



## Lise Öğrencilerine Uygulanan Kişisel Bakım Eğitiminin Öz Benlik Saygısı ve Öz Bakım Üzerine Etkisi

The Effect of Personal Care Training on Self-Esteem and Self- Care among High School Students

Elife Karaca<sup>1\*</sup>, Gülay Yıldırım<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Hafik Hacı Esmâ Kocacık Devlet Hastanesi Acil Servis Hafik, Sivas, Türkiye

<sup>2</sup>Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Tıp Tarihi ve Etik Anabilim Dalı, Sivas, Türkiye

Makale Bilgisi	ÖZ
<i>Geliş Tarihi:</i> 14.02.2022	<b>Amaç:</b> Bu araştırma, öğrencilere verilen kişisel hijyen eğitiminin benlik saygısı ve öz bakım gücü üzerine etkisini çocuk hakları boyutuyla değerlendirmek amacıyla yapılmıştır. <b>Örneklem ve Yöntem:</b> Araştırma, eğitim öncesi ve sonrası ön test-son test şeklinde deneysel/ müdahaleli bir çalışmadır. Araştırmaya katılan 140 lise öğrencisinin verileri, Kişisel Bilgi Formu, Rosenberg Benlik Saygısı (RBSÖ) ve Öz Bakım Gücü Ölçeği (ÖBGÖ) aracılığıyla toplanmıştır. Ölçeklerin uygulanmasından sonra grup eğitimi yapılarak 21 gün sonra ölçekler tekrarlanmıştır. Veriler Kolmogorov-Smirnov, Wilcoxon testi, Mann-Whitney U testi, Kruskal Wallis varyans ve Spearman kolerasyon analiziyle değerlendirilmiştir. <b>Bulgular:</b> Öğrencilerin Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Öz-Bakım Gücü Ölçeği puan ortalamaları arasında eğitim sonrasında eğitim öncesine göre istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ( $p= 0.001$ ). Verilere göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Öz-Bakım Gücü Ölçeği puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanamamıştır ( $p=0.061$ ; $r=-0.420$ ). <b>Sonuç:</b> Verilen eğitim, katılımcıların benlik saygısı ve öz bakım gücünü olumlu etkilemiştir. Bu bağlamda hijyen, çocuk hakları ve sağlık hakkına yönelik eğitimlerin düzenlenmesi önerilmektedir.
<i>Kabul Tarihi:</i> 26.05.2022	
Article Information	ABSTRACT
<i>Received:</i> 14.02.2022	<b>Aim:</b> This study was carried out to evaluate the effect of personal hygiene training on self-esteem and self-care ability of students in terms of children's rights. <b>Subjects and Method:</b> This study is an experimental/interventional type in the form of pre-test and post-test with before and after trainings. The data of 140 high school students that participating in the study were collected using the Personal Information Form, Rosenberg Self-Esteem (RSES) and Self-Care Ability Scale (ÖBGÖ). After the administration of the scales, group training was performed and the scales were repeated 21 days later. The data were evaluated using Kolmogorov-Smirnov, Wilcoxon test, Mann-Whitney U test, Kruskal Wallis variance and Spearman correlation analysis. <b>Results:</b> A statistically significant difference was found between the Rosenberg Self-Esteem Scale and Self-Care Ability Scale mean scores after the training compared to the pre-training level ( $p = 0.001$ ). According to the data, no statistically significant relationship was found between the Rosenberg Self-Esteem Scale and the mean score of the Self-Care Ability Scale ( $p =0.061$ ; $r =-0.420$ ). <b>Conclusion:</b> The training provided positively affected the self-esteem and self-care power of the participants. In this context, it is recommended to organize trainings on hygiene, children's rights and right to health.
<i>Accepted:</i> 26.05.2022	
	<b>Keywords:</b> Adolescence period, self-esteem, children's rights, personal hygiene, self-care agency
doi: 10.46971/ausbid.880339	Araştırma makalesi (Research article)

## Giriş

Ergenlik dönemi; biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal roller açısından gelişme ve olgunlaşmanın meydana geldiği dinamik bir dönemdir (Kurt, 2013). Ergenlik döneminde hormonal aktiviteler vücutta birçok değişiklik meydana getirirken genel görünüm ergenler için en önemli ilgi odağı haline gelmektedir. Genel görünümü etkileyen en önemli faktörlerden birisi kişisel hijyendir. Bu nedenle kişisel hijyen uygulamaları hem ergenin görünümünü hem de yetişkin dönemdeki sağlık durumunu etkileyebileceği için ayrı bir öneme sahiptir (Akşit & Koç, 2018; Güzel & Çelik, 2018).

Kişisel hijyen, kişinin bedeninin temiz ve sağlıklı olması için gerçekleştirdiği tüm uygulamalardır. Temiz ve iyi dış görünüş ergenlerin benlik saygılarının yüksek olmasını desteklemektedir (Arat ve ark., 2014). Benlik saygısı, benliğini kabul etme, memnun olma, kendine değer verme, güven ve saygı duymayı, duygu ve düşüncelerin birey tarafından yargılamalarını kapsamaktadır. Benlik saygısı, ergenlik dönemindeki bireyin kendilerini başkalarıyla karşılaştırması, özellikle de akranlarının ne düşündüğüne daha çok önemsemesinden dolayı kritik bir öneme sahiptir (Sebastian ve ark., 2008; Lunde & Frisén, 2011; Webb & Zimmer-Gembeck, 2014). Ergenlerin topluma katılabilmesi, gelişme dönemlerinde temeli atılan benlik saygısına bağlı olarak kendini gösterir (İkiz & Eriş, 2013; Sharma & Agarwala, 2013). Ergenlik dönemindeki hijyen uygulamaları için uygun ortamların bulunmaması ya da şartların yeterince sağlanamaması ergenin gelişiminde sağlık sorunlarının ortaya çıkmasına ve benlik saygısında azalma gibi olumsuzluklara neden olabilir. Temiz ve iyi dış görünüş, ergenlerin benlik saygılarının yüksek olmasını desteklemekle birlikte hastalıkların sıklığında önemli azalmalara da katkı vereceği mutlaklıdır (Uzunçakmak, 2012). Kişisel hijyen alışkanlığının çocuklukta kazanılması, özelde bireyin genelde gelecek nesillerin sağlıklı yetişmesini doğrudan etkileyebilmektedir. Sağlığın sürdürülmesi ve yükseltilmesi kapsamında bunların gerçekleşebilmesi için ergenin performansı ve eylemleri içeren sağlık etkinliklerini başlatma ve uygulama yeteneğinin de olması veya var olan yeteneğinin de desteklenmesi gereklidir. Hijyen uygulamalarına gereken özeni göstermek benlik saygısı kadar sağlık ve iyilik durumunun sürdürülmesi için yapılan eylemleri kapsayan öz bakımı olumlu yönde etkileyebilecektir. Öz bakım, sağlık durumunun devamlılığı ve yükseltilmesi için gerekli olan eylemleri içeren sağlık etkinliklerini birey tarafından başlatma, uygulama yeteneği ve etkinlikleridir. Öz bakımda hedef, bireyin kendi sağlığına ilişkin tüm sorumlulukları yüklenmesini sağlamaktır (Uzunçakmak, 2012). Kaya ve ark.'nın 2005 yılında hemşirelik lisans öğrencileri ile yapmış oldukları çalışmada öz bakım gücü ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki olduğu, öz bakım gücü arttıkça benlik saygısının da arttığı tespit edilmiştir (Kaya ve ark., 2005).

Zihinsel ve sosyal olarak tam bir iyilik halini ifade eden sağlık hakkı kaliteli ve uygun yaşam koşullarının sağlanması ile mümkün olabilmektedir. Kaliteli ve uygun bakım koşullarının sağlanması öz bakımın sürdürülmesinde bir gerekliliktir. (Tartaç & Özkan, 2011). Bu bağlamda sağlık hakkı çerçevesinde her çocuk yaşama hakkı, olumlu şekilde gelişme hakkı, zararlı etkilerden korunma hakkı ve sosyal yaşama katılma gibi çeşitli haklara sahiptir (Topuz ve ark., 2013). Uygun şartların sağlanması, sağlığın, gelişimin ve çocuk sağlık haklarının korunmasında etkili ve önemlidir (Turan & Ceylan, 2007). Temiz ve uygun koşullarda yaşamak, kişisel hijyen ve sağlığının korunması ve sürdürülmesi her çocuğun hakkıdır. Sağlık hakkının savunulmasında ve sağlığın korunmasında çevre şartlarının uygunluğu ve çocukların hijyen uygulamalarını gerçekleştirebilecekleri olanak ve bilgilere sahip olmaları çok önemlidir. Verilen hijyen eğitimi sonucu bireylerin öz bakım güçlerinin (Altıparmak, 2006), bilgilerinin (Ergun & Conk, 2011; Moore, 2009), tutumlarının (Keten ve ark., 2015) ve duyarlılıklarının (Arat ve ark., 2014) arttığı belirlenmiştir. Bu sonuçların aksine başka bir çalışmada öğrencilerin çoğunun

genital hijyen eğitim aldıkları ancak tamamının hijyen uygulamalarını doğru şekilde gerçekleştiremedikleri tespit edilmiştir (Arat ve ark., 2014). Kişisel hijyen uygulamalarının incelenmesine yönelik diğer bir araştırmada da öğrencilerin menstrüasyon dönemi hijyen uygulamalarının yetersiz olduğu tespit edilmiştir (Tartaç & Özkan, 2011). Bu bağlamda araştırmanın amacı bir lisedeki öğrencilere verilen kişisel hijyen eğitiminin benlik saygısı ve öz bakım gücünü değerlendirmektir.

## Örneklem ve Yöntem

### Araştırmanın Tipi

Yüksek lisans tez kapsamında yapılmış bu çalışma, eğitim öncesi ve sonrası ön test-son test şeklinde tek gruplu olarak yapılan deneysel/ müdahaleli bir araştırmadır.

### Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Müdahale çalışması tipindeki araştırmanın evrenini lisede bulunan hazırlık ve dokuzuncu sınıfta öğrencilerinden oluşan 290 kişi oluşturmaktadır, bu gruptan 140 kişi örnekleme seçilmiştir. Üniversite hazırlığı içinde bulunan diğer sınıf öğrencileri çalışmaya alınmamıştır.  $X=0.05$ ,  $d=\pm 0.06$ , 9S 6A [%44-%56] alındığında tahmini örneklem boyutu %40 olarak bulunmuştur.

### Araştırmanın Etik Yönü

Araştırma yapılmadan önce Cumhuriyet Üniversitesi Girişimsel Olmayan Etik Kurulu'ndan (karar no:2016-11/20) onay alınmıştır. Araştırmanın yapılacağı kurumdan (03.03.2017 tarihli, 92255297-605.01-E.279595 sayılı) yazılı izin ve katılımcı öğrencilerden aydınlatılmış onam alınarak araştırmaya başlanmıştır. Çalışma Helsinki deklarasyonunun prensiplerine göre yapılmıştır. Ölçeklerin öğrencilere uygulanabilmesi için Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği sahibi Füsun Çuhadaroğlu'ndan Öz-Bakım Gücü Ölçeği sahibi Nursen Nahcivan'dan yazılı izin alınmıştır.

**Veri Toplama Araçları:** Araştırma verileri Kişisel Bilgi Formu, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Öz-Bakım Gücü Ölçeği ile toplanmıştır.

Kişisel bilgi formu: Ergen bireylerin yaşı, cinsiyeti, anne ve babanın öğrenim durumları ve meslekleri, kardeş sayısı, ailenin sosyal güvencesi, aile tipi, şu an yaşadıkları yer ile ilgili toplam 10 sorudan oluşmaktadır.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği: Rosenberg'in geliştirdiği ölçek 12 alt boyuttan oluşmaktadır (Rosenberg, 1965). Çalışmamızda Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nin 10 maddeden oluşan benlik saygısı alt boyutu kullanılmıştır. Ölçeğin Cronbach's Alpha kat sayısı 0,71'dir. Ölçeğin bizim çalışmamızda Cronbach's Alpha kat sayısı 0,80 olarak tespit edilmiştir. Benlik saygısı alt testinde bulunan 10 maddelik sorular "çok doğru" seviyesinden, "çok yanlış" seviyesine göre derecelendirilmektedir. Testi değerlendirmek için: 1, 2, 4, 6, 7 maddelerde: Çok doğru = 4, Doğru= 3, Yanlış= 2, Çok Yanlış= 1; 3,5,8,9,10, maddelerde: Çok doğru=1, Doğru= 2, Yanlış=3, Çok Yanlış= 4 olarak puanlanmaktadır. Ölçekten elde edilebilecek en düşük puan 10, en yüksek puan 40'dır (Topsakal ve ark., 2013). Puan yükseldikçe benlik saygısı da artmaktadır (Çuhadaroğlu, 1986).

Öz-Bakım Gücü Ölçeği: Kearney ve Fleicher'in 43 madde halinde geliştirdiği ölçek, Nahcivan tarafından 1993'de Türk toplumunda ergen yaş grubuna uygulanmış ve 35 madde olarak Türkçe versiyonunu düzenlenmiştir. Ölçeğin Cronbach's Alpha değeri 0,92 olarak bulunmuştur. Ölçeğin bizim çalışmamızda Cronbach's Alpha kat sayısı 0,89 olarak tespit edilmiştir. Her bir ifade, 0'dan 4'e kadar puanlanmıştır. Bireylerin öz-bakıma karşı yönelimleri 5'li Likert-tip ölçek üzerinde katılımcıların yanıtlaması ile belirlenir. Yanıt seçeneklerinden, "Beni hiç tanımlamıyor" yanıtına 0 puan, diğerlerine sırasıyla "Beni pek tanımlamıyor" 1 puan, "Fikrim yok" 2 puan, "Beni biraz tanımlıyor" 3 puan, ve "Beni çok tanımlıyor" yanıtına 4 puan verilir. Geçerliliği ve güvenilirliği yapılmış ölçekte 8 madde (3, 6, 9, 13, 19, 22, 26, ve 31, maddeler) negatif olarak değerlendirilir ve puanlama ters döndürülür. Değerlendirme toplam 35-140 puan üzerinden yapılmakta olup 82 puan altı düşük, 82-120 puan orta, 120 puanın üstü yüksek olarak değerlendirilmektedir. Puan yükseldikçe öz bakım gücü artmaktadır (Nursen & Nahcivan, 1994).

### **Verilerin Toplanması**

Eğitim üç oturumda gerçekleştirilmiştir. Birinci oturumda katılımcılarla tanışma, beklentilerin belirlenmesi, eğitimin tanıtılması, sorunların tespiti, ön testin yapılması, iletişim bilgileri ve aile onaylarının alınması gerçekleştirilmiştir. İkinci oturumda eğitim gerçekleştirilerek geri bildirimler alınmıştır. Üçüncü oturumda ise eğitimin etkili olup olmadığını belirlemek için eğitim bilimlerinden alınan danışmanlık doğrultusunda eğitimden 21 gün sonra son test olarak ölçekler yeniden uygulanmıştır. Toplamda 55 soru içeren ölçekler ve kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından sınıf ortamında katılımcılara verilerek doldurmaları sağlandı. Soru formuna isim yazmamaları bunun yerine bir kod kullanmaları belirtilerek anketlerin doldurulması sağlandıktan sonra toplandı. Anketleri doldurma süresi olarak toplam 30 dakika verildi. Yapılan eğitimin içeriğini; tanışma ve beklentilerin konuşulması, hijyenin tanımı, kişisel hijyen uygulamaları, deri hijyeni ve bakımı, saç hijyeni ve bakımı, yüz hijyeni, göz hijyeni ve bakımı, kulak hijyeni ve bakımı, burun hijyeni ve bakımı, ağız ve diş sağlığı, adet dönemi hijyen ve bakımı, el, tırnak hijyen ve bakımı, ayak hijyeni ve bakımı oluşturdu. Eğitim video ve slayt eşliğinde gruba yapılan sunumla birlikte açıklama, anlatım, tartışma ve soru-cevap yöntemleri kullanılarak grup eğitimi şeklinde gerçekleştirildi. Öğrencilerin kendi deneyimlerini ifade etmeleri yaşadıklarını sınıf içerisinde anlatımlarına fırsat verilerek eğitimler sürdürülmüştür. Sorularla öğrencilerin eleştirel düşünme becerilerine yönelik olarak verilen bilgilerle doğruları bulmaları sağlanmaya çalışılmıştır. Anlatım sırasında dikkatleri toplamak için ısınma egzersizleri yapılmıştır. Eğitim yaklaşık 45 dk sürmüş olup 15 dakika ara verilerek iki oturumda yapıldı. Eğitim sonrası özetleme yapılarak ve soru cevap yöntemi ile geri bildirim alındı.

### **Verilerin İstatistiksel Değerlendirmesi**

Elde edilen veriler bilgisayar ortamında SPSS 22.0 programında değerlendirilmiştir. Değerlerimiz -2,+2 aralığında dağılım gösterdiğinden dolayı Kolmogorov-Smirnov testlerine göre normal dağılım göstermediğinden dolayı parametrik olmayan istatistiksel test yöntemleri kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde aynı bireylerden değişik zaman ve durumlarda elde edilen iki ölçüm değeri karşılaştırılırken Wilcoxon testi, ölçümle elde edilmiş bir değişken yönünden bağımsız iki gruptan elde edilen ölçümler karşılaştırılırken Mann-Whitney U testi, ölçümle elde edilmiş bir değişken yönünden bağımsız ikiden fazla gruptan elde edilen ortalamalar karşılaştırılırken Kruskal Wallis varyans analizi kullanılmıştır. Ölçekler arası kolerasyon analizi yapılırken Spearman kolerasyon analizi

kullanılmıştır. Verilerimiz tablolarda aritmetik ortalama, standart sapma, birey sayısı ve ortanca şeklinde belirtilip yanılma düzeyi 0,05 olarak alınmıştır.

## Bulgular

Tablo 1’de öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerine ilişkin dağılım yer almaktadır.

**Tablo 1.** Öğrencilerin Sosyo-Demografik Özelliklerinin Dağılımı

Özellik		Sayı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kız	74	52.9
	Erkek	66	47.1
Yaş	$\bar{X} \pm SS = 15.4 \pm 1.01$	Median= 15 (Alt, 14 – Üst, 17)	
Kardeş Sayısı	Birden fazla kardeş	130	92.9
Sosyal Güvence	Tek çocuk	10	7.1
	Var	122	87.2
	Yok	18	12.8
Aile Tipi	Çekirdek aile	113	80.7
	Geleneksel aile	20	14.3
	Parçalanmış aile	7	5
Yaşanılan yer	Aile yanında	85	60.7
	Öğrenci evi	23	16.4
	Yurt	32	2.9
Toplam		140	100

Çalışmaya katılan öğrencilerin %52,9’ u kız, %47,1’i erkek olup, yaş ortalaması  $15,42 \pm 1,01$  (min:14; max:18) olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların annelerinin %61,5’i ortaöğretim ve üzeri mezun, %87,9’unun ev hanımı; babalarının %57,1’inin ortaöğretim ve üzeri mezun, % 42,9’unun serbest meslek sahibi oldukları belirlenmiştir Öğrencilerin %92,9’u birden daha fazla kardeşe sahip, %87,1’inin sosyal güvencesi bulunmakta, %80,7’sinin çekirdek ailede, %60,7’sinin ailesinin yanında yaşamakta olduğu belirlenmiştir.

Tablo 2’de kız ve erkek bireylerin kendi içinde eğitim öncesi ve eğitim sonrası Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Öz Bakım Gücü Ölçeği puan ortalamalarına ait istatistiksel değerlendirmeler yer almaktadır. Tablo 2’ye göre kadınlarda eğitim öncesi Benlik Saygısı Ölçeği puan ortalaması  $28.83 \pm 5.91$  (min:17-max:40), eğitim sonrası  $31.67 \pm 3.47$  (min:23-max:40)’dir. Kadınların Benlik Saygısı Ölçeği puan ortalaması eğitim öncesi ve sonrası puan ortalamaları ile karşılaştırıldığında fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p = 0.001$ ). Erkeklerde  $29.71 \pm 5.50$  (min:17-max:40), eğitim sonrası  $31.30 \pm 3.43$  (min:21-max:36)’dir. Erkeklerin Benlik Saygısı Ölçeği puan ortalaması eğitim öncesi ve sonrası puan ortalamaları ile karşılaştırıldığında fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p = 0.016$ ).

**Tablo 2.** Kız ve Erkek Bireylerin Kendi İçinde Eğitim Öncesi ve Eğitim Sonrası Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçek	Cinsiyet	Dönem	Alt-Üst	$\bar{X}\pm SS$	Median	p
R. Benlik Saygısı Ölçeği Puanı	Kız	Eğitim öncesi	17-40	28.8±5.9	28	0.001*
		Eğitim sonrası	23-40	31.6±3.4	32	
	Erkek	Eğitim öncesi	17-40	29.7±5.5	29	0.001*
		Eğitim sonrası	21-36	31.3±3.4	22	
Öz Bakım Gücü Ölçeği Puanı	Kız	Eğitim öncesi	35-127	83.5±22.2	81.5	0.001*
		Eğitim sonrası	103-128	117.5±5.4	117.5	
	Erkek	Eğitim öncesi	34-137	84.7±21.6	82.5	0.001*
		Eğitim sonrası	102-126	117.0±5.3	117	

\*p<0.05 Spearman kolerasyon kat sayısı

Tablo 3’de bireylerin eğitim öncesi ve sonrası Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Öz Bakım Gücü Ölçeği puan ortalamalarının dağılımı yer almaktadır. Araştırmada yer alan bireylerin eğitim öncesi Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği puan ortalaması 29.25±5.72 (min:17-max:40), eğitim sonrası puan ortalaması 31,50±3,44’dür. Eğitim öncesi ve eğitim sonrası Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği puan ortalamaları karşılaştırıldığında fark istatistiksel olarak yüksek düzeyde anlamlı bulunmuştur (p= 0.001). Öz Bakım Gücü Ölçeği puan ortalamaları ise eğitim öncesinde 84.11±21.89 (min:34-max:137), eğitim sonrasında 117.31±5.41’dir. Eğitim öncesi ve eğitim sonrası Öz Bakım Gücü Ölçeği puan ortalamaları karşılaştırıldığında fark istatistiksel olarak yüksek düzeyde anlamlı bulunmuştur (p= 0.001).

**Tablo 3.** Öğrencilerin Eğitim Öncesi ve Eğitim Sonrası Rosenberg Benlik Saygısı ve Öz Bakım Gücü Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Ölçek	Dönem	Min-max	$\bar{X}\pm SS$	Median	p
R. Benlik Saygısı Ölçeği Puanı	Eğitim öncesi	17-40	29.2±5.7	29	0.001*
	Eğitim sonrası	21-40	31.5±3.4	32	
Öz Bakım Gücü Ölçeği Puanı	Eğitim öncesi	34-137	84.1±21.8	8.5	0.001*
	Eğitim sonrası	102-128	117.3-5.4	117	

\* p<0.05 Spearman kolerasyon kat sayısı.

Tablo 4’te öğrencilerin benlik saygısı ve öz bakım gücü ölçek puanları arasındaki ilişkiye ait istatistiksel değerlendirme yer almaktadır. Öğrencilerin benlik saygısı ölçeği puanı ile öz bakım gücü ölçeği puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (p=0.061; r= -0.420).

**Tablo 4.** Öğrencilerin Eğitim Sonrası Rosenberg Benlik Saygısı ve Öz Bakım Gücü Ölçeği Puan Ortalamaları Arasındaki İlişki (n=140)

Eğitim Sonrası Öz Bakım Gücü Ölçeği Puanı	
E. Sonrası R. Benlik Saygısı Ölçeği Puanı	r= -0.420 p=0.061

\* p<0.05 Spearman kolerasyon kat sayısı

İki ölçek arasındaki ilişkinin yönünü ve şiddetini belirlemek amacıyla kolerasyona bakılmıştır. Çalışmada kendi içinde çekirdek aile ve geniş aileye sahip olan katılımcıların eğitim öncesi ve sonrası Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Öz Bakım Gücü Ölçeği, parçalanmış aileye sahip öğrencilerin ise yalnızca Öz Bakım Gücü Ölçeği puan ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (p<0.05).

Çalışmaya katılan bireylerin yaşadıkları yere göre eğitim öncesi ve sonrasında ailesinin yanında kalan öğrencilerin yurttan ve öğrenci evinde kalan öğrencilere göre Rosenberg Benlik Saygısı ve Öz Bakım Gücü Ölçeği istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (p<0.05).

### Tartışma

Kişisel hijyen birey ve toplum sağlığı açısından önemli olup yaşam kalitesini etkileyerek öz bakım gücü ve benlik saygısı üzerinde önemli etkiye sahiptir. Bireylerin doğru hijyen uygulamalarını davranışa dönüştürmeleri, uygulamaların gerekliliğine inanıp, bilmesi ve kendisini harekete geçirmesi ile mümkündür. İhtiyaç duyulan farkındalık ve motivasyon bireylere eğitimle kazandırılabilir. Bireylerin sağlıklarını koruyup, geliştirmeleri hijyen uygulamalarına gereken hassasiyetin gösterilmesi temeline dayanmaktadır. Hijyen ihtiyacının karşılanması ve hijyenik ortamlarda yaşam sürmek insani bir gereklilik ve haktır. Bu ortamların sağlanması bireylerin yalnızca insan olmalarından dolayı sahip oldukları temel haklar arasında yer almaktadır. Sağlığın korunması için gerekli imkan ve şartların sağlanması çocuk haklarına gereken önemin verilmesi ile mümkündür. Çalışmamızda bireylere verilen kişisel hijyen eğitiminin öz benlik saygısı üzerine etkisini değerlendirmek amacıyla yapılan araştırmanın bulguları literatür doğrultusunda karşılaştırılarak tartışılmıştır.

Araştırma bulgularına göre kız ve erkek öğrencilerin eğitim sonrası Benlik Saygısı ve Öz Bakım Gücü puan ortalamalarının arttığı belirlenmiştir. (p= 0.001). Ancak çalışmada eğitim öncesi-sonrası Benlik Saygısı ve Öz Bakım Gücü Ölçeği puan ortalamaları, kızlar ve erkekler arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunamamıştır (p>0.05). Literatür çalışmaları incelendiğinde çalışmamızın sonuçlarına benzer şekilde katılımcıların cinsiyetlerinin benlik saygısı ve öz bakım gücü üzerinde bir farklılık yaratmadığı bilgisine ulaşılmıştır (Öner ve ark., 2011; Karaman, 2008).

Cinsiyete bağlı rollerde ve bu rollere ilişkin beklentilerde belirgin farklılıkların yaşandığı kültürümüzde kızların eğitim oranının artmasının cinsiyete bağlı rollerdeki kutuplaşmayı indirgediği, bu nedenle kız ve erkek öğrencilerin benlik saygısı ve öz bakım gücü farklarının azaldığı düşünülebilir. Ergenlik döneminde bilişsel, fiziksel, sosyal ve duygusal birçok alanda hızlı değişimler meydana gelmektedir. Bu değişimlere uyum sağlamanın zor olabileceği, bedenine ilişkin özelliklerin ergenlikte bireyler için önemli olmasından dolayı verilen eğitim ile ergenlerin bilgi eksiklerinin giderildiği böylece sürece olan uyumlarının ve farkındalıklarının artırılarak benlik saygısı ve öz bakım gücü puanlarında artış

sağlanmış olup istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edildiği düşünülmektedir (Akşit & Koç, 2018; Güzel & Çelik, 2018).

Kendi içinde çekirdek aile ve geniş aileye sahip olan katılımcıların eğitim öncesi ve sonrası Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Öz Bakım Gücü Ölçeği, parçalanmış aileye sahip öğrencilerin ise yalnızca Öz Bakım Gücü Ölçeği puan ortalamaları istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Literatür çalışmaları incelendiğinde çekirdek aileye sahip olmanın benlik saygısı ile olumlu yönde bir ilişkisi olduğu tespit edilmiştir (Kaya ve ark., 2005). Kore de yapılan bir başka çalışmada aile tipinin adölesanların benlik saygılarını etkilediği tespit edilmiştir (Dolgun ve ark., 2011). Bir başka çalışma da benlik saygısı puan düzeyi ile geniş ve çekirdek aile arasında fark bulunmamış olup geniş aileye sahip öğrencilerin benlik saygı düzeyi daha yüksek bulunmuştur (Baykara, 2014). Türkiye İstatistik Kurumu araştırma verilerine (2016) göre Türkiye’de modern aile protipinde söz konusu olan çekirdek aile tipine hızla dönüşümün olduğunu göstermekte ve %66,4 oranında çekirdek aile mevcuttur (Soğukpınar, 2014). Çalışmamızın bulguları literatürle benzerlik göstermektedir. Bu sonuçlara göre elde ettiğimiz verilerin geniş ve çekirdek aileye sahip ergenlerin etkileşimde oldukları kişilerin fazla olmasına, olumlu örnek alınabilecek öz bakım davranışlarının fazla olması, ailelerinin yanında olmaları, sıkıntılarını ailelerinin gözlemlemesi ve çözümlemesine bağlı olarak benlik saygısı ve öz bakım sonuçlarının anlamlılık gösterdiği düşünülmektedir. Parçalanmış aileye sahip ergenlerin bir ebeveynden yoksun olmaları, sorunlarının aile dağınıklığından dolayı tespitinin ve gözleminin zor olması, ergene ihyacı olduğu anlarda destek sağlanamaması gibi durumların benlik saygısını olumsuz etkilediği ancak ebeveynlerden ayrı ayrı rehberlik sağlayabileceği ve ihtiyaçlarının karşılanacağı için öz bakım gücünün olumlu etkilendiği düşünülmektedir.

Kendi içinde öğrencilerin yaşadıkları yere göre eğitim öncesi ve sonrasında ailesinin yanında kalan öğrencilerin yurt ve öğrenci evinde kalan öğrencilere göre Rosenberg Benlik Saygısı ve Öz Bakım Gücü Ölçeği istatistiksel olarak olumlu bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Bunun nedeni olarak öğrencilerin aileleri ile birlikte yaşamaları ile daha iyi yaşam ve imkan koşullarına sahip olmaları, yurttan ve öğrenci evinde kalan öğrencilerin ise kişisel bakım ihtiyaçlarını karşılamada kısıtlanmalarla karşılaşmalarının bu durumda benlik saygısı ve öz bakım gücünü etkilediği düşünülebilir, Literatür çalışmaları incelendiğinde ailesi ile birlikte kalan öğrencilerin yurttan kalan öğrencilere göre öz-bakım gücü puan ortalamalarını daha yüksek olarak bulunmuştur (Akduman, 2013; Süzek, 2004). Bir başka çalışmada ise yurttan kalan adölesanların ailesi ile yaşayanlara (Çeçen, 2008) ve evde kalanlara (Uz, 2006) göre benlik saygılarının, evde kalanlara göre öz bakım gücünün daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen verilere göre aileyle yaşama sorunlarla baş etmeyi kolaylaştırma, meydana gelen fiziksel değişimlere ve hijyen uygulamalarında ebeveynlerin rehberliği gibi hususlarda oldukça önemli olduğu ergenlerin benlik saygısı ve öz bakım gücünün anlamlı bulunması sonucunu ortaya çıkardığı düşünülmektedir.

Katılımcıların Rosenberg Benlik Saygısı ölçeğinden eğitim öncesinde aldıkları puan ortalaması eğitim sonrasındaki puan ortalamasından daha düşük olduğu saptanmıştır ( $p= 0.001$ ). Eğitim sonrası öğrencilerin benlik saygısı puanlarının artması eğitimin öğrencilerin benlik saygısı üzerinde olumlu etki yaptığını gösterebilir.

Hijyen ile benlik saygısı arasında doğrusal bir ilişki bulunmaktadır. Hijyen bireylerin kendilerini daha iyi hissetmelerini ve güven duygularının artmasını sağlamaktadır. Özgüvenin yüksek olması benlik saygısının da yüksek olmasını beraberinde



getirmektedir. Dolayısıyla bireylerin kişisel hijyene özen göstermesi yüksek benlik saygısının oluşmasını sağlamaktadır (Arat ve ark., 2014; Uzunçakmak, 2012). Bir çalışmada katılımcıların tamamına yakınının vücut bakımını ve kişisel temizliğini kendini iyi hissetmek için, yarıdan fazlasının ise sağlıklı olmak ve başkalarına güzel görünmek için yaptığını tespit etmiştir (Cangöl & Tokuç, 2013).

Literatür incelendiğinde yürütülen araştırma sonucuna benzer olarak ergenlere verilen eğitim sonrası öz bakım gücü puan ortalamaları eğitim öncesi puan ortalamalarına göre artış gösterdiği ve aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (Uzunçakmak, 2012; Yılmaz, 2008).

Ergen sağlığının geliştirilmesi, sağlığın değerini erken yaşlarda öğrenen bireyin, sağlıklı yaşam biçimini benimseyeceği görüşüne temellenmektedir bu noktada hemşirelik bakım ve uygulamaları oldukça önemlidir (Çelen, 2011; Dolgun ve ark., 2011; Altıparmak, 2006). Sağlıklı bir toplumun oluşturulabilmesi için bireylerin kendi sağlığını korumaya yönelik çabalara önem vermeleri gerekir. Bunun için bireyin kendi sağlığını koruma ve sürdürmede elverişli bilgilerle donatılmış olması önem kazanmaktadır. Bu bilgiler ışığında çalışmada ergenlerin eğitim öncesi ve sonrası öz bakım gücü ölçeği puan ortalamaları incelendiğinde; ergenlerin öz bakım gücü ölçeği puan ortalamalarının verilen eğitim sonrası öncesine göre arttığı ve aradaki farkın istatistiksel olarak yüksek düzeyde anlamlı olduğu saptanmıştır ( $p= 0.001$ ). Bu sonuç, hijyen eğitiminin öz bakım gücünü artırmaya katkıda bulunduğu hipotezini desteklemekte ve ergenlere yönelik planlı öz bakım eğitimlerinin kendine bakım tutumlarını geliştirmelerine yardımcı olduklarını gösterebilir. Eğitimler bireylerin bilgi ve davranışlarında var olan hata ve eksikliklerin fark edilerek doğru uygulamalara dönüştürülmesinde farkındalık sağlayarak öz bakım gücünü artırmaya katkı vermiş olabilir. Demirel'in (2003) kız öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgilerini belirlediği çalışmasında bilgi alan öğrencilerin öz bakım gücü puan ortalamalarının bilgi almayanlara göre daha yüksek olduğunu tespit edilmiştir. Literatür çalışmaları incelendiğinde yürütülen araştırma sonuçlarına benzer olarak ergenlerde öz bakım eğitiminin öz bakım gücüne etkisini incelemek amacıyla yapmış olduğu çalışmada ergenlere verilen eğitim sonrası öz bakım gücü puan ortalamaları eğitim öncesi puan ortalamalarına göre artış gösterdiği ve aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (Uzunçakmak, 2012).

Öğrencilerin benlik saygısı ölçeği puanı ile öz bakım gücü ölçeği puanı arasındaki ilişki değerlendirildiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ( $p=0.061$ ;  $r= -0.420$ ). Literatür çalışmaları incelendiğinde öz bakım gücü ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Uz, 2006). Özellikle ergenlik döneminde önem kazanan, yaşam boyu gelişen, değişen ve dinamik bir kavram olan benlik saygısının, katılımcıların bu sürecin içinde olmaları dolayısıyla da bu sürecin gelişimi ve değişiminin devam etmesi nedeniyle öz bakım ile aralarında ilişki kurulamamış olabilir. Ayrıca özbakım gücünün benlik saygısına yansımalarının zamanla alabileceği öncelikle fizyolojik olarak iyi oluşluğun gerçekleştiği düşünülebilir. Adölesan bireylere verilen kişisel hijyen eğitimi sonucunda bireylerin benlik saygılarında ve öz bakım gücü düzeylerinde eğitim öncesine göre anlamlı artış olduğu tespit edilmiştir. Adölesan bireylere verilen kişisel hijyen eğitimi sonucunda bireylerin benlik saygılarında ve öz bakım gücü düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunmamaktadır ( $p=0.061$ ;  $r= -0.420$ ).

## **Sonuç ve Öneriler**

Adölesan bireylere verilen kişisel hijyen eğitimi sonucunda bireylerin benlik saygılarında ve öz bakım gücü düzeylerinde eğitim öncesine göre anlamlı artış olduğu tespit edilmiştir. Adölesan bireylere verilen kişisel hijyen eğitimi sonucunda bireylerin benlik saygılarında ve öz bakım gücü düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunmamaktadır ( $p= 0.061$ ;  $r= -0.420$ ).

Bu sonuçlar doğrultusunda; Adölesan bireylerin benlik saygılarının ve öz bakım güçlerinin arttırılması için okullarda öğrenci ve aile hijyen eğitim programlarının düzenlenmesi, uygulanan eğitimin etkisini incelemek için bireylerin benlik saygısı ve öz bakım gücü düzeyleri açısından izlenmesi ve takip edilmesi, adölesan dönemde hastalıkların önlenmesi, sağlığın korunması ve geliştirilmesi için aile sağlığı ve toplum sağlığı merkezlerinde birey ve ailelerin eğitimlerle bilinçlendirilmesi ve izlenmesi, ergen sağlığını olumsuz etkileyecek olan öz bakım uygulamalarının belirlenip olumlu hale getirilmesi için uygulamalarda bulunulması, okullarda rehberlik ve danışmanlık birimlerinde adölesan dönem özellikleri ve hijyen uygulamaları ile ilgili eğitim kitapçık ve broşürlerinin oluşturulması, adölesan bireylere ve ailelere okullarda rehberlik ve danışmanlık birimlerinde insan hakları, çocuk hakları içerisinde sağlık hakkına yönelik eğitim programlarının düzenlenmesi ve bu araştırma modeli ile farklı alanlarda farklı gruplarla çalışma yapılması önerilebilir.

### **Etik Kurul Beyanı**

Araştırma yapılmadan önce Cumhuriyet Üniversitesi Girişimsel Olmayan Etik Kurulu'ndan (karar no:2016-11/20) onay alınmıştır.

### **Çıkar Çatışması**

Bu çalışmada çıkar çatışması bulunmamaktadır.

## Kaynaklar

- Akduman, S., Bolışık, B., & Sönmez, S. (2004). Sağlıklı ergenlerin öz-bakım güçlerinin incelenmesi. *Hemşirelik Forumu Dergisi*, 7(1), 17-21.
- Akpınar, Ş. (2013). Yetiştirme yurdunda kalan erkek ergenlere uygulanan yapılandırılmış eğitimin umutsuzluk düzeyi benlik saygısı ve intihar olasılığı üzerine etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Akşit, S., & Koç, F. (2018). Ergenlik döneminde fiziksel büyüme ve gelişme. *Türkiye Klinikleri Çocuk Psikiyatrisi*, 4(2), 1-6.
- Altıparmak, S. (2006). Gebelerde sosyo-demografik özellikler öz bakım gücü ve yaşam kalitesi ilişkisi. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 5(6), 416-423.
- Arat, A., Şimşek, I., & Koç Erdamar, G. (2014). Yatılı ilköğretim okulu ikinci kademe öğrencilerinin kişisel hijyen uygulamaları. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 58-72.
- Baykara, Z. (2014). Hemşirelik bakımı kavramı. *Türkiye Biyoetik Dergisi*, 1(2), 92-99. <https://doi.10.5505/tjob.2014.54264>
- Cangöl, E., & Tokuç, B. (2013). Jinokoloji polikliniğine başvuran kızlarda genital enfeksiyon sıklığı ve genital hijyen davranışları. *F.N. Hemşirelik Dergisi*, 21(2), 85-91.
- Curtis, V., & Cairncross, S. (2003) Effect of washing hands with soap on diarrhea risk in the community:a systematic review. *The Lancet Infectious Diseases*, 3, 275-281. [https://doi.10.1016/s1473-3099\(03\)00606-6](https://doi.10.1016/s1473-3099(03)00606-6)
- Çeçen, R. A. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 4(1), 19-30.
- Çelen, N. H. (2011). Ergenlik ve genç yetişkinlik. Papatya Yayıncılık.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). Adolesanlarda benlik saygısı. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara
- Demirel, S. (2003). Gaziantep ili Şahinbey ilçesi ilköğretim okullarında öğrenim gören 5. ve 6. sınıf kız öğrencilerin menstruasyon fizyolojisine ilişkin bilgilerinin belirlenmesi. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 2, 47-48.
- Dolgun, G., İnal, S., & Uğurlu, F. (2011). Ergen sağlığının sürdürülme ve gelişiminde hemşirenin rolü. *Türk Pediatri Arşivi*, 46(11), 4-8. <https://doi.org/10.4274/tpa.46.21>
- Ergun, S., & Conk, Z. (2011). Effect of individualized education efforts by a nurse to increase self-care capacity in adolescents. *Acta Paulista de Enfermagem*, 24(6), 821-827. <https://doi.10.1590/S0103-21002011000600016>
- İkiz, E., & Eriş, Y. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri. *Turkish Studies*, 8(6), 179-193. <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.4726>
- Şenay Güzel, H. (2013). Ergenlerde sosyal görünüş kaygısı ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişki: Benlik saygısının aracı rolü. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 16(2), 235-256.
- Karaman, S. (2008). Modern ve postmodern düşünceler hemşirelik felsefesini etkiledi mi? *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 12(2), 56-61.
- Kaya, H., Öztürk, A., & Sarı, E. (2005). Öğrenci hemşirelerin benlik saygısı ve öz bakım gücü düzeyinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *İstanbul Üniversitesi F.N.H.Y.O. Dergisi*, 13(54), 85-94.

- Keten, H., Ölmez, S., Keten, D., Cerit, M., & Kardeş, F. (2015). Kahramanmaraş'ta bir yurttan kalan erkek lise öğrencilerinin kişisel hijyen uygulamaları. *Turkish Family Physician*, 6(1), 11-17.
- Kiliş, Y., & Bilgili, N. (2011). İlköğretim öğrencilerinde el hijyeni ve el hijyeni eğitiminin etkinliğinin değerlendirilmesi. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 4(1), 93-102.
- Kurt Ulucan, T. (2013). Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlık, benlik saygısı, başa çıkma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi: Yılmazlığın aracı rolü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Lunde, C., & Frisén, A. (2011). On being victimized by peers in the advent of adolescence: Prospective relationships to objectified body consciousness. *Body Image*, 8(4), 309-314. <https://doi:10.1016/j.bodyim.2011.04.010>
- Moore, G. J. B., Pawloski, L., & Rodriguez, C. (2009). Knowledge, hemoglobin levels and nutritional status of Nicaraguan Adolescent. *Public Health Nursing*, 26(2), 144-152. <https://doi:10.1111/j.1525-1446.2009.00765.x>
- Naheçivan, N. (1994). Geçerlik ve güvenilirlik çalışması: Öz- bakım gücü ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması. *Hemşirelik Bülteni*, 7(33), 109-119.
- Öner Altıok, H., Şengün, F., & Üstü, B. (2011). Bakım: Kavram analizi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 4(3), 137-140.
- Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Sebastian, C., Burnett, S., & Blakemore, S. J. (2008). Development of the self-concept during adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 12, 441-446. <http://dx.doi.org/10.1016/j.tics.2008.07.008>
- Sharma, S., & Agarwala, S. (2013). Contribution of self-esteem and collective self-esteem in predicting depression. *Psychological Thought*, 6(1), 117-123. <https://doi:10.5964/psycet.v6i1.50>
- Süzek, H., & Çakmak, O. (2004). Muğla sağlık yüksekokulu öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerinin öz-bakım güçlerine etkisinin belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 1-10.
- Tartaç, Y., & Özkan, S. (2011). Lise öğrencilerinin menstruasyon hijyen konusunda bilgi/tutumları ve eğitimin etkinliğini değerlendirme. *Gazi Medical Journal*, 22, 27-32.
- Topsakal, C., Merey, Z., & Keçe, M. (2013). Göçle gelen ailelerin çocuklarının eğitim-öğretim hakkı ve sorunları üzerine nitel bir çalışma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(27), 546-556.
- Topuz, Ş., Büyükkayacı Duman, N., & Güneş, A. (2013). Sağlık bilimleri fakültesi birinci sınıftaki kız öğrencilerin genital hijyen uygulamaları. *Turkish Journal of Clinics and Laboratory*, 6(3), 85-90.
- Turan, T., & Ceylan, S. S. (2007). 11-14 yaş grubu ilköğretim öğrencilerinin menstruasyona yönelik bilgileri ve uygulamaları. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 2, 1-14.
- Uz, B. K. (2006). Adölesan annelere verilen eğitimin öz güven ve öz bakım güçlerine etkisinin incelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Unuçokmak, T. (2012). Ergenlerde öz bakım eğitiminin öz bakım gücüne etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Kayseri.

- Webb, H. J., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2014). The role of friends and peers in adolescent body dissatisfaction: A review and critique of 15 years of research. *Journal of Research on Adolescence*, 24(4), 564-590. <https://doi:10.1111/jora.12084>
- Yılmaz, B. (2008). Baş-boyun kanseri tanısı ile ameliyat olan hastaların ameliyat öncesi ve ameliyat sonrası beden imajı ve benlik saygısı. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.