

Araştırma Makalesi

Evcil Hayvan Sahibi Olan ve Olmayan Hemşirelerin İş Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması

Comparison of Job Stress Levels of Nurses With and Without Pets

Cemal ÖZALP^a, Azra KESKİN^b

^a Öğr. Gör., Muş Alparslan Üniversitesi, Malazgirt Meslek Yüksekokulu, Sağlık Bakım Hizmetleri Bölümü, Muş, Türkiye

^b Avrasya Üniversitesi Hemşirelik Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi, Erzurum, Türkiye

Geliş tarihi/Date of receipt: 29/05/2023

Kabul tarihi/ Date of acceptance: 18/03/2024

ÖZ

Amaç: Bu araştırma, evcil hayvan sahibi olan ve olmayan hemşirelerin iş stresi düzeylerinin karşılaştırılması amacıyla yapıldı.

Yöntem: Bu tanımlayıcı araştırmanın evrenini, bir devlet hastanesinde 15 Ocak -15 Şubat 2023 tarihleri arasında çalışan 322 hemşire oluşturdu. Bulguların bir araya getirilmesinde kişisel bilgi formu ve A İş Stresi-20 ölçeği kullanıldı. Araştırmada evcil hayvan sahibi olan ve olmayan hemşirelerin iş stresi düzeylerinin gruplar arasında belirleyici olup olmadığını belirlemek için bağımsız gruplarda t testi kullanıldı. Buna göre araştırmanın etki büyüklüğü 0,5; alfa değeri 0,05 ve güç 0,99 olarak hesaplandı.

Bulgular: Evcil hayvan sahibi olan hemşirelerin %61,5'i 25-30 yaş grubunda, %64,6'sı kadın, %50,3'ü bekâr, %77,6'sı lisans mezunu, %70,8'inin kronik hastalığı olmadığı bulundu. Evcil hayvan sahibi olmayan hemşirelerin %62,7'si 25-30 yaş grubunda, %62,7'si kadın, %54,7'si bekâr, %68,3'ü lisans mezunu, %81,4'ünün kronik hastalığı olmadığı ve %72,7'sinin çocuk sahibi olmadığı saptandı. Evcil hayvan sahibi olan hemşirelerin A İş Stresi-20 Ölçeği puan ortalaması 63,07±15,11, Evcil hayvanı olmayan hemşirelerin ise 58,91±16,07 olarak bulundu ve gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptandı.

Sonuç: Evcil hayvan sahibi olmanın hemşirelerin stresle baş etmelerinde önemli bir rol oynadığı ve hemşirelerin hayatını pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşıldı.

Anahtar Kelimeler: Evcil Hayvan, Hemşire, İş Stresi

ABSTRACT

Objective: This research was conducted to compare the work stress levels of nurses who own and do not own pets.

Methods: The population of this descriptive research consisted of 322 nurses working in a public hospital between January 15 and February 15, 2023. Personal information form and A job stress -20 scale were used to gather the findings. In the study, independent groups t-test was used to determine whether the work stress levels of nurses who have pets and those who do not have pets are predictive between the groups. Accordingly, the effect size of the study is 0.5; alpha value was calculated as 0.05 and power as 0.99.

Results: It was found that 61.5% of the nurses who owned pets were in the 25-30 age group, 64.6% were women, 50.3% were single, 77.6% had a bachelor's degree, and 70.8% did not have a chronic disease. It was determined that 62.7% of the nurses who did not own pets were in the 25-30 age group, 62.7% were women, 54.7% were single, 68.3% had a bachelor's degree, 81.4% did not have a chronic disease and 72.7% did not have children. The average score on the A Work Stress -20 Scale of nurses who owned pets was 63.07±15.11, and that of nurses who did not have pets was 58.91±16.07, and a statistically significant difference was found between the groups.

Conclusion: It was concluded that owning a pet plays an important role in helping nurses cope with stress and has a positive impact on nurses' lives.

Keywords: Nurse, Pet, Work Stress

ORCID IDs: CÖ:0000-0002-1666-902X; AK:0009-0000-6324-9688

Sorumlu yazar/Corresponding author: Öğr. Gör. Cemal ÖZALP, Muş Alparslan Üniversitesi, Malazgirt Meslek Yüksekokulu, Muş, Türkiye

e-posta/e-mail: cemal.ozalp@alparslan.edu.tr

Atıf/Citation: Özalp C, Keskin A. (2024). Evcil Hayvan Sahibi Olan ve Olmayan Hemşirelerin İş Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Hemşirelik Bilimi Dergisi*, 7 (1), 33-45. doi:10.54189/hbd.1305435

GİRİŞ

Toplumların gelişmesiyle birlikte, insanların sağlık hizmetlerine olan talebi giderek artmaktadır. Hemşirelik insan sağlığının korunması ve geliştirilmesinde önemli rol oynayan bir meslektir ve hemşireler sağlık bakım hizmetinin önemli bir parçasıdır. Bununla birlikte, çoğu durumda, ağır iş yükü ve istikrarsız çalışma ortamı gibi faktörler hemşireler üzerinde çok büyük bir baskı oluşturarak onları stres, kaygı gibi olumsuz duygulara daha yatkın hale getirmektedir (Xie vd., 2020). Stres, bedende veya zihinde karşılık gelen işlevsel değişiklikleri üretmek için öncelikle olumsuz duygular ve psikolojik dengesizlik olarak ortaya çıkan, öznel veya nesnel bir psikolojik değişiktir (Jiaru vd., 2023). İşyeri stresi, birçok farklı mesleklerde çalışanların yaşam kalitesiyle ilişkilendirilen bir sorundur. Hemşireler arasında yapılan bir araştırmada, iş yeri stresinin %68,2 gibi yüksek bir oranda yaygın olduğu ve haftada 50 saatten fazla veya gece vardiyasında çalışan hemşirelerin strese daha yatkın olduğu gösterilmiştir (Kadoviç vd., 2022). Son yıllarda hemşirelerin stres nedenleri araştırılmaktadır (Maresca vd., 2022).

Hemşirelik; uzun çalışma saatleri nedeniyle hem meslekler arası hem de kişiler arası çatışmalara neden olan en stresli mesleklerden biridir. Son yıllardaki sağlık teknolojilerindeki gelişmeler, bütçe kesintileri ve değişen sağlık ortamları hemşireler arasında kişisel ve iş stresini artırmaya devam etmektedir (Khamisa vd., 2017). Stres, üst düzey bilişsel işlevleri, özellikle dikkat ve hafızayı etkiler. Hemşirelerden, günlük olarak insan yaşamını etkileyen, doğru zamanda doğru kararlar vermesini gerektiren, zor durumlarla başa çıkması beklenmektedir (Bota vd., 2015). Hemşirelik uygulamalarında işle ilgili stres, yüksek hata oranına ve iş performansında düşüşe yol açarak hasta güvenliğine yönelik tehditlere neden olabilir (Mekonen vd., 2022). Hemşirelik mesleğinde stres önemli bir sorundur. Hemşirelik mesleğinde yaygın stresörler, aşırı iş yükü, rol çatışmaları, saldırganlık deneyimleri, zaman eksikliği, personel sorunları, vardiyalı çalışma, öz bakım eksikliği, işle ilgili zayıf kişilerarası ilişkiler, kaliteli bakım sağlama konusunda güçsüz hissetme, birbiriyle yarışan taleplerle mücadele etme, mükemmel olmayı sağlama bunlardan birkaçıdır (Yılmaz, 2017). Hemşirelerin vardiyalı çalışması, motivasyonlarını azaltır ve iş hatalarının artışına neden olur (Rahman vd., 2017). Hemşirelik mesleğinde stres yaygın olduğundan duygusal tükenmeyi oldukça etkilemektedir (Castro vd., 2017).

Mesleki stres, dünya çapında endişe verici bir olgu haline gelmiştir. Mesleki stres, çalışma ortamındaki stres faktörlerinin uzun vadeli sağlık etkileri ile sonuçlanan psikolojik, davranışsal veya fizyolojik gerilimlerin gelişmesine yol açtığı süreci ifade etmekle birlikte iş veya işle ilgili stres olarak da bilinir (Okuhara vd., 2021). Sağlıklı bir çalışma ortamı için iş sağlığını ve hemşirelik bakımının kalitesini arttırmak oldukça önemlidir. Özellikle hemşirelerin sağlık koşullarını ve hasta bakımının niteliğini iyileştirmek amacıyla sağlığı geliştirme davranışlarını aktif olarak uygulamaları gerekmektedir (Choi ve Kim, 2022). Farklı uzmanlık alanlarında ve sağlık hizmeti ortamlarında çalışan hemşireler arasında iş yükünün kardiyovasküler hastalıklar, hipertansiyon, tükenmişlik, duygusal tükenme, uyku bozukluğu, meme kanseri ve ek olarak madde kullanımı gibi bazı davranışsal, fiziksel ve zihinsel kaygılara yol açabilmektedir. Hemşirelerin çalışma ortamlarında stresli durumlarla karşılaştıklarında çeşitli başa çıkma stratejileri kullandıkları ileri sürülmüştür. Başa çıkma stratejileri, bireyin stresin zararlı etkilerini azaltmak veya düzeltmek için kullandığı eylemler veya adımlardır (Wazqar vd., 2017).

İş hayatında stres ve yoğun tempo, çoğu zaman bireylerin diğerlerinden soyutlanmasına ve sosyal çevreleri dışında bir destek aracı olarak hobilere ya da spor faaliyetlerine yönelmesine neden olmaktadır. Bir hobi ile uğraşmak, spor faaliyetlerine odaklanmak, iş hayatının stresli atmosferini hafifletmek için evcil hayvan sahibi olmak ya da yalnızlık için destek aramak bireyler için önemli hale gelmiştir (Kaya ve Bektaş, 2019). Evcil hayvan sahipliği, azalan depresyon, yalnızlık ve kaygının yanı sıra artan yaşam kalitesi, fiziksel aktivite ve sosyal bağlantılar ile ilişkilidir (Lass-Henneman vd., 2022). Evcil hayvanlar, iyi olma duygularını artırabilir, daha aktif yaşam tarzlarını teşvik edebilir ve sosyal destek ağlarının

oluşturulmasında rol oynayabilir (Varela vd., 2022). Evcil hayvanların ailelerin önemli bir parçası haline gelmelerinin sebepleri arasında, arkadaşlık, eğlence ve koruma gibi birçok neden yer almaktadır (Chan ve Riko, 2019). Evcil hayvanlar arkadaşlık, destek ve eğlence sağlayarak insanların yaşamlarında çok büyük roller oynayabilir. Hayvanlarla etkileşimin davranış, tutum, sorumluluk ve sosyal destek açısından insan bilincini güçlendirdiği belirtilmektedir (Chakma vd., 2021). Ailenin değerli üyeleri olarak kabul edilen evcil hayvanların, ailelerini yaşamları boyunca etkiledikleri bilinmektedir. Ayrıca, deneysel araştırmalar, insan-hayvan etkileşiminden insanın fiziksel sağlığına fayda sağladığına dair kanıtlar sunmaktadır (Rathish vd., 2022). Amerika Birleşik Devletleri'nde evcil hayvanlarla birlikte yaşamın yaygınlığı artmaktadır. Amerika Birleşik Devletleri'deki insanların yaklaşık %60'ının bir evcil hayvanla yaşadığı tahmin edilmekte ve bunların çoğu evcil hayvanlarını ailenin değerli üyesi olarak görmektedir (Applebaum vd., 2021). İnsan ve hayvan araştırmalarına, işteki potansiyel artışına, altta yatan fizyolojik mekanizmalara dayanarak, oksitosinin sosyal davranışları farklı şekillerde modüle ettiği öne sürülmüştür. Oksitosin, sosyal etkileşimler sırasında dopaminerjik sistemle etkileşime girerek, bireyin içsel sosyal motivasyonunu artırır (Pedretti vd., 2021). İnsan-hayvan bağı, insan sağlığı ve refahını olumlu yönde etkileyen, insanlar ve hayvanlar arasında karşılıklı yararlı ve dinamik bir ilişki olarak tanımlanabilir (Dincer vd., 2022). İnsandan insana ve insan-hayvan etkileşimleri arasındaki bariz farklara bakılmaksızın, evcil hayvanlar da fiziksel ve zihinsel sağlık değişkenleriyle ilişkili olduğu gösterilen bir tür sosyal destek sağlayabilir (Kretzler vd., 2022). Ek olarak, olumlu zihinsel sağlık faydalarını birleştiren sağlıklı davranışları ve fiziksel aktiviteyi motive eder (QuanTan vd., 2021). Evcil hayvan sahibinin, evcil hayvanlarını ailelerinin önemli bir üyesi olarak tanımlamaları ve evcil hayvanlarının rahatlık, dostluk ve stresle başa çıkmada yardımcı olduklarını bildirmeleri dikkat çekicidir (Defelipe vd., 2020). Bununla birlikte evcil hayvan sahibi olmanın özellikle sağlık çalışanları arasında gelişmiş stres toleransı ve şefkatine katkıda bulunduğu gösterilmiştir (Marchand ve Sakaeda, 2022). Evcil hayvan terapi programları, büyük sağlık sistemleri arasında daha yaygın hale gelmektedir. Evcil hayvan sahiplenme, hastalar arasında hem stresi azaltmak hem de yorgunlukla başa çıkmak amacıyla kullanılmıştır; ancak sağlık personeli arasındaki potansiyel faydaları ile ilgili araştırma sınırlıdır. Bu araştırmanın hemşirelik alanında ihtiyaçların belirlenmesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Bu araştırmanın temel amacı evcil hayvan sahibi olan ve evcil hayvan sahibi olmayan hemşirelerin iş stresi düzeylerini karşılaştırmaktır. Araştırma sorusu olarak;

1. Evcil hayvan sahibi olan hemşirelerin iş stres düzeyi nedir?
2. Evcil hayvan sahibi olmayan hemşirelerin iş stres düzeyi nedir?
3. Evcil hayvan sahibi olan hemşireler ile evcil hayvan sahibi olmayan hemşirelerin iş stres düzeyleri arasında farkı var mıdır? belirlenmiştir.

YÖNTEM

Araştırmanın Amacı

Araştırma kesitsel ve tanımlayıcı olup, evcil hayvan sahibi olan ve olmayan hemşireler arasındaki iş stresi düzeylerinin karşılaştırılması amacıyla gerçekleştirildi.

Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman

Araştırma 15 Ocak-15 Şubat 2023 tarihleri arasında bir devlet hastanesinde gerçekleştirildi.

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini bir devlet hastanesinde çalışan klinik hemşireleri oluşturdu. Araştırmanın örneklemini ise belirtilen tarihlerde evcil hayvan sahibi olan ve olmayan araştırmaya katılmayı kabul eden, 161 evcil hayvanı olan ve 161 evcil

hayvanı olmayan toplam 322 hemşire oluşturdu. Araştırmada veriler toplandıktan sonra “G.Power-3.1.9.7” programı kullanılarak post-hoc güç analizi yapılmış ve araştırmannın istatistiksel gücü 0,05 hata payı ile hesaplandı. Araştırmada evcil hayvanı sahibi olan ve olmayan hemşirelerin iş stresi düzeylerinin gruplar arasında belirleyici olup olmadığını belirlemek için bağımsız gruplarda t testi kullanıldı. Buna göre araştırmannın etki büyüklüğü 0,5; alfa değeri 0,05 ve güç 0,99 olarak hesaplandı (Cohen, 2013).

Araştırmaya dahil edilme kriteri; en az bir yıldır evcil hayvan bakıyor olmak olarak belirlendi.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından literatüre dayalı olarak (Gülen ve Zayrak, 2023; Güngörmüş, 2021) geliştirilen kişisel bilgi formu katılımcıların tanımlayıcı özelliklerini belirlemeye yönelik olarak oluşturulmuştur. Kişisel Bilgi Formu; yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, kronik rahatsızlığın olup olmadığı, çocuk sahibi olma durumu, meslekte çalışma süresi gibi soruların olduğu toplam 13 sorudan oluşmaktadır.

A İş Stresi -20 Ölçeği

Ölçek Arkun Tatar (2020) tarafından iş stresinin ölçülmesine yönelik olarak geliştirilmiştir. Araştırmacıdan ölçek izni e-posta yoluyla alındı. A İş Stresi -20 Ölçeği, ölçekte iş ve çalışma ortamı ile ilgili 20 sorudan oluşan bazı ifadeler verilmiştir. Bu ifadeler, 1 (hiç uygun değil) ile 5 (tamamen uygun) arasında değişen 5'li Likert ölçeğinde derecelendirilmiştir. Ters yönlü madde yoktur, puan aralığı 20-100'dür. Yeni geliştirilen ölçeğin toplam varyansın %38,07'sini tek faktörle açıkladığı ve doğrulayıcı faktör analizinin modelde iyi uyum sergilediğini göstermektedir. Ölçeğin tamamının iç tutarlılık güvenilirliği için Cronbach Alfa katsayısı ikinci ve üçüncü uygulamada 0,91 olarak hesaplanmıştır. Üçüncü uygulamada iki hafta arayla yapılan test-tekrar test uygulamaları arasındaki korelasyon katsayısı 0,88 olarak tespit edilmiştir. Yeni geliştirilen İş Stresi Ölçeği ile diğer ölçekler arasında elde edilen korelasyonlar, -0,40 ile 0,65 aralığında değişmektedir. Sonuçlar, A İş Stresi Ölçeği-20'nin temel test gerekliliklerini karşıladığını göstermektedir. Bununla birlikte, daha fazla geçerlilik araştırması yapılması gerekebilir (Tatar, 2020). Bu çalışma için Cronbach Alfa değerinin 0,93 olduğu saptandı.

Verilerin Toplanması

Bu araştırmada, hemşirelerin araştırmaya katılım kararları, araştırmacılar tarafından araştırmannın amacının açıklanmasını takiben sözlü ve yazılı olarak onaylandı. Katılımcılar, araştırmaya katılmayı kabul ettikleri takdirde, online anket formlarını doldurmuşlardır. Veri toplama araçlarının uygulanması yaklaşık olarak 15-20 dk. kadar sürdü. Veri toplama aracı Google Forms'a aktarıldı ve araştırmannın verileri, Google formlardan oluşturulan online anket hemşirelere WhatsApp üzerinden ulaştırıldı.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde standart sapma, aritmetik ortalama, basıklık ve çarpıklık katsayıları, evcil hayvan sahibi olma durumlarına göre ölçek puan ortalamaları ile grupların karşılaştırılmasında Bağımsız örneklem t test ve çoklu gruplar arasındaki ölçek puanlarının karşılaştırmak amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanıldı. Evcil hayvan sahibi olma durumlarına göre ölçek puan ortalamaları ile diğer demografik özellikler dikkate alındığında aynı anda etkilerinin incelenmesi amacıyla İki Yönlü ANOVA testi kullanıldı. Post Hoc analizler için Bonferroni testleri kullanıldı. Bu araştırmada grupların normal dağılım gösterip göstermediği belirlendi. Normallik testi için Skewness ve Kurtosis

değerlerine bakıldı. Verilerin normal dağılıma uygunluk gösterdiğini anlamak için bakılan Skewness ve Kurtosis değerinin ± 1 aralığında olması gerekmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Skewness ve Kurtosis değerlerinin A İş Stresi-20 Ölçeği için 0,184/-0,246 arasında olduğu saptandı. Ölçekten elde edilen Skewness ve Kurtosis değerleri ± 1 aralığında olduğu için ölçeğin normal dağılım gösterdiğine karar verildi.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmanın yürütülmesi için bir devlet üniversitesinin Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan 03.01.2023-77321 tarih ve sayı ile ve araştırmanın yürütüleceği bir devlet hastanesinden gerekli yazılı izinler alındı. Veri toplama işlemi öncesinde, klinikte çalışan hemşirelerden araştırmanın amacı ve elde edilen sonuçların kullanım amacı hakkında açıklayıcı bilgiler verilerek yazılı onamları alındı (Bu bilgilendirilmiş onam ilkesine uygun olarak yapıldı). Araştırmaya katılan hemşirelere, araştırmaya katılma konusunda özgür oldukları belirtilerek, "Özerkliğe Saygı" ilkesine bağlı kalındı. Ayrıca, katılan hemşirelere bilgilerinin gizli tutulacağı güvencesi verilerek "Gizlilik ve Mahremiyetin Korunması" ilkesi gözetildi. Araştırmada bireysel hakların korunmasını sağlamak amacıyla araştırma süresince Helsinki İnsan Hakları Bildirgesi ilkelerine bağlı kalındı.

BULGULAR

Tablo 1'de hemşirelerin evcil hayvan sahibi olma durumlarına göre tanıtıcı özelliklerinin dağılımları görülmektedir. Evcil hayvan sahibi hemşirelerin %61,5'i 25-30 yaş grubunda, %64,6'sı kadın, %50,3'ü bekâr, %77,6'sı lisans mezunu, %70,8'inin kronik hastalığı bulunmamakta ve %62,7'sinin çocuk sahibi olmadığı belirlendi. Evcil hayvan sahibi olmayan hemşirelerin %62,7'si 25-30 yaş grubunda, %62,7'si kadın, %54,7'si bekâr, %68,3'ü lisans mezunu, %81,4'ünün kronik hastalığı bulunmamakta ve %72,7'sinin çocuk sahibi olmadığı saptandı. Gruplar eğitim ve kronik hastalık durumu hariç diğer değişkenler açısından benzerdi. Ayrıca evcil hayvan bakan hemşirelerin %70,8'inin kedi baktığı ve %46,6'sının 3-5 yıldır evcil hayvan baktığı saptandı (Tablo 1).

Tablo 1. Hemşirelerin Evcil Hayvan Sahibi Olma Durumlarına Göre Tanıtıcı Özelliklerinin Dağılımlarının Karşılaştırılması

Tanımlayıcı Özellikler	Evcil Hayvanı Olan (n=161)		Evcil Hayvanı Olmayan (n=161)		Test ve p
	n	%	n	%	
Yaş Grubu					
18-24 yaş	28	17,4	30	18,6	$X^2=0,339^{**}$ p=0,844
25-30 yaş	99	61,5	101	62,7	
31 ve üzeri	34	21,1	30	18,6	
Cinsiyetiniz					
Erkek	57	35,4	60	37,3	$X^2=0,121^*$ p=0,817
Kadın	104	64,6	101	62,7	
Medeni Durum					
Bekar	81	50,3	88	54,7	$X^2=0,610^*$ p=0,503
Evli	80	49,7	73	45,3	
Eğitim					
Lise	10	6,2	15	9,3	$X^2=9,428^{**}$ p=0,024
Ön lisans	7	4,3	21	13,0	
Lisans	125	77,6	110	68,3	
Yüksek Lisans/Doktora	19	11,8	15	9,3	
Kronik Hastalık					
Var	47	29,2	30	18,6	$X^2=4,933^*$ p=0,036
Yok	114	70,8	131	81,4	
Çocuk Sahibi Olma Durumu					
Evet	60	37,3	44	27,3	$X^2=3,636^*$ p=0,074
Hayır	101	62,7	117	72,7	

Tablo 1. Hemşirelerin Evcil Hayvan Sahibi Olma Durumlarına Göre Tanıtıcı Özelliklerinin Dağılımlarının Karşılaştırılması (Devamı)

Bakılan Evcil hayvan Türü				
Kedi	114	70,8	0	0,0
Köpek	26	16,1	0	0,0
Kuş	16	9,9	0	0,0
Balık	4	2,5	0	0,0
Diğer	1	0,6	0	0,0
Evcil Hayvan Bakma Süresi				
0-2 yıl	73	45,3	0	0,0
3-5 yıl,	75	46,6	0	0,0
6 yıl ve üzeri	13	8,1	0	0,0

*Fisher's Exact Test **Pearson Chi-Square Test

Tablo 2'de hemşirelerin evcil hayvan sahibi olma durumlarına göre çalışma hayatına ilişkin özelliklerinin dağılımları görülmektedir. Evcil hayvan sahibi hemşirelerin %52,8'inin 1-4 yıldır çalıştığı, %47,8'inin 3-5 yıldır aynı kurumda ve %68,9'unun dahili servislerde çalıştığı saptandı. Ayrıca hemşirelerin %86,3'ünün klinik hemşiresi, %64'ünün vardiyalı, %48,4'ünün 41-50 saat arasında çalıştığı ve %29,2'sinin beş yatak ve altında hastaya baktığı belirlendi. Evcil hayvan sahibi olmayan hemşirelerin %60,3'ünün 1-4 yıldır çalıştığı, %49,7'sinin 3-5 yıldır aynı kurumda ve %60,2'sinin dahili servislerde çalıştığı saptandı. Ayrıca hemşirelerin %87'sinin klinik hemşiresi, %75,8'inin vardiyalı, %48,4'ünün 41-50 saat arasında çalıştığı ve %29,2'sinin on altı yatak ve üzerinde hastaya baktığı belirlendi. Gruplar çalışma şekli hariç diğer değişkenler açısından benzerdir (Tablo 2).

Tablo 2. Hemşirelerin Evcil Hayvan Sahibi Olma Durumlarına Göre Çalışma Hayatına İlişkin Özelliklerinin Dağılımlarının Karşılaştırılması

Özellikler	Evcil Hayvanı Olan (n=161)		Evcil Hayvanı Olmayan (n=161)		Test ve p
	n	%	n	%	
Meslekte Çalışma Yılı					
1-4 yıl	85	52,8	97	60,3	X ² =1,924** p=0,382
5-8 yıl	53	32,9	43	26,7	
9 yıl ve üzeri	23	14,3	21	13,0	
Kurumda çalışma Yılı					
0-2 yıl	64	39,8	62	38,5	X ² =0,115** p=0,944
3-5 yıl	77	47,8	80	49,7	
6 yıl ve üzeri	20	12,4	19	11,8	
Çalışılan Servis					
Yoğun Bakımlar	31	19,3	35	21,7	X ² =3,268** p=0,195
Dahili Servisler	111	68,9	97	60,2	
Cerrahi Servisler	19	11,8	29	18,1	
Çalışma Pozisyonu					
Sorumlu Hemşire	16	9,9	9	5,6	X ² =3,964** p=0,138
Klinik hemşiresi	139	86,3	140	87,0	
Diğer	6	3,7	12	7,5	
Çalışma Şekli					
Vardiyalı	103	64,0	122	75,8	X ² =7,098** p=0,029
Sürekli gündüz	46	28,6	35	21,7	
Sürekli gece	12	7,4	4	2,5	
Haftalık Çalışma Saati					
40 saat ve altı	75	46,6	71	44,1	X ² =0,910** p=0,635
41-50 saat arası	78	48,4	78	48,4	
51 saat ve üzeri	8	5,0	12	7,5	

Tablo 2. Hemşirelerin Evcil Hayvan Sahibi Olma Durumlarına Göre Çalışma Hayatına İlişkin Özelliklerinin Dağılımlarının Karşılaştırılması (Devamı)

Bakılan Hasta Sayısı					
5 yatak ve altı	47	29,2	37	23,0	
6-10 yatak arası	35	21,7	41	25,5	$\chi^2=1,805^{**}$
11-15 yatak arası	33	20,5	36	22,4	$p=0,614$
16 yatak ve üzeri	46	28,6	47	29,2	

**Pearson Chi-Square Testi

Araştırmaya katılan hemşirelerin evcil hayvan sahibi olma durumlarına göre A İş Stresi-20 Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması Tablo 3'te verildi. Evcil hayvan sahibi olan hemşirelerin A İş Stresi-20 Ölçeği puan ortalaması $63,07\pm 15,11$, evcil hayvan sahibi olmayan hemşirelerin ise $58,91\pm 16,07$ olduğu ve gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptandı ($p<0,05$) (Tablo 3).

Tablo 3. Evcil Hayvan Sahibi Olan ve Olmayan Hemşirelerin A İş Stresi-20 Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

A İş Stresi-20 Ölçeği	Evcil Hayvanı Olan (n=161)			Evcil Hayvanı Olmayan (n=161)			Test* ve p
	X±SS	Min-Max	Cronbach Alfa	X±SS	Min-Max	Cronbach Alfa	
	63,07±15,11	23-100	0,93	58,91±16,07	21-100	0,93	t=2,394 p=0,017

*Independent t-test

Evcil hayvan sahibi olan ve olmayan hemşirelerin tanıtıcı özelliklerine göre A İş Stresi-20 Ölçeği puan ortalamalarının karşılaştırılması Tablo 4'te verildi. Evcil hayvan sahibi olan hemşirelerin A İş Stresi -20 Ölçeği toplam puan ortalamasının yaş grubu, medeni durum, eğitim, kronik hastalık ve çocuk sahibi olma açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadı ($p>0,05$). Evcil hayvan sahibi olan erkek hemşirelerin A İş Stresi-20 Ölçeği puan ortalamasının kadınlara göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulundu ($p<0,05$). Evcil hayvan sahibi olmayan hemşirelerin A İş Stresi-20 Ölçeği toplam puan ortalamasının medeni durum, eğitim, kronik hastalık ve çocuk sahibi olma durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadı ($p>0,05$). Evcil hayvan sahibi olmayan 25-30 yaş grubunda ve erkek hemşirelerin A İş Stresi-20 Ölçeği puan ortalamasının istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptandı ($p<0,05$). Gruplar arası karşılaştırmada A İş Stresi-20 Ölçeği bakımından yapılan karşılaştırma sonucunda evcil hayvanı olma durumuna göre yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim, kronik hastalık ve çocuk sahibi olma durumunun anlamlı olmadığı görüldü ($p>0,05$).

Tablo 4. Evcil Hayvan Sahibi Olan ve Olmayan Hemşirelerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre A İş Stresi-20 Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Tanımlayıcı Özellikler	Evcil Hayvanı Olan (n=161)		Evcil Hayvanı Olmayan (n=161)		Gruplararası Karşılaştırma
	X±SS	Test ve p	Test ve p	Test ve p	
Yaş Grubu					
18-24 yaş ¹	67,17±14,55	F=1,914 $p=0,151$	57,06±17,09	F=5,074**	F=2,411*** $p=0,091$
25-30 yaş ²	63,08±14,33		61,65±15,47	p=0,007	
31 ve üzeri ³	59,67±17,23		51,53±14,85	2>3	
Cinsiyetiniz					
Erkek	66,38±14,74	t=2,080	62,56±16,57	t=2,251*	F=0,038***
Kadın	61,25±15,06	p=0,039	56,74±15,44	p=0,026	p=0,845
Medeni Durum					
Bekar	62,37±14,57	t=0,594	58,48±15,97	t=0,367*	F=0,019***
Evli	63,78±15,69	p=0,554	59,42±16,28	p=0,714	p=0,891

Tablo 4. Evcil Hayvan Sahibi Olan ve Olmayan Hemşirelerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre A İş Stresi-20 Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (Devamı)

Eğitim					
Lise	62,50±12,19		62,80±14,56		
Ön lisans	64,28±16,06	F=0,066	59,66±15,03	F=0,453**	F=0,199***
Lisans	63,24±15,23	p=0,978	58,60±16,61	p=0,716	p=0,897
Yüksek Lisans/Doktora	61,84±16,35		56,26±15,59		
Kronik Hastalık					
Var	65,38±15,82	t=1,247	59,40±15,17	t=0,183*	F=0,409***
Yok	62,12±14,77	p=0,214	58,80±16,32	p=0,855	p=0,523
Çocuk Sahibi Olma Durumu					
Evet	64,23±15,51	t=0,749	56,68±17,42	t=1,081*	F=1,717***
Hayır	62,38±14,89	p=0,455	59,75±15,53	p=0,281	p=0,191

*Independent t-test, **Tek yönlü ANOVA, ***İki yönlü ANOVA

Evcil hayvan sahibi olan ve olmayan hemşirelerin çalışma özelliklerine göre A İş Stresi-20 Ölçeği puan ortalamalarının karşılaştırılması Tablo 5'te verildi. Evcil hayvan sahibi olan hemşirelerin A İş Stresi-20 Ölçeği toplam puan ortalamasının çalışılan servis, çalışma pozisyonu ve haftalık çalışma saati ve bakılan hasta sayısı açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadı ($p>0,05$). Evcil hayvan sahibi olan hemşirelerden, 1-4 yıldır meslekte olan, 0-2 yıldır aynı kurumda ve vardiyalı çalışan hemşirelerin A İş Stresi-20 Ölçeği puan ortalamasının istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptandı ($p<0,05$). Evcil hayvan sahibi olmayan hemşireler arasında, A İş Stresi-20 Ölçeği toplam puan ortalamaları ile meslek yılı, kurumda çalışma yılı, çalışılan servis, çalışma pozisyonu, çalışma şekli ve haftalık çalışma saatleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmedi ($p>0,05$). Evcil hayvan sahibi olmayan hemşirelerden, 11-15 yatak arası hasta bakanların A İş Stresi-20 Ölçeği puan ortalamasının istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu saptandı ($p<0,05$). Yapılan ileri analizde farkın belirli bir gruba atfedildiğini ortaya çıkardı. Gruplar arası karşılaştırmada A İş Stresi-20 Ölçeği bakımından yapılan karşılaştırma sonucunda evcil hayvanı olma durumuna göre meslekte çalışma yılı, kurumda çalışma yılı, çalışılan servis, çalışma pozisyonu, çalışma şekli, haftalık çalışma saati etkileşiminin anlamlı olmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Evcil hayvanı olma durumları ve bakılan hasta sayısı açısından A İş Stresi-20 Ölçeği puanları incelendiğinde evcil hayvanı olma ve bakılan hasta sayısı etkileşiminin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(3,314)=3,075$; $p=0,028$; $\eta^2=0,028$).

Tablo 5. Evcil Hayvan Sahibi Olan ve Olmayan Hemşirelerin Çalışma Hayatına İlişkin A İş Stresi-20 Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

	Evcil Hayvanı Olan (n=161)		Evcil Hayvanı Olmayan (n=161)		Gruplararası Karşılaştırma
	X±SS	Test ve p	Test ve p	Test ve p	Test ve p
Meslekte Çalışma Yılı					
1-4 yıl ¹	65,95±14,53	F=9,059	58,43±16,55	F=2,414*	F=2,571**
5-8 yıl ²	63,45±13,74	p=0,000	62,62±13,00	p=0,093	p=0,078
9 yıl ve üzeri ³	51,56±15,39	3<1,2	53,52±18,29		
Kurumda çalışma Yılı					
0-2 yıl ¹	65,71±14,77	F=4,295	56,67±16,64	F=1,452*	F=2,868**
3-5 yıl ²	63,07±14,36	p=0,015	61,07±15,24	p=0,237	p=0,058
6 yıl ve üzeri ³	54,60±16,55	3<1	57,10±17,21		
Çalışılan Servis					
Yoğun Bakımlar	61,38±17,22	F=1,390	59,57±15,33	F=2,270*	F=0,195**
Dahili Servisler	64,30±13,20	p=0,252	60,37±15,70	p=0,107	p=0,823
Cerrahi Servisler	58,63±20,83		53,24±17,44		
Çalışma Pozisyonu					
Sorumlu Hemşire	59,18±14,97	F=1,264	61,33±12,49	F=1,816*	F=0,496**
Klinik hemşiresi	63,80±14,55	p=0,285	59,47±16,03	p=0,166	p=0,609
Diğer	56,50±25,97		50,58±17,62		

Tablo 5. Evcil Hayvan Sahibi Olan ve Olmayan Hemşirelerin Çalışma Hayatına İlişkin A İş Stresi-20 Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (Devamı)

Çalışma Şekli					
Vardiyalı ¹	64,85±14,93	F=4,472	60,85±15,84	F=4,069*	F=0,265**
Sürekli gündüz ²	57,73±15,50	p=0,013	52,22±16,02	p=0,019	p=0,767
Sürekli gece ³	68,25±9,54	1>2	58,25±8,42	1>2	
Haftalık Çalışma Saati					
40 saat ve altı	60,54±15,85	F=1,991	57,29±15,87	F=1,335*	F=0,426**
41-50 saat arası	65,24±13,97	p=0,140	59,41±15,86	p=0,266	p=0,653
51 saat ve üzeri	65,62±16,82		65,25±18,13		
Bakılan Hasta Sayısı					
5 yatak ve altı ¹	64,74±16,04	F=0,720	56,72±15,06	F=4,778*	F=3,075**
6-10 yatak arası ²	63,97±13,19	p=0,541	53,60±15,45	p=0,003	p=0,028
11-15 yatak arası ³	63,48±16,14		66,58±16,05	3>1,2	
16 yatak ve üzeri ⁴	60,39±14,85		59,38±15,55		

*Tek yönlü ANOVA, **İki yönlü ANOVA

TARTIŞMA

Yapılan araştırmada, eğitim durumu yükseldikçe kişinin evcil hayvan bakma durumunun arttığı bulundu. Aragunde-Kohl ve arkadaşlarının (2020) yaptığı araştırmada evcil hayvan bakmanın eğitim üzerindeki olumlu etkisini desteklediği, bireyin eğitim seviyesi arttıkça evcil hayvanla etkileşime girerek duyguları uyandırma olasılıklarının arttığı belirlendi. Nugent ve arkadaşları (2022) yaptıkları araştırmada eğitim seviyesi ile evcil hayvan sahibi olma arasındaki ilişkinin anlamlı olmadığını bulmuşlardır. Hemşirenin eğitim düzeyi arttıkça, evcil hayvan sahibi olma düzeyinin arttığı görülmektedir. Eğitim düzeyi yükseldikçe, bireyler genellikle stresle başa çıkma becerilerini geliştirme eğilimindedirler. Erşan ve arkadaşları (2013) yaptıkları araştırmada lisans üstü mezunu olanların iş stresi puanının daha düşük eğitim düzeylerine göre anlamlı derecede düşük olduğunu bildirmişlerdir (Erşan vd., 2013). Evcil hayvanlar, sahiplerine duygusal destek sağlayabilir ve bu da stresle başa çıkmada etkili olabilir. Yüksek eğitim düzeyine sahip hemşireler, evcil hayvanlarıyla olan bağlantılarını daha bilinçli bir şekilde kullanabilirler.

Yapılan araştırmada evcil hayvanı olan erkek hemşirelerin stres puan ortalamasının kadın hemşirelere kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğu bulundu. Holland ve arkadaşlarının (2019) yaptığı araştırmada kadınların erkeklere kıyasla evcil hayvan edinme yöntemi olarak evlat edinmeyi/kurtarmayı daha fazla tercih ettikleri ve kadınların (%40), erkeklerden (%32) önemli ölçüde daha yüksek bir tercih oranına sahip oldukları bulunmuştur. Reniers ve arkadaşlarının (2022) yaptığı araştırmada evcil hayvan sahiplerinin çoğunlukla kadınlar olabileceğine dair kanıtlar vardır. Aragunde-Kohl ve arkadaşlarının (2020) yaptığı araştırmada cinsiyetin sosyo-demografik değişkeninin, yalnızca bir kadının bir evcil hayvanla etkileşimi nedeniyle bir erkeğe kıyasla daha çok mutluluk geliştirme şansına sahip olduğu bulundu. Defelipe ve arkadaşlarının (2020) yaptığı araştırmada evcil hayvan sahipliği ile ilgili cinsiyet farkı nispeten küçük olsa da kadınların evcil hayvan sahibi olma ihtimalinin erkeklerden daha yüksek olduğu bulundu. Yapılan araştırmada evcil hayvan sahibi erkek hemşirelerin stres puan ortalaması, kadın hemşirelere oranla anlamlı derecede daha yüksek olduğu saptandı. Bunun nedeni, toplumsal cinsiyet rolleri ve beklentileri nedeniyle erkek hemşirelerin duygusal zorlukları paylaşma ve destek arama konusundaki engellerle karşılaşmalarından kaynaklanıyor olabilir. Evcil hayvanlar genellikle duygusal destek sağlar, ancak erkek hemşireler bu destekten tam anlamıyla faydalanmakta zorlanıyor olabilirler.

Yapılan araştırmada, evcil hayvan sahibi olma açısından kronik bir hastalığı olan hemşirelerin kronik hastalığı olmayan hemşirelere göre daha fazla olduğu bulundu. Tanaka ve arkadaşlarının (2019) yaptığı araştırmada evcil hayvan sahibi olan sağlık çalışanlarının evcil hayvan sahibi olmayan sağlık çalışanlarına kıyasla kronik hastalığa sahip olma

açısından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Välimäki ve arkadaşlarının (2022) yaptığı araştırmada evcil hayvan sahipleri arasında hastalık ilerlemesinin daha yavaş olduğu ve evcil hayvanı olan bireylerin, evcil hayvan sahibi olmayanlara göre daha az kronik hastalıklara sahip olduğu bulunmuştur. Surma ve arkadaşlarının (2022) yaptığı araştırmada evcil hayvan sahiplerinin kronik hastalıklar açısından olumlu bir etkisi olduğu bulunmuştur. Yapılan araştırmada, evcil hayvan sahibi olma açısından kronik bir hastalığı olan hemşirelerin kronik hastalığı olmayan hemşirelere göre daha fazla olduğu bulundu. Bunun nedeni, hemşirelerin kronik hastalığa sahip olması durumunda, hastalıktan kaynaklı olarak daha fazla stres yaşaması olabilir. Kronik hastalığa sahip olan hemşirelerin, evcil hayvan sahipliği aracılığıyla stresle başa çıkma konusunda daha motive olabilirler. Evcil hayvanlar, sahiplerine destek sağlayabilir ve kronik hastalığı olan hemşirelerin yaşadığı stresi azaltabilir.

Yapılan araştırmada sürekli gece ya da sürekli gündüz çalışan hemşireler; vardiyalı çalışan hemşirelere oranla daha fazla evcil hayvan sahibi olmaktadır. Kadoviç ve arkadaşlarının (2022) yaptığı araştırmada sürekli gece ya da sürekli gündüz çalışan hemşirelerin evcil hayvan sahibi olma açısından vardiyalı çalışan hemşirelere oranla aralarında anlamlı bir ilişki vardır. Lass-Hennemann ve arkadaşlarının (2020) yaptığı araştırmada vardiyalı çalışma sıklıklarına göre, aynı zamanda gece vardiyasında veya yedek nöbette çalışanların oranına bakıldığında, herhangi bir istatistiksel farklılık tespit edilmemiştir. Araştırmada, sürekli gece ya da sürekli gündüz çalışan hemşirelerin, vardiyalı çalışan hemşirelere kıyasla daha fazla evcil hayvan sahiplendiği bulundu. Bunun nedeni, vardiyalı çalışan hemşirelerin çalışma saatlerinin, sürekli gece veya gündüz çalışan hemşirelere göre değişken bir düzene sahip olması olabilir. Bu durum, evcil hayvan bakımını daha zorlu hale getirebilir.

Yapılan araştırmada evcil hayvan sahibi olan hemşireler ile evcil hayvan sahibi olmayan hemşireler arasında iş stresi açısından anlamlı bir bulgu saptandı. Rathish ve arkadaşlarının (2022) Sri Lanka'nın Anuradhapura bölgesindeki köpek sahipleriyle yaptığı araştırmada evcil hayvanlarla etkileşime girmekten stres azaltma ve zihinsel tatmin yaşadıkları bulunmuştur. Kaya ve arkadaşlarının (2019) yaptığı araştırmada evcil hayvan sahibi olmanın, çalışan bireylerin iş hayatını pozitif yönde etkileyebileceği görülmektedir. Chakma ve arkadaşlarının (2021) yaptığı araştırmada evcil hayvan sahiplerinin, evcil hayvanı olmayan kişilere kıyasla depresyona girme olasılıklarının daha düşük olduğunu ortaya koymaktadır. Schneider-Matyka ve arkadaşlarının (2023) yaptığı araştırmada yaşanan stres düzeyindeki artışla birlikte, hemşirelik bakımının paylaşılması riski artarken, daha düşük stres düzeyi, bakım kalitesi ve iş doyumunun daha yüksek değerlendirilmesi ile ilişkilidir. Yapılan araştırmada evcil hayvan sahibi olan hemşireler ile evcil hayvan sahibi olmayan hemşireler arasında iş stresi arasında anlamlı bir bulgu saptandı. Bunun nedeni, evcil hayvan sahibi olan hemşireler, hayvanlarıyla birlikte vakit geçirerek daha fazla sosyal destek elde edebilirler. Bu durumun, stres ile başa çıkma konusunda önemli bir psikolojik dayanıklılık sağlayabileceği düşünülmektedir. Evcil hayvan sahibi olmak, düzenli bir yaşam tarzını teşvik edebilir. Hemşireler, evcil hayvanlarının ihtiyaçlarını karşılamak için belirli bir düzen içinde hareket edebilmektedirler. Bu durum bireylerin yaşam tarzlarına daha az stres faktörü dahil etmelerine yardımcı olabilir. Evcil hayvan sahipleri, hayvanlarıyla birlikte yürümek veya oynamak gibi düzenli egzersiz yapma eğilimindedirler. Bu fiziksel aktivitenin, stresle mücadelede etkili bir yol olduğu düşünülmektedir. Evcil hayvan sahibi olan hemşireler, evcil hayvanları sayesinde daha az yalnızlık hissedebilirler. Bu durumun, stresin azalmasına yardımcı olarak bireylerin psikolojik iyilik hallerini artırabileceği düşünülmektedir.

Sınırlılıklar

Bu araştırma, literatürde sınırlı araştırılmış bir konu olduğundan evcil hayvan sahibi olan ve olmayan hemşirelerin iş stresi düzeylerinin karşılaştırılmasına genel bir bakış sunmaktadır. Bulgular hemşirelerin beyanları ile sınırlı olup genellenemez. Örneklem, gönüllü başvuranlarla sınırlandırıldı. Ayrıca, toplumsal ve kültürel faktörler sonuçları etkilemiş olabilir.

SONUÇ

Evcil hayvanlar insan sağlığını olumlu yönde etkileyerek, tıp ve sağlık bakım sistemlerinde önemli bir rol oynayabilir ve ayrıca çeşitli sorunların üstesinden gelmede faydalı olabilir. Yapılan araştırma sonucunda evcil hayvan sahiplenmenin hemşirelerde stresle baş etmek için etkili bir yol olabileceği belirlendi. İnsan-hayvan destekli terapiler etkileşim açısından evcil hayvan sahiplenmenin hemşirelerdeki stresi azaltma konusunda önemli olduğü görünüyor ve gelecekteki araştırmalar bunun olası sonuçlarına odaklanmalıdır. Genel olarak, evcil hayvanlara sahip olmak olumlu sağlık yararları ile ilişkili olmakla birlikte iş hayatında yaşadığımız stresli atmosferden bizi koruduğu düşünölmektedir. Bu araştırma ile konuyla ilgili yapılacak araştırmalara temel oluşturabilir, iş stresinin çalışanların performansı ve sağlığı üzerindeki etkilerini daha iyi anlayabilir ve bunları yönetmek için daha etkili stratejiler geliştirilebilir.

Araştırmanın Etik Yönü/Ethics Committee Approval: Araştırmanın yürütölmesi için bir devlet üniversitesinin Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan 03.01.2023-77321 tarih ve sayı ile ve araştırmanın yürütöleceği bir devlet hastanesinden gerekli yazılı izinler alınmıştır.

Hakem/Peer-review: Dış hakem bağımsız.

Yazar Katkısı/Author Contributions: Fikir ve tasarım: CÖ; Veri toplama: CÖ, AK; Veri analizi ve yorumlama: CÖ, AK; Makale yazımı: CÖ, AK; Eleřtirel inceleme: CÖ, AK.

Çıkar Çatışması/Conflict of Interest: Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan etmişlerdir.

Finansal Destek/Financial Disclosure: Yazarlar çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmişlerdir.

Bu çalışma 2. Uluslararası Avrasya Sağlık Bilimleri Kongresinde (Online / 15-16 Haziran 2023- Trabzon) Sözel Bildiri olarak sunulmuştur.

KAYNAKLAR

Applebaum J, MacLean E, McDonald S. (2021). Love, fear, and the human-animal bond: On adversity and multispecies relationships. *Compr Psychoneuroendocrinol*, 7, 100071. doi:10.1016/j.cpnec.2021.100071

Aragunde-Kohl U, Gómez-Galán J, Lázaro-Pérez C, Martínez-López JÁ. (2020). Interaction and emotional connection with pets: A descriptive analysis from Puerto Rico. *Animals: An Open Access Journal From MDPI*, 10(11), 2136. doi:10.3390/ani10112136

Bota E, Gwin T, Purpora C. (2015). The effectiveness of mindfulness based programs in reducing stress experienced by nurses in adult hospital settings: a systematic review of quantitative evidence protocol. *JBI Database System Rev Implement Rep*, 13(10), 21-9. doi:10.11124/jbisir-2015-2380

Castro J, Zaragoza F, Rovira T, Edo S, Puchol Á, del-Río B, et al. (2017). How does emotional exhaustion influence work stress? Relationships between stressor appraisals, hedonic tone, and fatigue in nurses' daily tasks: A longitudinal cohort study. *Int J Nurs Stud*, 75, 43-50. doi:10.1016/j.ijnurstu.2017.07.002

Chakma SK, Islam TT, Shahjalal M, Mitra DK. (2021). Depression among pet owners and non-pet owners: a comparative cross-sectional study in Dhaka, Bangladesh. *F1000Res*, 10, 574. doi:10.12688/f1000research.53276.2

Chan M, Riko GT. (2019). The "pet effect" in cancer patients: Risks and benefits of human-pet interaction. *Crit Rev Oncol Hematol*, 143, 56-61. doi:10.1016/j.critrevonc.2019.08.004

Choi DS, Kim SH. (2022). Factors affecting occupational health of shift nurses: focusing on job stress, health promotion behavior, resilience, and sleep disturbance. *Saf Health Work*, 13(1), 3-8. doi:10.1016/j.shaw.2021.09.001

Defelipe R, Savalli C, Otta E. (2020). Demographics and self-reported well-being of Brazilian adults as a function of pet ownership: A pilot study. *Heliyon*, 6(6), e04069. doi:10.1016/j.heliyon.2020.e04069

- Dincer B, Bahçecik N, Sollami A. (2022). Effect of animal assistant therapy on quality of life in older adults: A meta-analysis. *Geriatr Nurs*, 43, 38-44. doi:10.1016/j.gerinurse.2021.11.005
- Erşan EE, Yıldırım G, Doğan O, Doğan S. (2013). Sağlık çalışanlarının iş doyumunu ve algılanan iş stresi ile aralarındaki ilişkinin incelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14(2), 115-121.
- Gülen D, Zaybak A. (2023). Hemşirelik bakım kalitesinin hasta ve hemşireler tarafından algılanması: Tanımlayıcı çalışma. *Türkiye Klinikleri Journal of Nursing Sciences*, 15(1), 108-117. doi:10.5336/nurses.2022-89802
- Güngörmüş D. (2021). *Evcil hayvan sahibi olan ve olmayan bireylerin bağlanma stilleri ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Holland KE. (2019). Acquiring a pet dog: a review of factors affecting the decision-making of prospective dog owners. *Animals: an open access journal from MDPI*, 9(4), 124. doi:10.3390/ani9040124
- Jiaru J, Yanxue Z, Wennv H. (2023). Incidence of stress among emergency nurses: A systematic review and meta-analysis. *Medicine (Baltimore)*, 102(4), e31963. doi:10.1097/MD.00000000000031963
- Cohen J. (2013). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. In Lawrence Erlbaum Associates (Second Edi). Routledge.
- Kadoviç M, Mikšić Š, Lovrić R. (2022). Ability of emotional regulation and control as a stress predictor in healthcare professionals. *Int J Environ Res Public Health*, 20(1), 541. doi:10.3390/ijerph20010541
- Kaya H, Bektaş M. (2019). Çalışan bireylerin evcil hayvanlara bağlanma nedenlerine ilişkin nitel bir çalışma. *Mediterranean Journal of Humanities*, 9(2), 401-417.
- Kretzler B, König HH, Hajek A. (2022). Pet ownership, loneliness, and social isolation: a systematic review. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 57(10), 1935-1957. doi:10.1007/s00127-022-02332-9
- Khamisa N, Peltzer K, Ilic D, Oldenburg B. (2017). Effect of personal and work stress on burnout, job satisfaction and general health of hospital nurses in South Africa. *Health SA Gesondheid*, 22, 252-258. doi:10.1016/j.hsag.2016.10.001
- Lass-Hennemann J, Schäfer SK, Sopp MR, Michael T. (2022). The relationship between attachment to pets and mental health: the shared link via attachment to humans. *BMC Psychiatry*, 22(1), 586. doi:10.1186/s12888-022-04199-1
- Marchand W, Sakaeda LS. (2022). A pilot observational study of a psychotherapy incorporating equines resiliency intervention for staff at a large medical center. *Complement Ther Clin Pract*, 49, 101660. doi: 10.1016/j.ctcp.2022.101660
- Maresca G, Corallo F, Catanese G, Formica C, Buono V. (2022). Coping strategies of healthcare professionals with burnout syndrome: a systematic review. *Medicina (Kaunas)*, 58(2), 327. doi:10.3390/medicina58020327
- Mekonen EG, Gebrie MH, Jemberie SM. (2022). Work-related stress among nurses working in northwest amhara referral hospitals; a burden for hospital. *International Journal of Africa Nursing Sciences*, 17(2), 100486. doi:10.1016/j.ijans.2022.100486
- Nugent WR, Daugherty L. (2022). A measurement equivalence study of the family bondedness scale: measurement equivalence between cat and dog owners. *Frontiers in Veterinary Science*, 8, 812922. doi:10.3389/fvets.2021.812922
- Okuhara M, Sato K, Kodama Y. (2021). The nurses' occupational stress components and outcomes, findings from an integrative review. *Nursing Open*, 8(5), 2153-2174. doi:10.1002/nop2.780
- Pedretti G, Wirobski G, Aralığı F, Marshall-Pescini S. (2021). Artificially elevated oxytocin concentrations in pet dogs are associated with higher proximity-maintenance and gazing towards the owners. *Physiol Behav*, 237, 113451. doi:10.1016/j.physbeh.2021.113451
- QuanTan JS, Fung W, Wen Tan BS, Low JY, Syn N, Goh YX. (2021). Association between pet ownership and physical activity and mental health during the COVID-19 "circuit breaker" in Singapore. *One Health*, 13, 100343. doi:10.1016/j.onehlt.2021.100343
- Rahman HA, Mumin, KA, Naing L. (2017). Psychosocial work stressors, work fatigue, and musculoskeletal disorders: comparison between emergency and critical care nurses in brunei public hospitals. *Asian Nurs Res (Korean Soc Nurs Sci)*, 11(1), 13-18. doi:10.1016/j.anr.2017.01.003
- Rathish D, Rajapakse J, Weerakoon K. (2022). "In times of stress, it is good to be with them": experience of dog owners from a rural district of Sri Lanka. *BMC Public Health*, 22(1), 2380. doi:10.1186/s12889-022-14863-6
- Reniers PWA, Declercq IJN, Hediger K, Enders-Slegers MJ, Gerritsen DL, Leontjevas R. (2022). The role of pets in the support systems of community-dwelling older adults: a qualitative systematic review. *Aging & Mental Health*, 1-10. doi:10.1080/13607863.2022.2141196
- Schneider-Matyka D, Świątoniowska-Lonc N, Polański J, Szkup M, Grochans E, Jankowska-Polańska B. (2023). Assessment of the effect of stress, sociodemographic variables and work-related factors on rationing of nursing care. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2414. doi:10.3390/ijerph20032414
- Surma S, Oparil S, Narkiewicz K. (2022). Pet ownership and the risk of arterial hypertension and cardiovascular disease. *Current Hypertension Reports*, 24(8), 295-302. doi:10.1007/s11906-022-01191-8
- Tabachnick BG, Fidell LS. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.), Boston: Allyn and Bacon.

- Tanaka A, Saeki J, Hayama SI, Kass PH. (2019). Effect of pets on human behavior and stress in disaster. *Frontiers in Veterinary Science*, 6, 113. doi:10.3389/fvets.2019.00113
- Tatar A. (2020). Madde yanıt kuramıyla a iş stresi ölçeği-20'nin geliştirilmesi: güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21, 14-22.
- Varela K, Brown JA, Lipton B, Dunn J, Stanek D, Behravesh CB, et al. (2022). A review of zoonotic disease threats to pet owners: a compendium of measures to prevent zoonotic diseases associated with non-traditional pets: rodents and other small mammals, reptiles, amphibians, backyard poultry, and other selected animals. *Vector Borne Zoonotic Dis*, 22(6), 303-360. doi: 10.1089/vbz.2022.0022.
- Wazqar DY, Kerr M, Regan S, Orchard C. (2017). An integrative review of the influence of job strain and coping on nurses' work performance: Understanding the gaps in oncology nursing research. *Int J Nurs Sci*, 4(4), 418-429. doi: 10.1016/j.ijnss.2017.09.003
- Välimäki T, Koivisto A, Kärkkäinen V, Selander T, Hongisto K, Rusanen M. (2022). Pet ownership supports quality of life in home-dwelling people with Alzheimer's disease. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 37(4), 10.1002/gps.5698. doi:10.1002/gps.5698
- Xie J, Liu M, Zhong Z, Zhang Q, Zhou, J, Wang L, et al. (2020). Relationships among character strengths, self-efficacy, social support, depression, and psychological well-being of hospital nurses. *Asian Nurs Res (Korean Soc Nurs Sci)*, 14(3), 150-157. doi:10.1016/j.anr.2020.06.002
- Yılmaz EB. (2017). Resilience as a strategy for struggling against challenges related to the nursing profession. *Chinese Nursing Research*, 4(1), 9-13. doi:10.1016/j.cnre.2017.03.004