

# Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Öz Etkililik Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi

Determination of effecting factors self-esteem and self-efficacy levels of school of health students

Sultan Güçlü<sup>1</sup>, Ferruh Taşpınar<sup>2</sup>, Betül Taşpınar<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Hemşirelik Bölümü, Kütahya

<sup>2</sup>Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Kütahya

## Özet

Benlik saygısı, bireyin kendisini yetenekli, başarılı, değerli biri olarak algılama derecesidir. Birey ben olarak onay, kabul ve sevgi görmediğinde, başkalarından onay, kabul ve sevgi görebileceğini düşündüğü bir maske, yani sahte bir benlik geliştirir. Yani, benlik bilinci öz etkililik kavramlarını da içerir. Bu çalışma, sağlık yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı ve öz etkililik düzeylerinin bazı faktörler açısından farklılaşp farklılaşmadığının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışmanın evrenini 362 sağlık yüksekokulu son sınıf öğrencisi oluşturmaktadır. Örneklem büyüklüğü hesaplanarak, 187 öğrenci (114 kadın, 73 erkek) tabakalı örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Çalışmamızda öğrencilerin benlik saygıları ve öz etkililik düzeyleri bazı sosyo-demografik ve ailesel özellikler açısından değerlendirilmiştir. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları gösteren, aile içi ilişkileri kuvvetli olan öğrencilerin benlik saygıları ve öz etkililik düzeyleri yüksek bulunmuştur. Öz etkililik düzeyi ile benlik saygısı arasında olumlu yönde, güçlü, anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç doğrultusunda, öğrencilerin öz etkililik düzeylerini ve benlik saygısını artıracak bir yaklaşımla eğitim programları geliştirilebilir.

**Anahtar sözcükler:** Benlik saygısı, öz etkililik, üniversite öğrencileri.

**B**enlik, kişinin başkalarının kendisine nasıl tepkide bulunduğu ile ilgilenmesinin bir sonucu olarak sosyal etkileşim içinde ortaya çıkmaktadır (Bacanlı, 2004). Çevreyle girilen bu etkileşim bireyin toplumsallaşmasını sağlarken, diğer taraftan da benliğin oluşmasını sağlamaktadır (Kılıç, 2006). Yani benlik, kişiyi bedensel, ruhsal ve sosyal yönleriyle

## Abstract

The self-esteem is an individual's level of perceiving himself/herself as a skillful, successful, and valuable individual. When the individual thinks that he/she doesn't receive approval, like and love, then he/she develops a mask – so an artificial ego – which he/she thinks that will receive approval, like and love from other individuals. So, the sense of self includes also the self-efficacy concepts. This study was carried out to Investigating of self-esteem and self-efficacy levels of School of Health students whether if differentiate in terms of some factors. The universe of this study consists of 362 final-grade health college students. Calculating the sample size, 187 students (114 women, 73 men) have been chosen via stratified sampling method. In our study, the students' levels of self-esteem and self-efficacy have been evaluated in terms of socio-demographic and familial characteristics. It has been found that the students having healthy life-style and having strong family bounds have high levels of self-esteem and self-efficiency/sufficiency. It has been concluded that there is a positive, strong and significant association between self-efficiency/sufficiency level and self-esteem level. A program for increasing the self-esteem and self-efficiency/sufficiency of students can be developed in accordance with these findings.

**Keywords:** Self-efficacy, self-esteem, university students.

bir bütün olarak içeren, bireyi başkalarından ayıran bir kavramdır. Bu bağlamda kişinin diğer insanlarla olan ilişkileri ve kişinin bu ilişkileri nasıl algılayıp yorumladığı sahip olduğu benlik kavramına dayanmaktadır.

Benlik saygısı ise, bireyin kendisine değer vermesini, güven ve saygı duymasını içeren bir kavramdır ve kendisini değerlen-

## İletişim / Correspondence:

Yrd. Doç. Dr. Sultan Güçlü  
Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık  
Yüksekokulu, Hemşirelik Bölümü,  
Tavşanlı Yolu, 10. km, Kütahya  
e-posta: sultanguclu82@gmail.com

Yükseköğretim Dergisi 2015;5(1):26–34. © 2015 Deomed

Geliş tarihi / Received: Mart / March 3, 2014; Kabul tarihi / Accepted: Ağustos / August 14, 2015

Çevrimiçi erişim / Online available at: www.yuksekogretim.org • doi:10.2399/yod.15.005 • Karekod / QR code:





dirmesi sonucunda ulaştığı benlik kavramını onaylamasından oluşan beğeni durumudur (Bilgin, 1996; Sucu, 1998). Benlik saygısı için özsaygı, kendilik değeri, özdeğer gibi terimler de kullanılmaktadır. Benlik saygısı, kişinin kendisini ne kadar sevdiği ve değer verdiğiyle açıklanabilir ve olumlu benlik saygısı ile ruh sağlığı arasında doğrusal bir ilişki vardır. Benlik saygısı kim olduğumuz hakkında nasıl hissettiğimizdir. Demografik özellikler, vücut, duyuşsal girdi, psikososyal durum, sosyal ve kültürel ortamdan etkilenir (Buckworth ve Dishman, 2002).

Adams ve Gullota (1989) tarafından benlik saygısının bireyin kendisini süper ve mükemmel algılamaktan ziyade, kendini kabul etme, kimlik oluşturma ve başkaları tarafından kabul edilme olarak tanımlandığı da görülmektedir (*Akt.* Uyanık-Balat ve Akman, 2004). Benlik saygısı yüksek olan bireyler, kendilerini saygıya ve kabul edilmeye değer, önemli ve yararlı kişiler olarak algılama eğilimindedirler. Diğer taraftan, kendilerine olumsuz bir açıdan bakanlar, yani benlik saygıları düşük olanlar, kendilerini pek önemli olmayan, sevebilir özelliklerden yoksun, kendilerine ve yeteneklerine güvenemeyen kişiler olarak görme eğilimindedirler (Temel ve Aksoy, 2001). Kısacası, benlik kavramı, bireyin kim olduğuna ilişkin fikrini gösterirken, benlik saygısı, bireyin kendisini ne olarak gördüğünün ve kabul edilme veya reddedilme beklentilerinin bir sonucu olarak ifade edilebilir.

Bireyin özel dünyasında, kendisi ile baş başa iken kendisiyle ilgili neler hissettiği önemlidir. Benlik kavramı geliştiğinde yani “ben”in bilinçlenmediği durumlarda, negatif benlik gelişmektedir. Birey ben olarak onay, kabul ve sevgi görmediğinde, başkalarından onay, kabul ve sevgi görebileceğini düşündüğü benlik bilinci öz etkililik kavramlarını da içeren bir maske, sahte bir benlik geliştirir. Yani, benlik bilinci öz etkililik kavramlarını da içerir (Briggs, 2000).

Öz etkililik kavramı ilk kez Albert Bandura tarafından 1977 yılında “Bilişsel Davranış Değişimi” kapsamında ileri sürülmüştür (Schwarzer ve Fuchs, 1995). Öz etkililik ile ilgili inançlar, davranış değişikliğini destekleyen ya da zayıflatan düşünce kalıplarını da etkilemektedir. Bu düşünce kalıpları, bireysel amaçları ve beklentileri, çabalarındaki başarının hayal edilmesini ve engellerle, zorluklarla mücadelede analitik düşünme süreçlerinin kullanılmasını kapsamaktadır (Tabak, 2000).

Düşük öz etkililik hissi depresyon, anksiyete ve çaresizlik ile birliktedir. Ayrıca böyle bireyler düşük öz güvene sahiptirler ve bireysel başarıları ve gelişmeleri hakkında kötümser düşünceler beslerler. Yüksek öz etkililik algısı olan bireyler ise daha zorlu işleri yapmayı seçerler ve bu amaçlarına ulaşmak için kendilerini yönlendirirler. Bireylerin ne kadar çaba sarf edeceğini ve olumsuz deneyimler karşısında ne kadar süre dayanabileceğini, sahip oldukları yeterlik beklentileri belirler (Bandura, 1989).

Sağlık çalışanlarının öz etkililik algılarının, sağlık kuruluşlarındaki rol ve sorumluluklarını yerine getirme düzeylerini ve verimliliklerini yüksek oranda etkilemesi beklenebilir. Böylece sağlık çalışanlarının yüksek düzeyde öz etkililik algısına sahip olmalarının, sağlık alanında hizmetlerini yürütürken karşılaşacakları güçlüklerle baş etmede ısrarcı olmalarını ve karşılaşılan yeni durumlara uyum sağlamalarını etkileyebileceği düşünülebilir.

Schwarzer, 1996 yılında, sağlık davranışlarının benimsenmesini ve sürdürülmesini kolaylaştıran etmenleri temel alan sağlık eylem süreci yaklaşımını geliştirmiştir. Bu modelin temel özelliği, sağlık davranışının kabul edilmesinin, başlatılmasının ve sürdürülmesinin, en azından güdülenme ve irade gösterme aşamalarını da içeren bir süreç olarak benimsenmesidir. Schwarzer (1996), algılanan öz etkililik duygusunun modelin her aşamasında önemli rol oynadığını özellikle vurgulamaktadır. Sağlık davranışının gösterilmesinden ya da öğretilmesinden sonra bilginin ve becerinin uygulanmasını sağlayan temel etken olarak öz etkililik, sosyal bilişsel kuramın eksenini oluşturur (Tabak, 2000).

Yapılan çalışmalar öz etkililik düzeyleri, benlik saygıları yüksek olan bireylerin sosyal ve çalışma yaşamlarında daha başarılı olduklarını göstermektedir. Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencileriyle yapılan bir çalışmada öz etkililik düzeyleri yüksek olan öğrencilerin daha başarılı oldukları bulunmuştur (Yentür Doni, Şimşek, Gürses ve Özer, 2009). Eczacılık öğrencileri üzerinde yapılan bir diğer çalışmada ise öz etkililik ve benlik saygısının uygulama alanlarında önemli olduğu ve bu kavramların gelişmesi için en az 300 saatlik uygulama yapılması gerektiği belirtilmiştir (Yorra, 2014). Hemşirelik bölümü öğrencilerinin dahil edildiği bir başka çalışmada ise öğrencilerin yıpranmalarında özellikle benlik saygısının etkili olduğu vurgulanmıştır (Peterson-Graziose, Bryer ve Nikolaidou, 2013). James ve Chapman (2009) yüksek benlik saygısının öğrencilerin öğrenmesinde ön koşul olduğunu, soru sormayı, öğrenim fırsatlarını araştırmayı ve bakım işlemlerine katılmayı istemede etkili olduğunu bildirmişlerdir. Ayrıca benlik saygısı öğrencilerin kendine güvenini, öğrenme motivasyonlarını ve kariyer kararlarını da edindikleri klinik deneyimlerin sonucu olarak etkileyebilir (Levett-Jones ve Lathlean, 2007; Levett-Jones, Lathlean, Higgins ve McMillan, 2009). Sağlık hizmetinin niteliğini belirleyen önemli etmenlerden biri de çalışanların niteliğidir. Özellikle sağlık alanı; yoğun stresler yaşayan hasta bireylere hizmet vermenin güçlüğünün yanı sıra, bu alanda görev yapanların günlük çalışmalarında sık sık stres yaratıcı olaylarla karşı karşıya kalmaları nedeniyle çalışanlarda düşük kırıklığı ve gerginlik yaratabilmektedir. Yarının sağlık çalışanları olacak öğrencilerin daha girişken, sağlıklı ilişkiler kurabilen, kendi yeteneklerine güvenebilen, özsaygıları yüksek bireyler olarak yetişmeleri, hem mesleki açıdan daha başarılı olmalarını sağlayacak, hem de ben-

lik saygılarının gelişmesine katkı verecektir. Bu çalışma, sağlık yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı ve öz etkililik düzeylerinin bazı faktörler açısından farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

## Yöntem

### Bireysel nedenler

Bu araştırma, 2012–2013 eğitim-öğretim dönemi güz yarısında öğrenim gören sağlık yüksekokulu son sınıf öğrencileri ile yapılmıştır. Kesitsel tipte olan araştırmanın evrenini 362 son sınıf öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmamızda tabakalı örnekleme yöntemi kullanılmış, örneklem büyüklüğü 0.05'lik hata payı ile hesaplanarak, 187 öğrenci cinsiyetlerine göre tabakalanmış (114 kadın, 73 erkek) ve çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışmamızda öğrencilerin benlik saygıları ve öz etkililik düzeyleri bazı sosyo-demografik ve ailesel özellikler açısından değerlendirilmiştir.

### Veri toplama araçları

#### *Bireysel bilgi formu*

Bireysel bilgi formu açık uçlu olarak hazırlanan 43 sorudan oluşmaktadır. Sosyo-demografik özellikler için yaş, cinsiyet, vücut kitle indeksi, birlikte yaşadığı kişiler, beslenme, sigara-alkol kullanımı, fiziksel aktivite miktarı, beden imgesi, akademik ortalama, okula devam durumu ve istediği bölümde okuyup okumama verileri seçilmiştir. Aile özellikleri ile ilgili olarak ise, anne eğitimi, baba eğitimi, ailenin aylık geliri, ailedeki sağlığa zararlı alışkanlıklar, evden kaçmayı düşünmek, ailesel sebeplere bağlı olarak intiharı düşünmek, aile fertlerine karşı duyguların rahat ifade edilmesi, kuralları babanın koyması, ailede özel sorunlarını paylaştığı kişilerin olması, kararları başkalarının vermesi, kardeş ilişkileri ve aile içi şiddet verileri incelenmiştir.

#### *Benlik saygısı ölçeği*

Benlik saygısının değerlendirilmesi için Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nin, Türkçe versiyonu kullanılmıştır (Çuhadaroğlu, 1986). Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen ölçek 10 maddeden oluşan 4'lü Likert tipi bir ölçektir. Ülkemizdeki geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmış olup, geçerlilik kat sayısı  $r=71$  olarak bulunmuştur. Test- tekrar test güvenilirlik yöntemi kullanılarak da güvenilirlik kat sayısı  $r=75$  olarak saptanmıştır. Benlik saygısı puanının hesaplanması için her soru için ayrı puanlama yapılmaktadır. Böylece ölçekten en az 0, en fazla 30 puan alınabilmektedir. Skor, toplam puan üzerinden değerlendirilir ve yüksek puan, yüksek benlik saygısını gösterir (Rosenberg, 1965). 1, 2, 4, 6, 7. maddeler olumlu kendilik değerlendirmesini sorgulamakta olup, 3'den 0'a kadar değişen puanlama yapılırken, 3, 5, 8, 9, 10. maddeler olumsuz kendilik değerlendirmesini sorgulamakta olup, 0'dan 3'e kadar değişen bir puanlama yapılmaktadır.

Toplam puan aralığı 0–30 arasında olup, 15–25 arası alınan puan benlik saygısının yeterli olduğunu gösterirken, 15 puanın altı düşük benlik saygısını göstermektedir (Tezcan, 2009).

#### *Öz etkililik-yeterlilik ölçeği*

Öz Etkililik-Yeterlilik (ÖEY) ölçeği, Sherer Maddux, Mercandante, Prentice-Dunn, Jacobs ve Rogers tarafından geliştirilen ölçek 1999 yılında Gözüm ve Aksayan tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek, 5'li Likert tipi bir öz-değerlendirme ölçeğidir. 23 maddelik ölçeğin davranışı başlatma, davranışı sürdürme, davranışı tamamlama ve engellerle mücadele olmak üzere 4 alt boyutu vardır. Her bir madde için verilen puan esas alınmaktadır. Böylece ölçekten en az 23, en fazla 115 puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan puanın yüksek olması, bireyin öz etkililik algısının iyi düzeyde olduğunu göstermektedir (Gözüm ve Aksayan, 1999). Ölçeğin Türkçe formunun güvenilirlik ve geçerliliği 1999 yılında Gözüm ve Aksayan tarafından yapılmış, Cronbach alfa iç tutarlılık sayısı .81, test-tekrar test güvenilirliği .92 olarak bulunmuştur.

### İşlem

Çalışma öncesinde katılımcılar çalışma hakkında bilgilendirilmiş ve gönüllü olur formunu doldurarak çalışmaya katılmaları sağlanmıştır. Veri toplama araçları öğrencilere dağıtılarak doldurmaları istenmiş ve öğrencilerin anlayamadıkları sorular cevaplandırılmıştır. Her bölüm için üç gün seçilmiş ve veriler dokuz günde toplanmıştır. Çalışma Helsinki bildirgesinde geçen etik kurallara uygun şekilde yapılmıştır.

### Verilerin analizi

Analiz için SPSS 17.0 programına (SPSS Inc., Chicago, IL, ABD) verilerin girişi yapıldıktan sonra, grupları oluşturan öğrenci sayıları, yüzde değerleri ve ağırlıklı ortalamaları verilmiştir. Verilerin normal dağılıma uygunluğunun değerlendirilmesinde Kolmogorov-Smirnov çözümlemesi yapılmış, homojen bir dağılım gözlenmediği için non-parametrik testler tercih edilmiş, iki bağımsız grubu karşılaştırırken Mann-Whitney U, ikiden çok bağımsız grubu karşılaştırırken Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkiyi incelemek için Spearman korelasyon analizi yapılmıştır.

### Bulgular

Öğrencilerin ÖEY ölçeği ile benlik saygısı ölçeğinden aldıkları puanların ortalamaları ■ Tablo 1'de gösterilmiştir.

Öğrencilerin ÖEY ölçeğinin alt maddelerine göre ortalama değerleri; davranışı başlatma  $31.72 \pm 5.01$ , davranışı sürdürme,  $27.70 \pm 4.35$ , davranışı tamamlama  $18.60 \pm 3.65$  ve engelle mücadele  $9.11 \pm 2.38$  bulunurken, ölçeğin toplam puanı ortalama olarak  $87.12 \pm 12.05$  olarak belirlenmiştir. Öğrencilerin benlik say-



gısı ölçeği değerlerinin ortalamasının ise  $22.49 \pm 4.62$  olduğu gözlenmiştir (■ Tablo 1).

Çalışmaya katılan 187 öğrenciden sosyo-demografik veriler alınmış ve bu değerlere göre benlik saygısı ve öz etkililik ölçeği puanlarının karşılaştırması ve fark analizi test sonuçları ■ Tablo 2’de gösterilmiştir. Öğrencilere ait bu verilerden cinsiyet ( $p=0.04$ ,  $z=-2.04$ ), yaşadığı yer ( $p=0.01$ ,  $\chi^2=-9.05$ ), beslenme ( $p=0.00$ ,  $z=-3.63$ ), beden imgesi ( $p=0.02$ ,  $z=-2.24$ ), istediği bölümde okumaya ( $p=0.04$ ,  $z=-2.02$ ) göre benlik saygısı ölçeği sonuçlarında farklılık gözlenmiştir. Erkek olan, ailesi ile yaşayan, düzenli beslenen, beden imgesini beğenen, istediği bölümde okuyan öğrencilerin benlik saygısının daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p<.05$ ) (■ Tablo 2). ÖEY ölçeği sonuçlarına göre; beslenme ve fiziksel aktivitenin farklılaştığı gözlen-

■ **Tablo 1.** Ölçeklerin alt ve üst değerleri ile öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanların ortalamaları.

Değişkenler	Alt ve üst değerler	X±SD
Öz etkililik-yeterlilik ölçeği alt grupları		
Davranışı başlatma	18–40	31.72±5.01
Davranışı sürdürme	12–35	27.70±4.35
Davranışı tamamlama	8–25	18.60±3.65
Engelle mücadele	3–15	9.11±2.38
Öz etkililik-yeterlilik ölçeği toplam puan	50–113	87.12±12.05
Benlik saygısı ölçeği toplam puan	8–30	22.49±4.62

miştir. Düzenli beslenen, fiziksel aktivite yapan öğrencilerin öz etkililik düzeyleri diğer öğrencilerden daha yüksek bulunmuştur ( $p<.05$ ) (■ Tablo 2).

■ **Tablo 2.** Öğrencilerin benlik saygısı ve ÖEY ölçeklerinden alınan puanlarının bazı demografik özellikler açısından karşılaştırılması.

Özellikler	n (187)	%	Benlik saygısı ağırlıklı ort	p	ÖEY ağırlıklı ort.	p
<b>Yaş</b>						
22 ve altı	102	54.5	90.09	0.27	100.41	0.07
22 üstü	85	45.5	98.69		86.31	
<b>Cinsiyet</b>						
Erkek	73	39.1	100.47	0.04*	92.18	0.56
Kadın	114	60.9	83.89		96.84	
<b>VKI</b>						
Zayıf	18	9.6	112.58	0.30	111.94	0.33
Normal	148	79.1	91.96		92.29	
Kilolu ve obez	21	11.2	92.48		90.69	
<b>Yaşadığı yer</b>						
Aile ile	41	21.9	109.46	0.01*	89.54	0.12
Yurtta	54	28.9	102.36		106.61	
Evde yalnız/ arkadaşla	92	49.2	82.20		88.59	
<b>Beslenme</b>						
Düzenli	101	54	107.24	0.00*	107.46	0.00*
Düzensiz	86	46	78.45		78.19	
<b>Sigara kullanımı</b>						
Evet	25	13.4	93.54	0.96	91.88	0.83
Hayır	162	86.6	94.07		94.33	
<b>Alkol</b>						
Evet	20	10.7	89.68	0.70	93.60	0.97
Hayır	167	89.3	94.52		94.05	
<b>Beden imgesi</b>						
Beğeniyorum	161	86	97.56	0.02*	96.81	0.07
Beğenmiyorum	26	14	71.98		76.58	
<b>Fiziksel Aktivite</b>						
Yapıyorum	45	24.1	90.71	0.63	107.99	0.04*
Yapmıyorum	142	75.9	95.04		89.57	
<b>Akademik ortalama (4 üzerinden)</b>						
3 altı	131	70.1	91.10	0.26	89.98	0.12
3 ve üzeri	56	29.9	100.78		103.39	
<b>Okula devamsızlık</b>						
Evet	136	72.7	93.94	0.97	90.14	0.11
Hayır	51	27.3	94.17		10.28	
<b>İsteddiği bölümde okuma</b>						
Evet	122	65.2	99.82	0.04*	95.76	0.54
Hayır	65	34.8	83.08		90.69	

n: Olgu sayısı, VKI: Vücut Kitle İndeksi, ÖEY: Öz Etkililik-Yeterlilik, \* $p<0.05$ .

**Tablo 3.** Öğrencilerin benlik saygısı ve ÖEY ölçeklerinden alınan puanlarının bazı ailevi özellikler açısından karşılaştırılması.

Özellikler (n=187)	Sayı	%	Benlik saygısı ağırlıklı ort	p	ÖEY ağırlıklı ort.	p
<b>Anne eğitim</b>						
İlköğretim	153	82.0	94.37	0.84	94.93	0.61
Lise ve üzeri	34	18.0	92.35		89.82	
<b>Baba eğitim</b>						
İlköğretim	100	53.0	95.31	0.72	98.37	0.23
Lise ve üzeri	87	47.0	92.50		88.98	
<b>Ailevi bir sebepten dolayı intihar etmeyi düşündünüz mü?</b>						
Evet	24	12.8	68.88	0.01*	67.02	0.00*
Hayır	163	87.2	97.70		97.97	
<b>Aile üyelerine karşı duygularınızı rahatlıkla ifade edebiliyor musunuz?</b>						
Evet	156	83.5	97.71	0.03*	94.59	0.07
Hayır	31	16.5	75.31		91.05	
<b>Kuralları evde baba mı koyar?</b>						
Evet	42	22.4	76.87	0.02*	91.63	0.74
Hayır	145	77.6	98.96		94.69	
<b>Ailede özel sorunlarınızı paylaşabildiğiniz biri var mı?</b>						
Evet	148	79.1	98.42	0.02*	95.85	0.39
Hayır	39	20.9	77.24		86.96	
<b>Ailede size ait kararları başkaları mı verir?</b>						
Evet	62	33.1	79.26	0.00*	85.52	0.13
Hayır	125	66.9	101.31		98.20	
<b>Aile içinde kardeş ilişkileriniz nasıldır?</b>						
İyi	83	44.4	109.36	0.00*	109.31	0.00*
Orta	80	42.7	86.71		86.47	
Kötü	24	12.9	65.19		66.15	
<b>Aile içinde şiddet var mı?</b>						
Evet	42	22.5	75.04	0.01*	82.13	0.10
Hayır	145	77.5	99.49		97.44	

n: Olgu sayısı, ÖEY: Öz Etklilik-Yeterlilik, \*p&lt;0.05.

Öğrencilerin aile ile ilgili olan özelliklerinde; intihar düşünceleri ( $p=0.01$ ,  $z=-2.44$ ), aile içinde duygularını rahat ifade edememe ( $p=0.03$ ,  $z=-2.11$ ), kuralları evde babanın koyması ( $p=0.02$ ,  $z=-2.33$ ), aile içinde sorunlarını paylaştığı kişilerin olmaması ( $p=0.02$ ,  $z=-2.11$ ), kendisine ait kararları başkalarının vermesi ( $p=0.00$ ,  $z=-2.63$ ), kardeş ilişkilerinin kötü olması ( $p=0.00$ ,  $\chi^2=15.01$ ) ve aile içinde şiddetin olması ( $p=0.01$ ,  $z=-2.58$ ) öğrencilerin benlik saygılarını olumsuz yönde etkilemektedir. Ayrıca, öğrencilerin ailevi bir sebepten dolayı intihar etmeyi düşünmeleri ( $p=0.00$ ,  $z=-2.61$ ) ve kardeş ilişkilerinin kötü olması ( $p=0.00$ ,  $\chi^2=14.56$ ), öğrencilerin öz etkililik düzeyini yine olumsuz yönde etkilemektedir (■ Tablo 3).

Öz etkililik ile benlik saygısı arasındaki ilişki incelendiğinde ÖEY ölçeği alt grupları ile benlik saygısı ölçeği arasında düşük düzeyde ilişki gözlenirken ( $p=0.00-0.01$ ,  $r=0.34-0.45$ ), ÖEY ölçeği ile benlik saygısı ölçeği arasında olumlu yönde, güçlü, anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ( $p=0.00$ ,  $r=0.5$ ). Bu ilişkilere ait veriler ■ Tablo 4'te gösterilmiştir.

## Tartışma

Çalışmamızda öğrencilerin ÖEY ölçeği ile benlik saygısı ölçeği toplam puan ortalamalarının yeterli; iki ölçek arasındaki

ilişkinin olumlu yönde ve güçlü olduğu gözlenmiştir. Keskin ve Orgun'un (2006), sağlık hizmetleri meslek yüksekokulundaki 112 öğrenciyle gerçekleştirdikleri çalışmada öğrencilerin ÖEY ölçeği toplam puan ortalamaları  $86.51 \pm 10.50$ 'dir. Karadağ, Aksoy Derya ve Ucuzal'ın (2011) sağlık yüksekokulu öğrencilerinin öz etkililik düzeylerini inceledikleri çalışmalarında, öğrencilerin ÖEY ölçeği toplam puan ortalamaları  $88.95 \pm 11.43$  olarak bulunmuştur. Sevindik, Yeşil, Sevindik ve Açık'ın (2007) üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ile öz etkililik düzeyi arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında öz etkililik ile 'engellerle mücadele' hariç öz etkililik düzeyinin diğer tüm alt gruplarıyla benlik saygısı arasında iyi bir korelasyon olduğu bu-

**Tablo 4.** Benlik saygısı ile ÖEY ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.

Öz etkililik	Benlik saygısı	
Öz etkililik-yeterlilik ölçeği alt grupları	r	p
Davranışı başlatma	0.39	0.01
Davranışı sürdürme	0.38	0.01
Davranışı tamamlama	0.45	0.00
Engelle mücadele	0.34	0.01
Öz etkililik-yeterlilik ölçeği toplam puan	0.50	0.00





lunmuştur. Bireyin kendisi hakkındaki olumlu inançları benlik saygısını da artırmaktadır. Bireyin akıl ve ruh sağlığını bozan, kendisi hakkındaki algılarını negatif yönde etkileyen durumlar, bireyin öz etkililik algısını olumsuz yönde etkilerken, sağlıklı bir ruh hali, yüksek benlik saygısı, iyimserlik, başarı algısı gibi durumlar ise bireyin öz etkililik algısını olumlu yönde etkilemektedir. Öz etkililik, davranışı başlatan, güdülenmeyi ve devamlılığı artırıcı böylece performansın sergilenmesini sağlayan bir rol oynar. Aynı zamanda, beceri, kabiliyet ve bilgi gibi diğer değişkenlere aracılık ederek ve onları bağdaştırarak bu değişkenlerin etkin bir şekilde bir arada işlemelerini sağlar. Bu nedenlerden dolayı, öz etkililik yeni bir becerinin kazanılmasında ya da yeni bir öğrenmenin gerçekleşmesinde ve daha sonra bu yeni becerinin ya da öğrenimin uygulamaya konmasında kritik bir işlev görmektedir (Kotaman, 2008). Bu sebeplerden dolayı sağlık yüksekokulu öğrencilerinin öz etkililik düzeyi ve inancının yüksek olması gerekir.

Çalışmamızda ailesiyle birlikte yaşayan ve istediği bölüme okuyan öğrencilerin benlik saygıları yüksek bulunmuştur. Bireylerin benlik saygısının olumlu ya da olumsuz olması en çok aileye bağlıdır. Böylece benlik saygısı yüksek ya da düşük olan öğrencilerin başarı durumlarının, aile ve okul çevresinin gencin benlik saygısında oluşturacağı çift yönlü etkileşimler sonucu şekillenmektedir (Yalım, 2001).

Çalışmamızda aile içerisinde bireylerin kendisine ait kararlarının başkaları tarafından verildiği, aile üyelerine karşı duyguların rahatlıkla ifade edilemediği, özel sorunların aile içerisinde paylaşılmadığı aile yapısına sahip öğrencilerin benlik saygıları düşük bulunmuştur. Yavuzer'in de (2001) belirttiği gibi aralarında iyi iletişim kuran, birbirlerine karşı güven verici, hoşgörülü ve esnek bir yaklaşım içinde olan ailelere sahip bireylerin benlik saygıları yüksek olacaktır. Çocuklarda olumlu benlik saygısı oluşturabilmek, çocuğun ileriki yaşantısı için çok önemlidir. Bunun için ailelerin çocukların fikirlerini kabul etmesi, düşüncelerine değer vermesi ve çocuklarını dikkatli dinlemeleri gerekmektedir (Balat, 2003).

Çalışmamızda aile içerisinde kuralların baba tarafından konulduğu aile yapısına ve aile içinde şiddet yaşanan ailelere sahip öğrencilerin benlik saygılarının düşük olduğu bulunmuştur. Aile içinde şiddetin olduğu durumlarda güven duygusunda sarsılmalar, çaresizlik ve umutsuzluk hisleri, kontrolün kaybedildiği duygusu, kendini suçlama ve özsayıda düşüş sıklıkla gözlenmektedir (Stewart ve Robinson, 1998). Seyhan ve Zincir'in (2009) çalışmalarında aile içinde işlevlerin sağlıklı algılanması ve şiddetin olması gençlerin genel olarak kendilerini olumsuz algılamasında, ailesinde kendisine değer verilmediğini, anne, baba ve kardeşleri tarafından sevilmediğini hissederek olumsuz benlik saygısına sahip olmasında etkili olduğu belirtilmiştir.

Çalışmamızda kardeşleriyle iyi ilişkiler kuran öğrencilerin benlik saygıları da yüksek bulunmuştur. Benlik saygısının oluşumunda, birbirine bağlı ve birbiriyle iyi anlaşılan aile üyeleri ideal bir ortam oluşturmaktadır. Benlik saygısında bu ortamın oynadığı olumlu rolü araştırma sonuçları da desteklemektedir (Temel ve Aksoy, 2001). Aile içinde kişiler arası ilişkilerin doyurucu olması, gerek ebeveyn-çocuk, gerek eşler arası, gerekse kardeşler arası ilişkilerde bireylerin birbirine karşı anlayışlı ve yapıcı olmaları önemlidir. Anne babaların çocuklarına karşı tutumlarında kısıtlayıcı ve hoşgörüsüz olmaktan çok, destekleyici ve güven verici olmaları, demokratik davranmaları ve kardeşler arasındaki iletişimi güçlendirmeleri bireylerin olumlu benlik saygısının oluşmasında oldukça önemlidir (Davies ve Cummings, 1994).

Araştırmamızda beden imgesini beğenen öğrencilerin benlik saygıları yüksek bulunmuştur. Ayrıca erkek öğrencilerin benlik saygıları kız öğrencilerinkinden daha yüksek çıkmıştır. Kullaksızoğlu'na (2005) göre benlik saygısı, benliğin duygusal ve değerlendirilebilir boyutu olarak kişinin kendisi hakkındaki yargılarıdır. Benlik saygısı; özgüven, benliği kabul, değerlilik ve eşitlik duygularının toplamını oluşturmaktadır (Temel ve Aksoy, 2001). Kız ve erkeklerin benlik saygılarının gelişimi farklılık gösterebilmektedir. Nesne ilişkileri kuramcılarına göre, erkekler bağımsızlık, kendine güven ve diğerlerinden ayrı olmak arayışı içine girerken, kızların benlik saygısı gelişimi tam aksine duyarlılığa ve diğerlerinin mutluluğuna değer verme üzerine kurulmuştur. Kızların kendileri ile ilgili olumlu duygulara sahip olmaları başkaları ile olan ilişkilerine bağlıdır (Owens, Scofield ve Taylor, 2003). Benlik saygısı bağlamında kadınların bulunduğu dezavantajlı durum gelişmiş ülkelerde de geçerliğini korumaktadır. Yurtdışında yapılan bir dizi çalışma sonucunda (Dolenc, 2008; Puskar, Bernardo, Ren, Haley, Tark, Switala ve Siemon, 2010; Quatman ve Watson, 2001) erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha yüksek benlik saygısına sahip olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Erkeklerin benlik saygılarının kızlardan daha yüksek olması, erkeklerin hem fiziksel özelliklerinden dolayı hem de geleneksel olarak daha zor, karmaşık ve güç gerektiren işlerde çalışmaları sebebiyle daha atılgan ve girişken olmalarıyla açıklanabilir.

Çalışmamızda ailevi bir nedenden dolayı intihar etmeyi düşünen öğrencilerin hem benlik saygıları hem de öz-etkililik düzeyleri düşük bulunmuştur. Sankır'ın (2014) çalışmasında, düşük benlik saygısı geliştiren gençlerin orta ya da yüksek benlik saygısı geliştiren gençlere oranla daha fazla sapkın ya da suçlu davranış gösterdikleri belirlenmiştir. Düşük benlik saygısı gösteren gençlerin; ailevi problemler nedeniyle madde bağımlılığı, evden/okuldan kaçma, vücuduna zarar verme, depresif olma, intihar eğilimi, hırsızlık yapma, kavga başlatma, başkalarını gizlice gözetleme gibi sapkın ve suçlu davranışları diğerlerine oranla daha fazla ortaya koydukları anlaşılmıştır. Ayrıca aynı çalışmada

yüksek benlik saygısının sapkın ve suçlu davranışları benimsemede engelleyici bir rol oynadığı, düşük benlik saygısının ise sapkın/suçlu davranışların benimsenmesini kolaylaştırdığı saptamıştır. İntiharlarda aile faktörünün çok önemli olduğu vurgulanmaktadır (Lyon, Benoit, Q'Donnell, Getson, Silber ve Walsh, 2000; Öztürk, 2001). Gencin özellikle sorumluluk arasındaki dengeyi kurabilmesi, sağlıklı iletişim ve özdeşleşmeyle mümkün olabilir. Aile içi dinamikler, gencin kimlik bunalımını başarıyla atlatmasında önemlidir. Aksi halde kimlik bunalımı, kimlik kargaşası halini alır ve gençte uyum bozukluğu, depresyon, panik durumu ve intihar girişimlerine neden olabilir (Öztürk, 2001).

Çalışmamızda, düzenli olarak beslenen öğrencilerin öz etkililik düzeylerinin, düzenli olarak beslenmeyen, öğün atlayan, fast-food tarzı beslenen öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Tezcan'ın (2009) çalışmasında da obez bireylerin, obez olmayanlara göre benlik saygılarının daha düşük, bedenlerinden hoşnutsuzluklarının ise daha yüksek olduğu bulunmuştur. Obez kadınlarla yapılan başka bir çalışmada ise düzensiz beslenme ve obezitenin düşük benlik saygısı ve beden memnuniyetsizliği ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Armağan, 2013). Ayrıca çalışmamızda fiziksel aktivite yapan öğrencilerin öz etkililik düzeylerinin, diğer öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Güçlü bir öz etkililik duygusu, daha sağlıklı olma ile ilişkilidir (Keskin ve Orgun, 2006). 174 ileri yetişkinle yapılan bir çalışmada fiziksel aktivitenin hem benlik saygısını hem de öz etkililik düzeyini artırdığı bulunmuştur (McAuley, Blissmer, Katula, Duncan ve Mihalko, 2000). Öz etkililik ve benlik saygısı üzerine yürüme ve yoganın etkilerinin karşılaştırıldığı bir çalışmada ise orta yaşlı kadınlarda egzersiz programlarının fiziksel özsaygının belirli yönlerini geliştirdiği bildirilmiştir (Elavsky ve McAuley, 2007). Genç yetişkinlerde yapılan diğer çalışmalarda, öz etkililik ile benlik saygısının olumlu sağlık davranışları ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Phillips ve Gully 1997; Steptoe ve Wardle, 2001).

## Sonuç

Çalışmamızın sonucunda erkek olan, ailesi ile yaşayan, düzenli beslenen, beden imgesini beğenen, istediği bölümde okuyan öğrencilerin benlik saygısının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca düzenli beslenen, fiziksel aktivite yapan öğrencilerin öz etkililik düzeyleri, sağlıklı yaşam biçimi davranışları göstermeyen öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Sağlığı geliştirici davranışlara uyum ve sağlığı geliştirici davranışları sürdürebilme bireyin değişim sürecine bağlı olup, bilinçli çabasını gerektirir (Özvarış, 2001). Bu nedenle, sağlığı geliştirmeye yönelik bireylerin davranış değişim sürecini ve sağlıkla ilgili davranışlarını değiştirmede nasıl motive edilebileceklerini anlamaya yönelik çalışmalar yapılabilir.

Öğrencilerin aile ile ilgili olan özelliklerinde; intihar düşünceleri, aile içinde duygularını rahat ifade edememe, kural-ları evde babanın koyması, aile içinde sorunlarını paylaştığı kişilerin olmaması, kendisine ait kararları başkalarının vermesi, kardeş ilişkilerinin kötü olması ve aile içinde şiddetin olması öğrencilerin benlik saygılarını olumsuz yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, öğrencilerin ailevi bir sebepten dolayı intihar etmeyi düşünmeleri ve kardeş ilişkilerinin kötü olması, öğrencilerin öz etkililik düzeyini yine olumsuz yönde etkilediği çalışmamızın bir başka sonucudur. Gençleri, benlik saygılarını artırıcı olumlu etkinliklere yöneltme, aile içinde olumlu bir atmosfer yaratma, aile bireylerinin birbirleriyle etkili ve olumlu ilişkiler kurmasını sağlama, yalnızlık duygularını azaltma gibi yöntemlerle gençlerin hayata daha pozitif bakabilmeleri sağlanabilir.

Çalışmamızda, öz etkililik düzeyi ile benlik saygısı arasında olumlu yönde güçlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç doğrultusunda, öğrencilerin öz etkililik düzeylerini ve benlik saygısını artıracak girişimlerle ilgili ortak bir yaklaşımla okullarda öğrencilere sunulan olanaklar geliştirilebilir. Esmailinasab, Malek Mohamadi, Ghiasvand ve Bahrami (2011) öğrencilerde mental sağlık programlarının uygulanmasıyla benlik saygısının artırılacağı böylelikle de eğitim problemlerinin azaltılmasında etkili olabileceğini bildirilmişlerdir. Nasser Sobhi ve Soran (2010) üniversite öğrencilerinde yaşam becerileri eğitiminin mental sağlık ve benlik saygısını artırmada etkili olduğunu rapor etmişlerdir.

Çalışmamızda öğrencilerin öz etkililik düzeyleri yüksek bulunmuştur. Öz etkililik düzeyi, harekete geçmek için güdülenmeyi artırabilir, davranışı başlatmayı kolaylaştırır. Bu şekilde öz etkililiği yüksek olan kişiler daha karmaşık ve riskli görevleri seçebilirler (Yiğitbaş ve Yetkin, 2003).

Sağlıkla ilgili eğitim yapan bölümler incelendiğinde diğer meslek eğitimi yapılan bölümlere kıyasla teorik bilgiyi uygulamalara aktarabilmek daha fazla risk içermektedir. Bu durum da öğrencilerde farklı boyutlarda stresör etki yaratmaktadır. Başka bir deyişle teorik derslerde öğrenilen bilgilerin pratiğe aktarılmasındaki özgüvenin oluşabilmesi ve gelişebilmesinde bireylerin öz etkililik ve benlik saygısı düzeyinin önemli etkiye sahip olabileceği düşünülmektedir. Elbette ki eğitim koşulları, eğitimciler vb. faktörlerin de bu konudaki etkisi tartışmalıdır ancak bizim çalışmamızda göz ardı edilmiştir ve çalışmamızın sınırlılıkları içinde bulunmaktadır. Sunulan sağlık hizmetlerinin kalitesinin artması için kurumların özelliklerinin iyileştirilmesinin yanı sıra ileride bu kurumlarda hizmet verecek sağlık alanında eğitim gören öğrencilerin de farklı açılardan göz önünde tutulması ve gelecekteki çalışmaların bu kapsamda değerlendirilip daha büyük örneklemle planlanmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.



## Kaynaklar

- Armağan, A. (2013). *Obez kadınlarda benlik saygısının beden imgesi üzerindeki etkisinde biçimleyici değişkenlerin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Okan Üniversitesi, İstanbul.
- Bacanlı, H. (2004). *Gelişim ve öğrenme*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Balat, G. U. (2003). Erken çocuklukta benlik saygısının gelişimi ve önemi: Erken çocuklukta gelişim ve eğitimde yeni yaklaşımlar. M. Sevinç (Ed), *Erken çocuklukta benlik saygısının gelişimi ve önemi* (s. 330–336). İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Bandura, A. (1989). Human agency in social cognitive theory. *American Psychologist*, 44(9), 1175–1184.
- Bilgin, H. (1996). *Baş ve boyun kanseri nedeni ile ameliyat olan hastalarda ameliyat öncesi ve sonrası beden imajı, benlik saygısı, depresyon durumları ile bakımında hemşirelerin karşılaştıkları güçlüklerin araştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Briggs, D. C. (2000). *Çocuğunuzla birlikte büyüün* (M. Geylani, Çev.) İstanbul: Kuraldışı Yayınları.
- Buckworth, J., and Dishman, R. K. (2002). *Exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı*. Yayınlanmamış uzmanlık tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Davies, P. T., and Cummings, E. M. (1994). Marital conflict and child adjustment: An emotional security hypothesis. *Psychological Bulletin*, 116(3), 387–411.
- Dolenc, P. (2008). Pupils' physical self-concept and self-esteem: Gender differences. *Didactica Slovenica-Pedagogika Obzorja*, 23(1), 53–61.
- Elavsky, S., and McAuley, E. (2007). Exercise and self-esteem in menopausal women: A randomized controlled trial involving walking and yoga. *American Journal of Health Promotion*, 22(2), 83–92.
- Esmailinasab, M., Malek Mohamadi, D., Ghiasvand, Z., and Bahrami, S. (2011). Effectiveness of life skills training on increasing self-esteem of high school students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1043–1047.
- Gözüm, S. ve Aksayan, S. (1999). Öz-etkililik-yeterlilik ölçeğinin Türkçe formunun güvenilirlik ve geçerliliği. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 2(1), 21–34.
- James, A., and Chapman, Y. (2009). Preceptors and patients-the power of two: nursing student experiences on their first acute clinical placement. *Contemporary Nurse*, 34(1), 34–47.
- Karadağ, E., Aksoy Derya Y. ve Ucuşal, M. (2011). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin öz etkililik-yeterlilik düzeyleri. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanat Dergisi*, 4(1), 13–20.
- Keskin, Ü. G. ve Orgun, F. (2006). Öğrencilerin öz etkililik-yeterlilik düzeyleri ile başa çıkma stratejilerinin incelenmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 7(2), 92–99.
- Kılıç, H. (2006). *İlköğretim 4. sınıf sosyal bilgiler dersinde kubaşık öğrenme yönteminin, geleneksel kiime çalışması yöntemine göre benlik saygısına ve akademik başarıya etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Kotaman, H. (2008). Özyeterlilik inancı ve öğrenme performansının geliştirilmesine ilişkin yazın taraması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 111–133.
- Kulaksızoğlu, A. (2005). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Levett-Jones, T., and Lathlean, J. (2007). Belongingness: a montage of nursing students' stories of their clinical placement experiences. *Contemporary Nurse*, 24(2), 162–174.
- Levett-Jones, T., Lathlean, J., Higgins, I., and McMillan, M. (2009). Staff-student relationships and their impact on nursing students' belongingness and learning. *Journal of Advanced Nursing*, 65(2), 316–324.
- Lyon, M. E., Benoit, M., O'Donnell, R. M., Getson, P. R., Silber, T., and Walsh, T. (2000). Assessing African American adolescent' risk for suicidal attempts: Attachment theory. *Adolescence*, 35(137), 121–134.
- McAuley, E., Blissmer, B., Katula, J., Duncan, T. E., and Mihalko, S.L. (2000). Physical activity, self-esteem, and self-efficacy relationships in older adults: A randomized controlled trial. *Annals of Behavioral Medicine*, 22(2), 131–139.
- Nasser Sobhi, G., and Soran, R. (2010). Efficacy of life skills training on increase of mental health and self esteem of the students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5, 1818–1822.
- Owens, M. D., Scofield, B. E., and Taylor, C. E. (2003). Incorporating mother-daughter groups within clinical settings to increase adolescent females' self-esteem. *Journal of Family Issues*, 24(7), 895–907.
- Öztürk, O. (2001). *Rub sağlığı ve bozuklukları* (8. baskı). Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Özvarış, Ş. B. (2001). *Sağlık eğitimi ve sağlığı geliştirme*. Ankara: Hacettepe Halk Sağlığı Vakfı.
- Peterson-Graziose, V., Bryer, J., and Nikolaidou, M. (2013). Self-esteem and self-efficacy as predictors of attrition in associate degree nursing students. *The Journal of Nursing Education*, 52(6), 351–354.
- Phillips, J. M., and Gully, S. M. (1997). Role of goal orientation, ability, need for achievement, and locus of control in the self-efficacy and goal-setting process. *Journal of Applied Psychology*, 82(5), 792–802.
- Puskar, K. R., Bernardo, L. M., Ren, D. X., Haley, T. M., Tark, K. H., Switala, J., and Siemon, L. (2010). Self-esteem and optimism in rural youth: Gender differences. *Contemporary Nurse*, 34(2), 190–198.
- Quatman, T., and Watson, C. M. (2001). Gender differences in adolescent self esteem: An exploration of domains. *Journal of Genetic Psychology*, 162(1), 93–117.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Sankır, H. (2014). Influence of self esteem on youths who tend to involve delinquent and deviant behaviors: Case study among 11th grade students. *Electronic Turkish Studies*, 9(2), 1311–1333.
- Sevindik, T., Yeşil, G., Sevindik, F. ve Açık, Y. (2007). Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ile öz-etkililik yeterlilik arasındaki ilişki. *E-Journal of New World Sciences Academy Health Sciences*, 2(2), 13–21.
- Seyhan, D. ve Zincir, H. (2009). Tutuklu/hükümlü gençlerin benlik saygısı düzeyleri ile aile özelliklerinin incelenmesi ve aralarındaki korelasyonun belirlenmesi. *Aile ve Toplum*, 19, 7-24.
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., and Rogers, R. W. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51(2), 663–671.
- Stephens, A., and Wardle, J. (2001). Locus of control and health behaviour revisited: A multivariate analysis of young adults from 18 countries. *British Journal of Psychology*, 92(4), 659–673.
- Stewart, D. E., and Robinson, G. E. (1998). A review of domestic violence and women's mental health. *Archives of Women's Mental Health*, 1, 83–89.
- Tabak, R. S. (2000). *Sağlık eğitimi*. Ankara: Somgür Yayıncılık.
- Temel, Z. F. ve Aksoy, B. A. (2001). *Ergen ve gelişimi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.





- Tezcan, B. (2009). *Obez bireylerde benlik saygısı, beden algısı ve travmatik geçmiş yaşantılar*. Yayımlanmamış uzmanlık tezi, Sağlık Bakanlığı Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul.
- Uyanık Balat, G. ve Akman, B. (2004). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(2), 175–183.
- Yalım, F. E. (2001). *Yükseköğretim öğrencilerinde benlik saygısının akademik başarı ve anne-baba ile iletişime etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.
- Yavuzer, H. (2001). *Ana-baba ve çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yentür Doni, N., Şimşek, Z., Gürses, G. ve Özer, M. S. (2009). Sağlık hizmetleri meslek yükseköğretim öğrencilerinin öz-etkililik yeterlik düzeyleri. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 4(12), 21–34.
- Yiğitbaş, Ç. ve Yetkin, A. (2003). Sağlık yükseköğretim öğrencilerinin öz-etkililik-yeterlik düzeyinin değerlendirilmesi. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 7(1), 6–13.
- Yorra, M. L. (2014). Self-efficacy and self-esteem in third-year pharmacy students. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 78(7), 134.