

PAPER DETAILS

TITLE: Akademisyenlerde Sosyodemografik Degiskenlere Göre Mobbing, Psikosomatik Belirtiler ve Ruminatif Düşünce Biçiminin Incelenmesi

AUTHORS: Bade YAYA,Deniz ERGÜN,Beniz YILMAZ

PAGES: 139-144

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/893351>

RESEARCH ARTICLE / ARASTIRMA YAZISI

Akademisyenlerde Sosyodemografik Değişkenlere Göre Mobbing, Psikosomatik Belirtiler ve Ruminatif Düşünce Biçiminin İncelenmesi

Bade YAYA¹, Deniz ERGÜN², Beniz YILMAZ³

Özet: Bu çalışma akademisyenlerde mobbing ve psikosomatik belirtilerin ilişkisinde ruminatif düşünce biçiminin aracı rolünü saptamak amacıyla yapılmıştır. Çalışmanın örnekleme seçkili örnekleme yöntemiyle alınmış 293 akademisyen oluşmaktadır. Çalışmaya katılan bireylerin 151'i kadın, 142'si erkektir. Veri toplama aracı olarak araştırmacının hazırladığı Kişisel Bilgi Formu, Ruminatif Düşünce Biçimi Ölçeği, İş Yeri Zorbalığı (Mobbing) Ölçeği ve Somatizasyon Ölçeği kullanılmıştır. Bu araştırma nicel, tanımlayıcı bir araştırmadır ve ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada, kadınlarda mobbinge maruz kalma ve somatizasyon oranları erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. 29 yaş ve altı, bekar, geliri az olan, araştırma görevlileri, alanda 3 yıl veya daha az çalışanlar, haftalık 36 saat ve üzeri çalışma mobbinge maruz kalma, somatizasyon ve ruminatif düşünce biçimi için risk faktörü oluşturduğu tespit edilmiştir. Mobbinge maruz kalma, somatizasyon ve ruminatif düşünce biçimi arasında pozitif yönde güçlü ilişki bulunmuştur. Her meslek grubunda olduğu gibi akademik çalışma alanında da mobbingin olduğu, psikolojik ve fiziksel yakınmalara yol açtığı görülmüştür. İşyerlerinde mobbingin önlenmesi çalışanların gününü büyük bölümünü geçirdikleri yerde daha sağlıklı çalışma ortamlarının oluşturulmasını sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: Mobbing, somatizasyon, ruminatif düşünce, akademisyen

An Investigation of Mobbing, Psychosomatic Symptoms and Ruminative Thought in Sociodemographic Variables in Academicians

Abstract: This study was carried out in order to determine the role of ruminative thought form in relation to mobbing and psychosomatic symptoms in academicians. The sample of the study consisted of 293 academicians who were selected by selective sampling method. 151 of the individuals participating in the study were female, 142 were male. The Personal Information Form prepared by the researcher, Ruminative Thought Form Scale, Business Mobbing Scale and Somatization Scale were used as data collection tools. This research is a quantitative, descriptive research and relational survey model is used. In the study, mobbing exposure and somatization rates in women were found to be higher than men. It has been found that 29 years old and younger, single, low income, research assistants as a risk factor for mobbing exposure, somatization and ruminative thinking. There was a strong positive correlation between mobbing exposure, somatization, and ruminative thinking. As it is in every profession group, it has been seen that it is also mobbing in psychological and physical complaints in academic field of study. Preventing mobbing in work places will provide a healthier working environment where employees spend most of their day.

Key Words: Mobbing, somatization, ruminative thinking, academician

¹Uzm. Psk., Yakın Doğu Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Lefkoşa-Kıbrıs

² Yrd. Doç. Dr., Yakın Doğu Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Lefkoşa-Kıbrıs.

³Psk., Pembe Köşk Psikiyatri Hastanesi, Karşıyaka-Kıbrıs.

Address of correspondence/Yazışma adresi: Uzm. Psk. Bade Yaya, Yakın Doğu Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Lefkoşa-Kıbrıs. E-mail:bade.yaya@neu.edu.tr

Date of Received/Geliş Tarihi: 09.10.2019, **Date of Revision/Düzeltilme Tarihi:** 28.10.2019 **Date of Acceptance/Kabul Tarihi:** 04.11.2019

Citing/ Referans Gösterimi: Yaya, B., Ergün, D. ve Yılmaz, B. (2019). Akademisyenlerde Sosyodemografik Değişkenlere Göre Mobbing, Psikosomatik Belirtiler ve Ruminatif Düşünce Biçiminin İncelenmesi. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 1(3): 139-44, doi:10.35365/ctjpp.19.1.17.

Giriş

Mobbing kavramı ‘iş yerinde yıldırma’, ‘iş yerinde psikolojik taciz’, ‘psikoşiddet’ gibi tanımlanmaktadır (Yaman, 2010). Mobbing, “bir veya daha fazla çalışanın bir başkasını hedef alan, çeşitli nedenlerde yapılabilen, sistemli, saldırgan ve etik dışı davranışlarla bireyin savunmasız ve çaresiz bırakılması” olarak açıklanır. Bu saldırılar kişide psikosomatik ve zihinsel sorunlar yaratabilir (Leymann,1996). Çalışmalara bakıldığında zaman mobbing oranları; Portekiz’de %34,İspanya’da %16, İngiltere’de %11- %53, Avusturya’da %8- %26, İrlanda’da %7-%17,Norveç’te %6-%10,İsveç’te %4-%8, Finlandiya’da %3-%17, Almanya’da %3-%6 ve Danimarka’da %2-%18 olarak açıklanmıştır (DiMartino, Hoel ve Cooper, 2003).Türkiye’de 2007 yılında, yapılmış olan bir çalışmada mobbing %30 oranında bulunmuştur. Cinsiyete göre bakıldığında ise kadınların erkeklerden daha fazla mobbinge uğradığı belirlenmiştir (Minibaş ve İdiğ, 2009). Mağdur bireyde depresyon, panikataki, kaygı bozukluğu, çeşitli obsesyonlar, TSSB belirtileri görülmektedir (Mikkelsen ve Einarsen, 2002). Psikolojik sorunların yanı sıra fiziksel olarak şiddetli baş ağrısı, kas ağrıları, çeşitli deri hastalıkları, çarpıntı, terleme ve titreme, mide- bağırsak problemleri, bağışıklık sisteminde zayıflama gibi psikosomatik belirtiler görülebilir (Tınaz, 2006).

Somatizasyon, ruhsal sıkıntıların ve psikososyal stres yoğunluğunun beden somut hale gelişinin ve klinik semptomların ortaya çıkış halidir (Kesebir, 2004). Somatizasyonun şiddeti, süresi, duygu durum bileşenlerinin çoğunluğu ve derecesi, kişinin duygularını tanımlayabilme ve anlatabilme yeteneğine bağlıdır (Lipowski, 1990). Somatizasyon ile ilgili yapılan çalışmalarda kadınlarda erkeklere oranla somatik belirtiler %0,2- %2 arasında daha sık görülmektedir (Kaplan ve Sadock, 1989). Birey yaşadığı sorunlar karşısında sözcüklerle ifade edemediği tepkileri bedenselleştirir. Somatizasyon kabul görmeyen istek ve dürtülerin bilinç düzeyine çıkmasını engelleyen bir savunma mekanizmadır. Somatizasyonu açıklamak için kullanılan bir diğer teori kişilik özelliklerinin bedensel tepkilerde etkili olduğu görüşüdür (Tuğcu, 1987). Yapılan araştırmalar sonucu bağımlı ve depresif kişilik özellikleri taşıyan bireyler bedensel tepkiler vermeye daha yatkın bulunmuştur. Ayrıca duygularını ifade etme gücünü çeken,utangaç ve içe dönük yapıdaki kişilerde somatik semptomlar göstermektedirler (Samurçay, 1965; Peker, 2008). Mide- bağırsak problemleriyle gelen hastalarda, sosyal hayatında daha pasif, deri hastalıkları şikayeti olan hastaların ise tepkisel ve olaylar karşısında duyarsız oldukları saptanmıştır (Karslı,2008). Tüm bu araştırmalar sonucunda psikosomatik rahatsızlıkların kişilik özellikleri ile ilişkili olduğunu söylemek mümkündür.

Ruminasyon kişinin yaşadığı probleme çözüm bulmak yerine, yaşadığı olumsuz duygu durumunun sebep ve sonuçlarını sürekli olarak düşünmesidir. Ruminasyonun kişinin psikososyal düzenlemelerini ve kişisel işlevlerini olumsuz yönde etkileyen zararlı bir durum olduğunu kabul edilmiştir (Smith ve Alloy,2009). Ruminatif reaksiyonlar depresyon olasılığını artırır ve ruminatif düşünceler depresyon belirtilerini daha belirginleştirir, depresyon süresini de uzatır (Nolen-Hoeksema, 1991). Psikosomatik hastalıkların negatif duygu ve olaylar sonucu ortaya çıktığı bilinmektedir. Mobbinge maruz

kalmak birey için stresli ve negatif bir durum olduğundan kişi bedensel tepkiler gösterir. Alan yazında mobbing ile psikosomatik belirtiler arasında ilişki olduğunudesteyen çalışmalar mevcuttur (Leymann, 1996; Cassitto,2003). İş yerinde yaşanan problemler karşısında bireyin yoğun stres, kaygı, huzursuzluk ve öfke gibi duygular yaşaması mobbingin sonuçlarındandır. Ruminatif kişiliğe sahip bireyler bu duyguları daha fazla yaşar. Bu nedenle diğer çalışanlara göre daha fazla sağlık sorunuyla karşı karşıya kalmaktadır (Biçer, Bez ve Yöney, 2009).

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı akademisyenlerin maruz kaldıkları mobbing sonucunda yaşanabilecek psikosomatik belirtilerin incelenmesi ve ruminatif düşüncenin bu ilişkideki rolünün belirlenmesidir.

Araştırmanın Önemi

İş yerlerinde hızla artan yıldırma problemlerinin bireyleri psikolojik ve fiziksel olarak etkilediği bilinmektedir. Literatüre bakıldığında, Türkiye’ de ve KKTC’de mobbing ile ilgili sağlık ve kamu sektöründe yapılmış çalışmalar mevcuttur. Ancak üniversite çalışanlarıyla yapılan çalışma sayısı kısıtlıdır. Bu çalışma KKTC’nin en büyük üniversitelerinden birinde yapılması nedeniyle daha sonraki araştırmalar için kaynak olması ve mobbing ile mücadelede alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Mobbingin varlığı akademik kadroda olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir. Dolayısıyla yıldırma gibi davranışların iş yerlerinde önlenmesi çalışanların psikolojik ve fiziksel sağlıklarını olumlu yönde etkileyecektir. Bu çalışma akademik çalışma alanındaki mobbingin varlığını ve olumsuz etkilerini ortaya koymak için yapılmıştır.

Yöntem

Bu araştırma akademisyenlerin maruz kaldıkları mobbing sonucunda vermiş oldukları psikosomatik belirtilerin incelenmesi ve ruminasyon ile ilişkisinin saptanması amacıyla yapılan nicel ve tanımlayıcı bir araştırmadır. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti, Lefkoşa ilçesinde yer alan bir özel üniversitede 2017-2018 öğrenim yılında görev yapan akademik personel oluşturmaktadır. Alınan bilgi doğrultusunda araştırma evreninde 1160 akademisyen bulunmaktadır. Araştırma evreninde yer alan akademisyenlerin tamamına ulaşılması mümkün olmadığından dolayı evreni bilinen örneklem sayısı formülü kullanılarak %95 güven düzeyinde ve %5 örnekleme hatası ile 293 akademisyen ile görüşülmüştür.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, Ruminatif Düşünce Biçimi Ölçeği, İş Yeri Zorbalığı (Mobbing) Ölçeği ve Somatizasyon Ölçeği olmak üzere 4 bölümden oluşan soru formu kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya dahil edilen akademisyenlerin sosyo-demografik özelliklerinin, mesleki özelliklerinin ve sağlık

durumlarının belirlenmesi için araştırmacının hazırladığı 14 sorudan oluşan form kullanılmıştır.

Ruminatif Düşünce Biçimi Ölçeği (RDBÖ)

Araştırma kapsamına alınan akademisyenlerin ruminatif düşünce biçimlerini değerlendirmek amacıyla orijinalini Jay K. Brinker ve David J.A. Dozois'in geliştirdiği ve Türkcan (2010)'ın Türkçe uyarlama çalışmasını yaptığı Ruminatif Düşünce Biçimi Ölçeği kullanılmıştır. Ruminatif düşünce biçimi ölçeği yedili derecelendirme kullanılarak likert tipte geliştirilmiş olup, 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınacak olan yüksek puan ruminatif düşünce biçiminin yüksek olduğunu belirtmektedir. Türkcan (2010) tarafından yapılan geçerlilik-güvenirlilik çalışması sonuçlarına göre ölçek tek boyutludur.

İş Yeri Zorbalığı (Mobbing) Ölçeği (İZÖ)

Araştırmaya dahil edilen akademisyenlerin işyerinde maruz kaldığı zorbalığın belirlenmesi amacıyla Einarsen ve Raknes'in (1997) geliştirdiği ve sonrasında Einarsen ve Hoel (2001) tarafından revize edilmiş, Türkçe uyarlama çalışması Aydın ve Öcel (2009)'ın yaptığı İş yeri zorbalığı ölçeği kullanılmıştır. Yapılan güvenirlik çalışması kapsamında ölçeğin Cronbach alfa kat sayısı .88, test-tekrar test güvenirlik katsayısı .80 ve iki farklı şekilde hesaplanan iki yarım güvenirlik katsayıları .83 ve .82 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada İş Yeri Zorbalığı (Mobbing) Ölçeği için yapılan iç tutarlık testi sonucunda Cronbach alfa katsayısının 0,93 olduğu saptanmıştır.

Somatizasyon Ölçeği (SÖ)

Araştırmaya katılanların bedensel işleyişte algılanan bozukluklara bağlı sıkıntılarının (somatizasyon) saptanması amacıyla SCL 90-R ölçeğinde yer alan Somatizasyon boyutuna ilişkin 12 soru ile saptanacaktır. SCL 90-R ölçeği bireylerin ruhsal semptomlarının hangi düzeyde olduğunu ve hangi alanlara yayıldığını belirleyebilmek için John H Opkins Üniversitesi psikometri araştırma ünitesi tarafından geliştirilmiştir. SCL-90-R, Derogatis ve arkadaşları (1997) tarafından geliştirilmiş, geçerliliği ve güvenirliği kanıtlanmış bir ölçektir. Kılıç (1991) yaptığı araştırma ile SCL-90-R 'nin geçerliliği ve güvenirliği sınanmış ve Somatizasyon alt boyutuna ilişkin Cronbach alfa katsayısı 0,82 bulunmuştur. Bu çalışmada Somatizasyon Ölçeği için yapılan iç tutarlık testi sonucunda Cronbach alfa katsayısının 0,88 olduğu saptanmıştır (Kılıç, 1991).

Verilerin Toplanması

Veriler Şubat-Nisan ayları arasında KKTC Lefkoşa ilçesinde yer alan özel bir üniversitede 2017-2018 öğrenim yılında görev yapan akademik personel arasında toplanmıştır. Veriler toplanmadan önce üniversiteye bağlı etik kuruldan gerekli etik izin alınmıştır. Veri toplamadan önce katılımcılar araştırma ile ilgili bilgiler verilmiş olup aydınlatılmış onamları alınmıştır. Çalışmanın tamamı gönüllü katılımcılardan oluşmaktadır.

Verilerin İstatistiksel Değerlendirilmesi

Araştırmadan elde edilen verilerin istatistiksel çözümlenmesinde Statistical Package for Social Sciences (SPSS) programı kullanılmıştır. Akademisyenlerin sosyo-demografik özelliklerinin, mesleki özelliklerinin ve sağlık durumlarını saptanmasında frekans analizi kullanılmıştır. Ortaya çıkan bulgular frekans dağılım tabloları ile gösterilmiştir. Akademisyenlerin sosyo-demografik özelliklerine, mesleki özelliklerine ve sağlık durumlarına göre ruminatif düşünce biçimi ölçeği, mobbing ölçeği ve somatizasyon ölçeğinden almış oldukları puanların karşılaştırılmasında kullanılacak olan testlerinin belirlenmesi için Kolmogorov-Smirnov testi ve Shapiro-Wilk testi uygulanmıştır. Yapılan Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri sonucunda bağımsız değişkenlere göre ölçek puanlarının normal dağılıma uyum göstermediği saptanmış ve araştırmada nonparametrik hipotez testleri kullanılmıştır. Akademisyenlerin ruminatif düşünce biçimi ölçeği, mobbing ölçeği ve somatizasyon ölçeğinden almış oldukları puanlar arasındaki korelasyonlar Spearman korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Bulgular

Bu bölümde araştırmanın temel ve alt amaçlarına bağlı olarak toplanan verilerin istatistiksel analizi sonucunda elde edilen bulgu ve yorumlara yer verilmiştir. Araştırma kapsamına alınan akademisyenlerin sosyo-demografik özellikleri incelendiğinde; katılımcıların %51,54'ünün kadın, %42,66'sının 29 yaş ve altı, %51,88'inin bekar olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan akademisyenlerin %66,55'i uzman unvanına sahip, %40,61'i araştırma görevlisi olarak görev yapmaktadır.

Araştırmaya katılan akademisyenlerin cinsiyetlerine göre ruminatif düşünce biçimi ölçeği, mobbing ölçeği ve somatizasyon puanlarının karşılaştırılmasına yönelik yapılan Mann-Whitney U testi sonuçlarına göre; ruminatif düşünce biçimi ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Mobbing ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu ve kadın akademisyenlerin daha yüksek olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Kadın ve erkek akademisyenlerin somatizasyon puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu, kadın akademisyenlerin somatizasyon puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Araştırmaya dahil edilen akademisyenlerin mobbing ölçeğinden aldıkları puanlar ile ruminatif düşünce biçimi ölçeğinden ($r=0,626$, $p<0,05$), ve somatizasyon ölçeğinden ($r=0,664$, $p<0,05$) aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü bir korelasyon olduğu tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan akademisyenlerin ruminatif düşünce biçimi ölçeğinden aldıkları puanlar ile somatizasyon puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve kuvvetli korelasyon olduğu saptanmıştır ($r=0,700$, $p<0,05$).

Tablo 1. Katılımcıların demografik değişkenlerine göre İZÖ puanlarının karşılaştırılması

Demografik Değişkenler	n	$\bar{x}$	s	M	Sıra Ort.	X^2	p	Fark
29 yaşvealtı	125	34,60	10,48	32,00	186,79	65,499	0,000*	1-2
30-39 yaşarası	113	30,91	9,63	28,00	136,30			1-3
40 yaşveüzeri	55	26,00	4,36	25,00	78,56			2-3
Evli	121	30,01	8,99	26,00	122,96	43,399	0,000*	1-2
Bekar	152	33,59	10,38	30,50	176,01			1-3
Boşanmış	20	25,55	4,27	24,00	71,98			2-3
Prof. Dr.	24	25,13	2,07	25,00	68,13	105,531	0,000*	1-5
Doç. Dr.	25	25,80	8,90	24,00	57,14			2-5
Yrd. Doç. Dr.	19	25,68	3,82	25,00	75,58			3-5
Dr.	30	26,83	3,33	27,00	100,87			4-5
Uzman	195	34,39	10,32	32,00	182,28			

*p<0,05

Tablo 1 incelendiğinde yaş arttıkça iş yeri zorbalığının azaldığı, bekar ve uzman akademisyenlerin

daha yüksek iş yeri zorbalığına uğradıkları görülmüştür (p<0,000).

Tablo 2. Katılımcıların demografik değişkenlerine göre Somatizasyon puanlarının karşılaştırılması

Demografik Değişkenler	n	$\bar{x}$	s	M	Sıra Ort.	X^2	P	Fark
29 yaşvealtı	125	10,63	8,10	9,00	185,16	56,197	0,000*	1-2
30-39 yaşarası	113	6,44	5,96	5,00	134,15			1-3
40 yaşveüzeri	55	3,25	2,63	3,00	86,69			2-3
Evli	121	6,03	6,32	4,00	123,99	36,095	0,000*	1-2
Bekar	152	9,52	7,56	8,00	173,84			1-3
Boşanmış	20	2,95	2,50	3,00	82,25			2-3
Prof. Dr.	24	2,96	2,03	2,00	81,67	67,984	0,000*	1-5
Doç. Dr.	25	3,12	4,14	2,00	76,40			2-5
Yrd. Doç. Dr.	19	2,95	2,25	2,00	80,63			3-5
Dr.	30	4,77	3,30	4,00	119,28			4-5
Uzman	195	9,68	7,67	8,00	174,82			

*p<0,05

Tablo 2 incelendiğinde yaş arttıkça somatizasyon puanlarının azaldığı, bekar ve uzman akademisyenlerin

daha yüksek somatizasyon puanlarına sahip olduğu görülmüştür (p<0,000).

Tablo 3. Katılımcıların demografik değişkenlerine göre RDBÖ puanlarının karşılaştırılması

Demografik değişkenler	N	$\bar{x}$	s	M	Sıra Ort.	X^2	p	Fark
29 yaşvealtı	125	63,98	22,75	63,00	186,25	65,003	0,000*	1-2
30-39 yaşarası	113	51,46	22,21	48,00	137,25			1-3
40 yaşveüzeri	55	37,25	13,03	34,00	77,83			2-3
Evli	121	48,29	22,95	39,00	121,15	31,316	0,000*	1-2
Bekar	152	60,43	22,72	59,00	173,34			1-3
Boşanmış	20	41,70	12,17	41,50	103,18			2-3
Prof. Dr.	24	31,04	4,75	29,00	46,54	90,841	0,000*	1-5,2-5
Doç. Dr.	25	36,36	8,65	35,00	77,46			3-5,4-5
Yrd. Doç. Dr.	19	38,68	12,27	36,00	87,39			1-4,2-4
Dr.	30	44,67	14,02	41,50	117,47			3-4
Uzman	195	62,22	23,36	60,00	178,63			

*p<0,05

Tablo 3 incelendiğinde 29 yaş ve altı olan, bekar ve uzman olan akademisyenler diğer gruplara göre daha

yüksek ruminatif düşünceye sahip oldukları görülmüştür (p<0,000).

Tablo 4. Ruminatif Düşüncenin Mobbing ve Somatizasyon arasındaki aracı rolüne ilişkin regresyon analizi

Model	Tahminciler	Standardize Olmayan Katsayılar		Standardize Katsayılar Beta	t	p	R2
		B	S.H.				
Model 1	(Sabit)	7,63	0,26		29,032	0,000*	0,60
	Mobbing Ölçeği	5,53	0,26	0,78	21,008	0,000*	
Model 2	(Sabit)	7,63	0,23		33,164	0,000*	0,69
	Mobbing Ölçeği	3,73	0,30	0,52	12,487	0,000*	
	RuminatifDüş. Biç. Ölç.	2,83	0,30	0,40	9,472	0,000*	
Model 3	(Sabit)	7,60	0,26		29,377	0,000*	0,69
	Mobbing Ölçeği	3,68	0,37	0,52	10,022	0,000*	
	RuminatifDüş. Biç. Ölç.	2,83	0,30	0,40	9,439	0,000*	
	Mobbing x Ruminatif	0,05	0,19	0,01	0,250	0,803	

*p<0,05

Tablo 4. 'te araştırmaya katılan akademisyenlerin Ruminatif Düşünce Biçimi Ölçeğinden aldıkları puanların Mobbing ve Somatizasyon puanları arasındaki aracı rolüne ilişkin regresyon analizi sonuçları verilmiştir. Tablo 5.'te yer alan Model 1.'de araştırmaya katılan akademisyenlerin Mobbing ölçeğinden aldıkları puanların Somatizasyon ölçeğinden aldıkları puanları istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır ($p<0,05$). Model 1.'e göre akademisyenlerin Mobbing Ölçeğinden aldıkları puanların 1 birim artması, Somatizasyon puanlarını 0,78 birim artırmaktadır. Model 2.'de, akademisyenlerin Mobbing ölçeğinden aldıkları puanları Somatizasyon ölçeğinden aldıkları puanları yordama durumunun incelemesine ilişkin kurulan Model 1.'e akademisyenlerin Ruminatif Düşünce Biçimi Ölçeğinden aldıkları puanlar da eklenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan akademisyenlerin Mobbing Ölçeğinden ve Ruminatif Düşünce Biçimi Ölçeğinden almış oldukları puanlar Somatizasyon ölçeğinden aldıkları puanları istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordamaktadır ($p<0,05$). Akademisyenlerin mobbing ölçeğinden aldıkları puanların 1 birim artması Somatizasyon puanlarını 0,52 birim, Ruminatif Düşünce Biçimi Ölçeğinden aldıkları puanların 1 birim artması ise 0,40 birim artırmaktadır. Model 3.'te akademisyenlerin, Ruminatif Düşünce Biçimi ölçeğinden aldıkları puanların Mobbing Ölçeği ve Somatizasyon puanları arasındaki aracı rolünün saptanması amacıyla modele mobbing ölçeğinden ve Ruminatif Düşünce Biçimi Ölçeğinden aldıkları puanların etkileşimi modele dahil edilmiştir. Model 3.'te görüleceği üzere her iki etkileşim değişkeninin de anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Buna göre akademisyenlerin, Ruminatif Düşünce Biçimi ölçeğinden aldıkları puanların, Mobbing Ölçeği ve Somatizasyon puanları arasında aracı rolünün olmadığı görülmüştür.

Tartışma

Bu çalışmada akademisyenler arasında mobbing ve psikosomatik ilişkisinde ruminatif düşünce biçiminin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya katılan akademisyenlerin mobbing puanlarına bakıldığında cinsiyetlerine göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Kadınların erkeklere oranla olaylara daha duygusal tepkiler vermeleri, risk faktörleri arasında gösterilmektedir (Cavayır, 2013). Kadınların ayrıca yalnızlık ve depresyona erkeklerden daha yatkın oldukları bilinmektedir (Özdemir ve Tatar, 2019).

Akademisyenlerin mobbinge maruz kalmaları ile yaşları arasında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Daha genç yaşlarda, artan mobbing puanları yaşın getirdiği

tecrübesizlik ve başarılı olma heyecanı ile eleştirileri daha zor kabullenebilme yeteneğinin azlığı ile açıklanabilir. Medeni durumlarına göre incelendiğinde, bekar akademisyenlerin daha fazla mobbinge maruz kaldıkları bulunmuştur. Bekar akademisyenlerin problemlerini paylaşabileceği eş veya çocuk sahibi olmamaları problem çözme becerilerinin gelişmemesine ve bu nedenle iş hayatında karşılarına çıkan zorluklarla mücadele etmekte yetersiz kalmalarına neden olabilir (Çay, 2008). Yapılan bu çalışmada uzman ünvanlı ve araştırmaya görevlisi olarak çalışan akademisyenlerin mobbing yüksek bulunmuştur. Mobbinge maruz kalmanın psikosomatik sorunlarla anlamlı bir ilişkisi bulunduğunu gösteren bu çalışma, mobbing mağdurlarının psikosomatik semptomlarının diğer çalışanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu çalışma alan yazındaki diğer çalışmalarla benzer sonuçlar göstermiştir (Tınaz, 2006). Cinsiyete göre somatizasyon sonuçları incelendiğinde kadınların erkeklere göre daha yüksek puan aldıkları görülmüştür. Bunun nedeni olarak geleneksel toplumlarda kadının daha hassas, kırılğan ve olaylardan kolay etkilenebilir olmaları gibi cinsiyet kalıp yargıları gösterilmiştir (Yüksel, 2013). Yapılan bu çalışmada genç ve bekar olmanın somatizasyon için bir risk faktörü olduğu bulunmuştur. Bu sonuçlar literatürdeki diğer çalışmalarla uyumluluk göstermemektedir (Çetin ve Bağcı, 2016). Uzman ünvanlı akademisyenlerde somatizasyon daha üst ünvana sahip bireylere göre daha fazla bulunmuştur. Rekabetin yarattığı stresli iş ortamının psikosomatik belirtilerin ortaya çıkarabileceğini göstermektedir (Ali, Saleem, Khan ve Munawar, 2016).

Toplumsal cinsiyet kalıpları nedeniyle yaşanan psikolojik sorunlara verilen tepkilere bakıldığında, kadınlar erkeklere göre daha depresif ve ruminatif düşünceye yatkındır. Ergenlikten itibaren incelendiğinde ise kadınların ileri yaşlarda depresyona daha yatkın olmaları nedeniyle ruminatif düşünceye eğilim riskleri daha fazladır (Jose ve Brown, 2008).

Uzman ünvanlı ve araştırma görevlisi olarak çalışanlara akademisyenlerin ruminatif düşünce oranları daha yüksek bulunmuştur. Bulunan bu sonuç söz konusu çalışmada uzman ünvanlı akademisyenlerin ruminatif düşünce düzeylerinin yüksek bulunmasıyla ilişkilidir. Mobbinge maruz kalmanın ve ruminatif düşünce biçiminin olması somatizasyonu yordadığı bulunmuştur. Mobbinge maruz kalma ile somatizasyon ve ruminatif düşünce biçimi arasında pozitif yönde güçlü ilişki bulunmuştur. Alan yazında mobbinge maruz kalma, ruminatif düşünce ve somatizasyon belirtilerini bir arada inceleyen çalışma olmamasına karşın; mobbing ile somatik belirtiler

arasında pozitif ilişki olduğunu belirten çalışmalar mevcuttur (Leymann, 1996; Tinaz, 2006).

Sonuç ve Öneriler

Mobbinge maruz kalma yoğunluğu ve süresi, bireylerde, bedensel, sosyal olarak tükenmişliğe neden olabilir. Birey, fiziksel ve psikolojik hastalık semptomları gösterebilir. Sistematik şekilde mobbinge maruz kalan birey konu ile ilgili tekrar eden olumsuz düşünceler geliştirebilir. Örgütlerde mobbinge yönelik bilgilendirme seminerlerinin hayata geçirilmesi gerekmektedir. İş yerlerinde mobbingin tanımının, mücadele yollarının, yasal hakları ile ilgili eğitimler düzenlenmelidir. Ruhsal ve bedensel olarak sağlıklı olmayan birey işinde verimli olamadığından psikolojik yıldırmaya karşı önceden alınacak önlemler hem bireyin psikolojik ve ruhsal sağlığını korur, hem de örgüt içinde sağlıklı bir çalışma

ortamı sağlayabilir. Mobbing mağduru bireylerin problemlerini paylaşıp danışmanlık alabileceği kişi ve kurumların varlığı hakkında bilgi sahibi olması gerekmektedir. Eklektik çalışmalarla bu alanda daha fazla bilgi edinip, mobbinge dikkat çekilmesi konu ile ilgili farkındalık yaratmakta etkili olacaktır. Bireylere sağlıklarını nasıl korumaları gerektiği ile ilgili eğitici programlar oluşturulmalıdır. Ayrıca sağlıklı yaşam becerilerini geliştirici destekleyici programlara yönlendirilmelidir. Ruminatif düşünceye yatkın bireylerin daima kendi sorunlarına odaklanmaları çözüm yolu bulmalarına engellemektedir. Bu nedenle bireyleri problem çözme becerilerini geliştirmeye yönelik eğitim programlarına yönlendirmek, bireysel veya grup psikoterapilere katılım için desteklemek ruminatif düşünceyle mücadele etmede önemli rol oynamaktadır.

Kaynaklar

- Ali, S.A.Z, Saleem, T., Khan, R. M. & Munawar, H. (2016). Job Stress And Poor Mental Health as a predictor of somatization among workers. *International Journal of Scientific & Engineering Research*, Volume 7, Issue 8.1709-1712.
- Biçer, D. Bez ve Y., Yöney, T.H. (2009). Stres, iş stresi ve sağlık ile etkileşimi. *Türkiye'de Psikiyatri*; 11: 126-132.
- Cassitto, M. G. (2003). Raising awareness of Psychological Harassment at Work. Albany, NY, USA: *World Health Organization*.
- Cayvarlı, P. E. (2013). Akademisyenlerin üniversitelerdeki psikolojik yıldırmaya ilişkin algılarının incelenmesi: Dokuz Eylül Üniversitesi örneği (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Çay, H. (2008). İşyerinde Psikolojik Şiddet (Mobbing) ve Bir Uygulama. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Çetin, C. ve Bağcı, K.N. (2016). Mobbing ve Sonuçlarından Biri: Psikosomatik Belirtiler. Afyon Kocatepe Üniversitesi *Sosyal Bilimler Dergisi*, 18 (2), 29-49.
- DiMartino, V. , Hoel, H., Cooper, C.L. (2003). Preventing Violence and Harrassment in the Workplace (Report). European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions, Ireland. ISBN 92-897-0211-7
- Jose, P. & Brown, I. (2008). When does the gender difference in rumination begin? Gender and age differences in the use of rumination by adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(2), 180-192.
- Kaplan, I.H. & Sadock, B.J. (1989). *Comprehensive Textbook of Psychiatry*, 5 (1), pp: 1009-1012.
- Karlı, E. (2008). Kisilerarası Tarz, Kendilik Algısı, Öfke ve Psikosomatik Bozukluklar, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kesebir, S. (2004). Depresyon ve Somatizasyon. *Klinik psikiyatri*, 1. 14-19.
- Kılıç, M. (1991). Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R)'nin Geçerlilik ve Güvenirliliği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1 (2), 45-52.
- Leymann, H. (1996). The Content and Development of Mobbing at work, *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 5(2), 165-184.
- Lipowski, Z.J. (1990). Somatization and Depression. *Psychosomatics*, 31, 13-21.
- Mikkelsen, E.G. ve Einarsen, S. (2002). Basic Assumptions and Symptoms of Post-Traumatic
- Minibaş, J. ve İdig, M. (2009). Psikolojik Taciz İs Yerindeki Kâbus. Ankara: *Nobel Yayın*.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 569-582.
- Peker, D.S. (2008). Bedensel Belirtilerin Klinik Değerlendirmesinde Önemli Bir Ayrıntı: Psikobiyolojik ve Psikososyal Faktörler, *Türk Aile Hekimliği Dergisi*, 12(1), 31-38.
- Özdemir H. & Tatar, A., (2019). Genç Yetişkinlerde Yalnızlığın Yordayıcıları: Depresyon, Kaygı, Sosyal Destek, Duygusal Zeka. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 1 (2): 93-101 doi:10.35365/ctjpp.19.1.11
- Ratelle, C.F., Vallerand, R.J., Mageau, G.A., Rousseau, F.L. & Provencher, P. (2004). When passion leads to problematic outcomes: A look at gambling. *Journal of Gambling Studies*, 20, 105-119.
- Samurçay, N. (1965). Psikosomatik Hekimlik ve Psikanaliz. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi Felsefe Bölümü Dergisi*, 3, 271-280.
- Smith, J. M. ve Alloy, L. B. (2009). A road map to rumination: a review of the definition, assessment, and conceptualization of this multifaceted construct. *Clin. Psychol. Rev.* 29, 116-128.
- Stress Among Victims of Bullying at Work. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 11 (1), 87-111.
- Tinaz, P. (2006). İşyerinde Psikolojik Taciz (Mobbing). *Çalışma ve Toplum*, 4, 13-28.
- Tuğcu, H. (1987). Psikosomatik Hastalarda Psikolojik İhtiyaç Örüntüsünün İncelenmesi, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yaman, E. (2010). Psikoşiddete (Mobbinge) Maruz Kalan Öğretim Elemanlarının Örgüt Kültürüne ve İklimine İlişkin Algıları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 10 (1), 547-578.
- Yüksel, Ö. (2013). Kadınlarda Evlilik Uyumu ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişki: Stresle Baş Etme Biçimleri ve Toplumsal Cinsiyet Rolü Tutumlarının Aracı Roller, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.