

FLORENCE NIGHTINGALE'İN HAYATINDA MERHAMET YORGUNLUĞUNUN İZLERİ: BİR YORUM

Alev SİVASLI^{1*}, Zinnet Nur YEREBAKAN²

Gönderim Tarihi: 08.05.2025 - Kabul Tarihi: 12.12.2025

Öz

Bu çalışma, modern hemşireliğin kurucusu Florence Nightingale'in yaşadığı fiziksel ve psikolojik semptomları, merhamet yorgunluğu çerçevesinde değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Nightingale'in Kırım Savaşı sonrası dönemde yaşadığı belirtiler, literatürde farklı hastalıklarla ilişkilendirilmiş olmakla birlikte, hastalarıyla kurduğu derin duygusal bağların ve savaş ortamında maruz kaldığı yoğun travmanın, merhamet yorgunluğu ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Bu yorum makalesinde, Nightingale'in kendi yazılı kaynakları çağdaş bilgiler ışığında analiz edilerek, hemşirelik mesleğinin tarihsel gelişiminde duygusal tükenmenin rolü tartışılmaktadır. Bu düşünce yazısı ile araştırmacı tarafından Florence Nightingale'in sağlık sorunlarına alternatif bir açıklama sunulmuş ve hemşirelik literatüründe merhamet yorgunluğu kavramının tarihsel kökenlerine dair farkındalık tekrar gündeme getirilmiştir.

Anahtar Kelimeler: *Florence Nightingale, Hemşirelik, Merhamet yorgunluğu*

TRACES OF COMPASSION FATIGUE IN FLORENCE NIGHTINGALE'S LIFE: A COMMENTARY

Abstract

This study aims to examine the physical and psychological symptoms experienced by Florence Nightingale, the founder of modern nursing, within the framework of compassion fatigue. Although various diseases have been proposed to explain the symptoms Nightingale exhibited after the Crimean War, it is suggested that the profound emotional bonds she formed with her patients and the intense trauma she endured may have contributed to compassion fatigue. In this commentary, Nightingale's own writings are analyzed through a contemporary lens to discuss the role of emotional exhaustion in the historical development of the nursing profession. In this commentary, an alternative explanation for Florence Nightingale's health issues is offered, and awareness is raised regarding the historical roots of compassion fatigue in nursing literature.

Keywords: *Florence Nightingale, Nursing, Compassion fatigue*

1 Dr. Öğretim Üyesi, Nişantaşı Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, İstanbul / Türkiye, aesivasli@gmail.com, ORCID: 0000-0002-0747-2698 *Sorumlu Yazar

2 Arş. Gör., Nişantaşı Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, İstanbul / Türkiye, zinnetnur.yerebakan@nisantasi.edu.tr, ORCID: 0009-0001-9208-1930

Atıf: Sivaslı, A. ve Yerebakan, Z. N. (2025). Florence Nightingale'in hayatında merhamet yorgunluğunun izleri: Bir yorum. *JHSS* 8(3), 125-135. DOI: 10.71416/jhss.1695596

Giriş

Merhamet yorgunluğu, uzun süre boyunca travmatize bireylere bakım verenlerde görülen fiziksel ve duygusal tükenme durumudur. Nitekim tüm hemşireler bu risk altındadır (Peters, 2018). Florence Nightingale, Kırım'dan döndükten sonra bir daha aktif olarak hasta bakımına katılmamış ve yıllarca odasına kapanmasına neden olan bir hastalığa yakalanmıştır. Ancak bu hastalığı onun yazmasına, politika üretmesine engel olmamış ve Nightingale çok sayıda yayın yaparak kariyerinde zirveye çıkarken, hemşirelik biliminin de temellerini oluşturmaya devam etmiştir (Taşkiran ve Temel, 2017). Hemşireliğin kurucusu Florence Nightingale'in son dönem hemşireliği bırakmasına neden olan hastalığı ile ilgili kesin bir tanı yoktur. Literatürde hastalığının cinsel yolla bulaşan bir hastalık olabileceğinden, brusellaya yakalanmış olabileceğinden ya da gerçekte hasta olmadığına hatta hasta taklidi yaptığına kadar bir çok fikir öne sürülmekte ve bu durum onun hatırasına zarar verecek boyutlara varan spekülatif bilgilerin varlığına neden olmaktadır (Maurer, 2021; Young, 1995).

Bu düşünce yazısı, hemşireliğin kurucu lideri Florence Nightingale'in kendisinin kaleme aldığı notlarından yola çıkılarak, yaşadığı sağlık sorunlarının aydınlatılmasında farklı bir bakış açısı sağlayacaktır. Florence Nightingale'in yaşadığı dönemde henüz tanımlanmamış olan “merhamet yorgunluğu” kavramının Nightingale'i de etkilemiş olabileceğini öne süren literatürdeki ilk makale olması yönünden önemlidir. Florence Nightingale hakkında bilgi sahibi olmak ve kuramını incelemek isteyen hemşirelik öğrencilerine, hemşirelere ve hemşire akademisyenlere, onun 1800'lü yıllarda kaleme aldığı eserlerinin, günümüzün bilgi birikimi ışığında yeniden yorumlanması sürecinde farklı bir bakış açısı kazandırması ve rehberlik etmesi amacıyla katkı sağlayacaktır. Merhamet yorgunluğu ile ilgili yapılan araştırmalar, merhametin hemşirelik bakımının temel bileşeni olmasına rağmen yeterince anlaşılmadığını göstermektedir (Marshman vd., 2022). Hemşirelik öğrencilerinin ‘merhamet yorgunluğu’ kavramını Florence Nightingale'in hemşirelik felsefesi çerçevesinde tartışmalarına olanak tanımak, bu kavramın daha derinlemesine anlaşılmasına katkıda bulunacaktır.

Florence Nightingale, ismi ve etkisi ile, tarih arşivine sonsuza kadar kazındığı düşünülen bir isimdir. Modern hemşireliğin kurucusu, üretken bir yazar ve istatistikçi olan Nightingale; hayatını hastaların bakımına adanmış ve sağlık sisteminde reformlar yapmış bir halk kahramanıdır. Ömür boyu süren ve yıllarca yatağa bağımlı kalmasına sebep olan hastalığına rağmen sadece hemşirelik alanında değil birçok farklı alanda raporlar, broşürler, kitaplar yazan, 19. yüzyılın en etkili kadınlarından biridir (Wagner ve Whaite, 2010). İngiltere'nin elit tabakasına mensup bir ailenin çocuğu olarak dünyaya gelen Florence Nightingale, her ne kadar kırılgan bir çocuk olsa da yaşlılarına göre olgun ve bağımsız bir kişiliğe sahipti. Aynı zamanda son derece dindardı. Üniversitelerin yalnızca erkekleri kabul ettiği ve İngiliz toplumunun kadınlara yönelik eğitime pek sıcak bakmadığı bir dönemde, evinde güçlü bir eğitim alan Nightingale, toplumun kısıtlamalarına meydan okuyacak ve o zamanlar sahipsiz olan hemşirelik mesleğini üstlenecek

cesarete ve inanca sahipti. Gençliğinde, ailesinin malikanesinin yakınındaki bir köyde hastalara ve fakirlere yardım ederek vakit geçirir ve hemşireliğin onun görevi olduğuna inanırdı. 1854'te otuzlu yaşlarının ortasında yanında 38 hemşire ile birlikte, Kırım'da Ruslara karşı savaşan İngiliz askerlerine bakım vermek için Türkiye'nin İstanbul (şimdiki Üsküdar) şehrine gitti. Burada askerleri donma, kangren, dizanteri ve diğer hastalıklarla harap olmuş hâlde buldu. Küçük, havasız, yatakların dip dibe sıkıştırıldığı, binlerce askerin birlikte kaldığı bir koğuştaki kendisi de kemirgenler ve haşeratlarla dolu, küçük bir odada yaşamaya başladı. Nightingale, koğuştaki geçirdiği ilk kışının ocak ve şubat aylarında 3.000 askerin ölümüne şahit oldu. Çoğu zaman günde 20 saat çalışıyor ve en ağır vakaların bakım sorumluluğunu kendisi üstleniyordu. Kırım'daki görevi sırasında çok ağır bir hastalığa yakalandı. Ailesinin hemen İngiltere'ye dönmesini istemesine rağmen Nightingale hastalığının nekahet döneminde orduda kalmayı tercih etti ve gelişinden 21 ay sonra, son asker evine gidene kadar, görevinden ayrılmadı. İngiltere'ye vardığında hastalıktan ve yorgunluktan yıpranmış görünüyordu. Aralıklı ateş, anoreksiya, yorgunluk, uykusuzluk, sinirlilik, depresyon, siyatik, nefes darlığı ve çarpıntılardan şikayetçiydi (Mackowiak ve Batten, 2008; Young, 1995). Nightingale'in hastalığının doğası kendi döneminde anlaşılamamıştı ve o zamandan beri de tatmin edici bir şekilde açıklanamadı (Young, 1995). Bu şikayetleri onu yaklaşık otuz yıl boyunca odasına hapsedmiş, neredeyse hiç kanepesinden kaldırmamıştı. Sonunda, altmışlı yaşlarında bu semptomlar azalmaya başladı. Hastayken kendini odasında izole etmiş olan Nightingale, yavaş yavaş akrabaları ve arkadaşlarıyla normale yakın ilişkiler kurabilen bir insana dönüştü. Hemşireliğe bir daha geri dönmedi ve 90 yaşında "yaşlılık ve kalp yetmezliğinden" öldü (Mackowiak, 2007; Mackowiak ve Batten, 2008).

Florence Nightingale'in Hastalığı

Nightingale'in ölümünden bu yana biyografi yazarları, tarihçiler, hemşireler ve hekimler onun tuhaf hastalığının nedenini tartıştılar; bazıları bunun organik bir temele sahip olduğunu, bazıları ise semptomlarının bir tür nevrozun ürünü olduğunu iddia etti. Nevrastani, kronik kurşun zehirlenmesi, brusella, alzheimer, bipolar bozukluk, kalp hastalığı, frengi, sistemik lupus eritematozus, miyaljik ensefalomiyelit ve daha pek çok hastalığa sahip olduğu ileri sürüldü (Brook, 1990; Dossey, 2010; Veith, 1990; Young, 1995). Nightingale'de birden fazla farklı bozukluk olduğu ve bunların hepsinin birbiriyle, zayıf da olsa, bir şekilde ilişkili olduğunu ileri sürenler oldu (Mackowiak, 2015). Ancak herkesin kabul ettiği bir gerçek vardı; Nightingale Kırım'dan döndükten sonra bir daha aktif hemşirelik yapamayacak kadar yıpranmıştı. Peki Florence Nightingale'i yıllarca odasına kapatan gizemli hastalık neydi? Orduda sağlık hizmet verirken yaşadığı kötü koşulların ve mikroorganizmaların onu hasta ettiği kabul edilebilir bir gerçektir. Ancak hastalığının tanısı yaşarken neden konulamadı ve neden ölümünden günümüze kadar tartışıldı? Hastalığın kaynağını bedeninde mi yoksa ruhunda mı aramak gerekirdi?

Florence Nightingale'in Kaleminden “Merhamet”

Nightingale'in yazılarını yazdığı 20. ve 21. yüzyılın terminolojisinde “merhamet” ve “şefkat” anlamındaki kelimeler bugünkü hâliyle bulunmamaktadır. Ancak kaleme aldığı “hastaların ba-

kımı” ve “hemşirelerin eğitimi” konusundaki yazılarında, hastayla kurulan merhamet ilişkisinin güçlü kanıtları bulunmaktadır (Wagner ve Whaite, 2010).

Florence Nightingale, 1859 yılında yayınlanan *Hemşirelik Üzerine Notlar: Nedir ve Ne Değildir?* kitabında, “*Hemşirelik bir sanattır ve eğer bir sanat olacaksa, herhangi bir ressamın ya da heykeltıraşın işi kadar özel bir bağlılık, zorlu bir hazırlık gerektirir.*” demiştir (Dunphy, 2010). Bu cümlesinden, Nightingale’in hastasını, bir sanatçının eserine duyduğu derin aidiyet duygusuna benzer biçimde sahiplendiği anlaşılmaktadır. Ayrıca hemşirenin hasta ile kurduğu ilişkiyi “*özel bir bağlılık*” şeklinde ifade etmiştir.

“*Saatten saate (hasta) büyük bir dikkatle izlendi.*”

“*Acele etme belirtisi göstermeyin, tüm dikkatinizi ve düşüncelerinizi tam olarak (hastanıza) verin.*”

“*İyi bir hemşire... Kendi gözlemlerini dikkatli bir şekilde gözlemlemeden ve test etmeden onun (hastanın) ne hissettiğini ve istediğini bildiğini varsaymaz.*”

“*Hemşirenin yöntemli, özverili, dikkatli olması gerekir. Hareketlilik, çalışma aşkı, göreve bağlılık, cesaret, askerin soğukkanlılığı ve annenin sevgisi...*”

Nightingale’in yukarıdaki ifadelerinde özellikle üzerinde durduğu “*dikkat*” kavramının, hemşirenin hastalarına odaklanması, onların hislerine ve ihtiyaçlarına konsantre olması, aceleye getirmeden ilgisini sürdürme becerisi gibi anlamlar taşıdığı görülmektedir. Bir insanın başka bir insana bu kadar dikkat kesilip, bu derece önem verip onun acısını paylaşmaması, onun için üzülmemesi kısacası empati geliştirmemesi neredeyse imkansızdır. Hemşireler hastalarıyla empati kurmaları, travmalarına uzun süre maruz kalmaları sonucunda merhamet yorgunluğunu yoğun olarak yaşarlar. Merhamet yorgunluğu hastaya yoğunlaşılan, derinlemesine ilişki kurulan bir bakım ilişkisinin doğal sonucu olarak hemşirelik bakımının bedeli şeklinde ifade edilmektedir (Dikmen ve Aydın, 2016). Nightingale’in, bir hemşirenin gerektiğinde bir asker kadar soğukkanlı ve cesaretli ancak bir anne kadar da özverili ve sevgi dolu olması gerektiğini söylediği cümlelerinde, hissettiği merhamet duygusunun varlığı net biçimde anlaşılmaktadır.

“*Bir hemşirenin alfabesi; hastanın yüz ifadesinden gelen her değişikliği, onun ne hissettiğini söyleme çabasına gerek olmadan okuyabilmesidir.*”

“*...Hastasının çehresindeki (yüzündeki) değişikliklere dikkat etmeyen, değişiklik görmeyi beklemeyen, hastasına narin porselen muamelesi yapan bir hemşire, mesleğinde yürüdüğü yolda hiçbir yere gitmiyor demektir. Bu kişi asla bir hemşire olamayacaktır.*”

“*Yine de hemşire dediğin bir asansörden veya bir süpürgeci fazla olmalıdır. Hasta, temiz tutulup bir köşeye konulan ve duvara yaslanan ve hasar görmesin veya kırılmasın diye sakınılan bir eşya değildir*”

“...Fakat bir de eski tarz bir hemşireyi bir bebekle ilgilenirken izleyin. Bebeğin “söylediği” her şeyi anladığından ve bunu kendisinden başka kimsenin anlayamayacağından, aynı zamanda bebeğin de onun söylediklerini anladığından ve ondan başkasının anlamadığından o kadar emindir ki. Dolayısıyla, aynı şekilde bir hemşire, hastasının yüzündeki, tavrındaki, sesindeki her değişikliği anlayabilmelidir ve bu değişiklikler üstüne, başka hiç kimsenin bunları o kadar iyi anlayamayacağından emin olana dek çalışmalıdır.”

“Unutmayın ki, her hemşire güvenilen bir hemşire olma özelliğine sahip olmalıdır. Kendisini ne zaman böyle bir pozisyonda bulacağını bilemez. Hemşireler dedikodu yapmamalıdır; boş yere konuşmamalıdır; bilgi alma hakkı olanlar dışında hastayla ilgili sorular soranlara cevap vermemelidir; söylememe bile gerek yok ama kesinlikle ölçülü ve dürüst olmalıdır; daha da önemlisi, dindar ve kendini yaptığı şeye adanmış bir kadın olmalıdır; mesleğine saygısı olmalıdır. Çünkü Tanrı’nın bize değerli hediyesi olan yaşam, onun ellerine teslim edilmiştir. Sağlam, dikkatli ve hızlı bir gözlemci olmalıdır; hassas ve iyi duygulu bir kadın olmalıdır.”

“İyi bir kadının özellikleri neler olmalıdır: Disiplin, Herkese barış (huzur), iyi niyet, sevgi, alçakgönüllülük, iyilik ..”

Yukarıdaki örneklerle bakıldığında da Florence Nightingale’in kendi cümlelerinden hastaları ile ilişkisini empati, içselleştirme ve merhamet etme üzerine kurduğu açıkça görülmektedir. Hemşirenin hastasının yüzündeki küçük bir ifade veya sesindeki küçük bir değişikliği bile fark etmesi gerektiğini, hastasını kimsenin anlayamayacağı kadar iyi anlaması gerektiğini vurgulamıştır. Benzer şekilde Debra ve Bonnie (2010) yaptıkları araştırmada Nightingale’in, hastaların bakımı ve hemşirelerin eğitimi konusundaki yazılarını incelemiş ve hasta-hemşire ilişkisinde merhametin varlığına dair güçlü kanıtlar bulduklarını söylemişlerdir (Wagner ve Whaite, 2010).

Florence Nightingale’in “Çevre Kuramı”nda “Merhamet”in Yeri

Florence Nightingale’in hemşirelik felsefesi çevresel etkileşimlere dayanır. Nightingale, iyileşme çevresini “içsel” ve “dışsal” olmak üzere iki boyutta ele almıştır. İçsel iyileşme çevresinin kapsamını “var olma, bakım, sevgi, merhamet, yaratıcılık, derin dinleme, zarafet, dürüstlük, hayal, içtenlik, öz-farkındalık, güven, kendi ve başkaları için hizmet bilinci, akıl-beden-ruh bütünlüğünü kavrama, iyileştirici ilişkileri teşvik etme, öz-bakımın ve sağlığın yükseltilmesini destekleme, dışsal iyileşme çevresinin elementlerinden etkilenme ve onlarla sıkı bağ kurmak” olarak tanımlamıştır (Boz, 2018; Dossey, 2005). Bu açıdan bakıldığında Nightingale’in hemşirelik felsefesinde merhametin yeri göz ardı edilemeyecek kadar belirgindir, hemşirenin hastayı içselleştirmesini, hasta-hemşire arasındaki güven ilişkisini, hastanın emosyonel durumunu tamamen hemşireye bağlamış ve hemşireyi hastanın içsel iyileşme çevresinin merkezine koymuştur. Hemşirelik böylesine bir çevre kuramından etkilenerek icra edildiğinde hemşirenin hastaya merhamet duyması kaçınılmazdır.

Hemşirelik kuramcılarını Nightingale'in hemşirelik teorisini üç ilişki çatısında tartışmaktadır: "Çevre-hasta, hemşire-çevre ve hemşire-hasta". *Hemşirelik Üzerine Notlar* (1876) kitabında Nightingale, "Hasta bir kişi sizinle iş konuşurken daima oturun, acele etmeyin, tavsiyeniz isteniyorsa tüm dikkatinizi ve tam düşüncenizi verin ve konu bitmeden oradan uzaklaşmayın. Her zaman hastanın görüş alanı içinde oturun, böylece onunla konuştuğunuzda, size bakmak için başını acı verici bir şekilde çevirmesine gerek kalmaz. Ayrıca ayakta durmaya devam ederek gözlerini sürekli size kaldırmasına neden olursunuz." demiştir. Nightingale bu cümleleriyle, olumsuz bir çevrede bulunan fiziksel stresörlerin hastanın emosyonel durumunu olumsuz yönde etkileyeceğini ve psikolojik çevrenin beden üstündeki etkisini kabul etmiş, hastayla kurulan sosyal iletişimin önemini vurgulamıştır (Ay, 2012; Ay, 2021; Velioğlu, 2012). Hemşireyi, hastayla olan sözlü ve sözsüz etkileşimleri de dâhil her şeyiyle hastanın çevresi olarak kabul etmiştir. Bir hemşirenin bilgi almak için hastaya yaklaştığında ayakta durmaması, oturması ve hastayla konuşurken yüzünün hastaya dönük olması gerektiğini vurgulayarak, hastayla kurulan hemşire merkezli iletişimin, iyileştirici bir çevrenin parçası olduğunu anlatmak istemiştir. Hastayla aynı seviyede oturmak ve hastayla yüzleşmek; empati kurmayı, zaman ayırmayı, dikkatini hastaya vererek hastayla bağlantı kurmayı gerektirir. Tüm bu etkileşimler sonucunda merhamet duygusunun oluşması kaçınılmazdır (Gök, 2015). Nightingale'in yazılarında "hemşire-hasta ilişkisi" ya da "merhamet" gibi terimler günümüzdeki terminolojik hâliyle yer almadığı hâlde, etkileşimin hem hemşire hem de hasta için bireyselleştirilmiş, ilgili ve merhametli bir nitelik taşıdığı açıkça görülmektedir (Fitzpatrick, 1992; Wagner ve Whaite, 2010).

Florence Nightingale'i Hayata ve Hemşirelik Yapmaya Küstüren Şey Merhamet Yorgunluğu Olabilir mi?

Merhamet yorgunluğu, bakım vericinin başkalarına empati kurma, bakım sunma isteği, becerisi ve enerjisinde belirgin bir azalma ile karakterize olan; fiziksel, duygusal, sosyal ve ruhsal düzeyde tükenmeyi ifade eden bir durum olarak tanımlanmaktadır. Merhamet yorgunluğu, bakım vericinin kendi yaşamına ve kişisel durumuna ilişkin yorgunluk, tükenmişlik, çaresizlik ve umutsuzluk hislerinin gelişmesine neden olabilmektedir (Dikmen ve Aydın, 2016).

Merhamet yorgunluğu, travmatize olmuş ya da acı çeken insanlara yardım eden ve sağlık bakımını veren kişilerde doğal bir sonuçtur. Tüm sağlık bakım sağlayıcıları bu risk altında olmakla birlikte bu konuda en yüksek riske sahip grup hemşireler olabilmektedir. Nitekim sağlık hizmeti veren çalışanların %25 ile %50'sinin bu belirtileri gösterdikleri ortaya konmuştur (Gök, 2015). Sağlık çalışanı, hastaya yardım edemediğinde veya hastayı zarardan kurtaramadığında suçluluk ve üzüntü yaşayabilmekte; bu duygular da merhamet yorgunluğunun oluşmasına sebep olabilmektedir (Valent, 2013).

Nightingale 1846'da günlüğüne, "Hayal gücüm dünyanın sefaletiyle o kadar dolu ki, zahmete değer tek şey oraya yardım etmek ya da sempati duymak gibi görünüyor - emeğin geri dönüş sağladığı tek şey... Aklım insanın çektiği acılar fikrine kapılmış..." yazarak, hastalara karşı hissettiği üzüntüyü, yetersizlik duygusunu ve yaşadığı çaresizliği anlatmıştır. Nightingale'in bu ifadeleri, hastalarının yaşadığı acılara yönelik yüksek düzeyde bir duyarlılık geliştirdiğini ortaya koymaktadır.

Merhamet yorgunluğu terimi ilk kez, hemşirelerin hastalık ya da travma yaşayan bireylere bakım verirken yaşadıkları strese cevap olarak, kendi duygularını devre dışı bırakıp hissettikleri öfke ve çaresizlik duygularını tanımlamak için bir hemşirelik dergisinde kullanılmıştır (Joinson, 1992). Araştırmalar, merhamet yorgunluğu sürecinin üç temel bileşenden oluştuğunu göstermektedir; bakım vericinin hasta için duyduğu endişe, empati kapasitesi ve bakım vericinin dolaylı olarak maruz kaldığı acı (Figley, 2002; Şirin ve Yurttaş, 2015). Nightingale'in *'aklım insanın çektiği acılar fikrine kapılmış'* ifadesi ise hastalarının yaşadığı travmaya yönelik derin empatik duyarlılığını ve bu bileşenlerin onun bakım deneyiminde de karşılık bulduğunu göstermektedir.

"Savaşın dehşetini hiç kimse hayal edemez. Bu dehşet sadece yaralar, kan ve ateş yüksekliği, benekli ve siyah noktalı dizanteri, kronik veya akut, soğuk ve sıcak ve kıtlıktan ibaret değildir. Bunlar zehirlenme, sarhoş kabalığı, daha zayıf olanın demoralize olması ve düşük konumda olanın hastalığı, kıskançlık, alçaklık, ilgisizlik, daha yüksek bir konumda olanın bencil zalimliğidir." diyen Florence Nightingale'in bu cümlelerinde hastalarının uğradığı haksızlıklara karşı hissettiği öfke duygusu görülmektedir. Bu durum hastaları ile aşırı özdeşleştiğinin bir işareti olabilir. Hasta ile aşırı özdeşleşme de merhamet yorgunluğu belirtileri arasında gösterilmektedir (Dikmen ve Aydın, 2016). Merhamet yorgunluğunun belirtileri arasında yorgunluk, uykunun bozulması, kaygı, baş ağrıları, mide rahatsızlığı, öfke, uyuşukluk, amaç duygusunun azalması, duygusal kopukluk ve kişisel ilişkilerde zorluklar yer alabilir. Florence Nightingale'in de özellikle Kırım'dan sonra öfke, uykusuzluk, anoreksiya, depresyon, nefes darlığı, hazımsızlık, halsizlik gibi merhamet yorgunluğu belirtileriyle büyük ölçüde benzer semptomlar yaşadığı bilinmektedir (Dossey, 2010; Young, 1995).

Merhamet yorgunluğunun gelişmesine empati kurma becerisi, empatik endişe, hastanın travmasına maruz kalma, empatik davranış, merhamet stresi, uzun süreli hasta bireye bakım verme, travmatik anılar ve hastanın ölmesi gibi değişkenlerin zemin hazırladığı ve hastasıyla empati yapmayan, hastasının acısını içselleştirmeyen psikoterapistlerde merhamet yorgunluğu gelişmeyeceği ifade edilmektedir (Figley, 2002). Benzer şekilde Yoder (2010)'in yaptığı çalışmada da hemşirelerin, merhamet yorgunluğunu yaşamaktan kaçınmak için hasta bakımını otomatize bağlanmış gibi yaptıkları belirtilmiştir. Terminal dönem, bireylerin manevi bakıma en çok ihtiyaç duydukları dönemlerden biridir. Yas sürecini evreler ile açıklayan psikiyatrist Kubler-Ross'un teorilerinden çok önce, onurlu ölüm teorisi Nightingale tarafından dile getirilmiştir. Hastaların doğrudan tedavisiyle uğraşan bir hemşire olarak Nightingale, belki de yüzlerce askerin hayatını kurtarmış, ancak yüzlercesinin de gözlerinin kapanmasına şahitlik etmiştir. Nightingale dikkatini, huzurlu bir ölüm hakkı da dâhil olmak üzere hastalar için bakım standartlarının geliştirilmesine yöneltmiş ve bu süreçte bir çok zorluğa göğüs germek zorunda kalmıştır (Bayık Temel ve Öztürk Dönmez, 2020). Styles (Styles, 1992), Nightingale'in Kırım'da tifüsten ölen genç bir askerin ebeveynlerine yazdığı *"çok derinden değer verdiği(m) ve derinden sorumlu hissettiği(m) herkesin sevdiklerine"* şeklinde yazdığı mektubundan yola çıkarak buna benzer başka mektuplar da yazdığına inanmaktadır.

Nightingale'in Kırım deneyimlerini ya da orada yaşadıklarından kaynaklanan sorunlarını, dü-

şüncelerini ya da hayallerini anlatabileceği hiç kimse yoktu. İngiltere'ye döndükten sonra savaş zamanı deneyimlerinden hiç bahsetmedi. Belki de Kırım'dan kalan travmatik anılarını uyanıdırabilecek durum veya faaliyetlerden kaçınmak için, bir daha asla hasta veya yaralılara kişisel olarak hizmet etmedi. Günümüzde merhamet yorgunluğu yaşayan birçok hemşirede olduğu gibi, Nightingale de doğrudan hasta bakımından uzaklaşarak hemşireliğe ve insana yönelik bağlılığını farklı bir üretim alanına yönlendirmiştir. Yaşamının geri kalanında yalnızca hemşirelik alanında değil, çeşitli disiplinlerde raporlar, broşürler ve kitaplar kaleme almış; halk sağlığında önemli reformlar gerçekleştirmiş ve sağlık standartlarını geliştirmek amacıyla aralıksız çaba göstermiştir. Çalışanlara yas tutmaları için zaman ve fırsat verilmesi merhamet yorgunluğu ile baş etmeye yönelik bir uygulamadır (Konal Korkmaz ve Ardahan, 2018). Nitekim Florence Nightingale'in de Kırım yıllarında verdiği can kayıplarının yasını tutacak ve merhametin ruhuna verdiği yorgunluğu atacak zamana ihtiyacı vardı. O bu vaktini en verimli ve faydalı olacağı şekilde kullandı.

Florence Nightingale'in yaşadığı dönemde 'merhamet yorgunluğu' kavramı henüz tanımlanmamış olduğundan, hastalığına ilişkin kesin bir yargıya varmak mümkün olmadığı gibi, merhamet yorgunluğu yaşayıp yaşamadığı konusunda da kesin bir iddiada bulunmak mümkün değildir. Bununla birlikte yukarıda aktarılan tarihsel kayıtlar ve anlatımlar, Nightingale'in merhamet yorgunluğu yaşamış olabileceğine işaret eden önemli ipuçları barındırmaktadır.

Sonuç

Nightingale, hemşirelik bilimine tüm meslek üyelerinin kolaylıkla erişebileceği değerli bir miras bırakmıştır ve bu miras büyük ölçüde kendi kaleminden çıkan yazılardan oluşmaktadır. Hemşireler, hekimler, istatistikçiler ve tarihçiler tarafından uzun yıllardır tartışılan Nightingale'in sağlık sorunlarının niteliğine ilişkin soruların yanıtı da esasen yine bu yazılarda aranmalıdır. Nightingale'in kendi belgeleri incelendiğinde, hasta-hemşire ilişkisinin temelini merhamet ve empati üzerine inşa ettiği ve çevre kuramında dahi hemşirenin merhametine yönelik güçlü vurgular yaptığı açıkça görülmektedir.

Nightingale'in sağlık sorunlarını yalnızca biyolojik etkenlere indirgemek ve savaş koşullarında hemşirelik bakımının ruhsal etkilerini göz ardı etmek, onun hatırasına eksik bir yaklaşım olacaktır. Nightingale, hastalarının her birini derinden içselleştiren, onlara sevgi ve merhametle yaklaşan bir hemşire olarak yüzlerce, hatta binlerce ölümle karşı karşıya kalmıştır. Bu deneyimlerin, onun merhamet yorgunluğu yaşamış olma olasılığını güçlendirdiği ve bu ihtimalin görmezden gelinemeyeceği açıktır.

Nightingale günümüzde yaşıyor olsaydı, yıllar boyunca devam eden kronik yakınmalarının kesin tanısı büyük olasılıkla konulabilirdi. Mevcut bilgi ve kanıtlar değerlendirildiğinde ise tek sağlık sorunu olmasa bile yaşadığı sorunlardan birinin merhamet yorgunluğu olma ihtimalinin oldukça yüksek olduğu söylenebilir.

Bu düşünce yazısında Florence Nightingale'in sağlık biyografisine ilişkin uzun süredir devam

eden spekülâtif yorumlara karşılık, tarihsel bağlam ile güncel bilgi birikimi arasında bir köprü kurmak ve dikkatleri Nightingale'in merhamet yorgunluğu yaşamış olma olasılığına yönelmek amaçlanmıştır. Nightingale'in mesleki yaşamını yalnızca kuramları, istatistiksel çalışmaları ve liderlik nitelikleri üzerinden değil, aynı zamanda insani ve mesleki yönleriyle de değerlendirmek isteyen öğrencilere farklı bir bakış açısı sunmak hedeflenmiştir. Ayrıca, 'merhamet yorgunluğu' kavramının toplum tarafından yakından tanınan bir hemşirelik lideri üzerinden tartışılmasının, konunun daha ilgi çekici, anlaşılır ve tartışılabilir hâle gelmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Etik Onay

Bu makale düşünce yazısı olduğu için etik kurul onayı gerekli değildir.

Çatışma Beyanı

Bu çalışma kapsamında yazarların herhangi bir kişi, kurum veya kuruluş ile ilgili kişisel ve/veya finansal çatışması bulunmamaktadır.

Yazar Katkı Oranı

Sıra	Adı Soyadı	ORCID	Yazar Katkısı*
1	Alev SİVASLI	0000-0002-0747-2698	1, 2, 3, 4, 5
2	Zinnet Nur YEREBAKAN	0009-0001-9208-1930	2, 4
*Katkı bölümüne ilgili açıklamanın karşılığına gelen rakam(lar) yazılmıştır.			
1. Çalışmanın tasarlanması			
2. Verilerin toplanması			
3. Verilerin analizi ve yorumu			
4. Yazının yazılması			
5. Kritik revizyon			

Kaynaklar:

Ay, F. (2012). Kuram Nedir? Mesleki Kuramlar ve Teorisyenler. İçinde Ay, FA. *Sağlık Uygulamalarında Temel Kavramlar ve Beceriler*, s 34-58, Nobel Tıp Kitabevleri.

Ay, F. A. (2021). *Sağlık uygulamalarında temel kavramlar ve beceriler*. Nobel Tıp Kitabevleri.

Bayık Temel, A., & Öztürk Dönmez, R. (2020). Florence Nightingale'in Emosyonel Zekası.(edt. Çağatay Üstün) *Tıp ve Hemşirelik Tarihi Açısından Florence Nightingale'in Önemi* (s. 53-84). *Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Ayın Kitapları Serisi*.

Boz, İ. (2018). İyileştirici bakım çevresi. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(1), 56-61.

- Brook, M. J. (1990). Some thoughts and reflections on the life of Florence Nightingale from a twentieth century perspective. *Florence Nightingale and her era: A collection of new scholarship*, 23-39. Garland, New York.
- Dikmen, Y., & Aydın, Y. (2016). Hemşirelerde Merhamet Yorgunluğu: Ne? Nasıl? Ne Yapmalı? *Journal of human rhythm*, 2(1).
- Dossey, B. M. (2005). *Florence Nightingale today: Healing, leadership, global action*. American Nurses Association.
- Dossey, B. M. (2010). Florence Nightingale: her Crimean fever and chronic illness. *Journal of Holistic Nursing*, 28(1), 38-53. <https://doi.org/10.1177/0898010109356472>
- Dunphy, L. M. H. (2015). Florence Nightingale's legacy of caring and its applications. *Nursing theories and nursing practice*, 35-51.
- Figley, C. R. (2002). Compassion fatigue: Psychotherapists' chronic lack of self care. *Journal of clinical psychology*, 58(11), 1433-1441. <https://doi.org/10.1002/jclp.10090>
- Fitzpatrick, J. J. (1992). Reflections on Nightingale's perspective of nursing. *Notes on nursing: What it is and what it is not*, 18-22, J.B. Lippincott Company.
- Gök, G. A. (2015). Merhamet etmenin dayanılmaz ağırlığı: hemşirelerde merhamet yorgunluğu. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 20(2), 299-313.
- Joinson, C. (1992). Coping with compassion fatigue. *Nursing*, 22(4), 116, 118-119, 120.
- Konal Korkmaz, E., & Ardahan, M. (2018). Merhamet yorgunluğu ve hemşirelik. *Sağlık ve Toplum*, 28(1), 11-16.
- Mackowiak, P. (2015). *Florence Nightingale's syphilis that wasn't*. OUPblog. <https://blog.oup.com/2015/01/florence-nightingale-syphilis/>
- Mackowiak, P. A. (2007). *Post mortem: solving history's great medical mysteries*. ACP Press.
- Mackowiak, P. A., & Batten, S. V. (2008). Post-traumatic stress reactions before the advent of post-traumatic stress disorder: potential effects on the lives and legacies of Alexander the Great, Captain James Cook, Emily Dickinson, and Florence Nightingale. *Military Medicine*, 173(12), 1158-1163. <https://doi.org/10.7205/MILMED.173.12.1158>
- Marshman, C., Hansen, A., & Munro, I. (2022). Compassion fatigue in mental health nurses: A systematic review. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 29(4), 529-543. <https://doi.org/10.1111/jpm.12812>
- Maurer, S. L. (2021). Florence Nightingale's long COVID. *Nineteenth-Century Contexts*, 43(5), 567-574. <https://doi.org/10.1080/08905495.2021.1987776>
- Nightingale, F. (1992). *Notes on nursing: What it is, and what it is not*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Peters, E. (2018). Compassion fatigue in nursing: A concept analysis. *Nursing forum*, <https://doi.org/10.1111/nuf.12274>

- Styles, M. (1992). Nightingale: The enduring symbol. *Notes on nursing: What it is and what it is not*, 72-75.
- Şirin, M., & Yurttaş, A. (2015). Hemşirelik bakımının bedeli: merhamet yorgunluğu. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 8(2), 123-130.
- Taşkıran, G., & Temel, A. B. (2017). Tutkulu bir istatistikçi: Florence Nightingale. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 10(2), 113-120.
- Valent, P. (2013). Diagnosis and treatment of helper stresses, traumas, and illnesses. In *Treating compassion fatigue* (pp. 17-37). Routledge.
- Veith, S. (1990). The recluse: A retrospective health history of Florence Nightingale. *Florence Nightingale and her era: A collection of new scholarship*, 75-89. Garland New York.
- Velioğlu, P. (2012). *Hemşirelikte kavram ve kuramlar*. Akademi Basın ve Yayıncılık.
- Wagner, D. J., & Whaite, B. (2010). An exploration of the nature of caring relationships in the writings of Florence Nightingale. *Journal of Holistic Nursing*, 28(4), 225-234. <https://doi.org/10.1177/0898010110386609>.
- Yoder, E. A. (2010). Compassion fatigue in nurses. *Applied nursing research*, 23(4), 191-197. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2008.09.003>
- Young, D. (1995). Florence Nightingale's fever. *BMJ*, 311(7021), 1697-1700. <https://doi.org/10.1136/bmj.311.7021.169>