

Öğrenci hemşirelerde stres yaratan durumlar ve baş etme yöntemleri

Mualla Yılmaz¹, Zeliha Yaman¹, Semra Erdoğan²

¹ Mersin Üniversitesi, İçel Sağlık Yüksekokulu, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Mersin

²Mersin Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Biyoistatistik ABD, Mersin

Öz

Amaç: Bu araştırma, hemşirelik bölümünde öğrenim gören öğrenci hemşirelerde stres yaratan durumlar ve baş etme yöntemlerinin belirlenmesi amacıyla tanımlayıcı olarak yapıldı. **Yöntem:** Bu araştırma bir Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü'nde öğrenim gören 531 öğrenciden gönüllülük ilkesi gereği araştırmaya katılmayı kabul eden 280 öğrenci ile yapılmıştır. Araştırma verileri "Öğrenci Hemşirelerde Stres Yaratan Durumlara İlişkin Bilgi Formu" ve "Stresle Başa Etme Tarzları Ölçeği" kullanılarak toplandı. Verilerin değerlendirilmesinde yüzdeler, ortalama, ortanca, Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri kullanıldı. **Bulgular:** Çalışmaya katılan öğrenci hemşirelerin %58,3'ü 20 yaş ve üzerinde olup yaş ortalaması 21,0±2,0'dir. Öğrenci hemşirelerin klinik alandaki strese neden olan faktörleri incelendiğinde; %50,7'si öğretim elemanlarının bakım planı konusundaki ısrarı/sıkıştırma davranışında bulunma, %63,2'si hastaların öğrenci hemşireye güvenmemeleri, %43,6'sı öğrencilerin klinik uygulamalarda hata yapma korkusu, %44,6'sının sınav kaygısı nedeniyle stres yaşadıkları belirlendi. Ayrıca öğrenci hemşirelerin %26,8'inin üniversitede sosyal etkinliklerin olmaması ve %22,5'inin ise yakınlarının hemşireliğe yönelik olumsuz ön yargısından dolayı stres yaşadıkları belirlenmiştir. Öğrenci hemşirelerin stresle başa çıkma tarzları içerisinde en fazla kendine güvenli yaklaşım ve sosyal destek arama yöntemini kullandıkları saptandı. **Sonuç:** Bu çalışmada öğrenci hemşirelerin eğitim sürecinde, klinik ortamda ve öğrenci yakınlarının hemşireliğe yönelik olumsuz ön yargısından dolayı stres yaşadıkları belirlenmiştir. Öğrenci hemşirelerin bu stresleri tanımaları ve stresle baş etme becerileri kazanmasında hemşire akademisyenlerin görev ve sorumluluklarının olması gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Stres, öğrenci, hemşirelik, stresle başa çıkma

Yazının geliş tarihi:13.01.2017

Yazının kabul tarihi:03.05.2017

Yazışma adresi: Doç.Dr. Mualla Yılmaz, Mersin Üniversitesi, İçel Sağlık Yüksekokulu, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Çiftlikköy Kampüsü Mezitli/Mersin

Tel: 0 535 920 72 63

E- posta: mualley69@gmail.com

Stressful situation in nursing students and the methods of coping with stress

Abstract

Aim: This descriptive study is aimed to determine the stress causing factors of the students studying at nursing department and their coping methods. **Method:** The universe of the study consists of 531 students who have been studying at the Nursing Department of Mersin University School of Health and the sample consists of 280 students who accepted to participate in the study. "Knowledge Form is related to stressfull situations in Nursing Students" and "Stress-Coping Style Scale" were used for data collecting. In data analysis, percentage mean, median, 25-75% percentile, Mann Whitney U and Kruskal-Wallis variants analysis test were used. **Results:** The mean age of the students participated to the study was 21,0±2,0 years and 58,3% were 20 years and over. It was found out that the stress factors experienced by the students at clinical areas are as the followings 50,7% lecturers' attitude/compression behavior on nursing care plan, 63,2% patients' being the sense of insecurity against nursing students, 43,6% fear of making mistakes in clinical practice, %44,6 exam anxiety. It was also determined that 26,8% of the student nurses experience stress because of the lack of social activities and 22,5% of them experience because of the negative prejudice of nursing students' relatives towards nursing. It was determined that among the ways of coping with stress, the student nurses use the Self-Confidence Approach and Social Support Search method the most. **Conclusion:** In this study, it was determined that the student nurses were experiencing stress in the educational process, in the clinical setting and negative prejudice of the students' relatives towards nursing. Student nurses recognize these stressors and nurse academicians must have responsibilities to be able to cope with stress.

Keywords: Stress, student, nursing, coping with stress

Giriş

Stres, modern toplum hastalığı olarak ifade edilen, günlük hayatımızın ayrılmaz bir parçası olan bir kavramdır.^{1,2} Çok eski çağlardan beri stres insanoğlunun yaşamında var olan bir durumdur. Eski çağlarda hayatta kalmak için yapılan mücadeleler sonucunda yaşanan stres ile günümüzde yaşadığımız stres arasında önemli fark yoktur.²

Stres, organizmanın bedensel ve ruhsal sınırlarının tehdit edilmesi, zorlanması ile ortaya çıkan, bireyin fiziksel ve ruhsal dengesini tehdit eden bir durum olarak tanımlanmaktadır. İnsanların hayatlarını geniş çaplı etkileyebilecek olaylar stres sebebi olabilirken, önemli hayat değişiklikleri, bireyin her zaman karşılaşılabileceği günlük yaşam olayları da stres unsuru olabilmektedir.¹

Stresle başa çıkma diğer bir deyişle stres yönetimi, temel olarak stres

yaşantısının olumsuz sonuçlarını azaltmaya ya da yok etmeye yönelik çabalarla stresin etkisini olumlu düzeyde tutabilmek olarak tanımlanabileceği gibi bireyin kaynaklarını aşan ya da zorlayan çevreden ve içten gelen istek ve çatışmaları kontrol etmeye yönelik dinamik, bilişsel, duygusal ve davranışsal çabalar olarak tanımlanmaktadır.¹

Hemşirelik eğitimi öğrenci hemşirelerin bilgi, tutum ve becerilerini kullanmalarını sağlayan, onları hemşirelik mesleğini kazandırmayı hedefleyen, teorik ve klinik alt yapısı olan formal bir eğitim programıdır. Hemşirelik öğrencileri eğitim yaşantılarının ilk anlarından itibaren akademik performanslarını ve yaşam kalitelerini etkileyen stres unsurları ile karşı karşıya kalmaktadır.^{3,4} Yapılan çalışmalarda öğrencilerin yaşadıkları maddi sıkıntılar, ailevi sorunlar, cinsel sorunlar, depresyon, öğrencilerin akranları ile yaşadıkları sorunlar, akademik yük, akademik durumlarıyla ve klinik durumlarıyla ilgili

bilgi ve beceri eksikliği, gelecekle ilgili hakkındaki belirsizlik düşünceleri öğrencilerin stres yaşamalarına neden olabilmektedir.⁵⁻⁷

Son yıllarda hemşirelik öğrencilerinin eğitimleri sürecinde diğer bölümlerde öğrenim gören öğrencilere göre stres yaşama ve stres unsurlarıyla karşılaşma durumlarının daha fazla olması nedeniyle bu konu hakkında yapılan çalışmalara olan ilginin arttığı belirtilmektedir.⁸ Klinik anlamda geniş bir alanda görev yapan hemşirelik öğrencileri eğitimleri sırasında klinikte çalışan hemşirelerin deneyimlediklerine benzer stres yaşadıkları ve bunun yanında eğitimsel çalışmalar ve kişisel/sosyal nedenlerden kaynaklı stres yaşamaktadırlar.⁹ Deary¹⁰ çalışmasında stresle baş etmede duygular odaklı baş etme ve kaçınan baş etme davranışları gösteren öğrenci hemşirelerin stres düzeylerinin daha yüksek olduğunu bildirmektedir. Sossah ve ark.¹¹ yaptığı çalışmada öğrenci hemşirelerin klinik ortamda en fazla performans korkusu yaşadıkları ancak duygusal, manevi destek sistemlerini harekete geçirerek, okulda düzenlenen sosyal ve fiziksel aktivitelere katılarak stresle baş ettikleri belirtilmektedir. Yapılan çalışmalarda öğrenci hemşirelerin yaşadıkları stresin öğrencilerin akademik ilerlemelerini ve uyumlarını etkilediği bildirilmektedir.^{5,11}

Bu araştırma öğrenci hemşirelerde stres yaratan durumlar ve baş etme yöntemlerini belirlemek amacıyla yapıldı.

Araştırmanın Soruları

- Öğrenci hemşirelerde stres yaratan durumlar nelerdir?
- Öğrenci hemşirelerin stresle baş etme yöntemleri nelerdir?

Gereç ve yöntem

Araştırmanın tipi: Bu araştırma tanımlayıcı tiptedir.

Araştırmanın evreni: Bir üniversitenin Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik bölümünde 2014-2015 eğitim-

öğretim yılında öğrenim gören öğrencilerin tamamı (N=531) bu araştırmanın evrenini oluşturmaktadır. Örneklem seçimine gidilmemiş, evrenin tamamına ulaşılması hedeflenmiştir. Gönüllülük ilkesi gereği araştırmaya katılmayı kabul eden 295 öğrenci ile çalışma gerçekleştirilmiştir. Ancak anket sorularını eksik dolduran 15 öğrencinin verileri çalışma kapsamı dışına alınmıştır. Böylece çalışma kapsamına alınanlar üzerinden evrenin %53'üne ulaşılmıştır.

Verilerin Toplanması: Veriler "Öğrenci Hemşirelerde Stres Yaratan Durumlara İlişkin Bilgi Formu" ve "Stresle Başa Çıkma Ölçeği" kullanılarak 01.02.2014-10.06.2015 tarihleri arasında yüz yüze görüşülerek toplandı.

Öğrenci Hemşirelerde Stres Yaratan Durumlara İlişkin Bilgi Formu: Bilgi formu, ilgili literatür temel alınarak araştırmacılar tarafından geliştirildi. Hemşirelik öğrencilerinde stres yaratan durumları içeren ve 32 sorudan oluşan bu formda öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri (yaş, eğitim durumu ve mesleği vb), öğrencilerin hemşirelik mesleğiyle ilgili düşünceleri, öğrencilerin klinik ve teorik eğitimleri sırasında sosyal ve kişisel yaşamdaki stres kaynaklarına ilişkin sorular yer almaktadır.^{3,4,12,13}

Stresle Baş Etme Tarzları Ölçeği: Folkman ve Lazarus tarafından Başa Çıkma Yolları Envanteri olarak geliştirilen 4'lü likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin 30 maddelik formunun Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Şahin ve Durak (1995)¹⁴ tarafından yapılmıştır. Ölçek kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, iyimser yaklaşım ve sosyal destek arama olmak üzere toplam 5 faktörden oluşmaktadır. Cronbach alfa iç tutarlılık katsayılarının ise, iyimser yaklaşım için 0.49-0.68, kendine güvenli yaklaşım için 0.62-0.80, çaresiz yaklaşım için 0.64-0.73, boyun eğici yaklaşım için 0.47-0.72 ve sosyal destek arama faktörü için 0.45-0.47 arasında olduğu belirtilmiştir. Ölçeğin 8.,10.,14., 16., 20., 23., 26. maddeleri kendine güvenli yaklaşım; 2, 4., 6., 12., 18. maddeleri iyimser yaklaşım; 3., 7., 13., 15., 21., 24.

maddeleri çaresiz yaklaşım; çaresiz yaklaşım; 5., 7., 13., 15., 21., 24. maddeleri boyun eğici yaklaşım; ve 1., 9., 29., 30. maddeleri ise sosyal destek arama maddeleridir.¹⁴

Araştırmanın Etik Boyutu: Araştırmanın her aşamasında etik ilkelere uyulmasına özen gösterilmiştir. Araştırmaya başlanmadan önce Mersin Üniversitesi Araştırma Uygulama Merkezi Klinik Uygulamalar Etik Kurulu'ndan (25.09.2014 tarih ve 2014/216 sayılı) etik kurul izni ve üniversitenin Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik bölümünden kurum izni yazılı olarak alınmıştır. Öğrenci hemşirelere araştırmanın amacı ve yöntemi açıklanmıştır. Daha sonra yazılı ve sözlü onamları alınarak veriler toplanmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama formlarının uygulama süresi ortalama 20 dakika sürmüştür.

Verilerin Değerlendirilmesi: Elde edilen veriler Med Calc. paket programında değerlendirildi. Sürekli ölçümlere ait normallik kontrolleri Shapiro Wilk testi ile test edilmiş ve normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Sosyo demografik özelliklerine göre bazı parametrelere göre alt ölçek puanları arasındaki farklılıklar için Mann Whitney U testi ve Kruskal Wallis testleri kullanılmıştır. İkili karşılaştırmalar için ise Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistikler olarak ortalama ve ortanca ve %25-75 yüzdeler kullanılmıştır. Ayrıca yaş değişkeni ile alt ölçek puanları arasındaki ilişki için Spearman korelasyon katsayısından yararlanılmıştır. Sonuçlar %95'lik güven aralığında, anlamlılık $p \leq 0.05$ düzeyinde değerlendirildi.

Araştırmanın Sınırlılıkları: Araştırmanın tek bir üniversitenin hemşirelik bölümünde uygulanmış olması sınırlılık olarak kabul edilmiştir.

Bulgular

Bu çalışmada öğrenci hemşirelerin %58.3'ü 20 yaş ve üzerinde olup yaş ortalaması 21.0 ± 2.0 'dir. Öğrenci hemşirelerin %80.7'si kentsel bölgede yaşadığı, %70.4'ünün gelir durumunun

dengede olduğu, %78.6'sı ise çekirdek aileye sahip olduğu belirlenmiştir. Öğrenci hemşirelerin %74.3'ü hemşirelik bölümünü ilk beşinci sırada tercih ettiklerini, %33.9'u 3 yıldır öğrenci olduğunu belirtmişlerdir. Öğrenci hemşirelerin hemşirelik mesleğini tercih etme nedenleri incelendiğinde öğrencilerin %27.7'si mesleği sevdiği için, %18'i ailesi istediği için, %46.4'ü işsiz kalmamak için hemşirelik mesleğini tercih ettiğini bildirmiştir. Öğrencilerin %57.1'i hemşire olmayı istediğini, %25'i ise bu konuda kararsız olduğunu belirtmiştir.

Öğrenci hemşirelerin klinik alandaki strese neden olan faktörler incelendiğinde; %50.7'si öğretim elemanlarının bakım planı konusundaki ısrarı/sıkıştırma davranışında bulunma, %41.4'ü klinik hemşirelerinin öğrenciye saygılı olmayan tutumları, %43.2'si hemşireler tarafından öğrencilere hemşirenin görev ve yetkileri dışındaki işleri yaptırmak istemesi, %63.2'si hastaların öğrenci hemşireye güvenmemeleri, %43.6'sı öğrencilerin klinik uygulamalarda hata yapma korkusu nedeniyle stres yaşadıklarını belirtmişlerdir (Tablo 1).

Öğrenci hemşirelerin %48.2'si öğretim elemanının öğrenciyi motive edememesinden, %44.6'sının sınav kaygısından, %32.9'unun öğrencilerin diğer öğrencilerle yaşadıkları iletişim sorunlarından dolayı eğitim alanında stres yaşadıkları belirlenmiştir (Tablo 1).

Öğrencilerin sosyal yaşamları ile ilgili stres yaşadığı ve bunların %26.8'inin üniversitede sosyal etkinliklerin olmaması, %44.6'sının gruplaşmaların olması, %22.5'inin ise öğrenci yakınlarının hemşireliğe yönelik olumsuz ön yargısından dolayı stres yaşadıkları belirtilmektedir (Tablo 1).

Öğrenci hemşirelerin bireysel alanda stres yaşadıkları ve bunların %31.1'inin kendini ifade edememe, %30.4'ünün öfkeyi kontrol etmekte güçlük yaşama, %42.5'inin aşırı duygusal olma, %48.9'unun eğlence ile dersin zamanını ayarlayamama, %30.4'ünün kendini yargılama ve suçlamadan kaynaklı stres yaşadıkları saptanmıştır (Tablo 1).

Tablo 1. Öğrenci hemşirelerin klinik, eğitim, sosyal ve bireysel alanda deneyimlediği stresörlerin dağılımı

| Stresörler | n | % |
|---|-----|------|
| <i>Klinik Alandaki Stresörler</i> | | |
| Hastaların öğrenci hemşireye güvenmemeleri | 177 | 63.2 |
| Öğretim elemanlarının bakım planı konusundaki ısrarı/sıkıştırması | 142 | 50.7 |
| Öğrencilerin klinik uygulamalarda hata yapma korkusu | 122 | 43.6 |
| Hemşirelik dışı isteklerde bulunma | 121 | 43.2 |
| Hekimlerin öğrenciye saygılı olmayan tutumları | 120 | 42.9 |
| Hemşirelerin öğrenciye saygılı olmayan tutumları | 129 | 41.4 |
| <i>Eğitim Alandaki Stresörler</i> | | |
| Öğretim elemanının öğrenciyi motive edememesi | 135 | 48.2 |
| Sınav kaygısı | 125 | 44.6 |
| Öğrenciler arasındaki iletişim sorunları | 92 | 32.9 |
| <i>Sosyal Alandaki Stresörler</i> | | |
| Gruplaşmaların olması | 125 | 44.6 |
| Üniversitede sosyal etkinliklerin olmaması | 75 | 26.8 |
| Yakınlarının hemşireliğe yönelik olumsuz ön yargısı | 63 | 22.5 |
| <i>Bireysel Alandaki Stresörler</i> | | |
| Eğlence ile dersin zamanını ayarlayamama | 137 | 48.9 |
| Aşırı duygusal olma | 119 | 42.5 |
| Kendini ifade edememe | 87 | 31.1 |
| Öfkeyi kontrol etmekte güçlük yaşama | 85 | 30.4 |
| Kendini yargılama ve suçlama | 85 | 30.4 |

Çalışmaya katılan öğrenci hemşirelerin "stresle başa çıkma tarzları ölçeği" alt ölçeklerinden aldığı puanlar sırasıyla; kendine güvenli yaklaşım 1.8 ± 0.6 , çaresiz yaklaşım 1.2 ± 0.6 , iyimser yaklaşım için 0.95 ± 0.6 , boyun eğici yaklaşım 1.6 ± 0.6 ve sosyal destek arama yaklaşımı 1.8 ± 0.6 'dır. öğrencilerin stresle başa çıkma

tarzları içerisinde en fazla kendine güvenli yaklaşım ve sosyal destek arama yöntemini kullandıkları saptanmıştır. En az kullandıkları yöntem ise boyun eğici yaklaşım'dır (Tablo 2).

Öğrenci hemşirelerin stresle başa çıkma ölçeğinin toplam ölçek ve alt ölçek boyutlarının puanları ile sosyo-demografik

özelliklerine ilişkin bağımsız değişkenlerle ilişkisi incelendiğinde; stresle başa çıkma ölçeğinin alt boyutu olan çaresiz yaklaşım boyutu ile yaş grupları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (p=0.037). 20 yaşından küçük olan öğrenci hemşirelerin çaresiz yaklaşım alt ölçek puanlarının medyan değeri 21 yaş ve üstü olan öğrencilerden daha fazladır (Tablo 3).

Öğrenci hemşirelerin stresle başa çıkma durumları ile cinsiyetleri incelendiğinde; stresle başa çıkma ölçeğinin boyun eğici yaklaşım, iyimser yaklaşım ve sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutları ile öğrencilerin cinsiyetleri arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (p=0.004, p=0.042, p=0.017). Erkek öğrenci hemşirelerin boyun eğici

yaklaşım, iyimser yaklaşım alt ölçek puanlarının medyan değeri kadın öğrenci hemşirelerden daha fazladır. Kadın öğrenci hemşirelerin sosyal destek arama yaklaşımı alt ölçek puanının medyan değeri ise erkek öğrencilerden daha fazladır (Tablo 3).

Öğrenci hemşirelerin stresle başa çıkma durumları ile gelir gider durumları incelendiğinde, stresle başa çıkma ölçeğinin alt boyutu olan sosyal destek arama yaklaşımı boyutu ile öğrencilerin gelir durumu arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (p=0.029). Geliri giderinden fazla olan öğrenci hemşirelerin sosyal destek arama yaklaşımı alt ölçek puanının medyan değeri gelir durumu az olan ve gelir durumu denk olan öğrenci hemşirelerin puanından daha düşüktür (Tablo 3).

Tablo 2. Öğrenci hemşirelerin stresle başa çıkma alt ölçeği puan ortalamaları (n=280)

| Stresle Başa Çıkma Ölçeği | $\bar{x} \pm SD$ | En Düşük-En Yüksek Değer |
|---------------------------|------------------|--------------------------|
| Boyun Eğici Yaklaşım | 0.95±0.6 | 0-3 |
| Sosyal Destek Arama | 1.8±0.6 | 0-3 |
| Kendine Güvenli Yaklaşım | 1.8±0.6 | 0-3 |
| İyimser Yaklaşım | 1.6±0.6 | 0-3 |
| Çaresiz Yaklaşım | 1.2±0.6 | 0-3 |

Öğrenci hemşirelerin hemşirelik bölümünü tercih etme nedenleri ile stresle başa çıkma durumları incelendiğinde; stresle başa çıkma ölçeğinin alt boyutu olan çaresiz yaklaşımı boyutu ile hemşirelik bölümünü tercih etme nedenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (p=0.047). Açıkta kalmamak için hemşirelik mesleğini tercih eden öğrencilerinin sosyal destek arama yaklaşımı alt ölçek puanının medyan değeri diğer nedenlerle (işsiz kalmamak, mesleği sevmek ve ailesi istediği için) hemşirelik mesleğini seçen öğrencilerden daha fazladır. Öğrenci hemşirelerin yaşadıkları yer ile stresle başa çıkma durumları incelendiğinde; stresle başa çıkma ölçeği'nin

iyimser yaklaşım alt boyutu ile öğrencilerin yaşadıkları yer arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (p=0.018). Aile/akraba, evde arkadaşı ile kalan öğrencilerinin iyimser yaklaşım alt ölçek puanının medyan değeri evde/yalnız ve yurttan kalan öğrencilerin puanından daha fazladır. Öğrenci hemşirelerin hemşire olmayı istemeleri ile stresle başa çıkma durumları incelendiğinde; stresle başa çıkma ölçeğinin kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, iyimser yaklaşım ve sosyal destek arama yaklaşımı ölçek alt boyutları ile hemşire olmayı isteme durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (p=0.010, p=0.036, p=0.024,

p=0.007, p=0.018). Hemşire olmayı isteyen öğrencilerin kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, sosyal destek arama

yaklaşımı alt ölçek puanının medyan değeri hemşire olmayı istemeyen ve kararsız olan öğrencilerden daha fazladır (Tablo 4).

Tablo 3. Öğrenci hemşirelerin sosyo-demografik özellikleri ile stresle başa çıkma ölçeği puan ortalamalarının dağılımı

| | Değişkenler | (n) | Kendine güvenli yaklaşım Medyan [% 25-75] | Çaresiz yaklaşım Medyan [% 25-75] | Boyun eğici yaklaşım Medyan [% 25-75] | İyimser yaklaşım Medyan [% 25-75] | Sosyal destek arama yaklaşımı Medyan [% 25-75] |
|--------------------|----------------------|-----|---|-----------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------|--|
| Yaş | 20 Yaş ve altı | 117 | 1.86 [1.43-2.29] | 1.38 [0.88-1.75] | 1.00 [0.50-1.33] | 1.60 [1.20-2.00] | 1.75 [1.25-2.25] |
| | 21 Yaş ve üstü | 163 | 1.86 [1.43-2.29] | 1.13 [0.75-1.50] | 0.83 [0.50-1.33] | 1.80 [1.40-2.00] | 1.75 [1.50-2.25] |
| Cinsiyet | Kadın | 167 | 1.86 [1.43-2.29] | 1.25 [0.75-1.75] | 0.83 [0.33-1.33] | 1.60 [1.20-2.00] | 2 [1.50-2.25] |
| | Erkek | 113 | 1.86 [1.43-2.29] | 1.12 [0.75-1.56] | 1.00 [0.67-1.42] | 1.80 [1.40-2.20] | 1.75 [1.25-2.00] |
| Yaşadığı yer | İl | 226 | 1.86 [1.43-2.29] | 1.19 [0.75-1.75] | 1.00 [0.50-1.33] | 1.60 [1.20-2.00] | 1.75 [1.50-2.25] |
| | Köy | 54 | 1.86 [1.50-2.42] | 1.13 [0.75-1.63] | 0.83 [0.50-1.33] | 1.90 [1.40-2.05] | 1.75 [1.25-2.00] |
| Aile tipi | Geniş Aile | 60 | 29.0 [6.0-36.0] | 1.25 [0.75-1.62] | 0.83 [0.50-1.33] | 1.80 [1.40-2.20] | 1.75 [1.31-2.18] |
| | Çekirdek Aile | 220 | 1.85 [1.43-2.29] | 1.12 [0.75-1.63] | 1.00 [0.50-1.33] | 1.60 [1.20-2.00] | 1.75 [1.50-2.25] |
| Gelir Gider Durumu | Gelir Giderden Az | 63 | 1.86 [1.57-2.14] | 1.13 [0.88-1.63] | 1.00 [0.50-1.50] | 1.60 [1.20-2.00] | 1.75 [1.50-2.00] |
| | Gelir Giderden Denk | 197 | 1.86 [1.36-2.29] | 1.13 [0.75-1.75] | 1.00 [0.50-1.33] | 1.60 [1.20-2.00] | 1.75 [1.50-2.25] |
| | Gelir Giderden Fazla | 20 | 2.07 [1.32-2.39] | 1.06 [0.66-1.59] | 0.83 [0.54-1.29] | 1.80 [1.40-2.20] | 1.50 [1.00-1.93] |
| | | | p=0.580 | p=0.037 | p=0.835 | p=0.089 | p=0.645 |
| | | | p=0.989 | p=0.316 | p=0.004 | p=0.042 | p=0.017 |
| | | | p=0.942 | p=0.425 | p=0.364 | p=0.123 | p=0.287 |
| | | | p=0.882 | p=0.848 | p=0.347 | p=0.180 | p=0.522 |
| | | | p=0.646 | p=0.861 | p=0.934 | p=0.666 | p=0.029 |

Tablo 4. Öğrenci hemşirelerin mesleki özellikleri ile stresle başa çıkma ölçeği puan ortalamalarının dağılımı

| Değişkenler | (n) | Kendine güvenli yaklaşım Medyan [% 25-75] | Çaresiz yaklaşım Medyan [% 25-75] | Boyun eğici yaklaşım Medyan [% 25-75] | İyimser yaklaşım Medyan [% 25-75] | Sosyal destek arama yaklaşımı Medyan [% 25-75] | |
|--------------------------------------|---|---|-----------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------|--|---------------------|
| Okul Tercih | İlk 5 yıl içinde | 208 | 1.86 [1.57-2.29] | 1.12 [0.75-1.63] | 0.83 [0.50-1.33] | 1.60 [1.20-2.00] | 1.75 [1.50-2.25] |
| | 6-10 yıl içinde | 38 | 1.86 [1.43-2.29] | 1.13 [0.75-1.75] | 0.92 [0.46-1.33] | 1.60 [1.40-2.00] | 1.75 [1.50-2.00] |
| | 11 yıl ve üzeri | 34 | 1.86 [1.29-2.29] | 1.25 [0.84-1.66] | 1.17 [0.67] | 1.60 [1.15-2.00] | 2.00 [1.50-2.25] |
| | | | p=0.554 | p=0.946 | p= 0.227 | p=0.670 | p=0.596 |
| Hemşirelik Bölümünü Tercih Nedeni | Mesleği sevdiğim için | 77 | 2.00 [1.57-2.29] | 1.00 [0.63-1.44] | 0.83 [0.50-1.17] | 1.80 [1.40-2.10] | 1.75 [1.50-2.25] |
| | Ailem istediği için | 50 | 1.86 [1.43-2.18] | 1.38 [1.00-1.75] | 1.00 [0.50-1.50] | 1.50 [1.35-2.00] | 1.75 [1.25-2.25] |
| | ÖSYM yerleştirme sonucuna göre herhangi bir üniversiteye yerleşebilmek için | 22 | 2.07 [1.25-2.43] | 1.38 [0.72-1.88] | 1.00 [0.33-1.67] | 1.80 [1.00-2.20] | 2.00 [1.44-2.00] |
| Hemşirelik Bölümünde Öğrencilik Yılı | İşsiz kalmamak için | 129 | 1.86 [1.29-2.21] | 1.13 [0.75-1.63] | 0.83 [0.50-1.33] | 1.60 [1.30-2.00] | 1.75 [1.50-2.25] |
| | 1 yıl | 41 | 1.86 [1.36-2.21] | 1.63 [0.94-1.88] | 1.00 [0.58-1.58] | 1.60 [1.10-2.10] | 1.75 [1.25-2.13] |
| | 2 yıl | 90 | 1.86 [1.14-2.29] | 1.13 [0.72-1.75] | 0.92 [0.50-1.33] | 1.60 [1.35-2.00] | 1.75 [1.50-2.00] |
| | | | p=0.451 | p=0.047 | p= 0.332 | p=0.332 | p=0.577 |
| | 3 yıl | 95 | 2.00 [1.43-2.43] | 1.13 [0.75-1.50] | 1.00 [0.50-1.33] | 1.80 [1.20-2.00] | 1.75 [1.50-2.25] |
| | 4 yıl ve üzeri | 54 | 2.00 [1.57-2.14] | 1.13 [0.75-1.50] | 0.83 [0.46-1.33] | 1.80 [1.40-2.05] | 1.88 [1.50-2.06] |
| | | | p=0.274 | p=0.170 | p= 0.627 | p=0.505 | p=0.588 |

Tablo 4'ün devamı

| | Değişkenler | (n) | Kendine güvenli yaklaşım Medyan [% 25-75] | Çaresiz yaklaşım Medyan [% 25-75] | Boyun eğici yaklaşım Medyan [% 25-75] | İyimser yaklaşım Medyan [% 25-75] | Sosyal destek arama yaklaşımı Medyan [% 25-75] |
|-----------------------|--------------|-----|---|-----------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------|--|
| Yaşadığı yer | Aile/akraba | 73 | 2.14 [1.50-2.43] | 1.25 [0.69-1.63] | 1.00 [0.50-1.33] | 1.80 [1.20-2.20] | 2.00 [1.50-2.25] |
| | Evde arkadaş | 66 | 1.86 [1.29-2.29] | 1.13 [0.75-1.53] | 1.08 [0.50-1.50] | 1.80 [1.40-2.05] | 1.75 [1.25-2.00] |
| | Evde yalnız | 6 | 1.64 [1.07-2.14] | 1.19 [0.81-1.81] | 1.17 [0.25-1.50] | 1.30 [0.85-1.65] | 1.63 [1.00-2.25] |
| | Yurtta | 135 | 1.86 [1.43-2.29] | 1.13 [0.88-1.75] | 0.83 [0.33-1.33] | 1.60 [1.20-2.00] | 1.75 [1.50-2.25] |
| Hemşire Olmayı İsteme | İstiyorum | 160 | 2.00 [1.57-2.29] | 1.13 [0.66-1.50] | 0.83 [0.33-1.17] | 1.80 [1.40-2.20] | 2.00 [1.50-2.25] |
| | İstemiyorum | 50 | 1.71 [1.10-2.03] | 1.25 [0.75-1.75] | 1.00 [0.67-1.33] | 1.40 [1.00-1.85] | 1.63 [1.25-2.00] |
| | Kararsızım | 70 | 1.86 [1.25-2.14] | 1.25 [0.88-1.88] | 1.00 [0.50-1.50] | 1.60 [1.20-2.00] | 1.75 [1.25-2.00] |
| | | | p=0.201 | p=0.851 | p= 0.282 | p=0.018 | p=0.352 |
| | | | p=0.010 | p=0.036 | p= 0.024 | p=0.007 | p=0.018 |

Tartışma

Çalışmaya katılan öğrenci hemşirelerin klinik, eğitim, sosyal ve bireysel alanda deneyimlediği strese neden olan faktörler incelendiğinde; öğretim elemanlarının bakım planı konusundaki ısrarı/sıkıştırması, hemşirelerin öğrenciye saygılı olmayan tutumları, hemşirelik dışı isteklerde bulunmaları, hastaların öğrenci hemşireye güvenmemeleri, öğrencilerin klinik uygulamalarda hata yapma korkusundan dolayı klinik alanda stres yaşadıkları belirlendi. Altıok ve ark.¹² yaptığı çalışmada da eğitici ile ilgili yaşadığı stres kaynakları temasıyla ilgili yargılayıcı tutumlar, bakım planı konusundaki

ısrarı/sıkıştırması, hekim ve öğrenci hekimlerin kendilerine gösterdikleri saygısızca tutum ve davranışlardan dolayı değersizlik yaşamalarından kaynaklı stres yaşadıkları bildirilmektedir. Pulido ve ark.¹⁵ yaptığı çalışmada öğrencilerin klinikte yanlış yapma korkusu, bilinmeyen durumlarla ilgili endişelere bağlı stres yaşadıkları belirtilmektedir. Singh ve ark.¹⁶ yaptığı çalışmada intörn öğrencilerin klinik ortamdaki stres seviyelerinin fazla olduğu öğrencilerin hastalardan, klinikteki beceri eksikliğinden kaynaklı olarak stres yaşadıkları belirtilmektedir. Evans ve ark.¹⁷ yaptığı çalışmada öğrenci hemşirelerin klinik ortamda hastalar ile yaşanan iletişim sorunları, klinik uygulamalara, iş yüküne ve

çevreye bağlı stres yaşadıkları bildirilmektedir.

Çalışmamızda öğrenci hemşireler, öğretim elemanının öğrenciyi motive edememesinden, sınav kaygısından, öğrencilerin diğer öğrencilerle yaşadıkları iletişim sorunlarından dolayı eğitim alanında stres yaşadıklarını ifade etmektedir. Altıok ve ark.¹² yaptığı çalışmada sınav kaygısı, ders motivasyonunun düşük olmasından öğrenciler arasındaki iletişim sorunlarından kaynaklı öğrenci hemşirelerin stres yaşadıkları bildirilmektedir. Pulido ve ark.¹⁵ yaptığı çalışmada öğrencilerin eğitim ile ilgili stres kaynakları arasında öğrenciler arasında yaşanan sorunlar, çalışma ile ilgili sorunlardan kaynaklı stres yaşadıkları belirtilmektedir. Güler ve ark.¹³ yaptığı çalışmada hemşirelik öğrencilerinin %65.8'i eğitim ile ilgili stres yaşadığı ve bu stres yaşayan öğrencilerin %3.8'inin öğretim elemanları ile ilgili stres yaşadıkları bildirilmektedir. Çalışma sonuçlarımız ulusal ve uluslararası yapılan çalışma sonuçları ile uyumludur.

Bu çalışmada öğrenci hemşirelerin üniversitede sosyal etkinliklerin olmamasından, gruplaşmaların olmasından, öğrenci hemşirenin yakınlarının hemşireliğe yönelik olumsuz ön yargısından dolayı stres yaşadıkları saptandı. Altıok ve ark.¹² yaptığı çalışmada öğrenci hemşirenin yakınlarının hemşireliğe yönelik olumsuz ön yargısından, üniversitede sosyal etkinliklerin olmamasından, gruplaşmaların olmasından stres yaşadıkları bildirilmektedir.

Bu çalışmada öğrenci hemşirelerin kendini ifade edememe, öfkeyi kontrol etmekte güçlük yaşama, aşırı duygusal olma, eğlence ile dersin zamanını ayarlayamama, kendini yargılama ve suçlamadan kaynaklı stres yaşadıkları bulunmuştur. Altıok ve ark.¹² yaptığı çalışmada, kendini çok yargılama ve suçlama, eğlence ile dersin zamanını ayarlayamamadan dolayı stres yaşadıkları bildirilmektedir.

Çalışmaya katılan öğrenci hemşirelerin stresle başa çıkma tarzları içerisinde en fazla kendine güvenli yaklaşım ve sosyal destek arama yöntemini *Mersin Univ Sağlık Bilim Derg 2017;10(2)*

kullandıkları saptanmıştır. Temel ve ark.¹⁸ çalışmasında öğrenci hemşirelerin stresle baş etmede en çok kendine güvenli yaklaşım yöntemini kullandıkları bildirilmektedir. Güler ve ark.¹³ çalışmasında da öğrencilerin stresle başa çıkmada en fazla kendine güvenli yaklaşımı kullandıkları bildirilmektedir. Çalışmamız literatür ile benzerlik göstermekle birlikte öğrenci hemşirelerinin stresle başa çıkmada en fazla kendine güvenli yaklaşımı kullandıkları görülmektedir.

Bu çalışmada 20 yaşından küçük olan öğrenci hemşirelerin çaresiz yaklaşım puanlarının 21 yaş ve üstü olan öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Labrague⁸ yaptığı çalışmada yaşı küçük olan öğrenci hemşirelerin yaşı büyük olanlara göre stresle baş etmede daha çok duygusal odaklı tepkiler gösterdikleri ve bu durumunda yaşın artmasıyla öğrencilerin hem bilgi ve klinik deneyimlerinin artmasıyla hem de stresle karşılaştıklarında gerekli önleyici stratejileri ve problem çözme yollarını kazanmaları ile ilişkili olabileceği belirtilmektedir.

Bu çalışmada erkek öğrenci hemşirelerin boyun eğici yaklaşım, iyimser yaklaşım puanları kadın öğrenci hemşirelerden daha yüksek olduğu ve bununla birlikte kadın öğrenci hemşirelerin sosyal destek arama yaklaşımı puanının ise erkeklerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Güler ve ark.¹³ çalışmasında erkek öğrencilerin boyun eğici yaklaşım puanın kadınlardan daha yüksek olduğu belirtilmektedir. Bununla birlikte İkinci ve ark.¹⁹ yaptığı çalışmada öğrenci hemşirelerin cinsiyetlerinin stresle başa çıkma durumlarını etkilemediği ve bu durumun ise kız ve erkek öğrencilerinin herhangi bir stres durumunda benzer tepkiler göstermelerinden kaynaklı olabileceği bildirilmektedir. Karagözoğlu ve ark.²⁰ yaptığı çalışmada öğrenci hemşirelerin cinsiyetinin stres puanlarını etkilemediği belirtilmektedir.

Gelir durumu fazla olan öğrenci öğrencilerinin sosyal destek arama yaklaşımı alt ölçek puanının gelir durumu az olan ve gelir durumu dengede olanlardan

daha düşük olduğu saptanmıştır. Labrague⁸ yaptığı çalışmada öğrenci hemşirelerin algıladıkları stres düzeyinin ailelerinin gelir durumu ile bir ilişkisi olduğu ve ailesinin aylık geliri yüksek olan öğrenci hemşirelerin daha az stres yaşadıkları belirtilmektedir. Gelir durumu iyi olan öğrenci hemşirelerin stresli olduğu durumlarda yapabilecekleri aktivitelerin fazla olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Üniversiteye yerleştirme sonucuna göre herhangi bir üniversiteye yerleşmiş olmak için hemşirelik mesleğini tercih eden öğrencilerinin sosyal destek arama yaklaşımı puanının diğer nedenlerle (işsiz kalmamak, mesleği sevmek ve ailenin istemesi) hemşirelik mesleğini seçen öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Arabacı ve ark.²¹ yaptığı çalışmada öğrenci hemşirelerin %71.3'ü hemşirelik bölümünü isteyerek seçtikleri ve hemşirelik bölümünü isteyerek seçen öğrenci hemşirelerin klinik öncesinde, sırasında ve sonrasında daha az kaygı ve stres yaşadıkları belirtilmektedir. Hemşirelik mesleğini severek seçen öğrenci hemşirelerin klinikte daha az stres ve kaygı yaşamalarına bağlı olarak sosyal desteğe daha az gereksinim duymalarından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

Hemşire olmayı isteyen öğrencilerin kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı, çaresiz yaklaşım puanlarının hemşire olmayı istemeyen ve kararsız olan öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Temel ve ark.¹⁸ yaptığı çalışmada hemşirelik mesleğini isteyerek tercih eden öğrencilerin kendine güvenli ve iyimser yaklaşım puanlarının daha yüksek olduğu bildirilmektedir. Bu durumun öğrencilerin hemşirelik mesleğini severek ve isteyerek seçmelerinden kaynaklı olabileceği belirtilmektedir. Karagözoğlu ve ark.²⁰ yaptığı çalışmada öğrenci hemşirelerin büyük çoğunluğunun kendisini hemşirelik mesleğine ait hissettiği belirtilmektedir.

Sonuç

Araştırma sonucunda öğrenci hemşirelerin eğitim ve klinik ortamda stres yaşadıkları belirlenmiştir. Öğrenci hemşirelerin yakınlarının hemşireliğe yönelik olumsuz ön yargısı, öğrenci hemşirenin kendisini ifade edememesi, öfkesini kontrol edememesi, öğrenci hemşirenin kendisini yargılaması ve suçlaması öğrenci hemşirelerin stres yaşamasına neden olmaktadır. Öğrenci hemşirelerin bu stresleri tanımları ve stresle baş etme becerileri kazanmasında hemşire akademisyenlerin görev ve sorumluluklarının olması gerekmektedir. Hemşire akademisyenler öğrenci hemşireleri eğitim yaşantılarından itibaren güçlendirerek gerek öğrencinin gerekse mesleğin gelişimine katkı sunabilir.

Kaynaklar

1. Engin E. Anksiyete Bozuklukları. In: Çam O. Engin E. Ed: Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliği bakım sanatı. 1. Baskı., İstanbul: İstanbul Medikal Yayıncılık, 2014:277-331.
2. Akman S. Stresin nedenleri ve açıklayıcı kuramlar. *Türk Psikoloji Bülteni* 2004;34-35,40-55.
3. Karaca A, Yıldırım N, Ankaralı H, Açıkgoz F, Akkuş D. hemşirelik öğrencileri için algılanan stres, biyo-psiko-sosyal cevap ve stresle baş etme davranışları ölçeklerinin Türkçeye uyarlanması. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi* 2015;6(1):15-25.
4. Karaca A, Yıldırım N, Ankaralı H, Açıkgoz F, Akkuş D, Hemşirelik eğitimi stres ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi* 2014;16(2):29-40.
5. Zyga S. Stress in nursing students. *international Journal of Caring Sciences* 2013;6(1):1-2.
6. Alzayyat A, Almaraira OA, Al-helih YM. Stress and coping among nursing students during their practical education in psychiatric settings: a literature review. *Global Advanced Research Journal of Medicine and Medical Science* 2015;4(5):240-247.

7. Timmins F, Kaliszer M. Aspects of nurse education programmes that frequently cause stress to nursing students fact finding sample survey. *Nurse Educ Today* 2002;22:203-211.
8. Labrague L.J. Stress, stressors, and stress responses of student nurses in a government nursing school. *Health Science Journal*, 2013;7(4):424-435.
9. Pryjmachuk S, Richards DA. Mental health nursing students differ from other nursing students: some observations from a study on stress and coping. *Int J Ment Health Nurs* 2007;16(6):390-402
10. Deary IJ, Watson R, Hogston RA. Longitudinal cohort study of burnout and attrition in nursing students. *J Adv Nurs*.2003;43:71-8.
11. Sossah L, Asiedu Y. Stress management and resilience in junior and senior nursing students in Ghana. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences* 2015;3(2):46-53.
12. Altıok Ö.H, Üstün B. Hemşirelik öğrencilerinin stres kaynakları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi* 2013;13(2):747-766.
13. Güler Ö, Çınar S. Hemşirelik öğrencilerinin algıladıkları stresörler ve kullandıkları baş etme yöntemlerinin belirlenmesi. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi* 2010; Sempozyum Özel Sayısı:253-261.
14. Şahin NH, Durak A. Stresle Başa çıkma tarzları ölçeği: üniversite öğrencileri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi* 1995;10(34):56-73.
15. Pulido Martos M, Augusto Landa JM, Lopez Zafra E. Sources of stress in nursing students: a systematic review of quantitative studies. *Int Nurs Rev* 2011;59:15-25.
16. Singh C, Sharma S, Kumar Sharma R. Level of stress and coping strategies used by nursing interns. *Nursing and Midwifery Research Journal* 2011;7(4):152-160.
17. Evans W, Kelly B. Pre-registration diploma student nurse stress and coping measures. *Nurse Education Today*, 2004;24:473-482.
18. Temel E, Bahar A, Çuhadar D. Öğrenci hemşirelerin stresle baş etme tarzları ve depresyon düzeylerinin belirlenmesi. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi* 2007;2(5):107-118.
19. Ekinci M, Şahin Altun Ö, Can G. Hemşirelik öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzları ve atılabilirlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi* 2013;4(2):67-74.
20. Karagözoğlu Ş, Özden D, Tok Yıldız F. Entegre program hemşirelik öğrencilerinin klinik stres düzeyi ve etkileyen faktörler. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi* 2013;16(2):89-95.
21. Baysan Arabacı L, Akın Korhan E, Tokem Y, Torun R. Hemşirelik birinci sınıf öğrencilerinin ilk klinik deneyim öncesi-sırası ve sonrası anksiyete ve stres düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi* 2015:1-16.