



## **Türkiye’de Bakım Verenlerde Öz Yeterlilik: Sistemik Literatür İnceleme**

### The Self-Efficacy in Caregivers in Turkey: Systematic Literature Review

**Hasan YÜCEKAYA<sup>1</sup>, Yasemin ALTINBAŞ<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Gölbaşı Devlet Hastanesi, Yoğun Bakım Servisi, Ankara  
· hasanycky@hotmail.com · ORCID > 0009-0009-2288-9377

<sup>2</sup>Adıyaman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Cerrahi Hastalıkları Hemşireliği  
Anabilim Dalı, Adıyaman  
· yaltinbas@adiyaman.edu.tr · ORCID > 0000-0002-0456-3236

#### **Makale Bilgisi/Article Information**

**Makale Türü/Article Types:** Sistemik İnceleme/ Systematic Revi

**Geliş Tarihi/Received:** 06 Aralık/December 2025

**Kabul Tarihi/Accepted:** 05 Nisan/April 2026

**Yıl/Year:** 2026 | **Cilt – Volume:** 11 | **Sayı – Issue:** 1 | **Sayfa/Pages:** 1-23

**Atıf/Cite as:** Yücekaya, H., Altınbaş, Y. "Türkiye’de Bakım Verenlerde Öz Yeterlilik: Sistemik Literatür İnceleme" Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi 11(1), April 2026: 1-23.

**Sorumlu Yazar/Corresponding Author:** Hasan YÜCEKAYA

**Yazar Notu/Author Note:** Bu çalışma 6-8 Şubat 2024 Kahramanmaraş’ta 1. Uluslararası İstiklal Sempozyumunda sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

## TÜRKİYE'DE BAKIM VERENLERDE ÖZ YETERLİLİK: SİSTEMATİK LİTERATÜR İNCELEME

### ÖZ

**Amaç:** Bu çalışma, Türkiye'de bakım verenlerin öz yeterlilik düzeylerini ve bu durumu etkileyen faktörleri inceleyen tam metin makalelerin, belirlenen metodolojik ve klinik değişkenler açısından sistematik olarak incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

**Yöntem:** Araştırma, 1 Eylül-31 Aralık 2024 tarihleri arasında; Science Direct, PubMed, Scopus, Google Scholar, CINAHL, TR Dizin ve DergiPark veri tabanları üzerinden gerçekleştirilmiştir. Taramada "bakım veren, öz yeterlilik; caregiver, self-efficacy" anahtar kelimeleri yıl ve dil sınırlaması olmaksızın kullanılmıştır. Dahil edilme kriterlerini karşılayan, Türkiye örnekleminde yapılmış ve tam metnine ulaşılabilen 14 makale inceleme kapsamına alınmıştır. Verilerin analizinde PRISMA akış diyagramı ve betimsel istatistiksel yöntemler (sayı, yüzde) kullanılmıştır.

**Bulgular:** İncelenen makalelerin %64.29'unun tanımlayıcı desende olduğu ve %42.84'ünün 2021-2022 yılları arasında yayımlandığı saptanmıştır. Çalışmalarda veri toplama aracı olarak en sık anket yönteminin ve «Genel Öz Yeterlilik Ölçeği'nin tercih edildiği görülmüştür. İncelenen literatürde doğrudan ve sadece "bakım veren öz yeterliliğine" odaklanan spesifik bir çalışma bulunmadığı dikkat çekmiştir. İlişkisel analizlerde; bakım verenlerde öz yeterlilik ile bakım yükü ve aile yükü arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Öz yeterlilik düzeyi arttıkça bakım ve aile yükünün azaldığı, yaşam kalitesinin ise arttığı saptanmıştır. Ayrıca, yüksek öz yeterlilik düzeyinin etkili baş etme becerileri ile ilişkili olduğu ve erkek bakım verenlerin öz yeterlilik algısının kadınlara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

**Sonuç ve Öneriler:** Türkiye'deki çalışmalar değerlendirildiğinde; bakım verme süresi, bakım yükü, bakım verenin yaşı, cinsiyeti, eğitim düzeyi ve sosyoekonomik durumu ile hastanın klinik tablosunun öz yeterlilik üzerinde belirleyici faktörler olduğu görülmüştür. Bakım verenlerin öz yeterliliklerini arttırmaya yönelik cinsiyet duyarlı ve kanıta dayalı girişimlerin planlanması, bakım yükünün azaltılması ve yaşam kalitesinin yükseltilmesi açısından kritik öneme sahiptir.

**Anahtar Kelimeler:** Aile Bakıcıları; Bakım Veren; Bakım Yükü; Baş Etme Becerileri; Öz Yeterlilik; Sistematik Literatür İnceleme.



## THE SELF-EFFICACY IN CAREGIVERS IN TURKEY: SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

### ABSTRACT

**Aim:** *This study was conducted to systematically review full-text articles examining the self-efficacy levels of caregivers in Turkey and the factors affecting this condition, in terms of specific methodological and clinical variables.*

**Method:** *The research was conducted between September 1 and December 31, 2024, by searching the Science Direct, PubMed, Scopus, Google Scholar, CINAHL, TR Dizin, and DergiPark databases. The keywords “bakım veren, öz yeterlilik; caregiver, self-efficacy” were used without any year or language restrictions. Fourteen articles that met the inclusion criteria, were conducted with samples from Turkey, and had full-text access were included in the review. Data were analyzed using the PRISMA flow diagram and descriptive statistical methods (frequencies and percentages).*

**Results:** *It was found that 64.29% of the reviewed articles were descriptive in design and 42.84% were published between 2021 and 2022. Survey methods and the “General Self-Efficacy Scale” were most frequently preferred as data collection tools. It was noted that there were no specific studies in the reviewed literature focusing solely and directly on “caregiver self-efficacy.” In relational analyses, a significant negative correlation was identified between caregiver self-efficacy and both caregiver burden and family burden. As self-efficacy levels increased, caregiver and family burden decreased, while quality of life increased. Additionally, high self-efficacy was found to be associated with the effective use of coping skills, and the self-efficacy perceptions of male caregivers were higher than those of female caregivers.*

**Conclusion and Suggestions:** *When the studies in Turkey are evaluated as a whole, factors such as caregiving duration, caregiver burden, the age, gender, educational level, and socioeconomic status of the caregiver, as well as the clinical condition of the patient, were seen to be influential on self-efficacy. Planning gender-sensitive and evidence-based interventions to increase the self-efficacy of caregivers is of critical importance in terms of reducing caregiver burden and improving quality of life.*

**Keywords:** *Caregiver; Caregiver Burden; Coping Skills; Family Caregivers; Self-Efficacy; Systematic Literature Review.*



## GİRİŞ

Türk Dil Kurumu (2023) tarafından bakım: ‘Bir şeyin iyi gelişmesi, iyi bir durumda kalması için verilen emek; birinin gereksinimlerini üstlenme ve sağlama işi’ olarak tanımlanmıştır (TDK, 2023). Bakım sadece tek bir yardım ile sınırlı olmayan ve bireye fiziksel, emosyonel ve sosyal destek vermeyi de kapsayan çok yönlü bir kavramdır (Soyanıt & Aydın Avcı, 2021). Bakım verici; hasta olan bireye fiziksel, duygusal, ekonomik, sosyal olarak destek sağlayan ve bireyin tıbbi tedavi ve psikososyal iyileşme sürecinde bakımını üstlenen kişidir. Hasta bireylerin bakımını üstlenen birden çok kişi olabilir fakat bakım verme sürecinde bir kişi bakım verme işini öncelikli olarak üzerine alır. Bu şekilde hasta bakımında temel sorumluluğu üzerine alan kişi birincil bakım veren olarak adlandırılır ve bu bireyler genelde hasta bireyin profesyonel olmayan çoğunluğu kadın olan aile bireylerinden oluşur (García-Castro ve ark., 2022).

Bakım verenler, bakım verdikleri bireylerin ihtiyaçlarını kendi kişisel ihtiyaçlarından ve yaşam tarzı tercihlerinden daha öncelikli tutarlar. Birçok bakım veren genellikle hastaları için sağlığı geliştirici aktivitelerin önemini vurgulasa da kendi bakımları için zaman ayırma, doktora gitme ve diğer aile üyelerinden yardım isteme konusunda zorluk çekerler. Bakım verenlerin bilişsel kayıpları, duygusal yükü, aile ilişkilerinin olumsuz olması, bakım yükü, depresyon, kaygı, iş kaybı, mali zorluklar ve düşük yaşam kalitesi vardır (Özgül ve ark., 2023).

Öz yeterlilik, Bandura tarafından 1977 yılında kullanılmaya başlanan bir kavram olup “*kişinin ileri dönük durumları yönetmek için ihtiyaç duyduğu hareket biçimlerini planlama ve gerçekleştirme konusunda kendi yeteneklerine olan inancı*” olarak tanımlanmıştır (Bandura, 1977). Öz yeterliğin düşük veya yüksek olması olaylar karşısında sergilenen davranışları etkiler. Düşük öz yeterlilik; depresyon, çaresizlik ve anksiyete gibi duyguların yoğun şekilde yaşanmasına ve kişinin kendini yetersiz hissetmesine neden olur. Bireyin öz yeterliğinin yüksek olması ise karşılaştığı olumsuz durumlarla baş etmesini ve sorunların üzerine giderek çözüme kavuşturmasına yardımcı olur (Gümüş Demir & Akoğlu, 2023; Şireci & Yılmaz Karabulutlu, 2017). Bu çerçevede öz yeterliği yüksek olan bireylerin bakım verme sırasında karşılaştığı sorunlarla daha kolay baş edebileceği söylenebilir. Literatürde öz yeterlilik ile ilgili yapılan araştırma sonuçları incelendiğinde öz yeterlilik düzeyinin; bireylerin stresle başa çıkma tarzlarını, geleceğe umutla bakmasını, problem çözme becerisini ve bakım verme yükünü etkilediği saptanmıştır (Bilgiç ve ark., 2017; Gözde Sezgin & Bektaş, 2021; Grad & Sainsbury, 1963; Yılmaz Koçak ve ark., 2019).

Bakım verenlerin hastalığın tedavi sürecinde aktif bir rol aldığı düşüncesi son yıllarda bakım verenler ve yaşadıkları problemler ile ilgili yapılan çalışmaların sayısında artışa yol açmıştır (Reinares ve ark., 2004). Bakım veren ile öz yeterlilik

ilişkinini inceleyen çalışmalar, öz yeterliğin bakım verme üzerinde önemli faktörlerden biri olduğunu göstermiştir (Etters ve ark., 2008; Shankar ve ark., 2014). Öz yeterlilik düzeyinin artması ile kişinin kendisine ayırdığı süre ve yaşam kalitesinde artış olduğu ve bunun da bakım veren yükünü azalttığı görülmektedir (Yıldırım ve ark., 2014). Bu araştırma Türkiye'de bakım verenlerde öz yeterlilikle alakalı yapılan çalışmaları belirlenen değişkenler açısından incelemek amacı ile yapılmıştır.

#### Araştırma Soruları:

1. Türkiye'de son 10 yılda bakım verenlerin öz yeterlilik düzeylerini inceleyen çalışmaların genel eğilimi nasıldır?
2. Bakım verenlerin öz yeterlilik düzeylerini inceleyen makalelerin araştırma türlerine göre dağılımı nasıldır?
3. Bakım verenlerde öz yeterlilik düzeyi hangi gruplarda çalışılmıştır?
4. Literatürde öz yeterliliği ölçmek için en sık kullanılan ölçekler ve araçlar nelerdir?
5. Bakım verenlerde öz yeterlilik düzeyi değerlendiren çalışmaların sonuçları nasıldır?

## YÖNTEM

**Araştırma Türü ve Zamanı:** Bu çalışma, 1 Eylül–31 Aralık 2024 tarihlerinde Türkiye'de bakım verenlerin öz yeterlilik düzeylerini ve bu durumu etkileyen faktörleri inceleyen güncel kanıtları sentezlemek amacıyla gerçekleştirilmiş betimsel nitelikte bir sistematik literatür incelemesidir.

**Evren/Örneklem/Çalışma Grubu:** Tıp ve hemşirelik literatürü açısından en çok bilinen ve kapsamı en geniş olarak değerlendirilen Science Direct, PubMed, Scopus, Google Scholar ve CINAHL (uluslararası) ile TR Dizin ve DergiPark uluslararası ve ulusal veri tabanları taranarak ulaşılan 178 makale araştırmanın evrenini oluşturmuştur. Çalışmanın kapsamını belirlemek amacıyla; örneklemini Türkiye'de yaşayan ve bir hastaya bakım veren bireylerden oluşan, öz yeterlilik kavramını ana değişken veya sonuç çıktısı olarak değerlendiren, nicel (tanımlayıcı, kesitsel veya deneysel) tasarımda olan, Türkçe veya İngilizce dillerinde tam metni yayınlanmış makaleler araştırmaya dahil edilmiş olup, sistematik derleme, meta-analiz veya kitap bölümü türündeki ikincil kaynaklar, sadece özet metin/bildiri olarak sunulmuş çalışmalar, öz yeterliliği ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçek kullanmayan araştırmalar ise araştırmadan dışlanmıştır. Bu kriterler neticesinde örneklem büyüklüğü 14 makaleden oluşmuştur (Şekil 1).

**Veri Toplama Araçları:** Araştırma verileri, 1 Eylül–31 Aralık 2024 tarihleri arasında, tıp ve hemşirelik literatürü açısından en çok bilinen ve kapsamı en geniş olarak değerlendirilen uluslararası ve ulusal veri tabanları taranarak elde edilmiştir. Bu kapsamda; Science Direct, PubMed, Scopus, Google Scholar ve CINAHL (uluslararası) ile TR Dizin ve DergiPark (ulusal) veri tabanları taranmıştır. Tarama sürecinde yıl sınırlaması gözetilmeksizin; “bakım veren”, “öz yeterlilik”, “aile bakıcıları”, “caregiver”, “self-efficacy”, “family caregivers” anahtar kelimeleri, “ve” ve “veya” mantıksal bağlaçları kullanılarak kombine edilmiştir.

**Dahil Etme ve Dışlama Kriterleri** Çalışmanın kapsamını belirlemek amacıyla aşağıdaki kriterler uygulanmıştır:

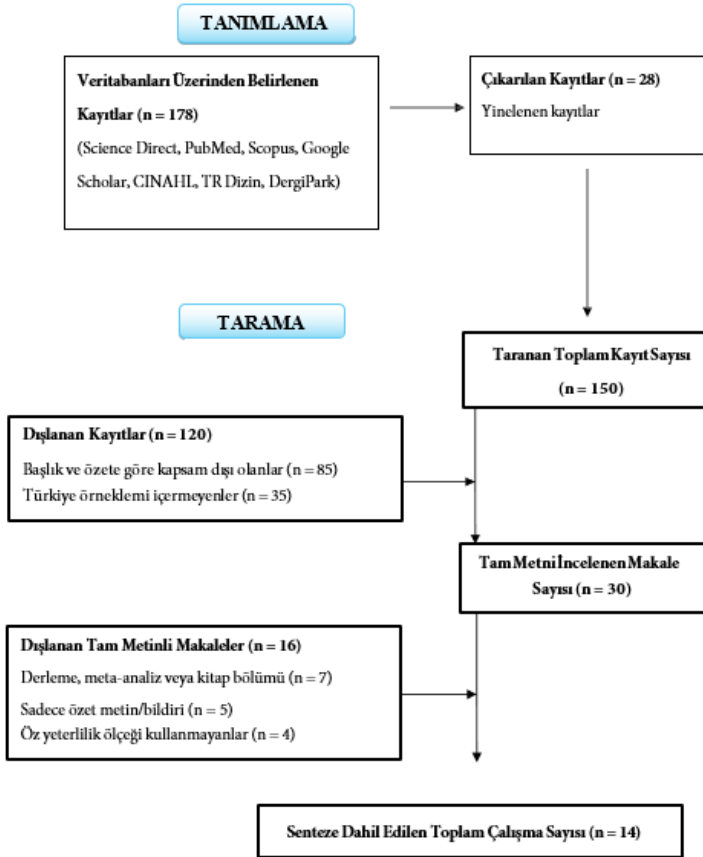
- **Dahil Etme Kriterleri:** (1) Örneklemi Türkiye’de yaşayan ve bir hastaya bakım veren bireylerden oluşan, (2) öz yeterlilik kavramını ana değişken veya sonuç çıktısı olarak değerlendiren, (3) nicel (tanımlayıcı, kesitsel veya deneysel) tasarımda olan, (4) Türkçe veya İngilizce dillerinde tam metni yayınlanmış makaleler.
- **Dışlama Kriterleri:** (1) Sistematik derleme, meta-analiz veya kitap bölümü türündeki ikincil kaynaklar, (2) sadece özet metin/bildiri olarak sunulmuş çalışmalar, (3) öz yeterliliği ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçek kullanmayan araştırmalar.

**Veri Toplama Süreci:** Taramalar sonucunda ulaşılan toplam 178 makale, araştırmacılar tarafından hazırlanan “Makale Değerlendirme Formu” (Yazar/Yıl, Başlık, Amaç, Gereç-Yöntem, Örneklem Özellikleri ve Temel Bulgular) aracılığıyla titizlikle incelenmiştir. İlk aşamada başlık ve özetler üzerinden ön eleme yapılmış; uygunluğu tam olarak saptanamayan çalışmaların tam metinleri okunmuştur. Veri analiz sürecinin güvenilirliğini sağlamak amacıyla hazırlanan kodlama listesi, alanında uzman bir akademisyen tarafından gözden geçirilmiş ve pilot çalışma kapsamında seçilen birkaç makale üzerinde test edilerek standardize edilmiştir. Her bir makalenin derinlemesine analizi için ortalama 45-60 dakika ayrılmıştır.

**Verilerin Analizi:** Sistematik inceleme kapsamına alınan 14 makaleye ait veriler; frekans dağılımı, sayı ve yüzde yöntemleri kullanılarak betimsel olarak analiz edilmiştir. Sürecin şeffaflığı ve makale seçim aşamaları bir PRISMA Akış Diyagramı ile görselleştirilmiştir.

**Etik:** Bu araştırma, Dünya Tıp Birliği’nin Helsinki Bildirgesi’nde yer alan “İnsan Üzerinde Yapılan Tıbbi Araştırmalar İçin Etik İlkeler” doğrultusunda yürütülmüştür. Online erişime açık ve herkesin erişebileceği Pub Med, Science Direct, CINAHL, Google Scholar ve Scopus veri tabanlarından yararlanılarak araştırma yapılmıştır. Bu araştırmada kullanılan makaleler ilgili veri tabanından açık erişimle alındığı için etik kurul izni alınması ihtiyacı duyulmamıştır.

**Araştırmanın Sınırlılıkları:** Bu makale için incelenmiş çalışmalar, tıp ve hemşirelik alanında yaygın şekilde kabul gören 5 uluslararası ve 2 ulusal veri tabanı taranarak yapılmıştır. Sistematik incelemelerde “gri literatür” (tezler, yayınlanmamış raporlar vb.) dahil edilip edilmemesi araştırmacıların seçimidir; ancak bu çalışmada verilerin standart akademik hakem denetiminden geçmiş ve tam metin olarak yayınlanmış makalelerle sınırlandırılması tercih edilmiştir. Çalışmanın yalnızca nicel (tanımlayıcı, yarı deneysel ve ilişkisel) araştırmalarla sınırlı tutulmasının, bakım verenlerin öznel deneyimlerini anlama noktasında bir kısıtlılık yaratmaktadır. İnceleme yapılan çalışmalar bu konudaki var olan sonuçların tümünü temsil etmeyebilir ve literatüre yeni kazandırılacak en güncel çalışmalar henüz yayınlanmamış olabilir. Bu sistematik incelemenin kısıtlılıklarından bir diğeri de sadece Türkiye’de yapılmış çalışmaların ele alınmasıdır.



**Şekil 1.** Araştırma Seçim Sürecine İlişkin PRISMA Akış Diyagramı

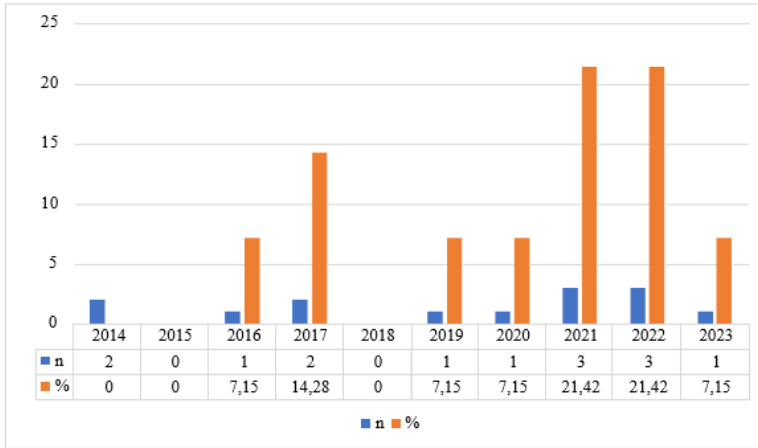
## BULGULAR

**Tablo 1.** Makalelerin araştırma türüne göre dağılımı (n=14)

		n	%
<b>Araştırma Türü</b>	Tanımlayıcı	9	64.29
	Yarı Deneysel	2	14.28
	İlişki Arayıcı	1	7.15
	Tanımlayıcı ve İlişki Arayıcı	2	14.28
	<b>Toplam</b>	<b>14</b>	<b>100</b>

n: Araştırmaya dahil edilen toplam çalışma sayısı %: Yüzde

Yapılan araştırmalar neticesinde yazılan makalelerin %64.29'unun tanımlayıcı türde olduğu görülmüştür (Tablo 1).



**Grafik 1.** Makalelerin Yıllara Göre Dağılımı (n=14)

Makalelerin yıllara göre dağılımı incelendiğinde 2021 ve 2022 yılının %21.42'lik oranla benzer dağılım gösterdiği, bunu 2014 ve 2017 yılında %14.28'lik oranın takip ettiği ve 2016, 2019 ve 2020 yıllarında 1 çalışma ile %7.15 lik oranda olduğu görülmektedir (Grafik 1).

**Tablo 2.** Araştırma kapsamında incelenen makalelerin başlık, amaç, gereç-yöntem ve sonuçları

Yazar/Yıl	Makale Başlığı	Amaç	Gereç ve Yöntem	Sonuç
Yıldırım ve ark., 2014	Şizofreni Hastalarının Ailelerine Uygulanan Aileden Aileye Destek Programının Hastalık Hakkında Bilgi, Aile Yükü ve Öz Yeterlilik Üzerine Etkisi	Şizofreni hastalarının ailelerine uygulanan aileden aileye destek programının hastalık hakkında bilgi, aile yükü ve öz yeterlilik üzerine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.	Çalışma ön test-son test yarı deneysel desenle tasarlanmıştır. Çalışma Erzincan'da psikiyatri tanısı almış 34 hastanın yakını ile yapılmıştır. Araştırmanın verileri; Hastalık Bilgi Formu (HBF), Algılanan Aile Yükü Ölçeği (AAYÖ) ve Sherer Öz Yeterlilik Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır.	Ülkemizde uygulanan aileden aileye destek programı; ailelerin bilgi gereksiniminde ve yükünde azalmada, öz yeterliliklerinde ise artmada etkili bulunmuştur.
Durmaz ve Okanlı, 2014	Şizofreni Hastalarına Bakım Veren Aile Üyelerinin Öz yeterlilik Düzeylerinin Bakım Yüküne Etkisinin İncelenmesi	Şizofreni hastalarına bakım veren aile üyelerinin öz yeterlilik düzeylerinin bakım yüküne etkisinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.	Tanımlayıcı türde olan araştırma Kasım 2010-Mayıs 2011 tarihleri arasında Erzurum ilinde ikamet eden ve şizofreni tanısı almış hastaya bakım veren 62 bakım veren ile gerçekleştirilmiştir. Veriler, hastaların ve ailelerinin tanımlayıcı özelliklerini içeren bir anket, Sherer ve arkadaşları tarafından geliştirilen Öz-Yeterlilik Ölçeği ve Zarit Bakım Veren Yükü Ölçeği kullanılarak toplanmıştır.	Bakım veren aile bireylerinde öz yeterlilik düzeyi arttıkça bakım yükünün azaldığını, öz yeterlilik düzeyi azaldıkça bakım yükünün arttığı sonucuna varılmıştır.

<p>Ünver ve ark., 2016</p>	<p>Türkiye'de Ailede Yaşlı Bakım Verenlerin Bakım Yükü ve Öz-Yeterlilik Düzeyleri</p>	<p>Türkiye'de yaşlılara bakım veren aile bireylerinin bakım yükü ve öz yeterlilik düzeylerini belirlemektir.</p>	<p>Bu çalışma Ocak-Haziran 2012 tarihleri arasında tanımlayıcı türde yürütülmüştür. Araştırmanın örneklemini Türkiye'de hemşirelik öğrencilerinin aile üyelerinden olan ve yaşlılara bakım veren 658 bakım veren oluşturmuştur. Veriler bakım verenin özellikleri formu, yaşlıların özellikleri formu, Zarit Bakım Yükü Ölçeği, Öz yeterlilik ölçeği ve Barthell İndeksi ile toplanmıştır.</p>	<p>Bakım verenlerin çoğunluğunun orta düzeyde bakım yükü ve düşük düzeyde öz yeterlilik yaşadığı sonucuna varılmıştır.</p>
<p>Yıldız ve ark., 2017</p>	<p>Kanserli Hastalara Gayri Resmi Bakım Verenlerin Bakım Yükü ve Öz Yeterlilik Düzeyleri</p>	<p>Kanser hastalarına bakım verenlerin öz yeterlilik düzeylerini ve bakım veren yükünü belirlemek amacıyla yapılmıştır.</p>	<p>Tanımlayıcı türde olan bu çalışma Erzurum ilindeki bir hastanenin onkoloji servisinde kanser tanısıyla hastaneye yatırılan 101 hastanın bakım verenleri ile yapılmıştır. Verilerin toplanmasında Öz-Yeterlilik Ölçeğinin Türkçe versiyonu ve Zarit Bakıcı Yükü Ölçeği kullanılmıştır.</p>	<p>Kanser hastalarına bakım verenlerin orta düzeyde bakım yüküne ve öz-yeterliliğe sahip olduğu; ayrıca öz-yeterlilik ile bakım yükü arasında da negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.</p>

Çakar ve Tezel, 2017	Serebrovasküler Hastalığı Olan Hastalara Bakım Veren Aile Üyelerinin Bakım Yükü ve Öz Etkililiklerinin Değerlendirilmesi	Çalışmada, serebrovasküler hastalığı olan hastalara bakım veren aile üyelerinin bakım yükü ve öz etkililiklerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır	Tanımlayıcı türde olan çalışma, Seka İlçe Devlet Hastanesi'nde serebrovasküler hastalık tanısı almış 250 hastanın bakım vereni ile yapılmıştır. Veriler, bakım veren ve hasta bireyi tanımlayıcı özellikler formu, "Öz Etkililik Yeterlilik Ölçeği", "Bakım Verme Yükü Ölçeği", ve "Barthel Günlük Yaşam Aktivite İndeksi" ile toplanmıştır.	Araştırma grubunda yer alan hastaların bakım verenlerinde bakım yükü ve öz yeterlilik açısından negatif yönlü ilişki bulunmuştur.
Atak ve Özekes, 2019	Demanslı Hastalarla İlgilenen Aile Üyelerinin Bakım Veren Yükünün İncelenmesi	Demans hastası bireylere bakım veren aile üyelerinin stresle başa çıkma düzeylerinin, özyeterliliklerinin ve psikolojik dayanıklılıklarının bakım veren yükü ile gösterdikleri ilişkiyi ortaya koymak amacıyla yapılmıştır.	Tanımlayıcı ve ilişkisel desende tasarlanan araştırma İzmir ilinde 134 kişi ile yürütülmüştür. Veri toplama aracı olarak; Bakım Veren Yükü Envanteri, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği, Algılanan Öz yeterlilik Ölçeği, Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.	Baş etme becerisi ve psikolojik dayanıklılık arttıkça bakım yükünün azaldığı, öz yeterlilik arttıkça stresle baş etme ve psikolojik dayanıklılığın arttığı tespit edilmiştir.

Zengin ve Rohat Yazıcı, 2020	Şizofrenili Bireylerin Primer Bakım Verenlerinin Öz Yeterlilikleri ve Baş Etme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Şizofrenili bireylerin primer bakım verenlerinin öz yeterlilikleri ve baş etme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmıştır.	Yarı deneysel türde tasarlanan çalışmaya 18-45 yaşlarında 32 şizofrenili bireyin bakım vereni ve 36 sağlıklı bireyin bakım vereni katılım sağlamıştır. Veriler Genel Öz Yeterlilik Ölçeği, Baş Etme Yolları Ölçeği kullanılarak toplanmıştır.	Şizofrenili bireylerin bakım verenlerinin Genel Öz Yeterlilik Ölçeği alt faktörlerinin puanları ile Baş Etme Yolları ölçeğinin alt faktörlerinin istatistiksel olarak pozitif yönlü olduğu bulunmuştur.
Ural ve Ayyıldız, 2021	Evde Bakım Vericilerin Bakım Vermedeki Yeterlilik Düzeyleri İle Bakım Yüklerinin Karşılaştırılması	Samsun'da evde sağlık hizmeti alan ve almayan hastalara bakım verenlerin bakım vermedeki yeterlilik düzeyleri ile bakım yüklerinin karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır.	Tanımlayıcı türde tasarlanan çalışma, Şubat-Nisan 2019 tarihlerinde Samsun İl Merkezi Evde Sağlık Hizmetleri Birimine başvurup hizmet alan 111 hastaya bakım veren ile başvurup hizmet almayan 111 hastaya bakım veren toplam 222 bakım verici ile yapılmıştır. Veriler Tanıtıcı Özellikler ve Zarit Bakım Verme Yükü Ölçeği ile toplanmıştır.	Evde Sağlık Hizmeti alan hastalara bakım vericilerin, Evde Sağlık Hizmeti almayan hastaların bakım vericilerine oranla, hastalara bakım vermede kendilerini daha yeterli hissettiği ve bakım yüklerinin daha düşük olduğu görülmüştür.

Soyantı ve Aydın Avcı, 2021	Göçmen Bireylere Bakım Verenlerin Bakım Yükü İle Öz yeterlilikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Göçmen bireylere bakım verenlerin bakım yükü ile bakım vermeye yönelik öz yeterlilikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.	İlişki arayan tanımlayıcı desende yapılan bu araştırma Eylül 2018–Ocak 2019 tarihleri arasında Çorum Hitit Üniversite Hastanesinde yapılmıştır. Örnekleme 300 kişi olarak belirlenmiş olup 302 göçmen hasta yakını olasılıksız olarak araştırma kapsamına alınmıştır. Verilerin toplanmasında kişisel bilgi formu ve Zarit Bakım Yükü Ölçeğinin Bachner tarafından Arapça versiyonuna uyarlanan formatı kullanılmıştır.	Bakım verenlerin öz yeterlilik düzeyleri arttıkça bakım verme yükünde azalma olduğu tespit edilmiştir.
-----------------------------	---	---	---	--

<p>Aşkın Ceran ve Ceylan, 2021</p>	<p>Serebral Palsili Çocuğu Olan Ebeveynlerin Öz yeterlilik Düzeylerinin Belirlenmesi ve Anne-Baba Ebeveyn Öz yeterlilik Düzeylerinin Karşılaştırılması</p>	<p>Serebral palsili (SP) çocuğu olan ebeveynlerin öz yeterlilik düzeylerinin belirlenmesi ve anne-baba ebeveyn öz yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır.</p>	<p>Tanımlayıcı desendeki bu araştırma Konya İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı 4 özel eğitim ve rehabilitasyon merkezine devam etmekte olan SP tanılı çocukların 153 ebeveyni oluşturmuştur. Araştırma verileri Şubat-Mart 2019 tarihleri arasında bilgi formu ve (EÖYÖ) kullanılarak toplanmıştır.</p>	<p>Serebral palsi rahatsızlığı olan anne ve babaların öz yeterlilik düzeyleri yüksek bulunmuştur. Aile tipi, çocuğun cinsiyeti ve etkilenen uzuv sayısı gibi bazı değişkenlerin ebeveyn öz yeterlilik düzeyini etki ettiği tespit edilmiştir.</p>
<p>Uslu ve Polat, 2022</p>	<p>Demans Hastalarına Bakım Verenlerin Öz Yeterliliği, Yaşam Kalitesi ve Bakım Yüğü</p>	<p>Alzheimer tipi demans hastalarına bakım veren bireylerin öz yeterlilik düzeyleri ile yaşam kalitesi ve bakım yükü arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmıştır.</p>	<p>Bu çalışma Haziran-Aralık 2016 tarihleri arasında yürütülmüştür. Tanımlayıcı türdeki çalışmanın örneklemini Alzheimer tipi demanslı hastalara bakım veren 145 birey oluşturmuştur. Veriler "Hasta Bakım Veren Tanıtım Formu", "Öz Yeterlilik Ölçeği", "SF-36 Yaşam Kalitesi Ölçeği", "Bakıcı Yüğü Ölçeği" ve "Barthel İndeksi" ile toplanmıştır.</p>	<p>Araştırma sonucunda alzheimer tipte demans tanısı almış hastalara bakım veren bireylerde yaşam kalitesi, öz yeterlilik ve bakım verme yükü arasında ilişki tespit edilmiştir.</p>

Özgül ve Akpınar Söylemez, 2022	Demanslı bireye Bakım Verenlerin Cinsiyetinin Bakım Veren Öz Yeterliliği Üzerine Etkisi	Demanslı bireye bakım verenlerin cinsiyetinin bakım veren öz yeterliliği üzerine etkisini değerlendirmek amacıyla yapılmıştır.	Retrospektif tanımlayıcı araştırma türünde yapılan bu çalışmada örneklem olarak Nisan-Aralık 2019 tarihleri arasında iki üniversite Hastanesi ve Türkiye Alzheimer Derneği İzmir Şubesine başvuran 275 demanslı bireye bakım verenler oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında “Katılımcı Bilgi Formu” ve “Revize Edilmiş Bakıma Yönelik Öz Yeterlilik Ölçeği” kullanılmıştır.	Araştırma sonucunda kadın bakım verenlerin öz yeterlilik düzeylerinin erkek bakım verenlerin öz yeterlilik düzeyinden daha düşük olduğu bulunmuştur.
---------------------------------	---	--	--	--

Gümüş Demir ve Akoğlu, 2022	Alzheimer Hastalarına Bakım Verenlerin Stresle Başa Çıkma Tarzları, Öz Yeterlilik ve Psikolojik Yardım Arama Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Alzheimer hastalarına bakım verenlerin psikolojik yardım arama tutumları, öz yeterlilik ve stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.	İlişki arayıcı tipte olan araştırmanın örnekleminde Alzheimer hastasına bakım veren 120 birey oluşturulmuştur. Veriler, Mayıs ve Temmuz 2022 tarihlerinde toplanmıştır. Katılımcılara yüz yüze olarak Sosyodemografik Bilgi Formu, Psikolojik Yardım Arama Tutum Ölçeği, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Genel Öz yeterlilik Ölçekleri uygulanmıştır.	Araştırma sonuçlarına göre stresle başa çıkma ve psikolojik yardım alma ile istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca stresle başa çıkma ve öz yeterlilik arasında da anlamlı ilişki tespit edilmiştir.
Özgül ve ark. 2023	Demans Hastalarının Aile Bakım Verenlerinde Bakım Verme Öz Yeterliliği: Demans Bilgisinin ve Algılanan Sosyal Desteğin Rolü	Demans hastalarına bakım verenlerin algılanan sosyal desteğinin ve demans bilgisinin bakım verme öz yeterliliği açısından rolünün incelenmesidir.	Tanımlayıcı/ kesitsel biçimde tasarlanan çalışma Mart/Mayıs 2022 tarihinde 102 kişiye uygulanmıştır. Veriler sosyodemografik özellikler formu, bakım verme öz yeterliliğini ölçmek için revize edilmiş ölçek, demans bilgi değerlendirme ölçeği ve algılanan sosyal desteğin çok boyutlu ölçeğinin revize edilmiş formu kullanılarak toplanmıştır.	Bakım verenlerin algıladıkları sosyal destek, bakım verenlerin öz yeterlilik düzeylerinin önemli bir yordayıcısıdır.

Araştırma kapsamında incelenen makalelerde; evren ve örneklemini hastaya bakım veren bireylerin oluşturduğu araştırmalarda bakım yükü, aile yükü, baş etme becerileri, stresle başa çıkma tarzları, psikolojik destek almaya yönelik tutumları, yaşam kalitesi ve cinsiyetin bakım verene yönelik öz yeterliğe etkisi ve ilişkisi incelenmiş ve buna yönelik sonuçlar bulunmuştur (Tablo 2). İncelenen makalelerdeki bilgiler ışığında bakım verenlerde öz yeterlilik ile bakım yükü ve aile yükü arasında zıt yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiş ve bakım verenlerde öz yeterlilik düzeyi arttıkça bakım ve aile yükü düzeyinin azaldığı, yaşam kalitesi düzeyinin ise arttığı görülmüştür. Ayrıca bakım verenlerin öz yeterliğinin baş etme becerilerinin kullanımında etkili olduğu görülmüştür. Cinsiyetin öz yeterlilik üzerinde etkisinin incelendiği çalışmada ise erkek bakım verenlerin öz yeterliğinin kadın bakım veren öz yeterliğinden daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Tablo 2).

## Tematik Bulgular

### 1. Öz Yeterlilik ve Bakım Yükü Arasındaki Ters Yönlü İlişki

İncelenen çalışmaların neredeyse tamamında öz yeterlilik ile bakım yükü arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

- **Negatif Korelasyon:** Öz yeterlilik düzeyi arttıkça, bakım verenlerin hissettiği bakım yükünün azaldığı görülmektedir.
- **Koruyucu Faktör:** Öz yeterliliği yüksek olan bireylerin, bakım verme sürecindeki zorluklarla daha etkili baş edebildiği ve bu durumun psikolojik yükü hafiflettiği vurgulanmıştır.

### 2. Hastalık Gruplarına Göre Öz Yeterlilik Düzeyleri

Literatürde öz yeterlilik kavramının ağırlıklı olarak kronik ve ağır seyirli hastalıklarda çalışıldığı görülmektedir:

- **Nörolojik ve Kognitif Bozukluklar:** Alzheimer ve demans hastalarına bakım verenlerde öz yeterliliğin yaşam kalitesi ve stresle baş etme ile doğrudan ilişkili olduğu saptanmıştır.
- **Psikiyatrik Bozukluklar:** Şizofreni hastalarına bakım veren aile üyelerinde öz yeterliliğin, aile yükünü azaltmada ve baş etme becerilerini geliştirmede anahtar bir rol oynadığı belirlenmiştir.
- **Fiziksel Engellilik:** Serebral palsili çocukların ebeveynlerinde öz yeterlilik düzeylerinin genel olarak yüksek olduğu, ancak aile tipi ve çocuğun etkilenme düzeyinden etkilendiği görülmüştür.

### 3. Sosyo-Demografik ve Çevresel Etkenler

Öz yeterlilik algısının sadece bireysel değil, çevresel ve demografik faktörlerden de etkilendiği bulgulanmıştır:

- **Cinsiyet Farkı:** Demanslı bireylere bakım verenler üzerinde yapılan bir çalışmada, kadın bakım verenlerin öz yeterlilik düzeylerinin erkeklere oranla daha düşük olduğu saptanmıştır.
- **Destek Sistemlerinin Etkisi:** “Aileden Aileye Destek Programı” gibi yapılandırılmış eğitimlerin ve “Evde Sağlık Hizmetleri” gibi kurumsal desteklerin, bakım verenlerin kendilerini daha yeterli hissetmelerini sağladığı görülmüştür.
- **Göçmenlik Durumu:** Göçmen bireylere bakım verenlerde de benzer şekilde öz yeterlilik artışının bakım yükünü azalttığı tespit edilmiştir.

### 4. Psikolojik Sağlamlık ve Baş Etme Becerileri

Öz yeterliliğin diğer psikolojik yapılarla ilişkisi şu şekilde özetlenmiştir:

- **Psikolojik Dayanıklılık:** Öz yeterlilik arttıkça stresle baş etme becerilerinin ve psikolojik dayanıklılığın arttığı, bu durumun bakım vereni tükenmişlikten koruduğu bildirilmiştir.
- **Yardım Arama Tutumu:** Öz yeterliliği yüksek olan bakım verenlerin, psikolojik yardım arama konusunda daha olumlu tutum sergiledikleri saptanmıştır.

Tablodaki veriler, Türkiye’de bakım verenlerde öz yeterliliğin bakım yükünü azaltan en önemli içsel kaynaklardan biri olduğunu göstermektedir. Ancak özellikle kadın bakım verenlerin ve yaşlı bakımını üstlenenlerin öz yeterlilik düzeylerinin artırılması için profesyonel destek programlarına (Eğitim, Evde Bakım Hizmetleri vb.) daha fazla ihtiyaç duyulmaktadır.

## TARTIŞMA

Türkiye’de bakım verenlerin öz yeterlilik düzeylerini ve etkileyen faktörleri inceleyen bu sistematik incelemede, öz yeterliliğin bakım sürecindeki psikososyal çıktılar üzerinde belirleyici bir rol oynadığı görülmüştür. Elde edilen bulgular; öz yeterlilik ile bakım yükü arasındaki ilişki, demografik değişkenlerin etkisi ve destek mekanizmalarının rolü çerçevesinde tartışılmıştır. Bu çalışma bilimsel topluluğun bakım verenlerin öz yeterliliği hakkındaki bilgisini genişletmektedir.

**Öz Yeterlilik ve Bakım Yükü İlişkisi:** İncelenen çalışmaların büyük çoğunluğunda, bakım verenlerin öz yeterlilik düzeyleri ile algıladıkları bakım yükü arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu bulgu, bireyin bakım verme konusundaki becerilerine olan inancının (öz yeterlilik), karşılaştığı zorlukları birer tehdit yerine yönetilebilir birer görev olarak algılamasını sağladığı şeklinde yorumlanabilir. Literatürde de öz yeterliliğin, stresli yaşam olayları karşısında koruyucu bir tampon mekanizması gördüğü ve bakım yükünün yarattığı olumsuz etkileri azalttığı sıklıkla vurgulanmaktadır (Atak & Özekes, 2019; Çakar & Tezel, 2018; Durmaz & Okanlı., 2014; Soyantı & Aydın Avcı., 2021; Ünver ve ark., 2016; Yıldız ve ark., 2017).

**Hastalık Grupları ve Klinik Tablo:** Bakım verenlerin öz yeterlilik düzeyleri, bakılan hastanın tanı grubuna göre farklılıklar göstermektedir. Özellikle şizofreni ve demans gibi kronik seyirli ve davranışsal sorunların eşlik ettiği hastalıklarda, öz yeterliliğin strese baş etme ve psikolojik dayanıklılık ile pozitif yönlü ilişkili olduğu saptanmıştır. Serebral palsili çocuğu olan ebeveynlerde ise öz yeterliliğin genel olarak yüksek bulunması, ebeveynlik rolünün getirdiği sorumluluk bilinci ve bu sürece yönelik geliştirilen doğal uyum mekanizmaları ile açıklanabilir. (Atak & Özekes, 2019; Ceran, 2020; Gümüş Demir & Akoğlu, 2023; Özgül & Akpınar Söylemez, 2022; Özgül ve ark, 2023; Uslu & Polat., 2022; Zengin & Yazıcı Rohat, 2020).

**Sosyo-Demografik Faktörlerin Rolü:** Çalışmada dikkat çeken önemli bir bulgu, cinsiyetin öz yeterlilik üzerindeki etkisidir. Kadın bakım verenlerin öz yeterlilik düzeylerinin erkeklere oranla daha düşük olduğu saptanmıştır (Özgül & Akpınar Söylemez, 2022). Türkiye’deki geleneksel aile yapısında bakım verme sorumluluğunun birincil olarak kadınlara yüklenmesi, kadınların hem ev içi sorumlulukları hem de bakım sürecini bir arada yürütmek zorunda kalmalarına ve bu durumun öz yeterlilik algılarını zayıflatmasına neden olmuş olabilir. Ayrıca, yaşlı bireylere bakım verenlerin orta düzeyde yük ve düşük öz yeterlilik bildirmesi, bakım sürecinin yaş ilerledikçe hem fiziksel hem de mental olarak daha zorlayıcı hale geldiğini desteklemektedir.

**Destek Sistemlerinin Önemi:** İnceleme kapsamındaki çalışmalar, dışsal desteklerin öz yeterliliği doğrudan artırdığını göstermektedir. Aileden aileye destek programlarının öz yeterliliği artırdığı ve yükü azalttığı, benzer şekilde evde sağlık hizmeti alanların almayanlara göre kendilerini daha yeterli hissettikleri bulunmuştur (Yıldırım ve ark., 2014) Bu durum, bakım verenlerin sadece tıbbi bilgiye değil, aynı zamanda sosyal desteğe ve rehberliğe duydukları ihtiyacı kanıtlamaktadır.

Günümüzde bakıma ihtiyacı olan birey sayısı her geçen gün artmaktadır. Bu duruma paralel olarak bakım verenlere olan ihtiyaç da artış göstermektedir. Bakım vermede önemli bileşenlerden biri olan bakım verenlerde öz yeterlilik düzeyinde

ise halen istenen düzeye ulaşılammıştır (Söylemez ve ark., 2023). Halk sağlığı/ evde bakım hemşireleri, bakım verenleri destekleyerek ve öz yeterliliklerini artırarak yatağa bağımlı hastalara bakım sağlamada önemli bir rol oynayabilirler.

Bu sistematik literatür incelemesinde elde edilen bulgular neticesinde, öz yeterliğin çoğunlukla zihinsel ve duygusal süreçlerin bir yordayıcısı olarak incelendiğini, en çok tanımlanan anlamlı ilişkilerin bakıcı/bakım yükü, yaşam kalitesi, stres ve baş etme becerilerinin kullanımını içerdiğini ve bakım verenlerin öz yeterliğinin, bakım verme sürecinin başarılı bir şekilde yürütülmesi açısından önemli bir faktör olduğunu göstermiştir. Ayrıca son yıllarda bakım verenlerin öz yeterliği ile ilgili çalışma sayısında artış olduğu fakat literatürde hala yeteri kadar çalışmanın ve bakım veren öz yeterliğini tek başına konu alan bir çalışmanın da bulunmadığı tespit edilmiştir. (Atak & Özekes, 2019; Ceran, 2020; Çakar & Tezel, 2018; Durmaz & Okanlı., 2014; Gümüş Demir & Akoğlu, 2023; Özgül & Akpınar Söylemez, 2022; Özgül ve ark, 2023; Soyaniıt & Aydın Avcı., 2021; Ural & Ayyıldız, 2021; Uslu & Polat., 2022; Ünver ve ark., 2016; Yıldırım ve ark., 2014; Yıldız ve ark., 2017; Zengin & Yazıcı Rohat, 2020).

Albert Bandura tarafından geliştirilen sosyal bilişsel öğrenme kuramı kapsamında yer alan öz yeterlilik kavramı, kişinin zorlu bir aktiviteyi yerine getirme kapasitesine olan inancı olarak tanımlanmaktadır (Bandura, 2022). Öz yeterlilik kavramı çok boyutludur ve bakım verenler için kendilerine zaman ayırma, öz bakım aktivitelerini gerçekleştirme, rahatsız edici hasta davranışlarını iyi yönetme ve bakımla ilgili sıkıntı verici düşünceleri kontrol etme gibi süreçleri içerir. Bakım veren öz yeterliliğinden bahsedildiğinde, hastanın bakımına yönelik süreçlerin yanı sıra bakım verenin kendi öz bakım aktivitelerini de dikkate almak gerekir. Bu anlamda, bakım veren öz yeterliliğini artırma girişimleri doğrudan bakım verenlere yönelik olsa da dolaylı olarak hasta bireyleri de etkiler (Özgül & ark., 2023).

Bakım verenlerin öz yeterliğini artırmaya yönelik çalışmaların, bakım verenlerin bakım verme sürecinin daha kolay anlaşılmasına ve daha başarılı bir şekilde yürütülmesi için gerekenlerin yapılmasına yardımcı olduğu görülmüştür (Yıldırım ve ark., 2014). Tang ve arkadaşları tarafından yapılan sistematik bir çalışmada, bakım verenlerin öz yeterliğini geliştirmek amacıyla psikososyal müdahaleleri içeren çalışmalar incelenmiş ve bakım verme konusunda bilgi ve beceri düzeyinin iyileştirilmesinin bakım verenlerin öz yeterliğini olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir (Tang ve ark., 2016). Yapılan başka bir çalışmada bakım verenlerin algılanan sosyal desteğinin, onların refah düzeyleri, yaşam kaliteleri ve öz yeterlilik düzeyleri üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu vurgulanmıştır (Adashek ve ark., 2020). Maneviyatın öz yeterlilik ile ilişkisini incelemek için yapılan bir çalışmada yüksek maneviyata sahip bakım verenlerin sergilemiş oldukları yaratıcıya olan güvenin onlara destek, rahatlık ve güç kattığını, kendi işlevlerini

manevi büyüme ve kişisel gelişim için bir mekanizma olarak gördüklerini ve bakım veren olarak rollerine anlam, amaç ve yön verdiği sonucuna ulaşmıştır (Gonzales-Rivera ve ark., 2018)

Bakım verenlerde öz yeterlilik düzeyi, bakım verme sürecini ve bakım verenlerin yaşam kalitesini önemli ölçüde etkileyebilir (Uslu & Polat, 2022). Bu nedenle, literatürde bakım verenlerin öz yeterlilik düzeylerini artırmaya yönelik çalışmalara ağırlık verilmelidir. Bakım verenlerin öz yeterlilik düzeylerini artırmaya yönelik çalışmalarda; bakım verme süresi, bakım verme yükü, bakım verenlerin yaşı, cinsiyeti, eğitim düzeyi, sosyoekonomik durumu, bakım verdikleri bireyin durumu ve bakım verenlerin ruhsal sağlığı gibi faktörler göz önünde bulundurulmalıdır (Atak & Özkes, 2019; Ceran, 2020; Çakar & Tezel, 2018; Durmaz & Okanlı., 2014; Gümüş Demir & Akoğlu, 2023; Özgül & Akpınar Söylemez, 2022; Soyunıt & Aydın Avcı., 2021; Ural & Ayyıldız, 2021; Uslu & Polat., 2022; Ünver ve ark., 2016; Yıldırım ve ark., 2014; Yıldız ve ark., 2017; Zengin & Yazıcı Rohat, 2020).

Albert Bandura tarafından geliştirilen Sosyal Bilişsel Öğrenme Teorisi çerçevesinde tanımlanan öz yeterlilik kavramının bileşenlerinden biri başarılı geçmiş deneyimlerdir. Bireyler geçmişte bir beceriyi başardıysa, bu beceriyi tekrar başarmaya çalıştıklarında öz güvenleri, yani öz yeterlilikleri daha yüksek olacaktır. Bakım veren bakım faaliyetlerini sağlarken yaşadığı ilk başarılı deneyim, sonraki bakım faaliyetleri için önemlidir. Burada, bilgi düzeylerini yükseltmek için ilk deneyimden önce bakıcının eğitim ihtiyaçlarını belirlemenin önemli olduğu vurgulanmaktadır (Bandura, 2002). Böylece bilgi, bireye beceriyi başarma konusunda güç verebilir. Bakım verenlerin öz yeterlilik düzeylerini artırmaya yönelik çalışmalarda; bakım verme konusunda bilgilendirme ve eğitim, destek grupları, bireysel danışmanlık, grup terapisi, stres yönetimi eğitimleri, sosyal beceriler eğitimi gibi yaklaşımlar kullanılabilir (Özgül ve ark., 2023).

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Değerlendirmeye alınan tüm çalışmalarda bakım veren öz yeterliği üzerinde bakım verme süresi, bakım verme yükü, bakım verenlerin yaşı, cinsiyeti, eğitim düzeyi, sosyoekonomik durumu, bakım verdikleri bireyin durumu ve bakım verenlerin ruhsal sağlığı gibi faktörlerin etkili olduğu görülmüştür.

Yapılan çalışmalardan yola çıkılarak; öz yeterliliğin çok boyutlu bir kavram olduğu göz önüne alındığında, bakım veren öz yeterliliğini etkileyen faktörlerin incelenmesi, öz yeterliliği iyileştirme girişimlerinin planlanmasında rehberlik sağlayabilir. Bakım verenlerin öz yeterlilik düzeyini artırmak için hemşireler ve diğer sağlık profesyonelleri tarafından bakım verme ve öz yeterlilik konusunda eğitim ve bireysel danışmanlık hizmeti verilmesi sağlanabilir. Bakım verenlerin öz yeterliliğini etkileyen faktörleri belirleyebilmek ve bu konuda çözüm önerileri

sunabilmek için Türkiye’de bakım verenlerin öz yeterlilik algılarının fenomenolojik veya gömülü kuram gibi nitel desenlerle incelendiği çalışmalar ve tezler de kullanılabilir.

Sonuç olarak; Türkiye örneğinde bakım verenlerin öz yeterliliklerini artırmaya yönelik girişimlerin, bakım yükünü azaltmada ve bakım kalitesini yükseltmede en etkili stratejilerden biri olduğu söylenebilir. Özellikle risk grubundaki kadın bakım verenlere ve ağır nörolojik hastalığı olan bireylerin yakınlarına yönelik yapılandırılmış eğitim ve destek programlarının yaygınlaştırılması önerilmektedir.

## SONUÇLARIN ALANDA/UYGULAMADA KULLANIMI

Bu çalışma; bakım verenlerin öz yeterliliğinin hastalıkların tedavi sürecinde kritik bir faktör olduğunu ve bakım verenlere yönelik yapılacak eğitim ve rehberlik faaliyetlerinin önemini ortaya çıkarmıştır. Çalışma; öz yeterlilik ve ilgili faktörlerin birbirleri ile olan ilişkilerinin netleşmesini ve kapsamlı bir bakış açısı kazanılmasını sağlayarak öz yeterliliği artırmaya yönelik yapılacak girişimlerde rehberlik edecektir.

Çalışma; bu konu hakkında yapılan çalışmaların eksikliğine vurgu yapmış ve gelecekte bu alanda yapılacak çalışmalara yönelik önerilerde bulunmuştur. Çalışma; literatürde bulunan birçok ölçek olduğunu göstermekte ve ölçüm araçlarında farklılıklar olduğunu ortaya çıkarmıştır. Bu da gelecekte bu konu hakkında ölçüm araçlarının geliştirilmesinin gerekliliğini ortaya koymuştur.

### Teşekkür ve Açıklamalar

Yaptığı çalışmalarla araştırmamıza kaynak oluşturan yazarlara, bu çalışmalarda yer alan hastalara ve onların bakım verenlerine teşekkür ederiz.

### Çıkar Çatışması

Bu çalışmanın yazılması veya yayınlanmasıyla ilgili yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

### Yazar Katkısı

Fikir: HY (%50), YA (%50)

Kavram: HY (%50), YA (%50)

Tasarım: HY (%50), YA (%50)

Literatür Taraması: HY (%50), YA (%50)

Veri Toplanması: HY (%50), YA (%50)

Veri Analizi/İşlenmesi: HY (%50), YA (%50)

Makalenin Yazımı: HY (%50), YA (%50)

Eleştirel İnceleme/Danışmanlık: HY (%50), YA (%50)

Düzenleme: HY (%50), YA (%50)

### KAYNAKLAR

- Adashek, J. J., & Subbiah, I. M. (2020). Caring for the caregiver: A systematic review characterising the experience of caregivers of older adults with advanced cancers. *ESMO Open*, 5(5), e000862 DOI: 10.1136/esmoopen-2020-000862
- Atak, T., & Özekes, M. (2019). Demanslı hastalarla ilgilenen aile üyelerinin bakım veren yükünün incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 20(1), 145-161  
<https://doi.org/10.12984/egeefd.561901>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215 <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bandura, A. (2002). Social cognitive theory in cultural context. *Applied Psychology*, 51(2), 269-290 <https://doi.org/10.1111/1464-0597.00092>
- Digital Object Identifier (DOI) Bilgiç, Ş., Temel, M., & Çelikkalp, Ü. (2017). Hemşirelik öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük, öz yeterlilik ve umut düzeylerinin değerlendirilmesi: Tekirdağ örneği. *Sağlık ve Hemşirelik Yönetimi Dergisi*, 4(3), 117-126 DOI: 10.5222/SHYD.2017.117
- Ceran, M. A. (2020). Serebral palsili çocuğu olan ebeveynlerin öz yeterlilik düzeylerinin belirlenmesi ve anne-baba ebeveyn öz yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 12(2), 113-121 DOI: 10.14744/phd.2021.29974
- Çakar, M., & Tezel, A. (2018). Evaluation of the burden of care and self efficacy of the caregiver family members of the individuals with cerebrovascular disease. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 21(4), 239-248 Erişim adresi: <https://izlik.org/JA35RY84UX>
- Durmaz, H., & Okanlı, A. (2014). Investigation of the effect of self-efficacy levels of caregiver family members of the individuals with schizophrenia on burden of care. *Archives of Psychiatric Nursing*, 28(4), 290-294 DOI: 10.1016/j.apnu.2014.04.004
- Etters, L., Goodall, D., & Harrison, B. (2008). Caregiver burden among dementia patient caregivers: A review of the literature. *Journal of the American Association of Nurse Practitioners*, 20(8), 423-428 DOI: 10.1111/j.1745-7599.2008.00342.x
- García-Castro, F. J., Hernández, A., & Blanca, M. J. (2022). Life satisfaction and the mediating role of character strengths and gains in informal caregivers. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 29(6), 829-841 DOI: 10.1111/jpm.12764

- González-Rivera, J. A., & Rosario-Rodríguez, A. (2018). Spirituality and self-efficacy in caregivers of patients with neurodegenerative disorders: An overview of spiritual coping styles. *Religions*, 9(9), 276 <https://doi.org/10.3390/rel9090276>
- Gözde Sezgin, M., & Bektaş, H. (2021). Lenfoma hastalarıyla yaşayan aile üyelerinin bakım verme yükü. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 8(1), 1-14 <https://doi.org/10.21020/husbfd.750794>
- Grad, J., & Sainsbury, P. (1963). Mental illness and the family. *The Lancet*, 1(7280), 544-547 DOI: 10.1016/s0140-6736(63)91339-4
- Gümüş Demir, Z., & Akoğlu, B. (2023). Alzheimer hastalarına bakım verenlerin stresle başa çıkma tarzları, öz yeterlilik ve psikolojik yardım arama tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1), 6-40.
- Özgül, E., Akyol, M. A., Söylemez, B. A., & Küçükçüçlü, Ö. (2023). Caregiving self-efficacy in family caregivers of people with dementia: The role of knowledge of dementia and perceived social support. *Journal of Community Health Nursing*, 40(4), 289-297 DOI: 10.1080/07370016.2023.2241454
- Özgül, E., & Söylemez, B. A. (2022). Demanslı bireye bakım verenlerin cinsiyetinin bakım veren öz yeterliliği üzerine etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(3), 1107-1113 <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.943585>
- Reinares, M., Vieta, E., Colom, F., Martínez-Aran, A., Torrent, C., & Comes, M. (2004). Impact of a psychoeducational family intervention on caregivers of stabilized bipolar patients. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 73(5), 312-319 DOI: 10.1159/000078848
- Shankar, K. N., Hirschman, K. B., Hanlon, A. B., & Naylor, M. D. (2014). Burden in caregivers of cognitively impaired elderly adults at time of hospitalization: A cross-sectional analysis. *Journal of the American Geriatrics Society*, 62(2), 276-284 DOI: 10.1111/jgs.12657
- Soyanıt, Ş., & Aydın Avcı, İ. (2021). Göçmen bireylere bakım verenlerin bakım yükü ile öz yeterlilikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 24(1), 59-67 DOI:10.17049/ataunihem.759310
- Söylemez, B. A., Özgül, E., Küçükçüçlü, Ö., & Yener, G. (2023). Telehealth applications used for self-efficacy levels of family caregivers for individuals with dementia: A systematic review and meta-analysis. *Geriatric Nursing*, 49, 178-192 DOI: 10.1016/j.gerinurse.2022.12.001
- Şireci, E., & Yılmaz Karabulutlu, E. (2017). Tip 2 diabetes mellituslu hastaların hastalıklarını kabullenme ve kendi bakımlarındaki öz yeterlilik düzeylerinin belirlenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 20(1), 48-55 Erişim Adresi: <https://izlik.org/JA84AF72SR>
- Tang, W. K., & Chan, C. Y. (2016). Effects of psychosocial interventions on self-efficacy of dementia caregivers: A literature review. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 31(5), 475-493 DOI: 10.1002/gps.4352
- Türk Dil Kurumu. (2023). *Güncel Türkçe Sözlük*. Erişim adresi <https://sozluk.gov.tr> (Erişim tarihi: 01.09.2023).
- Ural, Z., & Ayıldız, M. (2021). Evde bakım vericilerin bakım vermedeki yeterlilik düzeyleri ile bakım yüklerinin karşılaştırılması. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(1), 163-172 DOI: 10.1097/HNP.0000000000000148
- Uslu, A., & Polat, Ü. (2022). Self-efficacy, quality of life and care burden in caregivers of patients with dementia. *Genel Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(2), 106-117 Erişim Adresi: <https://izlik.org/JA96ZG54CE>
- Ünver, V., Basak, T., Tosun, N., Aslan, O., & Akbayrak, N. (2016). Care burden and self-efficacy levels of family caregivers of elderly people in Turkey. *Holistic Nursing Practice*, 30(3), 166-173 DOI: 10.1097/HNP.0000000000000148
- Yıldırım, A., Buzlu, S., Aşlar, R. H., Camcıoğlu, T. H., Erdiman, S., & Ekinci, M. (2014). Şizofreni hastalarının ailelerine uygulanan aileden aileye destek programının hastalık hakkında bilgi, aile yükü ve öz yeterlilik üzerine etkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(1), 31-37.
- Yıldız, E., Karakaş, S. A., Güngörmüş, Z., & Cengiz, M. (2017). Levels of care burden and self-efficacy for informal caregiver of patients with cancer. *Holistic Nursing Practice*, 31(1), 7-15 DOI: 10.1097/HNP.0000000000000185
- Yılmaz Koçak, M., & Büyükyılmaz, F. (2019). Hemşirelerin öz-yeterlilik algıları ile problem çözme becerilerinin incelenmesi. *Journal of Academic Research in Nursing*, 5(3), 169-177 DOI:10.5222/jaren.2019.86547.
- Zengin, G., & Yazıcı Rohat, M. (2020). Examination of the relationship between self-sufficiency and coping skills of primary caregivers in individuals with schizophrenia.
- III. *International Health Science and Life Congress Full Text Book* içinde (ss. 91-97).