\alpha=0.88$) olmak üzere 5 alt boyutu olduğu görülmüştür. Bu çalışmada, katılımcıların depresyon düzeylerini belirlemek amaçlandığından yalnızca depresyon alt ölçeğinin kullanılması uygun görülmüştür.

3.3.2 Nitel Çalışma: Derinlemesine Mülakat

Nitel çalışmada eşten algılanan sosyal destek kavramı, iş aile çatışması ve çift uyumuna dair kapsamlı bir sözel analiz gerçekleştirebilmek amaçlanmıştır. Araştırma kapsamında Türkiye'nin farklı illerinde ikamet eden 20 kişi tesadüfi yöntem ile seçilmiştir. TÜBİTAK 118K170 kodlu çalışmada kullanılan yarı yapılandırılmış kılavuza ek olarak çift uyumunu ölçmek amacıyla yeni sorular eklenmiştir. Katılımcılara, haftaiçi bir günlerini nasıl geçirdikleri, eşlerinden ne bekledikleri, çalışma ortamları, eşleri ile ilişkilerini nasıl tanımladıkları hakkında sorular sorulmuştur. Soruların bir kısmı AÇEV (2017) tarafından geliştirilen ebeveynlik araştırmaları sorularından alınmış bir kısmı ise 21A102 kodlu proje yürütücüsü ve bursiyeri tarafından geliştirilmiştir. Nitel çalışma ile, nicel veri sağlayan ölçek sorularının sınırlılıklarını azaltmak ve kadınların pandemi döneminde deneyimledikleri eş desteği, çift uyumu ve iş aile çatışmasına dair görüşlerini öğrenmek amaçlanmıştır.

Görüşmeler online görüşme platformu üzerinden gerçekleştirilmiştir. Yaklaşık olarak 60 dakika süren görüşmelerde katılımcıların izni ile ses kaydı alınmıştır. Sohbet üzerine yapılan bu derinlemesine mülakatta sorular açık uçlu olarak sorulmuştur. Yapılandırılmış formattaki sorulara ek olarak görüşmeciler

katılımcılardan yanıtlarını daha detaylı alabilmek için “Bu konuyu açabilir misiniz ?, Biraz daha ayrıntı verebilir misiniz ?” gibi sorular da sormuşlardır. Görüşmelerde kaydedilen ses kayıtları Microsoft Word programında çözümlenmiştir. Ses kayıtları, nitel araştırma bulgularının temel girdisini oluşturmuştur.

Ses kaydına alınan görüşmeler, Temellendirilmiş Kuram yöntemi ile tümevarıma dayanarak çözümlenmiştir. Temellendirilmiş Kuram, nitel araştırmalarda kullanılan hem bir metodoloji hem de bir araştırma yaklaşımıdır. Bu kuram, sosyal bilimler alanındaki çalışmalarda sıklıkla kullanılmaktadır (Turner ve Astin, 2015). Sever (2021), ülkemizdeki tezleri incelediğinde nitel çalışmalara yer verilmesi gerektiğini ifade etmiş ve Temellendirilmiş Kuram’ın araştırmalarda kullanılmasının olumlu sonuçları olabileceğini belirtmiştir.

Bu yöntem ile, öncelikle katılımcıların söylemleri kaydedilmekte ve her katılımcının söylemi diğer katılımcılarının söylemleri ile karşılaştırılmaktadır. Söylemlerin içerikleri birbirleri ile karşılaştırıldıkça sınıflandırmalar yapılmakta ardından da kategorilere dönüştürülmektedir. (Charmaz, 2006; Corbin ve Strauss, 1990). Temellendirilmiş Kuram, anlamlara dayalı bir yöntem izlediğinden söylemler birbirleri ile anlamlı oldukça kategorilerin içlerine dahil olmaktadır. Araştırmacı bu yöntem ile benzer söylemleri bir araya getirerek kategoriler oluşturmayı hedeflemektedir (Bulduklu, 2019).

BÖLÜM 4

4. BULGULAR

Çalışmanın sonuçlarını istatistiksel olarak analiz edebilmek amacıyla IBM Statistical Package for the Social Sciences for Windows programının 26. Sürümü kullanılmıştır. Araştırmaya katılan 265 katılımcının 244'ü yaşlarını belirtmiştir. Bu katılımcıların yaşları 20 ile 48 arasında değişmekte olup yaşlarının ortalaması 34.88'dir. Katılımcıların demografik bilgileri Tablo 4.1'de gösterilmektedir.

Tablo 4.1 Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri

Değişkenler	N	%
Eğitim Durumu		
İlkokul Mezunu Değil	2	8%
İlkokul Mezunu	23	%8.7
Lise Mezunu Değil	18	%6.8
Lise Mezunu	74	%27.9
Üniversite ve Üzeri	145	%54.7
Cevapsız	3	%1.1
Yaşanılan Yer		
Kent	240	%90.6
Kırsal veya küçük şehir	22	%8.3
Cevapsız	3	%1.1

Tablo 4.1 (Devamı) Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri

Değişkenler	N	%
İş yeri Durumu		
Kendi işi	38	%14.3
Kendi işi değil	227	%85.7
İş yeri Tanımı		
Kamu	91	%34.3
Özel Sektör	174	%65.7
Çalışma Şekli		
Tamamen iş yerinde	234	%88.3
Tamamen evden	13	%4.9
Hibrit	18	%6.8
Hafta Sonu Çalışma		
Çalışan	115	%43.4
Çalışmayan	150	%56.6
Çocuğun Okul Durumu		
Kreşe giden	16	6%
Anasınıfına giden	69	26%
İlkokula giden	166	%62.7
Okula gitmeyen	14	%5.3
Covid-19 ile Gelir Durumu		
Gelirim arttı	11	%4.2
Gelirim azaldı	118	%44.5
Herhangi bir değişiklik olmadı	135	%50.9
Cevapsız	1	%0.4
Covid-19 Geçirme Durumu		
Geçiren	91	%34.3
Geçirmeyen	174	%65.7
Covid-19'dan Yakın Kaybı		
Yakınını Kaybeden	94	%35.5
Yakınını Kaybetmeyen	171	%64.5
	Ort.	SS
Yaş	34.88	5.15

4.1 Psikometrik Ölçümleri

Araştırma hipotezlerinin hangi analiz yöntemi ile test edileceğini belirleyebilmek için çalışma verilerinin normal dağılıp dağılmadığı incelenmiştir. Normal dağılımı görebilmek için ölçeklerin ve alt boyutlarının, Skewness (Çarpıklık) değerlerine bakılmıştır. Bir dağılımın normal dağılım olarak ifade edilmesi için Skewness değerlerinin -3 ile +3 aralığında olması gerekmektedir (Chan ve Cui, 2003). Araştırmada kullanılan ölçeklerin Skewness ve Kurtosis değerleri Tablo 4.2’de gösterilmektedir.

Tablo 4.2 Araştırmada kullanılan ölçeklerin normallik değerleri

	Skewness	Kurtosis
KSE-Depresyon	1.93	4.77
İAÇÖ	.43	-.372
ÇBASDÖ-Eş Desteği	-1.53	2.07
ÇUÖ-Çift Uyumu	-1.51	3.26
ÇUÖ-Çift Doyumu	-1.74	3.53
ÇUÖ-Sevgi Gösterme	-1.73	3.39

KSE:Kısa Semptom Envanteri, ÇASÖ:Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, ÇUÖ: Çift Uyumu Ölçeği, İAÇÖ: İş Aile Çatışması Ölçeği

Analizlere geçilmeden önce araştırma değişkenlerinin güvenilirlik katsayıları incelenmiştir. Kılıç (2016), bir ölçeğin kabul edilebilir derecede bir güvenilirliğe sahip olması için Cronbach Alpha katsayısının en az .60 ve üzerinde olması gerektiğini belirtmektedir. Kısa Semptom Envanteri’nin depresyon alt boyutu puanının araştırmanın katılımcıları üzerindeki katsayısı Cronbach Alpha= .73 bulunmuştur. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği’nin alt boyutlarından eş desteği için Cronbach Alpha= .94 olarak bulunmuştur. Çift Uyumu Ölçeği’nin alt boyutlarından olan çift doyumu için Cronbach Alpha= .82, çift uyumu alt boyutu için Cronbach Alpha= .94, sevgi gösterimi alt boyutu ise Cronbach Alpha= .78 olarak bulunmuştur. Son olarak, İAÇÖ Cronbach Alpha = .96 olarak bulunmuştur. Çalışmanın psikometrik özellikleri Tablo 4.3’de gösterilmektedir.

Tablo 4.3 Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Psikometrik Özellikleri

	N	Ort.	SS	Min- Maks	Cronbach Alpha
KSE- Depresyon	265	12.18	14.46	0-83	.73
ÇBASDÖ- Eş Destek	265	81.10	24.04	0-100	.94
ÇUÖ-Çift Doyumu	265	81.21	15.82	8.57- 100	.82
ÇUÖ-Çift Uyumu	265	82.32	17.37	0-100	.94
ÇUÖ-Sevgi Gösterme	265	83.24	20.61	0-100	.78
İAÇÖ	265	39.21	24.74	0-100	.96

KSE: Kısa Semptom Envanteri, ÇBASDÖ: Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, ÇUÖ: Çift Uyumu Ölçeği, İAÇÖ: İş Aile Çatışması Ölçeği, ** $p < .001$

4.2 Korelasyon Analizleri

KSE'nin depresyon alt boyutu ile ÇBASDÖ'nün eş desteği alt boyutu arasında bir ilişki olup olmadığını incelemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Depresyon ile eş desteği puanı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.29, p < .001$). Depresyon ile ÇUÖ'nün alt boyutları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Depresyon ile çift doyumunu alt boyutu ($r = -.37, p < .001$), çift uyumu alt boyutu ($r = -.23, p < .001$), ve sevgi gösterme alt boyutu ($r = -.25, p < .001$), arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Depresyon ve İAÇÖ'nün arasındaki ilişki incelenmiş ve depresyon ile iş aile çatışması arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .25, p < .001$).

ÇBASDÖ'nün eş desteği alt boyutu ile ÇUÖ'nün alt boyutları arasındaki ilişkiyi saptamak amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmıştır. Eş desteği ile ÇUÖ'nün alt boyutlarından olan çift uyumu ($r = .70, p < .001$), çift doyumunu ($r = .68, p < .001$) ve sevgi gösterimi ($r = .67, p < .001$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. ÇBASDÖ'nün eş desteği alt

boyut puanı ile İAÇÖ toplam puanı arasındaki ilişkiye bakılmış, analiz sonucunda iki değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($r=0, p>.05$).

İAÇÖ ile ÇUÖ'nün alt boyut puanları arasındaki ilişkiye bakabilmek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmıştır. İş aile çatışması ile çift doyumu alt boyutu, çift uyumu alt boyutu ve sevgi gösterimi arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($r=0, p>.05$). Korelasyon analizine dair sonuçlar Tablo 4.4'de gösterilmektedir.

Tablo 4.4 Değişkenlerin Birbirleri ile Korelasyon Değerleri

Değişkenler	1	2	3	4	5	6
1.KSE-Depresyon	-	-.293**	-0.239	-.373**	-.252**	.254**
2. ÇBASDÖ-Eş Destek		-	.705**	.686**	.671**	-0.072
3. ÇUÖ-Çift Uyumu			-	.729**	.836**	0.011
4. ÇUÖ-Çift Doyumu				-	.695**	0.036
5. ÇUÖ-Sevgi Gösterme					-	0.024
6. İAÇÖ						-

KSE:Kısa Semptom Envanteri, ÇBASDÖ:Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, ÇUÖ: Çift Uyumu Ölçeği, İAÇÖ: İş Aile Çatışması Ölçeği, ** $p<.001$

4.3 Karşılaştırma Analizleri

Çalışmada, hafta sonu çalışan annelerin depresyon skorları hafta sonu çalışmayan annelerin skorlarından daha yüksektir (H1) hipotezini test etmek amacıyla Bağımsız Örneklem t-test analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda hafta sonu çalışan annelerin depresyon puanlarının (Ort= 14.420, SS = 17.11), hafta sonu çalışmayan annelerin depresyon puanlarından (Ort = 10.472, SS = 11.83) yüksek olduğu görülmektedir. İki grup arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($t = 2.117, p<0.05$). Analiz sonuçları Tablo 4.5' de sunulmaktadır.

Tablo 4.5 Katılımcıların Hafa Sonu Çalışmalarına Göre Depresyon Toplam Puanlarına Ait Bağımsız Gruplar T Testi Sonuçları

Gruplar	N	Ort.	SS	df	t	p
Çalışan	115	14.420	17.11	193.047	2.117	.036
Çalışmayan	150	10.472	11.83			

$p < 0.05$

Araştırmada, Covid-19'dan yakınıni kaybedenler ve kaybetmeyenlerin depresyon skorları arasında anlamlı bir fark vardır. Covid-19'dan yakınıni kaybedenlerin depresyon skorlarının daha yüksek olması beklenmektedir hipotezini (H2) incelemek amacıyla Bağımsız Gruplar t-test analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda Covid-19 nedeni ile yakınıni kaybeden annelerin depresyon puanlarının (Ort= 15.248, SS = 17.43), yakınıni kaybetmeyen annelerin depresyon puanlarından (Ort = 10.501, SS = 12.27) istatistiksel açıdan anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir ($t = 2.339$, $p < 0.05$). Analiz sonuçları Tablo 4.6'da sunulmaktadır.

Tablo 4.6 Katılımcıların Covid-19'dan Yakınlarını Kaybetmelerine Göre Depresyon Toplam Puanlarına Ait Bağımsız Gruplar T Testi Sonuçları

Gruplar	N	Ort.	SS	df	t	p
Yakınıni Kaybeden	94	15.248	17.43	144.659	2.339	.021
Yakınıni Kaybetmeyen	171	10.501	12.27			

$p < 0.05$

Covid-19 sebebiyle gelir azalması yaşayanların depresyon skorlarının daha yüksek olması beklenmektedir (H3) hipotezini incelemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Katılımcılar 3 gruba ayrılmıştır: gelir durumu azalanlar ($n = 118$), gelir durumu artanlar ($n = 11$) ve herhangi bir değişiklik olmayanlar ($n = 135$). Yapılan analiz sonucuna göre geliri azalanlar (Ort= 12.85, SS = 14.14), geliri artanlar (Ort= 11.36, SS = 16.52), değişiklik olmayanlar (Ort= 11.66, SS = 14.70) arasında depresyon ortalamaları açısından istatistiksel olarak anlamlı olarak farklılık görülmemektedir [$F(2,261) = .228$, $p > .05$].

4.4 Regresyon Analizleri

Çift uyumu, çift doyumu ve sevgi gösteriminin birlikte depresyon puanını negatif yönde yordadığını (H4) değerlendirmek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonucuna göre çift uyumu ($\beta = .106$, $t = .942$, $p > .05$), çift doyumu ($\beta = -.414$, $t = -4.812$, $p < .001$) ve sevgi gösterimi ($\beta = -.053$, $t = -.492$, $p > .05$), birlikte kadınların depresyonunu istatistiksel açıdan anlamlı olarak yordadığı ve depresyona ait varyansın %13.2'sini açıkladığı görülmektedir. ($R^2 = .132$, $F(3, 261) = 14.422$, $p < .001$). Analiz sonuçları Tablo 4.7'de yer almaktadır.

Tablo 4.7 Çift Uyumu, Çift Doymu ve Sevgi Gösterimi Puanlarının Birlikte Depresyon Puanlarını Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi

	B	SH	β	t	p
Model 1					
Sabit	38.715	4.517		8.570	.000**
Çift Uyumu	.088	.094	.106	.942	.347
Çift Doymu	-.378	.079	-.414	-4.812	.000**
Sevgi Gösterimi	-.037	.075	-.053	-.492	.623

Model 1 için $R^2 = .132$, ** $p < .001$

İş aile çatışmasının kadınların depresyon puanını pozitif yönde yordamaktadır (H5) hipotezini test etmek amacıyla basit regresyon analizi uygulanmıştır. Analiz sonucunda regresyon modeli anlamlı olarak açıklanmıştır, [$F(1,263) = 18.127$, $p < .001$]. Depresyonun iş aile çatışması tarafından açıklanmış varyansının %6.1 olduğu bulunmuştur. İş aile çatışması kadınların depresyonunu pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordamakta olup ($\beta = .254$, $t = 4.258$, $p < .001$) iş aile çatışması ne kadar fazla ise depresyon o kadar artmaktadır. Analiz sonuçlarına Tablo 4.8'de yer verilmiştir.

Tablo 4.8 İş Aile Çatışması Puanının Depresyon Puanını Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi

	B	SH	β	t	p
Sabit					
İAÇÖ	.148	.035	.254	4.258	.001**

İAÇÖ: İş Aile Çatışması Ölçeği, Model 1 için $R^2 = .61$, ** $p < .001$

Çalışmada, eşten algılanan sosyal destek kadınların depresyon puanını negatif yönde yordamaktadır (H6) hipotezini incelemek için basit regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda regresyon modeli anlamlı olarak açıklanmıştır, [$F(1,263)=24.774, p<.001$]. Depresyonun eşten algılanan sosyal destek tarafından açıklanmış varyansının %8.6 olduğu bulunmuştur. Eşten algılanan sosyal destek kadınların depresyonunu negatif yönde anlamlı bir şekilde yordamakta olup ($\beta = -.293, t = -4.977, p<.001$) eşten algılanan sosyal destek ne kadar az ise depresyon o kadar artmaktadır. Analiz sonuçları Tablo 4.9'da yer almaktadır.

Tablo 4.9 Eşten Algılanan Sosyal Destek Puanının Depresyon Puanını Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi

	B	SH	β	t	p
Sabit					
ÇBASDÖ-Eş	-.177	.035	-.293	-4.977	.001**

ÇBASDÖ-Eş: Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Eşten Algılanan Sosyal Destek, Model 1 için $R^2 = .86$ ** $p < .001$

Çalışan annelerin çalışma süreleri ve eğitim düzeyleri kontrol edildikten sonra eşten algılanan sosyal destek, çift uyumu, çift doyumunu, sevgi gösterimi ve iş aile çatışmasının bir arada kadınların depresyonunu yordayıp yordamadığına bakılmıştır (H7). Analiz için, eğitim düzeyi 6 kategorili bir değişken olduğundan yeni bir kukla değişkeni tanımlanmıştır. İlkokul mezunu değil, ilkokul mezunu, lise mezunu değil ve lise mezunu 1 olarak, üniversite ve üzeri mezunu 2 olarak kodlanmıştır. Analize göre, çalışma süresi kadınların depresyonunu pozitif yönde yordayan bir değişkendir. Modele, annenin eğitim düzeyi eklendiğinde eğitim düzeyinin depresyon üzerinde yordayıcı bir etkisi olmadığı görülmektedir. Son olarak, çift uyumu, çift doyumunu, sevgi gösterimi, eşten algılanan sosyal destek ve iş aile çatışması birlikte modele eklenmiş, bulgular çift doyumunun negatif yönde iş aile çatışmasının ise pozitif yönde kadınların depresyonunu yordadığını göstermiştir. Analiz sonuçları Tablo 4.10'da sunulmaktadır.

Tablo 4.10 Depresyonun Yordayıcılarına İlişkin Regresyon Analizi

	B	SH	<i>p</i>
Model 1			
Sabit	2.774	2.909	
Çalışma Süresi	1.131	0.327	.001**
Model 2			
Sabit	6.398	3.924	
Çalışma Süresi	1.166	0.328	.000**
Anne Eğitim Durumu	-2.501	1.822	0.171
Model 3			
Sabit	28.328	5.69	
Çalışma Süresi	0.849	0.299	.005*
Anne Eğitim Durumu	-0.49	1.665	0.769
Çift Uyumu	0.088	0.094	0.352
Çift Doyumu	-0.404	0.082	.000**
Sevgi Gösterimi	-0.01	0.074	0.896
Eşten Algılanan Sosyal Destek	-0.017	0,051	0.743
İş Aile Çatışması	0.134	0.034	.000**

Not: Model 1 için R2= .046, Model 2 için R2= .053, Model 3 için R2=.251 ***p*< .001, **p*< .01

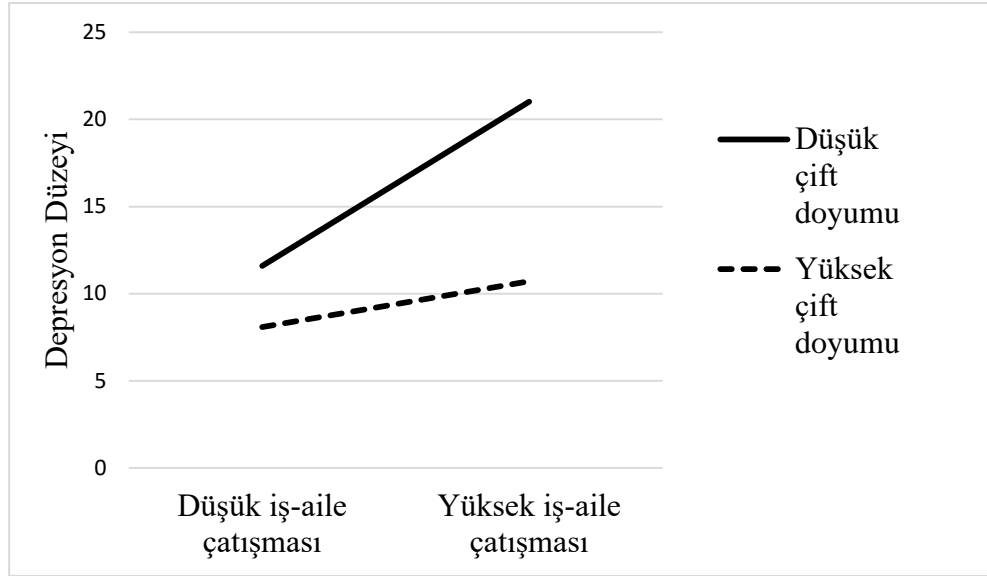
Çift uyumunun, çift doyumunun ve sevgi göstermenin, iş aile çatışması ve kadınların depresyonu arasındaki ilişkide koruyucu bir etkisi vardır (H8) hipotezini incelemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda, çift doyumunun iş aile çatışması ve depresyon arasındaki ilişkide koruyucu etkisi olduğu görülmüştür ($\beta = -.008$, $t = -3.797$, $p = .00$). Aynı analizler çift uyumu ve sevgi gösterimi için de tekrarlanmış ancak, çift uyumunun ve sevgi gösteriminin iş aile çatışması ile kadınların depresyonu arasındaki ilişkide herhangi bir koruyucu etkiye sahip olmadığı görülmüştür ($p > .05$). Analiz sonuçları Tablo 4.11’de gösterilmektedir.

Tablo 4.11 Çift Doyumunun, İş Aile Çatışması ve Kadınların Depresyonu Üzerindeki Yordayıcı Etkisi

	B	SH	p
Model 1			
Sabit	1.445	4.998	
Çocuğun Okula Gitme Durumu	1.776	0.633	.005**
Çalışma Şekli	3.739	1.707	.029*
Günlük Çalışma Süresi	1.185	0.306	.000***
Covid-19 Nedeniyle Yakın Kaybı	-5.778	1.845	.002**
Model 2			
Sabit	26.368	6.219	
Çocuğun Okula Gitme Durumu	0.975	0.585	0,097
Çalışma Şekli	3.596	1.542	.020*
Günlük Çalışma Süresi	0.903	0.278	.001**
Covid-19 Nedeniyle Yakın Kaybı	-4.11	1.679	.015*
İş Aile Çatışması	0.131	0.033	.000**
Çift Doyumu	-0.34	0.051	.000***
Model 3			
Sabit	2.733	8.685	
Çocuğun Okula Gitme Durumu	0.846	0.57	0.139
Çalışma Şekli	3.78	1.502	.013*
Günlük Çalışma Süresi	0.899	0.271	.001**
Covid-19 Nedeniyle Yakın Kaybı	-3.853	1.636	.019*
İş Aile Çatışması	0.774	0.172	.000**
Çift Doyumu	-0.053	0.09	0.558
İş Aile Çatışması*Çift Doyumu	-0.008	0.002	.000***

Not: Model 1 için R2= .107, Model 2 için R2= .280, Model 3 için R2=.320 *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

Sonuç olarak, çift doyumu yüksek olan kadınlar yüksek düzeyde iş aile çatışmasına sahip olsalar dahi düşük düzeyde depresyon seviyesi göstermektedir. Şekil 1’de, kadınların çift doyumu seviyesinin, depresyon üzerindeki koruyucu etkisi gösterilmektedir.



Şekil 4.1 Çift doyumunun annenin depresyon düzeyi üzerindeki koruyucu etkisi

4.5 Nitel Araştırma: Derinlemesine Mülakat Sonuçları

Nitel araştırmada annelerin, eşlerinden algıladıkları sosyal destek, çift uyumu ve iş aile çatışması ile ilgili düşünce ve davranışları hakkında bilgi almayı amaçlayan sözel bir analiz yapılmıştır. Türkiye'nin farklı illerinden tesadüfi yöntemle seçilmiş 20 anne ile Zoom Meetings ve telefon aracılığıyla mülakatlar gerçekleştirilmiştir. Nitel görüşmeler rastlantısal olarak belirlenmiş olup katılımcıların illeri İstanbul, Ordu, Kayseri, Adana, İzmir, Ankara ve Trabzon'dur. Katılımcıların izinleri alınarak görüşmeler ses kaydına alınmıştır. Nitel araştırmadaki 20 katılımcı ile nicel araştırmadaki katılımcılar arasında değişkenler açısından anlamlı bir fark olup olmadığını incelemek amacıyla bağımsız gruplar t-test analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda, nitel çalışmada yer alan anneler ile nicel çalışmadaki anneler arasında çalışma süresi, depresyon, iş aile çatışması, eşten algılanan sosyal destek, çift uyumu, çift doyumu ve sevgi gösterimi açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > .05$).

Nitel çalışmada katılımcılara sorulan temel araştırma soruları,

- Eşiniz çalıştığınız için size olumlu ya da olumsuz söylemlerde bulunuyor mu? Örneğin sizi suçlayıcı ya da destekleyici konuşmalar yapıyor mu? (10. Soru)
- Neden çalışıyorsunuz? Maddi durumlardan dolayı mı, kendinizi daha iyi/yararlı hissettiğiniz için mi? (13. Soru)
- İşinizden memnun musunuz? Ailenize yeterli zaman kalıyor mu? İş hayatınız zaman zaman da olsa herhangi bir şekilde aile içinde bir gerilim kaynağı oluyor mu? Tartışmaya yol açıyor mu? (15. Soru)
- Pandeminin sizi, ailenizi ve çocuğunuzu nasıl etkilediğini düşünüyorsunuz? (20. Soru)
- Hayatınızda pandemi olmasaydı, ne farklı olurdu? (21. Soru)
- Eş/çift olmak sizin için hangi anlama gelmektedir? (22. Soru)
- Eşinizle olan ilişkinizi nasıl tanımlarsınız? (23. Soru)
- Eşinizle tartışır mısınız veya küser misiniz? Genellikle hangi konularda? (24. Soru)
- Tartışma sonrasında nasıl barışırsınız? (Alternatif: Sakin bir şekilde bir problemi konuşabilir, çözüm üretebilir misiniz?) (25. Soru)
- Pandemi döneminde eşinizle olan ilişkinizi nasıl değerlendirirsiniz? Bu dönemin, evde kalmanın, sizin ilişkinize bir etkisi oldu mu, nasıl? (26. Soru)

Nitel mülakatların ses kayıtları çözümlendikten sonra veri analizi Word dokümanı üzerinde yapılmıştır. Çözümlenen görüşmeler kodlayıcılar arasında paylaşılmış, ikili grup halinde birbirinden bağımsız olarak kodlanmıştır. Ana ve alt kategorilerin uyuşma yüzdeleri hesaplanmış, düşük uyum yüzdesine sahip olan kategoriler için ortak karara varılmıştır. İlk olarak rastgele seçilen üç kodlama çift kodlanmış ardından yine rastgele seçilen üç kodlama için de çift kodlama yapılmıştır. Her üç kodlamada kodlayıcılar arası uyuşma yüzdesine bakılmış, uyum yüzdesinin % 96.56 olduğu görülmüştür. Nitel çalışmadan elde edilen veriler doğrultusunda 4 ana kategori oluşturulmuştur. Bu kategoriler kendi içlerinde de alt kategorilere ayrılmıştır. Bu kategori başlıkları şu şekildedir:

- Annenin çalışma hayatı
Alt Kategori: Annenin neden çalıştığı

Alt Kategoriler 2: Maddi/Manevi

Alt Kategori: İş aile çatışması

Alt Kategori: Annenin çalışması hakkında eşin düşünceleri

Alt Kategoriler 2: Olumlu/Olumsuz

- Pandeminin Etkisi

Alt Kategori: Maddi

Alt Kategori: Manevi

Alt Kategori: Eğitim

Alt Kategori: Çocuk

- Çift Uyumu

Alt Kategori: Çift Olmanın Anlamı

Alt Kategori: İlişkilerinin Tanımı

Alt Kategoriler 2: Olumlu/Olumsuz

Alt Kategori: Tartışma Konusu

Alt Kategoriler 2: Çocuk ve aile ile ilgili meseleler

Alt Kategoriler 2: İş ve maddi konularla ilgili meseleler

Alt Kategoriler 2: Ev işleri ile ilgili meseleler

Alt Kategori: Tartışmanın Yönetimi

Alt Kategoriler 2: Tartışma hakkında konuşarak

Alt Kategoriler 2: Bir şey olmamış gibi davranarak

Alt Kategoriler 2: Alınganlık göstermek

- Pandeminin Çiftlere Etkisi

Alt Kategoriler: Olumlu Etkilenenler

Alt Kategoriler: Olumsuz Etkilenenler

Alt Kategoriler: Etkilenmeyenler

Ana kategorilere dair genel bulgular aşağıda yer almaktadır. Kategori başlıkları ve detayları Tablo 4.12’de gösterilmektedir.

4.5.1 Annenin Çalışma Hayatı

Katılımcılara, “Eşiniz çalıştığınız için size olumlu ya da olumsuz söylemlerde bulunuyor mu? Örneğin sizi suçlayıcı ya da destekleyici konuşmalar yapıyor mu?” sorusu sorulmuştur. Katılımcılar olumlu, olumsuz ya da her ikisi de şeklinde yanıtlar vermiştir. Annelerin büyük çoğunluğu eşlerinin onlara olumlu söylemlerde

bulduğunu ve desteklediğini belirtirken küçük bir kısım eşlerinden olumsuz ve suçlayıcı ifadeler duyduğunu aktarmıştır.

“Destekleyici oluyor mesela iş ortamımız da aynı o da eğitim kısmında. O yüzden bir sorun ya da sıkıntı yaşadığımda hemen ararım çünkü birazcık şeyimdir hani ne yapacağımı aniden kestiremiyorum. Söylerim o rahatlatır mesela, şöyle düşünürsen daha iyi, bunu yaparsın, hallederiz diye. O beni rahatlatır genelde. İş konusunda hatta hep destekçim o.” (ID: 463).

“Suçlar daha çok suçlar. Eşim için yaptığım her şey hata, çalıştığım için.” (ID: 430).

Katılımcılara çalışma nedenleri, iş yaşamlarının aile yaşamlarına etkisi ve eşlerinden çalışmak konusunda gördüğü tutumları sorulmuştur. “Neden çalışıyorsunuz? Maddi durumlardan dolayı mı, kendinizi daha iyi/yararlı hissettiğiniz için mi ?” sorusu sorulduğunda katılımcılar, maddi ve manevi olarak iki başlık altında yanıtlamışlardır. Annelerin yarısı hem maddi hem manevi nedenler sebebiyle çalıştığını belirtirken, yalnızca maddi ve yalnızca manevi diyenlerin sayısı eşittir. Maddi sebeplerle çalışıyorum diyenler genellikle geçim sıkıntılarını, ekonomik koşulları ve çocuklarının geleceğini vurgulamışlardır. Manevi sebeple çalışıyorum diyen anneler ağırlıklı kendilerini daha üretken hissettiklerini ve sosyalleştiklerini belirtmişlerdir.

“Çocuklar var, tek kişinin çalışması da artık yetmiyor, ihtiyaçlar çok farklı.” (ID: 598).

“Her kadın kendi ayakları üzerinde durmalı aynı zamanda maddi konu zaten başka bir boyut yani herkes bir şeylerin peşinde ise çalışıyorsa herkes maddi konuda erkek de kadın da aynı şekilde ama bir kadının sosyalleşmesi çok önemli kendi ayakları üzerinde durması kendi parasını kazanması bu çok önemli bence.” (ID: 512).

Katılımcılara çalışma hayatı ile ilgili sorulan bir diğer soru “İşinizden memnun musunuz? Ailenize yeterli zaman kalıyor mu? İş hayatınız zaman zaman da olsa herhangi bir şekilde aile içinde bir gerilim kaynağı oluyor mu? Tartışmaya yol açıyor mu?” sorusudur. Katılımcıların yarısından fazlası iş aile çatışması deneyimlediğini belirtmiş olup işten, çocuğa ve ev işlerine zor zaman bulduklarını aktarmışlardır. Aynı zamanda, iş yerinde yaşadıklarının zaman zaman ev içinde de problemlere yol açtığını ifade etmişlerdir.

“Ben kendime bazen soruyorum bunu üzülüyorum hani ben evimle vakit geçiremiyorum çocuklarımla zaten hiç geçirmiyorum zaman olmuyor.” (ID: 430).

“Yani daha az zamanla daha az saat çalışsak benimde bir şey yapma şansım olsun isterdim sabah yemek hazırlamak yerine akşam çıkıp rahat rahat yemeğimi hazırlayacak kadar vaktim olsun isterdim ama özel sektörde böyle bir şans yok.” (ID: 429).

“Önceden her gün işe gidiyordum yani her gün çocuklarımı eve bırakıp her gün işe gitmem gerekiyordu o zaman evet tartışma yol açıyordu.” (ID: 18).

4.5.2 Çalışmanın Etkisi

Çalışmada, pandeminin katılımcıları nasıl etkilediği hakkında bilgi almak amacıyla “Pandeminin sizi, ailenizi ve çocuğunuzu nasıl etkilediğini düşünüyorsunuz?” ve “Hayatınızda pandemi olmasaydı, ne farklı olurdu?” soruları sorulmuştur. Katılımcılar bu sorulara maddi, manevi, eğitim ve çocuk başlıkları altında yanıt vermişlerdir. Maddi olarak etkilediğini belirtenler, işten çıkarmalardan, maaşların ödenmemesinden ve iş yerlerinin kapalı olmasından bahsetmişlerdir. Manevi olarak etkilediğini aktaranlar psikolojik olarak zorlu bir dönem olduğundan, hastalık bulaşma korkusundan ve kapanmaların getirdiği bıkkınlıktan söz etmişlerdir. Eğitim başlığı altında ise katılımcılar okulların kapanmasının eğitimi olumsuz etkilediğini ve çocuklarının eğitimden geri kaldığını aktarmışlardır. Çocuk başlığında ise çocukları evde tutmanın getirdiği sıkıntılardan, çocukların sosyal gelişiminin olumsuz etkilendiği aktarılırken yalnızca bir anne çocuğunun olumlu etkilendiğini ve anne babasının evde olmasının onu çok mutlu ettiğini ifade etmiştir. Pandemi olmasaydı maddi durumların daha iyi olacağı ve çocukların daha iyi eğitim alacağı yönündeki yanıtlar ağırlıkta olmuştur.

“Maaşları düşürdüler, yatırmadılar. Pandemi olmasaydı kayıt kaybını bahane edip maaşımıza yansıtmazlardı.” (ID: 178)

“Bizim de psikolojik olarak çok yıprandı ve bu konuda benim sağlık çalışanı olmam da çok etkili oldu. Hep kendimi taşıyıcı olarak düşündüm işte ekstra özen göstermem gerekti. Kapıdan dışarıya çıktım ya eve geldiğimde mutlaka üstümü değiştirip duş almam gerekiyordu yani pis hissediyordum.” (ID: 18)

“Pandemi sürecinde çocukların evden uzaktan eğitim almaları onları çok kötü etkiledi... Bir süre sonra zaten artık koymadım uzaktan eğitimlere. Oğlum babasıyla birlikte ailelerimizin olduğu şehre gönderdim. Orada bir özel okula 3 aylığına oraya gitti. Yüz yüze eğitim yapıyordu orada son dönemlerinde.” (ID: 461)

“Küçük olanı pozitif olarak etkiledi çünkü anne ve abla sürekli evde. Anne işe gitmiyor abla okula gitmiyor üstüne yardımcı var evde. Küçük olan acayip mutluydu ev sürekli kalabalık. En pozitif etkilenen oydu herhalde aramızda.” (ID: 502).

4.5.3 Çift Uyumu

Katılımcıların çift uyumlarını, ilişki tanımlarını, hangi konularda tartıştıklarını ve tartışmaları nasıl yönettiklerini anlamak amacıyla birtakım sorular sorulmuştur. Bu sorular çalışmada, çift olmanın anlamı, ilişki tanımı, tartışma konusu ve tartışmanın yönetimi başlıkları altında kategorilendirilmiştir.

Katılımcılara,“Eş/çift olmak sizin için hangi anlama gelmektedir?” sorusu sorulmuştur. Katılımcılar genellikle çift olmayı birlik olmak, bütün olmak, ortak hareket etmek, uyum içinde olmak, aile olmak, anne baba olmak ifadeleri ile tanımlamışlardır. 2 katılımcı ise çift olmayı tanımlayamayacağını belirtmiştir.

“Birlikte hareket edebilmek herhalde uyum içinde.”(ID: 133).

“Çift olmak, eş olmak hayattaki her şeyi birlikte paylaşmak anlamına geliyor. Yani her şeyi paylaşmak lazım, mutsuzluğunu da mutlu oluşunu da, işini de, maddiyatı da, maneviyatı da paylaşmak anlamına geliyor. Yani tek beden gibi olmak gerekiyor.”(ID: 138).

Katılımcıların, eşleri ile ilişkilerinin nasıl olduğunu anlamak amacıyla “Eşinizle olan ilişkinizi nasıl tanımlarsınız ?” sorusu yöneltmiştir. 16 katılımcı eşi ile ilişkisini olumlu ifadelerle tanımlarken, 4 katılımcı olumsuz ifadeler ile ilişkisini tanımlamıştır.

“Eşim affedersiniz, akşam gelince sadece eş olarak mesela... benim eşim benim gördüğüm, yenecek, evin ihtiyacı alınacak bu kadar. Hani senin ne düşündüğün ne hissettiğin ya da bilmiyorum nelerden hoşlandığın hiç umurunda bile değil.” (ID: 430).

“Anlayışlı bir çift, eşlerin birbirine karşı anlayışlı olduğu bir çift. Birbirini anlamaya çaba gösteren bir çift. Evet, olgunlaşmış bir ilişki ve saygılı, kendi içinde birbirinin dinamiklerini anlamaya çaba gösteren iki yetişkin derim.”(ID: 118)

Katılımcıların eşleriyle hangi konularda tartıştığı sorulduğunda 7 katılımcı çocuk ve ailevi meseleleri, 7 katılımcı iş ve maddi nedenleri, 3 katılımcı ev işleri ile ilgili konuları vurgulamıştır. 1 katılımcı her konu başlığında eşi ile tartışma yaşadığını belirtirken, 1 katılımcı ise hem ev işleri ile ilgili konuları hem de çocuk ve

ailevi meseleleri vurgulamıştır. 2 katılımcının söylemleri, diğer katılımcıların söylemlerinden farklı olmuştur ve söylem sayısının azlığından ötürü yeni bir kategori oluşturulmamış mevcut kategorilerde yer alamamıştır.

“Çocukla ilgili olabilir, birbirimizin ailelerine yaklaşım noktaları olabilir.” (ID: 437).

“Yoğun çalışan bir insan, 21.00’da bitiyorsa geç geliyor. Geç geldiğinde geriliyorum. Biraz ondan çıkıyor bizimki.” (ID: 253).

“Ev işleriyle ilgili olabilir iş bölümüyle.” (ID: 437).

Tartışmaların ardından problemi nasıl çözdükleri, nasıl barıştıkları üzerine “Tartışma sonrasında nasıl barışırsınız?” sorusu sorulmuş bu soruya alternatif olarak da “Sakin bir şekilde bir problemi konuşabilir, çözüm üretebilir misiniz ?” sorusu da eklenmiştir. Katılımcılar bu sorulara, problem hakkında konuşarak, bir şey olmamış gibi yaparak ya da alınganlık göstererek barıştıklarını belirterek 3 başlıkta yanıt vermişlerdir. 14 katılımcı tartışma hakkında konuştuğunu belirtmiştir. Bu katılımcılar, fikirlerini dile getirebildiklerini, karşı tarafı dinlediklerini ve çözüm yolu için çaba gösterdiklerini bu durumdan da memnun olduklarını dile getirmiştir. 11 katılımcı, tartışmaların ardından bir şey olmamış gibi devam ettiklerini ve sorunun üstünün kapatıldığını aktarmıştır. 5 katılımcı, tartışmaların ardından alınganlık gösterdiklerini söylemiş, küsmek ve trip atmak kavramlarını kullanmışlardır. 2 katılımcı, hem tartışma hakkında konuştuklarını hem de alınganlık gösterdiklerini ifade etmiş, 1 katılımcı tüm konu başlıklarına dair yanıt verirken, 4 katılımcı bazen tartışma hakkında konuştuklarını bazen de bir şey olmamış gibi devam ettiklerini söylemiştir. 2 katılımcı da kimi zaman bir şey olmamış gibi devam ettiklerini kimi zaman da alınganlık gösterdiklerini aktarmıştır.

“Bir sorun olduğunda sessiz kalmayı tercih ederim, odamı değişirim. Biraz sakın dinlemek daha iyi geliyor. Zaten evin içinde bir durum olur, sonra konuşmaya başlarız. Birkaç saat geçtikten sonra da esas konuya geçeriz. O açıklar, ben açıklarım. Bazen ortak noktada buluşur anlarız birbirimizi. Bazen de ben farklı düşünürüm, o farklı düşünür ama birbirimizi kabul ederiz. Tamam sen de haklısın, ben derim sen de haklısın. Senin düşüncen de doğru benimki de. Böylece tatlıya bağlarız.” (ID: 463).

“Sadece tartışırız, ben bir saat sonra ya da ne bileyim bir süre sonra ne yapılacaksa, normal, o tartışma olamamış gibi günlük hayata devam ettiğim için küslük olmuyor.” (ID:138).

“Küserim yani ona 1 hafta küserim 10 gün küserim, bizde, benim bilmiyorum çok kırılırım.” (ID: 430).

4.5.4 Pandeminin Çiftlere Etkisi

Covid-19 pandemi sürecinin, çiftler üzerindeki etkisini görmek ve anlamak amacıyla katılımcılara, “Pandemi döneminde eşinizle olan ilişkinizi nasıl değerlendirirsiniz? Bu dönemin, evde kalmanın, sizin ilişkinize bir etkisi oldu mu, nasıl?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların yanıtları olumlu etkilenenler, olumsuz etkilenenler ve etkilenmeyenler başlıkları altında kategorilendirilmiştir. Olumlu etkilenenler genellikle, evde birlikte vakit geçirmenin ilişkilerine iyi geldiğini, birbirleri ile ilgilenebildiklerini vurgulayarak memnun olduklarını ifade etmişlerdir. Olumsuz etkilenenler, evde olmanın onları sıktığını, ev işleri ve diğer işlerin aynı anda olmasının onları olumsuz yönde etkilediğini aktarırken pandeminin ilişkilerine etkisi olmadığını belirten katılımcılar da olmuştur.

“Eşim ve ben ve çocuklar daha fazla zaman geçirmeye başladık. Birlikte evde uzun uzun zaman geçirme şansımız oldu. Çünkü ben filyasyon ekiplerindeydim. 1 gün çalışıyordum 2 gün evde kalıyordum. O açıdan ilk defa mesela, tamam gece 23.00’a kadar çalışıyorum ama 2 gün evdeyim. Bunu yaşadım. Bu çok ayrı bir rahatlık verdi bana. 1 gün yoğun çalışıp 2 gün evde olmak güzel bir şeydi. 1.5 yıl boyunca böyle çalıştım. Birbirimizle daha çok zaman geçirdik, daha üretken olduk. Evde birçok şeyi denedik. Farklı deneyimlerimiz oldu. İlişkimizi daha çok güçlendirdik. Dönem dönem çok güzel geldi. Daha çok zaman sabit bir yerde geçirmemize evde daha yani bir yerde gezerken tozarken değil de ev ortamında daha çok zaman geçirdiğimiz, daha sakin ve dingin bir dönem diyebilirim.” (ID: 461)

“Yani kimi zaman sıkıldık açıkçası. Kimi zaman süreç çok uzun geldi. Pandemi sürecinde bazen sıklıkla ya sıkışmışlıkla ev ve iş aynı anda, hani olması yani karı koca ilişkisini çok bence pozitif etkileyen bir şey değil.” (ID: 118).

“Hiçbir sıkıntı olmadı pandemide çünkü hani o işine gelip gitmeye devam etti ben evdeydim. Hani tamamen ikimizde evdeydik de öyle pandemi bizi nasıl etkiledi diyemeyeceğim. O yine normal rutininde işine gitti çünkü. Herhangi bir değişikliği olmadı onun zaten çocuklar küçük olduğu için biz zaten hafta sonları hep birlikteyiz. Pandemi olsa da olmasa da zaten hep birlikte aksiyon aldığımız için çocuklarımız küçük olduğu için o pandeminin o konuda şeyi olmadı bize.” (ID:502)

Tablo 4.12 Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar

Kategori Adı	Alt Kategori 1	Alt Kategori 2	Kaç Katılımcı Tarafından İfade Edildiği	Örnek Cümleler
Annenin Çalışma Hayatı	Annenin Neden Çalıştığı	Maddi Nedenler	15	Ben direkt maddi durumdan benim şu an imkanlarım el versin direk evime çıkar otururum. Hiçbir şekilde çalışmam ve benim 2 tane çocuğum var. (430)
		Manevi Nedenler	13	Kafamı dağıtmak için çalışıyorum her şeyden önce. Çünkü öteki türlü ev ve çocuklar arasında sıkışıp kalacağım. Akşam eşim işten geldiğinde tek anlatacağım şey ev ve çocuklar. Bugün şunu yaptım bunu yaptım her gün çamaşır yıkadım orayı topladım burayı temizledim çocuklar geldi. Başka anlatabilecek hiçbir şeyim olmayacak. Çalışırken öyle değil. Birçok kişiyle sosyalleştiğim için kimi zaman olumlu kimi zaman olumsuz diyaloglarımız oluyor iş yerinde bir şeylere kızabiliyoruz sevinebiliyoruz. Yani paylaşım artabiliyor. (502)

Tablo 4.12 (Devamı) Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar

İş Aile Çatışması	11	<p>Eşim, daha erken çıkmak zorunda olduğu için ben ona göre biraz daha geç giriyorum işe. Ofise girme saatleri diye bir sıkıntımız var. O 8.30'da mecburen ofiste olmak zorunda ben de 9.00'a kadar müsait olduğum için bir o konuda şey yaşıyoruz çelişiyoruz sıkıntı yaşıyoruz. Ben, biraz daha geç gitme durumu söz konusu olurken eşimle çıkmak zorunda kalıyorum. Yani daha az zamanla, daha az saat çalışsak benim de bir şey yapma şansım olsun isterdim sabah yemek hazırlamak yerine akşam çıkıp rahat rahat yemeğimi hazırlayacak kadar vaktim olsun isterdim ama özel sektörde böyle bir şans yok. (429)</p> <p>Ben 18.00'da eve geldiğimde yani benim mesaim 18.00'da bitmiş oluyordu. Eve gelene kadar eşimden belki yarım saat önce evde olmuş oluyordum bu sefer de bir şeyler aksayınca ister istemez eleştirdiği ya da söylendiği oluyordu ama hani bu bana göre doğru mu hayır yanlış çünkü işte sabah kızı okula bırak, akşam işten gel, koş koş al bir ton iş yaptığımı düşünüyorum. (9)</p>
----------------------	----	--

Tablo 4.12 (Devamı) Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar

	Annenin çalışması hakkında eşin düşünceleri	Olumlu	17	Biriyle konuştuğunda mesela duyuyorum hep bunu eşim olmazsa zor geçiniriz diyor. Bunu hep söylüyor duyuyorum. Zaten onun izni olmazsa çalışmam ben. Sadece çalışıyorsun yıpratıyorsun kendini hakkını al diyor onu hep söylüyor yani. Beni destekliyor. (140)
		Olumsuz	5	Bazen çalışma işte otur çocukla vakit geçir o zaman çok yoruluyorsan dediği şeyleri de oluyor. (9) Suçlar daha çok suçlar. Eşim için yaptığım her şey hata, çalıştığım için. (430)
Pandeminin Etkisi	Maddi		11	Bir kere maddi olarak çünkü benim eşimin dükkânı da bizim mağazamız da kapalı kaldı. Yani biz bir buçuk yıl diyelim eşiminki kapalıydı. Ben yine bir ay falan kapattım. Maddi olarak çok şey olduk yıprandık yani hazır olan ya da birikim adını verdiğimiz şeyleri tükettik evdeydik çünkü. Bu da problemler yarattı yani maddi olarak rahat olmadığımız zaman daha farklı sorunlar çıkıyor. (50) Maaşları düşürdüler, yatırmadılar. Pandemi olmasaydı kayıt kaybını bahane edip maaşımıza yansıtmazlardı. (178)

Tablo 4.12 (Devamı) Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar

Manevi	8	<p>Ben artık bayağı şeydim krizler falan geçirmeye başlamıştım sürekli Covidli hastalar görünce ilk nasıl olduğunu bilmiyorsun o dönemde. (512)</p> <p>Herkes gibi bizi de etkiledi özellikle çocuklardan dolayı dışarı çıkmamız etkilendi, kapalı yerlere girmedik marketler dahil yani insanlarla ilişkilerimiz bizle uzaklaştı şu an geçmiş olsa bile maske çıksa bile insanlar tedirgin oldu. Öpme, sarılma hayatımızdan çıktı. (253)</p> <p>Bizim de psikolojik olarak çok yıprandı ve bu konuda benim sağlık çalışanı olmam da çok etkili oldu. Hep kendimi taşıyıcı olarak düşündüm işte ekstra özen göstermem gerekti. Kapıdan dışarıya çıktım ya eve geldiğimde mutlaka üstümü değiştirip duş almam gerekiyordu yani pis hissediyordum. (18)</p>
Eğitim	7	<p>Pandemi sürecinde çocukların evden uzaktan eğitim almaları onları çok kötü etkiledi. O 1.5 yıllık süreç yani kayıp bence eğitim anlamında. Zorunlu böyle ekran başında çocuklar artık bir noktadan sonra bildiğiniz işkence yani ve bu çok uzun saatler, 6 saat ekran başında oturuyor o çocuk. 2. Sınıf çocuğu, 3. Sınıf çocuğu. Bir süre sonra zaten artık koymadım uzaktan eğitimlere. Oğlumu babasıyla birlikte ailelerimizin olduğu şehre gönderdim. Orada bir özel okula 3 aylığına oraya gitti. Yüz yüze eğitim yapıyordu orada son dönemlerinde.(461).</p>

Tablo 4.12 (Devamı) Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar

	Çocuk	12	Çocuğumda çok bariz bir şekilde kaygı oldu ki biz bu kadar relax davranmamıza, büyütmememize rağmen yani. Bizim çocuğumuz da böyleyse başka aileleri düşünemiyorum yani çünkü insanlar görüyordum ben böyle panik halinde ellerine sürekli çocuğun bir şeyler sıkıyorlar. (437)	
Çift Uyumu	Çift Olmanın Anlamı	18	Eş olmak adı üstünde bir kısmı ona ait, bir kısmı sorumlulukta da öyle. Hani bütün o kazanımlar, iyi şeyler için de geçerli aslında ama üzüntüyü de acıyı da paylaşmış ve zorlukları da birlikte göğüslemiş oluyorsunuz. (437) Çift olmak benim için bir olmak, aynı düşünmek ne bileyim aynı şeyleri hissetmek, birbirini anlamak. (463)	
	İlişkilerinin Tanımı	Olumlu	16	Anlayışlı bir çift, eşlerin birbirine karşı anlayışlı olduğu bir çift. Birbirini anlamaya çaba gösteren bir çift. Evet, olgunlaşmış bir ilişki ve saygılı, kendi içinde birbirinin dinamiklerini anlamaya çaba gösteren iki yetişkin derim. (118)
		Olumsuz	4	Çok sağlıklı değil, mesafeli. Çocuktan sonra da bölünme oldu. Ortak bir noktamız var ama bir eş anlamında karı koca anlamında paylaşımımız yok. (178)

Tablo 4.12 (Devamı) Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar

Tartışma Konusu	Çocuk ve aile ile ilgili meseleler	8	Mesela annesi doktora gidecek diyelim, birinin götürmesi gerekiyor. Genelde sabah benim çok fazla yoğun müşterim olmadığı için sen götürürsün diyor mesela bana. Diyorum ki sen de götürebilirsin, senin daha çok zamanın var. Annem seninle daha çok rahat ediyor. Böyle şeylerde de bazen geriliyorum çünkü onun o şekilde bir planı var. Ben bu plandan sabah haberim oluyorsa bu duruma sinir olabiliyorum ve tartışabiliyoruz. (50) Tartışma olayı da, çocuklardan. (463)
	İş ve maddi konularla ilgili meseleler	8	Maddi konularda olur. Ben çok harcama yaparım eşim bunu istemez. Karşı çıkar. Tutum konusunda tutumlu olduğundan istemiyor gereksiz harcama yapmamı. O yüzden alınca aramızda problem oluyor o yüzden kızar. (57)
	Ev işleri ile ilgili meseleler	4	Ev işiyle ilgili şeyler olabilir, iş bölümüyle. (437)

Tablo 4.12 (Devamı) Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar

Tartışmanın Yönetimi	Tartışma hakkında konuşarak	14	Halının altını süpürmek yok herkes fikirlerini çok rahat beyan edebiliyor ya halının altını süpürecek olsaydık hiç kimse konuşmazdı. (429)
	Bir şey olmamış gibi davranarak	11	Eşim uzatılan şeyleri sevmiyor. Ben buna diyelim ki sinirlendim. Bunu unutup geçer yani bunu şey yapmaz, aramızda bir gerginlik oldu sabah, geçti gitti, bitti. Ben ona darıldım, gücendim. O şeylere hiç takılmaz asla. O, orada yaşandıysa bitti. (50)
	Alınganlık Göstermek (Trip Atmak)	5	Baktık şey olmuyor küslük olur. Konuşamam konuşmayı keserim. (253) Her evlilik de olduğu gibi küsmeler tripleşmeler oluyor. (57)

Tablo 4.12 (Devamı) Nitel çalışma kategoriler ve alt temalar

Pandeminin Çiftlere Etkisi	Olumlu Etkilenenler	11	Çok daha iyiydi bir aradaydık hep işte bir şeyleri paylaşıyorduk o yüzden benim stresli şeyim çok azdı o çocuklarla ilgilenebiliyordu benim molalarım olabiliyordu çok güzeldi o dönem için çok iyi oldu rahatladık dinlendik çünkü biz evlendiğimizden beri hiçbir hafta sonunu bile birlikte geçirmedik yani yaz tatilinde değilsek hani 10 günlük falan o yüzden bizim için dinlenme, mola, zaman geçirme yılı oldu böyle. (133)
	Olumsuz Etkilenenler	5	Yani kimi zaman sıkıldık açıkçası. kimi zaman süreç çok uzun geldi... pandemi sürecinde bazen sıklıkla ya sıkışmışlıkla ev ve iş aynı anda, hani olması yani karı koca ilişkisini çok bence pozitif etkileyen bir şey değil. (118)
	Etkilenmeyenler	8	Hiçbir sıkıntı olmadı pandemide çünkü hani o işine gelip gitmeye devam etti ben evdeydim. Hani tamamen ikimizde evdeydik de öyle pandemi bizi nasıl etkiledi diyemeyeceğim. O yine normal rutininde işine gitti çünkü... Herhangi bir değişikliği olmadı onun zaten çocuklar küçük olduğu için biz zaten hafta sonları hep birlikteyiz. Pandemi olsa da olmasa da zaten hep birlikte aksiyon aldığımız için çocuklarımız küçük olduğu için o yüzden hani pandeminin o konuda şeyi olmadı bize. (502)

BÖLÜM 5

5. TARTIŞMA

Araştırmanın bu bölümünde, çalışma kapsamında gerçekleştirilen nicel ve nitel analiz bulguları özetlenmekte, sonuçlar literatür doğrultusunda değerlendirilmekte, araştırmanın sınırlı yanları paylaşılmakta ve gelecekte yapılması planlanan çalışmalar için öneriler sunulmaktadır. Araştırmanın örneklemi, Türkiye'nin 21 farklı ilinde yaşayan, 2 ile 8 yaş aralığında çocuğu olan, evli ve çalışan 265 kadın katılımcıdan oluşmaktadır. Bu çalışmada, annelerin, eşlerinden algıladıkları sosyal destek, çift uyumu ve iş aile çatışması düzeylerinin depresyon üzerindeki yordayıcı rolünü incelemek amaçlanmış bu amaç doğrultusunda nicel ve nitel bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmada, Covid-19 pandemisinin çalışan kadınların depresyonu üzerindeki etkisine dair birtakım sorulara yanıt aranmıştır.

Çalışmaya katılan annelerin %43.4'ü hafta sonları çalıştığını belirtmiştir. İlk olarak, hafta sonu çalışan anneler ile hafta sonu çalışmayan annelerin depresyon skorları karşılaştırılmıştır. Analiz sonucunda, hafta sonu çalışan annelerin depresyon düzeylerinin daha yüksek olduğu görülerek çalışmanın birinci hipotezi doğrulanmıştır. Araştırmanın bu bulgusu, literatürdeki diğer çalışma sonuçlarını desteklemekte olup geçmiş çalışmalar ile uyumludur. Bu çalışma ile benzer olarak Gök (2020) tarafından yapılan araştırma sonucunda, iş saatleri arttıkça kadınların depresyon skorlarının yükseldiği görülmüştür. Çalışma koşulları, depresyon gibi zihinsel sağlık sorunlarıyla ilişkili olup önemli bir stres kaynağıdır (Hochberg ve ark., 2013). Ogawa ve ark. (2018), haftada 100 saatten fazla çalışanlar ile 60 saatten az çalışanları kıyasladığında, 100 saatten fazla çalışan gurubun diğerlerin göre

depresif belirtiler geliştirme riskinin 7 kat fazla olduğunu bildirmiştir. Pazar günleri çalışmak, bireyin hem sağlığı hem de iş yaşam dengesi üzerinde olumsuz bir etkiye sahiptir (Wirtz ve ark., 2011). Organization for Economic Cooperation and Development OECD (2020) verileri incelendiğinde, Türkiye’de ortalama haftada 45.6 saat çalışılmaktadır. Haftalık çalışma saatlerine göre OECD ülkelerine bakıldığında Türkiye 2. Sırada yer almaktadır.

Araştırmada, katılımcıların %35.5’i Covid-19 nedeniyle yakınına kaybettiğini belirtirken %64.5’i Covid-19 nedeniyle yakınına kaybetmediğini belirtmiştir. Covid-19’dan yakınına kaybedenler ve kaybetmeyenlerin depresyon skorları çalışmanın ikinci hipotezini test etmek için karşılaştırılmıştır. Analiz sonucunda, Covid-19’dan yakınlarını kaybedenlerin depresyon puan ortalamalarının yakınına kaybetmeyen katılımcıların depresyon puan ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmüş böylece çalışmanın ikinci hipotezi doğrulanmıştır. Bu bulgu, önceki çalışmaları destekler niteliktedir. Covid-19 virüsüne yakalanan bireyler ile enfekte olduktan sonra görüşmemek, sosyal destek sağlayamamak ve vefat ettiklerinde dini ve kültürel ritüeller ile defin işlemlerini tamamlayamamak uzun dönemde depresyon, travma sonrası stres bozukluğu gibi psikolojik rahatsızlıkların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir (Li ve ark., 2020). Koçak, Koçak ve Younis. (2021), Covid-19 nedeniyle enfekte olan veya vefat eden bir aile üyesine, arkadaşına ya da akrabaya sahip olmanın, depresyona, kaygıya ve strese sebep olan Covid-19 korkusu üzerinde aracı bir etkisi olduğunu bulmuşlardır. Çubuk (2020), Covid-19’un tüm dünyayı etkilediğini ve toplu ölümler ile toplumsal travma olarak nitelendirilebileceğini aktarmış ve üniversite öğrencileri üzerinde psikolojik tepkilere neden olduğunu belirtmiştir. Salgın süresince, yas sürecinin uzamasının kronik bir hale gelerek depresyona neden olduğunu ifade etmiştir. Covid-19’un bulaşıcı olma özelliği nedeniyle kişilerin karantinada vefat etmeleri, uygun cenaze işlemlerinin gerçekleştirilememesi, yakınlarının vefat eden kişi ile vedalaşamamaları, ölümün beklenmedik olması ve kayıp ile eş zamanlı olarak pandeminin getirdiği stres faktörlerinin bir aradalığı kişinin kayıpla baş edebilme kapasitesini zorlamakta, psikolojik belirtileri arttırmakta ve depresif belirtilerin, anksiyete semptomlarının ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Carr ve ark., 2020).

Covid-19 sebebiyle gelir azalması yaşayanların depresyon skorlarının daha yüksek olacağı yönündeki hipotez test edildiğinde gelir durumu artanlar, gelir durumunda herhangi bir değişiklik olmayanlar ve gelir durumu azalanlar arasında

depresyon puanlarına göre bir farklılık olmadığı görülmüştür. Çalışmanın bu bulgusu, literatürü destekler nitelikte değildir. Covid-19, birçok ülkede işsizlik rakamlarında artışa sebep olmuş olup gelir durumlarında değişikliğe yol açmıştır (Blustein ve ark., 2020). Posel, Oyenubi ve Kollampambil (2021) tarafından yapılan çalışmada, Güney Afrika'da Covid-19 nedeniyle uygulanan karantinadan önce çalışan yetişkinlerden oluşan bir örnekleme, işini kaybeden veya işten izinli olanların, çalışmaya devam edenlere kıyasla depresyon tanısı alma ihtimallerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Covid-19 döneminde işsiz olan bireyler, daha yüksek düzeyde Covid-19 korkusu ve depresyon düzeyi bildirmektedirler (Levy ve Cohen-Louck, 2021). Pandemi sırasında yaşanan ani gelir kaybı anksiyete ve depresyon belirtileri ile ilişkili olsa da depresyon ile daha güçlü bir şekilde ilişkilidir. Pandemi sırasındaki ani gelir kaybı, depresyon için spesifik bir risk faktörü olarak görülebilmektedir (Palmor ve ark., 2021). Bu çalışmada, Covid-19 nedeniyle gelir durumunun azaldığını belirten katılımcı sayısı diğer durumlardaki katılımcıların sayısına kıyasla yetersiz olduğu görülmektedir. Bu nedenle, çalışmanın bu bulgusunun literatür ile uyumlu olmadığı söylenebilir.

Çift uyumu, çift doyumu ve sevgi gösteriminin birlikte kadınların depresyonunu negatif yönde yordadığı tespit edilerek çalışmanın dört numaralı hipotezi doğrulanmıştır. Bu analiz sonucundan, kadınların, çift uyumunu, çift doyumunu ve sevgi gösterimini yüksek düzeyde deneyimliyor olmasının depresif belirtiler geliştirme olasılıklarını azalttığı sonucuna varılabilir. Bu bulgu, önceki araştırmaların sonuçlarını destekler niteliktedir. Artigas ve ark. (2017) çift uyumsuzluğu ve depresyon arasındaki çift yönlü ilişkiye bakıldığında iki değişkenin birbirinden etkilendiği belirtmişlerdir. Düşük düzeyde çift uyumunun, çiftin ilişkilerini ve dolaylı olarak da depresyon belirtilerini iyileştirmede destekleyici bir role sahip olmadığını aktarmışlardır. Kannekanti, Bhattacharjee, Ram ve Pachori (2021), depresif hasta grubunun çift uyumunu, çift doyumunu ve sevgi gösterimini sağlıklı kontrol grubu ile karşılaştırmıştır. Bu iki grup arasında çift uyumunun tüm alt boyutlarında anlamlı fark olduğu görülmüştür.

İş aile çatışmasının, kadınların depresyonunu pozitif yönde yordadığı görülmüş ve çalışmanın beşinci hipotezi doğrulanmıştır. Kadınların deneyimlediği iş aile çatışması ne kadar fazla ise depresyon puanlarının o kadar yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmanın bu bulgusu literatür bulguları tarafından desteklenmektedir. İş aile çatışması, iyilik hali ve davranış üzerinde olumsuz etkileri

olan bir stres kaynağıdır (Xiao ve ark., 2014). Parlak (2021) tarafından yapılan çalışmada da iş aile çatışmasının depresyonu yordadığı bulunmuştur. Kalliath ve Kalliath (2013) yaptıkları araştırma sonucunda iş aile çatışmasının depresyon ve fiziksel rahatsızlıklar ile pozitif yönde ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Günümüzde, çocuk bakımının anneye özgü olmadığı babanın da çocuk bakımında rol alacağı yönünde eşitlikçi yaklaşımlar var olsa da çocuk bakımında erkeklere kıyasla kadınların daha fazla görev almaları beklenmektedir (Lee ve ark., 2013). Akçınar (2020) yaptığı çalışmada, annelerin babalara kıyasla çocuk bakımıyla daha fazla ilgilendiği, ev işlerinde daha fazla rol aldığı belirtilmiştir. Zaman temelli kuramda açıklandığı üzere, bireyin farklı alanlarda yüklendiği rollerin sayısı arttıkça zamanı kısıtlanmakta bu da iş aile çatışmasına yol açmaktadır (Helmy, 2018).

Çocukların evde olduğu ve çalışma saatlerinin uzun olduğu durumlarda iş-aile çatışmasının daha fazla olduğu görülmüştür (Stier, Epstein ve Braun, 2012). Pandemi sürecinde evden çalışma sistemine geçilmesinin, okulların kapalı olmasının daha fazla iş aile çatışmasına yol açtığı dolayısıyla da kadınların ruh sağlığını olumsuz yönde etkilediği söylenebilir.

Eşten algılanan sosyal desteğin kadınların depresyonunu negatif yönde yordadığı görülmüş ve araştırmanın hipotezi doğru kabul edilmiştir. Literatüre bakıldığında bu bulgunun önceki çalışmaları desteklediği görülmektedir. Eşlerinden destek algılayan kadınlar destek algılamayan kadınlara göre daha az depresyondadır (Major ve ark., 1990). Turner ve Lloyd (1999) tarafından medeni durum ve depresyon arasındaki ilişkide sosyal desteğin önemli bir aracı olduğu bildirilmiştir. Algılanan partner duygusal desteği daha düşük depresyon seviyeleri ile ilişkilidir (Talley, Molix, Schlefel ve Bettencourt, 2010).

Çalışan annelerin çalışma süreleri ve eğitim düzeyleri kontrol edilerek eşten algılanan sosyal destek, çift uyumu, çift doyumu, sevgi gösterimi ve iş aile çatışmasının birlikte kadınların depresyonunu yordaması incelenmiştir. İlk adımda, çalışma süresinin depresyonu pozitif yönde yordadığı görülmüştür. Taycan, Kutlu, Çimen ve Aydın (2006), çalışma süresinde artış oldukça bireylerin kendilerini yıpranmış ve duygusal olarak tükenmiş hissettiğini belirtmiştir. İkinci adımda, eğitim düzeyi modele eklenmiştir. Çalışma süresi ile eğitim düzeyi aynı modeldeyken eğitim düzeyinin kadınların depresyonu üzerinde herhangi bir yordayıcı etkisi bulunmamış, çalışma süresi depresyonu yordamaya devam etmiştir. Üçüncü adımda, eşten algılanan sosyal destek, çift uyumu, çift doyumu, sevgi gösterimi ve iş aile

çatışması bir arada modele eklenmiştir. Bu modede, yalnızca çalışma süresinin, çift doyumunun ve iş aile çatışmasının kadınların depresyonunu yordadığı bulunmuştur. Çift doyumunun negatif yönde yordayıcı role, çalışma süresinin ve iş aile çatışmasının pozitif yönde yordayıcı role sahip olduğu görülmüştür. Annenin eğitim düzeyi değişiklik gösterse de çalışma süresi depresyon üzerinde etkisi olan önemli bir değişkendir. Eşten algılanan sosyal destek, çift uyumu, sevgi gösterimi tek başlarına depresyonu yordasalar da çalışma süresi, çift doyumunu ve iş aile çatışması ile bir aradayken depresyonu yordayıcı role sahip değildir.

Çift uyumunun, çift doyumunun ve sevgi göstermenin, iş aile çatışması ve kadınların depresyonu arasındaki ilişkide koruyucu bir etkisinin olup olmadığı incelendiğinde, çift doyumunun iş aile çatışması ve depresyon arasındaki ilişkide koruyucu etkiye sahip olduğu doğrulanmıştır. İlk modelde, çocuğun okula gitme durumu, çalışma şekli, çalışma süresi ve Covid-19 nedeniyle yakın kaybı depresyonu anlamlı bir şekilde yordamaktadır. İkinci modele, iş aile çatışması ve çift doyumunu eklendiğinde çocuğun okula gitme durumu artık kadınların depresyonunu yordamamaktadır. Üçüncü modele, iş aile çatışması ve çift doyumunu etkileşimli olarak eklendiğinde çocuğun okula gitme durumu ve tek başına çift doyumunu kadınların depresyonunu yordamamaktadır. Çift doyumunun yüksek yaşandığı ilişkilerde düşük iş aile çatışması yaşanması depresyonu etkilemezken çift doyumunun düşük olduğu ilişkilerde düşük iş aile çatışması depresyonu arttırmaktadır. Bu bulgu sonucunda, çift doyumunun eşler arasında önemli bir faktör olduğu görülmektedir. İşten aile içine taşınan tartışma kaynakları giderilemediğinde dahi çiftler arası doyum arttığında yaşanan iş aile çatışmasının etkisinin değişmesi beklenebilir. Beach ve ark. (2003) yaptıkları boylamsal bir çalışmada, birinci zamandaki evlilik kalitesinin ikinci zamandaki depresif belirtilerle ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Bu çalışmanın sonucuna benzer olarak Choi ve Jung (2021) tarafından yapılan araştırmada da çiftlerin depresif semptomlarındaki değişikliklerin çift doyumunu ile ilişkili olduğu görülmüştür.

Derinlemesine yapılan mülakatlarda, katılımcılara çalışma hayatları, iş aile çatışması deneyimleri, pandeminin etkileri, eşlerin kadınların çalışması hakkındaki tutumları, çift uyumları, tartışma yöntemleri ve pandeminin çiftlere etkisi üzerine sorular sorularak bilgiler alınmıştır. Derinlemesine mülakatlar, ölçeklerle elde edilen bilgileri desteklemeyi ve ölçeklerle sınırlı olan soruları detaylandırmayı sağlamıştır.

Özellikle, tartışmaların yönetimi ve pandeminin çiftlere etkisinin değerlendirilmesi nitel çalışma yolu ile sağlanmıştır.

Katılımcıların çalışma motivasyonlarına bakıldığında anneler, hem maddi hem de manevi nedenlerden ötürü çalıştıklarını söylemişlerdir. Eşlerinden çalıştıkları için destek gören kadınlar, destek görmeyen kadınlara kıyasla daha az iş aile çatışması kaynaklı tartışma bildirmişlerdir. Pandeminin maddi, manevi, çocuk ve eğitim konularında kadınları etkilediği görülmüştür. Maddi olarak, sıklıkla iş yerlerinin kapatılması, maaşların ödenmemesi, işten çıkarılmalarından söz edilmiştir. Manevi olarak, psikolojik ve sosyal nedenlerden bahsedilmiştir. Sıklıkla el yıkama davranışı, yakın kaybı, sosyal ilişkilerin azalmalarından söz edilmiştir. Çocuk konusunda ise kadınlar, çocuklarının evde sıkıldığını, yaşatlarından geri kaldığını, çocukların bunaldığını aktarmıştır. Pandeminin eğitim üzerindeki etkisi için, okulların kapatılması, eğitimin online olması, çocukların kaliteli eğitim alamamasını dile getirmişlerdir.

İlişkileri için olumlu tanımlamalar yapan kadınlar, daha az iş aile çatışması deneyimi yaşadıklarını ve daha fazla eş desteği gördüklerini aktarmıştır. Çiftler arasındaki tartışmaların, çocuk ve aile, iş ve maddi ve ev işi bölümü konularında yaşandığı görülmüştür. Tartışmaları çözme biçimleri açısından kadınlar, tartışma konusunda konuşarak, bir şey olmamış gibi davranarak ve alınganlık göstererek şeklinde 3 kategoriye ayrılmıştır. Tartışmalar konusunda konuşarak problemlerini çözdüğünü bildiren katılımcılar diğerlerine kıyasla eşlerinden çalışmaları hakkında daha fazla destek gördüklerini aktarmakta ve ilişkilerini olumlu olarak tanımlamaktadırlar. Pandeminin çift ilişkisi üzerine etkisi incelendiğinde olumlu etkilenenler, olumsuz etkilenenler ve etkilenmeyen başlıkları olduğu görülmüştür. Olumlu etkilenenler, pandeminin ilişkilerini güçlendirdiği ve birbirlerine zaman sağlayabildiklerini aktarırken olumsuz etkilenenler artan iş yükü ve ev içi çatışmaların arttığını, sıkıldıklarını bildirmişlerdir. Etkilenmediğini söyleyen kadınların söylemleri incelendiğinde pandemi sürecinde çalışmaya devam ettikleri ya da pandemiyle birlikte aile rutinlerinde değişiklik olmadığı görülmüştür.

Çift olmanın anlamı sorulduğunda, bütünlük, bir arada olmak, ortak hareket etmek, uyum içinde olmak ifadeleri kullanılmıştır. Buradan hareketle, kadınların çift olmayı birlikteliğe vurgu yaparak tanımladığı söylenebilir. Kadınların çalışma motivasyonları dikkate alındığında, maddi nedenlerle çalıştıklarını belirtenler ekonomik koşullardan, geçim sıkıntılarından dolayı çalışmaya mecbur olduklarını

düşünmektedirler. Manevi nedenlerden ötürü çalışan kadınlar ise çalışmayı güçlü yanları olarak yorumlamaktadırlar. Eşten destek almak kadınlar için yaptıkları işin takdir edilmesi, eşleri tarafından, yorulduklarının fark edilmesi anlamlarını taşımaktadır. Manevi sebeplerle çalışan kadınların maddi nedenlerle çalışanlara kıyasla çalışmaktan daha memnun ve motive oldukları sonucuna varılabilir. 2-8 yaş arası çocuğa sahip anneler bu yaş aralığından büyük başka bir çocuğa daha sahip olduğunda, pandemi döneminde çocuk ve eğitim konusunda zorlanmalarının psikolojik etkilerini de yaşadıkları söylenebilir. Çocuğunu yüzyüze eğitim alması için şehir dışına göndermek, ev içerisindeki her bireye yetişmek anneleri çaresiz ve yetersiz hissettirmiş olabilir. Yetersizliğe dair inançlar kişinin sorun çözme becerilerini olumsuz yönde etkilemektedir. Bu durum, çiftler arasındaki gerilimi arttırabilir ve eşler arasında iletişimi azaltarak duygusal paylaşımın azalmasına sebep olabilir (Cohan ve Bradbury, 1997). İş aile çatışmasına dair ifadelerle bakıldığında, kadınların çalışma koşullarından memnun olmadıkları, iş ve ev rolleri arasındaki dengeyi kurmanın kendi içlerinde çatışmaya yol açtığı ve bu durumdan hoşnut olmadıkları anlamları çıkarılabilir. Toplumsal cinsiyet rolleri, iş ve aile arasındaki dengenin korunmasını zorlaştıran bir etken olarak görülebilir. Toplumsal cinsiyet rolleri ve iş yaşamındaki kadının rolleri birbiri ile uyuşmadığında çalışan kadınların problem yaşamaları kaçınılmaz olmaktadır (Candoğan, 2019). Toplumsal cinsiyet rolleri açısından, eşler arasında eşitlikçi bir tutum olduğunda çiftler, geleneksel tutuma sahip olanlara kıyasla daha fazla çift uyumu göstermektedirler (Zammichieli, Gilroy ve Sherman, 1988).

Nitel çalışma sonucunda, ilişkileri hakkında olumlu tanımlamalar yapan kadınların daha az iş aile çatışması bildirdiği görülmüştür. Nicel analizlerde de görüldüğü üzere çift uyumu, çift doyumu ve sevgi gösterimi ile iş aile çatışması arasında anlamlı bir ilişki vardır. Bu bulguya benzer olarak, çalıştıkları için eşlerinden destek gördüğünü belirtenler destek görmeyenlere göre daha az iş aile çatışması deneyiminden söz etmiştir. Korelasyon analizi sonucunda iş aile çatışması ve eş desteği arasında da negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Derinlemesine mülakatta, çalışma saatlerinin uzun olmasının iş aile çatışmasına ve ev içi tartışmalara yol açtığına dair söylemler yer almaktadır. Haftasonu çalışanlar ile çalışmayanlar arasında depresyon skorları açısından anlamlı bir farklılık bulunması nitel veriyi destekler niteliktedir. İş aile çatışmasının depresyonu yordadığına dair

birçok çalışma bulunmaktadır (Repetti ve Crosby, 1984; Wang ve Penn, 2017). Dolayısıyla, haftasonu çalışan kadınların depresyon skorlarının çalışmayanlara göre daha yüksek olduğu hipotezi nicel ve nitel bulgular ile desteklenmiştir.

5.1 Çalışmanın Sınırlılıkları

Bu çalışmada, eşten algılanan sosyal destek, çift uyumu, iş aile çatışması ve depresyon arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. 2 ile 8 yaş aralığında çocuğu olan 265 kadın araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Araştırmada mevcut olan birtakım sınırlılıklar vardır. Çalışma, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Çift Uyum Ölçeği, İş Aile Çatışması Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri ve nitel soru formunun ölçümledikleri ile sınırlıdır.

Nicel ve nitel soru formlarının yanıtları katılımcının öz bildirimlerine dayalıdır bu nedenle gerçekliği yansıtmayabilir. Derinlemesine mülakatlarda, katılımcıların sorulara samimiyetle ve doğrulukla yanıt vermesi istenmiştir ancak katılımcılar sosyal istenirliğe göre yanıtlar vermiş olabilir bu nedenle söylemlerin gerçekliği yansıtmama ihtimali vardır.

Derinlemesine mülakat çalışmasının Covid-19 nedeniyle yüzyüze gerçekleştirilmemiş olması çalışmayı sınırlandırmıştır. Görüşmeler esnasında teknolojik nedenler ile kesilmeler yaşanması, görüşme yapılırken bazı katılımcıların başkaları tarafından rahatsız edilmesi, bazı katılımcıların bilgisayar üzerinden bazı katılımcıların telefon aramasıyla görüşmelere katılması görüşmelerin standart bir şekilde yapılmasını engellemiştir.

Çalışmada erkek katılımcıların iş aile çatışması deneyimleri, çift uyumu ve eşten algıladıkları sosyal desteğin depresyonları üzerindeki etkisinin incelenmemesi araştırma sonuçlarının genellenebilir olmasını kısıtlamaktadır. Covid-19 pandemisine dair verilerin de toplandığı bu çalışma, Covid-19'un etkisinin görece azaldığı bir dönemde yapılmıştır. Katılımcılar, içinde bulunduğumuz normalleşme sürecindeyken pandeminin etkilerine dair sorulan sorulara yanıt vermiştir. Bu nedenle, verilen cevaplar pandeminin ilk zamanlarındaki etkisini yansıtmayabilmektedir. Veri toplama aşaması, okulların kapalı olduğu, çalışma koşullarının tamamen uzaktan olduğu, karantinanın uygulandığı ve sokağa çıkma yasaklarının olduğu dönemde yapılmış olsaydı daha etkili sonuçlara varılırdı. Kesitsel araştırma deseni ile yapılan bu çalışmada zamana bağlı değişiklikler açıklanamamaktadır.

5.2 Sonuç ve Öneriler

Bu araştırma dahilinde, çalışan, partneri olan, 2-8 yaş aralığında çocuğa sahip anneler ile nicel ve nitel bir çalışma yürütülmüştür. Nicel analizler sonucunda, Covid-19'dan yakınıni kaybedenlerin depresyon puanları kaybetmeyenlerden yüksek bulunmuştur. Haftasonu çalışan kadınların depresyon puanlarının çalışmayanlara göre daha fazla olduğu görülmüştür. Covid-19 nedeniyle gelir durumunda değişiklik olanlar ile olmayanlar arasında depresyon puanları açısından farklılık olmadığı bulunmuştur. Eşten algılanan sosyal desteğin, iş aile çatışmasının, çift doyumunun depresyonu yordayan değişkenler olduğu ortaya konmuştur. Çift uyumu ve sevgi gösterimi çift doyumu ile bir aradayken depresyonu yordamaktadır. İş aile çatışması ve depresyon arasındaki ilişkide çift doyumunun koruyucu rolü olduğu bulunmuştur.

Çift doyumu, bireylerin ilişkileri hakkında öznel olarak algıladıkları hoşnutluk ve mutluluk hisleri olarak ifade edilmektedir (Binici, 2000). Çift doyumunun depresyon için koruyucu bir faktör olduğunun ispatlanması iş aile çatışması yaşayan çiftlere yönelik yapılacak müdahalelerin belirlenmesine katkı sunmaktadır. Çalışma sonucunda, depresyona yönelik koruyucu faktörlerin sürdürülebilir olmasında çift doyumunun önemli bir yeri olduğu görülmektedir. İlişki içerisinde yaşanan olumlu deneyimler, depresif belirtileri olan annelerin işlevseliklerini arttırmalarına ve sürdürmelerine katkı sağlayabilir. Çift ve aile psikoterapilerinde, partnerler arası paylaşımların artması, ilişkideki yakınlığın sağlanması, çiftler arası iletişimin artması çift doyumunu arttıran etmenler olarak kullanılabilir. Depresyon nedeniyle psikoterapi hizmeti alan annelerin tedavi planlamalarında çift terapinin de yer alması bir alternatif olarak dikkate alınmalıdır.

Anneler ile yapılan görüşmelerde, katılımcılar pandemi döneminde ev ve iş rollerindeki çatışmaların arttığını ifade etmiştir. Annelerin ifadelerine bakıldığında, yetersizliğe dair inançlar görülmektedir. Bilişsel davranışçı psikoterapi çerçevesinde yetersizlik inancı ele alınarak inanca yönelik düşüncelerin ele alınması bununla beraber kadınlar başa çıkma becerilerinin arttırılması kadınların psikolojik iyi oluşlarına yarar sağlayabilir.

Eşten algılanan sosyal destek kadınların depresyonunu öngören bir değişkendir. Toplulukçu kültür özelliklerine sahip toplumlarda sosyal destek, bireyin hayatında önemli bir yere sahiptir. Nitel analizler göstermektedir ki eşlerinden sosyal destek gördüğünü ifade eden kadınlar daha fazla çift uyumu daha az iş aile çatışması

deneyimi bildirmektedirler. Eş desteğinin var olması kadınların iş ve aile hayatlarını denge içinde yürütmelerine katkı sağlamaktadır.

Haftasonu çalışan kadınların depresyon puanlarının daha fazla olması ve iş aile çatışmasının depresyonu pozitif yönde yordaması çalışma koşullarının ruh sağlığı üzerindeki önemini bir kez daha göstermektedir. Mevcut çalışma koşullarının iyileştirilmesine yönelik düzenlemelere ihtiyaç duyulduğu ifade edilebilir.

Bronfenbrenner (1979), Ekolojik Sistemler Kuramı ile makro sistemi tanımlar. Makro sistemde başlıca, bireyin içinde bulunduğu toplumun yaşam biçimi, kültürü, adetleri, hukuk sistemi, sağlık koşulları, ekonomik ve sosyal koşulları yer almaktadır. Çalışmanın sonuçları bu bakış açısı ile değerlendirildiğinde Covid-19'un makro sistemi etkilediği görülmektedir. Derinlemesine mülakatlarda katılımcılar, pandeminin özellikle maddi, manevi ve eğitim alanlarında onları etkilediğinden söz etmiştir. Sosyal desteğe daha fazla ihtiyaç duyulan bir dönemde sosyal desteğin algılanamaması bununla birlikte ekonomik koşulların zorlaşması ve çocukların eğitimlerinin aksaması gibi sorunlar sistemi olumsuz yönde etkilemiştir. Bu olumsuzlukların giderilmesi için çalışma saatlerinin düzenlenmesi, psikolojik destek programlarının geliştirilmesi gibi yeni politikaların oluşturulması önemlidir.

İleride yapılması planlanan çalışmalarda, annelerin eşleri ile birlikte araştırmaya katılması çalışmaların güvenilirliğini arttıracak ve daha fazla bilgi sunacaktır. Özellikle, Covid-19 döneminin uzun vadedeki etkilerini görebilmek için boylamsal çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Çift doyumunun koruyucu etkisinin incelendiği deneysel çalışmaların gerçekleştirilmesi literatüre katkı sağlayacak ve çift doyumunun koruyucu etkisinin uygulama alanında da desteklenebilir olduğunu göstermesi açısından yarar sağlayacaktır. Gelecekteki çalışmalarda, nitel çalışmaların yüzyüze gerçekleştirilmesi araştırma ortamının standart olması için önemlidir.

KAYNAKÇA

- Ackerman, R. A., Kashy, D. A., Donnellan, M. B., & Conger, R. D. (2011). Positive-engagement behaviors in observed family interactions: a social relations perspective. *Journal of Family Psychology, 25*(5), 719.
- AÇEV (2017). Türkiye’de İlgili Babalık ve Belirleyicileri. Türkiye’de Babalığı Anlamak Serisi. Anne Çocuk Eğitim Vakfı. İstanbul. Erişim Adresi: https://www.acev.org/wpcontent/uploads/2018/01/BabalikArastirmasiAnaRap or.16.10.17.web_.pdf
- Akçınar Yayla, B. (2020). Tübitak Projesi: Ebeveynlik Davranışları ve Çocukların Sosyal-Davranışsal Gelişiminde İş-Aile Çatışmasının Rolü. Erişim Adresi: <https://acikerisim.isikun.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/11729/3302/11729-3302.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Akhtar-Danesh, N., Landeen, J. (2007). Relation Between Depression and Sociodemographic Factors. *International Journal of Mental Health System, 1*(1),1-9.
- Allen, T. D., Herst, D. E. L., Bruck, C. S., & Sutton, M. (2000). Consequences associated with work-tofamily conflict: A review and agenda for future research. *Journal of Occupational Health Psychology, 5*, 278–308.
- Alves, S., Fonseca, A., Canavarro, M. C., & Pereira, M. (2018). Dyadic coping and dyadic adjustment in couples with women with high depressive symptoms during pregnancy. *Journal of Reproductive and Infant Psychology, 36*(5), 504-518.
- American Psychological Association. Stress in America 2020. Stress in the time of COVID-19. Erişim Adresi: <https://www.apa.org/news/press/releases/stress>.
- Amerikan Psikiyatri Birliği.(2013). Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, (DSM-5), (Çeviri ed. E Köroğlu) *Hekimler Yayın Birliği*, Ankara.
- Andrade, C., & Petiz Lousã, E. (2021). Telework and Work–Family Conflict during COVID-19 Lockdown in Portugal: The Influence of Job-Related Factors. *Administrative Sciences, 11*(3), 103.

- Angst, J., Gamma, A., Gastpar, M., Lépine, J. P., Mendlewicz, J., & Tylee, A. (2002). Gender differences in depression. *European archives of psychiatry and clinical neuroscience*, 252(5), 201-209.
- Argüder, E., Kılıç, H., Civak, M., Kacar, D., Kaya, G., Yılmaz, A., vd. (2020). Covid-19 Enfeksiyonu Nedeniyle Hastanede Yatan Hastalarda Anksiyete ve Depresyon Düzeyleri. *Ankara Medical Journal*, 20(4), 971- 981.
- Artigas, L., Mateu, C., Vilaregut, A., Feixas, G., & Escudero, V. (2017). Couple therapy for depression: Exploring how the dyadic adjustment determines the therapeutic alliance in two contrasting cases. *Contemporary Family Therapy*, 39(3), 195-206.
- Aryee, S. (1992). Antecedents and outcomes of work-family conflict among married professional women: Evidence from Singapore. *Human Relations*, 45(8), 813-837.
- Aycan, Z. ve Eskin, M. (2005), Relative contributions of childcare, spousal support, and organizational support in reducing work– family conflict for men and women: The case of Turkey, *Sex Roles*, 53,453–471.
- Bailyn, L., Drago, R., and Kochan, T. A. (2001), *Integrating Work and Family Life*, Boston College, Mass: Sloan Work and Family Research Network.
- Barbee, A. P., & Cunningham, M. R. (1995). An experimental approach to social support communications: Interactive coping in close relationships. *Annals of the International Communication Association*, 18(1), 381-413.
- Bariola, N., & Collins, C. (2021). The gendered politics of pandemic relief: Labor and family policies in Denmark, Germany, and the United States during COVID-19. *American Behavioral Scientist*, 65(12), 1671-1697.
- Batson, C. D., Duncan, B. D., Ackerman, P., Buckley, T., & Birch, K. (1981). Is empathic emotion a source of altruistic motivation?. *Journal of personality and Social Psychology*, 40(2), 290.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529.
- Beach, S. R. (2014). The couple and family discord model of depression: Updates and future directions. In S. C. South, & C. R. Agnew (Eds.), *Interpersonal relationships and health: Social and clinical psychological mechanisms* (133–155). Oxford University Press.
- Beach, S. R. H., Katz, J., Kim, S., & Brody, G. H. (2003). Prospective Effects of Marital Satisfaction on Depressive Symptoms in Established Marriages: A Dyadic Model. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(3), 355–371.
- Berkman, L. F., Glass, T., Brissette, I., & Seeman, T. E. (2000). From social integration to health: Durkheim in the new millennium. *Social science & medicine*, 51(6), 843-857.

- Binici A. (2000). *Psikolojik yardım için başvuruda bulunan ve bulunmayan evli çiftlerin evlilik ilişkilerini değerlendirmelerinin karşılaştırılması*. (Doktora Tezi) Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Blustein, D. L., Duffy, R., Ferreira, J. A., Cohen-Scali, V., Cinamon, R. G., & Allan, B. A. (2020). Unemployment in the time of COVID-19: A research agenda. *Journal of Vocational Behavior, 119*, 103436.
- Brailovskaia, J., Schönfeld, P., Zhang, X. C., Bieda, A., Kochetkov, Y., & Margraf, J. (2017). A Cross-Cultural Study in Germany, Russia, and China: Are Resilient and Social Supported Students Protected Against Depression, Anxiety, and Stress?. *Psychological Reports, 121*(2), 265–281.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard university press.
- Bulduklu, Y. (2019). Eleştirel Çalışmalarda Nitel Araştırma Yöntemi Olarak Gömülü Teori. *Kritik İletişim Çalışmaları Dergisi, 1*(1), 1-14.
- Burke, R. J., & Greenglass, E. R. (1987). Work and family. In C. L. Cooper & I. T. Robertson (Eds.), *International review of industrial and organizational psychology 273–320*. John Wiley & Sons.
- Burleson, B. R. (2003). The experience and effects of emotional support: What the study of cultural and gender differences can tell us about close relationships, emotion, and interpersonal communication. *Personal Relationships, 10*(1), 1-23.
- Butler, E. A., Lee, T. L., & Gross, J. J. (2007). Emotion regulation and culture: Are the social consequences of emotion suppression culture-specific? *Emotion, 7*(1), 30–48.
- Campos, B., & Kim, H. S. (2017). Incorporating the cultural diversity of family and close relationships into the study of health. *American Psychologist, 72*(6), 543-554.
- Cano, A., Johansen, A. B., Leonard, M. T., & Hanawalt, J. D. (2005). What are the marital problems of patients with chronic pain?. *Current Pain and Headache Reports, 9*(2), 96-100.
- Candoğan, B. (2019). *Toplumsal cinsiyet rollerinin iş aile yaşam dengesi tartışmaları ile yeniden üretimi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Carlson, D. S., & Perrewé, P. L. (1999). The role of social support in the stressor–strain relationship: An examination of work–family conflict. *Journal of Management, 25*(4), 513–540.
- Carlson, D. S., Kacmar, K.M., ve Williams, L.J. (2000), Construction and initial validation 93 of a multidimensional measure of work- family conflict, *J. Vocational Behavior 56*(2), 249–276.

- Carr, D., Boerner, K., & Moorman, S. (2020). Bereavement in the Time of Coronavirus: Unprecedented Challenges Demand Novel Interventions. *Journal of Aging & Social Policy, 1*–7.
- Carroll, S. J., Hill, E. J., Yorgason, J. B., Larson, J. H., & Sandberg, J. G. (2013). Couple communication as a mediator between work–family conflict and marital satisfaction. *Contemporary Family Therapy, 35*(3), 530-545.
- Cassel, J. (1976). The contribution of the social environment to host resistance: The Fourth Wade Hampton Frost Lecture. *American Journal of Epidemiology, 104*(2), 107-123.
- Chan, L. K., & Cui, H. J. (2003). Skewness correction and charts for skewed distributions. *Naval Research Logistics, 50*(6), 555–573.
- Charmaz, K. (2006). *Constructing grounded theory: A practical guide through qualitative analysis*. London: Sage.
- Choi, E., & Jung, S. Y. (2021). Marital Satisfaction and Depressive Symptoms Among Korean Couples With Young Children: Dyadic Autoregressive Cross-Lagged Modeling. *Family Relations, 70*(5), 1384-1398.
- Cid-Monckton, P.; Pedrão, L.J. (2011) Protective and Family Risk Factors Related to Adolescent Drug Use. *Rev. Lat. Am. Enfermagem, 19, 737–745*.
- Cohan CL, Bradbury TN: Negative life events, marital interaction, and the longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*(1): 114-128, 1997.
- Cohen, S. (1988). Psychosocial models of the role of social support in the etiology of physical disease. *Health Psychology, 7, 269–297*.
- Cohen, S. (2004). Social Relationships and Health. *American Psychologist, 59*(8), 676–684.
- Cohen, S., & McKay, G. (2020). Social support, stress and the buffering hypothesis: A theoretical analysis. *In Handbook of Psychology and Health, 4, 253-267*.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*(2), 310–357.
- Connell, C. M., Davis, W. K., Gallant, M. P., & Sharpe, P. A. (1994). Impact of social support, social cognitive variables, and perceived threat on depression among adults with diabetes. *Health Psychology, 13, 263–273*.
- Corbin, J. M., & Strauss, A. (1990). Grounded theory research: Procedures, canons, and evaluative criteria. *Qualitative sociology, 13*(1), 3-21.
- Cui, R., & Fiske, A. (2020). Relation Between Depression Symptoms and Suicide Risk in Adults and Older Adults: A Brief Report. *Journal of Applied Gerontology, 41*(1), 176–180.

- Çağ, P., ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4(39).
- Çelik, F. H., ve Hocaoğlu, Ç. (2016). Major depresif bozukluk'tanımı, etyolojisi ve epidemiyolojisi: Bir Gözden Geçirme. *Çağdaş Tıp Dergisi*, 6(1), 51-66.
- Çubuk, B. (2020). COVID-19 ile gelen kayıp nesne, yas ve depresyon. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(21), 90-99.
- Davidson, K. W., Rieckmann, N., & Rapp, M. A. (2005). Definitions and distinctions among depressive syndromes and symptoms: implications for a better understanding of the depression–cardiovascular disease association. *Psychosomatic medicine*, 67, 6-9.
- Davila, J., Karney, B. R., Hall, T. W., & Bradbury, T. N. (2003). Depressive symptoms and marital satisfaction: within-subject associations and the moderating effects of gender and neuroticism. *Journal of Family Psychology*, 17(4), 557.
- Dehle, C., Larsen, D., & Landers, J. E. (2001). Social Support in Marriage. *American Journal of Family Therapy*, 29(4), 307–324.
- Demby, K.P.; Riggs, S.A.; Kaminski, P.L. (2017). Attachment and Family Processes in Children's Psychological Adjustment in Middle Childhood. *Fam. Process*. 56, 234–249.
- Demirbağ, E. (2013). *Depresyonun sağaltımında sorun çözme eğitiminin etkililiği* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- Derogatis, L.R. (1992), The Brief Symptom Inventory-BSI: Administration, scoring and procedures manual-II. USA: Clinical Psychometric Research Inc.
- Desai, H. D., & Jann, M. W. (2000). Women's Health Series Major Depression in Women: A Review of the Literature. *Journal of the American Pharmaceutical Association*, 40(4), 525–537.
- DesRoches, Danika I., S. Hélène Deacon, Lindsey M. Rodriguez, Simon B. Sherry, Raquel Nogueira-Arjona, Mariam M. Elgendi, Sandra Meier, Allan Abbass, Fiona E. King, and Sherry H. Stewart. (2021). Homeschooling during COVID-19: Gender Differences in Work–Family Conflict and Alcohol Use Behaviour among Romantic Couples. *Social Sciences*, 10(7), 240
- Dikici, D. S., Ascibasi, K., & Aydemir, O. (2017). DSM-5 depresyon ölçeği Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18, 51-57.
- Douglas, M., Katikireddi, S. V., Taulbut, M., McKee, M., & McCartney, G. (2020). *Mitigating the wider health effects of covid-19 pandemic response*. *BMJ*, 1557.

- Eagle, D. E., Hybels, C. F., & Proeschold-Bell, R. J. (2019). Perceived social support, received social support, and depression among clergy. *Journal of Social and Personal Relationships, 36*(7), 2055-2073.
- Edwards, J. R., & Rothbard, N. P. (2000). Mechanisms linking work and family: Clarifying the relationship between work and family constructs. *Academy of Management Review, 25*(1), 178– 199.
- Eker, D., & Arkar, H. (1995). Perceived social support: psychometric properties of the MSPSS in normal and pathological groups in a developing country. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 30*(3), 121–126.
- Ettmann, C. K., Abdalla, S. M., Cohen, G. H., Sampson, L., Vivier, P. M., & Galea, S. (2020). Prevalence of depression symptoms in US adults before and during the COVID-19 pandemic. *JAMA network open, 3*(9).
- Evans, P., & Bartolomé, F. (1984). The changing pictures of the relationship between career and family. *Journal of Organizational Behavior, 5*(1), 9-21.
- Fallahchai, R., & Fallahi, M. (2022). Parental stress and dyadic adjustment among parents of children with ASD: Moderating effects of dyadic coping and perceived social support. *Research in Developmental Disabilities, 123*, 104192.
- Fışıloğlu H, Demir A. (2000). Applicability of the Dyadic Adjustment Scale of Marital Quality with Turkish couples. *Eur J Psychol Assess. 16*, 214–8
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*(5), 992–1003.
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1993). Marital Satisfaction Scale: A brief research and clinical tool. *Journal of Family psychology, 7*(2), 176.
- Frías, M. T., Shaver, P. R., & Díaz-Loving, R. (2013). Individualism and collectivism as moderators of the association between attachment insecurities, coping, and social support. *Journal of Social and Personal Relationships, 31*(1), 3–31.
- Frone, M. R. (2000). Work–family conflict and employee psychiatric disorders: The national comorbidity survey. *Journal of Applied Psychology, 85*(6), 888.
- Frone, M. R., Russell, M., & Barnes, G. M. (1996). Work–family conflict, gender, and health-related outcomes: A study of employed parents in two community samples. *Journal of Occupational Health Psychology, 1*(1), 57.
- Gamor, E., Amissah, E. F., Amissah, A. & Nartey, E. (2018). Factors of work-family conflict in the hospitality industry in Ghana. *Journal of Human Resources in Hospitality & Tourism, 17*(4), 482– 501.

- Gatien, C., Too, A., & Cormier, S. (2021). Dimensions of relationship adjustment as correlates of depressive and anxiety symptoms among individuals with chronic pain. *Psychology, Health & Medicine*, 1–12.
- Gierveld, J. D. J., & Tilburg, T. V. (2006). A 6-Item Scale for Overall, Emotional, and Social Loneliness. *Research on Aging*, 28(5), 582–598.
- Goode, W. J. (1960). A theory of role strain. *American sociological review*, 483-496.
- Goodwin, R., & Hernandez Plaza, S. (2000). Perceived and received social support in two cultures: Collectivism and support among British and Spanish students. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17(2), 282-291.
- Gök, M. (2020). *Kadınların İş Yerindeki Çalışma Saatlerine Göre Depresyon ve Anksiyete Düzeylerinin İncelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa.
- Graham, M., Weale, V. , Lambert, K. , Kinsman, N. , Stuckey, R. & Oakman, J. (2021). Working at Home. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 63 (11), 938-943.
- Greenhaus, J., & Beutell, N. (1985) 'Sources of conflict between work and family roles', *Journal of the Academy of Management Review*, 10,76–88.
- Grey, I., Arora, T., Thomas, J., Saneh, A., Tomhe, P., & Abi-Habib, R. (2020). The role of perceived social support on depression and sleep during the COVID-19 pandemic. *Psychiatry Research*, 293.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348.
- Gu, Y., You, X., & Wang, R. (2020). Job demands and emotional labor as antecedents of female preschool teachers' work-to-family conflict: The moderating role of job resources. *International Journal of Stress Management*, 27(1), 23.
- Hankin, B. L., Abramson, L. Y., Moffitt, T. E., Silva, P. A., McGee, R., & Angell, K. E. (1998). Development of depression from preadolescence to young adulthood: Emerging gender differences in a 10-year longitudinal study. *Journal of Abnormal Psychology*, 107(1), 128–140.
- Hardeveld F, Spijker J, De Graaf R, Nolen WA, Beekman AT. (2010). Prevalence and predictors of recurrence of major depressive disorder in the adult population. *Acta Psychiatr Scand*, 122(3), 184-91.
- Helgeson, V. S. (2003). Social support and quality of life. *Quality of life research*, 12(1), 25-31.
- Helgeson, V. S., & Cohen, S. (1996). Social support and adjustment to cancer: Reconciling descriptive, correlational, and intervention research. *Health Psychology*, 15(2), 135–148.

- Helmy, O. (2018). Work-Family conflict and family-work conflict on employees turnover intentions in the tourism industry. *International Journal of Heritage, Tourism and Hospitality*, 12(2), 400-410.
- Hertz-Palmor, N., Moore, T. M., Gothelf, D., DiDomenico, G. E., Dekel, I., Greenberg, D. M., ... & Barzilay, R. (2021). Association among income loss, financial strain and depressive symptoms during COVID-19: evidence from two longitudinal studies. *Journal of Affective Disorders*, 291, 1-8.
- Hochberg, M. S., Berman, R. S., Kalet, A. L., Zabar, S. R., Gillespie, C., & Pachter, H. L. (2013). The stress of residency: recognizing the signs of depression and suicide in you and your fellow residents. *The American Journal of Surgery*, 205(2), 141–146.
- Hollist, C. S., Miller, R. B., Falceto, O. G., & Fernandes, C. L. C. (2007). Marital Satisfaction and Depression: A Replication of the Marital Discord Model in a Latino Sample. *Family Process*, 46(4), 485–498.
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., & Layton, J. B. (2010). Social Relationships and Mortality Risk: A Meta-analytic Review. *PLoS Medicine*, 7(7).
- House, J. S. (1981). What is Social Support?. *Work Stress and Social Support*, 24-25.
- House, J. S., Kahn, R. L., McLeod, J. D., & Williams, D. (1985). Measures and concepts of social support In Cohen S & Syme SL (Eds.), *Social support and health* (83–108). *New York: Academic*.
- Hyde, J. S., Mezulis, A. H., & Abramson, L. Y. (2008). The ABCs of depression: Integrating affective, biological, and cognitive models to explain the emergence of the gender difference in depression. *Psychological Review*, 115(2), 291–31.
- Hyland, P., Shevlin, M., McBride, O., Murphy, J., Karatzias, T., Bentall, R. P., ... & Vallières, F. (2020). Anxiety and depression in the Republic of Ireland during the COVID-19 pandemic. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 142(3), 249-256.
- Iecovich, E., Barasch, M., Mirsky, J., Kaufman, R., Avgar, A., & Kol-Fogelson, A. (2004). Social Support Networks and Loneliness Among Elderly Jews in Russia and Ukraine. *Journal of Marriage and Family*, 66(2), 306–317.
- Ilfeld Jr, F. W. (1976). Methodological issues in relating psychiatric symptoms to social stressors. *Psychological Reports*, 39(3), 1251-1258.
- Isanezhad, O., Ahmadi, S. A., Bahrami, F., Baghban-Cichani, I., Farajzadegan, Z., & Etemadi, O. (2012). Factor structure and reliability of the Revised Dyadic Adjustment Scale (RDAS) in Iranian population. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences*, 6(2), 55.
- Jamadin, N., Mohamad, S., Syarkawi, Z., & Noordin, F. (2015). Work-family conflict and stress: Evidence from Malaysia. *Journal of Economics, Business and Management*, 3(2), 309-312.

- Jiménez-Picón, N., Romero-Martín, M., Ramirez-Baena, L., Palomo-Lara, J. C., & Gómez-Salgado, J. (2021). Systematic Review of the Relationship between Couple Dyadic Adjustment and Family Health. *Children*, 8(6), 491.
- Kahn, J. H. (1964). The Family of Today. *Mental Health*, 23(1), 4.
- Kahveci, H., & Sever, M. (2016). Genç Bireylerde Bireycilik ve Kolektivizm Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(3), 73-90.
- Kalliath, P., & Kalliath, T. (2013). Does job satisfaction mediate the relationship between work–family conflict and psychological strain? A study of Australian social workers. *Asia Pacific Journal of Social Work and Development*, 23(2), 91–105.
- Kannekanti, P., Bhattacharjee, D., Ram, D., & Pachori, H. (2021). Dyadic adjustment and marital communication of persons with depression. *Open Journal of Psychiatry & Allied Sciences*, 12(2), 115-119.
- Karakose, T., Yirci, R., & Papadakis, S. (2021). Exploring the interrelationship between covid-19 phobia, work–family conflict, family–work conflict, and life satisfaction among school administrators for advancing sustainable management. *Sustainability*, 13(15), 8654.
- Karal, E., & Biçer, B. G. (2020). Examining the effect of perceived social support on the psychological well-being of individuals during the epidemic period. *Journal of Individual & Society*, 10(1), 129-156.
- Karamustafalıoğlu, O., & Yumrukçal, H. (2011). Depresyon ve anksiyete bozuklukları. *Şişli Etfal Hastanesi Tıp Bülteni*, 45(2), 65-74.
- Kessing, L. V. (2007). Epidemiology of subtypes of depression. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 115, 85-89.
- Kessler, R. C., & Bromet, E. J. (2013). The epidemiology of depression across cultures. *Annual review of public health*, 34, 119-138.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime Prevalence and Age-of-Onset Distributions of DSM-IV Disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 593.
- Kiliç, S. (2016). Cronbach's alpha reliability coefficient. *Psychiatry and Behavioral Sciences*, 6(1), 47.
- Kim, H. S. (2010). Culture and self-expression. *Psychological Science Agenda: American Psychological Association*.
- King, K. E., & Arnett, P. A. (2005). Predictors of dyadic adjustment in multiple sclerosis. *Multiple Sclerosis Journal*, 11(6), 700-707.

- Kinnunen, U., Feldt, T., Mauno, S., & Rantanen, J. (2010). Interface between work and family: A longitudinal individual and crossover perspective. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 83(1), 119–137.
- Koçak, O.; Koçak, Ö.E.; Younis, M.Z. (2021). The Psychological Consequences of COVID-19 Fear and the Moderator Effects of Individuals' Underlying Illness and Witnessing Infected Friends and Family. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18, 1836.
- Koss, M. P., Goodman, L. A., Browne, A., Fitzgerald, L. F., Keita, G. P., & Russo, N. F. (1994). The physical and psychological aftermath of rape. In M. P. Koss, L. A. Goodman, A. Browne, L. F. Fitzgerald, G. P. Keita, & N. F. Russo, *No safe haven: Male violence against women at home, at work, and in the community*, 177–199.
- Kring, A.M., Davison, G.C, Neale, J.M. & Johnson, S. (2015). *Anormal Psikolojisi*. (Çev. Şahin M.) Ankara: Nobel Akademi.
- Largu, A., Manciu, C., Vata, A., Nicolau, C., Prisacaru, L., Ciubotaru, F. F., ... & Dorobat, C. M. (2012). Dyadic adjustment in HIV sero-concordant and sero-discordant couples. *Revista Medico-Chirurgicala a Societatii de Medici si Naturalisti din Iasi*, 116(3), 718-721.
- Lee, S., Kim, S. L., Park, E. K., & Yun, S. (2013). Social support, work-family conflict, and emotional exhaustion in South Korea. *Psychological reports*, 113(2), 619-634.
- Lépine, J. P., & Briley, M. (2011). The increasing burden of depression. *Neuropsychiatric disease and treatment*, 7 (1), 3–7.
- Lestari, S. (2012). Psikologi Keluarga Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam keluarga. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Levy, I., & Cohen-Louck, K. (2021). Predicting individual function during COVID-19 lockdown: depression, fear of COVID-19, age, and employment. *Frontiers in Psychology*, 12.
- Lewis, M. A., & Rook, K. S. (1999). Social control in personal relationships: impact on health behaviors and psychological distress. *Health psychology*, 18(1), 63.
- Li, Y., Long, Z., Cao, D., & Cao, F. (2017). Social support and depression across the perinatal period: A longitudinal study. *Journal of Clinical Nursing*, 26(17-18), 2776–2783.
- Lincoln, K. D., Chatters, L. M., & Taylor, R. J. (2005). Social support, traumatic events, and depressive symptoms among African Americans. *Journal of Marriage and Family*, 67(3), 754-766.
- Litwin, H. (2000). Activity, social networks and wellbeing: An empirical examination. *Canadian Journal on Aging*, 19, 343–362.

- Locke, H. J., & Wallace, K. M. (1959). Short marital-adjustment and prediction tests: Their reliability and validity. *Marriage and family living*, 21(3), 251-255.
- Lu, J. F., Siu, O. L., Spector, P. E., & Shi, K. (2009). Antecedents and outcomes of a fourfold taxonomy of work-family balance in Chinese employed parents. *Journal of occupational health psychology*, 14(2), 182.
- Major, B., Cozzarelli, C., Sciacchitano, A. M., Cooper, M. L., Testa, M., & Mueller, P. M. (1990). Perceived social support, self-efficacy, and adjustment to abortion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(3), 452-463
- Malhi, G. S., & Mann, J. J. (2018). Depression. *The Lancet*, 32, 2299-2312.
- Mansour, S., & Tremblay, D. G. (2016). Workload, generic and work-family specific social supports and job stress: Mediating role of work-family and family-work conflict. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224-253
- Mazza, M. G., De Lorenzo, R., Conte, C., Poletti, S., Vai, B., Bollettini, I., ... & COVID-19 BioB Outpatient Clinic Study group. (2020). Anxiety and depression in COVID-19 survivors: Role of inflammatory and clinical predictors. *Brain, behavior, and immunity*, 89, 594-600.
- Messenger, J. C. (2017). Working anytime, anywhere: The evolution of telework and its effects on the world of work. *IUSLabor. Revista d'anàlisi de Dret del Treball*, (3).
- Michel, J. S., Kotrba, L. M., Mitchelson, J. K., Clark, M. A. & Baltes, B. B. (2011). Antecedents of work family conflict: A meta-analytic review. *Journal of Organizational Behavior*, 32(5), 689-725.
- Morelli, S. A., Lee, I. A., Arnn, M. E., & Zaki, J. (2015). Emotional and instrumental support provision interact to predict well-being. *Emotion*, 15(4), 484-493.
- Morgan, P., Love, H. A., Durtschi, J., & May, S. (2018). Dyadic Causal Sequencing of Depressive Symptoms and Relationship Satisfaction in Romantic Partners Across Four Years. *The American Journal of Family Therapy*, 46(5), 486-504.
- Mustafayeva, L. (2013). *İş-aile çatışmalarının hayat memnuniyeti üzerindeki etkisi: Türkiye ve İngiltere'deki akademisyenlerin karşılaştırılması*. (Doktora Tezi) Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Nguyen, A. W., Chatters, L. M., Taylor, R. J., & Mouzon, D. M. (2015). Social Support from Family and Friends and Subjective Well-Being of Older African Americans. *Journal of Happiness Studies*, 17(3), 959-979.
- Nolen-Hoeksema, S., & Jackson, B. (2001). Mediators of the gender difference in rumination. *Psychology of women quarterly*, 25(1), 37-47.

- OECD (2020). OECD Employment Rate. Erişim Adresi: https://stats.oecd.org/Index.aspx?DataSetCode=AVE_HRS, Mayıs, 2022.
- Ogawa, R., Seo, E., Maeno, T., Ito, M., Sanuki, M., & Maeno, T. (2018). The relationship between long working hours and depression among first-year residents in Japan. *BMC medical education*, 18(1), 1-8.
- Oral M., ve Tuncay, T. (2018). Majör Depresyon Tanısı Almış Kadınlarda Kişilerarası İlişkiler Terapisi Yaklaşımına Dayalı Grupla Sosyal Hizmet Uygulamasının Depresyon ve Sosyal Problem Çözme Düzeyleri Üzerine Etkisi: Bir Karma Yöntem Araştırması. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 29(2), 114-143.
- Östberg, V., & Lennartsson, C. (2007). Getting by with a little help: The importance of various types of social support for health problems. *Scandinavian Journal of Public Health*, 35(2), 197-204.
- Özgüç, S., ve Tanrıverdi, D. (2018). Relations between depression level and conflict resolution styles, marital adjustments of patients with major depression and their spouses. *Archives of psychiatric nursing*, 32(3), 337-342.
- Parker, M. L., Tambling, R. B., & Campbell, K. (2012). Dyadic Adjustment and Depressive Symptoms. *The Family Journal*, 21(1), 28–34.
- Parlak, Ü. (2021). *Çalışan annelerde depresyon düzeyini yordamada evlilik uyumu, iş-aile çatışması ve ebeveyn tükenmişliğinin rolü.* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Peeters, M. C., Montgomery, A. J., Bakker, A. B., & Schaufeli, W. B. (2005). Balancing work and home: How job and home demands are related to burnout. *International Journal of Stress Management*, 12(1), 43.
- Pfefferbaum, B., & North, C. S. (2020). Mental health and the Covid-19 pandemic. *New England Journal of Medicine*, 383(6), 510-512.
- Pluut, H., Ilies, R., Curşeu, P. L., & Liu, Y. (2018). Social support at work and at home: Dual-buffering effects in the work-family conflict process. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 146, 1–13.
- Posel, D., Oyenubi, A., & Kollamparambil, U. (2021). Job loss and mental health during the COVID-19 lockdown: Evidence from South Africa. *PloS one*, 16(3).
- Rani, R., Singh, L. N., & Jaiswal, A. K. (2017). Relationship between emotional maturity and marital adjustment among couples. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 8(9).
- Rao, S. L. (2017). Marital adjustment and depression among couples. *The international Journal of Indian psychology*, 4(2), 34-42.
- Rees, T. (2002). The politics of ‘mainstreaming’ gender equality. In *The changing politics of gender equality in Britain* (45-69). Palgrave Macmillan, London.

- Repetti, R. L., & Crosby, F. (1984). Gender and Depression: Exploring the Adult-Role Explanation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2(1), 57–70.
- Rodin G. (1994) Depression in patients with end-stage renal disease: Psychopathology or normative response? *Advanced Renal Replacement Therapy* 1(3):219-227.
- Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (Eds.) (1985). Social support: Theory, research, and applications. The Hague, Netherlands: Martinus Nijhof.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 127–139.
- Semmer, N. K., Elfering, A., Jacobshagen, N., Perrot, T., Beehr, T. A., & Boos, N. (2008). The emotional meaning of instrumental social support. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 235–251.
- Sever, I. (2021). Türkiye’de Sosyal Bilgiler Eğitimi Konusunda Yazılan Doktora Tezlerinin İncelenmesi: Bir İçerik Analizi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(32), 600-623.
- Shumaker, S. A., & Hill, D. R. (1991). Gender differences in social support and physical health. *Health Psychology*, 10, 102–111.
- Solomon, D. A., Keller, M. B., Leon, A. C., Mueller, T. I., Lavori, P. W., Shea, M. T., ... & Endicott, J. (2000). Multiple recurrences of major depressive disorder. *American Journal of Psychiatry*, 157(2), 229-233.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 15-28.
- Staines, G. L. (1980). Sex Differences in the Experience of Family Roles.
- Stevens, D. P., Minnotte, K. L., Mannon, S. E., & Kiger, G. (2007). Examining the “Neglected Side of the Work-Family Interface.” *Journal of Family Issues*, 28(2), 242–262.
- Stice, E., Ragan, J., & Randall, P. (2004). Prospective relations between social support and depression: Differential direction of effects for parent and peer support?. *Journal of Abnormal Psychology*, 113(1), 155.
- Stier, H., Lewin-Epstein, N., & Braun, M. (2012). Work-family conflict in comparative perspective: The role of social policies. *Research in Social Stratification and Mobility*, 30(3), 265-279.
- Şahin, N.H. ve Durak, A, (1994), Kısa semptom envanteri: Türk gençleri için uyarlaması, *Türk Psikoloji Dergisi*, 9:44-569.

- Şener, İ., ve Abunasser, N. (2020) Bireysel Öncüllerinin İş-Aile Çatışmasına Etkisi: Covid-19 Pandemisi Nedeniyle Evden Çalışanlar Üzerine Bir Araştırma. *İş ve İnsan Dergisi*, 7(2), 189-201.
- Talley, A., Molix, L., Schlegel, R. J., & Bettencourt, A. (2010). The influence of breast cancer survivors' perceived partner social support and need satisfaction on depressive symptoms: a longitudinal analysis. *Psychology and Health*, 25(4), 433-449.
- Taycan, O., Kutlu, L., Çimen, S., & Aydın, N. (2006). Bir üniversite hastanesinde çalışan hemşirelerde depresyon ve tükenmişlik düzeyinin sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7(2), 100-108.
- Taylor, R. J., Chatters, L. M., Hardison, C. B., & Riley, A. (2001). Informal social support networks and subjective well-being among African Americans. *Journal of Black Psychology*, 27(4), 439-463.
- Taylor, S. E., Sherman, D. K., Kim, H. S., Jarcho, J., Takagi, K., & Dunagan, M. S. (2004). Culture and social support: Who seeks it and why?. *Journal of personality and social psychology*, 87(3), 354.
- Taylor, S. E., Singer, J. E., & Baum, A. (Eds.). (2020). Handbook of Psychology and Health, Volume IV: Social Psychological Aspects of Health. Routledge.
- Tezcan, E. (2000). Depresyonun ayırıcı tanısı. *Duygudurum Dizisi*, 2, 77-98.
- Thoits, P. A. (1986). Social support as coping assistance. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 416-423.
- Thompson, C. (2020). What if working from home goes on... forever. *New York Times*.
- Triandis, H. C. (1972). *The analysis of subjective culture*. Wiley-Interscience.
- Triandis, H. C. (1995). Individualism and collectivism. Boulder, CO: Westview Press.
- Trivedi, M. H. (2004). The link between depression and physical symptoms. *Primary care companion to the Journal of clinical psychiatry*, 6(1), 12.
- Turner, R. J., & Lloyd, D. A. (1999). The stress process and the social distribution of depression. *Journal of health and social behavior*, 374-404.
- Turner, C., & Astin, F. (2021). Grounded theory: what makes a grounded theory study?. *European Journal of Cardiovascular Nursing*, 20(3), 285-289.
- Turner, G. (1999). Peer support and young people's health. *Journal of Adolescence*, 22(4), 567-572.
- Türkçapar MH. (2019). Klinik Uygulamada Bilişsel Davranışçı Terapi: Depresyon. İstanbul: Hekimler Yayın Birliği.

- Uchino, B. N., Cacioppo, J. T., & Kiecolt-Glaser, J. K. (1996). The relationship between social support and physiological processes: a review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health. *Psychological Bulletin*, *119*(3), 488.
- UNESCO. (2020). COVID-19 Educational disruption and response. Erişim 9 Ocak 2022, <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse>.
- Uşem, ř., (2020) Covid-19 Salgını Döneminde “Zorunlu” Evden Çalışma: İş ve Özel Yaşama Etkileri. *İstanbul Üniversitesi İnKam*.
- Ünal, S., Küey, L., Güleç, C., Bekaroğlu, M., Evlice, Y. E., & Kırılı, S. (2002). Depresif bozukluklarda risk etkenleri. *Klinik Psikiyatri*, *5*(1), 8-15.
- Vander Elst T, Verhoogen R, Sercu M, Van den Broeck A, Baillien E, Godderis L. (2017). Not extent of telecommuting, but job characteristics as proximal predictors of work-related well-being. *J Occup Environ Med*, *59*(10), 180-186
- Wang, J., Mann, F., Lloyd-Evans, B., Ma, R., & Johnson, S. (2018). Associations between loneliness and perceived social support and outcomes of mental health problems: a systematic review. *BMC psychiatry*, *18*(1), 1-16.
- Wang, Y., & Peng, J. (2017). Work–family conflict and depression in Chinese professional women: The mediating roles of job satisfaction and life satisfaction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *15*(2), 394-406.
- Wethington, E., & Kessler, R. C. (1986). Perceived support, received support, and adjustment to stressful life events. *Journal of Health and Social behavior*, 78-89.
- Whisman, M. A., Davila, J., & Goodman, S. H. (2011). Relationship adjustment, depression, and anxiety during pregnancy and the postpartum period. *Journal of Family Psychology*, *25*(3), 375.
- Williams, J.C. & Boushey, H. (2010). *The three faces of workfamily conflict: The poor, the professionals, and the missing middle*. San Francisco, CA & Washington, DC: Center for WorkLife Law, UC Hastings College of the Law & Center for American Progress.
- Wills, T. A. (1991). Social support and interpersonal relationships. In M. S. Clark (Ed.), *Prosocial behavior*. 265–289.
- Wirtz, A., Nachreiner, F., & Rolfes, K. (2011). *Working on Sundays–Effects on Safety, Health, and Work-life Balance*. *Chronobiology International*, *28*(4), 361–370.
- Wong, C. C. Y., & Lu, Q. (2016). Match between culture and social support: Acculturation moderates the relationship between social support and well-being of Chinese American breast cancer survivors. *Quality of Life Research*, *26*(1), 73–84.

- World Health Organization (2012). Depression: A global crisis. Geneva, Switzerland:Author.
- World Health Organization (2017). Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates. Geneva.
- World Health Organization (2020). Coronavirus disease (COVID-19) pandemic.
- World Health Organization. (2008). The global burden of disease: 2004 update.
- Wu, D. C., Kim, H. S., & Collins, N. L. (2021). Perceived responsiveness across cultures: The role of cultural fit in social support use. *Social and Personality Psychology Compass*, 15(9).
- Wulandari D. A., Hamzah H., & Abbas N. A. H., (Ed.) (2019). Correlation Between Work-Family Conflict, Marital Satisfaction And Job Satisfaction. *UPI-UPSI International Conference*, 8th.
- Xiao, W., Zhou, L., Wu, Q., Zhang, Y., Miao, D., Zhang, J., & Peng, J. (2014). Effects of person-vocation fit and core self-evaluation on career commitment of medical university students: the mediator roles of anxiety and career satisfaction. *International Journal of Mental Health Systems*, 8(1), 8.
- Xiao, Y. , Becerik-Gerber, B. , Lucas, G. & Roll, S. (2021). Impacts of Working From Home During COVID-19 Pandemic on Physical and Mental Well-Being of Office Workstation Users. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 63 (3), 181-190.
- Yaşar, M. R. (2007). Depresyonun kadınlaşması. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(2), 251-281.
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan sosyal destek ölçeğinin geliştirilmesi, güvenilirliği ve geçerliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(13).
- Zammichieli ME, Gilroy FD, Sherman MF. (1988). Relation between sex-role orientation and marital satisfaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 14, 747-54.
- Zicavo, N., & Vera, C. (2011). Incidencia del ajuste diádico y sentido del humor en la satisfacción marital. *Revista De Psicología (Trujillo)*, 13(1), 74-89.
- Zimet, G.D., Dahlem, N.W., Zimet, S.G. ve Farley, G.K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52, 30-41.
- Zimmerman, M. (1986). The Validity of Four Definitions of Endogenous Depression. *Archives of General Psychiatry*, 43(3), 234.

EKLER

EK A BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Feyziye Mektepleri Vakfı Işık Üniversitesi Psikoloji bölümü hocası Doç. Dr. Berna Akçınar tarafından yürütülen Işık Üniversitesi BAP destekli bu çalışma kadınların, iş ve aile içi ilişkileri ve ebeveynlik deneyimleri hakkında görüşlerini almak için yapılmaktadır. Sizinle yaklaşık 1 saat sürecek bir görüşme yapmak istiyoruz. Sizinle yaptığımız bu görüşme tüm Türkiye genelinde, sizin gibi 4 ile 8 yaşları arasında çocuğu olan 300 anneyle daha yapılıyor.

Görüşmemiz sırasında sizden aldığımız bilgiler yalnızca Işık Üniversitesi Psikoloji bölümü araştırma ekibi tarafından görülecektir. Sizin isminiz tamamen saklı tutulacaktır. Eğer bu görüşme için bize izin verirsiniz çok memnun oluruz. Eğer görüşmemiz konusunda herhangi bir sorunuz varsa ben elimden geldiği kadar yanıtlamaya çalışırım. Yanıtlayamadığım soruları da araştırma ekibine yönlendirebilirim.

İlk olarak öğrenmek istediğim şu: Sizin ve çocuğunuzun bu çalışmaya katılabilmesi için çocuğunuzun belli bir yaş aralığında olması gerekiyor. Çocuğunuzun doğum tarihini öğrenebilir miyiz?

Çocuğunuzun doğum tarihi nedir?

GÜN: _____ **AY:** _____ **YIL:** _____

Çocuğunuzun adı nedir ?

Aşağıdaki seçeneklerden hangisi sizi daha iyi tarif ediyor?

1> Ücretli bir işte çalışıyor

2>Ücretli bir işte çalışmıyor

3>Ücretsiz bir işte çalışıyor

Aşağıdaki seçeneklerden hangisi sizi daha iyi tarif ediyor?

1>Evli ve eşiyile beraber yaşıyor

2>Diğer (Dul, boşanmış, evli ama eşinden ayrı yaşıyor, boşanmış ama eşiyile yaşıyor)

Bizimle görüşmeyi, kendi isteğinizle ve tüm bu bilgileri okuyup anladığınızı beyan ederek kabul ediyor musunuz?

1> Evet

2> Hayır

EK B SOSYODEMOGRAİK BİLGİ FORMU

Toplam kaç tane çocuğunuz var?	Yazınız
Evinizde tüm çocuklar dâhil kaç kişi yaşıyor?	Yazınız:
Evinizde siz, eşiniz ve çocuklarınız dışında aile bireyleri var mı?	1>Evet 2>Hayır
Evet ise size göre YAKINLIKLARINI belirtiniz:	Yazınız
	Yazınız
	Yazınız
_____ [ÇOCUĞUN İSMİ] şu anda yuvaya, ana sınıfına ya da ilkokula gidiyor mu?	1> Evet, yuvaya/kreşe gidiyor 2> Evet, ana sınıfına gidiyor 3> Evet, 1. Sınıfa gidiyor 4> Evet, 2. Sınıfa gidiyor 5> Hayır (9. Soruya geçiniz)
_____ [ÇOCUĞUN İSMİ] okulu tam gün mü yoksa yarım gün mü?	1> Tam gün 2> Yarım gün

Şu anda anaokuluna/yuvaya/okula saat kaçta gidiyor?	Gidiş saati: _____
Şu anda anaokulundan/yuvadan/okuldan saat kaçta dönüyor?	Dönüş saati: _____
Çocuğunuzu neden okula gitmiyor?	<p>1> Pandemi koşullarında sağlığından endişe ettiğimden</p> <p>2> Maddi sorunlar nedeniyle</p> <p>3> Anaokuluna göndermeyi uygun bulmadığımdan</p> <p>4> Diğer</p> <p>Yazınız.....</p>
Şu anda çocuğunuza bakan bir aile bireyi var mı?	<p>1> Evet</p> <p>2> Hayır</p>
Doğduğundan beri [ÇOCUĞUN İSMİ]'e sizden başka bakmış olan kişileri düşünün. [ÇOCUĞUN İSMİ]'e en az birkaç ay boyunca düzenli olarak (yani birkaç ay boyunca en az haftada birkaç gün ve günde birkaç saat) bakan kimse oldu mu?	<p>1> Evet</p> <p>2> Hayır (13. Soruya geçiniz)</p>
Çocuğunuza bakan kişi(ler) kimdi? Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz.	<p>1> annem</p> <p>2> kayınvalidem</p> <p>3> komşum</p> <p>4> bakıcı</p>

	<p>5> kızkardeşim</p> <p>6> görümcem</p> <p>7> Diğer</p> <p>.....</p>
Şimdi sizin işinizle ilgili sorularım olacak	
İş yeriniz hangisine daha uygun?	<p>1> Kamu kuruluşu</p> <p>2> Özel sektör</p>
İşiniz hakkında hangisi doğru?	<p>1> Kendi işim</p> <p>2> Kendi işim değil</p>
Şu anki çalışma şekliniz nedir?	<p>1> Tamamen iş yerine giderek (soru 17'ye geçiniz)</p> <p>2> Tamamen evden (soru 17'ye geçiniz)</p> <p>3> İş yeri ve evden dönüşümlü (soru 16'ya geçiniz)</p>
Haftanın kaç günü evden çalışıyorsunuz?	Yazınız:
Hafta içi (Pazartesi-Cuma), haftada kaç gün çalışıyorsunuz?	_____gün
Evde günlük çalışma süreniz ne kadar?	_____saat
İş yerinde günlük çalışma süreniz ne kadar?	_____saat
Çalışmak için evden saat kaçta çıkıyorsunuz?	Gidiş saati: _____:_____
İşten eve saat kaçta dönüyorsunuz?	Dönüş saati: _____:_____
Hafta sonu (Cumartesi-Pazar) çalışıyor musunuz?	<p>1> Evet</p> <p>2> Hayır</p>
Evet ise hafta sonu kaç saat?saat

Covid-19 tanısı aldınız mı?	1> Evet 2> Hayır 3> O zaman çalışmıyordu
Yakın çevreniz sayılabilecek kişilerden, Covid-19 tanısı alan birileri var mı?	1> Evet 2> Hayır
Yakın çevrenizden, Covid-19 tanısından hayatını kaybeden biri/birileri var mı?	1> Evet 2> Hayır
Covid-19 salgını gelir durumunuzda bir değişiklik yarattı mı?	1> Evet 2> Hayır
	1> Herhangi bir değişiklik olmadı 2> Gelirim azaldı 3> Gelirim arttı
Pandemi döneminde çalışan anne olarak sizi en çok zorlayan konu nedir?	Yazınız:

EK C İŞ AİLE ÇATIŞMASI ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki ifadelere ne derecede katıldığınızı belirtiniz.	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. İşim beni aile aktivitelerimle ilgilenmekten fazlasıyla alıkoyuyor.	1	2	3	4	5
2. İşten eve geldiğimde, genelde aileyle ilgili aktivitelere katılamayacak/aile sorumluluklarımı yerine getiremeyecek kadar bitkin ve yorgun oluyorum.	1	2	3	4	5
3. İşimde harcadığım zaman yüzünden aileyle ilgili aktiviteleri kaçırmak zorunda kalıyorum.	1	2	3	4	5
4. İşimde yaşadığım baskı yüzünden, bazen eve geldiğimde zevk aldığım şeyleri yapamayacak kadar gergin oluyorum.	1	2	3	4	5
5. İşime ayırmak zorunda olduğum zaman, evimle ilgili sorumluluk almamı ve aktivitelere katılmamı engelliyor.	1	2	3	4	5

Lütfen aşağıdaki ifadelere ne derecede katıldığınızı belirtiniz.	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
6. Genelde işten eve geldiğimde duygusal olarak o kadar yıpranmış oluyorum ki, bu benim aileme katkıda bulunmamı engelliyor.	1	2	3	4	5

**EK D ÇOK BOYUTLU ALGILANAN SOSYAL DESTEK
ÖLÇEĞİ- EŞTEN ALGILANAN SOSYAL DESTEK ALT
BOYUTU**

Şimdi size 12 cümle okuyacağım, her cümlede söylenenin sizin için ne sıklıkta geçerli olduğunu belirtir misiniz?	Hiçbir Zaman	Çok Seyrek	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
1. Eşim ihtiyacım olduğunda yanımdadır.	1	2	3	4	5
2. Eşimle sevinç ve kederlerimi paylaşıyorum.	1	2	3	4	5
3. Ailem bana gerçekten yardımcı olmaya çalışır.(örneğin; annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim)	1	2	3	4	5
5. Eşim beni gerçekten rahatlatan bir insandır.	1	2	3	4	5
10. Eşim duygularıma önem verir.	1	2	3	4	5

EK E ÇİFT UYUMU ÖLÇEĞİ

Birçok insanın ilişkilerinde anlaşmazlıkları vardır. Lütfen aşağıda verilen maddelerin her biri için siz ve eşiniz arasındaki anlaşma ve anlaşmama ölçüsünü aşağıda verilen altı düzeyden birini seçerek belirtiniz.	Her zaman Anlaşamayız	Hemen hemen her zaman anlaşamayız	Sıkça anlaşamayız	Nadiren anlaşamayız	Hemen hemen her zaman anlaşırız	Her zaman anlaşırız
1. Aileyle ilgili parasal işlerin idaresi	1	2	3	4	5	6
2. Eğlenceyle ilgili konular	1	2	3	4	5	6
3. Dini konular	1	2	3	4	5	6
4. Muhabbet-sevgi gösterme	1	2	3	4	5	6
5. Arkadaşlar	1	2	3	4	5	6
6. Cinsel yaşam	1	2	3	4	5	6
7. Geleneksellik (doğru ve uygun davranış)	1	2	3	4	5	6

8. Yaşam felsefesi	1	2	3	4	5	6
9. Anne, baba ya da yakın akrabalarla ilişkiler	1	2	3	4	5	6
10. Önemli olduğuna inanılan amaçlar, hedefler ve konular	1	2	3	4	5	6
11. Birlikte geçirilen zaman miktarı	1	2	3	4	5	6
12. Temel kararların alınması	1	2	3	4	5	6
13. Ev ile ilgili görevler	1	2	3	4	5	6
14. Boş zaman ilgi ve uğraşları	1	2	3	4	5	6
15. Mesleki kararlar	1	2	3	4	5	6

Aşağıdaki maddeleri lütfen üzerlerinde bulunan ifadelere göre işaretleyin.	Hiçbir zaman	Nadiren	Ara sıra	Zaman zaman	Hemen hemen her zaman	Her zaman
16. Ne sıklıkla boşanmayı, ayrılmayı ya da ilişkinizi bitirmeyi düşünür ya da tartışırsınız?	1	2	3	4	5	6
17. Ne sıklıkta siz veya eşiniz kavradan sonra evinizi terk edersiniz?	1	2	3	4	5	6
18. Ne sıklıkla eşinizle olan ilişkinizin genelde iyi gittiğini düşünürsünüz?	1	2	3	4	5	6
	Hiçbir zaman	Nadiren	Ara sıra	Zaman zaman	Hemen hemen her zaman	Her zaman
19. Eşinize güvenirmisiniz?	1	2	3	4	5	6
20. Evlendiğiniz için hiç pişmanlık duymıyorsunuz?	1	2	3	4	5	6
21. Ne sıklıkla eşinizle münakaşa edersiniz?	1	2	3	4	5	6
22. Ne sıklıkla birbirinizin sinirlenmesine neden olursunuz?	1	2	3	4	5	6

**EK F KISA SEMPTOM ENVANTERİ DEPRESYON ALT
BOYUTU**

Size Şimdi insanların bazen yaşadıkları belirtilerin ve yakınmalarının bir listesini okuyacağım. Daha sonra o belirtilerin SİZDE BUGÜN DAHİL, SON BİR HAFTADIR NE KADAR VAR OLDUĞUNU bana söyleyin. Belirtiler sizde hiç olmayabilir, biraz olabilir, orta derecede olabilir, epey olabilir veya çok fazla olabilir. Bu belirtiler SON BİR HAFTADIR sizde ne kadar var?	Hiç	Biraz	OrtaDerecede	Epey	ÇokFazla
1. YaŐamınıza son verme düşünceleri	1	2	3	4	5
2. Yalnızlık hissetmek	1	2	3	4	5
3. Hüzünlü, kederli hissetmek	1	2	3	4	5
4. Hiçbir Őeye ilgi duymamak	1	2	3	4	5
5. Gelecekle ilgili umutsuzluk duyguları	1	2	3	4	5
6. Kendini değersiz görmek/değersizlik duyguları	1	2	3	4	5

EK G NİTEL GÖRÜŞME FORMU

İş-Aile Çatışması Çalışması Derinlemesine Görüşme Kılavuzu

Merhaba ben Sinem Güzel. Işık Üniversitesi Psikoloji bölümü öğretim üyesi Doç. Dr. Berna Akçınar'ın yürütmüş olduğu iş-aile çatışması ve etkileri konulu araştırmada çalışıyorum. Sizlerle daha önce anket görüşmesi yapmıştık. Şimdi de yaklaşık bir saatlik sohbet görüşmesi yapmak istiyoruz. Bu görüşmemiz kayıt altına alınacaktır, bizler için önemli olan sesinizi kaydetmek. Böylece anlattıklarınızı atlamamış ve unutmamış olacağız. Dilerseniz kameranız kapalı da görüşme yapabiliriz. Ses kaydı almamızı onaylıyor musunuz? Benim de çevremde çok çalışan anne var. Şimdi özellikle pandemi döneminde çalışan annelerin ev ve iş hayatlarındaki deneyimleri hakkında sizinle biraz sohbet etmek isterim. Ben size bazı sorular yöneltiyor olacağım ve karşılıklı sohbet edeceğiz. Dilerseniz başlayalım.

Sorular:

- Eşiniz çalıştığınız için size olumlu ya da olumsuz söylemlerde bulunuyor mu? Örneğin sizi suçlayıcı ya da destekleyici konuşmalar yapıyor mu? (10. Soru)
- Neden çalışıyorsunuz? Maddi durumlardan dolayı mı, kendinizi daha iyi/yararlı hissettiğiniz için mi? (13. Soru)
- İşinizden memnun musunuz? Ailenize yeterli zaman kalıyor mu? İş hayatınız zaman zaman da olsa herhangi bir şekilde aile içinde bir gerilim kaynağı oluyor mu? Tartışmaya yol açıyor mu? (15. Soru)
- Pandeminin sizi, ailenizi ve çocuğunuzu nasıl etkilediğini düşünüyorsunuz? (20. Soru)
- Hayatınızda pandemi olmasaydı, ne farklı olurdu? (21. Soru)
- Eş/çift olmak sizin için hangi anlama gelmektedir? (22. Soru)

- Eşinizle olan ilişkinizi nasıl tanımlarsınız? (23. Soru)
- Eşinizle tartışır mısınız veya küser misiniz? Genellikle hangi konularda? (24. Soru)
 - Tartışma sonrasında nasıl barışırsınız? (Alternatif: Sakin bir şekilde bir problemi konuşabilir, çözüm üretebilir misiniz?) (25. Soru)
 - Pandemi döneminde eşinizle olan ilişkinizi nasıl değerlendirirsiniz? Bu dönemin, evde kalmanın, sizin ilişkinize bir etkisi oldu mu, nasıl? (26. Soru)

ÖZGEÇMİŞ