

HEMŞİRELERDE İŞE BAĞLI GERGINLIK VE BUNU ETKİLEYEN FAKTÖRLERİN BELİRLENMESİ*

Duygu ARIKAN**

Nezihe KARABULUT***

ÖZET

Çalışma hemşirelerde işe bağlı gerginliği ve bunu etkileyen faktörleri saptamak amacıyla tanımlayıcı olarak yapılmıştır. Atatürk Üniversitesi Yakutiye ve Aziziye Araştırma hastanesinde görev yapmakta olan hemşirelerden (301), araştırmaya katılmayı kabul eden ve izinli olmayan 280 hemşire araştırma kapsamına alınmıştır.

Veriler araştırmacılar tarafından oluşturulan sosyo-demografik özellikler ile iş ile ilgili değişkenleri içeren soru formu ve işe bağlı gerginlik ölçeği (İBGÖ) kullanılarak toplanmıştır.

Araştırma sonucunda hemşirelerin işe bağlı gerginlik ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları 39.20 ± 7.28 idi. Hemşirelerin yaş, yaşamsal zorluk, işte takdir edilme durumu, şimdiki mesleki tercihi, sigara ve alkol kullanma durumu gibi değişkenler ile işe bağlı gerginlik puanlarının etkilendiği saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Hemşire, işe bağlı gerginlik

ABSTRACT

Work-Related Strain in Nurses and Determination of the Factors Affecting This

The study was carried out descriptively with the aim of work related strain in nurses and determination of the factors affecting this. 280 nurses accepting to participate in the study and working and (301) having duty at Atatürk University Yakutiye and Aziziye Research Hospitals were included in the study.

The data were collected by using work-related strain inventory and question form including the variances relating to the work and socio-demographic features formed by the researchers.

In the result of the research, score means-the nurses took from work-related strain inventory was 39.20 ± 7.28 . It was detected that work-related strain inventory was affected with the age of the nurses, difficulty in life, admiration on the work, preference now, the habit of cigarette and alcohol.

Key Words: Nurse, work-related strain

GİRİŞ ve AMAÇ

İçinde bulunduğumuz 21. yüzyılın zor, rekabetçi, aşırı çalışmaya dayalı endüstriyel yaşamı iş yerlerinde stres faktörünün daha belirgin şekilde ortaya çıkmasına yol açmakta ve çalışanları tehdit eden bir büyük tehlike olmaya başlamaktadır (Aştı ve Küçük 1998, Aylaz ve Durmuş 2000, Aytaç 2002).

Hastaneler sağlık alanında çalışanların yoğun olarak stres yaşadıkları

yerlerden biridir (Görgülü 1990). Stres altındaki hastalara bakım verme ve iş ortamından kaynaklanan stresler çalışanlarda baskı ve zorlanmalara neden olmaktadır (Kutun ve ark 1997, Baltaş ve Baltaş 1998, Balcı 2000). Hemşirelerde ağır iş yükü, hastanın sorumluluğunu üstlenme, ağır ve ölümcül hastalara bakım verme, gerektiğinde hasta ve yakınlarına duygusal destek verme gibi neden-

* Bu araştırma 2002 / 183 nolu proje olarak Atatürk Üniversitesi Araştırma Fonu tarafından desteklenmiştir.

**Atatürk Üniv. HYO Çocuk Sağı. ve Hast.Hemş. AD (Yard.Doç.Dr.)

***Atatürk Üniv. HYO Cerrahi Hast. Hemş. AD (Araş.Gör.)

ler ile iş ile ilgili stres ve gerginlikler artmaktadır. Bunun yanında hemşirelik mesleğinin bir kadın mesleği olması, stresin boyutunu genişletmekte ve iş yaşamında kadın ve anne rolünün getirdiği sorunlar ile toplumsal baskılarda buna eklenmektedir (Aylaz ve Durmuş 2000).

Yapılan çalışmalarda hemşirelerin iş stresinin yoğun olduğu; bunun yetersizlik duyguları, benlik saygısında düşme, depresyon, bedensel yakınmalar ve uyku bozuklukları ile tükenmeye yol açtığı belirtilmektedir (Steers 1981, Foxall et al 1990, Oehler et al 1991, Baltaş ve Baltaş 1998).

Hemşirelerde bu olumsuz etkilene verilen hemşirelik hizmetlerinin kalitesinin düşmesine neden olmaktadır. Ayrıca, stres ve gerginliğin bireysel ve örgütsel sonuçları da vardır. Uzun süreli stres birey üzerinde fiziksel ve psikolojik olumsuz etkilerde bulunmakta çalışanların sağlığı ve onun örgüte katkısı zarar görmektedir. Araştırmalara göre stres çalışanların işe devamsızlık etmelerine ve işten ayrılmalarına neden olabilmektedir. Dolayısı ile işyeri bundan zarar görmektedir. Çalışanların birinde görülen stres diğer çalışanı da olumsuz etkilemekte böylece verimlilik azalmaktadır. Bu şikayeti yaşayan kişilerin iş verimliliğine katkıda bulunmaları güçleşmekte ve organizasyonda bu iş stresinin maliyeti oldukça yüksek olmaktadır (Mallett et al. 1991, Revicki et al 1991, Aylaz ve Durmuş 2000, Balcı 2000, Aytaç 2002). Bu nedenle stres kaynaklarının belirlenmesi, uygun başa çıkma yollarının uygulanması ve stresin gelişim yolunda birer fırsat olarak algılanması ile kişilerin mesleki yaşamlarında daha verimli, özel hayatlarında daha mutlu ve sosyal yaşamlarında aranan kişiler olmaları mümkün olacaktır (Uçman 1990, Baltaş ve Baltaş 1996, Aştı ve Küçük 1998).

Araştırma hemşirelerde işe bağlı gerginlik ve bunu etkileyen faktörleri

belirlemek amacıyla planlanmıştır. Bu çalışmada hemşirelerin işe bağlı gerginlik düzeylerinin ve gerginliği etkileyen faktörlerin belirlenmesinin iş ile ilgili stresi önlemeye ve azaltmaya yönelik örgütsel ve bireysel çalışmanın gerekliliğini ve alınması gereken önlemleri göstermede bir aracı olacağı varsayılmaktadır.

GEREÇ ve YÖNTEM

Tanımlayıcı tipte olan bu araştırma Aralık 2002-Mayıs 2003 tarihleri arasında yapılmıştır.

Araştırmanın evrenini Atatürk Üniversitesi Yakutiye ve Aziziye Araştırma Hastanesinde görev yapmakta olan 301 hemşire oluşturmaktadır. Çalışmada örneklem seçimine gidilmeden evrenin tamamının alınması planlanmıştır. Ancak çalışmaya katılmayı kabul etmeyen ve izinli olan toplam 21 hemşire araştırma kapsamı dışında kalmış ve 280 hemşire ile çalışılmıştır.

Araştırmanın yapıldığı hastanede nöbetler hemşire yetersizliğinden dolayı 12 saatlik periyotlarla tutulmakta ve 2 vardiya olarak sürdürülmektedir. Nöbet tutmayanlar gündüz hizmet veren kliniklerde çalışanlar ve sorumlu hemşirelerdir. Diğerleri nöbet tutan hemşirelerdir.

Veriler araştırmacılar tarafından oluşturulan sosyo-demografik özellikler ile iş ile ilgili değişkenleri içeren anket formu ve İşe Bağlı Gerginlik Ölçeği (İBGÖ) kullanılarak toplanmıştır.

Revicki ve arkadaşları tarafından 1991 yılında geliştirilen ölçeğin Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirliği 1996 yılında Aslan ve arkadaşları tarafından yapılmıştır. İşe Bağlı Gerginlik ölçeği sağlık alanında çalışanlarda işe bağlı gerginlik ve stresi belirlemek amacıyla geliştirilmiş 18 madde içeren 4 'lü likert tipi bir öz bildirim ölçeğidir. Maddeler "tamamıyla bana uygun", "büyük ölçüde bana uygun", "kısmen bana uygun" ve "bana hiç uygun değil" biçiminde ve 4-1 puan arasında değerlendirilmektedir. 2, 4,

8, 9, 11 ve 15. maddeler tersine puanlanmaktadır. Alınabilecek en düşük puan 18, en yüksek puan 72'dir. İki özgün çalışmada (Aslan ve ark.1996, Aslan ve ark. 1997) aile hekimleri, hemşireler, ilk yardım kliniğinde çalışan teknisyenler, ilk yardım kliniği asistanlarına uygulanmış güvenilirlik katsayısı 0.85 ile 0.90 arasında bulunmuştur.

Ölçek Türkçe'ye çevrilerek bir hemşire örnekleme uygulanmış, test-tekrar test güvenilirliği 0.61 bulunmuştur. 15.maddenin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.63 ve 0.75, 15.madde çıkarıldıktan sonra 0.68 ve 0.78 olarak bulunmuştur. Her iki çalışmanın sonuçları da 15. maddenin madde-test korelasyonlarını oldukça düşürdüğünü göstermiştir. Bu nedenle bundan sonraki çalışmalarda bu maddenin ölçekten çıkarılmasının uygun olacağı ve güvenilirliği artıracacağı belirtilmiştir (Aslan ve ark.1996, Aslan ve ark.2000). Bu çalışmada değerlendirme 17 madde üzerinden yapılmış ve Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.72 olarak bulunmuştur.

Bağımsız değişkenler hemşirelerin yaşı, eğitim durumu, çalışma yılı, medeni durumu, çalıştığı birim, çocuğunun olma durumu, nöbeti, yaşamsal zorluk olarak gördüğü durum, şimdiki mesleki tercihi, beklentisi, yayın takip etme durumu, sigara ve alkol kullanma durumu, bağımlı değişken ise işe bağlı gerginlik ölçek puanları olarak belirlenmiştir.

Araştırmanın yapılabilmesi için rektörlük kanalı ile gerekli izin alınmış, etik açıdan hemşirelere çalışmanın amacı ve yöntemi anlatıldıktan sonra gönüllü olarak çalışmaya katılmayı kabul edenlere anket formları dağıtılmıştır. Verilerin analizinde yüzdeler, varyans, t testi kullanılmıştır.

BULGULAR ve TARTIŞMA

Araştırma kapsamına alınan hemşirelerin yaş ortalaması 25.83±4.44 olup, %37.1'i evli, %24.3'ünün çocuğu-

nun olduğu tespit edilmiştir. Hemşirelerin %45.4'ünün Sağlık meslek lisesi mezunu olduğu, %75.7'sinin serviste çalıştığı, %49.6'sının çalışma yılının 0-5 yıl olduğu, %65.7'sinin nöbet tuttuğu saptanmıştır (Tablo 2).

İş hayatı ve sağladığı doyum, bireyin beden ve akıl sağlığı ile doğrudan ilişkilidir (Baltaş ve Baltaş 1998). Araştırma kapsamına alınan hemşirelerin işe bağlı gerginlik ölçeğinden aldıkları alt ve üst değer 25-61, ortalama ve standart sapması ise 39.20±7.28 olarak saptanmıştır. Aslan ve arkadaşlarının (1998) çalışmasında sağlık alanında çalışanlarda İBG (işe bağlı gerginlik) puan ortalamaları 39.5±7.5 olarak tespit edilmiştir.

Çalışmada hemşirelerin yaşları arttıkça İBG puanları da artmış ve yaş ile İBG puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur (p<0.05). Ancak 34 yaş ve üzerinde olan hemşirelerin İBG ölçek puan ortalamaları diğer gruplara göre daha düşük (37.00±5.10) düzeyde olduğu saptanmıştır. Bu sonuç ileri yaş grubundaki hemşirelerin mesleki deneyimlerinin ve olgunluklarının yada emeklilik yaşına yaklaşmış olmalarının verdiği güvencenin yarattığı bir rahatlamanın göstergesi olabilir.

Aslan ve arkadaşlarının hemşireler (1996) ve Sağlık çalışanlarında (1998) yapmış olduğu her iki çalışmada ise yaş ile İBG ölçek puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu, yaş arttıkça İBG ölçek puanlarının azaldığı tespit edilmiştir.

Evli (40.19± 6.42) ve çocuğu olan (40.35±6.98) hemşirelerin İBG puan ortalamaları bekar (38.62±7.71) ve çocuğu olmayanlara (38.83±7.36) göre biraz daha yüksek bulunmakla birlikte medeni durumun ve çocuğu olma durumunun hemşirelerde İBG düzeyini etkilemediği saptanmıştır (p>0.05) (Tablo 2). Bu konuda yapılan çalışmalarda da medeni durumun ve çocuğu olma durumunun hemşirelerde İBG düzeyini etkilemediği tespit edilmiştir (Aslan ve ark. 1998, Aslan ve ark. 2000).

Tablo 1. Hemşirelerin İşe Bağlı Gerginlik Ölçeğinden Aldıkları Ortalama Puanlar

Ölçek	Alt ve Üst Değer	İşaretlenen Alt ve Üst Değer	$\bar{X} \pm SS$	N
Toplam puanlar	17-68	25-61	39.20±7.28	280

Tablo 2. Hemşirelerin Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre İşe Bağlı Gerginlik Düzeyleri (N:280)

Sosyo-Demografik Özellikler	N	%	X ± SS	Anlamlılık
Yaş				
18-25	167	59.6	38.50±7.40	F=4.901
26-33	90	32.1	41.07±7.23	p<0.05
34 ve üstü	23	8.2	37.00±5.10	
Medeni durum				
Evli	104	37.1	40.19±6.42	t=1.752
Bekar	176	62.9	38.62±7.71	p>0.05
Çocuğu olma durumu				
Evet	68	24.3	40.35±6.98	t=1.498
Hayır	212	75.7	38.83±7.36	p>0.05
Eğitim durumu				
Sağlık M.L	127	45.4	38.82±7.11	F=0.391
Ön Lisans	87	31.1	39.71±7.23	p>0.05
Lisans	66	23.6	39.27±7.76	
Çalıştığı birim				
İdari Per.	4	1.4	36.50±6.61	
Servis	212	75.7	39.29±7.69	
Poliklinik	22	7.9	38.90±5.75	F=0.286
Acil	5	1.8	37.40±6.19	p>0.05
Yoğun Bak.	23	8.2	40.08±6.58	
Laboratuvar	14	5.0	38.36±5.11	
Çalışma yılı				
0-5	139	49.6	38.41±7.20	
6-10	104	37.1	40.24±7.46	F=1.903
11-15	15	5.4	41.27±6.15	p>0.05
16 ve üstü	22	7.9	37.91±7.19	
Nöbet tutma durumu				
Evet	184	65.7	39.67±7.95	t=1.499
Hayır	96	34.3	38.30±5.73	p>0.05

Çalışmada sağlık meslek lisesi mezunu olan hemşirelerin işe bağlı gerginlik puan ortalaması (38.82±7.11), ön lisans (39.71± 7.23) ve lisans mezunu (39.27±7.76) olanlara göre daha düşük

bulunmuştur. Ancak hemşirelerin eğitim durumu ile işe bağlı gerginlik puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur (p>0.05). Durmuş ve Yıldız'ın (1999) çalışmasında

hemşirelerin mezun oldukları okullar ile iş stres puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak önemli bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$).

Çalışmada yoğun bakım (40.08±6.58) ve servislerde (39.29±7.69), çalışan hemşirelerde İBG ölçek puan ortalamaları en yüksek, idari personelde (36.50±6.61) en düşük oranda bulunmuştur. Ancak, hemşirelerin çalıştıkları birimlerin İBG ölçek puan ortalamalarını etkilemediği saptanmıştır ($p>0.05$). Aslan ve arkadaşlarının (1996) çalışmasında serviste ve yoğun bakımda çalışan hemşirelerin İBG ölçek puan ortalamaları poliklinikte çalışan hemşirelere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Çalışma yılı arttıkça hemşirelerin İBG puan ortalamaları artmış olmasına rağmen, hemşirelerin çalışma yılının İBG puan ortalamalarını etkilemediği bulunmuştur ($p>0.05$). Bu sonuç ilk yıllarda çalışmaya başlayan hemşirelerin stresinin az olduğu ancak ağır ve stresli iş koşulları gibi nedenlerle yıllar geçtikçe streslerinin arttığı, 16 yıl ve üzerinde çalışanların ise emekliliklerinin yaklaşmış olması, tecrübelerinin artması çalışma yaşamına uyum göstermiş olmalarına bağlı olarak işe bağlı gerginlik puan ortalamalarının azalmış olduğu düşünülebilir.

Çalışmamıza benzer şekilde Durmuş ve Yıldız'ın (1999) çalışmasında da çalışma süresi ile iş stres puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır.

Diğer iki çalışmada ise çalışma yılının İBG (Aslan ve ark. 1996), anksiyete ve stres (Ergüney ve ark. 2001) düzeyini etkileyen bir faktör olduğu açıklanmıştır.

Çalışmada nöbet tutan hemşirelerin (39.67±7.95), işe bağlı gerginlik puan ortalamaları nöbet tutmayanlara (38.30±5.73) göre daha yüksek bulunmuş ancak gruplar arasındaki istatistiksel fark anlamsız bulunmuştur ($p>0.05$).

Bu konuda yapılan benzer çalışmalarda ise nöbet tutan grupta tutma-

yanlara göre İBG puan ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Aslan ve ark. 1997, Aslan ve ark. 2000). Yine, yapılan bir çalışmada nöbet sistemi ve sürekli çalışan hemşirelerde genel ruhsal sağlık puan ortalamalarının yüksek olduğu saptanmıştır (Bilgili 1998). Nöbet ve dönüşümlü (vardiya) çalışmanın meslekte stres etkenlerinden olduğu literatürde de bildirilmektedir (Kutun ve ark. 1997, Baltaş ve Baltaş 1998, Aylaz ve Durmuş 2000).

Kendisine en zor gelen yaşamsal olayın iş olduğunu belirten hemşirelerin işe bağlı gerginlik puan ortalamaları daha yüksek bulunmuştur. Hemşirelerin yaşamsal zorluk olarak belirttiği durumun işe bağlı gerginlik puan ortalamalarını istatistiksel olarak anlamlı derecede etkilediği bulunmuştur ($p<0.05$). Bulgularımız bu konuda yapılan benzer araştırma sonuçları ile aynı doğrultudadır (Aslan ve ark 1997, Aslan ve ark 1998).

Çalışmada hemşirelerin yaptıkları işin karşılığında kurum tarafından takdir edilme durumları incelenmiş; hemşirelerin %76.8'i takdir edildiklerini belirtmişlerdir. Takdir edildiklerini (40.63±6.98) belirten hemşirelerin İBG (işe bağlı gerginlik) puanları takdir edildiklerini (34.48±6.22) belirtenlere göre daha yüksek bulunmuştur. Gruplar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.001$). Bireylerin iş dünyasında elde etmek istedikleri statü, başkaları tarafından değer verilme, saygınlık kazanma güdüsüyle birleşir. Başkaları tarafından önemsenme ve takdir edilme kişiye psikolojik doyum veren etkenlerdir (Sabuncuoğlu 1987). Bunun için hemşirelerde yoğun iş yüküne rağmen yaptıkları işin karşılığında takdir görmemeleri ile işe bağlı gerginliklerinin attığı düşünülebilir.

Durmuş ve Yıldız (1999) çalışmasında hemşirelerin %2.9'unun takdir edildiği, %97.1'inin takdir edilmediği saptanmıştır.

Tablo 3. Hemşirelerin İşle İlgili Bazı Değişkenlerine Göre İşe Bağlı Gerginlik Düzeyleri (N:280)

Gerginlik Düzeyleri	N	%	X ± SS	Anlamlılık
Yaşamsal zorluk				
İş	173	61.8	39.91±7.39	t=2.085
Diğer	107	38.2	38.06±6.10	p<0.05
İşte takdir edilme durumu				
Evet	65	23.2	34.48±6.22	t=-6.380
Hayır	215	76.8	40.63±6.98	p<0.001
Şimdiki meslek tercihi				
Aynı meslek	86	30.7	36.20±6.66	t=-4.77
Başka bir meslek	194	69.3	40.54±7.17	p<0.001
Geleceğe yönelik beklentisi				
Olumlu	7	2.5	33.57±5.99	F=2.545
Olumsuz	20	7.1	40.70±9.08	
Koşulların değişmesi	253	90.4	39.24±7.11	p>0.05
Mesleki yayın takip etme				
Evet	45	16.1	39.04±6.52	t=-0.160
Hayır	235	83.9	39.23±7.43	p>0.05

Şu anda tercih şansınız olsaydı hangi mesleği seçerdiniz sorusuna hemşirelerin %69.3'ü başka bir mesleği, %30.7'si aynı mesleği seçmek istediklerini belirtmişlerdir. Başka bir mesleği seçeceklerini belirten hemşirelerin İBG puanlarının (40.54±7.17), aynı mesleği seçmeyi isteyenlere göre (36.20±6.66) daha yüksek olduğu saptanmıştır. Gruplar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (p<0.001). Bu bulgu kendi işinde yeterli, kendi işiyle uyumlu ve mesleğini seven kişilerin işe bağlı gerginliği daha az yaşayacaklarını göstermektedir.

Aslan ve arkadaşlarının çalışmasında yine aynı mesleği seçmek istediklerini belirten hemşirelerin İBG puanları daha düşük bulunmuştur (Aslan ve ark 1996, Aslan ve ark 1997).

Bilgili'nin (1998) Ankara Dışkapı SSK hastanesindeki hemşireler üzerinde yapmış olduğu çalışmada hemşire-

lerinin %65.5'inin statülerinden memnun olduğu, %34.5'inin ise memnun olmadığı saptanmıştır.

Çalışmada mesleği ile olumlu beklentisi olan (33.57±5.99) hemşirelerin İBG puan ortalamaları, olumsuz (40.70±9.08) ve koşulların değişmesi (39.24±7.11) şeklinde beklentisi olanlara göre daha düşük bulunmuştur. Ancak hemşirelerin işte geleceğe yönelik beklentilerinin İBG puan ortalamalarını istatistiksel olarak etkilemediği bulunmuştur (p>0.05).

Bu konuda yapılan diğer çalışmalarda ise, mesleği ile ilgili olumlu beklentisi olan hemşirelerin İBG puan ortalamalarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir (Aslan ve ark. 1996, Aslan ve ark. 1997).

Çalışmada hemşirelerin %83.9'unun mesleki bir yayın takip etmedikleri saptanmıştır. Meslekte geleceğe yönelik beklentilerinin koşulların değişmesi ola-

rak belirten (% 90.4) hemşirelerin çoğunlukta olması ile bu bulgu çelişki göstermektedir. Mesleğin ilerlemesi ve gelişmesinin mesleki bilgilerin paylaşımı ve uygulamaya dönüştürülmesi ile gerçek-

leşebileceği bilinen bir gerçektir. Mesleki yayın takip etme durumunun hemşirelerin İBG puan ortalamalarını etkilemediği bulunmuştur ($p>0.05$).

Tablo 4 . Hemşirelerin Sigara ve Alkol Kullanma Durumlarına Göre İşe Bağlı Gerginlik Düzeyleri

Sigara ve Alkol Kullanma Durumları	N	%	$\bar{X} \pm SS$	Anlamlılık
Sigara kullanma durumu				
Evet	99	35.4	40.67±7.76	F=3.251
Hayır	157	56.1	38.50±7.03	p<0.05
Bazen	24	8.6	37.75±6.09	
Alkol kullanma durumu				
Evet	10	3.6	50.70±7.63	F=20.970
Hayır	249	88.9	38.35±6.80	p<0.001
Bazen	21	7.5	43.81±6.57	

Literatürde stresin ve gerginliğin duygu düşünce ve davranış düzeyine yansıyan belirtilerinden birinin sigara ve alkol alma eğiliminde artma olarak belirtilmektedir (Mc Donald 1981, Foxall et al 1990, Baltaş ve Baltaş 1996, Kutun ve ark 1997).

Çalışmada sigara (40.67±7.76) ve alkol (50.70±7.63) kullanan hemşirelerin işe bağlı gerginlik puan ortalamalarının kullanmayanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sigara ve alkol kullanma durumunun işe bağlı gerginlik düzeyini etkilediği tespit edilmiştir (sigara $p<0.05$, alkol $p<0.001$).

Bu konuda yapılan diğer çalışmalarda da hemşirelerin sigara içme alışkanlığı ve yaşadıkları stres arasında ilişki olduğu saptanmıştır (Mallett et al. 1991, Bilgili 1998).

SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre hemşirelerin işe bağlı gerginlik puan ortalamalarının 39.20±7.28 olduğu, yaş, yaşamsal zorluk, işte takdir edilme durumu, şimdiki meslek tercihi, sigara ve alkol kullanma durumu gibi değişkenler ile işe bağlı gerginlik puanlarının etkilendiği bulunmuştur.

Bu bulgular doğrultusunda ;

-Hastane ortamındaki stresi ortadan kaldırmak için çalışanlar ve yönetimin iş stresi konusunda eğitilmesi,

-Hemşirelerin ruh sağlıklarını korumak ve sürdürmek için psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin verilmesi,

-Hemşirelerin streslerini tanıyabilmeleri ve etkili baş etme yöntemlerini geliştirebilmeleri için sık sık yöneticilerle toplantılar düzenlenmesi,

-Motivasyonu arttırmak için başarılı olan hemşirelerin ödüllendirilmesi önerilebilir.

KAYNAKLAR

- Aslan S H ve ark.** (1996). İşe bağlı gerginlik ölçeğinin bir hemşire örnekleminde geçerlik ve güvenilirliği. 3 P Derg., 4 (4):276-284.
- Aslan S H ve ark.** (1997). Kocaeli'nde bir grup sağlık çalışanında işe bağlı gerginlik, tükenme ve iş doyumunu. Toplum ve Hekim. 12 (82) :24-29.
- Aslan S H ve ark.** (1998). İşe bağlı gerginlik ölçeğinin sağlık alanında çalışanlarda geçerlik ve güvenilirliği. Düşünen Adam. 11(2):4-8.
- Aslan S H ve ark.** (2000). Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesinde çalışan hemşirelerde tükenme, işe bağlı gerginlik, A tipi kişilik, mükemmelliyetçilik. Çukurova Üniv.Tıp Fak.Derg.,25 (3):135-142.
- Aşti N, Küçük L** (1998). Ülkemiz hemşirelerinin iş ortamında karşılaştıkları stresle objektif başa çıkma yolları. Uluslararası katılımlı VI. Ulusal Hemşirelik Kongresi Kitabı.Damla Matbaacılık, Ankara, 393-396.
- Aylaz R, Durmuş B** (2000). Hemşirelerde iş stresi. 2000'li yıllarda Sağlık Yüksekokullarında Eğitimin Geleceği Sempozyum Kitabı. Malatya: 232-238.
- Aytaç S** (2002). İşyerindeki kronik stres kaynakları.<http://www.isguc.org/saytac.3.htm>
- Balcı A** (2000). Öğretim elemanlarının iş stresi.Kurum ve Uygulamalar. Nobel yayın dağıttım. Ankara.
- Baltaş Z, Baltaş A** (1996). Stres ve Başa Çıkma Yolları. Remzi Kitabevi.
- Baltaş Z, Baltaş A** (1998). Stres ve başa çıkma yolları. Remzi Kitabevi.
- Bilgili N** (1998). Ankara Dışkapı SSK Hastanesinde çalışan hemşirelerin genel ruhsal durumlarının değerlendirilmesi. Uluslararası katılımlı V.Ulusal Hemşirelik Kongresi Kitabı. İzmir. DEÜ Rektörlüğü Matbaası. 47-61.
- Durmuş B, Yıldız H** (1999). Elazığ il merkezindeki hastanelerde çalışan hemşirelerin iş stres puanlarının değerlendirilmesi. VII. Ulusal Hemşirelik Kongresi Kitabı, Erzurum, 280-286.
- Ergüney S ve ark.** (2001). Hemşirelerin karşılaştıkları mesleki riskler. Atatürk Üniv. Hemşirelik Yüksekokulu Derg.,4 (1): 63-73.
- Foxall M J et al.** (1990). A comparison of frequency and sources of nursing job stress perceived by intensive care, hospice and medical surgical nurses.Journal of Advanced Nursing.15:577-584.
- Görgülü S** (1990). Hemşirelik ve iş ortamı stresörleri. Türk Hemşireler Derg., 39 (1):23.
- Kutun ve ark.** (1997). Hemşirelikte stres. Üretkenlik Derg.,1(1).
- Mallett K et al.** (1991). Relationship among burnout, death anxiety and social support in hospice and critical care nurses. Psychol Rep.1347-1359.
- MC Donald & Doyle** (1981). The Stress of Work. Nelson and Sons, USA.
- Oehler J M et al** (1991). Burnout, job stress, anxiety and perceived social support in neonatal nurses.Heart and Lung. 20:500-505.
- Revicki D A et al** (1991). Reliability and validity of the work-related strain inventory among health professionals. Behav. Med 17: 111-120.
- Sabuncuoğlu Z** (1987). Çalışma psikolojisi. 3.Baskı. Uludağ Üniv.Basımevi, Bursa.
- Steers R** (1981). Introduction to Organizational Behaviour, Glenview, Illinois. Scott, Foresman and Company.
- Uçman P** (1990). Ülkemizde çalışan kadınlarda stresle başa çıkma ve psikolojik rahatsızlıklar. Psikoloji Derg.,7 (24):58-75.