



Hemşirelik Öğrencilerinin Tolerans Düzeyleri İle Öfke Kontrolleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Review of the Relationship between Tolerance Level and Anger Management of the Nursing Students

Songül Duran¹, Ayşe Karadaş¹, Eda Kadder²

¹Balıkesir Üniversitesi Balıkesir Sağlık Yüksekokulu, Balıkesir, Türkiye.

²Sakarya Akyazı Devlet Hastanesi Acil Servisi, Sakarya, Türkiye.

Özet

Amaç: Bu çalışma hemşirelik öğrencilerinin öfke kontrolleri ile tolerans düzeyleri arasındaki ilişkiyi çeşitli sosyodemografik verilere göre belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak yapılmıştır.

Materyal-Metod: Araştırmanın örneklemini, 12.12.14 - 09.01.2015 tarihleri arasında, Balıkesir Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümünde öğrenim gören ve çalışmaya katılmayı kabul eden 424 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma verileri, kişisel bilgi formu ve Tolerans Ölçeği ve Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği (SÖ-ÖTÖ) kullanılarak toplanmıştır. Elde edilen veriler bilgisayar ortamında yüzdelik, ortalama, t testi, One Way Anova analizleri ile değerlendirilmiştir.

Bulgular: Öğrencilerin sürekli öfke düzey puan ortalaması 22.84±5.81, Öfke Tarz Ölçeği'nin kontrol altına alınmış öfke alt boyutunun puan ortalaması 21.38±4.38, dışa vurulmuş öfke alt boyutunun puan ortalaması 16.97±4.51 ve bastırılmış öfke puan ortalamasının 17.44±4.29, tolerans ölçeği puan ortalamasının 64.51± 16.61 görülmüştür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin Tolerans puanları ve sürekli öfke-öfke tarz puan ortalamalarının yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, baba mesleği, babanın-annenin eğitim düzeyi, evde yaşayan kişi sayısına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi/One way ANOVA sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanamamıştır. Öğrencilerin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği puanları ile Tolerans Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlılık taşıyan ilişkiler bulunmuştur.

Sonuçlar: Hemşirelik öğrencileri öfke duygularını yaşayabilmektedir. Hemşirelik öğrencilerinin öfke enerjisini olumlu bir şekilde kullanmaları için rehberlik programlarının düzenlenmesinin gerektiği ve böylece tolerans düzeylerinin de olumlu şekilde etkilenebileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Hemşirelik Öğrencisi, Öfke Kontrolü, Tolerans Düzeyi

Abstract

Objective: This study was conducted in order to determine the relationship between anger management and tolerance level of the nursing students according to various socio-demographic data as descriptive.

Material-Method: The Study Sample comprised of 424 students that study at Nursing Department of Balıkesir University Health High School between the dates 11/01/2014-02/26/2015 and accept to participate in the study. Research data was collected via personal information form, Tolerance Scale and Trait Anger and Anger Style Scales. The obtained data was assessed with percentage, average, t test and One Way Anova analysis.

Results: The mean value of the trait anger level of students was 22.84±5.81. It was also seen that the mean value of the anger control subscale was 21.38±4.38, the mean value of the anger-out subscale was 16.97±4.51, the mean value of the anger-in subscale was 17.44±4.29 and the mean value of the tolerance scale was 64.51±16.61.

Statistically, a significant difference was not detected as a result of t test and one way Anova conducted to determine whether tolerance average scores and Anger Subscale Average Scores of the students participating in the study change within the context of age, gender, income level, father's occupation, parents' education level and the number of people living in their house. Statistically significant relationships were found between students' Trait Anger and Anger Expression Scales scores and the Tolerance Scale scores.

Conclusion: Nursing students may experience feelings of anger. It is thought that guidance programmes should be established in order to use nursing students' anger energy positively, and that their tolerance levels also can be influenced in a positive way.

Keywords: Nursing Student, Anger Management, Tolerance Level

Giriş ve Amaç

Genel tanımı ile öfke; bireyin planları, istek ve gereksinimleri engellendiğinde ya da haksızlık, adaletsizlik ve kendi benliğine yönelik bir tehdit algıladığında yaşadığı temel duygulardan biridir (1). Öfke diğer duygular gibi son derece doğal, evrensel ve sağlıklı olarak ifade edildiğinde yapıcı ve kişilerarası iletişimi düzeltici olabilen bir duygudur. Ancak öfke kontrol edilemeyen ve yıkıcı bir biçimde davranışlara yansarak saldırgan ve son derece tahrip edici tepkilere dönüşme potansiyeline sahiptir (2). Öfke, durumluk ve sürekli öfke olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Durumluk öfke, belli bir duruma dayalı olarak ortaya çıkar ve öfkenin şiddeti bireyin algıladığı saldırı, haksızlık ya da engellenmenin şiddetine göre değişmektedir. Sürekli öfke ise çok sayıda durum ya da ortamı can sıkıcı ya da engelleyici olarak algılama ve buna bağlı olarak daha sık durumluk öfke yaşama eğilimi olarak tanımlanmaktadır (3). Öfke ifade tarzları içe yönelik öfke, dışa yönelik öfke ve kontrol edilen öfke olarak üç boyutta ele alınmaktadır (4,5). Dışa yönelik öfke; oluşan öfke duygusunun sözel olarak veya davranışa dökülerek dışarıya aktarılmasıdır ve öfkenin yol açtığı stresle başa çıkamada uyumsuz bir tepkidir (6). İçe yönelik öfke; öfke yaratan düşünce ve duyguları bastırma eğilimini (7), öfke kontrolü ise kişinin başkalarıyla ilişkilerinde öfkesini ne ölçüde kontrol ettiği veya ne ölçüde sakinleşme eğiliminde olduğunu belirten durum, bireysel tepkilerle öfkeyi ifade eden kontrol deneyimleridir (6). Öfkenin kontrolü, zannedildiği gibi öfkenin bastırılması ya da tepki verilmemesi anlamına gelmemektedir. Aksine, daha sakin ve mantıklı şekilde, daha etkili olarak öfke yaşantısının oluşturduğu olumsuz duygulanım ile başetmeyi sağlayacak sorun çözme, iletişim becerilerini kullanma gibi yöntemleri kapsamaktadır (8). Öfke ve ifade ediliş biçimi, kişilerarası ilişkilerde, ruhsal ve fiziksel sorunlarda önemli rol oynamaktadır (9). Kızgınlığın şiddeti artıp öfke boyutuna ulaştığı zaman ergen bu duygusunu bastırır veya kontrol edemezse, fizyolojik, ruhsal ve toplumsal sorunlar yaşayabilir (10). Öfke uygun şekilde ifade edilmediğinde, öfkelenen kişinin yalnızlaşmasına, etrafındaki insanların kendisinden uzaklaşmasına, düşük benlik algısına, kişilerarası ve aile içi iletişim çatışmalarına ve suçluluk duygusuna neden olabilmektedir (11). Kontrol edilemeyen öfkenin depresyon, madde kullanımı, intihara eğilim ve şiddet ve suç iel sonuçlanabilir (12). Özellikle ergenlerde görülen bazı davranışsal (çekingenlik, sessizlik, ağlama, mutsuzluk, anoreksiya, bulimia vb) ve fizyolojik sorunlara (terleme, baş ağrısı, nefes almakta zorlanma vb.) öfkenin uygun bir şekilde ifade edilememesinin neden olduğu belirtilmektedir (13). Fakat kişiler öfkelendiklerinde kendilerini haklı gördükleri ve sürekli savunma içinde oldukları için öfke duygusunun kontrolü diğer duygulara göre daha zordur. Bu nedenle bireyin öfke duygusunu tanıması, öfke duygusunu kontrol edebilmesi, öfkesini uygun zamanda uygun kişiye yöneltebilmesi, olumlu bir yaşam sürdürebilmesi, çevresi ile sağlıklı ilişkiler kurabilmesi için temel teşkil etmektedir (14). Öfkeyle başa çıkma, onun bastırılmasını ve saklanmasını değil, tanınmasını gerektirir (8).

Bireyler çevrelerindeki olay ve kişileri kendilerine yönelik bir tehdit olarak algıladıklarında yaşanan gerilimin düzeyi artacak ve tolerans düzeyleri düşecektir. Bunun doğal sonucu olarak da gösterilen tepki öfke ve saldırganlık olacaktır (15). Tolerans genel anlamda herhangi bir zarar görmeden strese, yüke, acıya baskıya dayanma katlanma yetisi anlamına gelmektedir (16). Tolerans; sahip olunan gücün kullanılmasından kaçınmaktır. Bu kaçınmada bir gerilim söz konusu olup, beraberinde bir katlanma ve tahammül etmeyi getirmektedir. Toleransta, aklın yer aldığı, mantık çerçevesinde pratik zorlukların getirdiği bir anlayış vardır. Herhangi bir şeyin yarattığı rahatsızlığı veya yıkımı onarabildiğimiz ve aklımızla bunun gerekliliğini kabul ettiğimiz oranda tolerans gösterebiliriz, bu gerçekleşmez ise sınırların aşıldığı kabul edilip, rahatsızlık yaşanacaktır (16).

Tolerans düzeyinin de kabul edilebilir sınırlarda (ortalamanın bir standart sapma altı ile bir standart sapma üstü arası kabul düzeyidir) olması önemlidir (17). Toleranssız olarak kabul edilen kişilerin engellenmeler karşısında daha dayanıksız oldukları ve sıklıkla öfkeli tepkiler verdikleri bilinmektedir (15). Tolerans düzeyi normalden çok yüksek sınırlarda olan kişiler öfkelerini daha çok bastırma yolunu kullanarak da öfke kontrolünde sorunlar yaşayabilirler (16).

Ergenliğin bitimi ile toplum yaşamında tam sorumluluk alma ve bağımsızlığa ulaşma dönemi arasındaki bir basamakta olan üniversite yaşamındaki gençlerin fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden olgunlaşma dönemi halen sürmektedir. Bunun yanı sıra farklı kültürel evrelerle iletişim zorluğu, sorumluluk artışı, farklılaşan ebeveyn çocuk ilişkileri, kimlik kazanımı, karşı cinsle iletişim ve meslek kaygısı gibi sorunlar ve bunlara uyum güçlükleri yaşanabilmektedir. Bu sorunlar karşısında üniversite gençliği yetersizlik, engellenme, öfke ve düşmanlık duygularını yoğun bir şekilde yaşayabilmektedir (18). Hemşirelik öğrencileri gelecekteki sağlık bakımını sunan profesyoneller olarak diğer üniversite öğrencilerine göre olumsuz duyguları daha yoğun yaşayabilmektedir (19). Bu duygusal durum öfke ve engellenmeye dönüşebilir ve hemşirelik bakım ve uygulamalarında düşük kaliteye yol açabilir (19).

Birey, aile ve toplumun sağlığını korumak ve geliştirmek, bakım ve tedavi sorumluluğunu üstlenmek üzere eğitilen ve geleceğin sağlık bakım profesyonelleri olan hemşirelik öğrencilerinin öncelikle kendilerinin biyo-psiko-sosyal yönden sağlıklı olmaları gerekmektedir. Ancak öfkesini kontrol edemeyen, anlamlı ve doyum sağlayan ilişkiler kuramayan hemşirelik öğrencileri; hizmet verdikleri bireye ve/veya yakınlarına, topluma, meslektaşlarına, sağlık ekibi üyelerine karşı sorumluluklarını yerine getirmede bir takım güçlüklerle karşılaşır. Eğitim sürecinde bu sorunların saptanması, gerekli desteğin belirlenmesi ve sağlanması öğrencinin bireysel, eğitsel ve mesleki açıdan gelişimi için oldukça değerlidir (20).

Tüm bu veriler ışığında bu çalışma, hemşirelik öğrencilerinin öfke kontrolleri ile tolerans düzeyleri arasındaki ilişkiyi çeşitli sosyodemografik verilere göre belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak yapılmıştır.

Materyal-Method

Tanımlayıcı tipte yapılan bu araştırmanın örneklemini,

12.12.14-09.01.2015 tarihleri arasında, Balıkesir Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu'nda Hemşirelik Bölümünde öğrenim gören ve çalışmaya katılmayı kabul eden 424 öğrenci oluşturmuştur. Çalışma için Balıkesir Sağlık Yüksekokulu Müdürlüğü'nden yazılı izin, araştırmaya katılmayı kabul eden öğrencilerden sözlü onam alınmıştır. Araştırma verileri, kişisel bilgi formu ve Tolerans Ölçeği ve Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği (SÖ-ÖTÖ) kullanılarak toplanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Bu formda bireyin yaşı, cinsiyeti, anne/baba eğitim durumu, anne çalışma durumu, babanın mesleği, evde yaşayan kişi sayısı, gelir düzeyi gibi sosyodemografik verileri içeren sorular yer almaktadır.

Tolerans Ölçeği: 2004 yılında Ersanlı tarafından geliştirilen Tolerans Ölçeği 30 maddeden oluşmakta ve bireylerin tolerans düzeylerini ölçmektedir. Ölçekte yer alan listedeki her bir ifade için bireyin davranışlarını ne ölçüde yansıttığını belirtmek için, ters puanlanan 11. madde dışındaki diğer maddelerden 1-5 arasında alınan puanlarla hesaplanır. Yüksek puan bireyin yüksek düzeyde toleranslı olduğunu gösterir. Tolerans Ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarına 350 kişi katılmıştır. Tolerans Ölçeğinin güvenirliğini belirlemek amacıyla iç tutarlılık katsayısı, iki yarım test güvenirliği ve test-tekrar test güvenirliği hesaplanmıştır. Bu değerlendirmeye ilişkin ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .78 olarak bulunmuştur. İki yarım test güvenirliği .81 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test tekniği ile güvenirlik hesaplaması ise .79 olarak bulunmuştur. İki uygulamadan elde edilen puanlar için saptanan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı .90 olarak elde edilmiştir (21).

Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği (SÖ-ÖTÖ): Geçerliliği ve güvenirliği Özer (1994) tarafından yapılmış ölçek; 34 maddeden oluşmaktadır. 34 maddelik 4 aşamalı likert tipi bir ölçektir. Sürekli öfke ve öfke tarzı olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Sürekli öfke 10 soru (bu boyuttan en düşük 10, en yüksek 40 puan alınabilmektedir), öfke tarzı ise 24 sorudur. öfke tarzı; "bastırılmış öfke" (8 soru), "dışa vurulmuş öfke" (8 soru) ve "kontrol altına alınmış öfke" (8 soru) olmak üzere üç alt boyuta ayrılmıştır. Öfke tarzı alt boyutunda yer alan bastırılmış öfke, dışa vurulmuş öfke, kontrol altına alınmış öfke boyutlarının her birinden alınabilecek puanlar 8-32 arasındadır. Sürekli öfke alt boyutundan alınan yüksek puanlar, öfke düzeyinin yüksek olduğunu; bastırılmış öfke alt boyutundaki yüksek puanlar öfkenin bastırılmış olduğunu; dışa vurulmuş öfke alt boyutundaki yüksek puanlar öfkenin kolayca ifade ediliyor olduğunu; kontrol altına alınmış öfke alt boyutundan alınan yüksek puanlar öfkenin kontrol edilebildiğini göstermektedir. Özer yaptığı güvenirlik çalışmasında; ölçeği çeşitli örneklem gruplarına uygulamış ve iç tutarlık katsayıları ile ilgili yaptığı analizlerde sürekli öfke ölçeğinin Cronbach alfa değerini 0.67 ile 0.92; öfkeyi kontrol etme ölçeğinin Cronbach alfa değerini 0.80-0.90; öfkeyi dışa vurma ölçeğinin alfa değerini 0.69-0.91 ve öfkeyi içte tutma ölçeğinin Cronbach alfa değerini 0.58-0.76 arasında bulmuştur (17, 20, 22).

Elde edilen veriler yüzdeler, ortalama, t testi, One Way Anova analizleri ile değerlendirilmiştir. $p < 0.05$ değeri

istatistiksel anlamlılık sınırı olarak kabul edilmiştir.

Bulgular

Tablo 1'de çalışmaya katılan öğrencilerin tanıtıcı özellikleri verilmiştir. Öğrencilerin %76.7'si kadın, %23.3'ü erkektir. %19.8'i 17-18 yaş aralığında iken, %40.1'i 19-20 yaş aralığında, %40'ı 21 yaş ve üzerindedir. Öğrencilerin babalarının eğitim düzeyine bakıldığında %1.9'u okuma yazma bilmemekte, %38.9'u ilkököl mezunu veya okuma yazma bilmemekte, %29.5'u lise mezunu %14.9'u ortaokul mezunu ve %14.9'u lisans ve üzeri eğitim almıştır. Annelerin eğitim durumuna bakıldığında %9'u okuma yazma bilmemekte, %50.7'si ilkököl mezunu veya okuma yazma bilmemekte, %19.3'ü lise mezunu %17.9'u ortaokul mezunu ve %3.1'i lisans ve üzeri eğitim almıştır. Babanın çalışma durumuna bakıldığında en yüksek oranda %30.7'si olarak serbest meslek cevabını vermişlerdir. Annenin çalışma durumuna bakıldığında %69.8'i çalışmıyor, %27.2'si çalışıyor %3.1'i emekli yanıtı alınmıştır.

Tablo 1. Araştırmaya katılan öğrencilerin tanıtıcı özellikleri

| Tanıtıcı özellikler | n | % |
|-------------------------------|-----|------|
| Cinsiyet | | |
| Erkek | 99 | 23.3 |
| Kadın | 325 | 76.7 |
| Yaş | | |
| 17-18 | 84 | 19.8 |
| 19-20 | 170 | 40.1 |
| 21 ve üzeri | 170 | 40.0 |
| Babanın eğitim durumu | | |
| Okuma yazma bilmiyor | 8 | 1.9 |
| Okuryazar veya ilkököl mezunu | 165 | 38.9 |
| Ortaokul mezunu | 63 | 14.9 |
| Lise mezunu | 125 | 29.5 |
| Lisans ve üzeri eğitim alan | 63 | 14.9 |
| Annenin eğitim durumu | | |
| Okuma yazma bilmiyor | 38 | 9.0 |
| Okuryazar veya ilkököl mezunu | 215 | 50.7 |
| Ortaokul mezunu | 76 | 17.9 |
| Lise mezunu | 82 | 19.3 |
| Lisans ve üzeri eğitim alan | 13 | 3.1 |
| Babanın mesleği | | |
| Çalışmıyor | 19 | 4.5 |
| Emekli | 100 | 23.6 |
| Memur | 67 | 15.8 |
| Çiftçi | 52 | 12.3 |
| İşçi | 56 | 13.2 |
| Serbest meslek | 130 | 30.7 |
| Annenin çalışma durumu | | |
| Çalışıyor | 115 | 27.2 |
| Çalışmıyor | 296 | 69.8 |
| Emekli | 13 | 3.1 |

Tablo 2. Öğrencilerin tolerans ölçeği ve sürekli öfke ve öfke tarz ölçeği puan ortalamaları

| Tolerans ve Öfke düzeyleri | Ortalama | SS | Min | Max |
|----------------------------|----------|-------|-----|-----|
| Tolerans | 64.51 | 16.61 | 33 | 146 |
| Sürekli öfke | 22.84 | 5.81 | 10 | 40 |
| Öfke içte tutma | 17.44 | 4.29 | 8 | 32 |
| Öfke dışa vurma | 16.97 | 4.51 | 8 | 32 |
| Öfke kontrol | 21.38 | 4.39 | 8 | 32 |

Tablo 3. Öğrencilerin tolerans düzeyleri ile öfke ve öfke ifade tarzları ile ilişkisi

| | Tolerans | |
|-----------------|----------|------|
| | r | p |
| Sürekli öfke | -0.178** | .000 |
| Öfke içte tutma | .086 | .079 |
| Öfke dışa vurma | -.007 | .882 |
| Öfke kontrolü | 0.181 | .000 |

Tablo 2’de öğrencilerin tolerans ve öfke puan ortalamaları yer almaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin ortalama tolerans düzeyleri 64.51±16.61 olarak bulunmuştur. Araştırmaya katılan öğrencilerin öfke alt boyut puan ortalamalarına bakıldığında; sürekli öfke düzeyleri 22.84 ± 5.81, öfke içte tutma düzeyleri 17.44±4.29, öfke dışa vurma düzeyleri 16.97±4.51 ve öfke kontrol düzeyleri 21.38±4.39 olarak bulunmuştur.

Araştırmaya katılan öğrencilerin Tolerans puanları ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunamamıştır (t=1.817; p=0.070). Araştırmaya katılan öğrencilerin Tolerans puanları ortalamalarının yaşa göre (F=1.647; p=0.161), ekonomik duruma göre (F=.214; p=0.972), babanın eğitim durumuna göre (F=.904; p=0.461), annenin eğitim durumuna göre (F=1.892; p=0.111), annenin çalışma durumuna göre (F=1.846; p=0.138), evde yaşadığı kişiler (F=0.853; p=0.492), kardeş sayısı (F=0.901; p=0.494) ve babanın mesleğine göre (F=1.767; p=0.118) anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunamamıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin öfke alt boyut puan ortalamalarının yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, baba mesleği, babanın-annenin eğitim düzeyi, evde yaşayan kişi sayısına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi/One way ANOVA sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanamamıştır.

Tablo 3, öğrencilerin öfke ve öfke ifade tarzları ile tolerans düzeyleri arasındaki ilişkiyi göstermektedir. Durumluluk sürekli öfke ölçeğinin Sürekli öfke alt boyutu ile tolerans düzeyi arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda, negatif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmuştur (r=-0.178; p=0.000). Öfke kontrolü alt boyutu ile tolerans düzeyi arasındaki ilişkiyi belirlemek

üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, istatistiksel olarak anlamlı olmasa da pozitif yönde ilişki bulunmuştur (r=0.181; p=0.000). Öfke içte tutma ve öfke dışa vurma alt boyutu ile tolerans düzeyi arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Tartışma

Hemşirelik öğrencileri zihinsel ve fiziksel olarak savunmasız olan hastalara ve ailelerine uygun hemşirelik bakımını sağlayan sağlık bakım profesyonelleri olmak niyetindedirler. Öğrenciler hasta ve ailelere uygun duygusal tepkileri veremedikleri için zorluk ve öfkeli duygular yaşayabilir (19). Bu çalışmada hemşirelik öğrencilerinin öfke ifade tarzları ve tolerans düzeyleri araştırılmıştır.

Bu çalışmadaki öğrencilerin sürekli öfke düzeyleri ve öfke ifade tarzları, ölçekten alınabilecek en alt ve en üst puan aralığında incelendiğinde, öğrencilerin sürekli öfke (22.84±5.81), öfkeyi içte tutma (17.44±4.29) ve öfke dışa vurma (16.97±4.51) puan ortalamalarının çok yüksek ya da çok düşük olmadığını, öfke kontrolü alt boyutunun ise (21.38±4.39) ortalamasının üstünde olduğunu söyleyebiliriz. Literatürde de bizim çalışmamıza benzer bulgular mevcuttur. Yıldırım ve ark. hemşirelik öğrencileriyle yaptıkları çalışmada sürekli öfke puan ortalamasını (21.87±5.43), öfke içe puan ortalamasını (17.03±4.06), öfke dışa puan ortalamasını (16.10±3.84), öfke kontrol puan ortalamasını (22.25±4.38) olarak saptamışlardır (23). Kaya ve ark. (2012) hemşirelik ve ebellek öğrencileriyle yaptıkları çalışmada öğrencilerin sürekli öfke düzeyi puan ortalamasının 21.61±5.18; öfke tarzı ölçeğinin kontrol altına alınmış öfke alt boyutunun puan ortalamasının 21.59±4.73; dışa vurulmuş öfke alt boyutunun puan ortalamasının 16.68 ±3.92; bastırılmış öfke puan ortalamasının 17.74±3.89 olduğunu saptamışlardır (20). Ata ve ark. (2011) çalışmalarında öğrencilerin sürekli öfke puan ortalamalarını (22.33±6.43) orta, öfke kontrol puan ortalamalarını (21.10±4.83) ortanın biraz üzerinde, öfke içe (16.63±4.04) ve dışa puan ortalamalarını (15.81±4.35) ise orta düzeyin altında olduğunu belirtmişlerdir (24). Hemşirelik mesleği sağlık hizmetine gereksinimi olan birey ve/veya yakınlarına kesintisiz hizmet veren tek sağlık disiplini. Özellikle yataklı sağlık bakımı kurumlarında sağlık sorunu olan bireyin en kolay ulaşabildiği ve 24 saat sürekli hastanın yanında bulunan sağlık ekibi üyesi hemşirelerdir. Bu zor ve yorucu sorumluluk durumunda hemşireler sürekli öfke duygusu yaşamaktadır (20) Kaya ve ark. 2012). Bu anlamda hemşirelik öğrencilerinin öfke kontrol düzeylerinin yüksek çıkması istendik bir durumdur.

Tolerans ölçeğinden alınabilecek minimum ve maksimum puanlara göre öğrencilerin tolerans düzeylerinin (64.51±16.61) orta düzeyde olduğunu söyleyebiliriz. Tolerans düzeyinin kabul edilebilir sınırlar içine çekilmesinin öfke kontrol düzeyini de olumlu yönde etkileyebileceği düşünüldüğünde bu bulgunun olumlu bir sonuç olduğunu söyleyebiliriz.

İster bireysel, ister sosyal anlamda toleransızlık olsun, sonucunda bireyde ve toplumda öfke ve düşmanlık duygularının öne çıktığını görürüz (21). Bu çalışmada örnekleme alınan üniversite öğrencilerinin, Sürekli Öfke Ölçeği ile Tolerans Ölçeği puanları arasında p<.01

düzeyinde ters yönde bir ilişki saptanmıştır. Bu sonuca göre bireylerin tolerans düzeyleri yükseldikçe daha az öfke duygusu yaşayacaklarını söyleyebiliriz. Yazgan çalışmasında öğrencilerin Sürekli Öfke Alt Ölçeği ile Tolerans Ölçeği puanları arasında $p<.01$ düzeyinde ters yönde bir ilişki olduğunu saptamıştır ve tolerans düzeyi yüksek olan kişilerin, tolerans düzeyi düşük olanlara göre, yaşadıkları olay veya karşılaştıkları farklı durumlarda daha az öfke duygusu yaşayacaklarını, çevrelerine karşı daha az öfkeli tepkiler vereceklerini ve öfkelerini daha fazla kontrol edebileceklerini belirtmiştir (21). Bu bulgu bizim çalışmamızı destekler niteliktedir.

Bu çalışmada öğrencilerin, Öfke İçerik Alt Ölçeği ile Tolerans Ölçeği puanları arasında ve Öfke Dışarı Alt Ölçeği ile Tolerans Ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. Yazgan çalışmasında (2007) öğrencilerin, Öfke İçerik Alt Ölçeği ile Tolerans Ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişki saptayamamıştır. Ancak öğrencilerin, Öfke Dışarı Alt Ölçeği ile Tolerans Ölçeği puanları arasında $p<.01$ düzeyinde ters yönde bir ilişki olduğunu saptamıştır (21).

Bu çalışmada örnekleme alınan üniversite öğrencilerinin, Öfke Kontrolü Alt Ölçeği ile Tolerans Ölçeği puanları arasında $p<.01$ düzeyinde pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Diğer bir ifade ile öfke kontrolü arttıkça tolerans düzeyi de artacak veya tolerans düzeyi arttıkça öfke kontrolü de artacaktır. Bu bulguya yönelik öğrencilere verilecek öfke kontrolü eğitiminin olumlu olacağı düşünülmektedir. Yazgan çalışmasında öğrencilerin, Öfke Kontrolü Alt Ölçeği ile Tolerans Ölçeği puanları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu saptamıştır (21).

Sonuçlar

Bu çalışma, geleceğin sağlık bakım profesyonelleri olacak hemşirelik öğrencilerinin öfke düzeyleri, öfke tarzları ve tolerans düzeylerini ölçmesi bakımından önemli bir veri oluşturmaktadır. Bu çalışmadan elde edilen veriler sonucunda; hemşirelik öğrencilerinin sürekli öfke yaşamasına karşın öfke ifade tarzı içinde en yoğun öfkeyi kontrol etme tarzını kullandıkları ve tolerans düzeylerinin orta seviyede olduğunu; sürekli öfke düzeyi ile tolerans düzeyi arasında ters yönde; öfke ifade tarzı ölçeğinden öfke kontrolü ile tolerans düzeyi arasında pozitif yönde korelasyon olduğu saptanmıştır. Çözülmemiş öfke öğrenci ve öğretmenler arasındaki ilişkiyi bozar, öğrenme süreci bozulur ve bu durum hem öğrenci hem de okul için memnuniyetsizlikle sonuçlanır (25). Buna yönelik hemşirelik öğrencilerinin öfke kontrol becerisini arttırmak için eğitimlerin gerektiği ve böylece tolerans düzeyinin de olumlu şekilde etkileneceği düşünülebilir. Benzer çalışmanın daha geniş örneklem grubu ile çalışılması önerilmektedir.

Kaynaklar

1. Adana F, Arslantaş H. Ergenlikte öfke ve öfke yönetiminde okul hemşiresinin rolü. Adnan Menderes Uni Tıp Fak Derg 2011; 12(1): 57 – 62.
2. Soykan Ç. Öfke ve öfke yönetimi. Kriz Derg 2003; 11 (2): 19-27.
3. Arslan C. Öfke ve öfkeyi ifade etme biçimlerinin, stresle başa çıkma ve kişilerarası problem çözme açısından incelenmesi. KUYEB 2010; 10(1): 7-43.

4. Duran Ö, Eldeleklioğlu J. Öfke kontrol programının 15-18 yaş arası ergenler üzerindeki etkililiğinin araştırılması. GEFAD 2010; 25 (3): 267-280.
5. Han A, Jongsoon W, Oksoo K, Lee SE. Anger expression types and interpersonal problems in nurses. Asian Nursing Research 2015; 9 (2):146-51.
6. Siyez DM, Tuna DT. Lise öğrencilerinin öfke kontrolü ve iletişim becerilerinde çözüm odaklı psiko-eğitim programının etkisi. Türk PDR Dergisi 2014; 5 (41): 11-22.
7. Keskin G, Gümüş AB, Engin E. Bir grup sağlık çalışanında öfke ve mizaç özellikleri: İlişkisel bir inceleme. Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi 2011; 24: 199-208.
8. Bayrı F. Hemşirelerin öfke ifade biçimleri ve genel sağlık durumları ile ilişkisinin incelenmesi. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi; 2007.
9. Kaya N, Solmaz Ş. Bir üniversite hastanesinin kulak burun boğaz kliniğinde çalışan hemşirelerin öfke ve öfke ifadesi. Türkiye Klinikleri J Nurs Sci 2009; 1(2): 56-64.
10. Akdeniz M. Öfke kontrolü eğitiminin lise öğrencilerinin öfke kontrolü becerilerine etkisi. Adana: Çukurova Üniversitesi; 2007.
11. Aydın S. Ergenlerin öfke ifade biçimleri, sosyal karşılaştırma düzeyleri, umutsuzluk seviyeleri ve çatışma çözme yaklaşımlarının incelenmesi. İstanbul: Haliç Üniversitesi; 2014.
12. Puskar K, Ren D, Bernardo LM, Haley T, Stark KH. Anger correlated with psychosocial variables in rural youth. Issues in Comprehensive Pediatric Nursing 2008; 31 (2), 71-87.
13. Akal A. Üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal destek ile öfke ifade ediş biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi; 2010.
14. Danışık ND. Ergenlerin sürekli öfke ifade tarzları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki. Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi; 2005.
15. Ersanlı K. Öfke kontrolü ile tolerans düzeyi arasındaki ilişki. Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı; 2007.
16. Kaleli A. Kendine saygı ve tolerans düzeyi arasındaki ilişki. Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi; 2013.
17. Akkoç-Şener M. Acil servis sağlık çalışanlarının tolerans düzeyleri ile öfke kontrolleri arasındaki ilişki. İstanbul: Marmara Üniversitesi; 2011.
18. Bostancı N, Çoban Ş, Tekin Z, Özen A. Üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre öfke ifade etme biçimleri. Kriz Dergisi 2006; 14 (3): 9-18.
19. Cha NH, Sok SR. Depression, self-esteem and anger expression patterns of Korean nursing students. International Council of Nurses 2013; (1), 109-116.
20. Kaya N, Kaya H, Atar NY, Turan N, Eskimez Z, Palloş A, Aktaş A. Hemşirelik ve ebellek öğrencilerinin öfke ve yalnızlık özellikleri. HEAD 2012; 9 (2): 18-26.
21. Yazgan S. Öfke kontrolü ile tolerans düzeyi arasındaki ilişki. Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi; 2007.
22. Özer KA. Sürekli Öfke (SL- Öfke) ve öfke ifade tarzı (Öfke-Tarz) ölçekleri ön çalışması. Turk Psikol Derg 1994; 9(31): 26-35.
23. Yıldırım A, Karakurt P, Hacıhasanoğlu R. Comparison

of the problem solving skills with feeling and expression of anger in nursing students. Atatürk Üni HYO Derg, 2009; 12(1): 57-65.

24. Ata EE, Akpınar Ş, Kelleci M. Üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanımı ile öfke ifade tarzları arasındaki

ilişki. TAF Prev Med Bull 2011; 10(4): 473-480.

25. Shirey MR. An evidence-based solution for minimizing stress and anger in nursing students. Journal of Nursing Education 2007; 46(12): 568-571.