

# Stresle Başa Çıkma İç Kontrol Odağının Yordayıcı Gücü ve Psikolojik Sermayenin Aracılık Rolü

Haluk Erdem  
Kara Harp Okulu

## Özet

Günümüzde bireyler ve işletmeler iş ortamlarında yaşanan stresten dolayı sağlık harcamaları, iş gücü devri, tazminatlar gibi çeşitli kayıplara maruz kalmaktadır. Yapılan bu çalışmanın amacı iç kontrol odağının problem ve duygu odaklı stresle başa çıkma davranışları üzerindeki yordama gücünü belirlemek ve bu süreçte psikolojik sermayenin rolünü tespit etmektir. Bu maksatla, TRB-1 bölgesinde (Malatya, Elazığ, Tunceli, Bingöl) bulunan özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan zihinsel engelliler öğretmenlerinden (n = 245) veriler toplanmıştır. Yapılan analizler (doğrulayıcı faktör analizi, korelasyon, basit ve aşamalı regresyon analizi, Sobel testi) neticesinde iç kontrol odağının; problem odaklı stresle başa çıkma davranışlarını pozitif, duygu odaklı stresle başa çıkma davranışlarını ise negatif yönlü ve anlamlı bir şekilde yordama gücü olduğu belirlenmiştir. Psikolojik sermayenin ise; problem odaklı stresle başa çıkma davranışları üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı bir yordama gücü olduğu görülürken, duygu odaklı stresle başa çıkma davranışları üzerinde ise anlamlı bir yordama gücü olmadığı görülmüştür. Ayrıca, iç kontrol odağının psikolojik sermaye üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı bir yordama gücü olduğu belirlenmiştir. Bunlara ilave olarak psikolojik sermayenin, iç kontrol odağı ile problem odaklı stresle başa çıkma davranışları arasındaki ilişkide kısmi aracılık rolü oynadığı görülmüştür. Elde edilen sonuçlar literatürdeki çalışmalarla karşılaştırılarak tartışılmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Stresle başa çıkma, kontrol odağı, psikolojik sermaye, zihinsel engelliler öğretmenleri

## Abstract

Nowadays individuals and organizations are exposed to various losses like healthcare expensive, turnover and compensations due to stress in workplace. The aim of this study to determine the prediction power of internal locus of control on problem and emotion focused behaviors to cope with stress and to identify the role of psychological capital during this process. For this purpose data collected by doing survey among the mentally disabled teachers (n = 245) working in special education and rehabilitation centers in TRB-1 region (Malatya, Elazığ, Tunceli, Bingöl). As a result of analyses (confirmatory factor analysis, correlation, simple and multiple regression analysis, Sobel's test) it is seen that internal locus of control predicts problem focused behaviors to cope with stress positively and significantly but emotional focused behaviors to cope with stress negatively and significantly. Psychological capital predicts problem focused behaviors to cope with stress positively and significantly whereas it has no significant predictive power on emotional focused behaviors to cope with stress. Also, internal locus of control has positive and significant prediction on psychological capital. In addition to all, psychological capital has partial mediating role between internal locus of control and problem focused behaviors to cope with stress. The results that obtained are discussed by comparing the other studies in the literature.

**Key words:** Stress coping, locus of control, psychological capital, teachers of mentally disabled

Günümüzde giderek artan küresel rekabet, iletişim ve bilişim teknolojilerinde yaşanan ilerlemeler ve nihayet “insan” faktörünün öneminin farkına varılması neticesinde, yönetim düşüncesinde ve örgütlerin yapılarında ciddi farklılaşmalar meydana gelmiştir. Bu süreçte insan unsuruna bakış açısındaki en belirgin değişim, insanın kontrol edilebilir ve istendiği zaman rahatlıkla değiştirilebilir bir üretim faktörü olarak ele alınmasının yerine örgütler için çok önemli ve geliştirilebilir bir stratejik kaynak olarak ele alınmasıdır (Koçel, 2011). Söz konusu değişimi yaratan en önemli faktörlerden birisi, bireylerin kişisel ihtiyaçlarının karşılanması ile örgüt amaçlarının benimsenmesi ve bu amaçları gerçekleştirmek için gösterdiği gayretler arasında ortaya çıkarılan yakın ilişkilerdir (Aydın, 2008).

Dünya Çalışma Örgütünün (WLO) raporuna göre günümüzde insanlığı tehdit eden en önemli tehlikelerin başında stres gelmektedir (aktaran Dumont ve Planche-rel, 2001). Stres, çalışanların ruh sağlığını bozduğu gibi işletmelerin ekonomik performansını da azaltmaktadır. Bu kapsamda iş ortamlarında yaşanan stres, çalışanlarda devamsızlık (Ejere, 2010; Hauge, 2010), işgücü devri (DeTienne, Agle, Phillips ve Ingerson, 2012; Ulrich, 2007) ve düşük performans (Hunter ve Thatcher, 2007; Wu, 2011) yol açarak kaynakların etkin kullanılmamasına yol açabilmektedir.

İş ortamlarında yaşanan stresin kaynaklarının neler olduğuna ilişkin yapılan araştırma sonuçlarında genellikle iş stresinin nedenlerinin çevresel, örgütsel ve kişisel faktörlerle ilgili olduğu belirlenmiştir (Robbins ve Judge, 2007). Bu süreçte bireysel farklılıkların da etkisiyle birlikte fiziksel (kan basıncının yükselmesi, kalp rahatsızlıkları), psikolojik (endişe, depresyon, iş tatminsizliği) ve davranışsal (iş devamsızlığı, üretim azalması, iş gücü devri) değişimler meydana gelmektedir. Cooper ve Dewe (2004), mevcut kültürden etkilenen iş ortamındaki potansiyel stres yaratan faktörler olarak; iş koşulları ve iş istekleri, işin kontrol derecesi, iş ortamındaki destek, ilişkiler, rol belirsizlikleri ve çatışmaları ile örgütte yaşanan değişimi göstermiştir.

Örgütsel performans açısından yönetilmesi gereken bir unsur olarak görülen stresin önlenmesi veya azaltılması önem arz etmektedir. Bireylerde stresle başa çıkmaya yardımcı olan faktörlerden bazıları; sahip oldukları kişilik özellikleri, çevresel desteğe sahip olup olmadıkları, kişilerin içinde buldukları psikolojik durumlar, mesleki gelişim durumları, rol algılamaları, çatışmaya yaklaşımları ve destekçi örgüt yapısıdır (Pehliyan, 1994). Bu kapsamda, stresle baş etmede kullanılan stratejiler genellikle bireysel ve örgütsel olarak iki aşamada değerlendirilmektedir (Balci, 2000). Bireysel stratejiler olarak; problem ve duygu odaklı değerlendirme (Lazarus ve Folkman, 1986), zihinsel ve bedensel gev-

şeme egzersizleri (Baltaş ve Baltaş, 2012), sağlıklı beslenme (Bozkurt ve arkadaşları, 2010), zaman yönetimi (Örnek ve Aydın, 2011) ve sosyal destek sağlama (Tutar, 2011) sayılabilir. Örgütsel olarak ise; fiziksel çalışma koşullarının düzenlenmesi (Makhbul, Alam, Azmi ve Talib, 2011), katılımcı yönetim anlayışı ve destekleyici örgüt iklimi (Chen ve arkadaşları, 2012; Lee, Joo ve Johnson, 2009), eğitim seminerleri (Lindquist ve Cooper, 1999), rol belirsizlikleri ve rol çatışmalarının önlenmesi (Korkusuz, 2012) ve insan kaynakları yönetimi konusunda yapılan düzenlemeler (Weinberg, Sutherland ve Cooper, 2010) sayılabilir.

Bireylerin yaşamış oldukları stresin ve bununla başa çıkabilmesinin önemli bir belirleyicisi sahip oldukları kişisel özelliklerdir. Bireylerin yaşamı boyunca edindiği öğrenme tecrübeleri, onlarda meydana gelen olayları kontrol edip edemediği ile ilgili kendine özgü beklentilerin oluşmasına neden olur (Rotter, 1966). Rotter'a (1966) göre insanların başlarına gelen iyi veya kötü olayları algılama biçimleri farklıdır ve bu farklılık, yaşamın devamında kendisinin veya başkalarının başına gelen olayları değerlendirme biçimlerini etkiler. Bu kapsamda, bireylerin başlarına gelen olayları nelerin kontrol ettiğine dair inancına kontrol odağı denir. Bireylerin başına gelen olaylarda şansın, kaderin veya çevresel güçlerin etkisi olduğunun düşünülmesi dış kontrol odağını göstermektedir. Bunun tam tersi olarak olay veya durumların bireyin kendi davranışlarının bir sonucu olarak algılanması ise iç kontrol odağını ifade etmektedir (Baltaş ve Baltaş, 2012; Basım ve Şeşen, 2008; Çetin, 2011; Tabak ve Erkuş, 2008).

İç kontrol odaklı bireylerin; kararlarında isabetli, ikna kabiliyetleri ve motivasyonları yüksek, çevredeki koşulları değiştirme konusunda daha istekli ve kendi yeteneklerine, başarı durumlarına önem veren, akademik yönden başarılı ve rekabetçi, depresyona daha az yakalanan, yaratıcı, iş tatminleri ve motivasyonları yüksek, daha fazla ücret ve daha yüksek statüye sahip, girişimcilik özelliklerinin yüksek olduğu, genellikle pozitif bakış açısına sahip ve daha az stresli oldukları değerlendirilmektedir (Basım ve Şeşen, 2008; Çetin, 2011; Rotter, 1966; Şeşen, 2010; Tabak ve Erkuş, 2008). İş yerlerinde daha nazik ve daha yardımsever, kişisel ilişkilerde daha başarılı ve sosyal açıdan daha güçlü olan iç kontrol odaklı bireylerin bu özellikleri genel olarak olumlu bir kişilik özelliğini işaret etmektedir (Basım ve Şeşen, 2006; Başol ve Türkoğlu, 2009; Meydan, 2010). Dış kontrol odaklı bireylerin ise; çevrelerinde olup bitenleri değiştirme konusunda çok fazla istekli olmayan, başarısızlıklarda sürekli başkalarını suçlayan, akademik ve entelektüel faaliyetlere daha az katılan, iş tatmini, iş bağlılığı ve iş motivasyonları daha düşük olan, genel olarak belirsizlikten kaçan, edilgen ve pasif kişilik özellikleri sergileyen,

girişimcilik özelliklerinin zayıf olduğu değerlendirilmektedir (Basım ve Şeşen, 2008; Kasilingham ve Sudha, 2010; Şeşen, 2010; Tabak ve Erkuş, 2008). Günümüzde yapılan bazı araştırmalar sonucunda, kontrol odağı ile stresle başa çıkma arasında ilişki olduğunu göstermekte ve iç kontrol odaklı bireylerin stresle başa çıkmada daha başarılı olduklarını göstermektedir (Anderson, 1977; Arslan, Dilmaç ve Hamarta, 2009; Baltaş ve Baltaş, 2012; Basım ve Şeşen, 2008; Elfstrom ve Kreuter, 2006; Huang, 2006; Hyatt, 1996; Karimi ve Alipour, 2011; Khan, Saleem ve Shahid, 2012).

Stres ve stresin yönetilmesi süreçlerinde kişisel faktörler yanında durumsal faktörlerin de etkileri bulunmaktadır. Bireylerin durağan ve sabit olmayan durumsal özelliklerinin geliştirilmeye açık olduğunu belirten Luthans ve Youssef (2004), pozitif örgütsel davranış yaklaşımıyla bireylerin performanslarının ve etkinliğinin artırabileceğini iddia etmiştir. Bireylerin zayıf taraflarına odaklanmak yerine, güçlü olduğu yönleri ortaya çıkarılmayı amaçlayan pozitif psikoloji yaklaşımından hareketle bireylerin içinde buldukları psikolojik durumlar örgütsel tutum, davranış ve performans açısından önemli olarak görülmektedir (Akçay, 2012).

Luthans ve arkadaşları tarafından psikolojik örgütsel davranış, “bugünün çalışma alanlarında performansın gelişimi için ölçülebilen, geliştirilebilen ve efektif bir şekilde yönetilebilen insan kaynakları gücü ve psikolojik kapasiteleri üzerine yapılan çalışma ve uygulamalar bütünüdür” şeklinde tanımlanmıştır (Avey, Luthans, Smith ve Palmer, 2010). Bu noktada önemli olan husus yapılacak çalışmaların bilimsel teori, araştırma ve geçerli ölçümlere dayanması ve geliştirilmeye açık olan durumsal özelliklere odaklanılmasıdır (Luthans ve Youssef, 2007). Bu kapsamda psikolojik sermaye “bireyin pozitif psikolojik gelişme hali” olarak tanımlanmıştır (Luthans ve Youssef, 2007). Luthans, Avolio, Avey ve Norman (2007), psikolojik sermayeyi oluşturan dört önemli bileşen olduğunu belirtmiştir. Bunlardan ilki bireyin zorlu işleri başarmak için gerekli çabayı gösterebileceğine dair kendine olan güvenini gösteren özyeterliliklerdir. Diğerleri ise bireyin yaşadığı anda ve gelecekte başarılı olmaya dair olumlu beklentilerini temsil eden iyimserliklerdir. Bireyin hedeflerine ulaşmak için gösterdiği azim ise umuttur. Son özellik ise yaşanan zorluklar ve sıkıntılar karşısında ayakta kalabilme ve her şeye rağmen başarıya ulaşma olarak ifade edilen psikolojik dayanıklılıktır (Keleş, 2011). Bu dört faktör arka planda ortak bir başa sahiptir ve psikolojik sermaye olarak adlandırılan ikinci dereceden bir pozitif kaynaktır (Avey, Luthans ve Jensen, 2009).

Hobfoll önderliğinde bir grup bilim adamı stresin oluşumundan sonra bireyin sağlığını korumaya yardımcı olacak psikolojik kaynakların önemli olduğunu belirt-

mişlerdir (Hobfoll, 1989). Bu kaynakların; sosyal destek, tutarlı bir yaşam, dayanıklılık ve tahammül yeteneği, özyeterlilik ve iyimserlik gibi çeşitli sosyal ve kişilik yapılarından oluştuğu düşünülmektedir (Krohne, 2002). Avey ve arkadaşlarına (2009) göre stresle başa çıkma noktasında bakış açısını değiştirmeye ve stres yönetimi üzerinde yeni araştırma ve perspektifler geliştirmeye ihtiyaç vardır. Hobfoll’un (1989) stresle başa çıkma konusunda geliştirdiği kaynakların korunması teorisinde yer alan faktörlerle psikolojik sermayenin ana bileşenleri olan özyeterlilik, umut, iyimserlik ve psikolojik dayanıklılığın neredeyse birbirini tamamlayan kavramlar olduğunu değerlendiren Avey ve arkadaşları (2010), psikolojik sermayenin stresle başa çıkmada önemli bir faktör olabileceğini iddia etmiştir. Bu konuda yapılan araştırmalarda psikolojik sermayenin iş stresini azalttığı yönünde bulgular elde edilmiştir (Çetin, Hazır ve Basım, 2013a; Liu, Hu, Wang, Sui ve Ma, 2013; Liu, Chang, Fu, Wang ve Wang, 2012).

Yukarıda belirtilen teorik çerçeve ve ampirik araştırmalar sonucunda, olumlu bir özellik olarak değerlendirilen iç kontrol odağının stresle başa çıkma tarzlarını yordama gücü olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca bireylerin pozitif psikolojik durumları yani psikolojik sermayelerinin de bu süreçte aracılık rolü oynayabileceği değerlendirilmektedir. Bu kapsamda, yapılan bu çalışmanın amacı; stresle başa çıkma tarzları üzerinde iç kontrol odağının yordayıcı gücü olup olmadığını belirleyebilmek ve bu süreçte durumsal bir değişken olarak ele alınan psikolojik sermayenin aracılık rolü oynayıp oynamadığını tespit etmektir. Söz konusu amaç doğrultusunda aşağıda belirtilen araştırma sorusuna cevap aranmıştır:

**Araştırma Sorusu:** Bireylerin stresle başa çıkma tarzları üzerinde kontrol odağının yordayıcı gücü var mıdır? Bu süreçte psikolojik sermayenin aracılık rolü var mıdır?

## Yöntem

Araştırmanın örneklemini Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) İstatistik Bölge Birimleri Sınıflandırılması 2. düzeye göre TRB-1 Bölgesi (Malatya, Elazığ, Tunceli, Bingöl) içerisindeki özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışan zihinsel engelliler öğretmenleri ( $n = 245$ ) oluşturmaktadır. Hazırlanan ölçekler vasıtasıyla söz konusu bölgede görev yapan 245 zihinsel engelliler öğretmeninden veriler toplanmıştır. Katılımcıların %45’i erkek, %55’i kadın; %37’si bekâr, %63’ü evli, %38’i, 20-25 yaş, %25’i 26-30 yaş, %19’u 31-35 yaş, %9’u 36-40 yaş, %8’i ise 41 yaş ve daha fazla yaş aralığındadır. Katılımcıların %76’sı lisans, %11’i ön lisans, %13’ü lise, %1’i lisansüstü eğitime sahiptir. Örneklemini oluştur-

ran öğretmenlerin %68'i zihinsel engelliler, %24'ü usta öğretici (yardımcı öğretmen), %5'i rehber öğretmen, %3'ü ise fiziksel gelişim öğretmeninden (fizyoterapist) oluşmaktadır.

Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çalışanlar mesailerinin neredeyse tamamını oldukça zahmetli ve stresli bir iş olan zihinsel engellilerle birlikte geçirmektedirler. Ayrıca bu kurumlar aynı zamanda kâr amacı güden birer işletmedir. Özel eğitim kurumuna yatırım yapanların ana amacı rekabetin yoğun yaşandığı sektörde varlığını sürdürebilmektir. Bu kapsamda belirtilen nedenlerle bu sektörde iş stresinin daha fazla olabileceği, yüz yüze iletişimin yoğun yaşandığından dolayı psikolojik sermaye bileşenlerinin önemli olduğu değerlendirilmiş ve örneklem seçiminde bu hususlar dikkate alınmıştır. Ayrıca TRB-1 bölgesinde ekonomik yetersizlikler ve eğitim seviyesi düşüklüğü gibi nedenlerle zihinsel engelli öğretmenlerin diğer bölgelerdekilere göre daha stresli ortamlarda faaliyette buldukları değerlendirilmektedir. Ekonomik nedenlerle ve eğitimsizlik sebebiyle zihinsel engelli bireylerin ebeveynlerinin gerekli özeni göstermedikleri, öz bakım becerileri gibi temel konularda dahi çok yetersiz oldukları bu bölgede görev yapan öğretmenler tarafından ifade edilmiştir. Ayrıca bu bölgede velilerle iletişimde güçlük çekilmesi, kurum sahiplerinin ticari endişelerinin eğitim sistemine olan olumsuz etkileri gibi hususların da öğretmenlerde ilave strese yol açabileceği düşünülerek bu bölgede görev yapan öğretmenlerin bu araştırmanın örneklemi oluşturmasında fayda olabileceği düşünülmüştür.

#### Veri Toplama Araçları

**Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği.** Araştırmada Lazarus ve Folkman (1986) tarafından geliştirilen ve Şahin ve Durak (1995) tarafından sadeleştirilerek Türkçeleştirilen “Stresle başa çıkma tarzları ölçeği” kullanılmıştır. Beşli likert şeklinde (1 = Kesinlikle katılmıyorum, 5 = Kesinlikle katılıyorum) hazırlanan ölçekte problem odaklı stresle başa çıkmayı ifade eden üç faktör (sosyal destek, iyimserlik ve kendine güvenli yaklaşım), duygu odaklı (pasif) stresle başa çıkmayı ifade eden iki faktör (boyun eğici yaklaşım ve çaresiz yaklaşım) olmak üzere toplam beş faktörden oluşmaktadır.

**Psikolojik Sermaye Ölçeği.** Yapılan bu çalışmada Luthans, Avolio, Avey ve Norman (2007) tarafından geliştirilen ve toplam 24 maddeden oluşan Psikolojik Sermaye Ölçeği kullanılmıştır. Söz konusu ölçek Çetin ve Basım (2012) tarafından Türkçeleştirilmiş, geçerlilik ve güvenilirliğine ilişkin testler yapılmıştır. 5'li likert şeklinde (1 = Kesinlikle katılmıyorum, 5 = Kesinlikle katılıyorum) hazırlanan ölçekte iyimserlik, özyeterlilik, umut ve psikolojik dayanıklılık olmak üzere dört alt boyut bulunmaktadır.

**Kontrol Odağı Ölçeği.** Bireylerin kontrol odaklarını ölçmek amacıyla Rotter'in (1966) “İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği” (Internal- External Locus of Control Scale) kullanılmıştır. Ölçek kişilerin genellenmiş kontrol beklentilerinin içsellik veya dışsallık boyutu üzerindeki konumunu ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Dağ (1991) tarafından yapılmıştır. Toplam 29 maddeden ölçek ikili (1,0) veri şeklinde hazırlanmış olup yükselen puanlar dış kontrol odağını işaret etmektedir.

#### İşlem

Çalışma kapsamında elde edilen verilerin analiz edilmesinde SPSS 20.0 ile Amos 20.0 paket programları kullanılmıştır. Ölçeklerin iç tutarlılığı için Cronbach Alpha katsayılarına bakılmış, yapısal geçerliliği için ise doğrulayıcı faktör analizleri uygulanmıştır. Korelasyon analizleri ile ilişkiler belirlenmiş, regresyon analizleri uygulanarak ise de değişkenlerin birbirine olan yordayıcı gücü belirlenmiştir. Son olarak ise aşamalı regresyon analizleri ve Sobel Testi ile aracılık rolü tespit edilmiştir.

#### Bulgular

Yapılan bu çalışma kapsamında kullanılan ölçeklerin yapısal geçerliliğini test etmek için doğrulayıcı faktör analizleri yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi, daha önce keşfedilmiş ve daha az faktör altında birleştirilmiş ölçeklerin, araştırmanın yapıldığı örnekleme de benzer olup olmadığını test etmek amacıyla yazında sıklıkla kullanılan tekniklerden birisidir (Meydan ve Şeşen, 2011). Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda stresle başa çıkma tarzları ölçeğinin (Problem odaklı stresle başa çıkma, GFI = .940, AGFI = .906, CFI = .964, NNFI = .964, NFI = .928, RMSEA = .061,  $\chi^2/SD = 1.923$ ,  $p = .000$ ); Duygu odaklı stresle başa çıkma, GFI = .924, AGFI = .889, CFI = .951, NNFI = .952, RMSEA = .069,  $\chi^2/SD = 2.171$ ,  $p = .000$ ), psikolojik sermaye ölçeğinin (GFI = .901, AGFI = .871, CFI = .960, NNFI = .960, RMSEA = .050,  $\chi^2/SD = 1.607$ ,  $p = .000$ ) ve kontrol odağı ölçeğinin (GFI = .926, AGFI = .903, CFI = .913, NNFI = .919, RMSEA = .030,  $\chi^2/SD = 1.224$ ,  $p = .023$ ) uyum indekslerinin kabul edilebilir aralıklarda olduğu ve ölçeklerin yapısal geçerliliğini desteklediği görülmüştür (Hu ve Bentler, 1999; Marsh ve Hocevar, 1985; Schermelleh ve ark., 2003; Steiger, 1990; Ullman, 2001). Doğrulayıcı faktör analizinin yapılması esnasında stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden 1., 3., 12., 18. ve 30. maddeler; psikolojik sermaye ölçeğinden 5. ve 17. maddeler; kontrol odağı ölçeğinden ise 5. ve 12. maddeler yordama güçleri anlamlı olmadığı için ölçekten çıkarılmıştır.

Araştırma ölçeklerinin iç tutarlılığını tespit etmek amacıyla yapılan güvenilirlik analizi sonucunda stresle

**Tablo 1.** Değişkenlere Ait Ortalama, Standart Sapma ve Korelasyon Değerleri ( $n = 245$ )

Değişkenler	Ort.	S	2	3	4
1. Problem odaklı stresle başa çıkma	3.82	0.620	.000	.261**	.596**
2. Duygu odaklı stresle başa çıkma	2.68	0.788	-	-.294**	-.081
3. İç kontrol odağı	12.22	3.958		-	.220**
4. Psikolojik sermaye	3.82	0.586			-

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ 

başa çıkma tarzları ölçeği için  $\alpha > .764$ ; psikolojik sermaye ölçeği için  $\alpha > .935$ ; kontrol odağı ölçeği için  $\alpha > .678$  olduğu görülmüş ve ölçeklerin güvenilirliğinin kabul edilebilir seviyede olduğu sonucuna varılmıştır (İslamoğlu ve Alınacı, 2014).

Araştırmada kullanılan ölçeklerin geçerlilik ve güvenilirlik analizlerini yaptıktan sonra çalışmanın bu bölümünde değişkenler arasındaki ilişkiler belirlenmeye çalışılacaktır. Değişkenlerin birbiriyle olan ilişkileri tespit edebilmek için öncelikle korelasyon analizi yapılmıştır. Korelasyon analizinin özeti Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1’deki bulgular incelendiğinde problem odaklı stresle başa çıkma ile iç kontrol odağı arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu, problem odaklı stresle başa çıkma ile psikolojik sermaye arasında da pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Duygu odaklı stresle başa çıkma ile iç kontrol arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu belirlenirken, duygu odaklı stresle başa çıkma ile psikolojik sermaye arasında ise anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. İç kontrol odağı ile psikolojik sermaye arasında ise pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Son olarak problem odaklı stresle başa çıkma ile duygu odaklı stresle başa çıkma arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkiler belirlendikten sonra bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken puanları üzerinde yordayıcı gücünü belirleyebilmek amacıyla regresyon analizleri yapılmıştır.

Regresyon analizi uygulamadan önce, verilerin bu analizin temel varsayımlarını (normallik, çoklu doğrusal bağıntı, ardışık bağımlılık vb.) sağlaması gerekmektedir (Eroğlu, 2010). Analiz edilen veriler zaman serisi olmadığından ardışık bağımlılık varsayımının kontrol edilmesine gerek yoktur. Modeldeki değişkenlerin normallik ve çoklu doğrusal bağıntı varsayımını sınamaları test edilmiştir. Modelde yer alan değişkenlerin normal dağılıma uyup uymadığı Tek Örneklem Kolmogorov-Smirnov testi ile sınanmış ve tüm değişkenlerin dağılımının normale yakın olduğu tespit edilmiştir. Modeldeki değişkenlerin çoklu doğrusal bağıntı varsayımını sınamaları test edilmiştir. VIF değerlerinden hiçbiri 10’dan büyük veya Tolerans değerlerinden hiçbiri 0.2’den küçük olmadığı için (Tatlıdil, 1996) modelde çoklu doğrusal bağıntı olmadığı ve modelin kurulabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Yapılan regresyon analizleri neticesinde; iç kontrol odağının problem odaklı stresle başa çıkma davranışlarını pozitif yönde yordadığı ( $\beta = .261$ ), duygu odaklı stresle başa çıkma davranışlarını ise negatif yönde yordadığı ( $\beta = -.294$ ) görülmüştür. Psikolojik sermayenin problem odaklı stresle başa çıkma davranışlarını güçlü bir şekilde pozitif yönde yordadığı ( $\beta = .596$ ), duygu odaklı stresle başa çıkma davranışlarını ise anlamlı bir şekilde yordadığı belirlenmiştir. İç kontrol odağının ise psikolojik sermayeyi pozitif yönde yordadığı ( $\beta = .220$ ) tespit edilmiştir. Regresyon analizlerinin özeti Tablo 2’de sunulmuştur.

**Tablo 2.** Değişkenler Arası Regresyon Analizi ( $n = 245$ )

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	$\beta$	Standart Hata	$R^2$	$\Delta R^2$	$t$
İç kontrol odağı	Problem odaklı stresle başa çıkma	.261	.605	.068	.064	4.208**
İç kontrol odağı	Duygu odaklı stresle başa çıkma	-.294	.677	.087	.083	-4.804**
Psikolojik sermaye	Problem odaklı stresle başa çıkma	.596	.504	.355	.353	11.575**
Psikolojik sermaye	Duygu odaklı stresle başa çıkma	.081	.706	.007	.002	-1.262
İç kontrol odağı	Psikolojik sermaye	.220	.379	.048	.044	3.509**

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$



**Tablo 3.** Basit ve Aşamalı Regresyon Analizleri

Model (Aşama)	Standartlaştırılmış Katsayılar	Standart Hata	$R^2$	$\Delta R^2$	$t$	Çoklu Doğrusal Bağın İstatistikleri***	
	$\beta$					Tolerans	VIF
(1) İKO → PS	.220	.489	.048	.044	3.509**	1.000	1.000
(2) İKO → POSBÇ	.261	.391	.068	.064	4.208**	1.000	1.000
(3) Aracı Değişkenin Dâhil Edildiği Model	.136	.008	.373	.368	2.612*	.952	1.051
İKO → POSBÇ → PS	.566	.065	.373	.368	10.853**	.952	1.051

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $VIF < 10$  veya Tolerans  $> .2$  olduğundan modelde çoklu doğrusal bağıntı problemi yoktur.

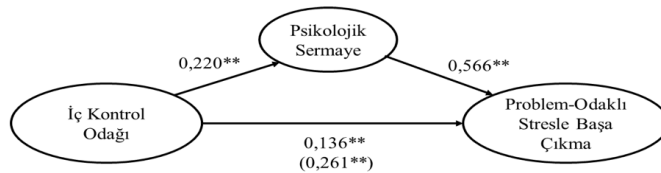
Not. İKO (İç Kontrol Odağı), PS (Psikolojik Sermaye), POSBÇ (Problem Odaklı Stresle Başa Çıkma)

Tablo 2’de incelendiğinde yapılan bu çalışmanın araştırma sorusu olarak belirlenen ilk bölümünün “Bireylerin stresle başa çıkma tarzları üzerinde kontrol odağının yordayıcı gücü var mıdır?” cevabının olumlu olarak verilebileceği ortaya çıkmaktadır. Olumlu bir özellik değerlendirilen iç kontrol odaklı bireylerin stresle başa çıkmada daha fazla problem odaklı (aktif) davranışlar sergiledikleri, duygu odaklı (pasif) davranışları ise tercih etmedikleri bu çalışmanın sonuçlarına göre söylenebilir.

Psikolojik sermayenin, iç kontrol odaklılık ile problem odaklı stresle başa çıkma davranışları ilişkisi üzerindeki aracılık rolünün sınanması amacıyla Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen üç aşamalı regresyon analizi uygulanmıştır. Aracılık rolünden söz edilebilmesi için birinci aşamada iç kontrol odağının psikolojik sermayeyi anlamlı bir şekilde yordaması gerekmektedir. İkinci aşamada ise iç kontrol odağının problem odaklı stresle başa çıkma davranışlarını anlamlı bir şekilde yordaması gerekmektedir. Söz konusu iki koşulun sağlandığı Tablo 2’deki bulgular incelendiğinde görülmektedir. Üçüncü adımda ise aşamalı regresyon analiz modeline psikolojik sermaye dâhil edildiğinde iç kontrol odağının problem odaklı stresle başa çıkma üzerindeki yordama gücünün anlamlı bir şekilde azalması ve aynı zamanda psikolojik sermayenin problem odaklı stresle başa çıkma davranışlarını anlamlı bir şekilde yordaması gerekmektedir.

Üçüncü adımda yapılan aşamalı regresyon analizi sonucunda; iç kontrol odağının ikinci adımdaki regresyon katsayısının ( $\beta = .261$ ), üçüncü adımda anlamlı bir şekilde azaldığı ( $\beta = .136$ ) gözlenmiştir. Ayrıca bu süreçte psikolojik sermayenin de problem odaklı stresle başa çıkma davranışlarını anlamlı bir şekilde yordadığı ( $\beta = .566$ ) görülmüştür. Basit ve aşamalı regresyon analizinin özeti Tablo 3’de sunulmuştur.

Aracılık rolü analizinde; bağımsız değişkenin bağımlı değişkeni anlamsız olarak yordaması durumunda “tam aracılık”, bağımsız değişkenin bağımlı değişkeni yordamasında anlamlı bir azalma söz konusu olduğunda ise “kısmi aracılık” rolünden söz edilebilmektedir (Frazier, Tix ve Barron, 2004). Bu kapsamda psikolojik sermayenin bu süreçte kısmi aracılık rolü olduğu görülmektedir. Aracılık rolünün gücünü görmek amacıyla alternatif olarak Sobel testi kullanılmıştır (Kenny, Kashy ve Bolger, 1998). Sobel testi sonuçları (Sobel test istatistiği = 3.3491, Std.Ht. = .0061,  $p = .0008$ ) incelendiğinde psikolojik sermayenin iç kontrol odağı ile problem odaklı stresle başa çıkma ilişkisinde kısmi aracılık rolü oynadığı görülmüştür. Bu kapsamda yapılan bu çalışmanın araştırma sorusu olarak belirlenen ikinci bölümünün “Bu süreçte psikolojik sermayenin aracılık rolü var mıdır?” cevabı olumlu olarak verilmiştir. Aracılık modeli Şekil 1’de gösterilmiştir.

**Şekil 1.** Aracılık Modeli

\*\* $p < .01$ ; Parantez içindeki değer ilk modelin standartlaştırılmış regresyon ( $\beta$ ) katsayısıdır.

## Tartışma

İletişim ve bilişim teknolojilerde yaşanan gelişmeler, günümüzde tüm dünyayı etkisi altına alarak, rekabetin sonuçlarının daha fazla hissedilmesine neden olmuştur. Bu nedenle, sektörlerde varlığını korumaya çalışan işletmeler yoğun rekabet ortamında kendilerini yenileyip geliştirmek zorunda kalmaktadırlar. İşletmelerin bu amaçlarına ulaşabilmesi için sağlıklı, verimli ve etkin çalışabilecek bireylere ihtiyaçları vardır. Bu noktada çalışanların yaşayabilecekleri çeşitli problemlerin örgüte yansımaları sonucunda ilave maliyet ve iş gücü kaybı ortaya çıkabilecektir.

Çalışmanın konusunun belirlenmesi aşamasında; işletmelerin iş stresinden dolayı yaşadıkları iki önemli sorun dikkat çekmiştir. Bunlardan birincisi; performansın azalması, iş gücü devri, örgütsel bağlılığın ve iş tatminin azalması gibi olumsuz örgütsel davranış boyutlarıdır. İkinci önemli sorun ise iş stresinden dolayı işletmelerin katlanmak zorunda kaldıkları sağlık harcamaları, iş gücü kaybı, yeni gelen personelin yetiştirilme masrafları, ödenen tazminatlar gibi maddi kayıplardır. Bu kapsamda, işletmelerde iş stresi ile daha etkin mücadele edebilmenin yolları aranmış ve ne gibi tedbirler ile iş stresinin etkisinin azaltılabileceği sorusuna cevap aranmaya çalışılmıştır.

Yapılan bu çalışmada ilk olarak, iş stresi ile daha etkili mücadele edebilen bireylerin örgüte daha faydalı olacağı düşünülerek kişisel faktörlerin bu süreçte etkili olabileceği düşünülerek kontrol odağı kavramı ele alınmıştır. Bu kapsamda yapılan analizler sonucunda; bireylerin iç kontrol odaklı olmasının stresle başa çıkmada problem odaklı (aktif) davranışlar sergilemesi üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı bir yordama gücü olduğu belirlenmiştir. Elde edilen sonuçlar yazındaki çalışmalarla aynı doğrultudadır (Baltaş, 2012; Elfstrom ve Kreuter, 2006; Arslan ve ark., 2009). Buna ilave olarak bireylerin iç kontrol odaklı olmasının stresle başa çıkmada duygu odaklı (pasif) davranışlar sergilemesi üzerinde ise negatif yönlü ve anlamlı bir yordama gücü olduğu görülmüştür. Bu sonuca dayanarak Anderson (1977) ve Basım ve Şeşen'in (2008) de çalışmalarında ortaya koydukları gibi, dış kontrol odaklıların stresle başa çıkmada daha fazla duygu odaklı davranışlar sergilediği söylenebilir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre, başına gelen olayları kendi davranışlarıyla ilişkilendiren bir bireyin, stresle başa çıkmak için aktif yöntemler tercih ettiği görülmektedir.

Durumsal bir faktör olan psikolojik sermaye ile problem ve duygu odaklı stresle başa çıkma davranışları arasındaki ilişkiyi belirleyebilmek maksadıyla yapılan analizler sonucunda ise psikolojik sermayenin problem odaklı stresle başa çıkma davranışlarını pozitif yönlü ve

anlamlı bir şekilde yordama gücü olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar yazındaki iş stresinin azalması ile psikolojik sermaye arasındaki negatif yönlü ilişkiyi tespit eden çalışmaları (Liu ve ark., 2012, Çetin, Şeşen ve Basım, 2013b) destekler niteliktedir. Bireylerin stresle daha etkin mücadele edebilmesi için psikolojik olarak dayanıklı, iyimser, işleri başarmak için alternatif yollar arayabilmesi, kendi imkân ve kabiliyetlerini tanımasının önemli olduğu düşünülmektedir. Bu sayılan özelliklere sahip olan veya bunları geliştirmek için çaba sarf eden bireylerin başlarına gelen stresli durumlarda, stres yaratan faktörü ortadan kaldırmaya yönelik aktif davranışlar sergileyebilecektir.

Kişisel faktörlerin durumsal faktörlerle olan ilişkisini belirleyebilmek maksadıyla yapılan analizler sonucunda, bireylerin iç kontrol odaklı olmasının psikolojik sermayelerini pozitif yönlü ve anlamlı bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir. Elde edilen bu sonuç Çetin ve arkadaşlarının (2013a) çalışmaları ile paralellik arz etmektedir. Bu kapsamda, herhangi bir engelle karşılaşılan bireyin alternatif yolları deneyebilmesi, mental olarak sağlam ve iyimser olabilmesi için kendi içinde olayların oluşuna dair belli bir inancı olması beklenir. Bu kapsamda, bireylerin başlarına gelen olayları kendi davranışlarıyla ilişkilendirebilmesi onların kendi imkân ve kabiliyetlerini tam olarak bilmelerini gerektirir. Bu husus onların kendine olan güvenlerini artırabilir ve ileride karşılaşılabilecekleri zor durumlarda daha dayanıklı, iyimser ve umutlu olmalarını sağlayabilir. Aksi halde sürekli başına gelen olayların sebebini dış etkenlerde arayan bireyler genellikle kötümser, dayanıksız ve çaresiz davranışlar sergileme eğiliminde olabilirler.

Son olarak yapılan analizler sonucunda, psikolojik sermayenin iç kontrol odağı ile problem odaklı stresle başa çıkma arasındaki ilişkide kısmî aracılık rolü oynadığı belirlenmiştir. Bireylerin, başlarına gelen olayları kendi davranışlarının bir sonucu olarak görmesinin, onların olaylara daha iyimser bakmaları, kendi yeteneklerinin farkında olmaları, azimli ve alternatif çareler aramaları ve psikolojik olarak sağlam olmalarının aracılığıyla birlikte stresli durumlarda daha aktif yöntemler seçebileceklerini göstermektedir.

Yapılan bu çalışmada; bireylerin ve işletmelerin iş stresinden dolayı yaşadıkları maddi ve manevi kayıpları azaltabilecek bazı faktörler incelenerek ilgilenenlerin istifadesine sunmak amaçlanmıştır. Bu kapsamda iş stresinin etkilerinin azaltılabilmesi için alternatif çareler belirlenmeye çalışılmıştır. Aşağıda sunulan önerilerin uygulanmasının iş stresinin etkisinin azalmasını sağlayacağı ve bunun da dolaylı olarak performansı artıracacağı ve gereksiz harcamaları (sağlık, tazminat, iş gücü kaybı) düşüreceği değerlendirilmektedir.

- Çeşitli eğitim programları ve seminerlerle birey-

lerin daha fazla iç kontrol odaklı olması teşvik edilebilir.

• Çalışanların eğitimi ve geliştirilmesi kapsamında küçük başarılar elde etmelerine fırsat verilmelidir. Bu şekilde kendilerine olan güvenleri artırılarak ileride daha karmaşık işleri başarabilmeleri sağlanabilir.

• Tepe yönetiminden başlamak üzere aşağıya doğru bütün kademelerde iyimser bir yaklaşım geliştirilebilir ve bu hususun örgüt kültürün önemli bir ögesi olarak yerleştirilmesi sağlanabilir.

Yapılan bu çalışmanın da hiç şüphesiz bazı sınırlılıkları vardır. Sektörel farklılıklar ile bölgesel ve kültürel değişikliklere göre elde edilen bulgular farklılık gösterebilir. Bu kapsamda ortaya konulmuş olan sonuçlar kullanılarak genellemeler yapılmadan önce belirtilen sınırlılıkların dikkate alınmasının uygun olacağı değerlendirilmektedir.

### Kaynaklar

- Akçay, V. (2012). Pozitif psikolojik sermayenin iş tatmini ile ilişkisi. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 02(01), 123-140.
- Anderson, C. (1977). Locus of control, coping behaviors, and performance in a stress setting: A longitudinal study. *Journal of Applied Psychology*, 62(4), 446-451.
- Arslan, C., Dilmaç, B. ve Hamarta, E. (2009). Coping with stress and trait anxiety in terms of locus of control: A study with Turkish university students, social behavior and personality. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 37(6), 791-800.
- Avey, J. B., Luthans, F. ve Jensen, S. M. (2009). Psychological capital: A positive resource for combating employee stress and turnover. *Human Resource Management*, 48(5), 677-693.
- Avey, J. B., Luthans, F., Smith, R. M. ve Palmer, N. F. (2010). Impact of positive psychological capital on employee well-being over time. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15(1), 17-28.
- Aydın, İ. (2008). *İş yaşamında stres*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Balci, A. (2000). *Öğretim elemanlarının iş stresi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Baltaş, Z. ve Baltas, A. (2012). Stres ve başa çıkma yolları. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Baron, R. M. ve Kenny, D. A. (1986). The moderator mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Basım, N. ve Şeşen, H. (2006). Kontrol odağının çalışanların nezaket ve yardım etme davranışlarına etkisi: Kamu sektöründe bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16, 159-168.
- Basım, N. ve Şeşen H. (2008). Çalışanların kontrol odaklarının örgüt içi girişimcilik tutumları ile ilişkisi: Kamu sektöründe bir araştırma. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 63(3), 49-64.
- Başol, G. ve Türkoğlu, E. (2009). Sınıf öğretmeni adaylarının düşünme stilleri ile kontrol odağı durumları arasındaki ilişki. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 732-757.
- Bozkurt, T., Uluğ, M., Çelik, A., Oktuğ, Z., İçellioglu, S., Özden, S. ve Soysal, Ö. (2010). *Stres*. İstanbul: İstanbul Kültür Üniversitesi Yayınları.
- Chen, Z., Sun, H., Lam, W., Hu, Q., Huo, Y. ve Zhong, J. (2012). Chinese hotel employees in the smiling masks: Roles of job satisfaction, burnout, and supervisory support in relationships between emotional labor and performance. *The International Journal of Human Resource Management*, 23(4), 826-845.
- Cooper, C. ve Dewe, P. (2004). *Stress a brief history*. London: Blackwell Publishing Ltd.
- Çetin, F. (2011). Örgüt içi girişimcilikte özyeterlilik algısı ve kontrol odağının rolü. *Business and Economics Research Journal*, 2(3), 69-85.
- Çetin, F. ve Basım, N. (2012). Örgütsel psikolojik sermaye: Bir ölçek uyarlama çalışması. *Amme İdaresi Dergisi*, 45(1), 121-137.
- Çetin, F., Hazır, K. ve Basım, N. (2013a). Destekleyici örgüt kültürü ile örgütsel psikolojik sermaye etkileşimi: Kontrol odağının aracılık rolü. *H.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 31(1), 31-52.
- Çetin, F., Şeşen, H., ve Basım, N. (2013b). Örgütsel psikolojik sermayenin tükenmişlik sürecine etkileri: Kamu sektöründe bir araştırma. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(9), 95-108.
- Dağ, İ. (1991). Rotter'in İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği'nin (RİDKÖÖ) üniversite öğrencileri için güvenilirliği ve geçerliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(26), 10-16.
- Detienne, K. B., Agle, B. R., Phillips, J. C., Ingerson, M. C. (2012). The impact of moral stress compared to other stressors on employee fatigue, job satisfaction, and turnover: An empirical investigation. *Journal of Business Ethics*, 110(3), 377-391.
- Dumont, M. ve Plancherel, B. (2001). *Stress et adaptation chez l'enfant*. Presses de l'Université du Québec.
- Ejere, E. (2010). Absence from work: A study of teacher absenteeism in selected public primary schools in Uyo, Nigeria. *International Journal of Business and Management*, 5(9), 115-123.
- Elfstrom, M. ve Kreuter, M. (2006). Relationships between locus of control, coping strategies and emotional well-being in persons with spinal cord lesion. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 13(1), 93-104.
- Eroğlu, A. (2010). Çok değişkenli istatistik tekniklerin varsayımları. Ş. Kalaycı, (Ed.), *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım Ltd.Şti.
- Frazier, P. A., Tix A. P. ve Barron K. E. (2004). Testing moderator and mediator effects in counseling psychology research. *Journal of Counseling Psychology*, 51(1), 115-134.
- Hauge, L.J., Skogstad, A. ve Einarsen, S. (2010). The relative impact of workplace bullying as a social stressor at work. *Scandinavian Journal of Psychology*, 51, 426-433.
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources a new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513-524.
- Hu, L. ve Bentler, M. (1995). Evaluating model fit. R. H. Hoyle, (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications* içinde (76-99). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Huang, H. (2006). Understanding culinary arts workers: Locus of control, job satisfaction, work stress and turnover intention, human resources in the foodservice industry. *Journal of Foodservice Business Research*. Haworth Press.
- Hunter, L. ve Thatcher, S. (2007). Feeling the heat: Effects of



- stress, commitment. *Academy of Management Journal*, 50(4), 953-968.
- Hyatt, T. A. (1996). The effects of audit firm structure and auditors locus of control on job stress, job satisfaction, and performance. *Humanities and Social Sciences*, 56(10-A), 4031.
- İslamoğlu, A. H. ve Alniaçık, Ü. (2014). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*. İstanbul: Beta.
- Karimi, R. ve Alipour, F. (2011). Reduce job stress in organizations: Role of locus of control. *International Journal of Business and Social Science*, 2(18), 232-236.
- Kasilingham, R. ve Sudha, S. (2010). Influence of locus of control on investment behaviour of individual investor. *The Indian Journal of Management*, 3(1), 17-25.
- Keleş, H. N. (2011). Pozitif psikolojik sermaye: Tanımı, bileşenleri ve örgüt yönetimine etkileri. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 3(2), 343-350.
- Kenny, D. A., Kashy, D. ve Bolger, N. (1998). Data analysis in socialpsychology. D. Gilbert, S. Fiske ve G. Lindzey, (Ed.), *The handbook of social psychology*. Berlin: Springer-Verlag.
- Khan, A., Saleem, M. ve Shahid, R. (2012). buffering role of locus of control on stress among the college/university teachers of Bahawalpur. *Pak. J. Commer. Soc. Sci.*, 6(1), 158-167.
- Koçel, T. (2011). *İşletme yöneticiliği*. İstanbul: Beta.
- Krohne, H. W. (2002). *Stress and coping theories*, Johannes Gutenberg-Universität Mainz Germany, Available online 2002, [http://userpage.fu-berlin.de/schuez/fohlen/Krohne\\_Stress.pdf](http://userpage.fu-berlin.de/schuez/fohlen/Krohne_Stress.pdf), Erişim: 28.06.2015.
- Korkusuz, M. H. (2012). *Kamu yönetiminde stres algısı*. İstanbul: Hayat.
- Lazarus, R. S. ve Folkman, S. (1986). *Cognitive theories of stress and the issue of circularity, psychological, and social perspectives* (63-80). New York: Plenum Press.
- Lee, W., Joo, H. ve Johnson, W. (2009). The effect of participatory management on internal stress, overall job satisfaction, and turnover intention among federal probation officers. *Federal Probation*, 73(1), 33-40.
- Lindquist, T. ve Cooper, C. (1999). Using lifestyle and coping to reduce job stress and improve health in 'at risk' office workers. *Stress Medicine*, 15, 143-152.
- Liu, L., Chang, Y., Fu, J., Wang, J. ve Wang, L. (2012). The mediating role of psychological capital on the association between occupational stress and depressive symptoms among Chinese physicians: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 12(219), 1-8.
- Liu, L., Hu, S., Wang, L., Sui, G. ve Ma, L. (2013). Positive resources for combating depressive symptoms among chinese male correctional officers: Perceived organizational support and psychological capital. *BMC Psychiatry*, 13(89), 1-9.
- Luthans, F. ve Youssef, C. M. (2004). Human, social and now positive psychological capital management: Investing in people for competitive advantage. *Organizational Dynamics*, 33(2), 143-160.
- Luthans, F. ve Youssef, C. M. (2007). Emerging positive organizational behavior. *Journal of Management*, 33, 321-349.
- Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B. ve Norman, S. M. (2007). Psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel Psychology*, 60, 541-572.
- Makhbul, Z., Alam, S., Azmi, S. ve Talib, N. (2011). Ergonomics and work stress issues in banking sector. *Australian Journal of Basic and Applied Sciences*, 5(9), 1301-1309.
- Marsh, H. W. ve Hocevar, D. (1985). Application of confirmatory factor analysis to the study of self-concept: First-and higher-order factor models and their invariance across groups. *Psychological Bulletin*, 97, 562-582.
- Meydan, C. H. (2010). Adalet algısı - girişimci davranışlar ilişkisinde kontrol odağının şekillendirici rolü. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 36, 195-222.
- Meydan, C. H. ve Şeşen, H. (2011). *Yapısal eşitlik modellemesi AMOS uygulamaları*. Ankara: Detay.
- Örnek, A. Ş. ve Aydın, Ş. (2011). *Kriz ve stres yönetimi*. Ankara: Detay.
- Pehlivan, İ. (1994). Stresle başa çıkmada bireysel ve örgütsel stratejiler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 27(2), 803-815.
- Robbins, S. ve Judge, T. (2007). *Organizational behavior*. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, 80, 1-28.
- Schermelleh, E., Karin, M. ve Helfried, M. H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23-74.
- Steiger, J. H. (1990). Structural model evaluation and modification: An interval estimation approach. *Multivariate behavioural research*, 25, 173-180.
- Şahin, N. H. ve Durak, A. (1995). Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: Üniversite öğrencileri için uyarlaması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10, 56-73.
- Şeşen, H. (2010). Kontrol odağı, genel özyeterlilik, iş tatmini ve örgütsel adalet algısının örgütsel vatandaşlık davranışına etkisi: Ankara'da bulunan kamu kurumlarında bir araştırma. *Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 28(2), 195-220.
- Tabak, A. ve Erkuş A. (2008). Denetim odağının bireylerin belirsizlikle baş etme düzeylerine etkisi: Kamu sektöründe bir araştırma. *H.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 26(1), 213-227.
- Tatlıdil, H. (1996). *Uygulamalı çok değişkenli istatistiksel analiz*. Ankara: Cem Web Ofset Ltd.Şti.
- Tutar, H. (2011). *Kriz ve stres yönetimi*. Ankara: Seçkin.
- Ullman, J. B. (2001). Structural equation modeling. B. G. Tabachnick ve L. S. Fidell, (Ed.), *Using multivariate statistics (4. baskı)* içinde (653-771). Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.
- Ulrich, C., O'Donnell, P., Taylor, C., Farrar, A., Danis, M. ve Grady, C. (2007). Ethical climate, ethics stress, and the job satisfaction of nurses and social workers in the United States. *Social Science and Medicine*, 65, 1708-1719.
- Weinberg, A., Sutherland, V. ve Cooper, C. (2010). *Organizational stress management a strategic approach*. London: Palgrave Macmillan.
- Wu, Y. C. (2011). Job stress and job performance among employees in the Taiwanese finance sector: The role of emotional intelligence. *Social Behavior and Personality*, 39(1), 21-32.