

Kars'ta Çalışan Hemşirelerin Atılganlık Düzeylerinin Geliştirilmesi

Improving the Assertiveness Levels of Nurses Working in Kars

Filiz ADANA*, Semra ERDAĞI**, Sevda ELİŞ**, Betül AKTAŞ***, Nilüfer KIRANŞAL**, Necla BİÇER**, Hicran ALKAN***, Duygu AKÇA**

İletişim / Correspondence: Filiz ADANA Adres/Adress: Adnan Menderes Üniversitesi Aydın Sağlık Yüksekokulu AYDIN Tel: 0 256 213 88 66 Fax: 0 256 212 42 19 Email: filizadana@yahoo.com

ÖZ

Amaç: Bu çalışmada Kars'ta çalışan hemşirelerin atılganlık düzeyi üzerine atılganlık eğitiminin etkisini belirlemek amaçlandı. Araştırma Kars ili sağlık kuruluşlarında Haziran 2006- Nisan 2007 tarihleri arasında yapıldı.

Yöntem: Ön-test son-test düzeninde gerçekleştirilen araştırmanın evrenini Kars'ta çeşitli sağlık kuruluşlarında çalışan 156 hemşire; örneklemini ise ulaşılabilen ve çalışmaya katılmayı kabul eden 103 hemşire oluşturmuştur. Olgulara haftada 2 saat olmak üzere 3 hafta yapılandırılmış atılganlık eğitimi uygulandı. Katılımcılara uygulamanın başında tanıtıcı anket formu ve Rathus Atılganlık Envanteri, uygulamanın sonunda, 1. ayda ve 3. ayda Rathus Atılganlık Envanteri uygulamaları tekrarlandı.

Bulgular: Hemşirelerin eğitim öncesi, eğitim sonrası, birinci izlem ve ikinci izlem Rathus Atılganlık Envanteri puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptandı.

Sonuç: Araştırma sonucunda uygulanan atılganlık eğitimi programının hemşirelerin atılganlık düzeylerine katkı sağladığı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Hemşire, atılganlık, atılganlık eğitimi.

ABSTRACT

Purpose: This study aimed to determine the effects of the assertiveness education on the assertiveness level of nurses working in Kars. The study was carried out in health institutions in Kars between July 2006 and April 2007.

Method: The study, practiced as pre-test-post-test design, considered 156 nurses working in different health institutions in Kars. Study sample consisted of 103 nurses who were available and accepted to attend at the study. A structured assertiveness education, 2 hrs per week, was given to the sample for 3 weeks. All attendants filled out a demographic questionnaire and Rathus Assertiveness Inventory at the beginning of the study, and Rathus Assertiveness Inventory were applied again at the end of the implementation, and at the 1st and 3rd months.

Results: Significant differences could be detected among pre- and post-education, and first and second follow-up mean Rathus Assertiveness Inventory scores of the nurses.

Conclusion: It was thought that the practiced assertiveness education program contributed to the assertiveness levels of nurses.

Key Words: Nursing, assertiveness, assertiveness education.

*Yrd. Doç. Dr. Adnan Menderes Üniversitesi Aydın Sağlık Yüksekokulu, ** Öğr. Gör. Kafkas Üniversitesi Kars Sağlık Yüksekokulu, ***Arş. Gör. Kafkas Üniversitesi Kars Sağlık Yüksekokulu

Yazının gönderilme tarihi: 07.09.2009

Yazının basım için kabul tarihi: 20.09.2010

GİRİŞ

İletişim, bireyin birtakım semboller kullanarak karşılıklı etkileşim süreci olarak tanımlanabilir. İnsanlar için varlığı ve önemi çok eskilere dayanmasına rağmen iletişimin özel ilgi alanı haline gelmesi içinde yaşadığımız yüzyılın yeniliğidir. Ülkemizde son yıllarda çeşitli gruplar üzerinde yapılan çalışmalarda aile, okul ve iş yaşamındaki iletişim sorunlarının fazla olduğu gösterilmiştir (Adana 2006; Bozkurt 2007).

Bir iletişim biçimi olarak kabul edilen atılganlık; “başkalarının haklarını küçük görmeden ve zedelemeyen kişinin kendi haklarını koruması, düşünce, duygu ve inanışlarını doğrudan, dürüst ve uygun yollarla ifade etmesi” olarak tanımlanmaktadır. Bu ilişki biçimi olumsuz iki uç olan “saldırganlık” ve çekingenlik” kavramlarına karşılık olarak, olumlu bir davranış tarzı olarak kabul edilir (Voltan 1990; Voltan 1980).

Atılganlık evrensel bir özellik değildir. Kişiyi ve duruma göre değişmektedir. Bireysel farklılıklar ve kültürel özellikler atılgan davranmakta önemli olmaktadır. Kendini ifade etmek insanın temel gereksinimi olmasına karşın, atılgan davranışın batı kültürünün özelliği olduğu belirtilmektedir. Türk toplumunun yapısına bakıldığında tepki vermeme, söz dinleme, uysallık, saygı gösterme ve sessizlik ödüllendirilirken; merak, konuşma ve kişisel girişimin cezalandırıldığı gözlenmektedir. Ancak gelişen teknoloji nedeniyle kültürlerarası etkileşimin artması, atılgan davranmanın yararlarının değerlendirilmesi ve öğrenilebilir bir davranış olması nedeniyle bu davranışı öğrenme isteği artmaktadır (Briggs 1986; Buzlu 1999; Üstün 1995).

Gerry'nin (1989) bildirdiğine göre daha sonra yapılacak olan davranışın önceden denenmesi ya da prova edilmesini içeren atılganlık eğitimi yöntemini Friedman, Wolpe, Lazarus, Liberman, Baker, Fiedler ve Beach (1966-1978) gibi araştırmacılar geliştirmişlerdir. Bu yöntem danışanın, o davranışı kaygılanmadan yapabilmesini, uygulama sırasında kendine güveninin artmasını, danışanın durumunun kötüye gitmeyeceğini öğrenmesini sağlar. Bu tür atılganlık eğitimiyle, çok çekingen ve saldırgan davranışları yüzünden bireyler

arası iletişim sorunları bulunan bireylere yardım edilebileceği söylenmiştir (Gerry 1989; Sorias 1986).

Sağlık kurumlarının örgütsel yapıları, çalışma koşulları, yatılı eğitim, toplumun kadın davranışlarına ilişkin tutumu gibi nedenlerle hemşirelerin atılgan olmayan davranışlara sahip olduğu düşünülmektedir. Geleneksel kadın rolü, kadınları pasif ve bağımlı davranmaya iter ve kadından beklenen bu rol hemşireden de beklenir. Bu bağlamda hemşirelerin davranış özelliklerine ilişkin yapılan çalışmalarda hemşirelerin atılganlık düzeyi düşük bulunmuştur (Barker 1990; Briggs 1986; Gerry 1989).

Atılganlık eğitimi; bireyin kişilerarası ilişkilerinde, kendi düşünce ve duygularını kendine güvenli, fakat sosyal ortama uygun bir biçimde ifade etmesini, eleştiriyi kabul etme yöntemlerini, stresle başa çıkma yollarını, kendisiyle olumlu iletişimde bulunmasını, çekingen, girişken ve saldırgan davranış arasındaki farkı anlayabilmesini ve başkalarını zorlamadan, çatışmadan ve başkaları tarafından zorlanmaya izin vermeden kişisel haklarını korumasını öğretir (Buzlu ve Bilgin 2001; Üstün, Akgün ve Partlak 2005).

Atılganlık eğitimi davranışçı ve bilişsel teknikleri içermektedir. Yaygın eğitim yöntemleri atılganlık öğretimini, gösterimini, geribildirimini, rol oynamayı, rol oynama eğitimini ve geliştirmeyi, ev ödevini, panel tartışmasını, gevşeme tekniklerini, atılganlık eğitimi ile ilgili olarak verilen eğitim materyallerini bireyin kendinin çalışmasını, hem bireysel hem de grup eğitimini içerir. Yaygın inanış grup şeklinde verilen atılganlık eğitim programının bireysel eğitim programından daha yararlı olduğu şeklindedir. Bunun nedeni grup üyeleri grup içinde atılgan davranış programını uygulayabilirler. Grup üyeleri atılganlık davranışını daha çabuk kabul ederler çünkü grupta bu davranışın nedenlerini daha kolay anlayabilirler. Üstelik grupta atılganlık davranışını katılımcı diğer bireyler tarafından cesaretlendirme ve arttırma daha fazladır. Grup üyeleri homojen olmalı ve bir grup 5-12 üye arasından oluşmalıdır. En uygun grup toplantılarının haftada bir kez 2 saat ve 6-12 hafta olduğu bildirilmektedir (Lin ve ark. 2004).

Atılgnlık eğitimi bireylerin atılgnlık becerilerini geliştirmede ihtiyacı olan her bireye uygulanabilmektedir. Seo ve arkadaşlarının (2007) yapmış olduğu bir çalışmada kronik şizofreni tanısı almış yatan hastalarda benlik saygısı ve sosyal becerilerini geliştirmek amacıyla hemşireler tarafından hastalara bir hemşirelik müdahalesi olarak sosyal beceri eğitimi uygulanmıştır. Bu çalışmada 34 deney, 32 kontrol grubuna hastalar alınmıştır. Deney grubuna atılgnlık eğitim programı uygulanmış kontrol grubu ise rutin hemşirelik aktivitelerini almıştır. Deney grubu hastalarına 16 eğitim uygulanmış, eğitim programı konuşma becerisi ve atılgnlık becerisi olmak üzere iki bölümden oluşmuştur. Veriler uygulama öncesi ve sonrası toplanmış; deney grubunda kontrol grubuna göre konuşma, kişilerarası ilişki, atılgnlık becerisi ve kendilik saygısı gelişme göstermiş ancak problem çözme becerilerinde değişiklik olmadığı bulunmuştur (Seo, Ahn, Byun ve Kim 2007).

Psikiyatri hastalarının benlik saygısı, sosyal anksiyete ve atılgnlık düzeylerine atılgnlık eğitiminin etkinliğini araştırmak amacıyla yapılan başka bir çalışmada uyum bozukluğu, anksiyete bozukluğu, bipolar bozukluğun depresif epizodu ve depresyonlu hastalar araştırma kapsamına alınmışlardır. Araştırmaya 68 hasta katılmış 28'i deney, 40'ı kontrol grubuna alınmıştır. Katılımcılar dört hafta boyunca haftada iki kez ikişer saat atılgnlık eğitime tabi tutulmuşlardır. Kontrol grubuna ise genel hemşirelik aktiviteleri ve klinik aktiviteler uygulanmıştır. Eğitim sonrası ve bir ay sonra deney grubundaki hasta grubunun atılgnlık puanlarında artma olmuştur (Lin ve ark. 2004)

Japonya'da yapılan bir çalışmada hemşirelerin stres yönetimini sağlamak için atılgnlık programının etkinliğine bakılmıştır. 32 hemşireye web üzerinden 3 hafta süresince ve 70 dakikalık atılgnlık eğitimi verilmiştir. Eğitim öncesi, sonrası ve 1 ay sonra atılgnlık puanları yükselmiş ve iş stresleri azalmıştır (Yamağışlı ve ark. 2007).

Hemşirelik ve tıp öğrencilerinin atılgnlık eğitim programı sonrası atılgnlık, benlik saygısı, kişilerarası ilişki

memnuniyetini araştırmak amacıyla planlanan bir çalışmada atılgnlık puanı düşük olan 33 kişi deney, 36 kişi kontrol grubuna alınmıştır. Katılımcılar haftada 1 kez 2 saatlik sekiz eğitim oturumuna alınmıştır. Eğitim programı sonrası eğitim grubunda kişilerarası iletişim memnuniyeti gelişmemesine rağmen benlik saygıları ve atılgnlıklarının geliştiği görülmüştür (Lin ve ark. 2004).

Bu çalışmada Kars'ta çalışan hemşirelerin atılgnlık düzeyi üzerine Ülkemizde ve dünya da hemşire ve hemşirelik öğrencilerinde yapılan atılgnlık eğitime ilişkin yapılan çalışmalarda atılgnlık eğitiminin bireylerin atılgnlık davranışlarını geliştirmede etkili olduğu bulunmuştur (Akin, Tuna ve Tuna 2001; Ayaz 2002; Batmaz, Buzlu, Kutlu ve Pektetin 1995; Buzlu ve Bilgin 2001; Çulha ve Dereli 1987; Kutlu 2009; Lin ve ark. 2004; Seo ve ark. 2007; Üstün 1995; Voltan 1990; Yamağışlı ve ark. 2007; Yılmaz 2000).

Araştırma Hipotezi:

Hemşirelere verilecek atılgnlık eğitimi atılgnlık düzeyini eğitim öncesine göre olumlu yönde etkiler.

YÖNTEM

Bu çalışmada Kars'ta çalışan hemşirelerin atılgnlık düzeyi üzerine atılgnlık eğitiminin etkisini belirlemek amaçlanmıştır. Araştırma Kars ili sağlık kuruluşlarında Haziran 2006- Nisan 2007 tarihleri arasında Vehbi Koç Vakfının desteği ile yapılmıştır.

Kars il merkezinde çeşitli sağlık kuruluşlarında toplam 156 hemşire görev yapmaktadır. Çalışmanın örneklemini tam sayım (sensus) yoluyla tüm evren oluşturmuştur. Çalışma; 16 hemşirenin uygulamayı kabul etmemesi, 26 hemşirenin araştırmanın yapıldığı sırada izinli olması ve 11 hemşirenin de tayine gitmesi nedeni ile 103 hemşire üzerinde yürütülmüştür. Çalışma ön-test, son-test düzeninde gerçekleştirilmiştir.

Araştırma öncesi Kars İl Sağlık Müdürlüğü'nden resmi izin ve araştırmaya katılan hemşirelerden sözlü onam alınmıştır.

Katılımcılara haftada 2 saat olmak üzere üç seanslık yapılandırılmış atılgnlık eğitimi uygulanmıştır. Katılımcılara uygulamanın başında tanıtıcı anket formu ve Rathus Atılgnlık Envanteri (RAE) uygulanmış; uygulamanın sonunda, 1. ayda ve 3. ayda Rathus Atılgnlık Envanteri uygulamaları tekrarlanmıştır.

Atılgnlık Eğitimi Programı

- I. Oturum:*
1. Tanışma
 2. Tanıtıcı kısa konuşma
 3. Çekingen, saldırgan ve atılgn davranışların tanımlanması
 4. Sözsüz davranışların tanımlanması
 5. Atılgn, saldırgan ve çekingen davranışların örneklendirilmesi
- II. Oturum:*
- 1."Ben dili" ve "Sen dili"nin tanımlanması
 2. Olumlu ben dilinin tanımlanması
 3. Ben zamiri kullanma
 - 4.Aynı fikirde olmadığını gösterme, nedenini sorma ve selam verme hakkında tavsiyeler
 5. Kas gevşemesi alıştırmaları
- III. Oturum*
1. Atılgnlık eğitiminin özetlenmesi
 2. Ölçeğin uygulanması

Araştırmada veri toplama aracı olarak;

Hemşireleri tanıtıcı anket formu, RAE kullanılmıştır.

Hemşireleri Tanıtıcı Anket Formu

Anket formu literatür doğrultusunda araştırmacılar tarafından hazırlanan, olgunun kendisini tanıtıcı 12 adet kapalı uçlu sorudan oluşmaktadır. Katılımcıların kendilerini tanıtıcı anket formu soruları; katılımcıların yaşını, medeni durumunu, eğitim durumunu, çalışma yılını, çalışma alanını, görev durumunu, haftalık çalışma saatini, bakım verdiği hasta sayısını, nöbet tutma durumunu ve sıklığını, aile içinde alınan kararlara katılma durumunu ve kendini tanımlamayı içermektedir.

Rathus Atılgnlık Envanteri (RAE-Rathus Assertiveness Schedule): Rathus Atılgnlık Envanterini A.S

Rathus (1977) geliştirmiş ve Voltan Acar (1980) Türkçeye uyarlama çalışması yapmıştır. Envanter çekingenlik ve atılgnlık davranışlarını ölçen, ergen ve yetişkinlere grup olarak uygulanabilen, 30 maddeden oluşan, bireyin kendi kendine yanıtlayabileceği kolay bir ölçektir. Soru formunun başında bir açıklama vardır. RAE -3'ten +3'e doğru sıralanmış 6 dereceli olan 30 maddeden oluşan bir ölçektir. Araştırmada bireylerin alacakları toplam puan -90 ile + 90 arasında olup; envanterin puanlanmasında +10'a kadar pasif, +70'e kadar atılgn ve +70'in üzeri saldırgan kategorisindedir. RAE "Bana çok iyi uyuyor", "Bana oldukça uyuyor", "Bana biraz uyuyor", "Bana pek uymuyor", "Bana oldukça uymuyor" ve "Bana hiç uymuyor" biçiminde işaretlenebilmektedir. Ölçekte olumlu ve olumsuz ifadeler bulunmaktadır. Türkçe formun test-tekrar test değişmezlik katsayısı .92; Spearman Brown tekniği ile elde edilen iç tutarlık katsayısı .77 bulunmuştur (Öner 1997; Voltan 1980).

Verilerin değerlendirilmesinde;

Sayı ve yüzdelik hesaplamalar, tekrarlı ölçümlerde varyans analizi (ANOVA) ve ileri analiz için Benferroni analizi kullanılmıştır.

BULGULAR

Araştırma kapsamına alınan hemşirelerin yaş ortalaması $29,88 \pm 4,9$ ve %76,7'si bekadır. Hemşire olarak $10,09 \pm 5,5$ yıldır görev yapmaktadırlar. Hemşirelerin %46,6'sı sağlık meslek lisesi mezunu, %12,6'sı hemşirelik lisans programı mezunudur, %27,2'si yüksekokula devam etmektedir. Çalışmaya katılan hemşirelerin %51,5'i devlet hastanesinde görev yapmakta ve %55,3'ü servis hemşiresi olarak çalışmaktadır. %52,4'ü nöbet tutmakta ve araştırma kapsamındaki hemşireler ortalama olarak haftada $49,85 \pm 12,69$ saat çalışmaktadırlar. Hemşirelerin %67,02 si kendini atılgn, %30,1' çekingen ve %2,9'u saldırgan olarak tanımlamakta ve %98,1'i evdeki kararlarda söz sahibi olduğunu ifade etmektedir.

Tablo 1. Olguların Eğitim Öncesi, Eğitim Sonrası, Birinci ve İkinci İzlemede Aldıkları Rathus Atılganlık Puan Ortalamaları

Ölçüm Zamanı	N	X ±SS
Eğitim Öncesi	103	12,91±2,58
Eğitim Sonrası 103	26,17±2,36	
I. İzlem (Eğitimden Bir Ay Sonra)	103	31,67±2,13
II. İzlem (Eğitimden Üç Ay sonra)	103	37,64±2,10

$F = 185,336$ $p = 0.001$

Hemşirelerin eğitim öncesi ve eğitim sonrası RAE puan ortalamaları Tablo 1’de gösterilmiştir. Hemşirelerin, eğitim öncesi RAE puan ortalaması $12,91 \pm 2,58$, eğitim sonrası $26,17 \pm 2,36$, birinci izlem $31,67 \pm 2,13$ ve ikinci izlem $37,64 \pm 2,10$ ’dur.

Tekrarlı ölçümlerde tek yönlü varyans analizi sonucunda, üç ölçüm arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p < 0.001$). Söz konusu farkın hangi ölçümden kaynaklandığını belirlemek amacıyla Bonferroni ileri analizi uygulanmıştır.

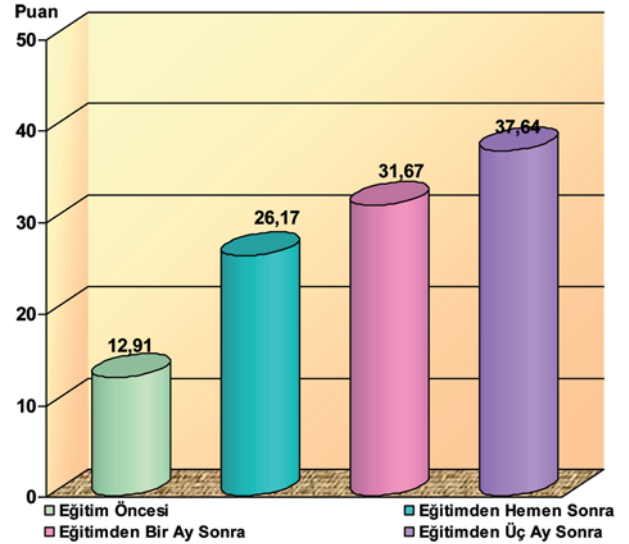
Hemşirelerin eğitim öncesi RAE puan ortalamaları ($12,91 \pm 2,58$) ile eğitim sonrası RAE puan ortalamaları ($26,17 \pm 2,36$) arasında; birinci izlemedeki RAE puan ortalamaları ($31,67 \pm 2,13$) arasında; ikinci izlem RAE puan ortalamaları ($37,64 \pm 2,10$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p = 0.001$).

Hemşirelerin eğitim sonrası RAE puan ortalamaları ($26,17 \pm 2,36$) ile birinci izlemedeki RAE puan ortalamaları ($31,67 \pm 2,13$) arasında; ikinci izlem RAE puan ortalamaları ($37,64 \pm 2,10$) arasında; ikinci izlemedeki RAE puan ortalamaları ($37,64 \pm 2,10$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p = 0.001$).

TARTIŞMA

Atılganlık kişinin ilgi ve merakını araştırmada, kendini ifade etmede, duygularını dürüstçe açıklamada ve başkalarının haklarını gözeterek kendi haklarını korumada bireylerin yeterliliğini geliştiren davranış biçimidir.

Çalışmada hemşirelerin RAE puanı eğitim öncesi $12,91 \pm 2,58$ olarak bulunmuştur. Yılmaz (2000) hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinde yaptığı çalışmada öğrencilerde RAE puanını $20,90 \pm 25,00$; Buzlu ve Bil-



Grafik 1. Hemşirelerin Atılganlık Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

gin (2001) hemşirelik öğrencilerinde RAE puanını $23,31 \pm 19,92$ ve ebelik öğrencilerinde $20,55 \pm 20,80$; Batmaz ve ark. (1999) İ.Ü. Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Hemşirelik Programı son sınıf öğrencilerinde %79.2 atılgan ve %20.8 çekingenlik oranı saptamışlardır. Bu bulgulara göre hemşirelik öğrencilerinin atılganlık düzeyleri hemşirelere göre daha yüksektir denilebilir. Bunun sebebi olarak meslek yaşamının zorlu koşulları, mesleğe ilişkin bıkkınlık, çalışma alanında meslekte profesyonellik sınırları çerçevesinde bazı değişimler gerçekleştirilmek istenmesine rağmen birçok yönetsel ve hiyerarşik nedenlerle değişim yapılamadığını görme, mesleğe ilişkin tükenmişlik, kültür, ev kadını ve annelik kimliğinin çalışma yaşamında da bekleniyor olması, kronik iş stresi, çalışma yaşamının zorlukları, mesleki sorumluluklar yanında kadın kimliğinden beklenen rollerde neden oluyor olabilir.

Ayrıca kültürümüzde kadınlara olduğu gibi hemşirelere de başkalarının düşüncelerini önemsemesi ve itaat etmesi dikte ettirilmiştir. Hemşireler hastalara ve diğer meslek gruplarına karşı mütevazî olmak ve hastaları anlamak, dinlemek zorundadırlar, Ayrıca hastalara ve amirlerine karşı gelemeler ve durumlarından şikayetçi olamazlar.

Hemşirelerin, eğitim öncesi RAE puan ortalaması $12,91 \pm 2,58$, eğitim sonrası $26,17 \pm 2,36$, birinci izlem $31,67 \pm 2,13$ ve ikinci izlem $37,64 \pm 2,10$ 'dur. Tekrarlı ölçümlerde tek yönlü varyans analizi sonucunda, üç ölçüm arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p < 0.001$).

Yapılan bir çalışmada 32 hemşireye web üzerinden 3 hafta süresince ve 70'er dakikalık atılganlık eğitimi verilmiştir. Araştırma sonunda hemşirelerde eğitim öncesi, sonrası ve 1 ay sonra atılganlık puanlarının yükseldiği, iş streslerinin azaldığı görülmüştür (Yamağışlı ve ark. 2007).

Hemşirelerin atılganlık davranışlarını, kişilerarası ilişkilerini, iletişim çatışmalarını, çatışma yönetim stillerini ve kişisel iş hacmi oranlarını atılganlık eğitiminin etkinliğini araştıran bir çalışmada her grupta 39 hemşirenin bulunduğu deney ve kontrol grubu oluşturulmuştur. Eğitim sonunda hemşirelerin atılganlık düzeyleri gelişmesine rağmen; eğitimin kişiler arası ilişkileri geliştirmeye, iletişim çatışmalarını indirgemeye, çatışma yönetim stillerini geliştirmeye ve bireylerin iş hacmi oranlarını arttırmaya etkili olmadığı bulunmuştur (Kang ve Lee 2006).

Japon hemşireler arasında iletişim becerisi ve tükenmişlik arasındaki ilişkiyi araştırmak amacıyla yapılan bir pilot çalışmada da 19 deney 26 kontrol grubu çalışmaya alınmış ve hemşirelerinin tükenmişliğini azaltmada atılganlık eğitiminin etkili olduğu bulunmuştur (Shimizu ve ark. 2003).

Tayvan'da genel bir hastanede görev yapan 60 gönüllü hemşire üzerinde yapılan bir çalışmada hemşireler 2 gruba ayrılmış bir gruba atılganlık eğitimi diğer gruba ise bilgisayar kullanımı ve bilgisayar gelişmeleri hak-

kında eğitim verilmiştir. Her iki grup hemşirede aynı zamanda eğitime tabi tutulmuşlardır. Hemşireler bir hafta boyunca üç gün ikişer saat atılganlık eğitimi almışlar ve altı kez ikişer saat atılganlık çalışma grubuna alınmışlardır. Atılganlık eğitimi alan hemşirelerin eğitim öncesi, sonrası ve eğitimden 4 hafta sonraki RAE puanları anlamlı seviyede yükselmiştir (Lee ve Crockett 1994).

Öğrencilerle yapılan bir çalışmada 995 öğrenci grubundan benzer kültürel geçmişe, akademik hazırlığa, bilim ve teknolojik geçmişe, benzer sosyoekonomik duruma ve benzer sosyal özelliklere sahip 18 katılımcı seçilmiş ve bu öğrenciler randomize olarak iki gruba ayrılmıştır. Deney grubundaki öğrencilere verilen atılganlık eğitimi sonrası öğrencilerin kritik durumlarda atılganlık davranışına baş vurmada zorunda kaldıklarında sosyal rahatsızlık deneyimlemelerinin azaldığı; kararsız öğrencilerin zor durumları analiz etmeyi öğrendiği; zor durumlarla ilgili bilgi topladıkları; kendi düşünce ve kararlarını gözden geçirdikleri ve kendileri için önemli kişilerin hepsi ile etkili iletişim kurdukları bulunmuştur (Nota ve Soresi 2003).

Adana (2006)'nın lise öğrencilerinde yaptığı çalışmada, Morgan ve Leung'un 1980'de kendilerini yetersiz kabul eden fiziksel özürü üniversite öğrencilerinde yaptığı çalışmada, Voltan'ın 1980'de sosyo-ekonomik düzeyi düşük ailelerden ve kırsal kesimden gelen 17-19 yaşları arasındaki öğrencilerde yaptığı çalışmada eğitim sonrası atılganlık düzeyinin kontrol grubuna göre anlamlı derecede yüksek olduğunu bulmuşlardır.

Kutlu (2009) çalışmasında, atılganlık eğitiminin etkinliğini ölçmek amacıyla 27 öğrenci hemşireyi üç gruba ayırarak atılganlık eğitimi uygulamıştır. Öğrencilere verilen atılganlık eğitiminin, öğrencilerin atılgan davranış göstermesinde etkili olduğunu bulmuştur. Öğrencilerin atılganlık eğitimi öncesi ve sonrası RAE puanlarını karşılaştırmış 1. ve 2. grupta anlamlı bir fark olduğunu; 3. grupta ise puan yükselmesine rağmen anlamlılık olmadığını bulmuştur.

Çalışma bulgularını destekler şekilde hem ulusal hem de uluslararası düzeyde yapılan çalışmalarda da verilen

atılgnlık eğitiminin bireylerin atılgnlık becerilerini yükselttiğini göstermektedir.

Atılgnlık eğitimi sonrası atılgnlık düzeyinde yükselme saptanması bize verilen atılgnlık eğitiminin etkili bir eğitim olduğunu ve amaçlanan davranış değişikliğinin uzun süre devam ettiğini düşündürmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmamız Kars'ta çalışan hemşirelerin atılgnlık düzeyi üzerine atılgnlık eğitiminin etkisini belirlemek amaçlanmış olup aşağıdaki sonuçlar elde edilmiştir:

Hemşirelerin eğitim öncesi atılgnlık puan ortalamaları düşüktür.

Atılgnlık eğitimi atılgnlık düzeyini olumlu etkilemektedir ve bu eğitimle amaçlanan davranış değişikliği izlem süresince devam etmektedir.

Bu nedenle;

Hemşirelere bu konuda uzman meslektaşlarınca atılgnlık eğitimi verilmelidir. Uzman kişilerce verilen atılgnlık eğitimi programının, hemşirelerin kişilerarası ilişki becerilerini geliştirerek, stresle baş etmeleri, duygu ve düşüncelerini uygun yollarla ifadenin yanı sıra kendi hak ve özgürlüklerini korumayı sağlayarak doyumlu, güvenli ve verimli olmalarına neden olacağı ve bakımın kalitesinin de artacağı beklenmektedir.

KAYNAKLAR

Adana, F. (2006). Lise öğrencilerinin atılgnlık düzeyi ve benlik kavramı üzerine atılgnlık eğitiminin etkisi. İ.Ü. Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 56.

Akın, M., Tuna, A., Tuna, H. (2001). Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde hizmet içi eğitime katılan hemşirelik personelinin atılgnlık düzeylerinin araştırılması. I. Uluslararası, V. Ulusal Hemşirelik Eğitimi Kongresi, Nevşehir.

Ayaz, Ş. (2002). Hemşirelerin benlik saygısı ve atılgnlık düzeylerinin belirlenmesi. Yüksekisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Barker, P. (1990). Breaking The Shell. Nursing Times, 46(86).

Batmaz, M., Buzlu, S., Kutlu, Y., Pektekin, Ç. (2003). İ.Ü. Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Hemşirelik Programı son sınıf öğrencilerinin atılgnlık düzeyi ve benlik saygısının araştırılması. Hemşirelik Bülteni, 11(43-44): 173-183.

Bozkurt, E. Bireylerin İletişim Sorunları ve İletişim Becerilerinin Geliştirilmesi. [www.http://yayim.meb.gov.tr](http://yayim.meb.gov.tr). (14.06.2007)

Briggs, K. (1986). Speak Your Mind. Nursing Times, 82: 26.

Burnard, P. (1992). Assertiveness: Part (I): Assertiveness and Nursing. Nursing Times, 88: 22.

Buzlu, S. (1999). Hemşirelerde girişkenlik hakları ve beden dili. Hemşirelik Bülteni, 11(43-44):339-344.

Buzlu, S., Bilgin, H. (2001). Hemşirelik öğrencilerinde girişkenlik eğitiminin değerlendirilmesi. I. Uluslararası V. Ulusal Hemşirelik Eğitimi Kongresi, Nevşehir.

Çulha, M., Dereli, A. A. (1987). Atılgnlık eğitimi programı. Psikoloji Dergisi. 6(21):124-127.

Gerry, E. M. (1989). An investigation into the assertive behaviour of trained nurses in general hospital settings. Journal of Advanced Nursing, 14:12.

Johnson, B. S. (1999). Adaptation and growth. psychiatric-mental health nursing, 4th Edition. Plenum Press, New York.

Kang, M. J, Lee, H.(2006).The effect of assertiveness training on communication related factors and personnel turnover rate among hospital nurses. Taehan Kanho Hakhoe Chi. 36(5):681-90.

Kutlu, Y. (2009). Bir grup öğrenci hemşirede atılgnlık eğitiminin etkinliği. Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi, 2(3): 3-11.

Lee, S, Crockett, M. S. (1994). Effect of assertiveness training on levels of stress and assertiveness experienced by nurses in Taiwan, Republic of China. Issues Ment Health Nurs. 15(4): 419-32.

Lin, Y., Wu, M., Yang, C., Chen, T., Hsu, C., Chang, Y., Lin, Y. R, Shiah, I. S, Chang, Y. C, Lai, T. J, Wang, K. Y, Chou, K. R. (2004) Evaluation of an assertiveness training program on nursing and medical students' assertiveness, self-esteem, and interpersonal communication satisfaction. Nurse Educ Today. 24(8): 656-65.

Morgan, B., Leung, P. (1980). Effects of assertion training on acceptance of disability by physically disabled university. Journal of Counseling Psychology, 27(2): 209-21.

Nota, L, Soresi, S.(2003). An assertiveness training program for indecisive students attending an Italian University. The career Development Quarterly, 51: 322-334.

Seo, J. M, Ahn, S, Byun, E. K, Kim C. K. (2007). Social skills training as nursing intervention to improve the social skills and self-esteem of inpatients with chronic schizophrenia. Arch Psychiatr Nurs. 21(6): 317-26.

Sorias, O. (1986). Sosyal beceriler ve değerlendirme yöntemleri, Psikoloji Dergisi. 5(20): 25-26.

Shimizu, T, Mizoue, T, Kubota, S, Mihsima, N, Nagata, S. (2003). Relationship between burnout and communication skill training among Japanese Hospital Nurses: A pilot Study. Journal of Occupational Health, 45; 185-190.

Üstün, B. (1995). Hemşirelerin atılganlık ve tükenmişlik düzeyleri. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Ankara.

Üstün, B., Akgün, E., Partlak, N. (2005). Hemşirelikte iletişim becerileri öğretimi. Okullar Yayınevi, İzmir.

Voltan, N. (1980). Rathus Atılganlık Envanteri geçerlik ve güvenirlik çalışması. Psikoloji Dergisi, 10:23-25.

Voltan, N. (1990). Grupla atılganlık eğitiminin bireylerin atılganlık düzeyine etkisi. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Ankara.

Yamagishi, M., Kobayashi, T., Kobayashi, T., Nagami, M., Shimazu, A., Kageyama, T. (2007). Effect of web-based assertion training for stress management of Japanese nurses. Journal of Nursing Management, 15: 603–607.

Yılmaz, S. (2000). Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyi arasındaki ilişki. Yüksek lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.