

İŞKOLİKLİK

20.12.2018



Berkan ASLAN

İŞKOLİKLİK NEDİR?

- İşkolizm, aşırı çalışma ve işe/çalışmaya karşı bağımlılık olarak tanımlanmaktadır.
- **Oates** tarafından; kompulsif ve kontrol edilemeyen bir şekilde sürekli çalışma ihtiyacı olarak tanımlanmıştır.



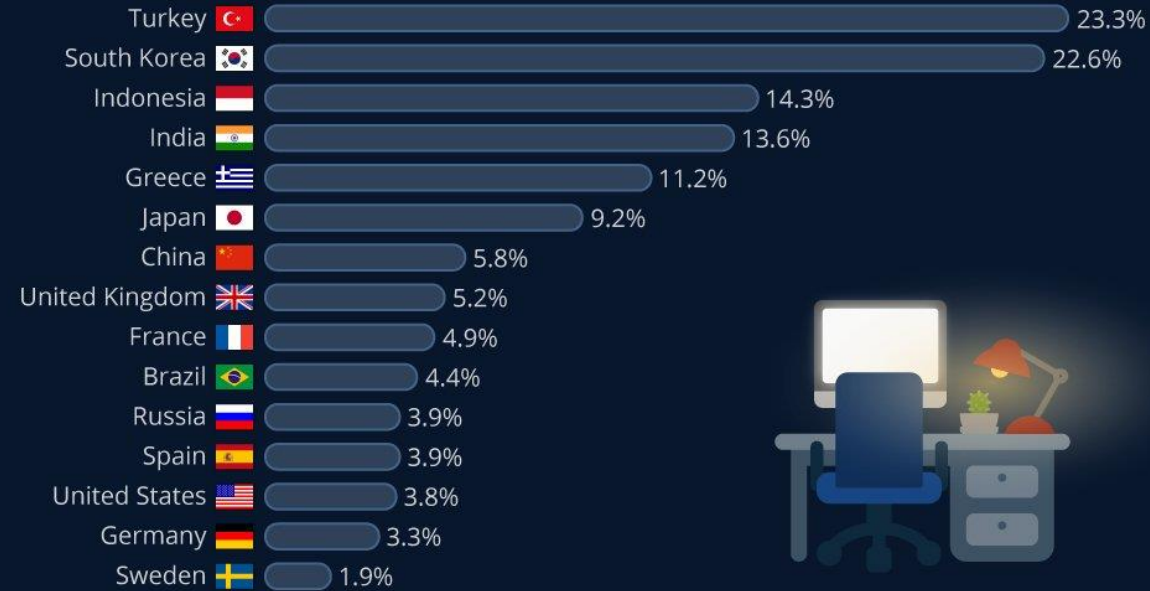
İŞKOLİKLİĞİN TANIMI

- İşkolikliği tanımlamada, çalışma süresini kriter olarak kabul eden araştırmacılar da vardır:
- Araştırmacılara göre;
 - Haftada **en az 50 saat** çalışan kişiler işkolik olarak değerlendirmektedir.

İŞKOLİKLİK

Where The Most Workers Put In A 60-Hour Week

Share of workers working 60 or more hours per week in their main job (2015)*



* Selected countries. Data from China is from 2009, Russia is from 2010 and India is from 2011.
@StatistaCharts Source: OECD

statista

Statista'nın 2015 yılı verilerine göre;

Türkiye'de çalışan insanların %23.3'ü, haftalık 60 saat ve üzeri boyunca çalışıyor.

İŞKOLİKLİĞİN TANIMI

■ İŞKOLİKLİK,

Çalışma yaşamı ve üretim açısından olumlu bir kavram olarak, hatta;

İYİ BİR BAĞIMLILIK

olarak nitelendirilse de genellikle;

OLUMSUZ

bir kavram olarak kabul edilmektedir.

İŞE ADANMIŞLIK ve İŞKOLİKLİK

- İşe gönülden adanma ve işkoliklik birbirinden farklı kavramlardır.
- HER İKİ DURUMDA DA;
 - Çok çalışma söz konusudur. ANCAK...

Gönülden çalışanlarda **İÇSEL BİR MOTİVASYON** söz konusu iken,

İşkolikler için çalışmak istemeseler dahi **İÇSEL BİR ZORLAMA** söz konusudur.

İŞE ADANMIŞLIK ve İŞKOLİKLİK

- İşle ilgili aşırı zihinsel uğraş,
- İş ve çalışmaya aşırı zaman ayırma,
- Çalışmadığı zamanlarda yoksunluk belirtileri,
- Çalışmaya yönelik olarak içten gelen bir baskı ve zorlanma hissetme,
- Aşırı çalışma yüzünden ilişkilerinde ve özel yaşamında sıkıntılar yaşama,
- Çalışabilmek için aile üyelerine, arkadaşlarına ve çevresine yalan söyleme,
- Çalıştığını diğer insanlardan saklama ihtiyacı ve
- Sosyal etkinliklere, eğlenceye ve uykuya harcanan zamanın boşa harcandığını düşünmek gibi durumlar,

İŞKOLİKLİĞİ, İŞE GÖNÜLDEN ADANMA'dan ayıran belirtilerdir.

İŞE ADANMIŞLIK ve İŐKOLIKLIK

- İŐkolic kişiler de

diğer çok çalışanlar gibi, yapılan işten **motivasyon** duymak ile beraber işten duydukları **memnuniyetlik duygusu** iŐkoliclerde **narkotik** bir etki göstermektedir.

- İŐkolicler, bu **narkotik** etkiyi sürekli hissedebilmek için devamlı çalıŐırlar.

İŞKOLİKLİK BİR HASTALIK MIDİR?

- İşkolik olan kişilerde psiko-sosyal işlevlerde bozulma görüldüğü için;

– *PSİKOLOJİK BİR
HASTALIK*

Olarak kabul edilmektedir.

İşkoliklik hayatınızı etkileyen ve size zarar veren bir durum haline gelmişse bu aşamada hastalık kesinleşmiştir.

İŞKOLİKLİK ve TÜKENMİŞLİK

- Yapılan araştırmalara göre;

İşkliklik düzeyindeki artışın;

- Zihinsel
- Fiziksel
- Duygusal
- Davranışsal

tükenmişliği arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır. **YANI..**

İŞKOLİKLİK ile **TÜKENMİŞLİK** arasındaki ilişkinin **DOğRU ORANTILI** olduğunu varsayabiliriz.

İŞKOLİKLİK TIPLERİ

- İşkolizm, kişinin işe karşı tutumu ile ilgili olup, kişinin işe yüklediği anlam, işe motive olmasının nedenleri, işten elde ettiği doyum, işe karşı gösterdiği ilgi vb. faktörlere bağlı olarak farklı işkoliklik tiplerini ortaya çıkarmaktadır.

İŞKOLİKLİK TİPLERİ

- GERÇEK İŞKOLİK
- DURUMSAL İŞKOLİK
- SÖZDE İŞKOLİK
- HAYALPEREST İŞKOLİK

Olarak 4 adet işkoliklik tipi vardır.



GERÇEK İŞKOLİK

1

Gerçek işkoliklerde iş, onlar için ciddi bir konudur.

2

Az zamanda maksimum fayda sağlamak isterler.

3

İşlerden sadece kendilerinin sorumlu olmasını istemek, diğer kişilerin kendi işlerini yapmada yetersiz olabileceğini düşünmek gibi özelliklere sahiptirler.

DURUMSAL İŞKOLİKLİK

- Durumsal işkoliklerde, işkoliklik bir kişilik özelliği halini almıştır.

İşin, gerektirdiği görevleri yaparak, iş güvenliklerini sağlamak;

İşte başarılı olarak, prestijlerini ve statülerini yükseltmek DURUMSAL İŞKOLİKLER için önemlidir.

SÖZDE İŞKOLİK

- **Sözde işkolikler**, her ne kadar **ciddi bir çalışan** olarak gözükseler de;
 - Örgütsel gelişime katkı sağlamaktan çok, **kendi başarılarına ulaşmayı hedeflerler.**

HAYALPEREST İŞKOLİK

- Bu kişiler, **iŐyerinde olmayı, evlerine gitmeye** tercih etmektedirler.
- ÇalıŐmayı, evden, sorunlardan vb. konulardan bir kaçıŐ olarak gördüklerinden, iŐyerinde daha mutlu olduklarını hissederler.

Spence ve Robbins İşkolik Tipolojisi

<i>İşkolik tipi</i>	<i>Çalışmaya bağlılık (work involvement)</i>	<i>Güdülenme hissi (feeling driven)</i>	<i>Çalışmaktan hoşlanma (work enjoyment)</i>
<i>Hevesli bağımlılılar (enhhusiastic addicts)</i>	Yüksek	Yüksek	Yüksek
<i>Çalışma heveslileri (work enthusiast)</i>	Yüksek	Düşük	Yüksek
<i>Sıkı çalışmaya gönülsüz çalışanlar (reluctant hard worker)</i>	Yüksek	Düşük	Düşük
<i>İnancını yitirmiş çalışanlar (Disenchanted workers)</i>	Düşük	Yüksek	Düşük
<i>Rahatlamış çalışanlar (relaxed workers)</i>	Düşük	Düşük	Yüksek
<i>Meşgul olmayan çalışanlar (Unengaged workers)</i>	Düşük	Düşük	Düşük

Kaynak: March Buelens, Steven A.Y.Poelmans, Enriching the Spence and Robbin's typology of workaholism, Demographic, motivational and organizational correlates, Journal of Organizational Change Management, Vol.17, No.5, 2004, s.444



ORGANİZASYON İÇERİSİNDE İŞKOLİZM

ORGANİZASYONLARDA İŞKOLİZM

- İşkoliklik davranışı gösteren çalışanlar kısa dönemde birçok başarılı çalışma ile organizasyona katkılar sağlarken, uzun dönemde;
- Fiziksel ve psikolojik rahatsızlıklar,
- Stres,
- Odaklanamama,
- Dikkat eksikliği,
- Kronik yorgunluk,
- İşten ayrılma isteği,
- İşe karşı zamanla isteksizlik,
- İşten kaçma ve işe geç kalma,

gibi belirtilerle **organizasyonun verimsizliğine** neden olmakta, bu durum **organizasyonun maliyetlerini** arttırmaktadır.

İŞKOLİKLİK
ÖNLENEBİLİR Mİ?

İŞKOLİKLİK ÖNLENEBİLİR Mİ?

- İşkoliklik, aynı alanı paylaşan kişiler arasında yayılan bulaşıcı bir hastalık özelliği göstermektedir. Organizasyonlarda işkolizmin önlenmesi için;
- Kişisel Danışmanlık
- Aile Terapisti
- İşyeri Politikaları

gibi uygulamaların gerekliliği şarttır.

İŞKOLİKLİĞİN ÖNLENMESİ İÇİN İŞYERİ POLİTİKALARI

İşkolik çalışanların, organizasyon üzerinde yarattığı olumsuz etkiler, iş devir oranlarının incelenmesi ve performans değerlendirme sonuçları aracılığıyla ölçümlenebilir.

Bu bağlamda, organizasyonların işkoliklik davranışının olumsuzluğundan kurtulabilecek bir kurumsal iyileştirme programını uygulamaya koyması gerekmektedir.

- Organizasyonun insan kaynakları biriminin çalışan destek sistemini kurum politikalarına dahil ederek, işlerlik kazandırması işkolik çalışanların sayısının azalmasını sağlayabilir.
- Organizasyonda koçluk sisteminin yerleştirilmesi ile çalışanlarla ilgilenme düzeyini arttırarak, çalışan davranışlarının daha iyi değerlendirmesine olanak tanınabilir.
- Böylece işkolik çalışanların belirlenerek, destek sağlanması mümkün olabilir.

ANXY

THE WORKAHOLISM ISSUE

The Workaholism Issue



A deep, insightful
exploration of a subject
that affects all of us more than
we'd like to admit.

KAYNAKÇA;

- <http://dergipark.gov.tr/isguc/issue/25506/268933> - Organizasyonlarda İşkolizm Ve İşkolik Çalışanlar
- StatistaCharts - Where the Most put in a 60-Hour Work?
- saglikekrani.tv - (2. slayt görsel kaynağı)
- bilgihanem.com - (3. slayt görsel kaynağı)
- psikolezyum.com - (8. slayt görsel kaynağı)
- kickstarter.com - Anxy : The Workaholism Issue
- 20174703014 - Berkan ASLAN - <https://berkanaslan.com>
- 20164703056 - Rasim Umut ÖZKURT - <https://umutozkurt.com>