

BÖLÜM 10

Çalışma Yaşamında Stres

Esra ATİLLA BAL¹

GİRİŞ

Günümüzün modern iş yaşamının rekabetçi ve yoğun çalışma temposu iş kaynaklı stres faktörlerinin geçmişe göre daha belirgin hale gelmesine sebep olmuştur (Aytaç, 2002). Bireyler zamanlarının büyük kısmını iş yerinde geçirdiği için iş stresi günlük hayatın önemli bir parçası haline gelmiştir. Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO) tarafından yayımlanan bir raporda iş stresi, algılanan talepler ile bu talepleri karşılamaya yönelik algılanan kaynaklar ve yetenekler arasındaki dengesizlikten kaynaklanan zararlı fiziksel ve duygusal tepkiler olarak tanımlanmıştır (ILO, 2016). İş yaşamında stresin giderek yaygınlaşması iş ve örgüt psikologlarının bu konuya daha fazla eğilmesine yol açmıştır.

Amerikan Stres Enstitüsü tarafından yapılan bir araştırmada, katılımcıların %83'ünün iş yerinde strese maruz kaldığı ortaya konmuştur. Çalışanların %46'sı aşırı iş yükü, %28'i iş yeri ilişkileri, %20'si iş-yaşam dengesizliği, %6'sı ise iş güvencesi eksikliği nedeniyle yaşamındaki stresten şikâyet etmiştir. Araştırmaya göre, iş stresi kaynaklı depresyon nedeniyle işe devamsızlık maliyeti yılda 51 milyar dolar olarak belirlenirken, tedavi masrafları da şirketler için 26 milyar dolara kadar çıkmaktadır. Ofis stresi kaynaklı diğer sağlık sorunları (sırt, boyun, baş ağrıları) da eklendiğinde stresin yıllık sağlık maliyetinin toplamda 190 milyar doları bulduğu ifade edilmiştir (akt., Sözbilir, 2020).

İş stresi, Avrupa Birliği ülkelerinde de çalışanlar ve işverenler için büyük bir endişe kaynağı haline gelmiştir. 2005 yılında Avrupa Birliği'ne üye ülkelerde

yürütülen Avrupa İş Durumu Anketi, katılımcıların %22'sinin stres kaynaklı sırt ağrısı, kas ağrıları ve yorgunluk belirtileri yaşadığını ortaya koymuştur (Tangian, 2007).

Ülkemizde ise Capital Dergisi ve Kariyer.net'in iş birliğiyle gerçekleştirilen İş Yeri Stresi Anketi, iş yerindeki stresin ciddiyetini gözler önüne sermiştir (Sözbilir, 2020). İş deneyimi bir yıl ve üzeri olan, 25 yaş ve üstü 1098 çalışanın katıldığı bu ankette öne çıkan ilk üç stres faktörü iş yoğunluğu veya aşırı iş yükü (%49), görev tanımındaki belirsizlik (%31) ve yönetim tarzı (%25) olmuştur. Araştırma kapsamında, "İş yerinde stresli hissediyor musunuz?" sorusuna katılımcıların %90'ı "Evet" yanıtını verirken, %46'sı orta düzeyde, %35'i ise şiddetli seviyede stres yaşadığını belirtmiştir. Kariyer.net'in yürüttüğü başka bir araştırma ise çalışanların %86'sının on yıl öncesine kıyasla kendilerini daha stresli hissettiğini ve on çalışandan dokuzunun stres nedeniyle iş değiştirmeyi düşündüğünü ortaya koymuştur. Anket sonuçları ayrıca iş stresi nedeniyle çalışanların verimliliğinin azaldığını, depresyon, anksiyete, baş ağrısı atakları, uykusuzluk ve iştahsızlık gibi sorunlar yaşadıklarını da göstermiştir (Sözbilir, 2020).

STRESİN TANIMI

Stres kelimesinin kökeni, Latince'de "sıkmak/sıkıştırmak" anlamına gelen "stringere" kelimesidir. Başlangıçta mühendislikte kullanılan "gerilim" ve "yük" kavramları, zamanla stresin insanları nasıl etkilediğini açıklamak için kullanılmaya başlanmıştır. Stres, dışsal güçlerin birey üzerinde baskı yaparak sıkıntıya yol aç-

¹ Doç. Dr., Acıbadem Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, esra.bal@acibadem.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-8651-9609

KAYNAKLAR

- Baltaş, A. ve Baltaş, Z. (2012). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Aghdasi, S., Kiamanesh, A. R. ve Ebrahim, A. N. (2011). Emotional intelligence and organizational commitment: Testing the mediatory role of occupational stress and job satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 29, 1965-1976.
- Altan, S. (2018). Örgütsel yapıya bağlı stres kaynakları ve örgütsel stresin neden olduğu başlıca sorunlar. *Stratejik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(3), 137-158.
- Amirkhan, J. H., Risinger, R. T. ve Swickert, R. J. (1995). Extraversion: a "hidden" personality factor in coping? *Journal of Personality*, 63(2), 189-212.
- Anton, C. (2009). The impact of role stress on workers' behaviour through job satisfaction and organizational commitment. *International Journal of Psychology*, 44(3), 187-194.
- Arıkan, S. (2022). Dijitalleşme ve Örgütsel Davranış Bağlamında Uzaktan Çalışma. E.Y. Saatci, C. Ovaci., (Ed.) *Dijital Dönüşüm İklimi, Yönetim, Ekonomi ve Uluslararası İlişkiler Perspektifi* içinde (s. 243-280), İstanbul: Çağlayan Kitabevi.
- Arnold, J. (2005). *Work psychology: Understanding human behaviour in the workplace*. Pearson Education.
- Arnold, J., Cooper, C. L. ve Robertson, I. T. (1998). *Work psychology*. Great Britain: Pitman Publishing.
- Avcı, Ö. (2007). *Örgütsel Stres Kaynaklarının Halkla İlişkiler Açısından İncelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Aydın, İ. (2008). *İş Yaşamında Stres*. Pegem Akademi Yayıncılık.
- Aytaç, S. (2002). İş Yerindeki Kronik Stres Kaynakları. *İş Güç Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, 4(1).
- Aytaç, S. (2009). *İş stresi yönetimi el kitabı. İş stresi: oluşumu, nedenleri, başa çıkma yolları, yönetimi*. Uludağ Üniversitesi İİBF, 1-34.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman.
- Begley, T. M. ve Czajka, J. M. (1993). Panel analysis of the moderating effects of commitment on job satisfaction, intent to quit, and health following organizational change. *Journal of Applied Psychology*, 78(4), 552.
- Bellarosa, C. ve Chen, P. Y. (1997). The effectiveness and practicality of occupational stress management interventions: A survey of subject matter expert opinions. *Journal of Occupational Health Psychology*, 2, 247-262.
- Bernstein, D. A., Penner, L. A. ve Clarke-Stewart, A. (2012). Roy EJ. *Psychology*. Wadsworth: Cengage Learning.
- Boyas, J. F., Wind, L. H. ve Ruiz, E. (2013). Organizational tenure among child welfare workers, burnout, stress, and intent to leave: Does employment-based social capital make a difference?. *Children and Youth Services Review*, 35(10), 1657-1669.
- Breslau, N., Davis, G. C. ve Andreski, P. (1995). Risk factors for PTSD-related traumatic events: a prospective analysis. *The American Journal of Psychiatry*, 152(4), 529-535.
- Buck, V. E. (1972). *Working under pressure*. London: Staples Press.
- Cannon, W. B. (1930). *Bodily changes in pain, hunger, fear and rage*. New York: D. Appleton & Co.
- Canpolat, Ö. (2006). *Çalışanların stres düzeylerini etkileyen faktörler ve iş sağlığı hemşiresinin stres ile baş etmede etkililiği* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Kocaeli Üniversitesi.
- Carlson, D. S. ve Kacmar, K. M. (2000). Work-family conflict in the organization: Do life role values make a difference? *Journal of Management*, 26(5), 1031-1054.
- Chao, M. C., Jou, R. C., Liao, C. C. ve Kuo, C. W. (2015). Workplace stress, job satisfaction, job performance, and turnover intention of health care workers in rural Taiwan. *Asia Pacific Journal of Public Health*, 27(2), NP1827-NP1836.
- Chiu, C. K., Chien, C. S., Lin, C. P. ve Yun Hsiao, C. (2005). Understanding hospital employee job stress and turnover intentions in a practical setting: The moderating role of locus of control. *Journal of Management Development*, 24(10), 837-855.
- Cooper, C. L. ve Cummings, T.G. (1979). A Cybernetic Framework for Studying Occupational Stress. *Human Relations*, 32(5), 395-418.
- Coşgun, N. (2006). *Çalışma hayatında stres ve iyimserliğin iş tatminine etkisi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Çınar, O. (2010). Eğitim ve sağlık alanı çalışanlarının iş stresi düzeyleri. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(33), 101-121.
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F. ve Schaufeli, W. B. (2001). The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499.
- Duraisingam, V., Pidd, K. ve Roche, A. M. (2009). The impact of work stress and job satisfaction on turnover intentions: A study of Australian specialist alcohol and other drug workers. *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 16(3), 217-231.
- Dwyer, D. J. ve Ganster, D. C. (1991). The effects of job demands and control on employee attendance and satisfaction. *Journal of Organizational Behavior*, 12(7), 595-608.
- Edwards, J. R., Caplan, R. D. ve Harrison, R. V. (1998). Person-environment fit theory: Conceptual foundations, empirical evidence, and directions for future research. *Theories of Organizational Stress*, 28, 28-67.
- Eröktem, G. (2024, 1 Mart). *Uzun çalışma saatleri ve stresin insan fizyolojisine etkileri*. Safe Zone Journal İş Sağlığı Güvenliği Platformu. <https://www.safezonejournal.com/is-sagligi/uzun-calisma-saatlerinin-ve-stresin-insan-fizyolojisine-etkileri/>
- Evers, W. J., Brouwers, A. ve Tomic, W. (2002). Burnout and self-efficacy: A study on teachers' beliefs when implementing an innovative educational system in the Netherlands. *British Journal of Educational Psychology*, 72(2), 227-243.
- Elkin, A. J. ve Rosch, P. J. (1990). Promoting mental health at the workplace: The prevention side of stress management. *Occupational Medicine: State of the Art Review*, 5, 739-754.
- Ergun, G. (2008). *Sağlık işletmelerinde örgütsel stresin işgücü performansı ile etkileşiminin incelenmesi* [Yayınlanma-

- mış yüksek lisans tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- French, J. R. ve Caplan, R. D. (1972). Organizational stress and individual strain. A. Marrow (Ed.), *The failure of success* içinde (s.61-77). New York: AMACOM.
- Frese, M. (1989). Theoretical models of control and health. S. L. Sauter, J. J. Hurrell Jr. ve C. L. Cooper (Ed.), *Job control and worker health* içinde (s.107-128). Chichester, England: Wiley.
- Frese, M. (1999). Social support as a moderator of the relationship between work stressors and psychological dysfunctioning: A longitudinal study with objective measures. *Journal of Occupational Health Psychology*, 4, 179-192.
- Friedman, M. ve Rosenman, R. H. (1974). *Type A behavior and your heart*. New York: Knopf.
- Glazer, S. ve Beehr, T. A. (2005). Consistency of implications of three role stressors across four countries. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 26(5), 467-487.
- Greenberg, H. (1980). *Coping with job stress*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Griffin, M. L., Hogan, N. L., Lambert, E. G., Tucker-Gail, K. A. ve Baker, D. N. (2010). Job involvement, job stress, job satisfaction, and organizational commitment and the burnout of correctional staff. *Criminal Justice and Behavior*, 37(2), 239-255.
- Hackman, J. R. ve Oldham, G. R. (1975). Development of the job diagnostic survey. *Journal of Applied Psychology*, 60(2), 159-170.
- Hsieh, C. W., Hsieh, J. Y. ve Huang, I. Y. F. (2016). Self-efficacy as a mediator and moderator between emotional labor and job satisfaction: A case study of public service employees in Taiwan. *Public Performance & Management Review*, 40(1), 71-96.
- Humphrey, S. E., Nahrgang, J. D. ve Morgeson, F. P. (2007). Integrating motivational, social, and contextual work design features: A meta-analytic summary and theoretical extension of the work design literature. *Journal of Applied Psychology*, 92 (5), 1332-1356.
- Hwang, W. ve Ramadoss, K. (2017). The job demands-control-support model and job satisfaction across gender: The mediating role of work-family conflict. *Journal of Family Issues*, 38(1), 52-72.
- International Labour Organization (ILO), (2016), *Workplace stress: A collective challenge*. Geneva. Retrieved from <https://www.ilo.org/resource/news/workplace-stress-collective-challenge>
- Ivancevich, J. M. ve Matteson, M. T. (1980). Promoting the individual's health and well-being. C. L. Cooper ve R. Payne (Ed.), *Causes, coping and consequences of stress at work* içinde (s. 267-299). Chichester, England: Wiley.
- İlgöz, M. (2014). *Stres kaynakları, sonuçları ve stresle mücadele* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi.
- Jamal, M. (1990). Relationship of job stress and Type-A behavior to employees' job satisfaction, organizational commitment, psychosomatic health problems, and turnover motivation. *Human Relations*, 43(8), 727-738.
- Jamal, M. ve Baba, V. V. (2001) Type-A Behavior, Job Performance, and Well-Being in College Teachers, *International Journal of Stress Management*, 8(3), 231-240.
- Kahn, R. L. ve Byosiore, P. (1992). Stress in organizations. M. D. Dunnette ve L. M. Hough (Ed.), *Handbook of industrial and organizational psychology* içinde (s. 571-650). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Klassen, R. M. ve Chiu, M. M. (2011). The occupational commitment and intention to quit of practicing and pre-service teachers: Influence of self-efficacy, job stress, and teaching context. *Contemporary Educational Psychology*, 36(2), 114-129.
- Karasek, R. (1979). Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24, 285-306.
- Karasek, R., Baker, D., Marxer, F., Ahlbom, A. ve Theorell, T. (1981). Job decision latitude, job demands, and cardiovascular disease: a prospective study of Swedish men. *American Journal of Public Health*, 71(7), 694-705.
- Karasek, R., Gardell, B. ve Lindell, J. (1987). Work and non-work correlates of illness and behaviour in male and female Swedish white collar workers. *Journal of Organizational Behavior*, 8(3), 187-207.
- Kath, L. M., Stichler, J. F. ve Ehrhart, M. G. (2012). Moderators of the negative outcomes of nurse manager stress. *JONA: The Journal of Nursing Administration*, 42(4), 215-221.
- Kim, J. L. S., ve Ling, C. S. (2001). Work-family conflict of women entrepreneurs in Singapore. *Women in Management Review*, 16(5), 204-221.
- Kirkcaldy, B. D., Shephard, R. J. ve Furnham, A. F. (2002). The influence of type A behaviour and locus of control upon job satisfaction and occupational health. *Personality and Individual Differences*, 33(8), 1361-1371.
- Kobasa, S. C. ve Puccetti, M. C. (1983). Personality and social resources in stress resistance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(4), 839.
- Krantz, D. S. ve McCeney, M. K. (2002). Effects of psychological and social factors on organic disease: a critical assessment of research on coronary heart disease. *Annual Review of Psychology*, 53(1), 341-369.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R. ve Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168-177.
- Keser, A. (2021). *Çalışma yaşamında motivasyon* (Güncellenmiş ve Genişletilmiş 3. Baskı). Kocaeli: Umutepe Yayınları.
- Keser, A. ve Bağdoğan, S. Y. (2024). *İş stresi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: Springer.
- Lazarus, R. S. (1991). Psychological stress in the workplace. *Journal of Social Behavior and Personality*, 6, 1-13.
- Lazarus, R. S. ve Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Long, B. C. ve Van Stavel, R. (1995). Effects of exercise training on anxiety: A meta-analysis. *Journal of Applied Sport Psychology*, 7, 167-189.
- Lu, L., Liu, L., Sui, G. ve Wang, L. (2015). The associations of job stress and organizational identification with job satisfaction among Chinese police officers: the media-

- ting role of psychological capital. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(12), 15088-15099.
- Lu, C. Q., Siu, O. L. ve Cooper, C. L. (2005). Managers' occupational stress in China: The role of self-efficacy. *Personality and Individual Differences*, 38(3), 569-578.
- Makin, P., Cooper, C.L. and Cox, C. (1996). *Organizations and the psychological contract*. Leicester: British Psychological Society.
- Mark, G. ve Smith, A. P. (2012). Effects of occupational stress, job characteristics, coping, and attributional style on the mental health and job satisfaction of university employees. *Anxiety, Stress & Coping*, 25(1), 63-78.
- Michie, S. (2002). Causes and management of stress at work. *Occupational and Environmental Medicine*, 59(1), 67-72.
- Nowland, L. (2009, 25 Mart). *Managing Absenteeism*. http://www.pageup.com.au/platform/editor/v4.0/downoad-File.asp?p...f=Managing_Absenteeism.pdf
- O'Connor, G. T., Buring, J. E., Yusuf, S., Goldhaber, S. Z., Olmstead, E. M., Paffenbarger, R. S. ve Hennekens, C. H. (1989). An overview of randomized trials of rehabilitation with exercise after myocardial infarction. *Circulation*, 80, 234-244.
- Özalp Türetgen, İ., (2020). *Örgütsel psikoloji bakış açısıyla iş stresi: İş stresi bataryası - Örgütsel değişken ölçüm araçları*. İstanbul: Nobel Akademi Kitabevi Yayınları.
- Özkalp, E. ve Kirel, Ç. (2021). *Örgütsel davranış*. Bursa: Ekin Yayınevi.
- Özen, H. Ö. (2011). *Üniversite ve Devlet Hastanelerinde Çalışan Hemşirelerin Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması: Zonguldak Örneği* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Zonguldak Karaelmas Üniversitesi.
- Parasuraman, S. ve Simmers, C. A. (2001). Type of employment, work-family conflict and well-being: a comparative study. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 22(5), 551-568.
- Pertev, E. (2006). *A tipi ve B tipi kişilik özellikleri ile stres arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik bir araştırma* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Pflüger, K. (2022), Technostress Management at the Workplace: A Systematic Literature Review. *Wirtschaftsinformatik 2022 Proceedings*. https://aisel.aisnet.org/wi2022/adoption_diffusion/adoption_diffusion/2
- Pincherle, G. (1972). Fitness for Work. *Proceedings of the Royal Society of Medicine*, 65, 321-324.
- Razmi, H. ve Nemati S. T. F. (2011). The moderating role of self-efficacy in relationship between occupational stress with psychological health and job satisfaction of saderat bank's staffs of Tabriz. *Iran Occupational Health Journal* 8(2),57-65.
- Robbins, S. P. ve Judge, T. A. (2020). *Örgütsel davranış*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Robinson, L. A., Berman, J. S. ve Neimeyer, R. A. (1990). Psychotherapy for the treatment of depression: A comprehensive review of controlled outcome research. *Psychological Bulletin*, 108, 30-49.
- Rotter, J. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcements. *Psychological Monographs*, 80, 609.
- Sabuncuoğlu, Z. ve Tüz, M. V. (2016). *Örgütsel davranış*. Bursa: Alfa Aktüel Yayınları.
- Sazak, M. M. (2012). *Dönüştürücü liderlik algısının örgütsel stres üzerine etkisi; emniyet müdürlüklerinde bir uygulama*, [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Çankırı Karatekin Üniversitesi.
- Searle, B. J., Bright, J. E. ve Bochner, S. (1999). Testing the 3-factor model of occupational stress: The impact of demands, control and social support on a mail sorting task. *Work & Stress*, 13(3), 268-279.
- Selye, H. (1946). The General Adaptation Syndrome and the Diseases of Adaptation. *Journal of Clinical Endocrinology*, 6, 117.
- Sheard, M. ve Golby, J. (2007). Hardiness and undergraduate academic study: The moderating role of commitment. *Personality and Individual Differences*, 43(3), 579-588.
- Siegrist, J. (1996). Adverse health effects of high effort/low reward conditions. *Journal of Occupational Health Psychology*, 1, 27-41.
- Sonnentag, S. ve Frese, M. (2003). Stress in organizations. W. C. Borman, D. R. Ilgen, R. J. Klimoski ve I. B. Weiner (Ed.), *Handbook of Psychology* içinde (s. 453-491). New York: Wiley.
- Sözbilir, A. (2020, 6 Mart). Ofiste stres var. *Capital Dergisi*. <https://www.capital.com.tr/yonetim/insan-kaynaklari/ofiste-stres-var>
- Sparks, K., Cooper, C., Fried, Y. ve Shirom, A. (1997). The effects of hours of work on health: A meta-analytic review. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 70, 391-408.
- Suh, A. ve Lee, J. (2017). Understanding teleworkers' technostress and its influence on job satisfaction. *Internet Research*, 27(1), 140-159.
- Şahin, N. H., Basım, H. N. ve Çetin, F. (2009). Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımlarında Kendilik Algısı ve Kontrol Odağı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(2).
- Tangian, A. S. (2007). *Is flexible work precarious? A study based on the 4th European survey of working conditions*. WSI-Diskussionspapier, No. 153, Hans-Böckler-Stiftung, Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliches Institut (WSI), Düsseldorf.
- Tekin, G. O. (2010). *Çalışma yaşamında stres kaynakları ve kamu kurumlarında çalışanla üzerine etkileri: Edirne örneği* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Trakya Üniversitesi.
- Telman, P. ve Ünsal, P. (2004). *Çalışan memnuniyeti*. Epsilon Yayıncılık.
- Trudel, X., Brisson, C., Milot, A., Masse, B. ve Vézina, M. (2016). Adverse psychosocial work factors, blood pressure and hypertension incidence: repeated exposure in a 5-year prospective cohort study. *J Epidemiol Community Health*, 70(4), 402-408.
- Tutar, H. (2004) *Kriz ve stres yönetimi*. Seçkin Yayıncılık.
- Ünsal, P. (2018). İş stresi algısı ve başa çıkmada bireysel farklılıkların rolü. A. Keser, G. Yılmaz ve S. Yürür (Ed.), *Çalışma yaşamında davranış: Güncel yaklaşımlar içinde* (s. 345-375). Umuttepe Yayınları.
- Warr, P. B. (1987). *Work, unemployment, and mental health*.

Oxford, England: Oxford University Press.

- Watson, D. ve Hubbard, B. (1996). Adaptational style and dispositional structure: Coping in the context of the Five-Factor model. *Journal of Personality*, 64(4), 737-774.
- Xie, J. L. (1996). Karasek's model in the People's Republic of China: Effects of job demands, control, and individual differences. *Academy of Management Journal*, 39(6), 1594-1618.
- Yağışan, N., Sünbül, A. M. ve Yücalan, Ö. B. (2007). Eğitim fakültesigüzel sanatlar ve diğer bölüm öğrencilerinin benlik imgesive denetim odaklarının karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (17), 595-607.
- Yaman, Ü. T. ve Aytaç, S. (2022). Çalışanların pozitif psikolojik sermaye düzeyleri ve iş yükü algılarının rol ötesi davranışlar üzerindeki etkisinin incelenmesi. *International Journal of Social Inquiry*, 15(2), 575-592.
- Yılmaz, O. (2006). *Stresin performans üzerine etkisi, 40'ıncı piyade eğitim alay komutanlığı lider personeli üzerinde bir araştırma*. [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Süleyman Demirel Üniversitesi.
- Yılmaz, A. ve Ekici, S., (2003). Örgütsel yaşamda stresin kamu çalışanlarının performansına etkileri üzerine bir araştırma. *Yönetim ve Ekonomi Dergisi*, 10(2), 1-20.
- Yousef, D. A. (2000). The interactive effects of role conflict and role ambiguity on job satisfaction and attitudes toward organizational change: A moderated multiple regression approach. *International Journal of Stress Management*, 7(4), 289-303.
- Zapf, D., Knorz, C. ve Kulla, M. (1996). On the relationship between mobbing factors, job content, social work environment, and health outcomes. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 5, 215-237.
- Zeytinoğlu, I. U., Denton, M. ve Plenderleith, J. M. (2011). Flexible employment and nurses' intention to leave the profession: The role of support at work. *Health Policy*, 99(2), 149-157.