



ARAŞTIRMA / RESEARCH

Hemşirelik öğrencilerinde kendini sabotaj: psikolojik ihtiyaçlar ve öz-duyarlılık üzerine etkisi

Self handicapping in nursing students: effects on psychological needs and self compassion

Adeviye Aydın¹, Nilgün Kahraman²

¹Sinop Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Sinop, Turkey

²Kastamonu Üniversitesi Fazıl Boyner Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Kastamonu, Turkey

Cukurova Medical Journal 2020;45(4):1625-1633

Abstract

Purpose: Self-handicapping is an effective defense strategy that leads to poor performance in different situations such as individual behavior and education. It is aimed to examine the effects of self-handicapping on the psychological needs and self compassion level of nursing students.

Materials and Methods: This is a cross-sectional descriptive study was conducted with 482 types of nursing education students at two universities in Turkey. Introductory Information Form, Self-Handicapping Scale, Balanced Measure of Psychological Needs Satisfaction Scale and Self-Compassion Scale were used in the data collection,

Results: It was determined that the students' self compassion score was medium, the highest awareness and the lowest self-judgment score. Significant differences were found according to gender and age variable. A negative correlation was determined between the self-handicapping score of the nursing students and the total self compassion score and the sub-dimensions of the psychological needs balance satisfaction scale. It was determined that self-handicapping score explained the total self compassion score by 26%.

Conclusion: The findings obtained show that as the self-handicapping score decreases, psychological needs and self compassion scores increase.

Keywords: Self-handicapping, psychological needs, self compassion, nursing students

Öz

Amaç: Kendini sabotaj, bireyin davranışında, eğitim gibi farklı durumlarda zayıf performansa yol açan bir savunma stratejisidir. Hemşirelik öğrencilerinin kendini sabotajın psikolojik ihtiyaçlar ve öz duyarlılık düzeyine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: Tanımlayıcı bu çalışma kesitsel türde olup Türkiye'de iki üniversitede eğitim-öğretim gören 482 hemşirelik öğrencileriyle gerçekleştirilmiştir. Veri toplamada Tanıtıcı Bilgi Formu, Kendini Sabotaj Ölçeği, Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeği ve Öz-Duyarlılık Ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular: Öğrencilerin öz-duyarlılık puanının orta düzeyde olduğu, en yüksek bilinçlilik en düşük öz yargılama puanının olduğu saptanmıştır. Cinsiyet ve yaş değişkenine göre anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Hemşirelik öğrencilerinin kendini sabotaj puanı ile öz-duyarlılık toplam puanı ve psikolojik ihtiyaçlar denge doyumu ölçeğinin alt boyutları arasında negatif yönde bir ilişki belirlenmiştir. Kendini sabotaj puanı öz-duyarlılık toplam puanını %26 açıkladığı belirlenmiştir.

Sonuç: Elde edilen bulgular kendini sabotaj puanı azaldıkça psikolojik ihtiyaçlar ve öz-duyarlılık puanlarının arttığını göstermektedir.

Anahtar kelimeler: Kendini sabotaj, psikolojik ihtiyaçlar, öz-duyarlılık, hemşirelik öğrencileri

Yazışma Adresi/Address for Correspondence: Dr. Adeviye Aydın, Sinop Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Sinop, Turkey E mail: adeviye86@gmail.com

Geliş tarihi/Received: 04.06.2020 Kabul tarihi/Accepted: 06.09.2020 Çevrimiçi yayın/Published online: 30.12.2020

GİRİŞ

Başarı yaşam boyu istenilen ve gerçekleştirilmesi beklenen temel gereksinimlerden biridir. Üniversite yaşamı da çeşitli çabalar sonucu başarının yakalanarak mesleğe adım atmanın ilk basamağını oluşturmaktadır. Bu dönem boyunca birey başarısızlık deneyimi de yaşamakta ve çeşitli engellerle karşı karşıya kalmaktadır¹. Birey karşılaştığı zorluklarla mücadele ederken farklı stratejiler kullanmaktadır. Birey bu engellerin üstesinden gelmede kullandığı stratejilerden biri de kendini sabotajdır.

Kendini sabotaj kavramını Berglas ve Jones (1978)²de bireyin performansını belirlemede başarısızlığı dışsallaştırması ve başarıyı ise içselleştirmesi olarak tanımlamıştır². Bu kişiler yetenekleri ile performansları arasında engeller kullanır. Başkalarının kendileri hakkında olumlu bir bakış açısına sahip olması için kendini olduğundan farklı görünmeye zorlamaktadır³. Aslında kendini sabotajın en önemli yönü bireyin benliğini koruma isteğidir⁴. Dolayısıyla aslında kendini sabotaj farklı psikolojik kavramlarla iç içedir. Literatür incelemesinde kendini sabotajla, bilişsel çarpıtma, benlik saygısı, psikolojik iyi olma gibi değişkenlerle çalışıldığı belirlenmiştir. Kendini sabotajla psikolojik iyi olma arasında negatif bir ilişki bulunmakta olup¹ bilişsel çarpıtmaların fazla kullanılmasının ise kendini sabotaj eğiliminin artmasına yol açmaktadır⁵. Bir diğer çalışmada benlik saygısı yükseldikçe kendini sabotaj durumunun azaldığı görülmüştür⁶. Kişinin içsel yaşantısına yönelik farkındalığının artması, öz yeterliliğinin güçlendirilmesi ve kendini kabul etmesi sabotaj davranışının önlenmesine yardımcı olacaktır⁷. Bu noktada sağlık profesyonelinin de kendine de duyarlı olması önemlidir.

Öz-duyarlılık kavramıyla yakından ilişkili olup hemşirelik bakımı sağlayıcılarını da yakından ilgilendirmektedir. Öz duyarlılık kişinin karşısındaki kişilere gösterdiği anlayış, hoşgörüsü ve hassasiyeti kendisine de yansıtmasıdır⁸. Bakım ilişkisinde birebir hastaya duyulan empati ve sempati yeteneği belirli bir süre sonra tükenmeye ve kendine yabancılaşmaya neden olabilmektedir. Oysa kişinin kendi ruhsal durumuna sağlayacağı olumlu katkı bakımını da güçlendirecektir. Dolayısıyla bireyin kendisi için sıkıntı, keder, üzüntü ve acı oluşturan duygularına açık olması, yetersiz ve başarısız olduğu alanları kabullenmesi ve insan yaşamında doğal bir süreç olduğunu söylemesi onun öz duyarlılık kapasiteleriyle

ilgilidir. Öz duyarlılığın incelendiği çalışmalarda hemşirelik öğrencilerinde öz duyarlılığın orta düzeyde olduğu belirlenmiştir⁹⁻¹¹. Oysaki yüksek öz-duyarlılığın psikolojik ihtiyaçları karşılama¹² ve kendini sabotajı engelleme özelliğinin olabileceği görülmektedir¹³.

Psikolojik ihtiyaçlar bireyin bütüncül yapısı göz önüne alındığında fiziksel ve sosyal ihtiyaçlar kadar önemlidir. Psikolojik ihtiyaçlar kişinin saygınlık kazanması, kendini güvende hissetmesi, olumlu kişilerarası ilişkiler kurması, bir aile, grup meslek üyesine aidiyet hissetmesi, başarılı olması ve takdir edilmesi gibi durumlardır¹⁴. Bu ihtiyaçların karşılanmaması bireyde tatminsizlik, mutsuzluk, kaygı ve sağlıksız bir ruhsal durum doğurabilmektedir. Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarını fark etmesi ve bunlardan memnun olma durumunu belirlemesi mesleki ve kişisel performansıyla oldukça ilişkilidir. Aynı zamanda öğrencilik durumunda karşılanmamış psikolojik ihtiyaçların onun fiziksel ve sosyal iyilik durumunu da bozabileceğini düşündürmektedir.

Tüm bu nedenle hemşirelik öğrencilerinde psikolojik ihtiyaçların denge durumunun, öz duyarlılık seviyesinin araştırılması ve bu kavramlarla kendini sabotaj durumu arasındaki ilişkinin tanımlanması oldukça önem kazanmaktadır. Bu doğrultuda hemşirelik öğrencilerinin kendini sabotaj psikolojik ihtiyaçlar ve öz duyarlılık düzeyine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu çalışmadaki araştırma soruları şu şekildedir: Hemşirelik öğrencilerinin kendini sabotaj, psikolojik ihtiyaç denge doyumu, öz-duyarlılık düzeyleri nedir? Hemşirelik öğrencilerinin kendini sabotaj, psikolojik ihtiyaç ve öz-duyarlılıkları sosyo-demografik özelliklerine göre nasıl dağılım göstermektedir? Hemşirelik öğrencilerinin kendini sabotaj, psikolojik ihtiyaç ve öz duyarlılıkları puanları arasında ilişki var mıdır? Hemşirelik öğrencilerinin kendini sabotaj puanlarını etkileyen değişkenler nedir?

GEREÇ VE YÖNTEM:

Bu çalışma, tanımlayıcı kesitsel türde bir ilişki saptama çalışmasıdır. Araştırma evrenini Türkiye’de bulunan iki devlet üniversitesinde 2018-2019 eğitim öğretim yılında öğrenimine devam etmekte olan hemşirelik bölümü öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden, amaçlı örnekleme yöntemi ile seçilen ve veri toplama formlarını eksiksiz bir şekilde tamamlayan 482 öğrenci çalışmaya katılmıştır. Daha önce benzer bir

çalışma olmadığından güç analizinde çalışma sonrası yapılması tercih edilmiştir. PASS 11 programında gerçekleştirilen analiz sonucunda Tip 1 hata alfa .005’de 482 kişi ile gerçekleştirilen çalışmanın gücü %100 olduğu belirlenmiştir.

Veri toplama araçları

Araştırmada, “Tanıtıcı Bilgi Formu” “Kendini Sabotaj Ölçeği” “Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeği” ve “Öz-Duyarlılık Ölçeği” kullanılmıştır.

Tanıtıcı bilgi formu

Öğrencilerin demografik bilgilerini içeren bu form yaş, cinsiyet, sınıf, anne baba eğitim düzeyi gibi sorulardan oluşmaktadır.

Kendini Sabotaj Ölçeği (KSÖ)

Jone ve Rhodewalt¹⁵ tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe geçerlilik güvenilirliğini Akın¹⁶ gerçekleştirmiştir. Ölçek 25 maddeli 6’lı likert tipinde olup tek boyuttan oluşmaktadır. Kendini sabotaj puanı ölçekte yer alan 3, 5, 6, 10, 13, 20, 22 ve 23 maddeler ters puanlandıktan sonra tüm maddelerin puanları toplanarak kendini sabotaj puanı elde edilebilmektedir. Ölçekten en düşük 25 en yüksek 125 puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan puanların artması kişinin kendini sabotaj eğiliminin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin orijinalinin Cronbach alfa katsayısı .79 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlamasında faktör yükleri .34 ile .69, madde toplam korelasyonu puanları ise .30 ile .63 arasında sıralanmaktadır. Tek boyutlu modelin iyi uyum verdiği görülmüştür. KSÖ’nün Cronbach alfa katsayısı .90 olarak bulunmuştur¹⁶.

Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeği

Bireylerin psikolojik ihtiyaçlarını doyum ve doyumsuzluk olarak ele alan ölçek Sheldon ve Hilpert (2012) tarafından geliştirilmiş Kardeş ve Yalçın (2018) Türkçe geçerlik güvenilirliğini gerçekleştirmiştir. 18 maddeden oluşan ölçek 5’li likert tipinde bir ölçme aracı olarak kullanılmaktadır. Ölçekten tam puan alınmamakta, alt boyutlar üzerinden puanlama gerçekleştirilmektedir. Ölçek 6 alt boyutlu ve 3 alt boyutlu olmak üzere iki şekilde kullanılabilir. 6 alt boyutlu modeldeki alt boyutlar; ilişkisellik doyum, ilişkisellik doyumsuzluk, yeterlik doyum, yeterlik doyumsuzluk, özerklik doyum, özerklik doyumsuzluktur. 3 alt boyutlu modele göre alt boyutlar; ilişkisellik, yeterlik ve özerklik alt boyutlarıdır. Ölçek puanlamasında 9 madde olumlu

olarak puanlanırken, 9 madde de olumsuz olarak puanlanmaktadır. Ölçeğin orijinalinde ilişkisellik, yeterlik ve özerklik alt boyutları için Cronbach alfa katsayıları sırasıyla .78, .79 ve .78 olarak belirlenmiştir¹⁷. Türkçe uyarlamasında üç boyutlu modelin Cronbach alfa katsayıları ilişkisellik alt boyutu için .70, yeterlik alt boyutu için .71, özerklik alt boyutu için .74 olarak belirlenmiştir¹⁸. Bu çalışmada üç alt boyutlu model kullanılmıştır.

Öz-Duyarlılık Ölçeği

Neff¹⁹ tarafından geliştirilen Öz-duyarlılık Ölçeği’ni Türkçeye uyarlama çalışmasını Akın ve ark.¹⁰ tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek 5’li likert tipinde 26 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşmeden oluşan altı alt boyutu bulunmaktadır. Alt boyuttan alınan puanların yüksekliği bireyin ilgili alt boyutun değerlendirdiği özelliklere sahip olduğunu göstermektedir. Toplam puanın ise 1-2.5 arası puan düşük, 2.5-3.5 arası puan orta ve 3.5-5 arası puan yüksek düzeyde öz-duyarlılığı göstermektedir. Ölçeğin orijinal formunda bu ölçeğe ait maddelerin faktör yükleri, öz-sevecenlik için .71-.77, yargılama için .65-.80, paylaşımların bilincinde olma için .57-.79, yabancılaşıma için .63-.75, bilinçlilik için .62-.80 ve aşırı-özdeşleşme için .65-.78 arasında değişmektedir. Orijinal ölçekte Cronbach alfa katsayıları ise alt boyutlar için .75 ve .81 aralığında değişmektedir¹⁹. Türkçe uyarlamasında alt boyutların Cronbach alfa katsayıları .72 ile .80 arasında bulunmuştur²⁰.

Uygulama

Araştırmanın gerçekleştirilebilmesi için Sinop Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulundan (No:2019/19, 08.04.2019) gerekli onay alındıktan sonra araştırmanın uygulanması için kurum izinleri alınmıştır. Çalışma Helsinki Deklarasyonu ilkelerine uygun olarak gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara araştırmanın amacı ile ilgili sözel ve yazılı olarak bilgi verilmiş gönüllü katılım gösterdiklerine dair yazılı aydınlatılmış onamları alınmıştır. Araştırmanın verileri kurum izni ve etik kurul onayı alındıktan sonra toplanmıştır. Hemşirelik öğrencilerine araştırmanın amacı, önemi ve veri toplama araçlarının nasıl doldurulacağı ile ilgili açıklamalar yapılmış, sözel ve yazılı aydınlatılmış onamları alındıktan sonra araştırmaya katılmaya gönüllü olan öğrencilerle uygulama gerçekleştirilmiştir. Verilerin toplanması yaklaşık 10 dk sürmüştür.

İstatistiksel analiz

Veri analizi SPSS 25 (IBM Corp., Armonk, New York, USA) programında gerçekleştirilmiştir. Verilerin tanımlayıcı istatistiklerinde sayı, yüzde ve ortalama kullanılmıştır. Verilerin parametrik test varsayımlarını karşıladığı için istatistiksel analiz olarak iki ortalama arasındaki farkın anlamlılık testi, tek yönlü varyans analizi ve Tukey HSD analizi gerçekleştirilmiştir.

İkili değişkenlerin karşılaştırılmasında yaş, cinsiyet, sınıf gibi değişkenler bağımsız değişken olarak, kendini sabotaj, psikolojik ihtiyaç doyumunda denge ve özduyarlılık toplam puan ve alt boyutları ise bağımlı değişken olarak analiz edilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişki pearson korelasyon analizi ile test edilmiştir. Kendini sabotajın, öz-duyarlılık ve psikolojik ihtiyaç doyumunda denge üzerindeki etkisini belirlemek için basit doğrusal regresyon analizinden yararlanılmıştır. Verilerin anlamlılığı $p < 0.05$ düzeyinde test edilmiştir.

Tablo 1: Hemşirelik öğrencilerinin kendini sabotaj, psikolojik ihtiyaç doyumunda denge ve öz-duyarlılık puan ortalamaları

	Ortalama	Standart Sapma	Min-Max
Kendini Sabotaj Toplam	80.96	11.19	36-118
Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeği Alt Boyutları			
İlişkiselik	22.97	3.78	7-30
Yeterlik	21.42	3.88	7-30
Özerklik	20.85	3.83	6-30
Öz-duyarlılık Ölçeği Toplam Puan ve Alt Boyutları			
Öz-duyarlılık Toplam	3.26	0.61	1.04-4.85
Özsevecenlik	3.20	0.75	1-5
Öz yargılama	2.40	0.88	1-5
Paylaşımların bilincinde olma	3.25	0.79	1-5
İzolasyon	2.75	0.93	1-5
Bilinçlilik	3.33	0.78	1-5
Aşırı özdeşleşme	2.81	0.93	1-5

Demografik değişkenlerden cinsiyete göre psikolojik ihtiyaçlar denge doyum ve öz-duyarlılık alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmıştır. İlişkiselik, aşırı özdeşleşme puanı kadın öğrencilerde, öz yargılama puanı ise erkek öğrencilerde yüksek olduğu belirlenmiştir. Öz-duyarlılık alt boyutlarından öz yargılama puanı erkeklerde öğrencilerde kadın öğrencilerden, aşırı özdeşleşme puanı ise kadın öğrencilerde erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

BULGULAR

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 21.01 ± 1.96 'dır (18-33 yıl). Katılımcıların %73.4'ü kadın, %28.8'i birinci sınıf öğrencisi olup %70.7'si yurttan kaldığını belirtmiştir. Öğrencilerin %51.5 annesi, %34.0'ının babası ilköğretim mezunudur.

Hemşirelik öğrencilerinin kendini sabotaj toplam puanı ortalamasının üzerinde olduğu belirlenmiştir. ($X \pm SS = 80.96 \pm 11.19$, min-max puan aralığı 36-118). Psikolojik ihtiyaç doyumunda denge ölçeğinin alt boyutları incelendiğinde ise öğrencilerin en yüksek ilişkiselik puan ortalamasının, en düşük ise özerklik puan ortalamasının olduğu saptanmıştır (ilişkiselik $X \pm SS = 22.97 \pm 3.78$), özerklik $X \pm SS = 20.85 \pm 3.83$). Katılımcıların öz-duyarlılık toplam puanı ise orta düzeyde olduğu görülmektedir ($X \pm SS = 3.26 \pm 0.61$). Öz-duyarlılık alt boyutlarından en yüksek bilinçlilik en düşük ise öz yargılama puanının olduğu belirlenmiştir (Tablo 1).

Yaşa göre psikolojik ihtiyaçlar doyumunda denge ölçeği alt boyutlarından özerklik puanı 18-20 yaş aralığında 20-23 yaş aralığından daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Sınıfa, kalınan yere, anne ve baba eğitim durumuna göre ise kendini sabotaj, psikolojik ihtiyaç doyumunda denge ve öz-duyarlılık toplam puan ve alt boyutlarında herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır (Tablo 2).

Tablo 2: Demografik değişkenlere göre kendini sabotaj, psikolojik ihtiyaç doyumunda denge ve öz-duyarlılık düzeyleri

	Kendini Sabotaj	Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge			Öz-Duyarlılık						
	Total	İlişkisel	Yeterlik	Özerklik	Toplam Puan	Özsevecenlik	Özyargılama	Paylaşımların Bilincinde Olma	İzolasyon	Bilinçlilik	Aşırı Özdeşleşme
Cinsiyet											
Kadın	81.05± 11.21	23.28± 3.79	21.45± 3.81	20.96± 3.85	3.26± 0.65	3.22± 0.73	2.50± 0.90	3.16± 0.79	2.80± 0.92	3.32± 0.79	2.89± 0.94
Erkek	80.74± 11.16	22.10± 3.63	21.35± 4.07	20.56± 3.79	3.25± 0.51	3.14± 0.79	2.70± 0.79	3.07± 0.78	2.76± 0.93	3.36± 0.74	2.60± 0.86
İstatistiksel Analiz	t=.264 p=.792	t=3.053 p=.002	t=.268 p=.789	t=1.013 p=.311	t=.247 p=.805	t=1.002 p=.317	t=-2.254 p=.025	t=1.133 p=.258	t=.355 p=.723	t=-.406 p=.685	t=3.007 p=.003
Yaş											
18-20 yaş ^a (n=204)	80.07± 11.10	23.22± 3.75	21.59± 4.09	21.41± 3.92	3.26± 0.65	3.17± 0.78	2.51± 0.88	3.15± 0.82	2.78± 0.97	3.33± 0.81	2.83± 0.96
20-23 yaş ^b (n=249)	81.95± 11.22	22.75± 3.83	21.27± 3.69	20.42± 3.66	3.25± 0.59	3.22± 0.72	2.59± 0.90	3.14± 0.78	2.80± 0.89	3.33± 0.76	2.83± 0.90
24 ve üzeri ^c (n=29)	78.80± 11.10	23.01± 3.56	21.59± 3.98	20.62± 4.32	3.30± 0.47	3.17± 0.72	2.61± 0.76	3.02± 0.59	2.72± 0.94	3.40± 0.68	2.47± 0.82
İstatistiksel Analiz	F=2.157 p=.117	F=.884 p=.414	F=.431 p=.650	F=3.830 p=.022 a-b	F=.081 p=.922	F=.199 p=.819	F=.548 p=.578	F=.367 p=.693	F=.104 p=.902	F=.106 p=.900	F=2.057 p=.129

Tablo 3. Kendini sabotaj, öz-duyarlılık ve psikolojik ihtiyaç doyumunda denge ölçekleri aralarındaki ilişki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. Kendini Sabotaj	-										
2. İlişkisel	-,316**										
3. Yeterlik	-,423**	,455**									
4. Özerklik	-,360**	,412**	,488**								
5. Öz-duyarlılık Toplam Puanı	-,510**	,376**	,480**	,468**							
6. Özsevecenlik	-,241**	,240**	,353**	,311**	,733**						
7. Özyargılama	,470**	-,356**	-,412**	-,416**	-,781**	-,354**					
8. Paylaşımların Bilincinde Olma	-,109*	,192**	,214**	,197**	,580**	,620**	-,204**				
9. İzolasyon	,509**	-,341**	-,384**	-,422**	-,733**	-,258**	,686**	-,103*			
10. Bilinçlilik	-,316**	,275**	,390**	,333**	,750**	,731**	-,348**	,581**	-		
11. Aşırı Özdeşleşme	,520**	-,213**	-,320**	-,331**	-,768**	-,320**	,652**	-,182**	,703**	-,403**	-

**p<0.01 *p<0.05

Kendini sabotaj puanı ile psikolojik ihtiyaçlar denge doyumunda arasında negatif yönde orta düzeyde bir ilişki belirlenmiştir (ilişkisel $r=-.316$; yeterlik $r=-.423$; özerklik $r=-.360$). Kendini sabotaj puanı öz-duyarlılık toplam puanı, özsevecenlik, paylaşımların bilincinde olma, bilinçlilik alt boyutları ile negatif ilişkili (korelasyon katsayısı aralığı $-.510$ -, $-.109$), izolasyon,

öz-yargılama ve aşırı özdeşleşme alt boyutları ile ise pozitif ilişkide (korelasyon katsayısı aralığı $.520$, $.470$) olduğu görülmektedir. Öz-duyarlılık toplam puanı ile ilişkisel, yeterlik ve özerklik puanları aralarında orta düzeyde pozitif bir ilişki belirlenmiştir (korelasyon katsayısı aralığı $.468$, $.376$). Başka bir ifadeyle kendini sabotaj puanı azaldıkça öz-duyarlılık ve psikolojik

ihtiyaç doyumunda denge puanlarının arttığı saptanmıştır (Tablo 3).

Kendi sabotaj puanı azaldıkça öz-duyarlık toplam puanı ($\beta = -0.510$, $p < 0.001$) ve psikolojik ihtiyaç doyumunda denge ölçeği alt boyutlarından ilişkisellik

($\beta = -0.316$, $p < 0.001$), yeterlik ($\beta = -0.423$, $p < 0.001$) ve özerklik ($\beta = -0.360$, $p < 0.001$) puanı artmaktadır. Kendini sabotaj puanı, öz-duyarlık toplam puanını %26, ilişkisellik puanını %10, yeterlilik puanını %18, özerklik puanını ise %13 açıkladığı belirlenmiştir (Tablo 4).

Tablo 4. Kendini sabotajın öz-duyarlık ve psikolojik ihtiyaç doyumunda denge üzerine etkisi.

Kendini Sabotaj	β	SD	B	R2	F	p
Öz-Duyarlık Toplam Puanı	-.510	.002	-.028	.260	169.074	< .001
İlişkisellik	-.316	.015	-.107	.100	53.425	< .001
Yeterlik	-.423	.014	-.147	.179	104.895	< .001
Özerklik	-.360	.015	-.123	.129	71.392	< .001

TARTIŞMA

Araştırmanın bulguları incelendiğinde hemşirelik öğrencilerinde kendini sabotaj puanının ortalamasının üzerinde, öz-duyarlılığın orta düzeyde ve ilişkisellik puanının ise en yüksek olduğu belirlenmiştir. Literatür incelemesinde de benzer biçimde hemşirelik öğrencilerinde öz-duyarlılığın orta düzeyde olduğu saptanmıştır^{9,21,22}. Bakımda şefkati ön plana alan öz-duyarlık geliştirilebilen bir özellik olup mesleki açıdan ilişkilerin gelişimi ve kaliteli bakımın sağlanmasında önemli bir role sahiptir. Bu nedenle hemşirelik öğrencilerinde öz-duyarlılığın yükselmesinde mesleğe adım atmadan akademik yaşam boyunca gelişimine yönelik üzerinde çalışılması gerekmektedir. Bir diğer değişken olan psikolojik ihtiyaçlardan ilişkisellik puanının hemşirelik öğrencilerinde yüksek, özerklik puanının ise düşük olduğu belirlenmiştir. İlişkili olma ihtiyacı başkalarıyla etkileşim içinde olma, onlarla ilgilenmeyi istemeyi içermektedir²³. Adölesan dönemde akranlar ve başkalarıyla bir arada bulunma, onların onayını alma, gruplarına dahil olma, ilişkilerin devamlılığı ve sürdürülmesi dönemin gereksinimleri açısından da önemli bir yeri bulunmaktadır. Orkibi, Ronen²⁴ adölesanlarda gerçekleştirdiği çalışma da ilişkisellik puan ortalamasının en yüksek olduğu saptanmıştır. Kültüre göre ilişkisel ve özerk benlik kurguları değişebilmekte olup ülkemiz gibi toplulukçu kültürlerde ilişkisel benlik kurgusu daha ön plandadır¹⁸. Bu durumda aslında öğrencilerin kişilerarası ilişkileri önemsediklerini göstermektedir. Diğer yandan özerklik puanının düşük olması ise karar alma süreçlerini zamanla olumsuz etkileyebilir. Bu nedenle öğrencilerin istek ve tercihlerine uygun bir biçimde özerkliklerini kazanmalarına yönelik

eleştirel düşünme, problem çözme gibi becerilerinin gelişimine yönelik çeşitli fırsatlar sağlanabilir.

Demografik değişkenlerden cinsiyet, yaş gibi değişkenlere göre psikolojik ihtiyaçlar ve öz-duyarlık puanlarına göre anlamlı farklılıklar belirlenmiştir. Cinsiyete göre öz-duyarlık puanı incelendiğinde öz yargılama puanı erkeklerde kadınlardan, aşırı özdeşleşme puanı ise kadınlarda erkeklerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bulgu kadınların ve erkeklerin baş etme biçimleri arasındaki farkı yansıttığı söylenebilir. Kadınların olayları duygusal açıdan, erkeklerin ise sorunlarının çözümünde içsel bir yaklaşım sergileyerek yargılama sürecinden geçirecek bireysel olarak ele almaya yatkın olduğu söylenebilir. Murn ve Steele²⁵ çalışmasında aşırı özdeşleşme puanının kadınlarda erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Griffith²⁶ kolej öğrencilerinde gerçekleştirdiği çalışmada öz yargılama ve aşırı özdeşleşmenin kadınlarda erkeklerden daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Neff²⁷ öz yargılamayı bireyin başarısızlıklara yönelik duygusal açıdan tepkisini içerdiğini belirtmektedir.

Cinsiyete göre psikolojik ihtiyaç doyumunda ilişkisellik puanının kadın öğrencilerde erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer biçimde gerçekleştirilen çalışmalarda da bu bulguyu desteklemektedir^{28,29}. Kadınların ilişkileri, etkileşim içinde olabilmeyi bu gereksiniminin ise daha ön planda olduğu ortaya konulmaktadır. Bir diğer yandan Sapmaz ve ark³⁰ gerçekleştirdiği psikolojik ihtiyaçların mutluluktaki rolünün incelendiği çalışmada cinsiyete göre herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır. Kendini sabotaj puanında ise cinsiyete göre herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır.

Her iki cinsiyette kendini engelleme stratejilerini kullanabildiğini gösteren pek çok çalışmaya bulunmaktadır³¹⁻³⁵. Özellikle üniversite yaşamının ergenlik dönemini de içine aldığı düşünüldüğünde bu gelişimsel dönemden de kendini sabote etme davranışlarına yönelme görülebilmektedir³³. Bir diğer taraftan bu çalışmanın tersine Anlı ve ark.¹ gerçekleştirdiği çalışmada ise erkek öğrencilerin kendini sabotaj puanlarının kadın öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Yaşa göre 18-20 yaş aralığında 20-23 yaş aralığına göre özerklik ihtiyacının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Üniversite yıllarının ilk başlangıcı aileden ayrılmaların görüldüğü yeni bir ortam, yeni bireylerle bir arada yaşandığı bağımsızlığın üst düzeyde olduğu dönemdir. Bu dönemde rollerinde farklılaşması seçimleri etkilemekte ve özerklik duygularını da ön plana getirebilmektedir. Özerklik ihtiyacı bireyin kendi eylemleri ile ilgili dışsal ve içsel olarak karar alma sürecine katılmasıyla ilgilidir.

Çalışmada kendini sabotaj puanı arttıkça öz-duyarlılık toplam puanının ve psikolojik ihtiyaçların azaldığı belirlenmiştir. Ayrıca kendini sabotaj özduyarlılığı %26 açıkladığı saptanmıştır. Literatür incelemesinde de çalışma ile benzer biçimde kendini sabotaj öz-duyarlılığın negatif yönde açıkladığı yordadığı saptanmıştır³⁶⁻³⁸. Öz-duyarlı bireyler değerlendirmeler karşısında tehdit altında hissetme düzeyleri daha az olduğundan olumlu ve olumsuz değerlendirmeleri kabul etmektedir³⁸. Ancak kendini sabote eden bireyler olumsuz değerlendirmeyi benliğine yönelik bir tehdit olarak algılayabildiğinden bu durumu başkalarına yükleyebilmektedir. Başkalarını suçlama, olayları gerçek algılamayı bozabilir ve hemşirelerin mesleki performans ve bakım kalitesini olumsuz etkileyebilmektedir.

Katılımcıların tümü iki üniversitede eğitim gören hemşirelik öğrencileri olduğu için araştırmanın kapsamındaki sınırlılıktan söz edilebilir. Bu nedenle araştırma bulguları tüm hemşirelik bölümlerine genellenememektedir.

Sonuç olarak bu çalışmada hemşirelik öğrencilerinin kendini sabotaj, öz-duyarlılık ve psikolojik ihtiyaç doyumunda denge aralarındaki ilişki incelenmiştir. Öğrencilerin orta düzeyde öz-duyarlılığa sahip olduğu bilinçlilik puanının en yüksek, öz yargılama puanının ise en düşük, psikolojik ihtiyaçların doyumunda ise ilişkisellik puanının en yüksek olduğu belirlenmiştir. Kendini sabotaj puanı arttıkça öz-duyarlılık ve psikolojik ihtiyaçların ise azaldığı saptanmıştır.

Gerçekleştirilen regresyon analizinde ise kendini sabotajın öz-duyarlılığı %26 açıkladığı bulunmuştur. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda bireylerin kendini engelleme davranışlarının önlenmesinde öz-duyarlılığın ve psikolojik ihtiyaçların önemli yeri olduğu ortaya konulmaktadır. Bu doğrultuda ilerde mesleğe adım atacak olan hemşirelik öğrencilerinin benliğinin güçlendirilmesi, psikolojik gereksinimlerinin dikkate alınması iyi oluşluğunu artırıcı davranışlara yöneltilmesi başarısızlıklarını dışsallaştırmalarını önleyecek, kendine ve diğerlerine yönelik daha duyarlı, esnek davranışlar sergilemesine katkı sağlayabilecektir. Hemşirelik öğrencilerinin mesleki yaşamlarında karar alma süreçlerine yardımcı olacağı için yeterli ve özerkliğin gelişimine yönelik çeşitli programlar oluşturulması önerilebilir. Kendini sabotaj davranışının önlenmesine yönelik sonraki çalışmalarda müdahale çalışmalarına yer verilmesi öğrencilerin mesleki yaşamı için önemli adımlar olacağı düşünülmektedir. Daha büyük örneklemelerde de benzer çalışmalar ve izlem çalışmaları da gerçekleştirilebilir.

Yazar Katkıları: Çalışma konsepti/Tasarımı: AA; Veri toplama: AA, NK; Veri analizi ve yorumlama: AA; Yazı taslağı: AA; İçerğin eleştirel incelenmesi: AA, NK; Son onay ve sorumluluk: AA, NK; Teknik ve malzeme desteği: AA; Süpervizyon: AA; Fon sağlama (mevcut ise): yok.
Etik Onay: Bu çalışma için Sinop Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulundan 08.04.2019 tarih ve 2019/19-02 sayılı kararı ile etik onay alınmıştır.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması beyan etmemişlerdir.

Finansal Destek: Yazarlar finansal destek beyan etmemişlerdir.

Author Contributions: Concept/Design : AA; Data acquisition: AA,NK; Data analysis and interpretation: AA; Drafting manuscript: AA; Critical revision of manuscript: AA, NK; Final approval and accountability: AA, NK; Technical or material support: AA; Supervision: AA; Securing funding (if available): n/a.

Ethical Approval: Ethical approval was obtained for this study from Sinop University Human Research Ethics Committee with the decision dated 08.04.2019 and numbered 2019 / 19-02.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: Authors declared no conflict of interest.

Financial Disclosure: Authors declared no financial support

KAYNAKLAR

1. Anlı G, Akın A, Şar AH, Eker H. Kendini sabotaj ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi. 2015;14:160-172.
2. Berglas S, Jones EE. Drug choice as a self-handicapping strategy in response to non-contingent success. J Pers Soc Psychol. 1978;36:405-17.
3. Török L, Szabo ZP The theory of self-handicapping: forms, influencing factors and measurement. Československá psychologie. 2018;173-188.
4. McCrea SM, Hirt ER. The role of ability judgments in self-handicapping. Pers Soc Psychol Bull.. 2001;27:378-1389.

5. Yavuzer Y. Investigating the relationship between self-handicapping tendencies, self-esteem and cognitive distortions. *Educ Sci Theory Pract.* 2015;15:879-90.
6. Chen Z, Sun K, Wang K. Self-esteem, achievement goals, and self-handicapping in college physical education. *Psychol Rep.* 2018;121:690-704.
7. Üzar Özçetin YS, Hiçdurmaz D. Kendini sabote etme ve ruh sağlığı üzerine etkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry* 2016;8:145-154.
8. Sakız H, Sarıçam H. Self-compassion and forgiveness: The protective approach against rejection sensitivity, *International Journal of Human Behavioral Science.* 2015;1:10-21.
9. Hiçdurmaz D, Aydın A. The relationship between nursing students' self compassion and multidimensional perfectionism levels and the factors that influence them. *Journal of Psychiatric Nursing.* 2017;8:86-94
10. Bulduk S, Ardiç E. Hemşirelik öğrencilerinde öz duyarlılığın incelenmesi. *G.O.P. Taksim E.A.H. JAREN.* 2015;1:60-65.
11. Nazik E, Arslan S. Hemşirelik öğrencilerinin empatik becerileri ile öz duyarlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi.* 2011;14:69-75.
12. Gunnell KE, Mosewich AD, McEwen CE, Eklund RC, Crocker P. Don't be so hard on yourself! Changes in self-compassion during the first year of university are associated with changes in well-being. *Pers Individ Diff.* 2017;107:43-48.
13. Barutçu Yıldırım F, Demir A. Self-handicapping among university students: the role of procrastination, test anxiety, self-esteem, and self-compassion. *Psychol Rep.* 2019;. doi:10.1177/0033294118825099.
14. Kaya H, Altun ŞÖ. Hemşirelerin temel psikolojik ihtiyaçları ve etkileyen faktörler. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi.* 2018;5:295-305.
15. Jones EE, Rhodewalt F. The-self handicapping scale. (Available from Frederick Rhodewalt, Dept. of Psychology, University of Utah, Salt Lake City, UT 84112). 1982.
16. Akın A. Self-handicapping scale: A study of validity and reliability. *Educ Sci.* 2012;37:177-188.
17. Sheldon KM, Hilpert JC. The balanced measure of psychological needs (BMPN) scale: An alternative domain general measure of need satisfaction. *Motiv Emo.* 2012;36:439-51.
18. Kardeş F, Yalçın N. An adaptation study of the Balanced Measure of Psychological Needs (BMPN) Scale to Turkish culture. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi.* 2018;47:357-83.
19. Neff KD. The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self Identity.* 2003;2:223-50.
20. Akın Ü, Akın A, Abacı, R. Öz-duyarlık ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi.* 2007;33:1-10.
21. Eraydın Ş, Karagözoğlu Ş. Investigation of self-compassion, self-confidence and submissive behaviors of nursing students studying in different curriculums. *Nurse Educ Today.* 2017;54:44-50.
22. Şenyuva E, Kaya H, Işık B, Bodur G. Relationship between self-compassion and emotional intelligence in nursing students. *Int J Nurs Pract.* 2014;20:588-96.
23. Ryan RM. Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *J Pers.* 1995; 63: 397-427.
24. Orkibi H, Ronen T. Basic psychological needs satisfaction mediates the association between self-control skills and subjective well-being. *Front Psychol.* 2017;8:936.
25. Murn LT, Steele MR. What matters most? Age and gender differences in self-compassion and body attitudes among college students, *Counsel Psychol Q.* 2020;33:541-560.
26. Griffith ER. Spirituality and self-compassion among college students. 94th Annual Meeting Abstracts. 2019; 91(1). <http://pwvas.org/index.php/pwvas/article/view/468>.
27. Neff KD. The self-compassion scale is a valid and theoretically coherent measure of self-compassion. *Mindfulness.* 2015;7:264-74.
28. Cihangir Çankaya Z. Öğretmen adaylarında temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve iyi olma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi.* 2009;7:691-711.
29. Harvey VS, Retter K. Variation of gender differences between children and adolescents on the four basic psychological needs. *International Journal of Reality Therapy.* 2002;21:33-6.
30. Sapmaz F, Doğan T, Sapmaz S, Temizel S, Tel F. Examining predictive role of psychological need satisfaction on happiness in terms of self-determination theory. *Procedia Soc Behav Sci.* 2012;55:861-8.
31. Topal S, Yalnızoğlu Çaka S, Çınar N. Determination of the relationship between self-handicapping and burnout of nursing students. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi.* 2018;47:337-56.
32. Kalyon A, Dadandı I, Yazıcı, H. The relationships between self-handicapping tendency and narcissistic personality traits, anxiety sensitivity, social support, academic achievement. *Dusunen Adam.* 2016;29:237-46.
33. Zarshenas L, Jahromi, LA, Jahromi, MF. et al. Self-handicapping among nursing students: an interventional study. *BMC Med Educ.* 2019; 19, 26.
34. Büyükgöze H, Gün F. Araştırma görevlilerinin kendini sabotaj eğilimlerinin incelenmesi. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi.* 2015;8:690-704.

35. Kamuk YU, Şensoy E. Dalga sörfü hakemlerinin kendini sabotaj düzeyleri. *Turkish Studies Social Sciences*. 2019;14:683-95.
36. Akın U, Akın A. The predictive role of self-compassion on self-handicapping in Turkish university students. *Ceskoslovenska Psychologie*. 2015;59:33-43.
37. Petersen L. Self-compassion and self-protection strategies: The impact of selfcompassion on the use of self-handicapping and sandbagging. *Pers Individ Diff* 2014;56:133-8.
38. Barutçu Yıldırım F, Demir A. Kendini engellemenin yordayıcıları olarak öz saygı, öz anlayış ve akademik özyeterlilik. *Ege Eğitim Dergisi*. 2017;2:676-701.