

ARAŞTIRMA

HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNDE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIĞIN ÖZ YETERLİK SOSYAL DESTEK VE ETKİLİ BAŞ ETME İLE İLİŞKİSİNDE ALGILANAN STRESİN ARACI ROLÜ*

Gizem ŞAHİN** Sevim BUZLU***

Alınış Tarihi: 07.10.2016

Kabul Tarihi: 17.05.2017

ÖZET

Amaç: Psikolojik sağlamlığın; risk, koruyucu faktörler ve olumlu sonuç kriteri olmak üzere üç özelliği bulunmaktadır. Bu araştırma, hemşirelik öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın; öz yeterlik ve sosyal destek koruyucu faktörleri ve etkili baş etme olumlu sonucu ile ilişkisinde risk faktörü kabul edilen algılanan stresin aracı rolünü incelemek amacıyla yapıldı.

Yöntem: Tanımlayıcı-ilişki arayıcı tipte gerçekleştirilen araştırmaya hemşirelik eğitimi alan 215 öğrenci katıldı. Veriler; 11-25 Mart 2015 tarihleri arasında, Kişisel Bilgi Formu, Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Algılanan Stres Ölçeği, Genel Öz Yeterlilik Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Stresle Başaçıkma Tarzları Ölçeği kullanılarak toplandı.

Bulgular: Bu çalışmada; dördüncü sınıf öğrencilerinin, üçüncü sınıf öğrencilerine ve çevresindeki insanlarla iletişim ve ilişkileri iyi olan öğrencilerin, orta olan öğrencilere göre psikolojik sağlamlıklarının yüksek olduğu belirlendi. Psikolojik sağlamlığın algılanan stresin alt boyutu olan yetersiz özyeterlik algısını azalttığı, algılanan stresin etkili baş etmenin alt boyutu olan sosyal desteğe başvurmayı azalttığı ve algılanan stresin alt boyutu olan yetersiz özyeterlik algısının etkili baş etmenin alt boyutu olan sosyal desteğe başvurmayı azalttığı saptandı.

Sonuç: Hemşirelik öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın algılanan stresin alt boyutu olan yetersiz özyeterlik algısı ile negatif yönde ilişkisinin olduğu ve öğrencilerde algılanan stresin sosyal desteğe başvurmayı azalttığı sonucuna ulaşıldı.

Anahtar Sözcükler: psikolojik sağlamlık; stres; öz yeterlik; sosyal destek; etkili baş etme

ABSTRACT

The Mediating Role of Perceived Stress on Relationship of Resilience With Self Efficacy Social Support And The Effective Coping Skills in Nursing Students

Objective: Resilience has three characteristics; antecedent, attribute and consequences. The aim of this research is to determine the mediating role of perceived stress on the relationship of resilience with self efficacy, social support and effective coping in nursing students.

Method: This research is performed in the type of descriptive and correlational and the participants are 215 nursing students. Used data forms are; Personal Information Form, Connor-Davidson Resilience Scale, Perceived Stress Scale, General Self Efficacy Scale-Turkish Form, Revised Form of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support and Ways of Coping Inventory.

Results: Comparing the students who have a good communication and relationship between his/her surroundings, with the students who have an average communication and relationship with his/her surroundings and comparing 4th grade students with 3rd grade students, it was discovered that the average point of resilience is higher in them. Resilience decreases the inadequate self efficacy perception, inadequate self efficacy perception decreases the appliance to social support and perceived stress decreases the appliance to social support.

Conclusion: In conclusion; resilience in nursing students affect inadequate self efficacy perception and perceived stress in nursing students decreases the appliance to social support.

Keywords: resilience; stress; self efficacy; social support; coping skills

*Bu çalışma, IV. Uluslararası ve VII. Ulusal Psikiyatri Hemşireliği Kongresi'nde poster bildiri olarak kabul edilmiştir.

** Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü (Arş. Gör.)

e-posta: agizemsahin@gmail.com

*** İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi (Prof. Dr.)

GİRİŞ

Psikolojik sağlamlık kavramı, genel olarak; gündelik yaşam sorunlarından zor yaşam koşullarına kadar, bireyin karşılaştığı olumsuz koşulların üstesinden başarıyla gelebilme ve uyum sağlayabilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Alanyazında psikolojik sağlamlık ile ilgili tanımlara bakıldığında üç ortak noktanın (risk ve/veya zorluk, koruyucu faktörler ve olumlu sonuçlar) olduğu görülmektedir (Davydov, Stewart, Ritchie and Chaudieu 2010; Fletcher and Sarkar 2013; Garcia-Dia, DiNapoli, Garcia-Ona, Jakubowski and O'Flaherty 2013; Gizir 2007; Kararımak 2006; Öz ve Bahadır Yılmaz 2009). Yapılan tanımlara bakıldığında, psikolojik sağlamlığın farklı boyutları nedeniyle tek bir tanım altında toplanamadığı ancak hepsinde ortak noktaların olduğu görülmektedir. Bu ortak noktalar; psikolojik sağlamlık olgusunun dinamik bir süreç olması, geliştirilebilir nitelikler içermesi, travma veya zorlu yaşam koşullarıyla etkili baş etme ve sağlıklı uyum süreçlerini kapsamaması, psikolojik sağlamlığın gelişmesi için bireyin risk veya zorluğa maruz kalması ve duruma uyum sağlayarak hayatının farklı alanlarında başarı elde etmesi, aynı zamanda psikolojik sağlamlık için bireylerin koruyucu faktörler olarak nitelendirilen çeşitli kişilik özelliklerine sahip olmasıdır (Gizir 2007; Öz ve Bahadır Yılmaz 2009). Psikolojik sağlamlığın gelişmesi için maruz kalınan bir risk faktörü ve bu risk faktörünün olumsuz etkilerini azaltan ya da ortadan kaldıran bireysel, ailesel ya da çevresel koruyucu faktörlerin var olması gerekmektedir. Risk ve koruyucu faktörlerin sonucu olarak psikolojik sağlamlıkta geline son nokta; uyum sağlama, baş etme, otokontrol ve iyilik hali gibi olumlu sonuç kriterleridir (Gizir 2007; Öz ve Bahadır Yılmaz 2009).

Sağlık alanında çalışan meslek üyelerinin; çalıştıkları ortam, ekip üyelerinin farklı mesleklerden olması ve deneyim düzeyleri, kısıtlı zamanda birçok hastaya hizmet vermek durumunda olma ve kritik karar verme gibi stresli durumlarla karşılaştığı görülmekte ve stresörlerden en çok etkilenen meslek dalının ise, hemşirelik olduğu belirtilmektedir (McAllister and McKinnon 2009). Hemşirelerin karşılaştıkları stresli durumlarla etkili baş edebilmeleri, uyum sağlayabilmeleri ve ruh sağlıklarını koruyabilmeleri için öncelikle psikolojik sağlamlığa sahip olmaları gerekmektedir (Öz ve Bahadır Yılmaz 2009).

Hemşirelik eğitiminin amacı; öğrenciye, hemşireliğin profesyonel özelliklerini öğretmek ve kazandırmak, kişisel gelişimini destekleyerek meslek yaşantısına en doğru şekilde hazırlamaktır (Çelikkalp, Aydın ve Temel 2010; Ergöl ve Kürtüncü 2013). Bu sebeple, hemşirelik eğitimi alan öğrencilerin gerek eğitim alırken yaşadıkları akademik sorunlara, gerekse mesleğin gerektirdiği zorluklara uyum sağlayabilmeleri ve etkili baş edebilmeleri için psikolojik sağlamlıklarının geliştirilmesi önem kazanmaktadır (Stephens 2013).

Stres/zorluk, psikolojik sağlamlık için en yaygın risk faktörlerinden biridir (Stephens 2013). Hemşirelik öğrencileri; yaşamsal stresörlere akademik stresörlerin de eklenmesiyle, yaşadıkları stresi geçmiş deneyimlerine ve mevcut baş etme becerilerine göre farklı yoğunlukta algılayabilirler (Stephens 2013). Öğrencilerin bir kısmı stresini sözel olarak ifade etse de bir kısmı bu risk faktörü karşısında herhangi bir girişimde bulunmayabilir ve bu durum, öğrencilerin zaman içerisinde birçok olumsuz sonuç yaşamasına neden olabilir (Stephens 2013). Geç adölesanlar ve genç yetişkinlerin yer aldığı hemşirelik eğitim programlarında öğrenciler, etkisiz baş etme becerileri ve yetersiz sorun çözme deneyimleri nedeniyle stresin olumsuz etkilerine karşı savunmasız durumdadırlar (Stephens 2013).

Hasta bakım alanları; farklı demografik bilgilere ve sosyokültürel geçmişe sahip kişilere bireyselleştirilmiş bakım verme, iletişim engeli veya güçlüğü, ölüme tanık olma, terminal dönemdeki hastaya bakım verme ve bulaşıcı hastalıklara maruz kalma gibi yoğun strese neden olan birçok durumun yer aldığı ortamlardır. Bu ortamda klinik uygulama yapan öğrenci, edindiği teorik bilgiyi uygulamaya aktarmada yaşadığı bilişsel uyumsuzluk ve yatay/dikey şiddetin meydana getirdiği stresten dolayı risk altındadır (Stephens 2013). Aynı zamanda hemşirelik öğrencileri, eğitim ortamının yetersizliği, öğrenciye değer verilmemesi ve destek olunmaması gibi akademik sorunlar da yaşamaktadırlar (Atasoy ve Sütütemiz 2014). Birçok hemşirelik öğrencisi; klinik uygulama düzenlemelerine, hasta bakımının gerektirdiği fiziksel ve duygusal yeterliğe ve sağlık profesyoneli ve/veya akademik personel ile yaşadığı negatif etkileşime karşı hazırlıksız olmaları nedeniyle, duruma uyum sağlayıcı yanıtları benimsemekte ya da onlarda yarattığı olumsuz etkilere yenik düşmektedirler (Stephens 2013). Stresin hemşirelik öğrencilerinin zararına

olacak şekilde devam etmesi ve akademik yaşamlarını etkilemesi sebebiyle öğrenciler, sorunlara ve zorluklara dayanabilmeleri için psikolojik sağlamlıklarını geliştirmek durumundadırlar (Dixon and Robinson-Kurpius 2008; Misra, McKean, West and Russo 2000). Psikolojik sağlamlık, öğrencilerin risk faktörleri ile yüzleşmelerini sağlayarak, yaşam olayları ve zorluklarla umut ve iyimserlik ile yüzleşip gelişerek, gelecekte başarılı sonuçlar elde etmesine, sağlığını korumasına ve geliştirmesine ve uzun süreli kariyer yaşamına katkı sağlayacaktır (Stephens 2013). Bu nedenle, hemşirelik eğitimi sürecinde öğrencilerin risk ve koruyucu faktörleri belirlenerek, psikolojik sağlamlıklarını geliştirme üzerine yoğunlaşılması gerekmektedir (Stephens 2013).

Ülkemizde hemşirelik öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ile ilgili yapılan çalışma sayısının çok az olduğu ve özellikle psikolojik sağlamlığın özellikleri olan risk faktörleri, koruyucu faktörler ve olumlu sonuç kriterlerinin ilişkisine dayanan ulusal çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu çalışma; hemşirelik öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın; öz yeterlik ve sosyal destek koruyucu faktörleri ve etkili baş etme olumlu sonucu ile ilişkisinde risk faktörü kabul edilen algılanan stresin aracı rolünü incelemek amacıyla yapıldı.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Türü

Araştırma, tanımlayıcı – ilişki arayıcı tipte planlandı. Bu çalışmada risk faktörü “algılanan stres”, bireysel koruyucu faktör “öz yeterlik”, ailesel/çevresel koruyucu faktör “sosyal destek” ve olumlu sonuç kriteri “etkili baş etme” olarak belirlendi.

Araştırma Soruları

- Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlamlığını etkileyen sosyodemografik özellikler nelerdir?
- Psikolojik sağlamlığın öz yeterlik, sosyal destek ve etkili baş etme ile ilişkisinde algılanan stresin etkisi nedir?

Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman

Araştırma, İstanbul ilinde yer alan bir vakıf üniversitesinde gerçekleştirildi ve araştırma verileri 11-25 Mart 2015 tarihleri arasında toplandı.

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evreni, İstanbul ilindeki bir vakıf üniversitesinde hemşirelik eğitimi alan 216 öğrenci olarak belirlendi. Tam sayım yöntemi

kullanılarak planlanan bu çalışmada, 215 öğrenci örnekleme oluşturdu.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerinin toplanmasında; kişinin öz bildirimine dayalı yöntemlerden olan anket ve ölçek yöntemi kullanıldı. Bu çalışmada veri toplama araçları olarak; Kişisel Bilgi Formu, Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Algılanan Stres Ölçeği, Genel Öz Yeterlilik Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği kullanıldı.

Kişisel Bilgi Formu

Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine ilişkin; yaş, cinsiyet, sınıf, şu anda yaşadığı yer, çalışma durumu, aile yapısı, kardeş sayısı, ailenin gelir durumu, ailesinde iletişim ve ilişkilerin nasıl olduğu, ebeveynlerinin öğrenim durumu ve meslekleri, ebeveynlerin tutumlarına yönelik görüşleri ve mesleği seçme nedeni, psikolojik sağlamlığı etkileyen faktörlerde ise; bir sorunla karşılaştığında ne yaptığı, kişilik tipi, çevresiyle iletişim ve ilişkilerinin nasıl olduğu, yaşam olaylarını deneyimleme durumuna ait sorular olmak üzere toplam 26 sorudan oluşan form araştırmacılar tarafından geliştirildi.

Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği

Araştırmada hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini belirlemek için Connor and Davidson tarafından 2003 yılında geliştirilen “Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği” (Connor-Davidson Resilience Scale/ CD-RISC) kullanıldı. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği 2010 yılında Kararımak tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin cronbach alpha iç tutarlık katsayısı .92’ dir. Toplam 25 maddeden oluşan ölçeğin tüm maddeleri 0-4 arasında puanlanmaktadır. Ölçeğin puanlanması; Hiç doğru değil (0), Nadiren doğru (1), Bazen doğru (2), Sıklıkla doğru (3) ve Her zaman doğru (4) şeklinde yapılmaktadır. Ölçekte “Kişisel Yeterliliğe Sıkı Sıkıya Sarılma”, “Olumsuz Duyguları Hoşgörebilme” ve “Tinselliğe Eğilim” olarak adlandırılan üç faktör yapısı ile açıklanan varyans oranı %52 olarak belirlenmiştir. Açıklayıcı faktör analizinden elde edilen üç alt boyut doğrulayıcı faktör analiziyle desteklenmiştir. Ölçek toplam puanı 0-100 arasındadır. Ölçeğin 25 maddesinin bir bütün olarak değerlendirilmesinin ve ölçeğin tümünden elde edilen tek bir toplam puan üzerinden çalışılmasının uygun olduğu belirtilmiştir. Ölçeğin kesme puanı bulunmamaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan, yüksek psikolojik sağlamlığı göstermektedir. Bu çalışmada,

ölçeğin cronbach alpha iç tutarlık katsayısı .89 olarak bulundu. “Kişisel Yeterliliğe Sıkı Sıkıya Sarılma” alt faktörüne ait maddeler 1., 5., 10., 11., 12., 15., 16., 17., 18., 19., 21., 22., 23., 24. ve 25., “Olumsuz Duyguları Hoşgörebilme” alt faktörüne ait maddeler 4., 6., 7., 8., 13. ve 14., “Tinselliğe Eğilim” alt faktörüne ait maddeler ise 2., 3., 9. ve 20. maddelerdir (Kararımak 2010).

Algılanan Stres Ölçeği

Araştırmada hemşirelik öğrencilerinin stres algılarını belirlemek için Cohen, Kamarek and Mermelstein tarafından 1983 yılında geliştirilen “Algılanan Stres Ölçeği/ ASÖ” (Perceived Stress Scale) kullanıldı. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Eskin, Harlak, Demirkıran ve Dereboy tarafından 2013 yılında yapılmıştır. Ölçeğin 14, 10 ve 4 maddelik formları bulunmaktadır. Bu araştırmada ölçeğin 14 maddelik formu kullanılmıştır. Ölçeğin puanlanması; Hiçbir zaman (0), Neredeyse hiçbir zaman (1), Bazen (2), Oldukça sık (3) ve Çok sık (4) şeklinde yapılmaktadır. ASÖ-14’ün; “Yetersiz Özyeterlik Algısı” ve “Stres/Rahatsızlık Algısı” olmak üzere iki faktörü bulunmaktadır. Ölçeğin test-tekrar-test güvenilirlik katsayısı .87 ve cronbach alpha iç tutarlık katsayısı .84’tür. Bu araştırmada, ölçeğin cronbach alpha iç tutarlık katsayısı .80 olarak bulundu. ASÖ-14’ ün puanı 0-56 arasında değişmekte olup; yüksek puan, stres algısının fazla olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin kesme puanı bulunmamaktadır. “Yetersiz Özyeterlik Algısı” alt faktörüne ait maddeler 4., 5., 6., 8., 9., 10. ve 13. maddeler, “Stres/Rahatsızlık Algısı” alt faktörüne ait maddeler 1., 2., 3., 7., 11., 12., ve 14. maddelerdir. Ölçekte; 4., 5., 6., 7., 9., 10. ve 13. maddeler ters puanlanmaktadır (Eskin, Harlak, Demirkıran ve Dereboy 2013).

Genel Özyeterlilik Ölçeği

Araştırmada hemşirelik öğrencilerinin öz yeterlik inançlarını belirlemek için Sherer, Maddux, Mercandante, Prentice-Dunn, Jacobs and Rogers tarafından 1982 yılında geliştirilen “Genel Öz Yeterlilik Ölçeği/ GÖYÖ” (General Self Efficacy Scale) kullanıldı. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği 2010 yılında Yıldırım ve İlhan tarafından yapılmıştır. Ölçeğin cronbach alpha iç tutarlık katsayısı .80, test-tekrar-test güvenilirlik katsayısı ise .69 olarak bulunmuştur. Toplam 17 maddeden oluşan ölçeğin maddeleri, Hiç (1) ile Çok iyi (5) arasında puanlanmaktadır. Ölçek; “Başlama”, “Yılmama” ve “Sürdürme Çabası – İsrar” olmak üzere üç faktörden oluşmaktadır. Bu araştırmada, ölçeğin cronbach

alpha iç tutarlık katsayısı .87 olarak bulundu. Ölçeğin 17 maddesinin bir bütün olarak değerlendirilmesinin ve ölçeğin tümünden elde edilen tek bir toplam puan üzerinden çalışılmasının uygun olduğu belirtilmiştir. Ölçek toplam puanı 17-85 arasında değişmekte olup, puanın artması öz yeterlik inancının arttığını göstermektedir. Ölçeğin kesme puanı bulunmamaktadır. “Başlama” alt faktörüne ait maddeler 2., 4., 5., 6., 7., 10., 11., 12. ve 17. maddeler, “Yılmama” alt faktörüne ait maddeler 3., 13., 14., 15. ve 16. maddeler, “Sürdürme Çabası – İsrar” alt faktörüne ait maddeler 1., 8. ve 9. maddelerdir. Ölçekteki 2., 4., 5., 6., 7., 10., 11., 12., 14., 16. ve 17. maddeler ters puanlanmaktadır (Yıldırım ve İlhan 2010).

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Araştırmada hemşirelik öğrencilerinin sosyal destek algılarını belirlemek için Zimet, Dahlem, Zimet and Farley tarafından 1988 yılında geliştirilen “Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği/ MSPSS” (Multidimensional Scale of Perceived Social Support) kullanıldı. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği 2001 yılında Eker, Arkar ve Yıldız tarafından yapılmıştır. Ölçeğin cronbach alpha iç tutarlık katsayısı .89’ tur. Toplam 12 maddeden oluşan ölçeğin maddeleri Kesinlikle Hayır (1) ile Kesinlikle Evet (7) arasında puanlanmaktadır. Ölçek, her biri 4 maddeden oluşan; “Aile”, “Arkadaşlar” ve “Özel Bir İnsan” faktörlerinden oluşmaktadır. Bu araştırmada ölçeğin cronbach alpha iç tutarlık katsayıları .88 olarak bulundu. Ölçek toplam puanı 12-84 arasında değişmekte olup, toplam puan üzerinden çalışılmasının uygun olduğu ifade edilmiştir. Elde edilen puanın yüksek olması algılanan sosyal desteğin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin kesme puanı bulunmamaktadır. “Aile” alt faktörüne ait maddeler 3., 4., 8., ve 11. maddeler, “Arkadaşlar” alt faktörüne ait maddeler 6., 7., 9., ve 12. maddeler, “Özel Bir İnsan” alt faktörüne ait maddeler 1., 2., 5., ve 10. maddelerdir (Eker, Arkar ve Yıldız 2001).

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği

Araştırmada hemşirelik öğrencilerinin etkili/etkisiz baş etme tarzlarını belirlemek için Folkman and Lazarus tarafından 1980 yılında geliştirilen “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği/ SBTÖ” (Ways of Coping Inventory) kullanıldı. Ölçeğin 30 maddelik kısaltılmış formunun Türkçe geçerlik ve güvenilirliği 1995 yılında Hisli Şahin ve Durak tarafından yapılmıştır. Ölçeğin maddeleri; Hiç Uygun Değil (0), Uygun Değil (1), Uygun (2) ve Çok Uygun (3) şeklinde

puanlanmaktadır. Bu ölçeğin soruna yönelik etkili yollar ile duygulara yönelik etkisiz yollar olmak üzere iki boyutu vardır. Bu iki boyut, “Kendine Güvenli Yaklaşım”, “İyimser Yaklaşım”, “Çaresiz Yaklaşım”, “Boyun Eğici Yaklaşım” ve “Sosyal Desteğe Başvurma” adı verilen beş faktörden oluşmaktadır. Soruna yönelik etkili yollar; “Kendine Güvenli Yaklaşım”, “İyimser Yaklaşım” ve “Sosyal Desteğe Başvurma”dır. Duygulara yönelik etkisiz yollar ise; “Çaresiz Yaklaşım” ve “Boyun Eğici Yaklaşım”dır. Bu faktörlerin ölçeğin uyarlama araştırmasında yapılan üç çalışmadaki faktör analizlerine bağlı elde edilen alt boyutlarının cronbach alpha iç tutarlık katsayıları, kendine güvenli yaklaşım için .62 - .80, iyimser yaklaşım için .49 - .68, çaresiz yaklaşım için .64 - .73, boyun eğici yaklaşım için .47 - .72 ve sosyal desteğe başvurma için .45 - .47 olarak değiştiği belirtilmiştir. Her faktöre ait puanlar ayrı hesaplanmakta, toplam puan hesaplanmamaktadır. Ölçekten; soruna yönelik etkili yollara sahip kişilerin kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma puan ortalamalarının yüksek; çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım puan ortalamalarının düşük olması beklenmektedir (Hisli Şahin ve Durak 1995). Bu çalışmada her bir faktörün iç tutarlık katsayıları; “Kendine Güvenli Yaklaşım” için .80, “İyimser Yaklaşım” için .70, “Sosyal Destek Arama” için .62, “Çaresiz Yaklaşım” için .72 ve “Boyun Eğici Yaklaşım” için .72 olarak bulundu.

“Kendine Güvenli Yaklaşım” alt faktörüne ait maddeler 8., 10., 14., 16., 20., 23. ve 26. maddeler, “İyimser Yaklaşım” alt faktörüne ait maddeler 2., 4., 6., 12. ve 18. maddeler, “Çaresiz Yaklaşım” alt faktörüne ait maddeler 3., 7., 11., 19., 22., 25., 27. ve 28. maddeler, “Boyun Eğici Yaklaşım” alt faktörüne ait maddeler 5., 13., 15., 17., 21. ve 24. maddeler ve “Sosyal Desteğe Başvurma” alt faktörüne ait maddeler 1., 9., 29. ve 30. maddelerdir. Ölçekte 1. ve 9. madde ters puanlanmaktadır (Hisli Şahin ve Durak 1995).

Bu çalışmada; psikolojik sağlamlığın özelliklerinden olan olumlu sonuç kriteri etkili baş etme olarak belirlendiğinden; öğrencilere tamamı uygulanan ölçekte, etkili baş etmeye dair alt faktörler bu ölçeğin soruna yönelik etkili yollar boyutunda yer alan faktörlerden (Kendine Güvenli Yaklaşım, İyimser Yaklaşım, Sosyal Desteğe Başvurma) oluşmaktadır.

Araştırmanın Değişkenleri

Araştırmanın bağımsız değişkenleri; sosyal destek, etkili baş etme, öz yeterlik, algılanan stres ile birlikte cinsiyet, yaş, öğrenim gördüğü sınıf, aile yapısı, kardeş sayısı, ailenin gelir durumu ve ailede iletişim ve ilişkiler gibi sosyodemografik özellikler ve bir sorunla karşılaştığında baş etme durumu, yaşamını etkileyen yaşam olayı/olayları ve kişilik tipi gibi psikolojik sağlamlığı etkileyen faktörler; bağımlı değişken ise psikolojik sağlamlık olarak belirlendi.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmaya başlamadan önce, etik kurul onayı ve araştırmanın yapılacağı kurumdan çalışma izni alındı. Araştırmaya katılan öğrenciler, veri toplamaya başlamadan önce araştırma hakkında bilgilendirildi ve bilgilendirilmiş yazılı onamları alındı.

Veri Toplama

Araştırmacılar tarafından, öğrencilerden kendilerine bir rumuz belirlemeleri istendi ve öğrencilere araştırmaya ait veri toplama araçları uygulandı. Veriler; yüzyüze görüşme yöntemi ile yaklaşık 50 dakikada toplandı.

Verilerin Değerlendirilmesi

Verilerin analizi SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 21 istatistik programı kullanılarak yapıldı. Sonuçlar %95’lik güven aralığında, $p < .05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirildi. Betimleyici istatistiklerden frekans (n) ve yüzde (%); niceliksel verilerin karşılaştırılmasında, iki grup durumunda parametrelerin gruplar arası karşılaştırılmasında Independent Samples t testi, ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplar arası karşılaştırılmasında One Way Anova testi ve farklılığa neden olan grubun belirlenmesinde Bonferroni testi; ölçekler arası karşılaştırmalarda pearson korelasyon analizi; bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkene etkisini incelemek için ise, lineer regresyon analizi kullanıldı.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma; çalışmada kullanılan veri toplama araçlarının kapsadığı boyutlarla ve araştırmaya katılan öğrencilerin görüşleriyle sınırlıdır.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Araştırmaya katılan öğrencilerin; yaş ortalamalarının 20.65 ± 1.76 ve %91.2’sinin kadın, %60’ının evde anne/baba ile yaşadığı, %17.2’sinin çalıştığı, %43.3’ünün bir sorunla karşılaştığında değer verdiği kişilerle paylaştığı, %37.2’sinin kendisini sosyal biri olarak

değerlendirdiği ve %84.2'sinin çevresiyle iletişim ve ilişkilerinin iyi olduğunu ifade ettiği belirlendi (Tablo 1).

Öğrencilerin akademik özelliklerine göre dağılımları incelendiğinde; %27.9'unun birinci sınıf, %25.1'inin ikinci sınıf, %24.7'sinin üçüncü sınıf ve %22.3'ünün dördüncü sınıf öğrencisi olduğu, %44.2'sinin hemşirelik mesleğini iş imkânı olduğu için seçtiği ve %76.7'sinin akademik olarak kendisini başarılı algıladığı saptandı (Tablo 1).

Öğrencilerin yaşam olaylarını deneyimleme durumlarına göre dağılımları incelendiğinde; %37.7'sinin kayıp-ölüm, %28.8'inin ayrılık, %23.7'sinin doğal afet, %14'ünün yoksulluk, %10.7'sinin ihmal, %5.6'sının göç, %2.8'inin fiziksel istismar, %2.3'ünün cinsel istismar ve %1.4'ünün terör yaşadığı saptandı (Tablo 1).

Öğrencilerin ailesel özelliklerine göre dağılımları incelendiğinde; %83.7'sinin aile yapısının çekirdek aile olduğu, %47'sinin iki kardeş olduğu, %66'sının ekonomik durumunda

gelirin gidere eşit olduğu ve %73.5'inin ailesinde iletişim ve ilişkilerin iyi olduğu görüldü. Öğrencilerin ebeveynlerinin özelliklerine bakıldığında; annelerinin %54.4'ünün ilköğretim mezunu ve %75.8'inin ev içi gelir getirmeyen bir mesleği olduğu; babalarının ise %35.8'inin ilköğretim mezunu olduğu ve %34.4'ünün işçi olarak çalıştığı belirlendi (Tablo 1).

Öğrencilerin annelerinin tutumlarına ilişkin görüşlerinin dağılımı incelendiğinde; %47.4'ünün aşırı koruyucu, %31.2'sinin denetleyici, %26'sının demokratik, %19.5'inin başkalarıyla karşılaştırmacı, %12.1'inin katı-kuralcı, %8.4'ünün ilgili, %4.1'inin anlayışlı, %2.4'ünün koruyucu ve %0.9'unun soğuk ilgisiz olarak ifade ettiği belirlendi. Öğrencilerin babalarının tutumlarına ilişkin görüşlerinin dağılımı incelendiğinde ise; %35.8'inin aşırı koruyucu, %34.9'unun demokratik, %27'sinin denetleyici, %14'ünün katı-kuralcı, %12.6'sının ilgili, %6'sının soğuk ilgisiz ve başkalarıyla karşılaştırmacı, %3.3'ünün anlayışlı ve %2.8'inin koruyucu olarak ifade ettiği görüldü (Tablo 1).

Tablo 1. Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri (n=215)

		Bireysel Özellikler	
Değişkenler		Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	196	91.2
	Erkek	19	8.8
Şu anda yaşadığı yer	Evde anne/baba ile	129	60.0
	Yurtta	46	21.4
	Evde arkadaşları ile	28	13.0
	Akrabalar ile	8	3.7
	Evde yalnız	3	1.4
	Eşi ile	1	0.5
Çalışma durumu	Evet	37	17.2
	Hayır	178	82.8
Bir sorunla baş etme durumu	Değer verdiği kişilerle paylaşma	93	43.3
	Ailesiyle paylaşma	58	27.0
	Destek almadan bireysel çözüme	39	18.1
	Arkadaşlarıyla paylaşma	19	8.8
	Bağırma/kendisine/başkalarına/çevresine zarar verme	6	2.8
Kişilik tipi	Sosyal tip	80	37.2
	Yaratıcı tip	62	28.8
	Girişimci tip	24	11.2
	Araştırmacı tip	19	8.8
	Realist tip	18	8.4
	Geleneksel tip	12	5.6
Çevresiyle iletişim ve ilişkileri	İyi	181	84.2
	Orta	34	15.8

Akademik Özellikler			
Sınıf	1. Sınıf	60	27.9
	2. Sınıf	54	25.1
	3. Sınıf	53	24.7
	4. Sınıf	48	22.3
Hemşirelik mesleğini seçme nedeni	İş imkanı olması	95	44.2
	Sevmesi	71	33.0
	Ailenin istemesi	33	15.3
	Puanın bu bölüme yetmesi	10	4.7
	Sağlık sektöründe olması	5	2.3
	Lisede bu bölümü okuması	1	0.5
Akademik başarı algısı	Başarılı	165	76.7
	Başarısız	50	23.3
Yaşam Olaylarını Deneyimleme Durumları			
Kayıp - ölüm	Evet	81	37.7
	Hayır	134	62.3
Ayrılık	Evet	62	28.8
	Hayır	153	71.2
Doğal afet	Evet	51	23.7
	Hayır	164	76.3
Yoksulluk	Evet	30	14.0
	Hayır	185	86.0
İhmal	Evet	23	10.7
	Hayır	192	89.3
Göç	Evet	12	5.6
	Hayır	203	94.4
Fiziksel istismar	Evet	6	2.8
	Hayır	209	97.2
Cinsel istismar	Evet	5	2.3
	Hayır	210	97.7
Terör	Evet	3	1.4
	Hayır	212	98.6
Ailesel Özellikler			
Aile yapısı	Çekirdek aile	180	83.7
	Geniş aile	28	13.0
	Parçalanmış aile	7	3.3
Kardeş sayısı	Kardeşi yok	14	6.5
	Kendisi hariç 1	101	47.0
	Kendisi hariç 2	59	27.4
	Kendisi hariç 3	24	11.2
	Kendisi hariç 4 ve üzeri	17	7.9
Ailenin gelir durumu	Gelir giderden fazla	46	21.4
	Gelir gidere eşit	142	66.0
	Gelir giderden az	27	12.6
Ailede iletişim ve ilişkiler	İyi	158	73.5
	Orta	55	25.6
	Kötü	2	0.9
	İlkokul mezunu	117	54.4

Annenin öğrenim durumu	Ortaokul mezunu	31	14.4
	Lise mezunu	50	23.3
	Yükseköğretim mezunu	17	7.9
Annenin mesleği	Ev içi gelir getiren	8	3.7
	Ev içi gelir getirmeyen	163	75.8
	Ev dışı gelir getiren	44	20.5
Babanın öğrenim durumu	İlkokul mezunu	77	35.8
	Ortaokul mezunu	35	16.3
	Lise mezunu	62	28.8
	Yükseköğretim mezunu	41	19.1
Babanın mesleği	İşçi	74	34.4
	Memur	19	8.8
	Emekli	61	28.4
	Serbest çalışıyor	51	23.7
	Diğer	10	4.7

Annelerinin Tutumlarına İlişkin Görüşleri

Aşırı koruyucu	Evet	102	47.4
	Hayır	113	52.6
Denetleyici	Evet	67	31.2
	Hayır	148	68.8
Demokratik	Evet	56	26.0
	Hayır	159	74.0
Başkalarıyla karşılaştırmacı	Evet	42	19.5
	Hayır	173	80.5
Katı - kuralcı	Evet	26	12.1
	Hayır	189	87.9
İlgili	Evet	18	8.4
	Hayır	197	91.6
Anlayışlı	Evet	9	4.1
	Hayır	206	95.9
Koruyucu	Evet	5	2.4
	Hayır	210	97.6
Soğuk - ilgisiz	Evet	2	0.9
	Hayır	213	99.1

Babalarının Tutumlarına İlişkin Görüşleri

Aşırı koruyucu	Evet	77	35.8
	Hayır	138	64.2
Demokratik	Evet	75	34.9
	Hayır	14,0	65.1
Denetleyici	Evet	58	27.0
	Hayır	157	73.0
Katı - kuralcı	Evet	30	14.0
	Hayır	185	86.0
İlgili	Evet	27	12.6
	Hayır	188	87.4
Soğuk - ilgisiz	Evet	13	6.0
	Hayır	202	94.0

Başkalarıyla karşılaştırıcı	Evet	13	6.0
	Hayır	202	94.0
Anlayışlı	Evet	7	3.3
	Hayır	208	96.7
Koruyucu	Evet	6	2.8
	Hayır	209	97.2

Bu araştırmada, öğrencilerin yaşı ile psikolojik sağlık arasında ilişki saptanmadı. Gillespie, Chaboyer and Wallis'in (2009) 735 ameliyathane hemşiresi ile yaptığı araştırmada, yaş ile psikolojik sağlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Benzer olarak, Sossah and Asiedu'nun (2015) 240 hemşirelik öğrencisi ile yaptığı araştırmada, 24 yaş ve üzerindeki hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Yaş ile psikolojik sağlık arasında anlamlı ilişkinin olmadığını gösteren araştırmalar (García-Izquierdo, Ríos-Risquez, Carrillo-García and Sabuco-Tebar 2015; Güngörmüş, Okanlı ve Kocabeyoğlu 2015; Hamdan-Mansour, Azzeghaiby, Alzoghaybi, Al Badawi, Nassar and Shaheen 2014; Ülker Tümlü ve Recepoğlu 2013), bu çalışma bulgusuyla benzerlik göstermekte ve öğrencilerin yaş aralığının birbirine yakın olmasının bu sonuçla ilişkilendirilebileceğini düşündürmektedir.

Tablo 2. Öğrencilerin Psikolojik Sağlık Algılanan Stres Öz Yeterlik Sosyal Destek ve Baş Etme Puan Ortalamaları

Ölçekler	Ort.	Medyan	SS	Min.	Max.
Connor-Davidson Psikolojik Sağlık Ölçeği	68.48	69	13.13	28	97
Kişisel Yeterliliğe Sıkı Sıkıya Sarılma	43.46	44	8.55	11	59
Olumsuz Duyguları Hoşgörebilme	13.70	14	4.29	3	24
Tinselliğe Eğilim	12.42	13	2.48	4	16
Algılanan Stres Ölçeği	27.45	28	6.51	12	44
Yetersiz Özyeterlik Algısı	11.11	11	3.60	2	20
Stres/Rahatsızlık Algısı	16.34	16	4.36	4	28
Genel Özyeterlilik Ölçeği	63.91	65	10.08	35	84
Başlama	34.20	35	6.55	11	45
Yılmama	18.98	19	3.33	8	25
Sürdürme Çabası - Israr	10.73	11	2.09	4	15
Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği	66.20	69	14.08	20	84
Aile	23.94	26	4.90	8	28
Arkadaş	22.87	24	4.97	5	28
Özel Bir İnsan	19.40	22	8.49	4	28
Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği					
Kendine Güvenli Yaklaşım	14.93	15	3.11	7	21
İyimser Yaklaşım	8.85	9	2.56	2	15
Sosyal Desteğe Başvurma	8.40	9	1.99	2	12
Çaresiz Yaklaşım	10.84	11	4.09	1	24
Boyun Eğici Yaklaşım	5.97	6	3.17	0	15

Araştırma bulgularına göre; öğrencilerin %91.2'si kadın olup, cinsiyet ile psikolojik sağlık arasında ilişki bulunmadı. Benzer şekilde, bazı araştırmalarda cinsiyet ile psikolojik sağlık arasında anlamlı ilişkinin olmadığı görülmüştür (Cobus 2015; Hamdan-Mansour,

Azzeghaiby, Alzoghaybi, Al Badawi, Nassar and Shaheen 2014; Sabouripour and Bte Roslan 2015; Sossah and Asiedu 2015; Splan, Brooks, Porr and Broyles 2011; Ülker Tümlü ve Recepoğlu 2013). Cinsiyet ile psikolojik sağlık arasında anlamlı ilişkinin olduğunu gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Bonanno,

Galea, Bucciarelli and Vlahov 2007; Erdogan, Ozdogan and Erdogan 2015; Güngörmüş, Okanlı ve Kocabeyoğlu 2015; Peng, Zhang, Li, Li, Zhang, Zuo et al. 2012; Weidong, Guoquan, Yaosheng, Shumin, Daoliang, Guandyao et al. 2012). Bu çalışmada cinsiyet ile psikolojik sağlamlık arasında ilişki bulunmaması, erkek öğrenci sayısının az olması ile açıklanabilir.

Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puan ortalaması 68.48±13.13, algılanan stres puan ortalaması 27.45±6.51, öz yeterlik puan ortalaması 63.91 ± 10.08, algılanan sosyal destek puan ortalaması 66.20±14.08, kendine güvenli yaklaşım puan ortalaması 14.93±3.11, iyimser yaklaşım puan ortalaması 8.85±2.56, sosyal desteğe başvurma puan ortalaması 8.40±1.99, çaresiz yaklaşım puan ortalaması 10.84±4.09 ve boyun eğici yaklaşım puan ortalaması 5.97±3.17 olduğu görüldü (Tablo 2).

Araştırmaya katılan öğrencilerin; psikolojik sağlamlıklarının iyi olduğu ve Dawson and Pooley (2013), Hamdan-Mansour, Azzeghaiby, Alzoghaybi, Al Badawi, Nassar and Shaheen (2014) ve Pidgeon, Rowe, Stapleton, Magyar and Lo (2014)'nın üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmalarda öğrencilerin psikolojik sağlamlık durumlarının bu çalışma ile benzerlik gösterdiği; algılanan stresin orta olduğu ve King, Vidourek, Merianos and Singh (2014) ve Savcı ve Aysan (2014)'ın üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmalarda öğrencilerin algılanan stres durumlarının bu çalışma ile benzerlik gösterdiği, öz yeterliklerinin iyi olduğu ve

Türedi, Miman, Sarı ve Bekiroğulları (2013)'nın üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada öğrencilerin öz yeterlik durumlarının bu çalışma ile benzerlik gösterdiği ve sosyal desteklerinin iyi olduğu ve Baran, Küçükakça ve Ayran (2014) Ünsar, Kurt Sadırlı, Demir, Zafer ve Erol (2009) ve Yılmaz, Yılmaz ve Karaca (2008)'nin üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmalarda öğrencilerin sosyal destek durumlarının bu çalışma ile benzerlik gösterdiği saptandı.

Öğrencilerin etkili ve etkisiz baş etme durumlarına bakıldığında; etkili baş etme yöntemlerinden en çok kendine güvenli yaklaşımı, etkisiz baş etme yöntemlerinden ise çaresiz yaklaşımı kullandıkları görüldü. Çalışma bulgularının Temel, Bahar ve Çuhadar'ın (2007) yaptığı çalışma bulgularıyla benzer olduğu, Güler ve Çınar'ın (2010) yaptığı çalışmada ise kendine güvenli yaklaşımın daha yüksek (20.33±1.73), çaresiz yaklaşımın ise daha düşük (8.19±2.58) olması ile farklı olduğu görüldü.

Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf ve çevresindeki insanlarla iletişim ve ilişkileri ile psikolojik sağlamlıkları arasında anlamlı fark bulundu. Buna göre; dördüncü sınıf öğrencilerinin, üçüncü sınıf öğrencilerine (F = 3.465, p = .017) ve çevresindeki insanlarla iletişim ve ilişkileri iyi olan öğrencilerin, orta olan öğrencilere (t = 2.087, p = .038) göre psikolojik sağlamlıklarının yüksek olduğu belirlendi. Diğer sosyodemografik faktörler ile psikolojik sağlamlık arasında anlamlı farkın olmadığı saptandı (Tablo 3 ve 4).

Tablo 3. Öğrencilerin Öğrenim Gördükleri Sınıf İle Psikolojik Sağlamlıklarının Karşılaştırılması (n=215)

	Sınıf	N	Ort.	SS	F	p
Psikolojik sağlamlık	Birinci sınıf	60	69.530	13.573	3.465	0.017
	İkinci sınıf	54	69.690	12.350		
	Üçüncü sınıf	53	63.640	14.522		
	Dördüncü sınıf	48	71.170	10.562		

Tablo 4. Öğrencilerin Çevredeki İnsanlarla İletişim ve İlişkileri İle Psikolojik Sağlamlıklarının Karşılaştırılması (n=215)

	İletişim ve İlişkiler	n	Ort.	SS	t	p
Psikolojik sağlamlık	İyi	181	69.290	13.194	2.087	0.038
	Orta	34	64.210	12.085		

Çalışma bulgusuna göre, 4. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları 3. sınıf öğrencilerinden yüksektir. Öz, İnci ve Bahadır Yılmaz (2012) tarafından 1. ve 4. sınıfta okuyan 181 hemşirelik öğrencisi ile yapılan araştırmada, öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf ile psikolojik sağlamlık arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Yapılan bazı çalışmalar (Güngörmüş, Okanlı ve Kocabeyoğlu 2015; Splan, Brooks, Porr and Broyles 2011; Taylor and Reyes 2012) öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf ile psikolojik sağlamlık arasında anlamlı ilişkinin olmadığını ortaya koymuşlardır. Bu çalışmada, 1. ve 2. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puan ortalamaları birbirine yakın olmasına rağmen; 3. sınıf öğrencilerinin tüm sınıf ortalamalarından düşük olduğu görülmektedir. Üçüncü sınıf öğrencileri, psikolojik sağlamlığı etkileyen faktörlere göre diğer sınıflar ile karşılaştırıldığında, daha fazla göç yaşadıkları ($x^2 = 4.397$, $p = .046$) ve babalarının katı ve kuralcı olduğu ($x^2 = 4.422$, $p = .034$) saptandı. Göçün psikolojik sağlamlığı etkileyen çevresel risk faktörlerinden (Önder ve

Gülây 2008), olumsuz baba-çocuk ilişkisinin de ailesel risk faktörlerinden biri olduğu (Gizir 2007) dikkate alındığında; üçüncü sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puan ortalamasının diğer sınıflardan düşük olmasında; çevresel, ailesel risk faktörlerinin ve öğrencilerin günlük ve akademik yaşantılarında kazandıkları deneyimlerin etkili olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmada, öğrencilerin çevresiyle iletişim ve ilişkileri ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulundu. Bu sonuçtan yola çıkarak; bireyin sosyal çevresiyle etkileşim içinde olmasının ve iletişim kurabilmesinin, psikolojik sağlamlığı etkileyen bir koruyucu faktör olduğu söylenebilir (Öz ve Bahadır Yılmaz 2009).

Öğrencilerde psikolojik sağlamlık ile algılanan stres, öz yeterlik, sosyal destek ve etkili baş etme arasındaki ilişki incelendiğinde; yalnızca algılanan stresin alt boyutu olan yetersiz özyeterlik algısı ile arasında negatif yönde anlamlı ilişkinin olduğu, diğer bağımsız değişkenler arasında anlamlı ilişkinin olmadığı belirlendi ($r=-.18$; $p=.008<.005$) (Tablo 5).

Tablo 5. Öğrencilerin Psikolojik Sağlamlıkları İle Algılanan Stres Öz Yeterlik Sosyal Destek ve Etkili Baş Etme Arasındaki İlişki

Değişkenler	Psikolojik Sağlamlık	
	r	p
Algılanan stres	-.05	.452
Yetersiz özyeterlik algısı	-.18	.008*
Stres/rahatsızlık algısı	.07	.292
Öz yeterlik	.10	.133
Sosyal destek	.10	.131
Etkili baş etme		
Kendine güvenli yaklaşım	.12	.079
İyimser yaklaşım	.09	.185
Sosyal desteğe başvurma	.02	.758
Etkisiz baş etme		
Çaresiz yaklaşım	-.07	.279
Boyun eğici yaklaşım	.01	.885

*Pearson korelasyon analizi

Çalışmada; öğrencilerin psikolojik sağlamlıkları ile algılanan stres arasında ilişki olmadığı, ancak algılanan stresin alt boyutu olan yetersiz özyeterlik algısı ile psikolojik sağlamlık arasında negatif yönde anlamlı ilişkinin olduğu belirlendi. Abolghasemi and Taklavi Varaniyab'ın (2010) 110 lise öğrencisi, Mealer, Jones, Newman, McFann, Rothbaum and Moss'un (2012) 744 hemşire, Pourafzal, Seyedfatemi, Inanloo and Haghani'nin (2013)

309 hemşirelik öğrencisi, Rushton, Batcheller, Schroeder and Donohue'nin (2015) 114 hemşire, Wilks'in (2008) 314 üniversite öğrencisi ve Wilks and Spivey'in (2010) 145 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada, stres ile psikolojik sağlamlık arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Yapılan bütün çalışmalar, psikolojik sağlamlık ile algılanan stres arasında anlamlı ilişkinin olduğunu ortaya

koymakta ve çalışma bulgusu alanyazınla benzerlik göstermektedir.

Bu çalışmada; öğrencilerin psikolojik sağlımlıkları ile öz yeterlik arasında ilişki bulunmadı. Moon, Kwon and Chung'un (2015) 185 hemşirelik öğrencisi, Sagone and Elvira De Caroli'nin (2013) 130 lise öğrencisi ve Taylor and Reyes'in (2012) 136 hemşirelik öğrencisi ile yaptığı çalışmada, öz yeterlik ile psikolojik sağlımlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu araştırmaların aksine; Garza, Bain and Kupczynski'nin (2014) 160 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada öz yeterlik ile psikolojik sağlımlık arasında anlamlı ilişki bulunmaması çalışma bulgusuyla benzerlik göstermektedir.

Yapılan bu çalışmada; öğrencilerin psikolojik sağlımlıkları ile sosyal destek arasında ilişki bulunmadı. Bonanno, Galea, Bucciarelli and Vlahov'un (2007) terör krizi yaşamış 2,096 kişi, Dawson and Pooley'in (2013) 103 üniversite öğrencisi, Hamdan-Mansour, Azzeghaiby, Alzoghaybi, Al Badawi, Nassar and Shaheen'in (2014) 480 üniversite öğrencisi, Terzi'nin (2008) 140 üniversite öğrencisi, Weidong, Guoquan, Yaosheng, Shumin, Daoliang, Guandyao ve arkadaşlarının (2012) 600 ortaokul öğrencisi, Pidgeon, Rowe, Stapleton, Magyar and Lo'nun (2014) 214 üniversite öğrencisi, Sabouripour and Bte Roslan'ın (2015) 291 üniversite öğrencisi, Wilks'in (2008) 314 üniversite öğrencisi ve Wilks and Spivey'in (2010) 145 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada sosyal destek ile psikolojik sağlımlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Araştırma bulgularına göre; öğrencilerin psikolojik sağlımlıkları ile etkili baş etme arasında ilişki bulunmadı. Campbell-Sills, Cohan and Stein (2006) tarafından 132 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmada, sorun odaklı baş etme ile pozitif, duygu odaklı baş etme ile negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Malkoç ve Yalçın'ın (2015) 309 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada, psikolojik sağlımlık ile etkili baş etme arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Stanley and Bhuvaneshwari'nin (2016) 73 kadın üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada, baş etme ile psikolojik sağlımlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Steinhardt and Dolbier'in (2008) 57 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada, etkili baş etme ile psikolojik sağlımlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Somaiya, Kolpakwar, Faye and Kamath'ın

(2015) 250 tıp öğrencisi ile yaptığı çalışmada etkili baş etme ile psikolojik sağlımlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Terzi'nin (2013) 225 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada, psikolojik sağlımlık ile etkili baş etme arasında pozitif, etkisiz baş etme ile negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Weidong, Guoquan, Yaosheng, Shumin, Daoliang, Guandyao ve arkadaşlarının (2012) yaptığı çalışmada, psikolojik sağlımlık düzeyi yüksek öğrencilerin olumlu baş etme becerisine sahip olduğu belirlenmiştir.

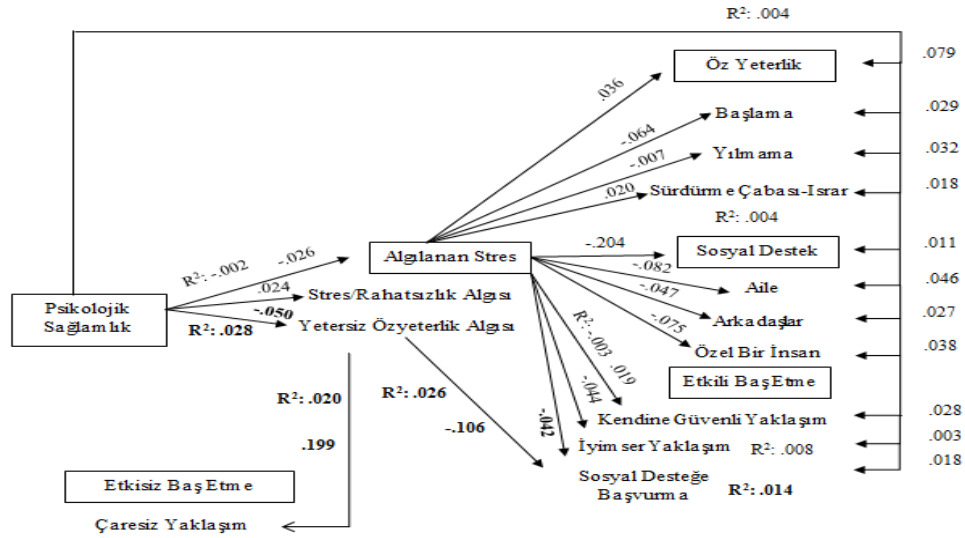
Psikolojik sağlımlık koruyucu faktörlerden etkilenen dinamik bir süreç olmasına rağmen (Öz ve Bahadır Yılmaz 2009) bu çalışmada, psikolojik sağlımlıkları ile öz yeterlik, sosyal destek ve etkili baş etme arasında anlamlı ilişkinin bulunmaması, araştırma grubunun benzer özelliklere sahip olması ile ilişkilendirilebilir.

Hemşirelik öğrencilerinde psikolojik sağlımlığın; öz yeterlik, sosyal destek ve etkili baş etme ile ilişkisinde algılanan stresin aracı rolüne ilişkin regresyon analizi incelendiğinde; psikolojik sağlımlığın yetersiz özyeterlik algısını azalttığı ($\beta = -.050$), algılanan stresin sosyal desteğe başvurmayı azalttığı ($\beta = -.042$), yetersiz özyeterlik algısının sosyal desteğe başvurmayı azalttığı ($\beta = -.106$) ve yetersiz özyeterlik algısının çaresiz yaklaşımı artırdığı ($\beta = .199$) görüldü (Şekil 1).

Psikolojik sağlımlık; stresin etkilerini azaltan ya da ortadan kaldıran, bireyin uyum sağlama ya da etkili baş etme gibi özelliklerle üstesinden gelebildiği dinamik bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Psikolojik sağlımlık, stresin zayıflatıcı etkilerini ortadan kaldıran bir önleme stratejisi olarak görülmektedir (Hu, Zhang and Wang 2015; Tusaie ve Dyer 2004).

Bireyler, yaşamları boyunca olumlu ya da olumsuz sonuçlanan birçok stresli olayla karşılaşır. Bazı bireyler bu olaylarla etkili şekilde mücadele edebilse de, bazıları bunu başaramamaktadır. Stresli olaylarla etkili mücadele edebilen bireyler; stres/zorluklara karşı fiziksel ve ruhsal sağlıklarını devam ettirebildiğinden psikolojik sağlımlığı yüksek bireyler olarak tanımlanmaktadır. Bu bireyler, stresin olası zararlı etkilerinden korunmak ve psikolojik sağlımlıklarını geliştirmek için etkili baş etme stratejilerini kullanırlar ve stresli durumlarla mücadeleyi kendilerini geliştirebilecekleri fırsatlara dönüştürürler (Kaner ve Bayraklı 2009). Bu bağlamda

psikolojik sağlamlık, stresli olaylarla yüzleşmede olumlu ve adaptif bir yoldur denilebilir.



Şekil 1. Öğrencilerin Psikolojik Sağlamlıkları İle Öz Yeterlik Sosyal Destek ve Etkili Baş Etme Arasındaki İlişkide Algılanan Stresin Aracı Rolü

SONUÇ VE ÖNERİLER

Kurgulanan model doğrultusunda yapılan regresyon analizinde; psikolojik sağlamlığın algılanan stresin alt boyutu olan yetersiz özyeterlik algısını azalttığı, algılanan stresin etkili baş etmenin alt boyutu olan sosyal desteğe başvurmayı azalttığı ve algılanan stresin alt boyutu olan yetersiz özyeterlik algısının etkili baş etmenin alt boyutu olan sosyal desteğe başvurmayı azalttığı belirlendi.

Araştırma sonucunda elde edilen bulguların; hemşirelik öğrencilerinin risk faktörlerinin saptanması, bireysel koruyucu faktörlerinin belirlenmesi ve bu faktörlerin kazandırılması/geliştirilmesi için yapılacak uygulamalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu uygulamalar; stresin en aza indiği akademik

ve klinik ortamların sağlanması, öğrencilerin bireysel risk ve koruyucu faktörlerini belirlemeleri ve psikolojik sağlamlıklarını geliştirmeleri için seminer planlamalarının yapılması ve psikiyatri hemşireliği alanında uzmanlaşmış öğretim üye/elemanlarının profesyonel destek sağlaması olarak örneklendirilebilir.

Araştırma bulguları doğrultusunda; daha geniş ve erkek öğrenci sayısının fazla olduğu örneklem gruplarında çalışmanın tekrarlanması, psikolojik sağlamlık ile diğer risk faktörleri, koruyucu faktörler ve olumlu sonuç kriterlerinin ilişkisini inceleyen çalışmalar yapılması, hemşirelik uygulamalarını farklı hasta bakım alanlarında gerçekleştiren öğrencilerle çalışılması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Abolghasemi A, Taklavi Varaniyab S.** Resilience and Perceived Stress: Predictors of Life Satisfaction in The Students of Success and Failure. *Social and Behavioral Sciences* 2010;5:748-52.
- Atasoy I, Sütütemiz N.** Bir Grup Hemşirelik Son Sınıf Öğrencisinin Hemşirelik Eğitimi İle İlgili Görüşleri. *İ.Ü.F.N. Hem. Derg* 2014;22(2):94-104.
- Baran M, Küçükakça G, Ayrar G.** Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek

Düzeyinin Sigara Kullanımı Üzerine Etkisi. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi* 2014;15(1): 9-15.

Bonanno GA, Galea S, Bucciarelli A, Vlahov D. What Predicts Psychological Resilience After Disaster? The Role of Demographics, Resources, and Life Stress. *J Consult Clin Psychol* 2007;75(5):671-82.

Campbell-Sills L, Cohan SL, Stein, MB. Relationship of Resilience to Personality, Coping, and Psychiatric Symptoms in Young Adults. *Behav Res Ther* 2006;44(4):585-99.

- Cobus M.** Nurses's Deployment Risk and Resilience in Times of War Conflicts: Checking The Status, Reporting The Future. *American Journal of Health Sciences* 2015;6(1):75-82.
- Çelikkalp Ü, Aydın A, Temel M.** Bir Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü Öğrencilerinin Aldıkları Eğitime İlişkin Görüşleri. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi* 2010;3(2):2-14.
- Davydov DM, Stewart R, Ritchie K, Chaudieu I.** Resilience and Mental Health. *Clin Psychol Rev* 2010;30(5):479-95.
- Dawson M, Pooley JA.** Resilience: The Role of Optimism, Perceived Parental Autonomy Support and Perceived Social Support in First Year University Students. *Journal of Education and Training Studies* 2013;1(2):38-49.
- Dixon SK, Robinson Kurpius SE.** Depression and College Stress Among University Undergraduates: Do Matter and Self-Esteem Make a Difference?. *Journal of College Student Development* 2008;49(5):412-24.
- Eker D, Arkar H, Yıldız H.** Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Gözden Geçirilmiş Formunun Faktör Yapısı, Geçerlik ve Güvenirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi* 2001;12(1):17-25.
- Erdogan E, Ozdogan O, Erdogan M.** University Students' Resilience Level: The Effect of Gender and Faculty. *Social and Behavioral Sciences* 2015;186:1262-67.
- Ergöl Ş, Kürtüncü M.** Hemşirelik Öğrencilerinin Uygulama Alanlarında Karşılaştıkları Şiddet. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi* 2013;3(1):65-9.
- Eskin M, Harlak H, Demirkıran F, Dereboy Ç.** Algılanan Stres Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Güvenirlik ve Geçerlik Analizi. *New/Yeni Symposium Journal* 2013;51(3):132-40.
- Fletcher, D, Sarkar M.** Psychological Resilience: A Review and Critique of Definitions, Concepts, and Theory. *European Psychologist* 2013;18(1):12-23.
- Garcia-Dia MJ, DiNapoli JM, Garcia-Ona L, Jakubowski R, O'Flaherty D.** Concept Analysis: Resilience. *Arch Psychiatr Nurs* 2013;27(6):264-70.
- Garcia-Izquierdo M, Rios-Risque MI, Carrillo-Garcia C, Sabuco-Tebar EIA.** The Moderating Role of Resilience in The Relationship Between Academic Burnout and The Perception of Psychological Health in Nursing Students. *Educational Psychology* 2015:1-13.
- Garza KK, Bain SF, Kupczynski L.** Resiliency, Self-Efficacy, and Persistence of College Seniors in Higher Education. *Research in Higher Education Journal* 2014;26:1-19.
- Gillespie, BM, Chaboyer W, Wallis M.** The Influence of Personal Characteristics on the Resilience of Operating Room Nurses: A Predictor Study. *Int J Nurs Stud* 2009;46(7):968-76.
- Gizir CA.** Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 2007;3(28):113-28.
- Güler Ö, Çınar S.** Hemşirelik Öğrencilerinin Algıladıkları Stresörler ve Kullandıkları Başetme Yöntemlerinin Belirlenmesi. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi* 2010;Özel Sayı:253-61.
- Güngörmüş K, Okanlı A, Kocabeyoğlu T.** Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi* 2015;6(1):9-14.
- Hamdan-Mansour AM, Azzeghaiby SN, Alzoghaybi IN, Al Badawi TH, Nassar OS, Shaheen AM.** Correlates of Resilience Among University Students. *American Journal of Nursing Research* 2014;2(4):74-9.
- Hisli Şahin N, Durak A.** Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: Üniversite Öğrencileri İçin Uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi* 1995;10(34):56-73.
- Hu T, Zhang D, Wang J.** A Meta-Analysis of The Trait Resilience and Mental Health. *Personality and Individual Differences* 2015;76:18-27.
- Kaner S, Bayraklı H.** Zihinsel Engelli ve Engelli Olmayan Çocuklu Annelerde Yılmazlık, Sosyal Destek ve Stresle Başa Çıkma Becerileri. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama Dergisi* 2009;8(15):115-33.
- Kararımak Ö.** Establishing The Psychometric Qualities of The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) Using Exploratory and Confirmatory Factor Analysis in Trauma Survivor Sample. *Psychiatry Res* 2010;179(3):350-6.
- Kararımak Ö.** Psikolojik Sağlamlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 2006;3(26):129-42.
- King, KA, Vidourek, RA, Merianos AL, Singh M.** A study of stress, social support, and perceived happiness among college students. *The Journal of Happiness & Well-Being* 2014;2(2):132-44.
- Malkoç A, Yalçın İ.** Relationships Among Resilience, Social Support, Coping, and Psychological Well Being Among University Students. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal* 2015;5(43):35-43.
- McAllister M., McKinnon J.** The Importance of Teaching and Learning Resilience in The Health Disciplines: A Critical Review of The Literature. *Nurse Educ Today* 2009; 29(4):371-9.
- Mealer M, Jones J, Newman J, McFann KK, Rothbaum B, Moss M.** The Presence of Resilience Is Associated With A Healthier Psychological Profile In Intensive Care Unit Nurses: Results of National Survey. *Int J Nurs Stud* 2012;49(3):292-99.
- Misra R, McKean M, West S, Russo T.** Academic Stress of College Students: Comparison of Student and Faculty Perceptions. *College Student Journal* 2000;34(2):236-45.
- Moon W, Kwon M, Chung K.** Influence of Academic Resilience, Self-Efficacy and Depression on College Life Adjustment in Korea's Nursing

- College Students. *Indian Journal of Science and Technology* 2015;8(19):1-4.
- Önder A, Gülay H.** İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi* 2008;23:192-7.
- Öz F, Bahadır Yılmaz E.** Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlamlık. *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi* 2009;16(3):82-9.
- Öz F, İnci F, Bahadır Yılmaz E.** Hemşirelik öğrencilerinin ölüm kaygısı ile psikolojik sağlamlık düzeyleri ve aralarındaki ilişki. *New/Yeni Symposium Journal* 2012, 50(4), 229-36.
- Peng L, Zhang J, Li M, Li P, Zhang Y, Zuo X et al.** Negative Life Events and Mental Health of Chinese Medical Students: The Effect of Resilience, Personality and Social Support. *Psychiatry Res* 2012;196(1):138-41.
- Pidgeon, AM, Rowe, NF, Stapleton P, Magyar HB, Lo, BCY.** Examining Characteristics of Resilience Among University Students: An International Study. *Open Journal of Social Sciences* 2014;2(11):14-22.
- Pourafzal F, Seyedfatemi N, Inanloo M, Haghani H.** Relationship between perceived stress with resilience among undergraduate nursing students. *HAYAT* 2013; 19(1):41-52.
- Rushton CH, Batcheller J, Schroeder, K, Donohue P.** Burnout and Resilience Among Nurses Practicing in High-Intensity Settings. *Am J Crit Care* 2015;24(5):412-20.
- Sabouripour F, Bte Roslan S.** Resilience, Optimism and Social Support Among International Students. *Asian Social Science* 2015;11(15):159-70.
- Sagone E, Elvira De Caroli M.** Relationships Between Resilience, Self-Efficacy, and Thinking Styles in Italian Middle Adolescents. *Social and Behavioral Sciences* 2013;92: 838-45.
- Savcı M, Aysan F.** Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Stres Düzeyi İle Stresle İle Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişki. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi* 2014;3:44-56.
- Somaiya M, Kolpakwar S, Faye A, Kamath R.** Study of Mechanisms of Coping, Resilience and Quality of Life in Medical Undergraduates. *Indian Journal of Social Psychiatry* 2015;31(1-2):19-28.
- Sossah L, Asiedu Y.** Stress Management and Resilience in Junior and Senior Nursing Students in Ghana. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences* 2015;3(2):46-53.
- Splan RK, Brooks RM, Porr S, Broyles TW.** Resiliency and Achievement Goal Orientation Among Agricultural Students. *NACTA Journal* 2011;55(4):31-8.
- Stanley S, Bhuvanewari GM.** Stress, Anxiety, Resilience and Coping in Social Work Students (A Study From India). *Social Work Education* 2016;35(1):78-88.
- Steinhardt M, Dolbier C.** Evaluation of A Resilience Intervention to Enhance Coping Strategies and Protective Factors and Decrease Symptomatology. *J Am Coll Health* 2008;56(4):445-53.
- Stephens TM.** Nursing Student Resilience: A Concept Clarification. *Nurs Forum* 2013;48(2):125-33.
- Taylor H, Reyes H.** Self-efficacy and Resilience in Baccalaureate Nursing Students. *Int J Nurs Educ Scholarsh* 2012;9(1):1-13.
- Temel E, Bahar A, Çuhadar D.** Öğrenci Hemşirelerin Stresle Başetme Tazları ve Depresyon Düzeylerinin Belirlenmesi. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi* 2007;2(5):107-18.
- Terzi Ş.** Secure Attachment Style, Coping With Stress and Resilience Among University Students. *The Journal of Happiness & Well-Being* 2013;1(2):101-14.
- Terzi Ş.** Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 2008;3(29):1-11.
- Tusaie K, Dyer J.** Resilience: A Historical Review of The Construct. *Holist Nurs Pract* 2004;18(1):3-8.
- Türedi E, Miman M, Sarı İ, Bekiroğulları Z.** Assessment of Self-Efficacy Levels of Toros University Students. *International Journal of Human Sciences* 2013;10(2):462-66.
- Ülker Tümlü G, Receptoğlu E.** Üniversite Akademik Personelinin Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi* 2013;3(3):205-13.
- Ünsar S, Kurt Sadırlı S, Demir M, Zafer R, Erol Ö.** Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek Düzeyleri ve Etkileyen Etmenler. *DEUHYO ED* 2009;1(1):17-29.
- Weidong J, Guoquan Z, Yaosheng P, Shumin Z, Daoliang Y, Guangyao L et al.** Relationship Between Resilience and Social Support, Coping Style of Students in Middle School. *European Psychiatry* 2012;27(1):1.
- Wilks SE, Spivey CA.** Resilience in Undergraduate Social Work Students: Social Support and Adjustment to Academic Stress. *Social Work Education* 2010;29(3):276-88.
- Wilks SE.** Resilience Amid Academic Stress: The Moderating Impact of Social Support Among Social Work Students. *Advances in Social Work* 2008;9(2):106-25.
- Yıldırım F, İlhan İÖ.** Genel Özyeterlilik Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi* 2010;21(4):301-8.
- Yılmaz E, Yılmaz E, Karaca F.** Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Genel Tıp Derg* 2008;18(2):71-9.