



Copyright © 2017 T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı
<http://genclikarastirmalari.gsb.gov.tr/>
 Gençlik Araştırmaları Dergisi • Kasım 2017 • 5(13) • 127-136

ISSN 2147-8473
 Başvuru | 29 Eylül 2017
 Kabul | 17 Ekim 2017

Sağlıklı Yaşam İçin Bir Adım: Öğrenci Kulüp Etkinliği

Dilek Aktaş*

Erdal Ceylan**

Reyhan Eskiuyurt***

Birgül Özkan****

Öz

Eğitim-öğretim hayatı sürecinde öğrenciler okul ortamında çeşitli faaliyetlerde bulunurlar. Bu faaliyet alanlarından birisi de öğrenci kulüpleridir. Üniversite yaşamında yetişkin bir birey olarak öğrenci, kulüp faaliyetleri ile hem topluma yön verecek etkinlikler gerçekleştirir hem de kendi gelişimine katkıda bulunmaktadır. Üniversiteler mesleki yaşama yönelik eğitim yapmanın yanı sıra bireylerin sosyal gelişimlerini sağlamayı ve bireylere farklı konularda beceriler kazandırmayı da hedefler. Bu nedenle üniversitelerde öğrenci kulüplerinin kurulması üniversitenin amaçlarına ulaşması için oldukça önemlidir.

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi (AYBÜ) öğrenci kulüpleri, üniversite öğrencilerinin bilimsel, sosyal, kültürel, sanatsal, sportif ve mesleki alanlarda sürekli faaliyet göstermeleri amacıyla oluşturdukları öğrenci kulüpleridir. Bunlardan birisi olan AYBÜ Sağlıklı Yaşam Kulübü 2016 tarihinde kurulmuştur. Kulübün amacı sağlıklı bireylerin ve sağlıklı toplumun gelişmesine katkıda bulunmak, sağlık eğitimleri planlamak; bilimsel, sosyal ve kültürel etkinlikler organize etmek, sağlıklı yaşamın temel bileşenlerini anlatarak çağımızın hastalıkları konusunda eğitmek ve bilgilendirme çalışmaları yapmaktır.

Bu çalışmada, AYBÜ Sağlıklı Yaşam Kulübü öğrencilerinin sağlığı koruma ve geliştirmeye yönelik gerçekleştirdiği bu etkinlikler ve bu etkinliklere ilişkin öğrencilerin kazanımları ayrıntılı olarak ele alınmıştır. Çalışmada öğrencilerin sosyal yönden gelişim, kişisel gelişim, farklı kişilerle iletişim sağlamak amacıyla ve görev ve sorumluluk bilinci nedeniyle kulübe üye oldukları saptanmıştır. Öğrenciler bir öğrenci kulübünde yer almanın yararlarını; iletişim becerilerinde artış sağlama, mesleki ve toplumsal duyarlılık sağlama, problem çözme becerisini geliştirme, ekip çalışması becerisini sağlamak olarak ifade etmiştir. Öğrenciler kulüp faaliyetleri sırasında prosedürler, düşük katılımcı sayısı, maddi kaynaklar ve grup çalışmasının getirdiği olumsuzluklar nedeni ile sorun yaşadıklarını belirtmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sağlıklı Yaşam, Öğrenci Kulübü, Öğrenci Grupları, Hemşirelik, Kulüp Etkinlikleri, Aybü

* Arş. Gör. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara, dilekaktas_88@yahoo.com

** Arş. Gör. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara, sinerkub_239@hotmail.com

*** Arş. Gör. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara, reyhan.nyhn.reyhan@gmail.com

**** Yrd. Doç. Dr. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara, Hemşirelik Bölümü, ozkanbirgul7@gmail.com

Abstract

During the education-life process, students are involved in various activities in university environment. One of these activity areas is the student clubs. As an adult individual in university life, the student will be able to both organize club activities which guide societies, and contribute to his or her development through club activities.

Ankara Yıldırım Beyazıt University (AYBU) student clubs are the student clubs that are designed by university students to operate continuously in scientific, social, cultural, artistic, sports and Professional fields. One of these clubs is "AYBU Healthy Life Club" which established in 2016. This club aims to contribute to the development of healthy individuals and healthy society, organize health education, organize activities, and lastly, to educate and inform people about the current diseases by explaining the basic criteria of healthy life. Within the scope of these objectives, several activities were planned by members of AYBU Healthy Life Club.

In this study, activities conducted by of AYBU Healthy Life Club students to protect and improve the health and the achievements of the students in relation to the activities are discussed in detail. In the study, it was determined that the students joined the Healthy Life club with the aims of social development, personal development, communication with different people, and due to awareness of duty and responsibility as well. According to students' views on the benefits of joining a student club, it helped them to increase communication skills, to provide professional and social sensitivity, to improve problem solving skills and to gain team work skills. Students reported problems with long and procedures, low number of participants, financial resources, and negativity caused by group work during club activities.

Keywords: Healthy Life, Student Club, Student Groups, Nursing, Club Activities, AYBU

Giriş

Eğitim-öğretim hayatı sürecinde öğrenciler okul ortamında çeşitli faaliyetlerde bulunurlar. Bu faaliyet alanlarından birisi de öğrenci kulüpleridir (Eskici ve Aktaş, 2014). Öğrenci kulüpleri; öğrencilerin öğrenim süreçleri boyunca bilimsel, sosyal kültürel, sanatsal ve sportif alanlarda okul içi ve dışı etkinliklerde bulunmalarını sağlamak için oluşturulan gruplar olarak tanımlanmaktadır (Resmi Gazete, 2008).

Üniversite yaşamında yetişkin bireyler olarak öğrenciler, kulüp faaliyetleri ile hem topluma yön verecek etkinlikler gerçekleştirir hem de kendi gelişimlerine katkıda bulunurlar. Üniversiteler mesleki yaşama yönelik eğitim yapmanın yanı sıra bireylerin sosyal gelişimlerini sağlamayı ve bireylere farklı konularda beceriler kazandırmayı da hedefler. Bu nedenle üniversitelerde öğrenci kulüplerinin kurulması üniversitenin amaçlarına ulaşması için oldukça önemlidir (Resmi Gazete, 2008). Bu bağlamda üniversitelerde kurulan öğrenci kulüpleri öğrencilerin bilimsel, kültürel, sosyal, sanatsal ve sportif etkinliklerde bulunmalarını sağlamaktadır (T.C Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Öğrenci Kulüpleri Kuruluş ve İşleyiş Yönergesi, 2011). Daha ayrıntılı bakılacak olursa öğrenci kulüplerine katılmak öğrencilerin daha yüksek akademik başarıya sahip olmalarını (Wang ve Shiveley, 2015), okula düzenli olarak katılmalarını, özgüvenlerinin artmasını, benlik saygısı kazanmalarını, okula

bağlılıklarının artmasını ve toplumdaki yetişkinlerle olumlu biçimde iletişime geçmelerini sağlamaktadır (Wilson, 2009). Ayrıca öğrencilerin liderlik becerilerinin gelişmesine (Foreman ve Retallick, 2013), kendilerini daha iyi tanımalarına, yeni ağlar oluşturmalarına ve farklı insan gruplarıyla çalışmalarına olanak sağlayabilmektedir (Bentley University, 2017). Foubert ve Grainger'in (2006), 407 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmada öğrenci birliklerine katılan öğrencilerin eğitim, kariyer planlaması, yaşam tarzı planlaması, yaşam tarzı yönetimi, kültürel katılım ve akademik özerklik alanlarının tümünde öğrenci birlikleri ile hiç ilgilenmeyen öğrencilere göre daha iyi oldukları belirlenmiştir (Foubert ve Grainger, 2006). Mizusawaa ve arkadaşlarının (2012), yaptığı çalışmada bir öğrenci kulübüne ait olan öğrencilerin mesleğe hazır olma puanının diğer öğrencilerin mesleki hazır olma puanından yüksek olduğu belirtilmiştir (Mizusawaa, Hochiave Mizunoo, 2012).

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi (AYBÜ) öğrenci kulüpleri, üniversite öğrencilerinin bilimsel, sosyal, kültürel, sanatsal, sportif ve mesleki alanlarda sürekli faaliyet göstermeleri amacıyla kurulmuştur (T.C Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Öğrenci Kulüpleri Kuruluş ve İşleyiş Yönergesi, 2011). Bunlardan birisi olan Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlıklı Yaşam Kulübü Eylül 2016 tarihinde kurulmuş, kurulduktan hemen sonra da danışman ve üyeleriyle faaliyetlerine başlamıştır. Kulübün amacı sağlıklı bireylerin ve sağlıklı toplumun gelişmesine katkıda bulunmak, sağlık eğitimleri (konferanslar, seminerler, halk eğitimi faaliyetleri) planlamak; bilimsel, sosyal ve kültürel etkinlikler organize etmek, sağlıklı yaşamın temel bileşenlerini anlatarak çağımızın hastalıkları konusunda eğitim ve bilgilendirme çalışmalarını planlamak ve uygulamaktır.

Bu amaçlar kapsamında 2016-2017 eğitim öğretim yılında Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlıklı Yaşam Kulübü olarak birtakım faaliyetler gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada AYBÜ Sağlıklı Yaşam Kulübü öğrencilerinin sağlığı koruma ve geliştirmeye yönelik gerçekleştirdiği bu etkinlikler ayrıntılı olarak ele alınacaktır. Ayrıca üye olan öğrencilerin öğrenci kulübünde yer almak isteme nedenine, kulüp faaliyetlerinin öğrencilere sağladığı yararlarla ve öğrencilerin faaliyetler sırasında karşılaştıkları sorunlara yer verilecektir.

Yöntem

Bu çalışmada Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlıklı Yaşam Kulübü'nün 2016-2017 eğitim öğretim yılındaki faaliyetlerine yer verilmiştir. Çalışma üye olan öğrencilerin öğrenci kulübünde yer almak isteme nedenini, kulüp faaliyetlerinin öğrencilere sağladığı yararları ve öğrencilerin faaliyetler sırasında karşılaştıkları sorunları belirlemek amacıyla nitel çalışma olarak yürütülmüştür. Çalışmada yazılı görüş alma tekniği kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu Sağlıklı Yaşam kulübüne üye araştırmaya katılmaya gönüllü 18 öğrenci oluşturmuştur. Çalışmaya katılan öğrencilere Ö1 den Ö 18 e kadar kod verilmiştir. Öğrencilerin görüşleri bulgu ve tartışma bölümünde kendilerine verilen kodlarla belirtilmiştir.

Öğrencilere araştırmacılar tarafından hazırlanmış 4 açık uçlu sorudan oluşan veri toplama formu verilmiştir. Öğrencilerin verdiği yanıtlardaki cümle bozuklukları öğrencilerin oluru alınarak düzeltilmiştir. Temel veri analizi ve derinlemesine veri analizi teknikleri kullanılmıştır.

Bulgular

Araştırma bulguları iki başlık altında incelenmiştir.

1. AYBÜ Sağlıklı Yaşam Kulübü Tarafından Gerçekleştirilen Aktiviteler

AYBÜ Sağlıklı yaşam kulübü tarafından gerçekleştirilen aktivitelerin ilki sosyal etkinlik kapsamında olup kulüp üyelerinin tanışması amacıyla planlanan ve öğretim elemanlarının da eşlik ettiği “Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlıklı Yaşam Kulübü Tanışma Kahvaltısı”dır. Kahvaltı etkinliğinde öğretim elemanları gençlerle aynı masada birlikte kahvaltı ederken, kendi hayat hikâyelerini, hemşirelik ve akademisyenlik tecrübelerini ve tüm meslek hayatları boyunca karşılaştıkları zorlukları, başarılarını, başarısızlıklarını ve edindikleri tecrübeleri anlatmışlardır. Ayrıca deneyimlerini paylaşarak, genç hemşire adaylarına yeni bakış açıları kazandırmaya çalışmışlardır. Daha sonra kulüp üyelerinden özellikle çalışma alanları olmak üzere farklı konularla ilgili gelen sorular sohbet havasında tartışılmıştır. Son olarak da Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlıklı Yaşam Kulübü olarak bir yıllık dönem içerisinde yapılması düşünülen faaliyetler listelenerek çalışma ve organizasyon takvimi oluşturularak etkinlik sonlandırılmıştır.

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlıklı Yaşam Kulübü olarak bilimsel etkinlik kapsamında yapılması düşünülen etkinliklerden bir tanesi kulüp üyeleri ve hemşirelik bölümü öğrencileri ile beraber sağlık alanında bir kongre, konferans ya da sempozyuma katılmaktı. Profesyonel meslek eğitiminde; bilgi, beceri, tutum, davranış, karar verme, uygulama gücü ve değerlendirmenin yanı sıra kurs, sempozyum ve kongre gibi bilimsel toplantılarda son gelişmeleri takip etme çalışmaları da önem arz etmektedir (Hindistan, Güner ve Bayrak, 2017). Bu kapsamda kulübün ilk bilimsel etkinliği, Sağlıklı Yaşam Kulübü üyeleri ve Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Hemşirelik Bölümü öğrencileri olmak üzere toplam 65 öğrenci ile gidilen, Başkent Üniversitesi ve Öğrenci Hemşireler Derneği (ÖHDER) işbirliğiyle yapılan “Hemşirelikte Profesyonelleşme Sempozyumu”dur. Hemşirelikte Profesyonellik, profesyonelleşme yolunda öğrencilerden beklentiler, bireysel ve mesleki gelişim için sorumluluk ve motivasyon, özel dal hemşireliği, kariyer planlamaya akademisyen ve öğrenci gözünden bakış gibi konuların tartışıldığı sempozyumda Hemşirelik Bölüm Başkanı ve aynı zamanda Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlıklı Yaşam Kulübü danışmanı olan Sayın Yrd. Doç. Dr. Birgül ÖZKAN da konuşmacı olarak yer almış ve “Hemşirelikte Araştırmanın Yeri ve Önemi” konulu bir sunum yapmıştır. Sağlık alanında bakım kalitesinin artırılmasında araştırma sonuçları ve kanıta dayalı uygulamalara gereksinim bulunmaktadır. Bu nedenle de özellikle mesleki gelişimin ilk basamaklarından biri olan üniversite eğitiminde öğrencilerin profesyonel özelliklerini geliştirmelerini destekleyecek kanıt temelli çalışmaların sonuçlarını takip etmeleri önemlidir (Hindistan ve ark., 2017). Çünkü bu bilimsel toplantılar önemli konu ve alanlarda uzmanlık düzeyinin yükselmesine ve akademik hayatın gelişmesine katkıda bulunmaktadır (İstanbul Kongre&Ziyaretçi Bürosu, 2017).

Kariyer planlama ve geliştirme hemşirelerin bir profesyonel olarak gelişmesinde gerekli ve önemli bir araçtır. Kariyer planlama, hemşirelerin bireysel ve mesleki gelişimleri ile

iş ve özel yaşamında oluşan değişikliklere uyum sağlamalarına yardımcı olmaktadır. Her meslekte olduğu gibi hemşirelikte de planlamadan, kendi olurlarına bırakılarak bir iş sahibi olduğunda iş doyumu olumsuz etkilenmekte ve bu durum hem hemşirelerin hem de hizmet sunulan toplumun yaşam kalitesini olumsuz etkilemektedir. Toplum sağlığının geliştirilmesinde önemli bir yere sahip olan hemşirelik mesleğini kendilerine meslek edinmiş ya da edinecek olan bireyler mesleğin gerekliliklerini tam olarak yerine getirebilmesi için kariyer planlaması yapmalıdır (Arslan ve Özsoy, 2013). Buradan yola çıkarak, hemşirelik öğrencilerinin mezuniyet sonrası süreçteki kariyer planlamalarına katkı sağlamak ve hemşirelik mesleğinde kariyer planlamanın farkında olan öğrenciler mezun etmek amacıyla Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Kültür ve Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü Bilimsel Etkinlik Komisyonu işbirliği ile 12 Nisan 2017 tarihinde “*Hemşirelikte Kariyer Günleri*” gerçekleştirilmiştir. Programda Koç Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi’nden Prof. Dr. Ayişe Karadağ “*Hemşirelikte Kariyer Yolları-Sorular ve Cevaplar*”, Sağlık Bakanlığı Sağlık Meslek Standartları Daire Başkanlığı’ndan Serap Açıkgöz Çepni “*Sağlık Bakanlığı Bünyesinde Hemşirenin Çalışma Alanları ve İstihdamı*”, Türk Hemşireler Derneği’nden Yrd. Doç. Dr. Gülten Koç “*Mesleki Gelişimde Örgütlenmenin Önemi*”, LÖSANTE Hemşirelik Hizmetleri Direktörü Uzman Hemşire Emel Gürçay “*LÖSANTE çocuk ve yetişkin Hastanesi*” konularında katılım sağlamışlardır. Alanlarında uzman olan katılımcılar hemşirelik bölümünde eğitim-öğretim gören öğrencilerimize faaliyette buldukları hastanelerdeki çalışma koşulları, hemşirelerin görevleri, verilen eğitimler, ücret sistemi, özlük hakları ile farklı kariyer olanakları ve işe alım sürecinde aranan nitelikler konularında ayrıntılı bilgiler sunmuşlardır. Tüm hemşirelik öğrencilerin katıldığı ve katılımın yoğun olduğu program soru-cevap kısmının ardından sona ermiştir.

Kulüp üyelerimizin gerçekleştirdiği diğer bir aktivite Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi tarafından gerçekleştirilen “2017 Bilim, Kültür, Spor ve Bahar Şenlikleri”nde stand çalışmasıdır. Kulüp üyeleri tarafından açılan standta üyelerin kendi hazırladıkları aperatif yiyeceklerin yanı sıra oyuncaklar yer almıştır. Katılımcılara satın aldıkları oyuncakların kendilerine teslim edilmeyeceği, satın aldıkları oyuncakların Dr. Sami Ulus Eğitim ve Araştırma Hastanesi’nde yatan çocuklara bağışlanacağı, diledikleri takdirde satın aldıkları oyuncaklara çocukların okuması için not yazabilecekleri anlatıldı. Büyük rağbet gören kampanyanın ilk gününde tüm oyuncaklar satılmış, ikinci günde kulübün standına birçok oyuncak bağıışı gelmiştir. Bunlarla beraber satılan tüm oyuncaklar ve elde edilen maddi gelirle alınan defter, kalem, boyama kitapları vb. eşyalar hastanede yatan çocuklara notlarla beraber teslim edilmiştir. Çocukların hediye gelen oyuncak ve malzemeler ile notları okurken verdikleri tepkiler görülmeye değerdi. Hasta çocuklara tıbbi desteğin yanı sıra moral ve motivasyon sağlamak gerekmektedir. Hangi yaş grubunda olursa olsun moral ve destek şüphesiz her hasta için oldukça önemlidir. Bu hasta grubu özellikle de çocuk oldukları için oyun, kitap, boyama, çizgi film ve müzikle geçirilecek zaman diliminin onların hem beden hem psikolojik sağlıkları üzerinde sayısız yararı olacağı bilinen bir gerçektir (Hayat Bir Armağandır Projesi, 2010). Bu uygulamanın çocuklara ve refakat eden büyüklerine oldukça önemli bir moral destek sağladığı görülmüştür. Kulüp üyeleri açısından da toplumsal işbirliği, sorumluluk, sağduyu ve bilinç düzeylerini yükseltirken aynı zamanda kendilerini daha doğru anlatma, iletişim kurma ve sonuçlandırma yeteneklerini geliştirmeleri açısından faydalı bir organizasyon olmuştur.

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlıklı Yaşam Kulübü üyelerinin sağlık alanında aldıkları eğitimin onlara kazandırdığı bilgi ve becerileri toplumun tüm bireyleri ile paylaşmak istemeleri amacıyla gerçekleştirdikleri bir diğer bilimsel etkinlik ise, Ankara'da bulunan bir alışveriş merkezinde gerçekleştirilen “Hipertansiyon Farkındalık Günü” etkinliğidir. Alışveriş merkezinin üç farklı bölgesinde stant açılmış olup yaklaşık 500 kişinin tansiyon takibi yapılmıştır. Tansiyon ölçümü yaptıran kişilerin yaklaşık yarısının kalp ya da hipertansiyon ilacı kullandığı görülmüştür. Dengeli beslenmediğini ifade eden, düzenli spor yapmayan, stresli bir yaşam süren ve tuz tüketimi oldukça fazla olan kişilerin tansiyon değerlerinin diğerlerine göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Katılımcılar tarafından en çok sorulan soru tansiyon yüksekliğini önlemek amacıyla nelerin yapılabileceği olmuştur. Buna yönelik olarak sigaranın bırakılması, zayıflama, tuz kısıtlaması, besinlerle yeterli potasyum, kalsiyum ve magnezyum alınması, doymuş yağlardan kaçınılması, alkol kısıtlaması, fiziksel aktivitenin artırılması, stresten uzak durma ile tansiyon yüksekliği belirtilerini erken tanımak için nelere dikkat edilmesi konularında gerekli bilgiler verilmiştir. Ayrıca katılımcılara tüm bu bilgilerin yer aldığı el broşürleri dağıtılmıştır. Kulüp üyeleri tarafından, en sık görülen kronik hastalıklarından olan hipertansiyona dikkat çekmek için planlanan bu etkinliğe katılımın yoğun olmasının kulüp üyelerini mutlu ettiği görülmüş ve katılımcılara tansiyon ölçümü sonrası yapılan eğitimlerin çok verimli geçtiği ifade edilmiştir. Ayrıca hipertansiyonu bulunmayan kişilerin de önlem konusunda nelerin yapılabileceği hakkında kulüp üyelerinden bilgi istemelerinin kendilerini oldukça mutlu ettiği belirtilmiştir. Bu tür etkinliklerin halka olan yararlarının yanında öğrencilere de bazı faydaları bulunmaktadır. Bu tür etkinlikler öğrencilerin toplumsal sorumluluk bilincinin gelişmesini, özgüvenlerinin artmasını, organizasyon becerilerinin gelişmesini, takım çalışmasına yatkınlıklarının artmasını, iletişim becerilerinin iyileşmesini ve bağımsız davranabilme özelliklerinin gelişmesini sağlamaktadır. Ayrıca bir üst öğrenim kurumunda, hatta iş yaşamında fark yaratacak bazı becerileri önceden deneyimleme ve kazanma fırsatları bulurlar. Öğrenci kulüplerinin gerçekleştirdiği bu tür etkinlikler üniversitelerin gelişmesine de katkı sağlayabilir. Üniversitenin halkla kuracağı iletişimle bu etkinlikler pozitif etkiler yaratılmasında önemli bir rol oynar. Örneğin tiyatro gösterisi yapan ve bu gösteriye halkı da davet eden öğrenci kulübü halkın üniversite hakkındaki tutumunu olumlu yönde geliştirebilir. Benzer şekilde üniversitede sağlık kulübü olarak faaliyet gösteren öğrenci kulübü halkı tansiyon ölçme, kan bağıışı ve organ bağıışı gibi konularda bilgilendirip hayat kurtarmayı bile sağlayabilir (Eskici ve Aktaş, 2014).

Fiziksel aktivite ve egzersiz günümüz dünyasında giderek artan bir öneme sahiptir (Kızar, Kargün, Togo, Biner ve Pala, 2016). Fiziksel aktivitenin azalıp inaktif bir yaşam tarzına dönüşmesi obezite, kronik kalp hastalığı, insüline bağlı olmayan diyabet, osteoporoz ve bazı kanser türlerine yakalanma riskini artırmaktadır. Düzenli fiziksel aktivite ise fizyolojik, psikolojik ve metabolik parametreleri iyileştirip, kronik hastalık ve erken mortalite riskini azaltır (Yıldırım, Özşevik, Özer, Canyurt ve Tortop, 2015). Bu kapsamda Sağlıklı Yaşam Kulübü'nün 2016-2017 eğitim-öğretim dönemi etkinlikleri “Sağlıklı Yaşam İçin Fiziksel Aktivite”nin önemine dikkat çekmek amacıyla spor ve eğlenceyi doğa ile birleştiren sosyal ve sportif bir aktivite ile bitirilmiştir. 20 Mayıs 2017 tarihinde Yıldırım Beyazıt Üniversitesi

Hemşirelik Bölümü öğretim elemanları ve hemşirelik bölümü öğrencilerinin katılımıyla Ey-mir Gölü'nde "Sağlıklı Yaşam İçin Yürüyüş" sloganıyla eğlenceli bir doğa yürüyüşü gerçekleştirilmiştir. Sabah başlayan yürüyüş kahvaltı, öğle yemeği, sohbet ve bisiklet sürme aktivitelerinden sonra sona ermiştir.

2. Öğrencilerin Kulüp Faaliyetlerine İlişkin Görüşleri

Çalışmada öğrencilerin sosyal yönden gelişim, kişisel gelişim, farklı kişilerle iletişim sağlamak amacıyla ve görev ve sorumluluk bilinci nedeniyle kulübe üye oldukları saptanmıştır (Tablo1). Öğrenciler bir öğrenci kulübünde yer almanın yararlarını, iletişim becerilerinde artış sağlama (yeni arkadaşlıklar edinme, öğretim elemanları ile iletişim, düşüncelerini ifade edebilme becerisi), mesleki ve toplumsal duyarlılık sağlama, problem çözme becerisini geliştirme, ekip çalışması becerisini sağlamak olarak ifade etmiştir (Tablo 2). Aynı zamanda öğrencilerin %55.5'i öğrenci kulübüne üye olmanın gelecekle ilgili planlamalarında yardımcı olduğunu belirtmiştir. Öğrenciler kulüp faaliyetleri sırasında uzun ve yorucu prosedürler, düşük katılımcı sayısı, yetersiz maddi kaynaklar ve grup çalışmasının getirdiği olumsuzluklar nedeni ile sorun yaşadıklarını belirtmiştir (Tablo 3).

Tablo 1. Öğrencilerin Öğrenci Kulüplerine Üye Olma Nedenleri

Betitleme Kategorisi	Öğrenci Betitlemelerinden Örnekler
Sosyal Açıdan Gelişim	Ö4: Hayatıma bir sosyallik katabilmek için kulübe üye oldum Ö14: Üniversite öğrencilerinin kulüp gibi sosyal alanlarda aktif olması gerektiğini düşünüyorum. Ö17: Sosyal bir varlık olduğumuzu düşünerek bu tür sosyalleşme araçlarının insan yaşamı için zorunlu olduğunu düşünüyorum.
Kişisel Gelişim	Ö8, Ö16: Kendimi gerçekleştirme imkanı sağlıyor. Bu nedenle kulübe üye oldum. Ö17: Kulüplerde aktif rol almak benim için iyi bir not ortalaması kadar önemlidir. Çünkü dünya artık en zekiye değil EQ su yüksek olan bireyi işe almayı tercih ediyor. Bu durumda da öğrenci kulüplerinin cazibesi benim gibi düşünen arkadaşlar için artmaktadır. Ö5: Bu zamana kadar kendime katkı sağlayacak bir aktiviteye katılmadığım için yararlı olacağını düşündüm.
Farklı Kişilerle İletişim Sağlamak	Ö 18: Aynı zamanda farklı kişilerle tanışıp kaynaşmak ve faydalı olmak için. Farklı arkadaşlar edinme imkanı sağlıyor Ö11: Sosyal arkadaşlıklar edinmek için üye oldum.
Görev Ve Sorumluluk Bilinci	Ö1: Bir hemşire adayı olarak okulumda mesleğim, kişisel gelişimim ve okulumun gelişiminde aktif olarak yer almak istedim. Ö13: Topluma faydalı işler yapmak için katıldım. Ö15: Sağlıklı yaşam ile ilgili farkındalık oluşturacak etkinlikler düzenlemek için üye oldum.

Tablo 2. Öğrenci Kulübünde Yer Almanın Öğrenciye Sağladığı Yararlar

Betimleme Kategorisi	Öğrenci Betimlemelerinden Örnekler
İletişim Becerilerinde Artış	Ö2:Aynı zamanda arkadaşlarımı tanımama ve hocalarımla iletişim kurmamda fayda sağladı. Ö3:İnsanlararası ilişkilerde daha aktif ve sosyal oldum Ö9:Hem bakış açımı genişletti hem de iletişim gücümü arttırdığını düşünüyorum
Mesleki Ve Toplumsal Duyarlılık	Ö2:Mesleğime yakın bir kulüple çalıştığım için bana mesleğimi yakından tanıma fırsatı verdi Ö11:Sorumluluk duygum geliyor Ö12:Öğrenci kulübüne üye olmak bana çevreye ve insanlara daha fazla duyarlı olmamı, bilinçli bir insan olarak yetişmemi ve çevremdekilere katkı sağlamamı sağlıyor
Problem Çözme Becerisi	Ö1:Eleştirel yaklaşmamı ve çözüm odaklı olmamı ayrıca fikir üretmek adına devamlı soru-cevap şeklinde davranmamı kolaylaştırdı Ö18:Acil durum planı yapmayı, organizasyon işlerini öğrendim.
Ekip Çalışması	Ö6:Grup çalışması yapabilmeyi, planlamalar yapıp kaydını tutmayı öğrendim. Ö16:Grup içinde sorumluluk alarak bir amaç için çabaladım.

Tablo 3. Öğrencilerin Kulüp Faaliyetleri Sırasında Karşılaştıkları Sorunlar

Betimleme Kategorisi	Öğrenci Betimlemelerinden Örnekler
Prosedürler	Ö1:Prosedüre takılmak ve üstümüzün kabulünde sıkıntıların çıkması Ö2:Daha çok izin aşamasında sıkıntılar yaşanıyor Ö17:Okulun bazen işleyişi yavaşlatmasından kaynaklı zamanında ya da verimli çalışmalar olmuyor.
Katılımcı Sayısı	Ö2:Katılan öğrenci sayısında azlık yaşanıyor. Ö15:Faaliyetler öncesi yapılan planlamada birçok gönüllü olmasına rağmen etkinlik günü katılım çok az oluyordu. Ö17: Etkinliklere olan katılım düşüklüğünde tekrar bir etkinlik planlama isteği kalmayabiliyor bizlerin.
Maddi Kaynak	Ö7:Teknik maddi sorunlar yaşadık Ö8:Okulun daha fazla destek vermesi gerekiyor. Okulun ve kulüplerin tanıtımı için maddi destek arttırılmalı Ö16:Maddi olanaklar kısıtlıydı
Grup Çalışması	Ö6: Bir araya gelememe sorunu yaşadık. Ö17:Ekip anlayışını tam olarak anlamadığımızı düşünmüyorum. Yapılacak olan etkinliklerde hem ekip içi iş bölümünden hem de organizasyondan kaynaklı sorun yaşadık.

Tartışma

Araştırma grubuna katılan bireylerin görüşlerinden elde edilen veriler doğrultusunda; öğrenci kulüp etkinliklerinin öğrencilerin kişisel bilgi ve beceri gelişimini sağlamak, sosyal ortamlarda iletişim becerilerini geliştirmek, eleştirel düşünebilme ve problem çözme becerisi geliştirmek, öz farkındalık sağlamak ve kariyer planlaması yapabilmek gibi alanlarda katkı sağladığı sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal kulüp çalışmalarının etkinliğinin incelendiği çalışmalarda da benzer sonuçlara ulaşılmış olup sosyal kulüp çalışmalarının öğrencilerin yeteneklerini geliştirmede önemli bir rol oynadığı vurgulanmaktadır (Karslı, 2006; Peguero, 2010; Eskici ve Aktaş, 2014). Hemşirelik eğitiminin temel amaçları arasında öğrencilerin profesyonel hemşirelik ve hemşirelik uygulamalarına yönelik bilgi ve becerisinin geliştirilmesi yer almaktadır. Hasta bakımı ve diğer sağlık profesyonelleri ile olan süreçte kişilerarası ilişki kurma, eleştirel düşünme, etkili iletişim ve problem çözme becerisi gibi konulara eğitim sürecinde önem verilmektedir. Öğrencilerin ders kapsamında bu becerileri kazandıktan sonra profesyonel hemşirelik uygulamalarına aktarması beklenmektedir. Öğrenci kulüpleri gibi sosyal etkileşimin aktif olduğu gruplarda rol almanın bilginin aktarılması ve geliştirmesi kapsamında olumlu katkılarının olacağı düşünülmektedir.

Son yıllarda işverenlerin iletişim becerileri, liderlik ve problem çözme yeteneklerine dikkat ettiği ve bu becerilerin ders dışı etkinlikler ile gelişebileceği belirtilmektedir (Tomlinson, 2007). Kurumlara istihdamın bir stratejisi olarak okullar öğrencilere içinde buldukları tüm faaliyetleri listelemelerini ve bu faaliyetlerdeki konularını vurgulamalarını tavsiye etmektedirler. Öğrencilerin ders dışında gerçekleştirmiş oldukları etkinliklerin iş bulma ve istihdam sürecinde önemli katkısının olduğu ileri sürülmektedir (Kim ve Bastedo, 2017). Bizim çalışmamızda da benzer sonuçlara ulaşılmış olup öğrencilerin öğrenci kulüplerini kendilerini geliştirmek için bir fırsat olarak gördüğü ve bu durumun kendilerine kariyer planlama sürecinde yarar sağlayabileceği yönünde farkındalıklarının geliştiği görülmektedir.

Öğrencilerin kulüp etkinliklerini etkileyen faktörleri inceleyen çalışmalarda okulun sahip olduğu maddi ve fiziksel olanaklar vurgulanmış olup verilen hizmetin çeşitliliğini ve kalitesini etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Stearns ve Glennie, 2010). Ülkemizde yürütülen bir çalışmada ise etkinliğin yapılacağı yer ve maddi kaynaklar ile ilgili sorunların yaşandığı belirtilmektedir (Gündoğdu, Karataş ve Nacar, 2011). Bizim çalışma grubumuzda yer alan öğrencilerde aktivite planlama ve uygulama sürecinde okul ile ilgili olarak prosedür ve maddi kaynaklar açısından, kendileri ile ilgili olarak ise ekip çalışması ve organize olabilmek açısından çeşitli sorunlar ile karşılaşmışlardır. Öğrencilerin sorun ile karşılaşmalarının okulun yetkilileri ile iletişime geçebilme, problem çözme, beyin fırtınası yapabilmek ve kriz yönetebilme gibi çeşitli davranışlarının gelişmesinde olumlu etkisinin olduğu görülmüştür.

Sağlıklı Yaşam Kulübü'nün kuruluşunun ilk yılında prosedür ve maddi kaynak kullanımı ile ilgili karşılaşmış olduğu bu sorunlar gelecek yıllarda kulüp etkinliklerinin aksamadan sürdürülebilmesi için kulüp üyelerine yol göstermiş olup yeni dönem kulüp etkinlikleri planlanırken aksaklıkların minimize edilmesinde göz önünde bulundurulacaktır. Öğrencilerin ekip çalışması ve organize olabilme becerilerinin geliştirilmesinde Sağlıklı Yaşam Kulübü'nün kurucu öğretim üye ve öğretim elemanlarından destek almaları ile çözümlenebileceği düşünülmektedir.

Sonuç

Öğrencilerin ilgisini çekmek, eğlenmelerini sağlamak ve kulüp etkinliklerine katılımlarını artırmak için çeşitli sosyal, kültürel, bilimsel ve sportif alanların oluşturulması sağlanmalıdır. Bu şekilde öğrencilerin akademik başarıları artacak, liderlik özelliklerinin gelişecek, mesleki gelişimleri hızlanacak, kariyer planlamaları netleşecektir. Ayrıca yeni ağlar oluşturmaları, kültürel gelişim ve iletişim becerilerinin gelişmesi gibi birçok yönden iyileşeceklerdir. Bu açıdan üniversitelerde öğrencilerin öğrenci kulüplerine yönlendirilmeleri son derece önemlidir. Bunun için okullardaki danışmanlık yapan öğretim elemanlarına ve kulüplerin üyelerine büyük görev düşmektedir. Bu konuda yükseköğretim kurumlarında birimler arasında öğrencilerle işbirliği yapılarak öğrencilerin kulüp çalışmalarına katılmaları desteklenmeli ve öğrencilere rehberlik yapılmalıdır.



EXTENDED ABSTRACT

A Step For Healthy Life: A Student Club Activity

Dilek Aktaş*

Erdal Ceylan**

Reyhan Eskiyurt***

Birgöl Özkan****

Introduction

During the education-life process, students are involved in various activities in university environment. One of these activity areas is the student clubs (Eskici and Aktaş, 2014). The student clubs are defined as groups created to ensure that students are engaged in scientific, social, cultural, artistic and sports activities both in and out of school during the learning process (Resmi Gazete, 2008).

* Research Assistant. Ankara Yıldırım Beyazıt University, Faculty of Health Sciences, Nursing Department, Ankara, dilekaktas_88@yahoo.com

** Research Assistant. Ankara Yıldırım Beyazıt University, Faculty of Health Sciences, Nursing Department, Ankara, sinerkub_239@hotmail.com

*** Research Assistant. Ankara Yıldırım Beyazıt University, Faculty of Health Sciences, Nursing Department, Ankara, reyhan.ryhn.reyhan@gmail.com

**** Assistant Professor, Ankara Yıldırım Beyazıt University, Faculty of Health Sciences, Nursing Department, Ankara, ozkanbirgul7@gmail.com

As adult individuals in university life, students will be able both to organize club activities which guide societies, and to contribute to their development through club activities. In addition to education, universities also aim to provide social development for individuals and to provide individuals with different skills. For this reason, the establishment of student clubs at universities is very important for achieving these goals (Resmi Gazete, 2008). In this context, student clubs enable students to participate in scientific, cultural, social, artistic and sports events (Yıldırım Beyazıt University Student Club Establishment and Operation Direction, 2011). In more detail, participating in student clubs allows students to have higher academic achievement (Wang and Shiveley, 2015), to attend to the school regularly, to increase their self-esteem, to gain self-esteem, to increase their commitment to university, and to communicate positively with adults in society (Wilson, 2009). It also allows students to develop their leadership skills (Foreman and Retallick, 2013), to better understand themselves, to create new networks and to work with different groups of people (Bentley University, 2017). Foubert and Grainger's (2006) study with 407 university students showed that the students who participated in student organizations were better than the students who were never interested in student organizations in all aspects of education, career planning, lifestyle planning, lifestyle management, cultural participation and academic autonomy (Foubert ve Grainger, 2006). In the study conducted by Mizusawaa et al. (2012), it was stated that the students who belonged to a student club had a higher "occupational readiness score" than the other students (Mizusawaa, Hoshiyama Mizunoa, 2012).

Ankara Yıldırım Beyazıt University (AYBU) student clubs were established for the purpose of constantly encouraging university students in scientific, social, cultural, artistic, sports and professional fields (Ankara Yıldırım Beyazıt University Student Club Establishment and Operation Directive, 2011). One of these clubs is "AYBU Healthy Life Club" which was established in 2016. Immediately after its establishment, its activities were started with its instructors and members. The mission of the club is to contribute to the development of healthy individuals and a healthy society, organize health education (conferences, seminars, public education activities), organize activities, and lastly, educate and inform people about the current diseases by explaining the basic criteria of healthy life.

Within the scope of these aims, a number of activities were carried out as AYBU Healthy Life Club in the academic year of 2016-2017. In this review, the activities of AYBU Healthy Lifestyle Club students to protect and develop health will be discussed

in detail. It will also include the reasons why the member students want to participate in the student club, the benefits that they gained and the problems that they encountered during the club activities.

Material and Method

In this study, activities of Ankara Yıldırım Beyazıt University Healthy Life Club in 2016-2017 academic year were included. The study was conducted as a qualitative study in order to determine the reasons why the members wanted to take part in the student club, the benefits they gained and the problems that they encountered during the club activities. "Written opinion" technique was used in the study. The study group consisted of 18 volunteers who participated in the Healthy Lifestyle Club. The students who participated in the study were given a code between Ö1 and Ö18. The opinions of the students were made by specifying the codes given to them in the finding and discussion section.

Students were given a data collection form consisting of open ended questions prepared by the researchers. Sentence disturbances in student responses were corrected with the approval of the students. Basic data analysis and in-depth data analysis techniques were used to analyze the answers.

Results

The research findings were examined under two headings;

1. The Activities Carried Out By The Aybu Healthy Life Club

The first activity that was carried out by AYBU Healthy Life Club was "*AYBU Healthy Life Club Meeting Breakfast*" which was planned for club members' meeting as a social activity and accompanied by the instructors. During the breakfast event, the instructors described their life stories, nursing and academic experiences, the difficulties they faced during their professional lives, their successes, their failures, and their experiences. They also endeavoured to help young nurse candidates to gain new perspectives by sharing their occupational experiences. Later on, the questions about the different topics from club members were discussed in conversation. Finally, AYBU Healthy Life Club listed the activities planned to be achieved within a one-year period and ended the activity by creating a work and organization calendar.

One of the activities that AYBU Healthy Life Club planned to do within the scope of scientific activities was to participate in a health-related congress, conference or symposium together with club members and students of nursing department. In professional vocational training; beside knowledge, skills, attitudes, behaviors, decision making, application strength and evaluation, it is also very important to follow the latest developments in scientific meetings such as courses, symposiums and congresses (Hindistan, Güner and Bayrak, 2017). Within this scope, the first scientific activity of the club was attending to the “*Professionalism in Nursing*” Symposium organized by Başkent University and Student Nurses Association (ÖHDER). A total of 65 students, including club members and nursing students attended to this Symposium. Professionalism in nursing, expectations from students on the way to professionalization, responsibilities and motivation for individual and professional development, special branch nursing, career planning from academics’ and students’ views are discussed at the symposium. The head of Nursing Department and AYBU Healthy Life Club advisor Assistant Professor Birgül ÖZKAN also took place as a speaker and made a presentation on “*Place and importance of research in nursing*”. There is a need for research results and evidence-based practices in increasing the quality of care in the field of health care. For this reason, it is important for students to follow the results of evidence-based studies that will support the development of professional skills during their university education, which is one of the first steps in professional development (Hindistan et. al., 2017). These scientific conferences contribute to the development of students’ academic life and to an increase in the level of expertise in important subjects and areas(<http://tr.icvb.org.tr/kongre-ve-toplantilarin-yararlari/>).

Career planning and career development is a necessary and important tool in the development of nurses professionally. Career planning helps nurses maintain their individual and professional development as well as adapt to changes in their work and personal life. As in every occupation, job satisfaction is adversely affected when nurses begin working somewhere without planning it. This affects the quality of life of both the nurses and the community negatively. This negatively affects the quality of life of both the nurses and the community. Individuals who have acquired or will have a vocational nursing profession that has an important place in the development of community health need to plan their careers so that they can fully fulfill the requirements of the profession (Arslan and Özsoy, 2013). Hence, “*Career Days in Nursing*” was organized on April 12, 2017 in cooperation with Ankara Yıldırım Beyazıt University Healthy Life Club and Ankara Yıldırım Beyazıt University Health Sciences Faculty

Nursing Department Scientific Activity Commission in order to contribute to the career planning of nursing students in the post-graduate career and to graduate students who are aware of career planning in the nursing profession. “Career Paths in Nursing - Questions and Answers” (Prof. Dr. Ayiſe Karadağ from Koç University Faculty of Nursing), “Working Areas and Employment of Nurses in the Ministry of Health” (Serap Açıkgöz Çepni from the Department of Health Occupational Standards of the Ministry of Health), “The Significance of Organizing in Professional Development” (Assistant Prof. Dr. Gülten Koç from Turkish Nurses Association) and “LÖSANTE Child and Adult Hospital” (Expert Nurse Emel Gürçay from LÖSANTE Nursing Services) presentations were shared in this meeting. The participants who are experts in their fields have provided detailed information on the working conditions of the hospitals in which they are working, the duties of the nurses, the trainings given, the wage system, the personal rights and the different career possibilities and qualifications required in the recruitment process. This program, which all nursing students participated in, ended after the question-answer part.

Another activity carried out by AYBU Healthy Life Club members was setting up a stand in “Ankara Yıldırım Beyazıt University Science, Culture, Sports and Spring Festivals, 2017”. At the stand opened by club members, snack foods prepared by the club members and toys were sold. The participants were informed that the toys they bought would not be delivered to them but would be donated to children who were threatening at “Dr. Sami Ulus Education and Research Hospital”. They were also told that if they wish, they could write notes for the children. On the first day of the campaign, which was highly popular, all toys were sold, and on the second day, many toys were donated to the club stand. All the toys sold, as well as the books, pencils, coloring books, etc. were delivered with the notes to the children in hospital. It was worth seeing the reactions of the children when they took the toys and supplies and read the notes. It is clear that these children need moral and motivation as well as medical support. No matter how old the patients are, morale and support are undoubtedly important for every patient. It is a known fact that the time to be spent with games, books, painting, cartoons and music will have countless benefits on both their body and their psychological health, especially since they are children (Hayat Bir Armağandır Projesi, 2010). It has been seen that this practice has provided considerable moral support to children and their accompanying families. This organization has also been a beneficial organization for club members in terms of developing social co-operation, responsibility, common sense and awareness, as well as improving their ability to express themselves better and their communication skills.

Another scientific event that AYBU Healthy Life Club has carried out in order to share their knowledge and skills in the field of health with all the members of society was the “Hypertension Awareness Day” event which was held in a shopping center in Ankara. Stands were opened in three different regions of the shopping mall, and approximately 500 people were checked for blood pressure. It has been observed that about half of the people who have blood pressure measurements use medication for heart-related diseases and hypertension. It was determined that the systolic pressure values of those who did not eat well, did not exercise regularly, had a stressful life, and had a high salt consumption were generally higher than the others. The mostly asked question by participants was what could be done to prevent high blood pressure. To this end, information and suggestions were given about the cessation of smoking, importance of attenuation, importance of salt restriction, potassium-calcium-magnesium-rich feeding, avoidance of saturated fat, alcohol restriction, increase in physical activity, avoiding stress and recognizing early signs of hypertension. In addition, handheld brochures in which all this information is included were given to participants. It was observed that the club members were happy because of the intense participation in this activity that was planned to draw attention to the hypertension which is the most common chronic diseases. In addition, it was stated that information and the trainings made after participant’s blood pressure measurement were very efficient. Club members were also happy for the concern of the people without hypertension about hypertension prevention. In addition to the public benefits of such activities, there are also benefits to the students. These types of activities provide students to develop a sense of social responsibility, self-esteem, self-confidence, organizational skills, teamwork, communication skills, and independence. They also have the opportunity to experience and gain in advance some skills that will make a difference in a higher education institution or even in business. These kinds of activities carried out by student clubs can contribute to the development of universities. These events play an important role in the creation of positive effects through the universities’ communication with the community. For example, a student club which organizes a theater show and invites people to this demonstration can improve the attitude of the people about the university positively. Similarly, a student club which functions as a health club in the university can inform community about blood pressure, blood donation and organ donation and even save lives (Eskici and Aktas, 2014).

Physical activity and exercise have an increasingly prevalent importance in the current world today (Kizar, Kargün, Togo, Biner and Pala, 2016). Reducing physical activity and turning it into an inactive lifestyle increases the risk of obesity, chronic heart disease, non-insulin dependent diabetes, osteoporosis and some types of cancer. Regular physical activity improves physiological, psychological and metabolic parameters and reduces the risk of chronic disease and premature mortality (Yıldırım, Özşevik, Özer, Canyurt and Tortop, 2015). In this context, the AYBU Healthy Life Club's 2016-2017 academic year activities were finished with a social and sports activity that combines sport and entertainment with nature in order to draw attention to the importance of *"Physical Activity for Healthy Life"*. An entertaining nature walk took place around the Eymir Lake on 20.05.2017 with the slogan *"Walk for Healthy Life"* with the participation of the lecturers from the AYBU Nursing Department, AYBU Healthy Club members and students from the nursing department. The walk that started in the morning ended after breakfast, lunch, chatting and cycling activities.

2. Students' Views On Club Activities

In the study, it was determined that the students joined the Healthy Life club with the aims of social development, personal development, communication with different people, and due to awareness of duty and responsibility as well (Table 1). According to students' views on the benefits of joining a student club, it helped them to increase communication skills (acquiring new friendships, communicating with the instructors, having the ability to Express their thoughts), to provide professional and social sensitivity, to improve problem solving skills and to gain team work skills (Table 2). At the same time, 55.5% of the students stated that being a member of a student club helped them to plan their future. Students reported problems with long and exhausting procedures, low number of participants, inadequate financial resources, and negativity caused by group work during club activities (Table 3).

Table 1. Students' Reasons for Joining Student Clubs

Description Category	Examples from Students' statements
Social Development	O4: I became a member of the club to add life to a sociability O14: I think university students should be active in social areas like clubs O17: When we think that we are a social entity, I think that such socialization tools are essential for human life.
Personal Development	O8, O16: It provides the opportunity to perform itself. That's why I joined the club. O17: Taking an active role in clubs is as important as a good academic grade for me. Because the world chooses to hire the person with the highest IQ rather than the most intelligent. In this case, the attractiveness of student clubs is growing for me and for my friends who think the same with me. O5: I thought it would be useful for me to join the club because I did not participate in an activity that would contribute to my self until this time.
Communication with Different People	Ö18: To meet different people, to socialize and to be useful. Because it allows you to make different friends O11: I became a member to make social friendships
Duty and Responsibility Awareness	O1: As a nurse candidate; I wanted to take an active part in my career on nursing profession, personal development and development of my school. O13: I joined to do useful things for the community. O15: I became a member in order to organize activities that will raise awareness about healthy life.

Table 2. Benefits of Student Placement in a Student's Club

Description Category	Examples from Students' statements
Increase in Communication Skills	O2: It helped me meet my friends and communicate with my teachers. O3: I was more active and social in interpersonal relationships O9: I think that it both expanded my point of view and increased my communication power.
Occupational and Social Sensitivity	O2: I had the opportunity to get to know my profession closely because I was working in a club close to my profession O11: My sense of responsibility is developing O12: Being a member of the student club makes me feel more sensitive to the environment and people, to grow up as a sensible person and help me to make contribution to the people around me.
Problem Solving Skills	O1: It provided me with a critical and solution oriented approach. O18: I learned to do an emergency plan and organizational affairs.
Teamwork	O6: I learned to do group work, make plans and keep a record. O16: I struggled for a purpose by taking responsibility within the group.

Table 3. Problems That Students Encountered During The Club Activities

Description Category	Examples from Students' statements
Prosedures	O1: Difficulties in procedures and getting permission from upper levels. O2: Mostly, there are troubles in the permission phase O17: Sometimes the school is not working on time or efficiently, therefore it slows things down.
The Number of Participants	O2: The number of participating members is scarce. O15: Although there were many volunteer members in the pre-event plan, attendance on the day of the event was minimal. O17: We may not have the desire to schedule another event again due to low attendance to the currents events.
Financial Resources	O7: We had technical and financial problems O8: The school should increase the support for the club. Financial support for the promotion of schools and clubs needs to be increased O16: Financial resources were limited
Teamwork	O6: We had meeting problems. O17: I do not think that we fully understood the team approach. We have experienced problems both within the organization and in-team job sharing.

Discussion

In line with the data obtained from the opinions of the individuals participating in the research group; student club activities have contributed to the improvement of students' personal knowledge and skills, the improvement of communication skills in social settings, critical thinking and problem solving skills, self awareness and career planning. Similar results have been obtained in studies examining the effectiveness of social club activities. It has been emphasized that social club activities play an important role in improving the skills of students (Karslı, 2006; Peguero, 2010; Es-kici and Aktas, 2014). The main objectives of nursing education are to develop the knowledge and skills of the students for professional nursing and nursing practices. Issues such as interpersonal relations, critical thinking, effective communication and problem-solving skills are given importance in the education process for the patient care and to contact with other health professionals. Students are expected to transfer these skills to professional nursing applications after they gain them. It is thought that the role of social interaction, such as student clubs, is likely to have a positive contribution within the scope of information transfer and development.

In recent years, it is stated that employers pay attention to communication skills, leadership and problem-solving skills, and these skills may develop with extracurricular activities (Tomlinson, 2007). As a strategy of employment for institutions, schools recommend students to list all activities they are involved in and their position in these activities. It is suggested that the activities that students perform outside the classroom are a significant contribution to the employment process (Kim and Bastedo, 2017). Similar results have been achieved in our study and it was seen that students have seen their student clubs as an opportunity to improve themselves and it was seen that their awareness of this situation can benefit them in their career planning process has improved.

Studies examining the factors that affect students' club activities have found that the physical and financial possibilities of the school affect the variety and quality of activities. In a study carried out in our country, it is stated that there are problems with the place and material resources in the club activities (Gündoğdu, Karataş and Nacar, 2011). During the activity planning and implementation process, the students in our study group encountered various problems related to the procedure and material resource problems from the school and the team work and organizing about them. It has been seen that the students' encounter with the problem has a positive effect on the development of various behaviors such as communication, problem solving,

brainstorming and crisis management with the school authorities. These problems related to the procedure and material resources in the first year of the Healthy Life Club have led to club members to maintain club activities better and more quality in the coming years and will be considered and minimized when the new club activities are planned.

Conclusion

Various social, cultural, scientific and sporting areas should be created to attract students, to make them have fun and to increase their participation in club activities. In this way, students' academic achievement will increase, leadership skills will improve, professional development will be accelerated and career plans will become clear. They will also develop in many ways, such as building new networks, developing culturally and improving communication skills. In this respect, it is extremely important to direct students to student clubs in universities. For achieving this purpose, the counselor lecturers in universities and the members of the club have a great responsibility. In this respect, the participation of students in club activities should be supported and guidance should be given to students by cooperation among the units in the higher education institutions.

Kaynaklar/ References

- Arslan, E., & Özsoy, S. (2013). Hemşirelik öğrencilerinin kariyer planlamaya yönelik görüşlerinin değerlendirilmesi. (2013). *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 29(3), 1-9.
- Eskici, M., & Aktaş R. (2014). Üniversite öğrencilerinin öğrenci kulüplerine yönelik görüşleri. *E-AJl (Asian Journal of Instruction)*, 2(1 (ÖZEL)), 31-40.
- Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Pediatri Bölümü'nde tedavi gören çocuklarla "Hayat Bir Armağandır Projesi". Retrieved From: http://iibf.anadolu.edu.tr/wp/wp-content/uploads/2013/11/3_1.pdf. (Accessed 20.09.2017).
- Foreman, E.A., & Retallick, M.S. (2013). Using Involvement theory to examine the relationship between undergraduate participation in extra curricular activities and leadership development. *Journal of Leadership Education*, 12(2), 56-73.
- Foubert, J.D., & Grainger, L.U. (2006). Effects of involvement in clubs and organizations on the psychosocial development of first-year and senior college students. *NASPA Journal*, 43(1), 166-182.
- Gündoğdu, C., Karataş, Ö., & Nacar, E. (2011). Ders dışı etkinliklerin uygulamalarında okul müdürlerinin sorunları. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 6(1), 65-72.
- Hindistan, S., Güner, S.G., & Bayrak, B. (2017). 13. Ulusal hemşirelik öğrencileri kongresine katılan öğrencilerin kongreye ilişkin görüşleri. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 4(1), 1-14.
- Jeongeun Kim & Michael N. Bastedo (2017) Athletics, clubs, or music? The influence of college extracurricular activities on job prestige and satisfaction, *Journal of Education and Work*, 30:3, 249-269, doi: 10.1080/13639080.2016.1165341

- Karslı, S. (2006). İlköğretim okullarında sosyal kulüp çalışmalarının öğrencilerin yöneticilik niteliklerinin gelişmesine katkısı: Beypazarı ilçesinde bir araştırma. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara, Türkiye
- Kızar, O., Kargün, M., Togo, O.T., Biner, M., & Pala, A. (2016). Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 61-72.
- Mizusawaa, T., Hochia, Y., & Mizunoa, M. (2012). A Study on the relationship between commitment of club activity and vocational readiness among university students. *Work*, 41: 5756-5758.
- Peguero, A. A. (2010). A profile of Latino school-based extracurricular activity involvement. *Journal of Latinos and Education*, 9(1), 60-71.
- Resmi Gazete (2008). Milli Eğitim Bakanlığı ilk ve orta öğretim kurumları sosyal etkinlikler yönetmeliği, 26804. Retrieved From: http://bilecik.meb.gov.tr/dokumanlar/gezi/SOSYAL_ETKINLIKLER_YONETMELIGI.pdf. (Accessed 20.09.2017).
- Stearns, E. & Glennie, E. J. (2010). Opportunities to participate: extracurricular activities' distribution across and academic correlates in high schools. *Social Science Research*, 39, 296-309.
- T.C Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Öğrenci Kulüpleri Kuruluş ve İşleyiş Yönergesi. Retrieved From: http://www.ybu.edu.tr/contents/files/sks/ogrenci_kulup_yonergesi.pdf. (Accessed 20.09.2017).
- Tomlinson, M. 2007. Graduate Employ ability and Student Attitudes and Orientations to the Labour Market. *Journal of Education and Work*, 20 (4), 285-304.
- Uluslararası kongre ve toplantıların yararları. Retrieved From: <http://tr.icvb.org.tr/kongre-ve-toplantilarin-yararlari/>. (Accessed 20.09.2017).
- Wang, J., & Shiveley, J. The Impact of Extra curricular Activity on student academic performance. Retrieved From: <http://www.cair.org/wp-content/uploads/sites/474/2015/07/Wang.pdf>. (Accessed 20.09.2017).
- Wilson, N. (2009). *Impact of Extracurricular Activities on Students*. (Master's Thesis, The Graduate School University of Wisconsin-Stout, Menomonie, USA). Retrieved From: <https://minds.wisconsin.edu/bitstream/handle/1793/43405/2009wilsonn.pdf?sequence=1>. (Accessed 20.09.2017).
- Yıldırım, İ., Özşevik, K., Özer, S., Canyurt, E., & Tortop, Y. (2015). Üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite ile depresyon ilişkisi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(Özel Sayı), 32-39.
- 12 Reasons why you should join a student organization. Retrieved From: <http://www.bentley.edu/prepared/12-reasons-why-you-should-join-student-organization>. (Accessed 20.09.2017).