

# Kamu Çalışanlarının Stres Düzeylerinin Ölçülmesi ve Eskişehir Kamu Çalışanları Üzerine Bir Araştırma

Hüseyin GÜRBÜZ, Rüveyda DOĞAN, Elif GÖRMÜŞ, Gamze Pelin TOKYAY, Dilara ÖZTEKİN,  
Gökhan ENGİZ

---

Kamu Çalışanlarının Stres Düzeylerinin Ölçülmesi ve Eskişehir Kamu Çalışanları Üzerine Bir Araştırma

---

## Özet

Stres kişinin etkinliğini ve verimliliğini olumsuz yönde etkileyen bir kavram olarak ortaya çıkmaktadır. Stresin yalnızca olumsuz ve başarıyı azaltan etkisinin yanında, olumlu yönleri olduğunu gösteren çalışmalar da vardır. Üretim verimliliğini artıran ve çalışanların sağlığını etkilemeyen stres olumlu olarak kabul edilmektedir ve iş hayatında stres daha çok çalışanların verimliliği üzerine yoğunlaşmaktadır. Bu çalışmada, araştırmanın teorik altyapısını oluşturan stres ve örgütsel stres kavramları üzerinde durulmuştur. Stresin insanda görülen belirtileri verilmiş, stresin örgütler üzerindeki etkileri incelenmiştir. Çalışma boyunca, Eskişehir'deki kamu çalışanları üzerine uygulanan bir araştırma ile çalışanların stres kaynakları ve çalışanlarda görülen stres belirtileri incelenmiştir. Çalışanlara uygulanan ankette yer alan önermeler, literatür taramasıyla elde edilen durumların tespiti ile oluşturulmuştur. Araştırma sonucunda, rahatsız edici düzeyde olmasa bile, kamu çalışanlarının değişik stres kaynaklarına maruz kaldıkları görülmüştür.

---

*Anahtar Kelimeler:* Stres, Kamu Çalışanları

---