



**T.C.
BATMAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
İŞLETME ANA BİLİM DALI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**İŞ-AİLE ÇATIŞMASININ EBEVEYN-ÇOCUK İLİŞKİLERİNE ETKİSİNDE
EBEVEYN STRESİNİN ARACI ROLÜ**

Şivan SARI

**Ağustos-2025
BATMAN**

**T.C.
BATMAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
İŞLETME ANA BİLİM DALI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**İŞ-AİLE ÇATIŞMASININ EBEVEYN-ÇOCUK İLİŞKİLERİNE ETKİSİNDE
EBEVEYN STRESİNİN ARACI ROLÜ**

Şivan SARI

**Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Akif KAY**

Diğer Jüri Üyeleri

Dr. Öğr. Üyesi Suat OKAY

Dr. Öğr. Üyesi Sami SEVER

**Ağustos-2025
BATMAN**

TEZ KABUL VE ONAYI

Şivan SARI tarafından hazırlanan “İş-Aile Çatışmasının Ebeveyn-Çocuk İlişkilerine Etkisinde Ebeveyn Stresinin Aracı Rolü” adlı tez çalışması 29/08/2025 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından oy birliği ile Batman Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü İşletme Ana Bilim Dalı’nda YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

Başkan

Dr. Öğr. Üyesi Suat OKAY

İmza

.....

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Akif KAY

.....

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Sami SEVER

.....

Yukarıdaki sonucu onaylarım.

Dr. Öğr. Üyesi Ömer Murat ÖTER
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

ETİK BEYANI

Bu tezdeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edildiğini ve tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz atıf yapıldığını beyan eder, aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sorumluluğu kabullendiğimi bildiririm.

ETHICAL DECLARATION

I declare that all the information in this thesis has been obtained within the framework of ethical behavior and academic rules, and that the source of any statements and information that do not belong to me in this study prepared in accordance with the thesis writing rules has been fully cited, and I declare that I accept all kinds of legal responsibility in case of any contrary situation.

Şivan SARI

29/08/2025

ÖZET

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İŞ-AİLE ÇATIŞMASININ EBEVEYN-ÇOCUK İLİŞKİLERİNE ETKİSİNDE EBEVEYN STRESİNİN ARACI ROLÜ

Şivan SARI

Batman Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

İşletme Ana Bilim Dalı

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Akif KAY

2025, 52 Sayfa

Bu araştırma, ebeveynlerin iş-aile çatışması, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişkileri arasındaki ilişkileri incelemek ve ebeveynlik stresinin aracılık rolünü belirlemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubunu, Türkiye'nin farklı illerinden basit seçkisiz örnekleme yöntemiyle seçilen 542 ebeveyn oluşturmaktadır. Veri toplama sürecinde katılımcılara İş-Aile Çatışması Ölçeği, Ebeveynlik Stresi Ölçeği ve Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen veriler, SPSS paket programı aracılığıyla betimsel istatistikler, t-testi, ANOVA, Pearson korelasyon analizi ve Hayes (2022) tarafından geliştirilen PROCESS Makro Model 4 aracılık analizi kullanılarak çözümlenmiştir.

Betimsel analiz sonuçlarına göre ebeveynler zaman zaman iş-aile çatışması yaşamakta ($\bar{x}=2,95$), ebeveyn-çocuk ilişkilerini yüksek düzeyde olumlu değerlendirmekte ($\bar{x}=3,97$) ve stres düzeylerini düşük algılamaktadır ($\bar{x}=1,99$). Fark analizleri, cinsiyetin iş-aile çatışması düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını; ancak çocuk sayısı ve eğitim durumu değişkenlerinin anlamlı farklılık yarattığını ortaya koymuştur. Üç ve üzeri çocuğa sahip ebeveynlerin iş-aile çatışması düzeyleri, daha az çocuğu olanlara kıyasla anlamlı olarak yüksek bulunmuştur. Ayrıca önlisans mezunlarının iş-aile çatışması algıları, lisans ve lisansüstü mezunlara göre daha yüksek çıkmıştır. Yaş, meslek ve haftalık çalışma saati değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Korelasyon analizi sonuçları, iş-aile çatışması ile ebeveyn-çocuk ilişkisi arasında negatif yönlü orta düzeyde ($r=-0,47$), iş-aile çatışması ile ebeveynlik stresi arasında pozitif yönlü orta düzeyde ($r=0,60$) ve ebeveynlik stresi ile ebeveyn-çocuk ilişkisi arasında negatif yönlü orta düzeyde ($r=-0,70$) ilişki olduğunu göstermektedir. Aracılık analizi, ebeveynlik stresinin iş-aile çatışması ile ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkide anlamlı bir aracı rol oynadığını ortaya koymuştur. Bootstrap güven aralıklarının sıfır değerini içermemesi, bu etkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu doğrulamaktadır.

Sonuç olarak, iş-aile çatışmasının ebeveynlik stresi aracılığıyla ebeveyn-çocuk ilişkilerini olumsuz etkilediği bulunmuştur. Bulgular, ebeveynlerin iş ve aile rollerini dengeli sürdürebilmeleri için esnek çalışma uygulamaları, sosyal destek mekanizmaları ve stres yönetimi programlarının önemini vurgulamaktadır.

Anahtar Kelimeler: İş-aile çatışması, ebeveynlik stresi, ebeveyn-çocuk ilişkisi, aracılık analizi

ABSTRACT

MASTER THESIS

THE MEDIATING ROLE OF PARENTAL STRESS IN THE EFFECT OF WORK-FAMILY CONFLICT ON PARENT-CHILD RELATIONSHIPS

Şivan SARI

Batman University Graduate Education Institute

Department of Business Administration

Advisor: Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Akif KAY

2025, 52 Pages

This study was conducted to examine the relationships between work-family conflict, parenting stress, and parent-child relationships, and to determine the mediating role of parenting stress. The study group consisted of 542 parents selected from different provinces of Turkey using simple random sampling. During the data collection process, participants were administered the Work-Family Conflict Scale, the Parenting Stress Scale, and the Parent-Child Relationship Scale. The obtained data were analysed using descriptive statistics, t-test, ANOVA, Pearson correlation analysis, and the PROCESS Macro Model 4 mediation analysis developed by Hayes (2022) via the SPSS software package.

According to the results of the descriptive analysis, parents sometimes experience work-family conflict ($\bar{x}=2.95$), evaluate parent-child relationships as highly positive ($\bar{x}=3.97$), and perceive their stress levels as low ($\bar{x}=1.99$). Difference analyses revealed that gender has no significant effect on work-family conflict levels; however, the number of children and educational status variables create significant differences. Parents with three or more children had significantly higher levels of work-family conflict compared to those with fewer children. Additionally, associate degree graduates had higher perceptions of work-family conflict than bachelor's and master's degree graduates. No significant differences were found based on age, occupation, or weekly working hours.

Correlation analysis results showed a moderate negative correlation between work-family conflict and parent-child relationship ($r=-0.47$), a positive moderate correlation between work-family conflict and parenting stress ($r=0.60$), and a negative moderate correlation between parenting stress and parent-child relationship ($r=-0.70$). Mediation analysis revealed that parenting stress plays a significant mediating role in the relationship between work-family conflict and parent-child relationship. The fact that the bootstrap confidence intervals do not include zero values confirms that this effect is statistically significant.

In conclusion, it has been found that work-family conflict negatively affects parent-child relationships through parental stress. The findings emphasise the importance of flexible working practices, social support mechanisms and stress management programmes in enabling parents to maintain a balance between their work and family roles.

Keywords: Work-family conflict, parenting stress, parent-child relationship, mediation analysis

ÖNSÖZ

Günümüzün hızlı ve rekabetçi çalışma yaşamı, bireylerin aile yaşamlarıyla iş yükümlülükleri arasında denge kurmalarını giderek zorlaştırmaktadır. Özellikle ebeveynler, hem iş yerindeki beklentileri karşılamaya hem de çocuklarının gelişimsel ihtiyaçlarına cevap vermeye çalışırken ciddi gerilimlerle karşı karşıya kalmaktadır. Bu tez, söz konusu gerilimi "iş-aile çatışması" kavramı çerçevesinde ele alarak, bu çatışmanın ebeveyn-çocuk ilişkileri ve ebeveyn stresi üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçlamaktadır. Bu bağlamda yapılan araştırmalar, yalnızca akademik değil, aynı zamanda toplumsal bir öneme de sahiptir.

Araştırmanın temeli, sahadan elde edilen gözlemler ve akademik ilgiyle şekillenmiştir. Yoğun çalışma temposu altında ebeveynlik rollerini sürdüren bireylerin yaşadığı zorluklar, bu çalışmanın çıkış noktasını oluşturmuştur. Araştırma sürecinde iş-aile çatışması, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişkisi konularında kapsamlı bir literatür taraması yapılmış; geçerli ve güvenilir ölçekler kullanılarak veriler toplanmıştır.

Araştırmanın yürütülmesi sürecinde desteğini her aşamada hissettiğim değerli danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Akif KAY'a en derin şükranlarımı sunarım. Kendisinin bilimsel titizliği, yönlendirmeleri, yapıcı eleştirileri ve sabırlı tutumu, çalışmanın hem kuramsal çerçevesinin sağlamlaşmasında hem de yöntemsel doğruluğunun sağlanmasında belirleyici olmuştur. Savunma sürecinde değerli katkılarıyla çalışmamı zenginleştiren, yapıcı görüş ve önerileriyle bana farklı bakış açıları kazandıran saygıdeğer jüri üyelerim Dr. Öğr. Üyesi Sami SEVER ve Dr. Öğr. Üyesi Suat OKAY'a da içtenlikle teşekkür ederim.

Akademik bir çalışmanın görünmeyen kahramanları çoğu zaman aile bireyleridir. Yoğun dersler, saha çalışmaları, veri girişleri ve yazım geceleri boyunca sabırla yanımda olan aileme minnettarım. Özellikle en zorlandığım dönemlerde moral veren, anlayış gösteren ve desteğini hiçbir zaman esirgemeyen eşime; çalışmanın ilham kaynaklarından biri olan ve varlıklarıyla bana güç veren çocuklarım Mirhan Mehdi ve Zozan'a gönülden teşekkür ediyorum. Onların günlük yaşamda karşılaştığım küçük ama anlamlı deneyimleri, bu tezin sahici bir bakış açısı kazanmasına yardımcı oldu.

Bu çalışmanın, çalışan ebeveynlerin yaşam kalitesini artırmaya yönelik uygulamalara ışık tutmasının yanı sıra, iş-aile çatışması ve ebeveynlik araştırmalarına da anlamlı bir katkı sunmasını temenni ederim.

Şivan SARI
BATMAN-2025

İÇİNDEKİLER

ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
ÖNSÖZ	vi
İÇİNDEKİLER	vii
ÇİZELGELER/TABLolar LİSTESİ.....	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ	x
SİMGELER VE KISALTMALAR	xi
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	3
1.2. Araştırmanın Amacı	3
1.3. Araştırmanın Önemi	3
1.4. Araştırmanın Alt Problemleri.....	4
1.5. Araştırmanın Hipotezleri.....	4
1.7. Araştırmanın Sınırlılıkları	5
1.8. Tanımlar	5
2. KAYNAK ARAŞTIRMASI	7
2.1. İş-Aile Çatışması.....	7
2.1.1. İş-aile çatışması kavramı ve özellikleri	7
2.1.2. İş-aile çatışmasının yansımaları	8
2.1.3. İş-aile çatışmasının fiziksel ve psikolojik sağlık ile ilişkisi.....	10
2.2. Ebeveyn Çocuk İlişkisi	10
2.2.1. Ebeveyn–çocuk ilişkisinin tanımı ve önemi	10
2.2.2. Ebeveyn–çocuk ilişkisini etkileyen faktörler.....	11
2.2.3. Ebeveynlik tutumları ve çocuk üzerindeki etkileri	12
2.3. Ebeveyn Stresi	13
2.3.1. Ebeveyn stresinin tanımı ve kaynakları	13
2.3.2. Ebeveyn stresinin etkileri.....	14
2.3.3. Başa çıkma yöntemleri ve koruyucu faktörler	15
2.4. İş-Aile Çatışmasının Ebeveyn-Çocuk İlişkisine Etkisi.....	17
2.5. İş-Aile Çatışmasının Ebeveyn Stresi Üzerindeki Etkileri.....	18
2.6. Ebeveyn Stresinin Ebeveyn-Çocuk İlişkisine Etkisi	19
2.7. İş-Aile Çatışmasının Ebeveyn-Çocuk İlişkisine Etkisinde Ebeveynlik Stresinin Aracılık Rolü.....	21
3. YÖNTEM	22
3.1. Araştırmanın Modeli.....	23
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi.....	24
3.2.1. Araştırmanın evreni	24
3.2.2. Araştırmanın örnekleme	25

3.3. Veri Toplama Araçları	25
3.4. Verilerin Toplanması ve Uygulama Süreci	27
3.5. Verilerin Analizi	27
4. BULGULAR.....	29
5.TARTIŞMA.....	35
6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER.....	40
KAYNAKLAR	43



ÇİZELGELER/TABLolar LİSTESİ

Tablo 4.1. Betimsel istatistikler ve normallik sonuçları	29
Tablo 4.2. Cinsiyete göre iş-aile çatışması	30
Tablo 4.3. Çocuk sayısına göre iş-aile çatışması	30
Tablo 4.4. Eğitim durumuna göre iş-aile çatışması	31
Tablo 4.5. Yaş durumuna göre iş-aile çatışması	31
Tablo 4.6. Meslek durumuna göre iş-aile çatışması	32
Tablo 4.7. Haftalık çalışma durumuna göre iş-aile çatışması	32
Tablo 4.8. Korelasyon sonuçları	33
Tablo 4.9. Aracılık modeline ilişkin değerler	33



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 3.1. İş-aile çatışmasının ebeveyn stresi ve ebeveyn-çocuk ilişkisi modeli ...24



SİMGELER VE KISALTMALAR

Simgeler

$\bar{x}$	: Aritmetik Ortalama
SD	: Standart Sapma
p	: Anlamlılık Düzeyi

Kısaltmalar

ANOVA	: Analysis of Variance (Varyans Analizi)
ECİ	: Ebeveyn-Çocuk İlişkisi
ES	: Ebeveynlik Stresi
İAÇ	: İş-Aile Çatışması
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences



1. GİRİŞ

Bireylerin yaşamlarının önemli bir kısmı iş ve aile ortamında geçmektedir. Çalışma yaşamında yerine getirilmesi gereken görevler bulunurken, aile yaşamında ise eş, çocuklar ve ebeveynlere yönelik sorumluluklar söz konusudur. Bu iki alandaki yükümlülüklerin kesişmesi durumunda çatışma kaçınılmaz hale gelmektedir. İş yaşamındaki sorumlulukların aile görevlerini engellemesi iş-aile çatışması, ailevi sorumlulukların işteki performansı kısıtlaması ise aile-iş çatışması olarak tanımlanmaktadır. Bu tür çatışmalar, bireyin iş ve aile rolleri arasında kalmasına yol açmakta ve her iki yaşam alanını da olumsuz şekilde etkileyebilmektedir (Kahraman & Çelik, 2018, s. 96). İş-aile çatışması, özellikle zamanının büyük bölümünü iş yaşamına ayırmak zorunda kalan çalışanların sıkça deneyimlediği ve yaşam kalitesini olumsuz etkileyen önemli bir olgudur. Günümüz iş dünyasında artan örgütsel beklentiler ve yoğun çalışma temposu, bireylerin farklı rol sorumluluklarını yerine getirmesini güçleştirmektedir. Kadınların iş yaşamında daha etkin hale gelmesi de geleneksel aile yapısında değişimlere yol açarak bu süreci daha karmaşık hale getirmiştir. Rol taleplerinin yarattığı baskı, bireylerin iş ve aile yaşamı arasındaki dengeyi bozmakta; bu durum hem iş performansını hem de aile ilişkilerini olumsuz etkilemektedir. İş-aile çatışması bireyin fiziksel ve psikolojik sağlığında bozulmalara ve yaşam doyumunda azalmaya neden olabilmektedir (Gürel,2016, s. 350).

Modern toplumlarda bireylerin hem iş yaşamında hem de aile yaşamında aktif roller üstlenmeleri beklenmektedir. Bu çok yönlü beklenti, bireylerin roller arası denge kurmasını zorlaştırmakta ve özellikle çalışan ebeveynler açısından ciddi baskılar doğurmaktadır. Bireyler hem iş hem aile yaşamında sınırlı fiziksel, duygusal ve zaman kaynaklarına sahip olduklarından, bu kaynakların aşırı talep altında tükenmesi çatışmaya yol açmaktadır. (Voydanoff, 2005, s. 823). Bu çatışmalar özellikle ebeveynlik rolüyle kesiştiğinde daha görünür hale gelir. Ebeveynlerin iş yerinde maruz kaldıkları stres, yorgunluk ve zaman kısıtlamaları ev ortamına da taşınarak, çocuklarla olan ilişkilerin kalitesini olumsuz etkileyebilmektedir(Liang& Chen, 2025, s. 2).2020 yılının ikinci çeyreğinde, iş sürekliliğini ve hizmet sunumunu sağlamak amacıyla dünya genelinde öncelikli tercih olarak evden çalışma modeli yaygın biçimde uygulanmaya başlanmıştır.

Özellikle küçük çocuğu olan kadın çalışanlar, aynı anda birçok rolü üstlenerek farklı sorumluluklarını dengelemeye çalışmaktadır. Bu durum, günümüzde giderek artan sayıda kadın ve çiftin günlük yaşamını şekillendiren önemli bir olgu haline gelmiştir (Haskić-Ožegović & Hadziahmetovic, 2023, s. 188; Waizenegger, McKenna, Cai & Bendz, 2020, s. 429).

İş-aile çatışması sadece çocuklarla ilişkileri değil, aynı zamanda ebeveynin ruhsal ve fiziksel sağlığını da tehdit etmektedir. Yoğun iş-aile çatışması yaşayan bireylerde depresyon, tükenmişlik, anksiyete ve uyku problemleri gibi psikolojik sorunların daha yaygın olduğu saptanmıştır (Frone, 2000, s. 889). Bu ruhsal sorunlar, ebeveynin çocuklarına karşı sabırsız, ilgisiz ya da aşırı kontrolcü davranmasına sebep olabilir; bu da aile içi ilişkilerde çatışma ve kopmalara yol açabilir (Bakker, Demerouti & Dollard, 2008, s. 903).

Son yıllarda, ebeveynlerin çalışma ortamının ebeveynlik üzerindeki etkisini anlamaya yönelik ilgi artmaktadır. İş-aile arayüzü üzerine yapılan araştırmalar, ebeveynlerin çalışma deneyimlerinin ebeveynlik davranışları ve aile yaşamlarının genel kalitesi üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu göstermiştir. Örneğin, stresli çalışma koşulları daha olumsuz ebeveyn-çocuk etkileşimleriyle, daha sert ve daha az sıcak ve duyarlı ebeveynlik davranışlarıyla, ebeveyn-çocuk etkileşimlerinde daha düşük duygusal ve davranışsal katılım ve çocuklarla daha az sıklıkta boş zaman ve çocuk bakımı aktiviteleriyle ilişkilendirilmiştir. Stresli çalışma koşullarının ebeveynlerde ve çocuklarda daha zayıf ruh sağlığıyla da ilişkilendirildiği görülmüştür (Moreira, Fonseca, Caiado & Canavarro, 2019, s. 10).

Sonuç olarak, iş-aile çatışması, ebeveynlerin hem kendi ruhsal ve fiziksel iyi oluşlarını hem de çocuklarıyla olan ilişkilerini olumsuz etkileyen çok boyutlu bir olgudur. Zaman, enerji ve duygusal kaynakların tükenmesi, ebeveynlerin çocuklarına ayırabilecekleri nitelikli vakti azaltmakta, bu da iletişimde zayıflama, duygusal bağın gevşemesi ve aile içi gerilimlerin artmasıyla sonuçlanmaktadır. Ayrıca, artan stres düzeyi, tükenmişlik ve psikolojik sorunlar, ebeveynlerin ebeveynlik rollerini sağlıklı bir şekilde yerine getirmelerini zorlaştırmaktadır.

1.1. Problem Durumu

Bu çalışmanın temel problem durumu, iş-aile çatışmasının, ebeveyn-çocuk ilişkilerine etkisinde ebeveyn stresinin etkilerini anlamak ve ortaya koymaktır. Özellikle stres, tükenmişlik ve zaman kısıtlılığı gibi faktörlerin, ebeveynin hem kendi ruh sağlığı hem de çocuklarının gelişimsel ve duygusal iyilik hâli üzerindeki etkilerini incelemek, çalışmanın odak noktasını oluşturmaktadır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, iş-aile çatışmasının ebeveyn-çocuk ilişkilerine etkisinde ebeveyn stresinin aracılık rolünün etkisini incelemektir. Çalışmada, ebeveynlerin iş yaşamında karşılaştıkları taleplerin, aile içindeki rollerini yerine getirme biçimlerine ve çocuklarıyla kurdukları iletişimin niteliğine nasıl yansıdığı analiz edilmektedir. Bu kapsamda, iş-aile çatışmasının ebeveynlerin yaşadığı stres düzeyini artırarak, dolaylı yoldan ebeveyn-çocuk ilişkilerini zayıflatabileceği varsayılmaktadır. Yüksek düzeyde ebeveynlik stresi, ebeveynlerin çocuklarına karşı sabırsız, ilgisiz veya aşırı kontrolcü davranmalarına yol açarak duygusal bağın zayıflamasına neden olabilir.

1.3. Araştırmanın Önemi

Bu araştırma, iş-aile çatışmasının ebeveyn-çocuk ilişkileri ve ebeveyn stresi üzerindeki etkilerini, ayrıca ebeveynlik stresinin bu ilişkideki aracı rolünü incelemesi bakımından hem kuramsal hem de pratik açıdan önemli bir katkı sunmaktadır. Literatürde iş-aile çatışması ile ebeveynlik davranışları arasındaki ilişkiler üzerine çeşitli çalışmalar bulunmakla birlikte (Belsky, 1984; Greenhaus & Beutell, 1985; Nomaguchi & Milkie, 2003), bu iki değişken arasındaki bağlantının özellikle ebeveynlik stresi üzerinden dolaylı etkilerini inceleyen araştırmalar sınırlı sayıdadır (Deater-Deckard, 2004; Crnic & Low, 2002). İş-aile çatışması ile ebeveynlik arasındaki ilişkiler farklı araştırmalarda ele alınmış olsa da, bu iki değişken arasındaki ilişkinin ebeveynlik stresi üzerinden dolaylı etkilerini açıklayan araştırmalar sınırlıdır. Bu çalışma, bu boşluğu doldurarak, ebeveynlerin iş ve aile rollerindeki denge sorunlarının çocuklarla ilişkilerinde nasıl yansımalar yarattığını daha bütüncül bir bakış açısıyla ortaya koymayı hedeflemektedir.

1.4. Araştırmanın Alt Problemleri

Bu araştırmanın temel amacı doğrultusunda oluşturulan alt problemler, iş-aile çatışmasının ebeveyn-çocuk ilişkileri ve ebeveynlik stresi üzerindeki etkilerini çok yönlü biçimde analiz etmeyi hedeflemektedir. Alt problemler, araştırmanın hem kuramsal hem de uygulamalı hedeflerine ulaşmasını sağlayacak biçimde yapılandırılmıştır. Her bir alt problem, araştırmada kullanılacak ölçekler ve istatistiksel analiz yöntemleri aracılığıyla değerlendirilecek ve literatürle ilişkilendirilerek yorumlanacaktır.

- Ebeveynlerin iş-aile çatışması düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Ebeveynlerin iş-aile çatışması düzeyleri çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Ebeveynlerin iş-aile çatışması düzeyleri eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Ebeveynlerin iş-aile çatışması düzeyleri yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Ebeveynlerin iş-aile çatışması düzeyleri meslek değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Ebeveynlerin iş-aile çatışması düzeyleri haftalık çalışma saatine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

1.5. Araştırmanın Hipotezleri

- H1: İş-aile çatışması, ebeveynlik stresi üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir.
- H2: İş-aile çatışması, ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir.
- H3: Ebeveynlik stresi, ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir.
- H4: Ebeveynlik stresi, iş-aile çatışmasının ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerindeki etkisinde aracılık rolü üstlenmektedir.

1.6. Araştırmanın Sayılıları

- Katılımcıların veri toplama araçlarına verdikleri yanıtların dürüst, samimi ve kendi gerçek durumlarını yansıttığı varsayılmaktadır.
- Kullanılan ölçeklerin, ölçmeyi amaçladıkları yapı ve değişkenleri geçerli ve güvenilir bir biçimde ölçtüğü kabul edilmektedir.
- Örneklem grubunun, araştırmanın evrenini temsil ettiği varsayılmaktadır.
- Verilerin toplandığı dönemde katılımcıların iş ve aile yaşamlarına ilişkin koşulların araştırma sonuçlarını sistematik olarak etkilemediği kabul edilmektedir.
- İstatistiksel analiz yöntemlerinin, verilerin türüne, dağılımına ve araştırma modeline uygun olduğu varsayılmaktadır.
- Araştırma sürecinde uygulanan ölçme araçlarının katılımcılar tarafından doğru anlaşıldığı ve eksiksiz doldurulduğu varsayılmaktadır.

1.7. Araştırmanın Sınırlılıkları

- Araştırma, yalnızca Türkiye'nin farklı illerinde yaşayan ve çalışmaya gönüllü olarak katılan 542 ebeveyn ile sınırlıdır.
- Veriler, İş-Aile Çatışması Ölçeği, Ebeveynlik Stresi Ölçeği ve Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği ile toplanmıştır; bu nedenle sonuçlar yalnızca bu ölçme araçlarının kapsadığı boyutlarla sınırlıdır.
- Araştırma sonuçları, benzer sosyo-demografik özelliklere sahip ebeveynler için genellenebilir; farklı kültürel bağlam ve sosyoekonomik düzeylerde farklı bulgular ortaya çıkabilir.

1.8. Tanımlar

İş-aile çatışması: Bireyin iş ve aile rollerinden kaynaklanan taleplerin birbirini karşılıklı olarak zorlaştırması veya engellemesi durumudur. Greenhaus ve Beutell'e (1985, s. 80) göre iş-aile çatışması, işten kaynaklanan taleplerin aile sorumluluklarını yerine getirmeyi engellemesi ya da aile taleplerinin iş performansını olumsuz etkilemesi şeklinde ortaya çıkabilir.

Ebeveynlik stresi: Ebeveynlerin çocuk yetiştirme sürecinde karşılaştıkları rol taleplerini yerine getirmede yaşadıkları zorluklardan doğan, fiziksel ve duygusal gerginlik durumudur. Ebeveynlik stresi, ebeveynin kendi ebeveynlik rolü ile ilgili beklentileri ve çocuğun davranışsal özelliklerinden kaynaklanan stres unsurlarının birleşimi ile oluşur(Abidin,1992, s. 408).

Ebeveyn-çocuk ilişkisi:Ebeveyn-çocuk ilişkisi, anne-baba ile çocuk arasında kurulan karşılıklı güvene dayalı, psikolojik yakınlık ve etkili iletişim sürecidir. Bu ilişki, taraflar arasındaki etkileşimi, rollerin paylaşımını ve aile içindeki dinamiklerin bütünü kapsar (Fine, Moreland & Schwebel, 1983, s. 705).

Aracılık analizi: Bir bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin, üçüncü bir değişken aracılığıyla gerçekleşip gerçekleşmediğini inceleyen istatistiksel analiz yöntemidir. Hayes'e (2022, s. 5) göre aracılık analizi, nedensel ilişkilerin altında yatan mekanizmaları anlamaya yardımcı olur. Bu araştırmada, iş-aile çatışmasının ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerindeki etkisinde ebeveynlik stresinin aracılık rolü test edilmiştir.

İlişkisel tarama modeli: İki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkileri ortaya koymayı amaçlayan nicel araştırma desenidir. Büyüköztürk'e (2012, s. 92) göre ilişkisel tarama modeli, mevcut durumu betimleyerek değişkenler arası ilişkilerin yönünü ve düzeyini belirlemek amacıyla kullanılır. Bu çalışmada, iş-aile çatışması, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkiler bu model çerçevesinde incelenmiştir.

2. KAYNAK ARAŞTIRMASI

2.1. İş-Aile Çatışması

2.1.1. İş-aile çatışması kavramı ve özellikleri

İş-Aile çatışması, aile ve iş yaşamı arasındaki etkileşimi açıklamaya yönelik olarak erken dönem çalışmalarında öne sürülen temel mekanizmalardan biridir. Bununla birlikte, literatürde bu ilişkiyi anlamlandırmak amacıyla yayılma, telafi, ayrışma, kaynakların tükenmesi ve uyum kuramları kapsamında çeşitli alternatif mekanizmalar da geliştirilmiştir (Edwards & Rothbard, 2000, s. 180). İş-aile ve iş-yaşam çatışması, iş rolünün enerji, zaman veya davranışsal taleplerinin aile veya kişisel yaşam rolleriyle çakıştığı durumlarda ortaya çıkan roller arası çatışma biçimleridir. İş-aile çatışması, iş-yaşam çatışmasının özel bir biçimidir. İş-aile çatışması, üretkenlik, işten ayrılma, aile refahı, sağlık ve stres gibi iş, iş dışı ve kişisel sonuçlar üzerinde önemli sonuçları olduğu için toplumda giderek artan bir öneme sahiptir (Kossek & Lee, 2017, s. 153). Çalışma ve ebeveynliğin ikili taleplerini dengelemek, günümüz ebeveynleri için büyük bir zorluk teşkil ediyor. İşgücü piyasaları giderek daha rekabetçi ve güvencesiz hale geliyor ve ebeveynlerin çalışmaya büyük bir bağlılık göstermesini ve aile ve kişisel zamanlarının çoğunu işlerine ayırmasını gerektiriyor (Moreira vd., 2019, s. 3).

İş-aile çatışması, bireyin iş kaynaklı sorumlulukları ile ailevi yükümlülükleri arasındaki uyumsuzluktan doğan stres ve baskıyı tanımlar. Greenhaus ve Beutell'in (1985) tanımına göre bu çatışma üç temel boyutta ele alınmaktadır: zaman temelli çatışma, baskı temelli çatışma ve davranış temelli çatışma. Zaman temelli çatışmada bireyin bir role ayırdığı zaman, diğer role ayırması gereken zamanı kısıtlar; baskı temelli çatışmada ise bir rolde yaşanan stresin, diğer rolün sağlıklı biçimde yürütülmesini engellediği görülür. Davranış temelli çatışmada ise bireyin bir rolde kazandığı davranışsal normların diğer rol için uygun olmaması durumu söz konusudur (Greenhaus & Beutell, 1985, s. 77).

İş ve aile yaşamı, bireylerden hem fiziksel hem de duygusal düzeyde taleplerde bulunarak sınırlı kişisel kaynaklar üzerinde rekabete yol açabilir; bu durum iş-aile çatışmasının ortaya çıkmasına neden olur. İş taleplerinin artması, çalışanların daha uzun süre işte bulunmalarını, daha yoğun çaba harcamalarını veya yerine getirmeleri gereken

görev sayısının artmasını gerektirir. Bunun sonucunda, bireylerin diğer etkinliklere ayırabilecekleri zaman ve enerji azalır. Bu durum, çalışanların iş yükünün aile sorumluluklarını yerine getirmelerini engellediğini düşünmelerine ve dolayısıyla iş-aile çatışmasının gelişmesine zemin hazırlar (Carlson & Kacmar, 2000, s. 1032; Ollo-López, & Goñi-Legaz, 2017, s. 500).

İş-aile çatışması iki ana çatışma biçimini kapsar: iş-aile çatışması ve aile-iş çatışması. İş-aile çatışması, işte yaşanan talepler ve olumsuz ruh hallerinin aile yaşamına taşması ve potansiyel olarak refahı ve sosyal ilişkileri baltalaması durumunda ortaya çıkar. Örneğin, bir iş arkadaşıyla yaşanan zorlu bir etkileşimin çalışan bir babayı duygusal olarak nasıl tükettiğini düşünün; eve döndüğünde çocuklarıyla etkileşime girecek çok az enerjisi olur. Endişe ve etkili başa çıkma mekanizmalarının eksikliğinin birleşimi, iş-aile çatışmasının sağlık üzerindeki etkilerinin yoğunlaşmasına zemin hazırlar (Minnotte & Yucel, 2018, s. 518). Carnicer vd. (2004, s. 471) tarafından yapılan araştırmaya göre, evli ve çocuk sahibi bireyler, çocuğu olmayan bekarlar ya da çocuksuz evli bireylere kıyasla daha yüksek düzeyde iş-aile çatışması deneyimlemektedir. Çocuk sahibi olmanın yanı sıra, eşin de çalışma hayatında yer alması, bireylerin bildirdiği iş-aile çatışması düzeyini artıran bir başka etkidir; eşleri çalışan evli bireyler, eşleri çalışmayanlara göre daha fazla çatışma yaşamaktadır. Cinsiyet açısından değerlendirildiğinde ise, hem işin aileye etkisi (WIF) hem de ailenin işe müdahalesi (FIW), çocuk sahibi evli kadınlarda, çocuk sahibi evli erkeklere oranla daha yüksek düzeyde gözlemlenmektedir.

2.1.2. İş-aile çatışmasının yansımaları

Özellikle çalışan ebeveynlerin yaşantısında, iş-aile çatışması günlük yaşamın ayrılmaz bir parçası haline gelmektedir (Voydanoff, 2005, s. 824). İş-aile çatışması, literatürde genel olarak üç temel boyutta incelenmektedir:

Zaman Temelli Çatışma: Zaman temelli çatışma, bir rol için harcanan sürenin, diğer rolün gereklerinin yerine getirilmesine engel olmasıyla ortaya çıkar. Örneğin, uzun mesai saatleri nedeniyle ebeveynin çocuğuyla yeterince zaman geçirememesi bu çatışmanın somut bir örneğidir. Bu tür çatışmalarda zamanın yetersizliği, bireyin aile içindeki sorumluluklarını aksatmasına yol açar. Özellikle vardiyalı ya da esnek olmayan çalışma koşullarına sahip bireylerde bu çatışmanın daha belirgin olduğu görülmektedir (Greenhaus & Beutell, 1985, s. 78).

Gerilim (Stres) Temelli Çatışma: Gerilim temelli çatışma, bireyin bir rolde yaşadığı stresin, diğer rol performansını olumsuz yönde etkilemesiyle ortaya çıkar. Örneğin, iş yerindeki yoğunluk, mobbing ya da iş güvencesi kaygısı gibi nedenlerle yaşanan stres, bireyin aile ortamındaki sabır, empati ve iletişim becerilerini zayıflatabilir (Frone vd., 1992, s. 66). Bu tür çatışmalar, psikolojik tükenmişlik, depresyon ve evlilik doyumunun azalması gibi sonuçlara neden olabilmektedir. Bu bağlamda, uzun çalışma saatleri nedeniyle aileye ayrılacak zamanın kısıtlanması zaman temelli; işte yaşanan stresin aile ilişkilerine olumsuz yansımaları gerginlik temelli; iş ortamında kazanılan rekabetçi davranışların aile ilişkilerinde beklenen duyarlılıkla çelişmesi ise davranış temelli iş-aile çatışmasına örnek olarak gösterilebilir (Akçınar & Özbek, 2021, s. 840; Greenhaus & Beutell, 1985, s. 77-78).

Zamana bağlı iş-aile çatışması, bireyin bir role ayırdığı sürenin, diğer role katılımını kısıtlaması durumunda ortaya çıkmaktadır. Öte yandan, gerilim temelli çatışma ise bir rolde deneyimlenen stresin diğer role taşınarak bu rolün gerekliliklerine uyumu ve katılımı olumsuz etkilemesiyle kendini göstermektedir. İş-aile çatışması kavramsal olarak çift yönlü bir yapıya sahiptir; bireyin iş rolü aile yaşamını olumsuz yönde etkileyebileceği gibi (WIF: Work Interfering with Family), aile sorumlulukları da iş yaşamına müdahale edebilir (FIW: Family Interfering with Work) (Netemeyer, Boles & McMurrian, 1996, s. 401).

Aile ve iş yaşamında bireylerin üstlendikleri rollerin dönüşüme uğraması, iş gücüne katılan kadın oranının giderek artması, erkeklerin ev içi sorumlulukları daha fazla paylaşmaya başlaması ve yaşanan nüfusla birlikte bireylerin yaşlı bakımına ilişkin yükümlülüklerinin artması gibi çeşitli sosyo-demografik gelişmeler, iş ve aile rolleri arasında denge kurmayı güçleştirmekte; bu durum da iş-aile çatışmasını tetikleyen önemli faktörler arasında yer almaktadır (Kossek & Lee, 2017, s. 154). İşten aile yaşamına yansıyan çatışmaların yalnızca ebeveynlerin duygusal durumlarını değil, aynı zamanda çocukların sosyal gelişimlerini de olumsuz biçimde etkilediğini ortaya koymaktadır. Ebeveynlik suçluluğu bir domino etkisi yaratarak ebeveyn-çocuk ilişkisinde mesafe ve gerginliğe neden olmakta bu durumda çocuklarda davranışsal uyum sorunlarına zemin hazırladığı saptanmıştır (Wang, Shi, Liu, Zhang & Zheng, 2023, s. 2). İş-aile çatışması yaşayan ebeveynlerin çocuklarıyla ilişkileri daha gergin ve uzak bir hale gelmektedir. Bu durum ebeveynlik tükenmişliğini etkilemektedir. (Liang & Chen, 2025, s. 2-3).

2.1.3. İş-aile çatışmasının fiziksel ve psikolojik sağlık ile ilişkisi

İş-aile çatışması ve sağlık arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmalar, iş-aile çatışmasının hem fiziksel hem de psikolojik sağlık üzerinde olumsuz etkileri olduğunu göstermektedir. Sonuçlar yoğun iş-aile çatışması yaşayan bireylerin psikolojik problemlerin yanı sıra fiziksel sağlık problemlerine sahip olma olasılıklarının daha yüksek olduğunu kanıtlamaktadır (Aydın, 2022, s. 10). İş-aile çatışmasının hem zihinsel hem de fiziksel sağlık sorunlarıyla güçlü biçimde ilişkili olduğu; yüksek stres, tükenmişlik, uyku problemleri ve psikosomatik belirtilerle bağlantılı olduğu görülmüştür. Borgmann, Rattay & Lampert (2019) sistematik derlemesinde, iş-aile çatışmasının sadece psikolojik sağlık üzerinde değil, aynı zamanda baş ağrısı, uyku bozuklukları ve genel fiziksel rahatsızlıklar gibi bedensel sorunlarla da bağlantılı olduğu vurgulanmıştır.

İş-aile çatışmasının iki yönü olan işten aileye doğru çatışma ile aileden işe doğru çatışma, sonuçları bakımından ayrı ayrı incelenmiştir. Yapılan araştırmalar, bu iki çatışma türünün de bireylerin sağlık durumları üzerinde önemli etkiler yarattığını ortaya koymaktadır. Nitekim bulgular, iş-aile çatışmasının her iki yönünün de somatik ve fiziksel şikâyetler, depresyon, stres, kaygı ve madde kullanımı ile anlamlı ve güçlü bir biçimde pozitif ilişkili olduğunu göstermektedir (Amstad, Meier, Fasel, Elfering, & Semmer, 2011, s. 160-163; Allen, Herst, Bruck, & Sutton, 2000, s. 288-293). Ebeveyn stresi hem psikolojik hem de fiziksel sağlık sorunlarıyla bağlantılıdır; bu durum çocuklarla ilişkilerde duygusal mesafeye neden olabilmektedir. Ebeveyn stresi yalnızca ruhsal sağlık üzerinde değil, aynı zamanda ebeveynin bedensel dayanıklılığı üzerinde de yıpratıcı etkiler ortaya koymaktadır. Bu stresin artması, ebeveynin çocuğa sabırlı yaklaşma kapasitesini azaltmakta ve ebeveyn-çocuk etkileşiminde mesafeli, duyarsız tutumların görülmesine zemin hazırlamaktadır (Rusu vd.,2025).

2.2. Ebeveyn Çocuk İlişkisi

2.2.1. Ebeveyn-çocuk ilişkisinin tanımı ve önemi

Ebeveynlik, mutluluk, amaç duygusu, tatmin ve kişisel gelişim getirebilen zorlu ve ödüllendirici bir yolculuktur. Aynı zamanda, ebeveynlerin yalnızca çocuklarının fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarını karşılamakla kalmayıp aynı zamanda iş ve genel yaşam baskısıyla da başa çıkmaları gerektiğinden, ebeveynlik zorlu ve çoğu zaman streslidir

(Rusu vd.,2025). Ebeveyn-çocuk ilişkisi, bireyin yaşamında kurulan en erken ve en uzun süre devam eden bağ olarak görülmekte ve çocuğun dil gelişimi, kişilik oluşumu ile psiko-sosyal yeterliliklerinin şekillenmesinde temel bir rol oynamaktadır. Sağlıklı ilişkinin ön koşulları olarak açık iletişim ve ebeveynin rehberliği öne çıkarılmıştır. Ebeveyn-çocuk ilişkisi sadece biyolojik bağ üzerinden değil, çocuğun duygusal, bilişsel ve sosyal gelişimini yönlendiren temel bir yapı olarak tanımlanmıştır (Baumrind, 1991, s. 56-58; Fu, 2023, s. 286-287).

Ebeveyn-çocuk ilişkisi, Bowlby'nin (1988) bağlanma kuramı çerçevesinde incelendiğinde, çocuğun yaşamının ilk yıllarında bakım veren kişiyle geliştirdiği bağın, güven duygusunun temelini oluşturduğu görülmektedir. Güvenli bağlanmanın oluşumunda kritik rol oynayan unsur ise ebeveynin çocuğun ihtiyaçlarını zamanında ve uygun biçimde karşılaması, yani ebeveyn duyarlılığıdır. Güvenli bağlanma geliştiren çocukların, ileri yaşlarda sosyal ilişkilerde daha uyumlu oldukları, stresle daha etkili başa çıktıkları ve psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Ainsworth vd., 1978, s. 129-135). Bağlanma kuramı çerçevesinde, çocuğun stresle başa çıkmasında güvenli bağlanmanın merkezi öneme sahip olduğu kabul edilmektedir. Bu bağlamda, ebeveynin duyarlı, tutarlı ve destekleyici yaklaşımlarının, çocuğun çevresine güvenle yönelmesini teşvik ettiği ve etkin stresle başa çıkma mekanizmaları geliştirmesine katkı sağladığı sıkça vurgulanmaktadır (Santana-Ferrándiz, Ibáñez-Pérez & Moret-Tatay, 2025).

Rothwell ve Davoodi'nin (2024) 21 ülkeyi kapsayan çok uluslu araştırmasında, çocukluk döneminde algılanan ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesinin, yetişkinlikteki öznel iyi oluş ve ruh sağlığı üzerinde kalıcı etkiler yarattığını göstermektedir. Çocuklukta kurulan ebeveyn-çocuk bağının niteliğinin yetişkinlikte bile öznel mutluluğu ve psikolojik sağlamlığı yordadığı saptanmıştır. Shao & Kang (2022), ebeveyn-çocuk ilişkisinin ergenin eğitim hayatındaki rolünü vurgulayarak, sağlıklı ilişkilerin yalnızca duygusal destek sağlamakla kalmayıp, aynı zamanda akademik başarı ve sosyal uyum üzerinde de doğrudan etkili olduğunu göstermektedir. Ebeveynle kurulan güçlü bağ, çocuğun hem öğrenmeye ilgisini artırmakta hem de stresle başa çıkma kapasitesini geliştirmektedir.

2.2.2. Ebeveyn-çocuk ilişkisini etkileyen faktörler

Ebeveyn-çocuk etkileşimi, çocuğun kişilik ve psikolojik gelişiminde kritik bir belirleyicidir. Çocukluk dönemindeki bu ilişkinin etkileri, farklı kuramsal çerçeveler doğrultusunda hem klinisyenler hem de araştırmacılar tarafından kapsamlı biçimde incelenmiştir. Kuramcılar farklı kavramlarla açıklasa da, erken çocukluk yıllarının bireyin sonraki yaşamını şekillendirmedeki rolü tartışmasız kabul edilmektedir(Öngider, 2013, s. 421-423).

Çocuk, dünyaya geldiğinde ilk sosyal ve duygusal deneyimlerini aile ortamında edinir. Anne ve baba, çocuğun maddi ve manevi gereksinimlerini karşılayarak onun fiziksel, bilişsel ve ruhsal gelişimini destekler. Sevgi, saygı ve karşılıklı etkileşime dayalı bir aile ortamı, çocuğun toplumsal kurallara uyum sağlamasına, çevresiyle dengeli ilişkiler kurmasına ve yaşamda başarılı olmasına zemin hazırlar. Bu bağlamda, ebeveynlerin sorumluluklarını yerine getirmesi, aile içi dayanışma ve paylaşım, çocuğun sağlıklı gelişiminin temel unsurlarıdır (Şentürk, 2012, s. 1).Ebeveynler çocukların gelişimini etkilerken, çocuklar da ebeveynlerin davranış ve tutumlarını şekillendirmektedir. Dolayısıyla, ebeveyn-çocuk ilişkilerini anlamada ilişkiyel sağlık yaklaşımı, ebeveyn ile çocuk arasındaki karşılıklı etkileşime dayalı ikili bağın önemini ön plana çıkarmaktadır (Frosch, Schoppe-Sullivan, & O'Banion, 2019, s. 46-47; Hails, Reuben, Shaw, Dishion, & Wilson, 2018, s. 292-293).

2.2.3. Ebeveynlik tutumları ve çocuk üzerindeki etkileri

Ebeveyn-çocuk ilişkilerine yönelik kavramsal yaklaşım, çocuğun fiziksel, bilişsel ve sosyal gelişiminin yalnızca biyolojik mirasla değil, ebeveynlerin çocuk yetiştirme tutumlarıyla da şekillendiğini ortaya koymaktadır. Çocuğun enerji düzeyi, keşfetme isteği, özdenetimi ve sosyalliği; ebeveynin sunduğu düzen, uyarım ve etkileşim biçiminden önemli ölçüde etkilenmektedir. Çocuklar, ebeveynlerinden yalnızca düşünme, konuşma ve duygu kontrolü gibi temel becerileri değil, aynı zamanda sosyal ilişkilerde yakınlık, mesafe ve tepki biçimlerini de öğrenirler (Baumrind, 1967, s. 62-64).Aile içi ilişkilerin niteliği, çocuğun temel güven duygusu ve psikolojik gelişimi üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır. Özellikle anne-babanın tutumları ve çocukla kurdukları ilişkiler, çocuğun dünyayı algılama biçimini şekillendirmektedir. Ebeveynlerin sağlıklı ve destekleyici bir ilişki ortamı sunmaları, çocuğun güvenli ve değerli bir yaşam deneyimi geliştirmesine katkı sağlarken; olumsuz aile ilişkileri, çocukta

güvensizlik duygusunun oluşmasına ve gelişimin olumsuz yönde etkilenmesine yol açabilmektedir (Yörükoğlu, 2000, s. 45-50).

Ebeveyn tutumları, çocukların gelişiminde belirleyici bir unsur olup, süreklilik gösteren ve sistematik biçimde sergilenen davranış kalıplarına göre sınıflandırılmaktadır. Bu tutumlar, olumlu olduğunda çocuğun bağımsız, mutlu ve yeterli bir birey olarak yetişmesine katkı sağlarken; olumsuz olduğunda ise çeşitli gelişimsel ve uyumsal sorunların kaynağı olabilmektedir (Aydoğdu & Dilekmen, 2016, s. 421). Aile tutumları genel olarak demokratik/destekleyici, otoriter/baskıcı, koruyucu/kollayıcı, hoşgörülü/gevşek, ilgisiz ve tutarsız/dengesiz olmak üzere çeşitli kategoriler altında incelenmektedir (Karadağ, 2023, s. 128).

Alan yazındaki bulgular, demokratik ebeveynlik tarzının çocukların duygusal ve sosyal gelişimini desteklediğini ortaya koyarken; otoriter ve izin verici yaklaşımların ise çeşitli olumsuz sonuçlara yol açabileceğini göstermektedir. Özellikle, aşırı koruyucu ebeveynlik tutumunun çocukların özerklik geliştirme ve sorumluluk üstlenme becerilerini sınırladığı belirlenmiştir. Bunun yanı sıra, ebeveyn tutumlarının ebeveynlik stresi üzerinde de belirleyici bir rol oynadığı ifade edilmektedir. Aşırı koruyucu ebeveynlik tarzının, ebeveynlerde daha yüksek stres düzeyleri ile ilişkilendirildiği bulgulanmıştır. Dolayısıyla, ebeveyn tutumlarının çocukların gelişiminde kritik bir etkisi bulunduğu ve sağlıklı bir aile ortamının çocukların duygusal, sosyal ve akademik gelişimlerine katkı sunduğu vurgulanmaktadır. Bu bağlamda, ebeveynlerin çocuk yetiştirme sürecinde farklı tutumları dengeli biçimde uygulamaları önem taşımaktadır (Apaydın, 2024, s. 44).

2.3.Ebeveyn Stresi

2.3.1. Ebeveyn stresinin tanımı ve kaynakları

Stres, çoğunlukla sıkıntı, kaygı ya da sorun kavramlarıyla ilişkilendirilse de, bu çerçevenin ötesinde daha kapsamlı bir anlama sahiptir. Genel olarak, birey tarafından esenliğe ve huzura yönelik bir tehdit veya uyarı olarak algılanan ve yeterli şekilde yönetilemeyen durumlara verilen fizyolojik ve psikolojik tepkiler bütünü olarak tanımlanmaktadır. Başka bir ifadeyle stres, çevredeki olası tehdit edici koşullara karşı organizmanın geliştirdiği bedensel ve ruhsal bir tepki biçimidir (Akgemci, 2001, s. 302). Ebeveyn stresi ise ebeveyn olmakla ilişkili stres faktörlerine verilen kişisel bir tepki olarak tanımlanır (Bochaver, Akhmedjanova, Bayramyan & Fomicheva, 2023).

Ebeveynlik stresi, hem ebeveynler hem de çocuklar üzerinde geniş kapsamlı etkiler yaratabilmekte ve ebeveyn-çocuk ilişkisinin niteliğini belirleyebilmektedir. Yüksek düzeyde ebeveynlik stresi yaşayan ebeveynlerde depresyon, anksiyete ve tükenmişlik belirtilerinin daha sık görüldüğü rapor edilmiştir. Bunun yanında, stres düzeyi yüksek ebeveynlerin, ebeveynlik davranışlarında daha düşük kalite sergileme eğiliminde oldukları belirtilmektedir. Ebeveynlik stresinin çocuklar açısından da olumsuz sonuçları söz konusudur; bu durum, artan duygusal ve davranışsal problemler, sosyo-duygusal işlevsellikte bozulma ve düşük sosyal yeterlilik gibi sonuçlarla doğrudan veya ebeveynler üzerindeki etkileri aracılığıyla dolaylı olarak ilişkilendirilmektedir (Fang, Boelens, Windhorst, Raat, & van Grieken, 2021, s. 2642; Jones & Prinz, 2005, s. 348-350).

Ebeveynlik stresi, özellikle işlevsiz ebeveynlik davranışlarının temel belirleyicilerinden biridir. Psikopatoloji ve tek ebeveynlik, stres düzeylerini artıran önemli faktörler olarak öne çıkarken; düşük ebeveynlik öz yeterliliği de daha yüksek stresle doğrudan ilişkilendirilmiştir (Bloomfield & Kendall, 2012, s. 365). Ebeveynlik stresi, çocuğun olumsuz duygular geliştirmesine yol açmakta ve hem ebeveyn tepkilerini hem de çocuğun dış denetimli davranışlarını etkilemektedir. Bu nedenle, stresin dinamik yapısı dikkate alınarak ebeveyn ve çocuk davranışları üzerindeki etkilerinin boylamsal olarak incelenmesi önem arz etmektedir (Mackler vd., 2015, s. 389-390). Ebeveyn stresi, çocuk yetiştirme sürecinde ebeveynin karşılaştığı duygusal, bilişsel ve davranışsal taleplerden kaynaklanan çok boyutlu bir zorlanma olarak tanımlanır. Bu stresin, çocuğun gelişimsel özellikleri bağlamında ele alınması önemlidir. Nitekim her çocuk, farklı düzeylerde de olsa ebeveynler için potansiyel bir stres kaynağı olabilir. (Aydoğan & Özbay, 2017, s. 25-26).

Ebeveyn stresi; ebeveynin psikolojik iyi oluşu, çocukların bireysel özellikleri ve olumsuz yaşam olayları gibi çok boyutlu etkenlerden kaynaklanmaktadır. Çocuklarla ilgili sorunlar, ebeveynlik rollerine ilişkin beklentiler ve bu rolleri yerine getirmede yaşanan güçlükler de stresin önemli belirleyicileri arasında yer almaktadır. Her ebeveyn farklı nedenlerle ve farklı yoğunluklarda stres yaşayabilmektedir. Bu durum, yalnızca ebeveynin psikososyal işlevselliğini olumsuz etkilemekle kalmamakta, aynı zamanda çocukların gelişim süreçleri üzerinde de olumsuz sonuçlar doğurmaktadır (Abidin, 1992, s. 408-409; Kwon, 2007, s. 452-454).

2.3.2. Ebeveyn stresinin etkileri

Ebeveynlik stresi, ebeveynlik talepleri ile kaynaklar arasındaki dengesizlikten doğan psikolojik bir yük olarak tanımlanır ve çocuk gelişimini olumsuz etkileyebilir. Yüksek stres, çocuklarda saldırgan, muhalif ve dürtüsel davranışlarla ilişkilidir ve bu davranışlar gelişim süreci boyunca süreklilik gösterebilir. Ayrıca, artan ebeveynlik stresi ebeveyn-çocuk ilişkisini zayıflatmakta ve ilerleyen dönemlerde davranış sorunlarını öngörmektedir(Holly vd., 2019, s. 686-688;Pan vd.,2025). Ebeveynler çocuklarının bakım sürecinde stres yaşamakta, psikiyatrik değerlendirme ve tedavi ihtiyacı bu stresi artırmaktadır. Düzenlenemeyen stres, ebeveynin duygu düzenleme becerilerini ve ebeveynlik işlevselliğini olumsuz etkilerken, çocuğun iyileşme sürecini de zayıflatmaktadır (Melinder vd., 2023).

Ebeveyn stresi; çocuğun davranışsal tepkileri, ebeveynin psikolojik durumu, yaşam koşulları ve sahip olduğu sosyal destek düzeyi gibi çeşitli etkenlerden kaynaklanmaktadır. Ebeveynlik süreci, bireye yeni sorumluluklar yükleyerek farklı zorluklarla başa çıkmayı gerektirmektedir. Bu stres yalnızca ebeveynin bireysel iyi oluşunu değil, aynı zamanda çocuk üzerinde ve ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerinde de olumsuz yansımalar yaratmaktadır (Bayraktar, 2025; Crnic & Ross, 2017, s. 265-268).Stresin olumsuz yansımaları ebeveynlerde gerginlik, huzursuzluk, çarpıntı, yorgunluk ve tükenmişlik gibi çeşitli fiziksel ve psikolojik belirtiler şeklinde ortaya çıkmaktadır. Bu durum zamanla ebeveynlerin genel sağlık durumunu olumsuz etkileyerek, onların güçsüz ve yorgun düşmelerine yol açmaktadır. Sağlığı bozulan ebeveynler stres yaratan olay ve koşulları yönetmekte zorlanmakta, bu da ebeveynlik rollerinde tatmin ve yeterlilik duygularını azaltarak olumsuz sonuçlar doğurmaktadır (Dunning & Giallo, 2012, s. 147-149).

2.3.3. Başa çıkma yöntemleri ve koruyucu faktörler

Ebeveynlerin yaşadığı stres, hem kendilerine hem de çocuklarına yönelik duygu, düşünce ve davranışlarını olumsuz biçimde etkileyebilmektedir. Bu durum, ebeveynler arasındaki etkileşimde ve ebeveyn-çocuk iletişimde çeşitli sorunlara yol açmaktadır. Öz-şefkatin geliştirilmesi ise ebeveynin kendisine daha anlayışlı yaklaşmasına imkân tanıyarak stres düzeyini azaltmakta, olumsuz düşüncelerin kabulünü kolaylaştırmakta ve aynı zamanda çocuğa yönelik yaklaşımı güçlendirmektedir (Chorão, Canavarro, & Pires, 2022, s. 43-45).

Eğitim ve beceri temelli müdahale programlarının, ebeveynlik stresinin kişiler arası etkileşimlere yansımaları azaltma potansiyeline sahip olduğu belirtilmektedir (Heubeck, Richardson & Lauth, 2025, s. 160-162). Bu bağlamda, Arıcı Özcan & Arslan (2018, s. 45-47) tarafından geliştirilen, bilişsel davranışçı terapi ve aile terapisi yaklaşımlarına dayalı olarak yapılandırılan Ebeveyn Stresini Yönetme Programı dikkat çekmektedir. Söz konusu programda, olumsuz yaşantılar, bireylerin içsel kaynakları ve güçlü yönleri çerçevesinde yeniden ele alınmakta; sağlıklı başa çıkma becerilerine odaklanılmakta ve sürece ev ödevleriyle desteklenen yapılandırılmış uygulamalar entegre edilmektedir. Ayrıca programın tüm içeriğinin alan uzmanları tarafından gözden geçirilmiş olması, uygulamanın geçerlik ve güvenilirliğini artırıcı bir unsur olarak değerlendirilmektedir. Bu programın çok boyutlu yapısı sayesinde, annelerin ebeveynlik stres düzeylerinin ve akılcı olmayan inançlarının; ergenlerin ise akademik beklentilere ilişkin stres ve irrasyonel düşüncelerinin azaltılmasında etkili bir araç olarak öne çıkmaktadır.

İldeniz ve Karadeniz'in (2022, s. 279) çalışmasında, ebeveynlik stresinin annelerin demokratik tutumlarını olumsuz yönde etkilediği, ancak aile dayanıklılığı algısının bu olumsuz etkiyi kısmen azalttığı belirlenmiştir. Araştırmaya katılan annelerin ebeveynlik stres düzeyleri ve aile dayanıklılık algılarının, demokratik ebeveynlik tutumlarını anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Bu bulgular, aile dayanıklılığının stresin olumsuz etkilerini dengeleyen koruyucu bir faktör olarak işlev gördüğünü ortaya koymaktadır. Bloomfield & Kendall (2012, s. 368-370) tarafından yürütülen çalışmada, bir ebeveynlik programına katılım sonrasında ebeveynlerin öz-yeterlik algılarındaki değişimlerin, ebeveynlik stresi ve çocuk davranışlarındaki değişimlerle olan ilişkisi incelenmiştir. Araştırma, 10 yaş altı çocuğa sahip 63 ebeveynin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Programın etkilerini değerlendirmek amacıyla müdahale öncesinde ve programdan üç ay sonra olmak üzere iki ölçüm yapılmıştır. Bulgular, üç aylık takip sürecinde ebeveynlerin öz-yeterlik düzeylerinde artış ve ebeveynlik stresinde azalma yaşandığını ortaya koymuştur. Araştırma sonuçları, ebeveynlerin yüksek düzeyde öz-yeterlik algısına sahip olmasının, düşük düzeyde ebeveynlik stresi ile anlamlı şekilde ilişkili olduğunu göstermiştir.

Bazı araştırmalar, ebeveynlerin iş yaşamında karşılaştıkları baskıların ve zorlayıcı çalışma koşullarının, iş-aile çatışmasını artırarak ebeveynlerin psikososyal iyi oluşları ve ebeveynlik pratikleri üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceğini ortaya koymaktadır. Özellikle uzun ve esnek olmayan çalışma saatleri, ebeveynlerin çocuklarının gelişimsel

açıdan kritik anlarına eşlik edememelerine, aile içi etkileşimlerin sınırlandırılmasına ve boş zaman paylaşımının azalmasına neden olabilmektedir. Bu durum, ebeveynlik rollerinin yeterince yerine getirilememesi algısıyla birleştiğinde, ebeveyn stresini önemli ölçüde artırmaktadır. Öte yandan, çalışma saatlerinin daha etkin yönetilmesi, ebeveynlerin çocuklarının yaşamındaki önemli anlarda fiziksel ve duygusal olarak hazır bulunmalarını sağlayarak ebeveynlik stresinin azaltılmasına katkıda bulunabilir (Moreira vd., 2019).

2.4. İş-Aile Çatışmasının Ebeveyn-Çocuk İlişkisine Etkisi

Allen vd. (2000, s. 286-300), İş-Aile çatışmasının sonuçlarını üç temel başlık altında sınıflandırmıştır. İlk olarak, örgütsel düzeyde; iş-aile çatışması, çalışanların örgütsel bağlılıklarında azalma, işten ayrılma eğiliminde artış, iş stresi ve tükenmişlik düzeylerinde yükselme ve iş performansında düşüş gibi olumsuz çıktılarla ilişkilidir. İkinci olarak, genel stres bağlamında; roller arası uyumsuzluğun neden olduğu psikolojik gerilim, bireylerin hem ruhsal hem de fiziksel sağlıklarında bozulmalara yol açabilmektedir. Üçüncü olarak ise, işle doğrudan ilişkili olmayan alanlarda, özellikle evlilik ilişkileri, aile içi dinamikler ve ebeveynlik rollerinde çeşitli sorunların ortaya çıkması, iş-aile çatışmasının aile yaşamına yansıyan olumsuz etkileri arasında değerlendirilmektedir.

İş-aile çatışması, hem iş ortamında hem de ev yaşamında olumsuz duygulanımın artmasına neden olabilmektedir. Bu tür çatışmalar, iş yerinde deneyimlenen stresin ve negatif duyguların aile yaşamına taşınmasıyla birlikte, aile içi etkileşimlerin niteliğinde bozulmalar olarak kendini göstermektedir. Bunun sonucunda, bireylerin aile yaşantısından aldıkları doyum azalmakta; evlilikte yaşanan memnuniyet düşmekte ve genel aile işlevselliği olumsuz etkilenmektedir (Judge, Ilies & Scott, 2006, s. 802-810). Esnek zaman yönetimi ve bilinçli zaman düzenleme stratejilerine sahip ebeveynlerin, iş-aile çatışmasını daha az yaşadığını ve bu sayede çocuklarıyla daha kaliteli ve istikrarlı etkileşim kurabildiklerini belirlenmiştir (Alsarve, 2024). COVID-19 salgını döneminde evden çalışma, annelerin çocuklarıyla olan duyarlı ebeveynlik davranışlarında düşüşü engelleyici bir rol oynamış, yani koruyucu bir faktör olmuştur. Buna karşılık evden çalışmayan annelerde, artan iş-aile çatışması duyarlı ebeveynliği azaltmış ve daha sert ebeveynlik davranışlarının artmasına neden olmuştur (Bernhardt, Recksiedler & Linberg, 2023, s. 950-960).

Eynde, Claessens & Mortelmans (2020, s. 130-138) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, iş-aile çatışmasının çocukların davranışsal gelişimi üzerindeki dolaylı etkileri incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre, hem işin aile yaşamına müdahalesi hem de ailenin iş yaşamını etkilemesi, ebeveynlerin psikososyal iyi oluşunu olumsuz yönde etkilemektedir. Özellikle aileden işe doğru yönelen çatışmanın, ebeveynlik becerileri üzerinde daha belirgin olumsuz etkiler yarattığı; bu durumun da çocukların davranışları üzerinde çeşitli sorunlara neden olduğu ortaya konmuştur. Yapılan başka bir araştırmada iş-aile çatışması yaşayan annelerin depresyon düzeylerinin daha yüksek olduğu ve bu annelerin çocuklarına yönelik daha az olumlu ebeveynlik davranışları sergiledikleri ortaya çıkmıştır. Bulgular, annelerin depresyon seviyelerinin aracılık rolüyle iş-aile çatışmasının olumsuz ebeveynlik davranışlarıyla ilişkili olabileceğini göstermektedir. Çalışmada özellikle, annenin çalışma durumunun değil, yaşadığı olumsuz iş deneyimlerinin ve stresin anne-çocuk ilişkisine olumsuz biçimde yansıdığı vurgulanmıştır (Akçınar & Özbek, 2021, s. 850-856). Repetti & Wood (1997), çalışan annelerle yaptıkları çalışmada annelerin, işte daha yoğun bir iş yükü yaşadıkları günlerde çocuklarıyla etkileşimlerinde davranışsal ve duygusal geri çekilme göstermişlerdir. Bu günlerde annelerin çocuklarına daha az dikkat ettiği, daha az konuştuğu ve daha az sevgi/sıcaklık gösterdiği gözlenmiştir (Repetti & Wood, 1997, s. 100-104). Çocuklarla geçirilen sürenin uzunluğundan çok niteliği önemlidir. Yapılan çalışmalar, kısa süreli ama dikkat odaklı etkileşimlerin ebeveyn-çocuk ilişkisinde olumlu etkiler yarattığını göstermektedir (Milkie, Nomaguchi, & Denny, 2015, s. 368-369).

2.5. İş-Aile Çatışmasının Ebeveyn Stresi Üzerindeki Etkileri

İş-aile çatışması kavramı literatürde ele alındığından bu yana, yalnızca yol açtığı olumsuz sonuçlar değil, aynı zamanda bu çatışmanın şiddetini artıran ya da azaltan etmenler de araştırma konusu olmuştur. İş-aile çatışmasının düzeyini etkileyen bu unsurların büyük ölçüde stres yaratan faktörler ve bireyin sahip olduğu kaynaklardan ortaya çıktığı görülmektedir (Turgut, 2011, s. 160-165). Bireyin maruz kaldığı duygusal tükenmişlik ve iş kaynaklı stres, üzerinde baskı ve gerginlik oluşturarak duygusal açıdan yıpranmasına yol açabilmektedir. Bu durum, bireyin rol beklentilerini yerine getirmesini daha da güçleştirmekte ve sonuç olarak iş-aile çatışması yaşamasına zemin hazırlamaktadır (Gürel, 2016, s. 361). İş-aile çatışmasının bireylerin psikolojik sağlıkları üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. İş-aile çatışmasını belirleyen

temel faktörlerden biri ise annelerin çalıştıkları kurumdan ve sosyal çevrelerinden algıladıkları destektir. Literatürde de, bireylerin çevrelerinden sağladıkları desteğin psikolojik iyi oluşlarını ve duygudurumlarını olumlu yönde etkilediği yönünde bulgulara sıklıkla rastlanmaktadır(Akçınar & Özbek, 2021, s. 856).

İş yükü, iş stresi ve iş zamanı; işten aileye çatışmayı artırırken, ebeveyn yükü, aile stresi ve aileye ayrılan zaman; aileden işe çatışmayı artırmaktadır. İş-aile çatışması, özellikle ebeveynler açısından hem psikolojik hem de davranışsal düzeyde zorluklar yaratmakta ve ebeveynlik rollerinin etkinliğini azaltmaktadır (Frone, Yardley & Markel, 1997, s. 155-163).İş-aile çatışması, ebeveynlerin ruhsal sağlığında ciddi sorunlara yol açabilmektedir. Ebeveynlerde tükenmişlik, kaygı ve depresyon semptomlarını artırdığı görülmüştür(Repetti & Wood, 1997, s. 100-106). Offer ve Schneider(2011, s. 820-825), yaptıkları çalışmada yoğun iş yükünün anneler için çoğunlukla stres, suçluluk ve psikolojik sıkıntı ile ilişkili olduğunu; babalar içinse bu etkilerin daha sınırlı veya olumlu olabildiğini ortaya koymaktadır. Allen vd. (2000, s. 296), iş stresinin ebeveynin çocuklara karşı sabırsız, otoriter ve cezalandırıcı davranışlar sergilemesine neden olduğunu vurgulamaktadır. Özellikle stresli iş günlerinin ardından ebeveynin hoşgörü eşiğinin düşmesi, küçük çatışmalarda bile sert tepkiler verilmesine yol açabilir. Bu da çocukların psikososyal gelişimini olumsuz etkileyen bir aile ortamı doğurabilir.

İş-aile çatışması, ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları ilişkiyi zedeleyerek hem ebeveynlik kalitesini hem de çocuğun gelişimini tehdit etmektedir. İş ve aile rollerinin sadece çatışma değil, aynı zamanda karşılıklı destek ve zenginleşme yoluyla bireylerin yaşam kalitesini artırabilmektedir. Zenginleşmenin hem araçsal hem duygusal yollarla gerçekleştiği, aileden işe zenginleşmenin daha güçlü olduğu saptanmıştır (Greenhaus & Powell, 2006, s. 80-88).

2.6.Ebeveyn Stresinin Ebeveyn-Çocuk İlişkisine Etkisi

Anne ve çocuk arasındaki senkronizasyon, karşılıklı sosyal etkileşimlerle sürekli olarak şekillenen benzersiz bir ikili bağdan doğar. Ancak ebeveynliğin stres faktörleri ikili etkileşimin kalitesini zayıflatabilir ve optimum olmayan senkronizasyon seviyeleri çocukta sağlıklı bağlanma ve duygusal düzenlemenin gelişimini engelleyebilir (Azhari et al.,2019, s. 4-8).Ebeveynlik stresi yalnızca bireysel bir deneyim değil, aynı zamanda aile içi ilişkiler ve sosyal bağlamla yakından bağlantılıdır. Ebeveyn psikolojik durumları, özellikle depresyonun, ebeveynlik stresinin en güçlü yordayıcılarından biri olduğu

görülmüştür. Depresif belirtiler yaşayan ebeveynlerin çocuklarıyla daha az etkili ve daha az olumlu etkileşim kurabildiklerini, dolayısıyla ebeveynliğin getirdiği talepleri daha zorlayıcı algıladıkları saptanmıştır(Fanget al.,2024, s. 1695-1702).Ebeveynlik stresi arttıkça annelerin çocuklarının ihtiyaçlarını doğru algılama, uygun şekilde yanıt verme ve duygusal eşduyum kurma kapasitelerinin zayıfladığı belirlenmiştir. Bu durum, ebeveynlik stresinin yalnızca ebeveynin psikolojik iyilik halini değil, aynı zamanda çocuğun bağlanma güvenliğini ve sosyal-duygusal gelişimini de doğrudan etkileyebileceğine işaret etmektedir (Booth, Macdonald & Youssef, 2018, s. 160-170).Yapılan bir çalışmada nevroitiklik düzeyi yüksek bireylerde iş-aile çatışmasının arttığı bulunmuştur (Şen & Keskin, 2022, 194).

Aynı şekilde ebeveynin yaşadığı stres, çocuklarda duygusal ve davranışsal sorunlara neden olmaktadır. Çocuklarda kaygı bozuklukları, depresyon, dikkat eksikliği ve davranış bozuklukları gibi problemlere sebebiyet verebilmektedir. Stresli ebeveynlik, çocuğun sosyal ve duygusal gelişimini de olumsuz etkileyen çatışmalı aile ortamlarına ve yetersiz ebeveyn-çocuk ilişkilerine neden olabilmektedir (Ribas, Montezano, Nieves, Kampmann & Jansen, 2024, s. 572-580).Zorbaz & Kiye'nin (2023, s. 305-308) çalışmasında, ebeveyn-çocuk ilişkisini etkileyen en belirleyici unsurun ebeveyn stresi olduğu saptanmıştır. Araştırma bulgularına göre, ebeveynlik stresi arttıkça ebeveyn-çocuk arasındaki çatışmalar artmakta, buna karşılık olumlu etkileşimler azalmaktadır. Çelebi'nin (2021, s. 45) çalışmasında, ebeveynlik stresinin çocukların duygusal ve davranışsal uyumunda belirleyici bir değişken olduğu saptanmıştır. Bulgular, ebeveynlik stresinin duygu düzenleme ile negatif; duygu düzensizliği, saldırganlık ve kaygı ile ise pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca, ebeveynlik stresinin ısrarcılık, duygu düzenleme ve saldırganlık arasındaki ilişkilerde moderatör rol üstlendiği belirlenmiştir.

Yapılan bir çalışmada ebeveynlik stresinin, anne-çocuk ilişkisini yalnızca davranışsal düzeyde değil, aynı zamanda nörofizyolojik mekanizmalar üzerinden de olumsuz etkilediğini göstermektedir. Özellikle, yüksek ebeveynlik stresi yaşayan annelerde medial sol prefrontal kortekste beyin-beyin eşzamanlılığının azaldığı tespit edilmiştir. Bu bölge, sosyal biliş, zihinsel durum çıkarımı ve başkasının bakış açısını anlama süreçleriyle yakından ilişkili olup, anne ve çocuğun karşılıklı duygusal uyum kurmasında kritik rol oynamaktadır.Çalışmanın bulguları, aynı zamanda ebeveyn ruh sağlığının çocuğun gelişiminde ne denli belirleyici olduğunu da vurgulamaktadır. Ebeveynlik stresinin yalnızca ebeveynin içsel deneyimini değil, aynı zamanda ebeveyn-

çocuk ilişkisinin kalitesini ve çocuğun sosyal-bilişsel gelişimini şekillendirdiği görülmektedir (Azhari et al.,2019, s. 4).

2.7. İş-Aile Çatışmasının Ebeveyn-Çocuk İlişkisine Etkisinde Ebeveynlik Stresinin Aracılık Rolü

İş-aile çatışmasının ebeveyn ruh sağlığı üzerindeki yıkıcı etkilerinin, çocukların refahına dair ebeveyn algılarını da bozduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle depresif belirtileri artan ebeveynler, çocuklarının ruh sağlığı konusunda daha yoğun kaygılar duymakta, bu da aile içi ilişkilerde gerginliğe yol açmaktadır (Bilodeau, Quesnel-Vallée & Poder, 2023, s. 4). Su, Yang, Huang, & Yang (2025)Çin’de 5.068 ebeveynle yaptıkları çalışmada iş-aile çatışmasının ebeveynlerde kaygıyı yükseltmekte; ancak “aile sağlığı” yüksek olduğunda bu olumsuz etki bir ölçüde zayıfladığını saptamışlardır. Bulgular iş-aile çatışmasının ebeveynlerde kaygı düzeylerini yükselterek hem bireysel sağlıkta hem de aile ilişkilerinde olumsuzluklara yol açtığını göstermektedir. Bununla birlikte, aile sağlığı ve dayanışması güçlü olan hanelerde çatışmanın yarattığı kaygının daha sınırlı kaldığı, dolayısıyla ebeveyn-çocuk ilişkisinin daha az zarar gördüğü vurgulanmaktadır. İş-aile çatışmasının ebeveyn-çocuk ilişkisini yalnızca ebeveynin ruhsal sağlığı üzerinden değil, aynı zamanda suçluluk duygusu gibi duygusal mekanizmalar aracılığıyla etkilediğini göstermektedir. Bu zincirleme süreç, ebeveyn-çocuk bağında mesafe ve gerginlik yaratarak çocukların sosyal davranışlarında olumsuz sonuçlara yol açmaktadır(Wang et al.,2023).

Ebeveynlerin maruz kaldıkları iş stresi kadar, anne ve babanın ruhsal sağlık durumları da ebeveyn-çocuk ilişkisini zedeleyebilecek önemli bir risk etkenidir. Bu durum aynı zamanda, aile yaşamı bağlamında stresin ebeveynlerden çocuğa aktarılması biçiminde bir çapraz etkiyi yansıtmaktadır. Böylece stres, yalnızca bireysel düzeyde kalmayıp, bir ebeveyninden diğerine ve aile içindeki ilişkilere doğru yayılarak aile sisteminin bütününe olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Brockington, 2004, s. 303; Koerber et al.,2023, s. 113).Çalışan babalar üzerinde yapılan bir araştırmada, iş ve ev içi stres düzeyi düştükçe baba-çocuk ilişkisinin daha olumlu olduğunu; stres arttıkça ilişkinin zayıfladığını göstermiştir(Peker & Alabay, 2023, s. 670). Bu bulgular, ebeveyn-çocuk ilişkisinin yalnızca bireysel değil, bağlamsal stresörlerden de yoğun biçimde etkilendiğini gösterebilmektedir. İş-aile çatışmasının hem annelerde hem babalarda ruh sağlığını olumsuz etkilediğini, bunun da ebeveynler arası iletişimi ve ebeveyn-çocuk etkileşimini

zayıflattığını gösteriyor. Bu olumsuzluk, her iki ebeveynin de aynı anda iş-aile çatışması yaşaması durumunda daha da artıyor(Dinh et al., 2017, s. 45).

Koerber vd. (2023) yaptıkları çalışmada psikososyal iş stresinin artmasıyla birlikte ebeveynlerde depresif belirtiler ve saldırganlık eğilimlerinin de yükseldiği görülmüştür. Bu ruh sağlığı sorunları, ebeveyn-çocuk bağının zayıflamasıyla ilişkili bulunmuştur. Bulgular ayrıca, ebeveynlerde gözlenen depresyon ve saldırganlık gibi ruhsal belirtilerin, psikososyal iş stresi ile ebeveyn-çocuk bağı arasındaki ilişkiye aracılık eden bir rol üstlendiğini ortaya koymuştur. Bu aracılık etkisi hem genel örnekleme hem de anneler ve babalar üzerinde ayrı ayrı yapılan analizlerde doğrulanmıştır (Koerber et al.,2023, s. 113).



3. YÖNTEM

Bu araştırmada, iş-aile çatışmasının ebeveyn-çocuk ilişkileri ve ebeveyn stresi üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla nicel araştırma deseni benimsenmiştir. Çalışma kapsamında, ilişkisel tarama modeli kullanılarak değişkenler arasındaki ilişkiler ortaya konulmuştur. Veriler, farklı demografik özelliklere sahip ebeveynlerden anket

yöntemiyle toplanmış ve elde edilen bulgular, istatistiksel analizler aracılığıyla değerlendirilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılarak yürütülmüştür. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkileri ortaya koymayı amaçlayan bir araştırma desendir (Büyüköztürk, 2012, s. 92). Bu çalışmada iş-aile çatışması, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkiler incelenmiş; ayrıca ebeveynlik stresinin aracılık rolü test edilmiştir.

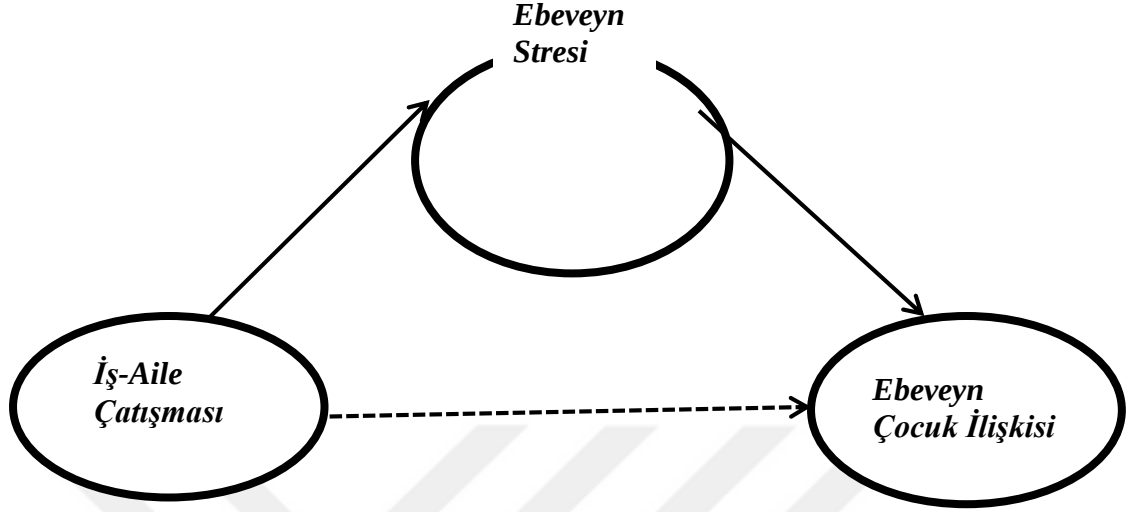
Araştırmanın modelinde iş-aile çatışması bağımsız değişken, ebeveyn-çocuk ilişkileri ve ebeveyn stresi ise bağımlı değişkenler olarak yapılandırılmıştır. İş-aile çatışması ile bu iki değişken arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla yapısal ilişkiler incelenmiştir. Bu kapsamda, araştırmada korelasyonel yöntem ile birlikte nedensel çıkarımlara dayalı analiz tekniklerine de başvurulmuştur (Fraenkel, Wallen & Hyun, 2012, s. 331-341).

Araştırmanın amacı doğrultusunda geliştirilen modelde, ebeveynlerin demografik özellikleri de kontrol değişkenleri olarak değerlendirilmiştir. Ebeveynin cinsiyeti, yaşı, çocuk sayısı, çalışma süresi ve eğitim durumu gibi değişkenlerin iş-aile çatışması ve ebeveynlik süreçleri üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Böylelikle modelin kapsamı genişletilmiş ve daha sağlıklı sonuçlara ulaşılması hedeflenmiştir (Tabachnick & Fidell, 2013, s. 139-144).

Bu model çerçevesinde, veri toplama araçları kullanılarak elde edilen nicel veriler SPSS istatistik yazılımı kullanılarak analiz edilecektir. Verilerin analizinde korelasyon, regresyon ve varyans analizi gibi istatistiksel teknikler kullanılacaktır. Böylelikle modelde öngörülen ilişkilerin doğruluğu test edilecektir.

Ebeveynlerin iş-aile çatışması düzeyi algıları (İAC) ile ebeveyn-çocuk ilişkisi (ECİ) arasındaki ilişkide ebeveyn stresinin (ES) aracı rolünün belirlenmesi için Hayes

(2022, s. 107-110) tarafından geliştirilen Process Makro (Model 4) kullanılmıştır. İlgili aracılık modeli Şekil 3.1.'de yer almaktadır.



Şekil 3.1. İş-aile çatışmasının ebeveyn stresi ve ebeveyn-çocuk ilişkisi modeli

Sonuç olarak, bu araştırma modeli ile iş-aile çatışmasının ebeveyn stresi ve ebeveyn-çocuk ilişkileri üzerindeki etkilerinin derinlemesine incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu bağlamda, araştırma modeli hem açıklayıcı hem de karşılaştırmalı nitelik taşımaktadır ve elde edilen bulgular, literatüre önemli katkılar sunma potansiyeline sahiptir.

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

3.2.1. Araştırmanın evreni

Bu araştırmanın evrenini, 2024–2025 yılı içerisinde Türkiye’nin farklı illerinde aktif çalışma hayatında bulunan ve en az bir çocuğu olan ebeveynler oluşturmaktadır. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerine göre, 2024 yılında toplam 26 milyon 599 bin 261 hanehalkının %42,8’inde 0-17 yaş grubunda en az bir çocuk bulunmaktadır(TÜİK, 2024). Bu araştırmanın evrenini, 2024–2025 yılı içerisinde Türkiye'nin farklı illerinde aktif çalışma hayatında bulunan ve en az bir çocuğu olan ebeveynler oluşturmaktadır. Ebeveynlerin hem iş yaşamında yer alması hem de çocuk sahibi olması, onların iş-aile çatışmasını yaşama olasılığını artıran temel faktörlerdendir (Greenhaus & Beutell, 1985, s. 77). Bu bağlamda evrenin sınırlandırılması, araştırmanın

hem amacına hizmet eden hem de sahada uygulanabilirliği yüksek bir örneklem oluşturulmasına olanak tanımıştır.

3.2.2.Araştırmanın örnekleme

Katılımcılara ulaşmak için olasılıklı olmayan örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Kolayda örnekleme, araştırmacının ulaşılabilirlik, zaman, maliyet ve pratiklik kriterlerini göz önünde bulundurarak en kolay erişebildiği kişi veya gruplardan örneklem seçmesi esasına dayanan olasılığa dayalı olmayan bir örnekleme yöntemidir. Bu yöntemde seçilen örneklemin evreni temsil etme gücü sınırlı olmakla birlikte, özellikle ön araştırmalarda, keşfedici çalışmalarda ve kaynakların kısıtlı olduğu durumlarda sıkça tercih edilmektedir (Etikan, Musa & Alkassim, 2016, s. 1-2)

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada, iş-aile çatışması, ebeveyn-çocuk ilişkileri ve ebeveyn stresi düzeylerini ölçmek amacıyla üç farklı ölçek kullanılmıştır. Kullanılan ölçeklerin güvenilirlik ve geçerlik düzeyleri daha önce yapılan çalışmalarda sınanmış olup, araştırmanın amacına hizmet edecek şekilde düzenlenmiştir.

Araştırmada veri toplamak amacıyla üç farklı ölçek kullanılmıştır.

İş-aile çatışması ölçeği

Katılımcıların iş ve aile rolleri arasındaki çatışma düzeylerini belirlemek için Haslam, Filus, Morawska, Sanders ve Fletcher (2015, s. 348) tarafından geliştirilen İş-Aile Çatışması Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenilirlik çalışması Akın (2017, s. 40) tarafından yapılmıştır. Ölçek, iş-aile çatışması ve aile-iş çatışması olmak üzere iki alt boyuttan ve toplam 10 maddeden oluşmaktadır. 7'li Likert tipi derecelendirmeye sahip olan ölçekten alınan yüksek puan, daha yüksek düzeyde çatışmayı ifade etmektedir. Ölçeğin çalışmadaki örnekleme uygunluğunu test etmek için doğrulayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen uyum indeksi değerleri (CFI=

0,965; TLI= 0,949; RMSEA= 0,093) ölçeğin doğrulandığı şeklinde yorumlanabilir (Hu & Bentler, 1999).

İş-Aile Çatışması (7'li Likert) Aritmetik Ortalama Değerlendirme Aralıkları

- 1,00–1,86: KesinlikleKatılmıyorum
- 1,87–2,71: NadirenKatılıyorum
- 2,72–3,57: Ara SıraKatılıyorum
- 3,58–4,43: Bazen Katılıyorum
- 4,44–5,29: SıkSıkKatılıyorum
- 5,30–6,14: ÇoğunluklaKatılıyorum
- 6,15–7,00: KesinlikleKatılıyorum

Ebeveyn-çocuk ilişkisi ölçeği

Ebeveynlerin çocuklarıyla ilişkilerini değerlendirmek amacıyla Hetherington ve Clingempeel (1992, s. 113-118) tarafından geliştirilen Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Aytaç, Çen & Yüceol (2018, s. 209) tarafından yapılmıştır. Ölçek, ebeveyn-çocuk ilişkisini olumlu ve olumsuz boyutlarda değerlendiren alt ölçeklerden oluşmakta ve 5'li Likert tipi derecelendirme ile puanlanmaktadır. Elde edilen uyum indeksi değerleri (CFI= 0,918; TLI= 0,896; RMSEA= 0,083) ölçeğin doğrulandığı şeklinde yorumlanabilir (Hu & Bentler, 1999).

Ebeveyn-ÇocukİlişkisiAritmetikOrtalamaDeğerlendirmeAralıkları

- 1,00–1,80: Hiç
- 1,81–2,60: Çok Az
- 2,61–3,40: Biraz
- 3,41–4,20: Çok
- 4,21–5,00: Aşırı

Ebeveynlik stresi ölçeği

Ebeveynlikten kaynaklanan stres düzeyini belirlemek amacıyla Berry ve Jones (1995, 463-472) tarafından geliştirilen Ebeveynlik Stresi Ölçeği (Parental Stress Scale) kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenirlik çalışması Aslan Gördesli & Aydın Sünbül (2021, s. 205) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek 16

maddeden oluşmakta olup ebeveynliğin ödülleri, stresörleri, kontrol eksikliği ve memnuniyet boyutlarını kapsamaktadır. 5'li Likert tipi derecelendirmeye sahiptir. Elde edilen uyum indeksi değerleri (CFI= 0,929; TLI= 0,913; RMSEA= 0,078) ölçeğin doğrulandığı şeklinde yorumlanabilir (Hu & Bentler, 1999).

EbeveynStresiAritmetikOrtalamaDeğerlendirmeAralıkları

- 1,00–1,80: Kesinlikle Uygun Değil
- 1,81–2,60: Uygun Değil
- 2,61–3,40: Biraz Uygun
- 3,41–4,20: Uygun
- 4,21–5,00: Kesinlikle Uygun

Ayrıca, demografik bilgi formu da araştırmada kullanılmıştır. Bu formda ebeveynin yaşı, cinsiyeti, eğitim düzeyi, çocuk sayısı ve mesleği gibi bilgilere yer verilmiştir.

3.4. Verilerin Toplanması ve Uygulama Süreci

Bu araştırmada verilerin toplanması süreci, çevrim içi veri toplama araçlarından biri olan Google Form üzerinden gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar, araştırmanın amacı ve gönüllü katılım esasları hakkında bilgilendirildikten sonra, oluşturulan çevrim içi anket formunu internet erişimi olan cihazlar aracılığıyla doldurmuştur. Bu yöntem, farklı coğrafi bölgelerdeki katılımcılara hızlı ve düşük maliyetli bir şekilde ulaşılmasını sağlamış; aynı zamanda veri giriş sürecinde olası hataları en aza indirerek araştırma verilerinin güvenilirliğini artırmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde, istatistiksel anlamlılık düzeyi, normallik varsayımı, varyans homojenliği, ilişki düzeyinin yorumlanması ve aracılık analizine ilişkin değerlendirme ölçütleri esas alınmıştır. Tüm istatistiksel testlerde anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir. Parametrik testlerin uygulanabilmesi için değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu, çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri incelenmiş; George & Mallery'nin (2012, s. 114) ± 2 aralığını esas alan kriterine göre verilerin normal dağılım gösterdiği durumlarda parametrik analizler kullanılmıştır.

Gruplar arası karşılaştırmalarda varyans homojenliği, Levene testi ile değerlendirilmiş; varyansların homojen olması durumunda standart sonuçlar, homojen olmaması hâlinde ise düzeltilmiş değerler dikkate alınmıştır. ANOVA sonrası anlamlı farklılık tespit edildiğinde, grup farklarının hangi ikili karşılaştırmalardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla Scheffé ve Tukey testleri gibi post-hoc analizler uygulanmıştır (Büyüköztürk, 2012). Değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon katsayısı ile incelenmiş; katsayıların mutlak değerleri, Büyüköztürk'ün (2012, s. 45) sınıflamasına göre 0.00–0.30 arası düşük, 0.30–0.70 arası orta, 0.70–1.00 arası yüksek düzeyde ilişki olarak yorumlanmıştır. Aracılık analizinde Hayes'in (2022, s. 107-110) geliştirdiği PROCESS Makro Model 4 kullanılmış; dolaylı etkilerin anlamlılığı bootstrap (n=5000) yöntemi ve %95 güven aralığı kriterine göre değerlendirilmiştir. Güven aralığının sıfır değerini içermemesi durumunda aracılık etkisinin anlamlı olduğu kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

Bu bölümde, ebeveynlerin iş-aile çatışması, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişkileri arasındaki ilişkileri belirlemeye yönelik olarak yürütülen araştırmadan elde edilen bulgular ve bu bulguların alanyazın çerçevesinde tartışılması sunulmaktadır. Bulgular, araştırmanın alt amaçları doğrultusunda sırasıyla betimsel istatistikler, demografik değişkenlere göre fark analizleri, değişkenler arası korelasyonlar ve ebeveynlik stresinin aracılık rolüne ilişkin analiz sonuçları şeklinde düzenlenmiştir.

4.1. Betimleyici İstatistikler

Araştırmada yer alan değişkenlere ilişkin betimsel istatistik ve normallik sonuçları (çarpıklık basıklık değerleri) Tablo 4.1.'de yer almaktadır.

Tablo 4.1. Betimsel istatistikler ve normallik sonuçları

Araştırma Değişkenleri	N	Mean	SD	Çarpıklık	Basıklık
İş-Aile Çatışması	542	2,95	1,43	0,29	-0,82
Ebeveyn Çocuk İlişkisi	542	3,97	0,60	-0,22	-0,79
Ebeveyn Stresi	542	1,99	0,68	0,48	-0,50

Tablo 4.1.'de yer alan sonuçlara göre ara sıra iş aile çatışması yaşadıkları söylenebilir ($\bar{x}=2,95$). Ebeveyn çocuk ilişkisi açısından bakıldığında ebeveynlerle çocuklarının arasındaki ilişkilerin “çok” olumlu ($\bar{x}=3,97$) olduğu söylenebilir. Ayrıca ebeveynler stres durumları için verilen ifadelerin kendilerine uygun olmadığı ($\bar{x}=1,99$) düşüncesindedirler. Yani bu sonuç ebeveynlerin stres çekmediği şeklinde yorumlanabilir. Bazı yerli çalışmalarda, özellikle büyük örneklemelerde ± 2 eşliğinin kabul edilebilir olduğu; bununla birlikte çok değişkenli normallikte Mardia ölçütünün ve bootstrap yaklaşımlarının raporlanmasının önerildiği belirtilmektedir (Yıldırım, 2023, s. 135). Normallik varsayımına ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri tüm değişkenlerde ± 2 aralığında olup (George & Mallery, 2012, s. 114), verilerin normal dağılım gösterdiğini ortaya koymaktadır.

Fark istatistikleri

Bu bölümde araştırma değişkenlerinden iş-aile çatışmasının bazı kişisel değişkenlere göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir.

Cinsiyete göre ebeveynlerin iş-aile çatışması yaşama durumlarında anlamlı farklılık olup olmadığına yönelik gerçekleştirilen T-Testi sonuçları Tablo 4.2.'de yer almaktadır.

Tablo 4.2.Cinsiyete göre iş-aile çatışması (N=542)

BağımlıDeğişk en	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	Ss	t	Sd	p
İş-Aile Çatışması	Kadın	266	2,95	1,45	0,041	540	0,96
	Erkek	276	2,96	1,41			

Cinsiyete göre ebeveynlerin iş aile çatışması yaşama düzeyleri benzerlik göstermektedir. Ebeveynlerin iş-aile çatışması yaşama durumları cinsiyete göre anlamlı farklılık [t(540) = -0,041, $p > .05$], göstermemektedir.

Çocuk sayısına göre ebeveynlerin iş-aile çatışması yaşama durumlarında anlamlı farklılık olup olmadığına yönelik gerçekleştirilen Anova testi sonuçları Tablo 4.3.'te yer almaktadır.

Tablo 4.3. Çocuk sayısına göre iş-aile çatışması (N=542)

BağımlıDeğişken	ÇocukSayısı	N	$\bar{x}$	Ss	F	p	Fark
İş-Aile Çatışması	1	255	2,71	1,42	11,96	,00	1-3
	2	194	2,99	1,44			2-3
	3 +	93	3,54	1,28			

Çocuk sayısı açısından yapılan incelemede ebeveyn algılarına göre iş-aile çatışması düzeyleri anlamlı olarak farklılaşmaktadır ($F_{2-539}=11,96$; $p<.05$). Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Post-Hoc testlerinden Scheffe testi gerçekleştirilmiştir. İlgili analiz sonuçlarına göre çocuk sayısı 1 ve 2 olan ebeveynlerin

iş-aile çatışması algıları ile 3 ve daha fazla çocuğun olan ebeveynlere göre anlamlı olarak daha düşüktür.

Eğitim durumuna göre ebeveynlerin iş-aile çatışması yaşama durumlarında anlamlı farklılık olup olmadığına yönelik gerçekleştirilen Anova testi sonuçları Tablo 4.4'te yer almaktadır.

Tablo 4.4.Eğitim durumuna göre iş-aile çatışması (N=542)

BağımlıDeğişken	Eğitim Durumu	N	$\bar{x}$	Ss	F	p	Fark
İş-Aile Çatışması	Lise vealtı	136	3,09	1,37	3,56	,02	2-3
	Önlisans	104	3,18	1,43			
	Lisansveüstü	302	2,80	1,45			

Eğitim durumu açısından yapılan incelemede ebeveyn algılarına göre iş-aile çatışması düzeyleri anlamlı olarak farklılaşmaktadır ($F_{2-539}=3,56$; $p<.05$). Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Post-Hoc testlerinden Scheffe testi gerçekleştirilmiştir. İlgili analiz sonuçlarına göre önlisans mezunu ebeveynlerin iş aile çatışması algıları lisans-lisansüstü eğitim mezunu ebeveynlere göre anlamlı olarak daha yüksektir. Yaşa göre ebeveynlerin iş-aile çatışması yaşama durumlarında anlamlı farklılık olup olmadığına yönelik gerçekleştirilen Anova testi sonuçları Tablo 4.5.'te yer almaktadır.

Tablo 4.5.Yaş durumuna göre iş-aile çatışması (N=542)

BağımlıDeğişken	Yaş	N	$\bar{x}$	Ss	F	p	Fark
İş-Aile Çatışması	21-30	137	2,80	1,35	2,88	,06	Yok
	31-40	243	2,89	1,49			
	41+	162	3,17	1,40			

Yaş açısından yapılan incelemede ebeveyn algılarına göre iş-aile çatışması düzeyleri anlamlı olarak farklılaşmamaktadır ($F_{2-539}=2,88$; $p>.05$).

Mesleğe göre ebeveynlerin iş-aile çatışması yaşama durumlarında anlamlı farklılık olup olmadığına yönelik gerçekleştirilen Anova testi sonuçları Tablo 4.6.'da yer almaktadır.

Tablo 4.6.Meslek durumuna göre iş-aile çatışması (N=542)

BağımlıDeğişke n	Meslek	N	$\bar{x}$	Ss	F	p	Fark
İş-Aile Çatışması	Memur	237	2,94	1,31	0,07	,92	Yok
	Özel Sektör	178	2,98	1,48			
	Esnaf-Serbest	127	3,97	1,59			

Meslek açısından yapılan incelemede ebeveyn algılarına göre iş-aile çatışması düzeyleri anlamlı olarak farklılaşmamaktadır ($F_{2-539}=0,07$; $p>.05$). Memur, özel sektör çalışanı ya da esnaf-serbest meslek çalışanlarının iş-aile çatışma düzeyi algıları benzerdir denilebilir.

Haftalık çalışma saatine göre ebeveynlerin iş-aile çatışması yaşama durumlarında anlamlı farklılık olup olmadığına yönelik gerçekleştirilen Anova testi sonuçları Tablo 4.7.'de yer almaktadır.

Tablo 4.7.Haftalık çalışma durumuna göre iş-aile çatışması (N=542)

BağımlıDeğişke n	HaftalıkÇalışma Saati	N	$\bar{x}$	Ss	F	p	Fark
İş-Aile Çatışması	0-30	151	2,96	1,35	0,24	,79	Yok
	31-40	273	2,99	1,44			
	41 saatveüzeri	118	3,88	1,53			

Haftalık çalışma saati açısından yapılan incelemede ebeveyn algılarına göre iş-aile çatışması düzeyleri anlamlı olarak farklılaşmamaktadır ($F_{2-539}=0,24$; $p>.05$). Haftalık çalışma saatine göre ebeveynlerin iş-aile çatışma düzeyi algıları benzerdir denilebilir. Ancak ortalamalara bakıldığında 41 saat ve üzeri çalışanların (3,88) daha yüksek iş-aile çatışması yaşadığı görülmektedir. Bu durum, çalışma süresinin artmasının aile yaşamına ayırılabilir zamanı kısıtladığını düşündürmektedir.

İlişki istatistikleri

Korelasyon, iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek için kullanılan bir analiz tekniğidir. Korelasyon katsayısı 1.00 ile -1.00 arasında değişmektedir. 1.00 olması mükemmel pozitif bir ilişkiyi, -1.00 olması mükemmel negatif bir ilişkiyi gösterir. Korelasyon katsayısının mutlak değeri olarak 0.70-1.00 arasında olması yüksek, 0.30-0.70 arasında olması orta, 0.00-0.30 arasında olması düşük düzeyde ilişki olduğu anlamına gelir (Büyüköztürk, 2012, s. 32).

İş-aile çatışması, ebeveyn çocuk ilişkisi ve ebeveyn stresi arasındaki ilişkiyi gösteren Korelasyon sonuçları Tablo 4.8.'de yer almaktadır.

Tablo 4.8.Korelasyon sonuçları

Araştırma Değişkenleri	1.	2.	3.
1.İş-Aile Çatışması	1,00		
2.Ebeveyn Çocuk İlişkisi	-0,47**	1,00	
3.Ebeveyn Stresi	0,60**	-0,70**	1,00

Tablo 4.8.'e göre iş-aile çatışması ile ebeveyn çocuk ilişkisi arasında negatif yönlü orta düzey ($r=-0,047$; $p<0,05$); ebeveyn stresi arasında pozitif yönlü orta düzey ($r=0,60$; $p<0,05$) ilişki bulunmaktadır. Ebeveyn çocuk ilişkisi ile ebeveyn stresi arasında ise negatif yönlü orta düzey ($r=-0,70$; $p<0,05$) ilişki bulunmaktadır.

Aracılık modeline göre direkt, dolaylı ve toplam etkiler ve bu etkilerin anlamlılık düzeylerine ilişkin değerler Tablo 4.9.'da yer almaktadır.

Tablo 4.9.Aracılık modeline ilişkin değerler

Etki	Estimate	SE	p	%95 Bootstrap CI	
				LL	UL
DoğrudanEtki					
İAC→ ES	0,2831	0,0164	0,00	0,2509	0,3152
İAC→ ECİ	-0,0344	0,0160	0,03	-0,0659	-0,0029
ES → ECİ	-0,5816	0,0338	0,00	-0,6481	-0,5151
DolaylıEtki					
İAC→ES→ECİ	-0,1646	0,0149		-0,1956	-0,1371
ToplamEtki					
İAC→ECİ	-0,1991	0,0160	0,00	-0,2305	-0,1676

Ebeveynlerin iş-aile çatışması düzeyi algıları (İAC) ile ebeveyn-çocuk ilişkisi (ECİ) arasındaki ilişkide ebeveyn stresinin (ES) aracı rolünün belirlenmesi için 5000 yeniden örneklem ve %95 güven aralığı seçenekleri ile PROCESS Model 4 kullanılmıştır (Hayes, 2022, s. 107-110; Bozkurt, 2023, s. 45). İlgili modelden elde edilen sonuca göre; ebeveyn stresi, iş-aile çatışması ile ebeveyn çocuk ilişkisi arasındaki ilişkide aracılık rolüne sahiptir. Ebeveynlerin iş-aile çatışması düzeyi algıları (Dolaylı Etki (DE)= -0,1646; Güven Aralığı (GA) [-0,1956;-0,1371]) ebeveyn-çocuk ilişkisini ebeveyn stresi üzerinden dolaylı olarak etkilemektedir. Çünkü Bootsrap testi analizi sonucunda elde edilen güven aralığı değerleri sıfırı (0) kapsamamaktadır (Hayes, 2022; Bozkurt, 2023). Sonuç olarak ebeveynlerin yaşadıkları iş-aile çatışmaları, ebeveyn-çocuk ilişkisini doğrudan ve dolaylı olarak etkilemektedir.

Yapılan analizler sonucunda araştırmada öne sürülen tüm hipotezler doğrulanmıştır. Buna göre:

- H1 hipotezi doğrulanmış, iş-aile çatışmasının ebeveynlik stresi üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur.
- H2 hipotezi doğrulanmış, iş-aile çatışmasının ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu belirlenmiştir.
- H3 hipotezi doğrulanmış, ebeveynlik stresinin ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu ortaya konmuştur.
- H4 hipotezi doğrulanmış, ebeveynlik stresinin iş-aile çatışmasının ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerindeki etkisinde aracılık rolü üstlendiği saptanmıştır.

5.TARTIŞMA

Ebeveyn-çocuk ilişkisine dair araştırma kapsamında elde edilen betimsel istatistiklere ve fark analizlerine ilişkin bulgular sunulmuştur. Araştırma kapsamında toplanan veriler doğrultusunda ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları ilişkilerin düzeyi belirlenmiş ve çeşitli demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği analiz edilmiştir.

Elde edilen betimsel bulgular, ebeveynlerin orta düzeyde iş-aile çatışması yaşadıklarını, buna rağmen ebeveyn-çocuk ilişkisinin genel olarak olumlu algılandığını ve ebeveynlik stresinin düşük düzeyde seyrettiğini göstermektedir. Bu, ebeveynlerin iş ve aile rolleri arasında zaman zaman zorlanmalarına rağmen çocuklarıyla bağlarını sürdürme kapasitesi olduğuna işaret etmektedir. Liang & Chen (2025, s. 1), 818 çalışan ebeveynle yürüttükleri çalışmada benzer bir tablo ortaya koymuştur: İş-aile çatışması, ebeveyn-çocuk ilişkisini olumsuz etkilerken, öz-şefkat gibi koruyucu faktörlerin bu etkinin şiddetini azaltabileceğini göstermiştir. Bu da, düşük stres düzeyine rağmen çatışmanın ilişki üzerinde belirli etkiler yaratabileceğini destekler. Benzer şekilde, Moreira vd. (2019, s. 10) çalışmaları, iş-aile çatışmasının artmasıyla birlikte ebeveynlerde kaygı/depresyon ve ebeveynlik stresinin yükseldiğini; bunun da ebeveyn-çocuk ilişkisinde, özellikle dikkatli/özfarkındalıklı ebeveynlik davranışlarının azalmasına yol açtığını göstermiştir. Yani düşük stres düzeyinde bile çatışmanın yıkıcı etkileri olabilir. Ayrıca, geniş çaplı bir meta-analiz olan Rusu vd. (2025) çalışması, iş ilişkili stresin ebeveynlerin genel refahına şiddetli olumsuz etkiler yaptığını ve ebeveynlik süreçlerinde önemli bozulmalar yarattığını ortaya koymuştur. Bu çalışmada, ebeveyn-stres-çocuk ilişkisi bağlamında daha yoğun etkiler gözlemlenmiştir. Başka bir çalışmada, çifte gelirli ailelerin yaygın olduğu ülkelerde ebeveynlerin üçte biri bu çatışmayı yaşıyor ve bu durum, çok sayıda çocuğu ruhsal açıdan risk altına sokuyor. Çalışma saatlerinin yönetilebilir olması, iş yükü üzerinde kontrol, esnek çalışma imkânı, iş güvencesi ve yöneticilerin aile dostu destek sağlaması gibi iş özellikleri, bu çatışmayı azaltabiliyor (Dinh vd., 2017, s. 45).

Elde edilen sonuçlardacinsiyetin iş-aile çatışması üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmadığı şeklindedir; bu da iş-aile çatışmasının annelere ya da babalara özgü bir sorun olmadığını, her iki cinsiyetin benzer düzeylerde çatışma deneyimlediğini göstermektedir. Shockley vd. (2017, s. 1601), 250,000'den fazla çalışanı içeren analizde kadınlar ve

erkekler arasında iş-aile çatışması düzeylerinde anlamlı fark olmadığını ortaya koymuştur. Ayrıca, daha yakın bir dönemde, cinsiyet eşitliğinin yüksek olduğu ortamlarda kadın ve erkek girişimcilerde iş-aile çatışması benzer düzeydedir (Brieger, Sonbol & De Clercq, 2024, s. 2339). Benzer şekilde, Anafarta & Kuruüzüm (2012, s. 145) tarafından Antalya'daki imalat ve hizmet sektörlerinde çalışanları kapsayan bir çalışmada da erkek ve kadın çalışanlarda iş aile çatışması düzeylerinin aynı olduğu tespit edilmiştir.

Çocuk sayısı ile ilgili sonuçlarda, çocuk sayısının artmasıyla iş-aile çatışması düzeylerinin anlamlı biçimde yükseldiği tespit edilmiştir. Bu bulgu, ebeveynlerin birden fazla çocukla birlikte artan sorumluluk yükü nedeniyle özellikle işten aileye yansıyan çatışmayı daha yoğun yaşadığını göstermektedir. Literatürde benzer sonuçlar mevcuttur: Byron (2005, s. 183-185) çalışmaları, fazla çocuk ve küçük yaşta çocukların varlığının ebeveynler üzerinde iş-aile çatışmasını artıran unsurlar olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca, Cıcek, Ozdemir & Senol, S. (2024, s. 668) tarafından yapılan çalışmada, ebeveynlerin aile-iş çatışması ölçeğinde çocuk sayısı ve çocukların yaşı ile pozitif ilişki bulunduğu belirtilmiştir. Bu doğrultuda elde edilen bulgular, çocuk sayısının artmasının ebeveynlik sorumluluğu ve rol çatışmasını doğrudan artırdığını göstermesi açısından literatürü destekler niteliktedir. Eby, Casper, Lockwood, Bordeaux & Brinley (2005, s. 173) tarafından yapılan geniş kapsamlı içerik analizinde, iş-aile çatışmasının çoğunlukla olumsuz sonuçlar doğurduğu, özellikle aile sorumluluklarının çocuk sayısı, ev işleri vb. durumların çatışmayı artırıcı bir faktör olarak öne çıktığı belirtilmiştir.

Araştırmada önlisans mezunu ebeveynlerin, lisans ve lisansüstü mezunlara kıyasla daha yüksek düzeyde iş-aile çatışması yaşadığı tespit edilmiştir. Bu sonuç, eğitim düzeyinin iş ve aile rollerini dengelemede belirleyici bir kaynak olabileceğini düşündürmektedir. Ammons & Kelly (2008, s. 78-81) ise, düşük eğitim düzeyine sahip genç yetişkinlerin aileden işe yansıyan çatışmaları daha uzun süre yaşadıklarını belirtmekle birlikte, yüksek eğitilmiş bireylerin de, özellikle kadınlarda, işten aileye çatışmaların daha sık rapor edildiğini ortaya koymuştur. Bunun aksine Notten, Grunow & Verbakel (2017, s. 1296-1299), 20 Avrupa ülkesinde çalışan ebeveynler arasında yaptığı çalışmada, yüksek eğitilmiş ebeveynlerin hem işten aileye hem de aileden işe çatışma yaşama düzeylerinin, daha düşük eğitimlilere kıyasla daha yüksek olduğunu bulmuştur. Carnicer vd. (2004, s. 477) çalışmasında da benzer biçimde, eğitim düzeyinin yükselmesiyle birlikte iş-aile çatışması düzeylerinin arttığı saptanmıştır. Özellikle yüksek

lisans veya doktora derecesine sahip çalışanların, lise ve daha düşük eğitim düzeyindeki bireylere kıyasla daha fazla iş-aile çatışması deneyimledikleri rapor edilmiştir.

Yüksek eğitilmiş bireylerin daha yoğun iş beklentilerine ve iş yüküne sahip olmasına bağlanmışlardır. Benzer bir çalışmada iş-aile ($F \rightarrow W$) ve aile-iş ($W \rightarrow F$) çatışmalarının en çok yüksek eğitilmiş annelerde arttığını, bunu düşük/orta eğitilmiş anneler ile yüksek eğitilmiş babaların izlediğini; düşük/orta eğitilmiş babalarda ise belirgin bir değişim görülmediğini ortaya koymuştur. Çatışma türleri ile algılanan ebeveynlik arasında bazı ilişkiler saptanmış olsa da, bu ilişkiler Covid-19 dönemi boyunca sürekli güçlenmemiştir. Genel olarak, artan çatışma düzeyleri ebeveynlerin ebeveynlik algılarını belirgin biçimde etkilememiştir. Bununla birlikte, bazı ebeveynlerde çatışmanın algılanan ebeveynlik üzerinde olumsuz etkiler yarattığı görülmüştür (Verweij, Helmerhorst & Keizer, 2021, s. 770).

Çalışmadayaş değişkenine göre iş-aile çatışması düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır, yani yaş arttıkça doğrusal bir çatışma artışı gözlenmemektedir. Bu durum, çatışmanın daha çok bireysel yaşlı etmeyen, ebeveynlik sorumluluklarının yoğunluğu ve aile yapısının etkisinde olduğunu düşündürmektedir. Literatürde bazı çalışmalar yaşa bağlı farklı desenleri desteklemektedir; örneğin Huffman, Culbertson, Henning & Goh(2013, s. 770-772), iş-aile çatışmasının yaş aralığı 18–70 olan bireylerde U-şekilli ilişki sergilediğini, yani en düşük düzeylerin genç ve yaşlı katılımcılarda, orta yaş grubunda yüksek çatışma yaşandığını belirtmektedir. Buna karşılık, Yuan vd. (2022, s. 5-7) tarafından yapılan çalışmada, yaş arttıkça yaşamsal tatmin üzerindeki iş-aile çatışmasının etkisinin özellikle orta yaşlı kadınlarda daha güçlü olduğu bulunmuş; bu da yaş ve çatışma arasında dolaylı ama belirgin bir ilişkiye işaret etmektedir.

Elde edilen bulgulara göremeslek grubu ve haftalık çalışma süresi gibi değişkenlere göre iş-aile çatışması anlamlı farklılık göstermemiştir. Bu bulgu, çatışmanın yalnızca profesyonel pozisyon veya çalışma süresiyle açıklanamayacağını; daha ziyade ailevi yükler, sosyal destek düzeyi ve bireysel başa çıkma becerilerinin daha belirleyici olduğunu göstermektedir. Literatürde de benzer sonuçlar bulunmaktadır: Meslek türünün iş-aile çatışması üzerinde güçlü bir yordayıcı olmadığı, daha çok görev talebi, iş yükü ve stres kaynaklı bireysel faktörlerin belirleyici olduğu vurgulanmaktadır (Lang & Nomaguchi, 2016, s. 4). Bununla birlikte, uzun çalışma saatlerinin iş-aile çatışmasının önemli yordayıcılarından biri olduğunu ortaya koyan meta-analiz bulguları da mevcuttur

(Byron, 2005, s. 178-183; Michel, Kotrba, Mitchelson, Clark, & Baltes, 2011, s. 702-707).

Tam zamanlı çalışan ebeveynlerin ve haftada 40 saat veya daha fazla çalışan ebeveynlerin, esnek veya sabit çalışma programına sahip ebeveynlere, yarı zamanlı çalışan ebeveynlere ve haftada 40 saatten az çalışan ebeveynlere kıyasla sırasıyla daha yüksek düzeyde iş-aile çatışması yaşadığı saptanmıştır (Moreira et al., 2019, s. 1). Yayla vd. (2021, s 2718) yaptıkları çalışmada elde edilen araştırma bulgularına göre, babaların yaşadıkları iş-aile çatışması ile hafta içi çalışma süreleri ve depresyon düzeyleri arasında pozitif, iş yerinde algılanan kurumsal destek ile ise negatif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Çalışma saatleri ve iş-aile çatışması yüksek olan babaların depresyon belirtileri gösterme olasılığının arttığı görülmüştür. Ayrıca, hafta içi çalışma süresi ve algılanan kurumsal destek ile depresyon arasındaki ilişkide iş-aile çatışmasının aracılık etkisi üstlendiği belirlenmiştir. Pak, Kramer, Lee & Kim (2025, s. 709-710) aynı şekilde uzun çalışma saatlerinin tükenmişlik yoluyla çatışmayı artırabileceğini ifade etmişlerdir.

Korelasyon sonuçlarına göre, iş-aile çatışmasının ebeveyn-çocuk ilişkisinde anlamlı bir biçimde olumsuz etki yaptığını, ayrıca ebeveynliğe dair çatışmaların ebeveyn stresiyle, ebeveyn stresinin ise ebeveyn-çocuk ilişkisiyle negatif yönde güçlü bir ilişki içinde olduğunu göstermiştir. Bu bulgular, çatışmanın yalnızca ebeveynleri değil, çocukla kurulan ilişki dinamiklerini de olumsuz etkilediğini ve ebeveyn stresinin bu ilişkisel sürecin kritik bir mekanizması olduğunu ortaya koymaktadır. Liang & Chen (2025, s. 4) tarafından yapılan bir çalışmada da iş-aile çatışmasının ebeveyn-çocuk ilişkisini olumsuz etkilediği ve bu etkinin ebeveynlik tükenmişliği aracılığıyla gerçekleştiği bulunmuştur. Peker & Alabay (2023, s. 673), çalışan babaların stres düzeyleri ile baba-çocuk ilişkisi arasında negatif yönlü güçlü bir ilişki bulmuştur. Ayrıca Parlak (2021, s. 158), özellikle çalışan kadınlarda iş-aile çatışması ve ebeveyn tükenmişliği arasındaki anlamlı bağlantıları ortaya koymuş; bu durumun ebeveyn-çocuk ilişkisinde olumsuz etkilere yol açabileceğini belirtmiştir.

Yapılan aracılık analizlerinde, ebeveyn stresinin iş-aile çatışması ile ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkiyi anlamlı biçimde aracılık ettiğini göstermiştir. Yani iş-aile çatışması ebeveyn stresini artırırken, bu artan stres ebeveyn-çocuk ilişkisinde olumsuz sonuçlara yol açmaktadır. Liang & Chen (2025, s. 2) bu etkiyi ebeveynlik tükenmişliği aracılığıyla açık şekilde desteklemektedir. Moreira vd. (2019, s. 2) yaptıkları çalışmada, iş-aile çatışması ile bilinçli ebeveynlik arasındaki ilişkide kaygı, depresyon ve ebeveynlik stresinin aracılık rolü üstlendiğini belirlemişlerdir. Bu dolaylı etkiler, iş-aile çatışması ile

söz konusu üç aracı değişken arasındaki pozitif ilişkiler ve bu araçlar ile bilinçli ebeveynlik boyutları arasındaki negatif ilişkiler aracılığıyla ortaya çıkmaktadır. Sonuçlar, iş-aile çatışmasının kaygı, depresyon ve ebeveynlik stresi düzeylerini artırdığını ve bu ruhsal süreçlerin bilinçli ebeveynliği olumsuz yönde etkilediğini ortaya koymaktadır. Benzer bir şekilde Akçınar& Özbek, (2021, s. 838), çalışan annelerde iş-aile çatışmasının ebeveynlik davranışlarını ve çocukların sosyal-davranışsal gelişimini olumsuz etkilediğini; iş-aile çatışması arttığında ebeveyn stresi ve olumsuz ebeveynlik tutumlarının da yükseldiğini göstermiştir. Ayrıca, Parlak& Karaköse'nin (2022, s. 179) pandemi döneminde evden çalışan ve çocuk sahibi kadınları incelediği çalışmada, ebeveynlik tükenmişliğinin depresyonu yordayan önemli değişkenlerden biri olduğu; iş-aile çatışmasının bu süreçte kritik bir rol oynadığı bulunmuştur.



6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Bu araştırma, iş-aile çatışmasının ebeveyn-çocuk ilişkileri ve ebeveynlik stresi üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın temel amacı doğrultusunda oluşturulan hipotezlerin tamamı istatistiksel olarak desteklenmiştir. Bulgular, iş-aile çatışmasının ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerinde anlamlı etkilerinin bulunduğunu ve ebeveynlik stresinin bu ilişkide aracılık rolü üstlendiğini göstermektedir. Elde edilen bulgular, ebeveynlerin genel olarak orta düzeyde iş-aile çatışması yaşadıklarını, buna rağmen ebeveyn-çocuk ilişkilerini olumlu algıladıklarını ve ebeveynlik stresinin düşük düzeyde seyrettiğini ortaya koymuştur. Bu durum, ebeveynlerin zaman zaman iş ve aile rollerinde zorlanmalarına rağmen çocuklarıyla ilişkilerini sürdürme ve bu ilişkileri büyük ölçüde olumlu değerlendirme kapasitesine sahip olduklarını göstermektedir.

Demografik değişkenler açısından elde edilen sonuçlar, cinsiyetin iş-aile çatışması üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmadığını göstermiştir. Bu bulgu, iş-aile çatışmasının yalnızca annelere ya da babalara özgü bir sorun olmadığını, her iki cinsiyetin de benzer düzeylerde çatışma deneyimlediğini ortaya koymaktadır. Bununla birlikte, çocuk sayısının artmasının iş-aile çatışması düzeylerini anlamlı biçimde yükselttiği görülmüştür. Bu sonuç, ebeveynlik sorumluluklarının yoğunlaşmasının işten aileye taşınan yükleri artırdığını ve ebeveynlerin daha fazla rol çatışması yaşamasına neden olduğunu göstermektedir. Ayrıca, eğitim düzeyine göre anlamlı farklılıklar gözlenmiş; önlisans mezunu ebeveynlerin lisans ve lisansüstü mezunlara göre daha fazla iş-aile çatışması yaşadıkları belirlenmiştir. Eğitim düzeyinin artmasının bireylere daha esnek çalışma koşulları, sosyal destek imkanları ve problem çözme becerileri kazandırması, bu farklılığın olası açıklamaları arasında değerlendirilebilir. Buna karşılık yaş, meslek grubu ve haftalık çalışma süresinin iş-aile çatışması üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığı saptanmıştır. Bu bulgu, çatışmanın yalnızca mesleki konum ya da çalışma süresiyle değil, daha çok ailevi yükler, sosyal destek düzeyi ve bireysel başa çıkma becerileri gibi faktörlerle açıklanabileceğini göstermektedir.

Korelasyon analizleri, iş-aile çatışması ile ebeveyn-çocuk ilişkisi arasında negatif, iş-aile çatışması ile ebeveynlik stresi arasında pozitif ve ebeveynlik stresi ile ebeveyn-

çocuk ilişkisi arasında güçlü negatif ilişkiler bulunduğunu ortaya koymuştur. Bu sonuçlar, iş-aile çatışmasının yalnızca ebeveynleri değil, aynı zamanda çocuklarla kurulan ilişkileri de olumsuz etkilediğini ve ebeveyn stresinin bu süreçte kritik bir rol üstlendiğini göstermektedir.

Aracılık analizleri ise ebeveynlik stresinin iş-aile çatışması ile ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkide anlamlı bir aracı rol oynadığını doğrulamıştır. Yani ebeveynler iş-aile çatışması yaşadığında stres düzeyleri artmakta; artan stres ise ebeveyn-çocuk ilişkilerinin niteliğini zayıflatmaktadır. Bu bulgu, iş-aile çatışmasının ebeveyn-çocuk ilişkileri üzerinde hem doğrudan hem de dolaylı etkiler yarattığını ve ebeveyn stresinin bu süreçte merkezi bir mekanizma olduğunu ortaya koymaktadır.

Bir bütün olarak değerlendirildiğinde, bu araştırma iş-aile çatışmasının ebeveynlerin psikolojik durumları ve aile ilişkileri üzerinde ciddi etkiler yarattığını göstermektedir. Bulgular, ebeveynlerin iş ve aile rollerini daha sağlıklı bir şekilde dengeleyebilmeleri için hem bireysel hem de kurumsal düzeyde destek mekanizmalarının geliştirilmesinin önemine işaret etmektedir. Özellikle örgütlerde esnek çalışma uygulamalarının yaygınlaştırılması, ebeveynlere yönelik sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi ve stresle başa çıkma becerilerini geliştirmeye yönelik eğitim programlarının uygulanması, ebeveynlik stresini azaltarak ebeveyn-çocuk ilişkilerinin güçlendirilmesine katkı sağlayabilir.

Araştırmada elde edilen sonuçlar, iş-aile çatışmasının ebeveynlerin stres düzeylerini artırdığını ve ebeveyn-çocuk ilişkilerini olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur. Bu sonuçlardan hareketle, hem bireysel hem de kurumsal düzeyde çeşitli öneriler geliştirilebilir:

- Ebeveynlerin stres yönetimi, zaman planlaması ve problem çözme becerilerini geliştirmeye yönelik eğitim ve psikoeğitim programları düzenlenmelidir.
- Ebeveynlerin kendi psikolojik iyi oluşlarını koruyabilmeleri için sosyal destek ağlarını güçlendirmeleri ve öz-bakım davranışlarına önem vermeleri teşvik edilmelidir.
- Çatışma çözme, sabırlı iletişim ve bilinçli ebeveynlik gibi becerileri destekleyen programlar, ebeveyn-çocuk ilişkisinin niteliğini artırabilir.
- İş-aile çatışmasını azaltmak amacıyla esnek mesai, uzaktan çalışma ve yarı zamanlı çalışma gibi alternatif çalışma modelleri yaygınlaştırılmalıdır.
- Çocuk bakım hizmetleri, kreş imkanları ve ebeveyn izinlerinin artırılması, çalışan ebeveynlerin üzerindeki yükü hafifletebilir.

- Anneler için doğum sonrası ücretli izin süresinin artırılması, doğum sonrası dönemde ebeveynlik stresini azaltarak hem annenin hem de çocuğun psikososyal açıdan destekleyebilir.
- Babaların doğum sonrası izinlerinin yasal çerçevede uzatılması, babaların bakım süreçlerine aktif katılımını artırarak anne üzerindeki yükü hafifletebilir ve ebeveyn-çocuk bağına güçlendirebilir.
- Anne ve babanın kendi ihtiyaçlarına göre doğum izinlerini paylaşabilmesine olanak tanıyan düzenlemeler, ebeveynlik sorumluluklarının dengeli biçimde paylaşılmasını destekleyebilir.
- İşyerlerinde çalışanlara yönelik danışmanlık ve destek hizmetlerinin sunulması, stresin işten aileye taşınmasını azaltabilir.
- İş-aile çatışmasının ebeveynlik ve çocuk gelişimi üzerindeki etkilerini farklı örneklemelerde, boylamsal araştırmalarla incelemek alan yazına önemli katkılar sağlayacaktır.

Genel olarak, öneriler hem ebeveynlerin bireysel düzeyde güçlenmesini hem de iş dünyasında ve sosyal politikalarda ebeveyn dostu uygulamaların yaygınlaştırılmasını gerekli kılmaktadır. Böylece ebeveynlerin stres düzeyi azaltılabilir, ebeveyn-çocuk ilişkilerinin niteliği korunabilir ve çocukların sağlıklı gelişim süreçleri desteklenebilir.

KAYNAKLAR

- Abidin, R. R. (1992). The determinants of parenting behavior. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21(4), 407–412. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104_12
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Akçınar, B. & Özbek, E. (2021). İş-aile çatışmasının depresyon, ebeveynlik davranışları ve çocukların sosyaldavranışsal gelişimi ile ilişkisi. *Nesne*, 9(22), 838-862. DOI: 10.7816/nesne-09-22-06
- Akgemci, T. (2001). Örgütlerde stres ve yönetimi. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 15(1-2).
- Akın, A., Tunca, M., & Bayrakdar, İ. (2017). İş-Aile Çatışması Ölçeği (IAÇÖ) Türkçe formu: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. II. *Uluslararası Sosyal Bilimler Sempozyumu* içinde (s.39- 44). Alanya: Alaaddin Keykubat Üniversitesi.
- Allen, T. D., Herst, D. E. L., Bruck, C. S., & Sutton, M. (2000). Consequences associated with work-to-family conflict: A review and agenda for future research. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5(2), 278–308. <https://doi.org/10.1037/1076-8998.5.2.278>
- Alsarve, J. (2024). Managing families, managing time. Parents' work-family difficulties and work-family strategies over time. *Community, Work & Family*, 1-20.
- Ammons, S. K., & Kelly, E. L. (2008). Social class and the experience of work-family conflict during the transition to adulthood. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2008(119), 71-84.
- Amstad, F. T., Meier, L. L., Fasel, U., Elfering, A., & Semmer, N. K. (2011). A meta-analysis of work–family conflict and various outcomes with a special emphasis on cross-domain versus matching-domain relations. *Journal of Occupational Health Psychology*, 16(2), 151–169. <https://doi.org/10.1037/a0022170>
- Anafarta, N., & Kuruüzüm, A. (2012). Demographic predictors of work-family conflict for men and women: Turkish case. *International journal of business and management*, 7(13), 145.
- Arıcı-Özcan, N. ve Arslan, R. (2018). Ergen annelerine uygulanan Ebeveyn Stresini Yönetme Programı'nın etkililiği. *Sakarya University Journal of Education*, 8(1), 40-59.
- Apaydın, B. (2024). *Ebeveyn stresi, ebeveyn tutumları ve ebeveyn-çocuk iletişimi arasındaki ilişki* [Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi Tez Merkezi.

- Aslan Gördesli, M. & Aydın Sünbül, Z. (2021).Ebeveyn Stres Ölçeği Türkçe formu'nun psikometrik özellikleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* , 11(61), 199-213.
- Aydın, M. (2022). *İş-aile çatışması, ebeveynlik stresi ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin Kaynakların Korunumu Kuramı çerçevesinde incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi]. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aydoğan, D., & Özbay, Y. (2017). Ebeveynlik Stres Ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi*, 2(2), 24–38. Erişim: <https://dergipark.org.tr/pub/ijeces/issue/32307/348903>
- Aydoğdu, F., & Dilekmen, M. (2016). Ebeveyn tutumlarının çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2).
- Aytaç, B., Çen, S. &Yüceol, G. P. (2018). Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi* , 25 (3), 209-221.
- Azhari, A., Leck, W. Q., Gabrieli, G., Bizzego, A., Rigo, P., Setoh, P., ... & Esposito, G. (2019). Parenting stress undermines mother-child brain-to-brain synchrony: A hyperscanning study. *Scientific reports*, 9(1), 11407.
- Bakker, A. B., Demerouti, E., & Dollard, M. F. (2008). How job demands affect partners' experience of exhaustion: Integrating work-family conflict and crossover theory. *Journal of Applied Psychology*, 93(4), 901–911. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.93.4.901>
- Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic psychology monographs*.162-173
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56-95. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/233896559_The_Influence_of_Parenting_Style_on_Adolescent_Competence_and_Substance_Use
- Bayraktar, M. (2025). *Ebeveyn öz-şefkati ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi: Ebeveyn bilinçli farkındalığı, ebeveyn öz-yeterliği ve ebeveyn stresinin aracı rolü* (Yayımlanmamış doktora tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, 55(1), 83–96.
- Bernhardt, J., Recksiedler, C., & Linberg, A. (2023). Work from home and parenting: Examining the role of work-family conflict and gender during the COVID-19 pandemic. *Journal of social issues*, 79(3), 935-970.
- Bilodeau, J., Quesnel-Vallée, A., & Poder, T. (2023). Work stressors, work-family conflict, parents' depressive symptoms and perceived parental concern for their children's mental

- health during COVID-19 in Canada: a cross-sectional analysis. *BMC public health*, 23(1), 2181.
- Bloomfield, L., & Kendall, S. (2012). Parenting self-efficacy, parenting stress and child behaviour before and after a parenting programme. *Primary health care research & development*, 13(4), 364-372.
- Brieger, S. A., Sonbol, D., & De Clercq, D. (2024). Gender differences in entrepreneurs' work-family conflict and well-being during COVID-19: Moderating effects of gender-egalitarian contexts. *Journal of Small Business Management*, 62(5), 2322-2363.
- Brockington, I. (2004). Postpartum psychiatric disorders. *The Lancet*, 363(9405), 303-310.
- Bochaver, A. A., Akhmedjanova, D. R., Bayramyan, R. M., & Fomicheva, E. V. (2023). Initial psychometric properties of the Parental Stress Scale examined using a sample of Russian mothers. *Frontiers in Psychology*, 14, 1202401.
- Borgmann, L. S., Rattay, P., & Lampert, T. (2019). Health-related consequences of work-family conflict from a European perspective: results of a scoping review. *Frontiers in public health*, 7, 189.
- Booth, A. T., Macdonald, J. A., & Youssef, G. J. (2018). Contextual stress and maternal sensitivity: A meta-analytic review of stress associations with the Maternal Behavior Q-Sort in observational studies. *Developmental Review*, 48, 145-177.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic books.
- Bozkurt, S. (2023). *Process makro ile aracılık, düzenleyicilik ve durumsal aracılık etki analizleri*. Ekin Yayınevi, Bursa.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum* (17. Baskı). Pegem Akademi.
- Byron, K. (2005). A meta-analytic review of work-family conflict and its antecedents. *Journal of vocational behavior*, 67(2), 169-198.
- Carlson, D. S., & Kacmar, K. M. (2000). Work-family conflict in the organization: Do life role values make a difference?. *Journal of management*, 26(5), 1031-1054.
- Carnicer, M. P., Sánchez, A. M., Pérez, M. P. & Jiménez, M. J. V. (2004). Work-family conflict in a southern European country: The influence of job-related and nonrelated factors. *Journal of Managerial Psychology*, 19(5), 466-489.
- Chorão, A. L., Canavarro, M. C., & Pires, R. (2022). Explaining parenting stress among adoptive parents: The contribution of mindfulness, psychological flexibility, and self-compassion. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(21), 14534.

- Crnic, K., & Low, C. (2002). Everyday stresses and parenting. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting* (Vol. 5, pp. 243–267). Lawrence Erlbaum Associates.
- Crnic, K., & Ross, E. (2017). Parenting stress and parental efficacy. In *Parental stress and early child development: Adaptive and maladaptive outcomes*, 263-284.
- Çelebi, Ş. (2021). *Children's emotional states during COVID-19 outbreak: Contributions of parenting stress and child temperament* (Yüksek lisans tezi, Özyeğin Üniversitesi). Özyeğin University Institutional Repository.
- Çiçek Ozdemir, S., & Senol, S. (2024). The Silent Threat in Women's Health: Work and Family Conflict. *Women's Health Reports*, 5(1), 663-670.
- Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting stress*. Yale University Press.
- Dinh, H., Cooklin, A. R., Leach, L. S., Westrupp, E. M., Nicholson, J. M., & Strazdins, L. (2017). Parents' transitions into and out of work-family conflict and children's mental health: Longitudinal influence via family functioning. *Social Science & Medicine*, 194, 42-50.
- Dunning, M. J., & Giallo, R. (2012). Fatigue, parenting stress, self-efficacy and satisfaction in mothers of infants and young children. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 30(2), 145-159.
- Eby, L. T., Casper, W. J., Lockwood, A., Bordeaux, C., & Brinley, A. (2005). Work and family research in IO/OB: Content analysis and review of the literature (1980–2002). *Journal of Vocational Behavior*, 66(1), 124–197.
- Edwards, J. R., & Rothbard, N. P. (2000). Mechanisms linking work and family: Clarifying the relationship between work and family constructs. *Academy of management review*, 25(1), 178-199.
- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2016). Comparison of convenience sampling and purposive sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), 1–4.
- Eynde, A. V. D., Claessens, E., & Mortelmans, D. (2020). The consequences of work-family conflict in families on the behavior of the child. *JFR-Journal of Family Research*, 32(1), 123-144.
- Fang, Y., Boelens, M., Windhorst, D. A., Raat, H., & van Grieken, A. (2021). Factors associated with parenting self-efficacy: A systematic review. *Journal of advanced nursing*, 77(6), 2641-2661.
- Fang, Y., Luo, J., Boele, M., Windhorst, D., van Grieken, A., & Raat, H. (2024). Parent, child, and situational factors associated with parenting stress: a systematic review. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(6), 1687-1705.
- Fine, M. A., Moreland, J. R., & Schwebel, A. I. (1983). Long-term effects of divorce on parent–child relationships. *Developmental psychology*, 19(5), 703.

- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (8th ed.). McGraw-Hill.
- Frone, M. R., Russell, M., & Cooper, M. L. (1992). Antecedents and outcomes of work–family conflict: Testing a model of the work–family interface. *Journal of Applied Psychology*, 77(1), 65–78.
- Frone, M. R., Yardley, J. K., & Markel, K. S. (1997). Developing and testing an integrative model of the work–family interface. *Journal of Vocational Behavior*, 50(2), 145–167.
- Frone, M. R. (2000). Work-family conflict and employee psychiatric disorders: The National Comorbidity Survey. *Journal of Applied Psychology*, 85(6), 888–895. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.85.6.888>
- Frosch, C. A., Schoppe-Sullivan, S. J., & O'Banion, D. D. (2019). Parenting and Child Development: A Relational Health Perspective. *American journal of lifestyle medicine*, 15(1), 45–59. <https://doi.org/10.1177/1559827619849028>
- Fu, M. (2023). The Importance of the Parent-child Relationship to Children's Psychological Development. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, 6(1), 286–291.
- George, D., & Mallery, P. (2012). IBM SPSS statistics 19 step by step: A simple guide and reference (12th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76–88. <https://doi.org/10.5465/amr.1985.4277352>
- Greenhaus, J. H., & Powell, G. N. (2006). When work and family are allies: A theory of work–family enrichment. *Academy of Management Review*, 31(1), 72–92.
- Gürel, E. B. (2016). Duygusal tükenmişlik, iş stresi ve işe bağlılığın iş-aile çatışması üzerindeki etkisi: amprık bir araştırma. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (48), 349–364.
- Hails, K. A., Reuben, J. D., Shaw, D. S., Dishion, T. J., & Wilson, M. N. (2018). Transactional associations among maternal depression, parent–child coercion, and child conduct problems during early childhood. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 47(sup1), S291–S305
- Haskić-Ožegović, N., & Hadziahmetovic, N. (2023). The role of work-family conflict in emotional exhaustion and affective commitment during the covid-19 pandemic in Bosnia and Herzegovina. *International Journal of economics, commerce and management, United Kingdom*, 11(1), 187–207.
- Haslam, D., Filus, A., Morawska, A., Sanders, M. R., & Fletcher, R. (2015). The Work–Family Conflict Scale (WAFCS): Development and initial validation of a self-report measure of work–family conflict for use with parents. *Child Psychiatry & Human Development*, 46(3), 346–357.

- Hayes, A. F. (2022). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach (3rd ed.)*. New York: Guilford Press.
- Hetherington, E. M., Clingempeel, W. G., Anderson, E. R., Deal, J. E., Hagan, M. S., Hollier, E. A., ... & Bennion, L. D. (1992). Coping with marital transitions: A family systems perspective. *Monographs of the society for research in child development*, i-238.
- Heubeck, B. G., Richardson, A., & Lauth, G. (2025). Parent stress and social support in a randomized controlled trial of individual versus group parent training for children with HKD/ADHD. *British Journal of Clinical Psychology*, 64(2), 148-165.
- Holly, L. E., Fenley, A. R., Kritikos, T. K., Merson, R. A., Abidin, R. R., & Langer, D. A. (2019). Evidence-base update for parenting stress measures in clinical samples. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 48(5), 685-705.
- Hu, L. t., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Huffman, A., Culbertson, S. S., Henning, J. B., & Goh, A. (2013). Work-family conflict across the lifespan. *Journal of Managerial Psychology*, 28(7), 761-780. <https://doi.org/10.1108/JMP-07-2013-0220>
- İldeniz, B. S., & Karadeniz, G. (2021). Koronavirüs pandemisinde annelerin ebeveynlik stresleri, aile dayanıklılıkları ve çocuk yetiştirme tutumları arasındaki ilişkiler. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(26), 279-296.
- Jones, T. L., & Prinz, R. J. (2005). Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: A review. *Clinical psychology review*, 25(3), 341-363.
- Judge, T. A., Ilies, R., & Scott, B. A. (2006). Work-family conflict and emotions: Effects at work and at home. *Personnel psychology*, 59(4), 779-814. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2006.00054.x>
- Kahraman, Ü., & Çelik, K. (2018). Akademisyenlerin iş yükü algıları ile iş ve aile çatışmaları arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (1), 95-105.
- Karadağ, S. K. (2023). Çocuk edebiyatı eserlerinde aile üzerine bir araştırma: Aile tipleri, aile içi iletişim ve tutumlar. *Çocuk Edebiyat ve Dil Eğitimi Dergisi*, 6(2), 122-145. <https://doi.org/10.47935/CEDED.1345620>
- Koerber, M. I., Mack, J. T., Seefeld, L., Kopp, M., Weise, V., Starke, K. R., & Garthus-Niegel, S. (2023). Psychosocial work stress and parent-child bonding during the COVID-19 pandemic: clarifying the role of parental symptoms of depression and aggressiveness. *BMC Public Health*, 23(1), 113.
- Kossek, E. E., & Lee, K. H. (2017). Work-family conflict and work-life conflict. In *Oxford research encyclopedia of business and management*.

- Kwon, J. Y. (2007). The relationship between parenting stress, parental intelligence and child behavior problems in a study of Korean preschool mothers. *Early Child Development and Care*, 177(5), 449-460.
- Lang, V. W., & Nomaguchi, K. (2016, March). Occupational status, gender and work-family conflict. In *Annual Meeting of the Population Association of American, Washington, DC* Retrieved from https://paa.confex.com/paa/2016/mediafile/ExtendedAbstract/Paper3459/Final%20Paper_Occupation%20Gender%20and%20WFC.pdf.
- Liang, J., & Chen, Z. (2025). Parents' work-family conflict and parent-child relationship: The mediating role of parenting burnout and the moderating role of self-compassion. *PloS one*, 20(3), e0319675.
- Mackler, J. S., Kelleher, R. T., Shanahan, L., Calkins, S. D., Keane, S. P., & O'Brien, M. (2015). Parenting stress, parental reactions, and externalizing behavior from ages 4 to 10. *Journal of Marriage and Family*, 77(2), 388-406.
- Melinder, A., Brænden, A., Lebeda, A., Olsen Faresjö, Å., Theodorsson, E., Coldevin, M., ... & Zeiner, P. (2023). The psychobiology of child and parental stress and the subjective perception of parental stress in a clinical sample of children. *Frontiers in Child and Adolescent Psychiatry*, 2, 1173317.
- Michel, J. S., Kotrba, L. M., Mitchelson, J. K., Clark, M. A., & Baltes, B. B. (2011). Antecedents of work-family conflict: A meta-analytic review. *Journal of Organizational Behavior*, 32(5), 689-725. <https://doi.org/10.1002/job.695>
- Milkie, M. A., Nomaguchi, K. M., & Denny, K. E. (2015). Does the amount of time mothers spend with children or adolescents matter?. *Journal of Marriage and Family*, 77(2), 355-372.
- Minnotte, K. L., & Yucel, D. (2018). Work-family conflict, job insecurity, and health outcomes among US workers. *Social Indicators Research*, 139(2), 517-540.
- Moreira, H., Fonseca, A., Caiado, B., & Canavarro, M. C. (2019). Work-family conflict and mindful parenting: The mediating role of parental psychopathology symptoms and parenting stress in a sample of Portuguese employed parents. *Frontiers in Psychology*, 10, 635.
- Netemeyer, R. G., Boles, J. S., & McMurrian, R. (1996). Development and validation of work-family conflict and family-work conflict scales. *Journal of Applied Psychology*, 81(4), 400-410. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.81.4.400>
- Notten, N., Grunow, D., & Verbakel, E. (2017). Social Policies and Families in Stress: Gender and Educational Differences in Work-Family Conflict from a European Perspective. *Social indicators research*, 132(3), 1281-1305. <https://doi.org/10.1007/s11205-016-1344-z>

- Offer, S., & Schneider, B. (2011). Revisiting the gender gap in time-use patterns: Multitasking and well-being among mothers and fathers in dual-earner families. *American Sociological Review*, 76(6), 809–833.
- Ollo-López, A., & Goñi-Legaz, S. (2017). Differences in work–family conflict: Which individual and national factors explain them?. *The International Journal of Human Resource Management*, 28(3), 499-525.
- Öngider, N. (2013). Anne-Baba ile Okul Öncesi Çocuk Arasındaki İlişki. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 5(4): 420-440.
- Özcan, N. A., & Arslan, R. (2018). Ergen annelerine uygulanan ebeveyn stresini yönetme programı'nın etkililiği. *Sakarya University Journal of Education*, 8(2), 40-59.
- Pak, S., Kramer, A., Lee, Y., & Kim, K.-J. (2022). The impact of work hours on work-to-family enrichment and conflict through energy processes: A meta-analysis. *Journal of Organizational Behavior*, 43(5), 709–743. <https://doi.org/10.1002/job.2595>
- Pan, B., Gong, Y., Wang, Y., Miao, J., Zhao, C., & Li, Y. (2025). The impact of maternal parenting stress on early childhood development: the mediating role of maternal depression and the moderating effect of family resilience. *BMC psychology*, 13(1), 277.
- Parlak, Ü. (2021). *Çalışan annelerde depresyon düzeyini yordamada evlilik uyumu, iş-aile çatışması ve ebeveyn tükenmişliğinin rolü* [Yüksek lisans tezi, Işık Üniversitesi]. Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Parlak, Ü., & Karaköse, S. (2022). COVID-19 Sürecinde Evden Çalışan Annelerde Depresyonu Yordayan Faktörler: İş-Aile Çatışması, Evlilik Uyumu ve Ebeveyn Tükenmişliği. *KADEM Kadın Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 149–189.
- Peker, E. S., & Alabay, E. (2023). Çalışan babaların stres düzeyleri ile baba-çocuk ilişkisi arasındaki ilişki. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 10(4), 661–676. DOI: 10.52880/sagakaderg.1376213
- Repetti, R. L., & Wood, J. (1997). Effects of daily stress at work on mothers' interactions with preschoolers. *Journal of Family Psychology*, 11(1), 90–108.
- Ribas, L. H., Montezano, B. B., Nieves, M., Kampmann, L. B., & Jansen, K. (2024). The role of parental stress on emotional and behavioral problems in offspring: a systematic review with meta-analysis. *Jornal de pediatria*, 100(6), 565-585.
- Rothwell, J. T., & Davoodi, T. (2024). Parent-child relationship quality predicts higher subjective well-being in adulthood across a diverse group of countries. *Communications Psychology*, 2(1), 110.
- Rusu, P. P., Candel, O. S., Bogdan, I., Ilciuc, C., Ursu, A., & Podina, I. R. (2025). Parental Stress and Well-Being: A Meta-analysis. *Clinical child and family psychology review*, 1-20.

- Santana-Ferrándiz, M., Ibáñez-Pérez, J., & Moret-Tatay, C. (2025). Empathy and Parental Sensitivity in Child Attachment and Socioemotional Development: A Systematic Review from Emotional, Genetic, and Neurobiological Perspectives. *Children*, 12(4), 465.
- Shao, Y., & Kang, S. (2022, April). The link between parent–child relationship and learning engagement among adolescents: The chain mediating roles of learning motivation and academic self-efficacy. In *Frontiers in Education* (Vol. 7, p. 854549). Frontiers Media SA.
- Shockley, K. M., Shen, W., DeNunzio, M. M., Arvan, M. L., & Knudsen, E. A. (2017). Disentangling the relationship between gender and work–family conflict: An integration of theoretical perspectives using meta-analytic methods. *Journal of applied psychology*, 102(12), 1601–1635.
- Su, C., Yang, M., Huang, Q., & Yang, M. (2025). Balancing Act: Exploring the Impact of Work-Family Conflict on Anxiety Among Working Parents with Family Health as a Mediator. *Frontiers in Psychology*, 16, 1531091.
- Şen, N. & Keskin, S. (2022). Pandemi Döneminde Esnek Çalışma Düzeni ile İş-Aile Çatışması Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi: Kişilik Özelliklerinin Düzenleyici Rolü. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi* , 13 (30. YönOrg 2022), 184-199.
- Şentürk, Ü. (2012). Parçalanmış aile çocuklarının eğitimdeki başarı/başarısızlık durumu (Malatya örneği 2006). *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 7(29), 105-126.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Pearson.
- Turgut, T. (2011). Çalışmaya tutkunluk: iş yükü, esnek çalışma saatleri, yönetici desteği ve iş-aile çatışması ile ilişkileri. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 25(3-4), 155-179.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2024). *İstatistiklerle Aile, 2024*. Erişim adresi: <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=İstatistiklerle-Aile-2024-53898>
- Verweij, R., Helmerhorst, K., & Keizer, R. (2021). Work-to-family conflict, family-to-work conflict and their relation to perceived parenting and the parent-child relationship before and during the first Covid-19 lockdown. *Journal of Family Research*, 33(3), 734-771.
- Voydanoff, P. (2005). Toward a conceptualization of perceived work–family fit and balance: A demands and resources approach. *Journal of Marriage and Family*, 67(4), 822–836. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2005.00178.x>
- Waizenegger, L., McKenna, B., Cai, W., & Bendz, T. (2020). An affordance perspective of team collaboration and enforced working from home during COVID-19. *European journal of information systems*, 29(4), 429-442.
- Wang, Y., Shi, D., Liu, G., Zhang, M., & Zheng, X. (2023). Can work-to-family conflict lead to preschool children’s social behavior problems?—The chain mediating roles of guilt

about parenting and parent–child relationships. *Frontiers in Psychology*, 14, 1195994.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1195994>

Yayla, B. A., Özbek, E., & Çetin, İ. Y. (2021). Babaların İş Ortamı ve Depresyon Seviyesi Arasındaki İlişkide İş-Aile Çatışmasının Rolü. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 10(3), 2717-2742.

Yıldırım, M. (2023). Yapısal Eşitlik Modelinde Normallik İhlali: Bootstrap ML ve Bayesci İstatistik. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi*, 5(2), 132-145.

Yörükoğlu, A., (2000). *Çocuk Ruh Sağlığı*. Türkiye İş Bankası Yayınları, Ankara.

Yuan, T., Liang, L., Ren, H., Hu, Y., Qin, Z., Fei, J., ... & Mei, S. (2022). Age moderates the effect of work-family conflict on life satisfaction among Chinese female employees: A propensity score matching method. *Personality and Individual Differences*, 185, 111279.

Zorbaz, S. D., & Kiye, S. (2013) Covid-19 Kapanması Sırasında Ebeveyn Stresi ve Ebeveyn-Çocuk İlişkileri. *Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (33), 298-311.