
**ATILGANLIK EĞİTİMİNİN HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN
ATILGANLIK DÜZEYLERİNE ETKİSİ**

*THE EFFECT OF THE ASSERTIVENESS TRAINING ON THE LEVEL OF
ASSERTIVENESS OF THE NURSING STUDENTS*

Yrd.Doç.Dr. Serpil TÜRKLEŞ*

Yrd.Doç.Dr. Mine EKİNCI**

*Mersin Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Anabilim Dalı, MERSİN

**Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı,
ERZURUM

Bu araştırma, 2005 yılında Doktora Tezi olarak kabul edilmiş ve 9-11 Kasım 2006'da 3. Uluslararası Hemşirelik Yönetimi Kongresinde poster bildiri olarak sunulmuştur

ÖZET

Bu araştırma Atatürk Üniversitesi Erzincan Sağlık Yüksekokulu hemşirelik bölümü 1. sınıf öğrencilerine verilen atılganlık eğitiminin öğrencilerin atılganlık düzeylerine etkisini belirlemek amacıyla 2003-2004 öğretim yılı güz yarıyılında ön test ve son test kontrol gruplu yarı deneme modeli olarak uygulanmıştır.

Araştırmanın evrenini Atatürk Üniversitesi Erzincan Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü birinci sınıf öğrencileri (53 kişi) ve Erzurum Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü birinci sınıf öğrencileri (63 kişi) oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemi 46 deney, 50 kontrol olmak üzere 96 öğrenciden oluşturulmuştur.

Veriler, öğrencilerin sosyodemografik özelliklerini belirleyen anket formu ve Kolej Kendini Anlatma Ölçeği uygulanarak toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde yüzdellik, t testi ve McNemar's testi kullanılmıştır.

Deney ve kontrol grubunun son test puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel yönden önemli bulunmuştur ($p<0.01$). Bu araştırma sonucunda elde edilen bulgular doğrultusunda 11 hafta süresince haftada 60 dakika verilen atılganlık eğitiminin hemşirelik öğrencilerinin atılganlık düzeyi üzerinde oldukça önemli olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Atılganlık eğitimi, öğrenci hemşire, Kolej Kendini Anlatma Ölçeği

ABSTRACT

This research was carried out with the aim of determining the effect of the education given to first class students of Atatürk University Erzincan School of Health on the level of assertiveness of the students as quasi-experimental and pretest-posttest with control group on 2003-2004 educational fall semester.

The context of the study consists of the students first class of Atatürk University Erzurum School of Health department of nursing (53 persons) and the students first class of Erzurum School of Health department of nursing (63 persons). The sampling of the study was made up of 96 students, 46 of whom were experiment group, and 50 of them were control group.

The data were collected by means of questionnaire form determining socio-demographic features of the students, and The College Self-Expression Scale. In the evaluation of data, percentage, t test and McNemar's test were used.

The difference between post-test mean score of experiment and control group was statistically significant ($p < 0.01$). The findings obtained from the result of this study, it was found out that the education given for 60 minutes in each week for 11 week was very important for assertiveness levels of nursing students.

Key Words: Assertiveness training, nursing student, The College Self-Expression Scale

GİRİŞ

Günümüzde eğitimin temel amaçlarından birisi, fertleri değişik koşullara uyabilme, esnek ve kritik düşünebilme yeteneklerine sahip bireyler olarak yetiştirmektir. Başka bir anlatımla çocukların ve gençlerin öz güvenlerini arttırarak içinde yaşadıkları toplumda daha başarılı, üretken ve arandıkları bireyler olmalarını sağlamaktır. Yüksek öğrenime başlamak ise kişiye daha büyük bir güven ve sorumluluk kazandırır. Genç birey kendi yaşamını kontrol etmek ve geleceği üzerinde etkili olmak konusunda daha fazla sorumluluk alır. Bağımsız düşünme becerisini geliştirir ve sorunlarını çözebileceği konusunda güven kazanır. Hemşirelik eğitiminde geleceğin hemşireleri olan öğrencilerin problem çözme becerilerine sahip, girişken davranış biçimi kazanmış olmaları çok önemlidir (Taşocak 2001).

Çağımızın gerektirdiği birey, genel ve mesleki eğitimin müşterek olarak meydana getirdiği insandır. Hemşirelik çağdaş anlamda bilgili, bilimsel, araştıran, okuyan, sorgulayan, plan yapan, karar veren ve uygulayan meslek mensuplarının sahip olduğu meslek olarak görülmektedir. Bu nedenle lisans mezunu hemşirelerden iyi bilgi ile donanmış olmalarının yanı sıra liderlik, planlama yapabilme, araştırmacı bakış açısı, kendini ifade edebilme, eğitim yapabilme, etkili iletişim kurabilme, problem çözebilme gibi becerilere sahip olması da beklenmektedir (Hatipoğlu 1999, Atalay ve Tel 1999).

Hemşirelik öğrencilerinde yapılan araştırmalar lisans mezunlarının söz konusu beceriler yönünden istendik düzeyde olmadıklarını düşündürmektedir. Pektikin'in (1993) Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulu'nda uygulanan eğitimin öğrencilerin davranışları ve benlik saygısı üzerine etkisini inceleyen çalışmasında, I. sınıf öğrencilerinin derslerde söz alma durumunda dönem sonunda dönem başına oranla

azalma olduğu belirtilmektedir. Ayrıca bu çalışmada, ders yılı sonunda duygularını ifade etmede güçlük çeken öğrenci sayısının ve çekingen öğrenci sayısının arttığı, benlik saygısı ölçeği puan ortalamalarının ders yılı sonunda düştüğü ve puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak önemli olduğu saptanmıştır.

Özcan'ın çalışmasında (1985) hastada gözlenen duygusal gereksinimlere karşı öğrenci hemşirelerin %36'sının yararlı, %64'ünün yararlı tepkiler verdikleri bildirilmiştir. Atalay ve arkadaşlarının (1994) hemşirelik birinci sınıf öğrencileri ile yaptıkları çalışmada öğrencilerin %58,3'ünün hastayla iletişimi başlatmada güçlük yaşadıkları belirlenmiştir. Yılmaz ve Ekinci'nin çalışmasında (2001) hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinde sınıf düzeylerine göre benlik saygısı ve atılğanlık düzeylerinde anlamlı bir artış olmadığı saptanmıştır. Karadağlı' nın çalışmasında da (1993) benlik saygısının dört yıllık eğitim süreci sonunda anlamlı bir artış göstermediği gözlenmiştir.

Atılğanlık, bireyin benliğini, onurunu, haklarını, görüşlerini, duygu ve düşüncelerini pasif kalmadan, saldırgan da olmadan bilinçli olarak koruması demektir. Günümüzde hemşireler, kadının yüzlerce yıldan bu yana sürüp gelen geleneksel rolüne tepki vermekte, fakat bu tepkilerini ya pasif veya saldırgan biçimde ortaya koymaktadırlar. Günümüzde ne saldırgan, ne de pasif olmaksızın hakkına sahip çıkabilen hemşire sayısı fazla olmadığından hemşirelerin hakkını koruyucu davranışı öğrenmeleri ve uygulamaları bir zorunluluk haline gelmiştir (Özcan 2006, Terakye 1998).

Hemşireliğin rolü hastalarla, meslektaşlarıyla ve diğer sağlık çahşanları ile etkileşimini gerektirir. Hemşireler iyi bir iletişim yeteneğine sahip olduğunda bu rolün etkinliği artacaktır. Etkili iletişim kurabilmenin başlıca tamamlayıcılarından birisi de atılğan davranabilmektir. Yapılan çalışmalar hemşirelerin düşük atılğanlık düzeyine sahip olduklarını göstermektedir (Poroch ve McIntosh 1995, Lee ve Crockett 1994, Timmins ve McCabe 2005). Düşük atılğanlık zayıf bir iletişim ve tavizkar bir hasta bakımı ile sonuçlanabilir.

Yarının hemşireleri olacak öğrencilerin daha girişken, sağlıklı ilişkiler kurabilen, kendilerini kabul eden, özgüveni ve özsaygı düzeyleri yüksek bireyler olarak yetişmeleri kuşkusuz mesleki başarı açısından olduğu kadar, bireysel doyum açısından da önemlidir. Bir mesleğe aday olma, bağımsız karar verilmesi gereken durumların artması, farklı yerleşim yerlerinden ve sosyo-kültürel düzeylerden gelip yeni arkadaş çevresi içine girmesi gibi okul yaşantısı= getirdiği değişimler, öğrencilerin bir gruba ait olması, saygı görme, sevilme, kimliğini tanıma, kendilik değeri gibi pek çok gereksinmesini tehdit eder durumdadır (Karadağlı 1993). Eğitim hayatındaki tüm bu sorunlar öğrenci hemşirelerin okula başladıktan kısa bir süre sonra atılğanlık düzeylerini etkileyebilir.

Atılğan bireyler haklarına sahip çıkan, başkalarından istekte bulunabilen, istemedikleri şeylere hayır diyebilen, övgüleri kabul eden ve duygularını kolaylıkla ifade eden bireylerdir. Bütün bunlar bireyin yaşamını kolaylaştırır ve benlik saygısını arttırarak hayatı doyumlu yaşamasını sağlar (Özcan 2006, Tanığ 1993, Terakye 1998). Nitekim Terakye ve Üstün'ün (1997) kişilerarası ilişkiler dersinde vermiş oldukları "atılğanlık iletişim becerileri eğitimi" sonucunda öğrencilerin kendini tanımlamadaki olumsuz ifadelerinin ve kendilerine güvensizliğin azaldığı görülmüştür.

Atılğanlığı özellikle kişilerarası ilişkinin niteliğinin iyileştirilmesinde önemli bir uyum ögesi olarak değerlendirmek, sosyal beceri bağlamında önem kazanmıştır. Sosyo-kültürel ve psikolojik doğası ile çok yönlü araştırmalara konu olan atılğanlık kavramı, birçok boyutta incelenmiş ve elde edilen sonuçlar çerçevesinde atılğan davranış örüntüsünün uygun bir eğitim ile geliştirilebileceği kabul edilmiştir (Hatipoğlu 1999, Lee ve Crockett 1994, Terakya ve Üstün 1997, Yeşilyaprak ve Kısaç 1999, Sever ve ark. 1999, Deniz 1997, Sanchez 2001, Neale 1994, Baggs ve Spence 1990, Nota ve Soresi 2003, Kirkpatrick ve Forchuk 1992, Glueckauf ve Quittner 1992, Buback 2004, Ingram ve Salzberg 1990, Shimizu ve ark. 2003, Lin ve ark. 2004, Buzlu 1999, Thompson ve ark. 1996, McCabe ve Timmins 2003).

Hemşirelerin atılğanlığı doğal davranışları haline getirmeleri ve hastalarına kendilerini ifade etmeyi öğretmek için öncelikle atılğanlığı kendilerinin öğrenmeleri gerekir (Tanığ 1993). Atılğanlık eğitimi, bireye iç dengesini ve doğal atılğanlığını yeniden kazanması için bazı yöntemler öğrenme şansını verir. Atılğanlık eğitimi bireyin kişiliğini değiştirmek için düzenlenmez, gerçek benliği hakkında daha fazlasını keşfetmesini ve daha fazla güven duymasını sağlar ve bu güveni başka insanların haklarını çiğnemenin ifade etmesini sağlar (Bond 1988).

Baggs ve Spence (1990) Avustralya'da 46 öğrenci üzerinde yapmış oldukları çalışmada, verilen atılğanlık eğitiminin ardından öğrencilere yine 6 aylık bir süreç boyunca "aylık atılğanlık eğitimi" verilmiş atılğanlık özelliklerinde kontrol grubuna göre daha fazla gelişme kaydettikleri saptanmıştır. Sever ve arkadaşları (1999) düzenledikleri atılğanlık beceri eğitimi sonucunda öğrencilerin benlik saygısı düzeyinin ve atılğan davranma eğiliminin arttığını belirlemişlerdir.

Araştırma, hemşirelik öğrencilerine verilen atılğanlık eğitiminin atılğanlık düzeylerine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Tipi: Araştırma ön test ve son test kontrol gruplu yarı deneme modeli olarak yapılmıştır.

Evren ve Örneklem: Araştırma Atatürk Üniversitesi Erzincan Sağlık Yüksekokulu ve Erzurum Sağlık Yüksekokulu'nda, 2003-2004 öğretim yılı güz döneminde uygulanmıştır. Araştırmanın evrenini Atatürk Üniversitesi Erzincan Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü birinci sınıf öğrencileri (53 kişi) ve Erzurum Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü birinci sınıf öğrencileri (63 kişi) oluşturmuştur. Atatürk Üniversitesi Erzincan Sağlık Yüksekokulu birinci sınıf öğrencilerinden araştırmaya katılmayı kabul eden 50 öğrenci deney grubunu, Atatürk Üniversitesi Erzurum Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü birinci sınıf öğrencilerinden 50 öğrenci ise kontrol grubunu oluşturmuştur. Kontrol değişkenleri açısından denkliği sağlamak amacıyla, bu değişkenlere uyan öğrenciler gruplara alınmıştır. Bu nedenle deney ve kontrol grubundaki öğrenci sayıları 50 kişi ile sınırlandırılmıştır. Deney grubundaki dört öğrencinin araştırma başladıktan sonra gruplara devam koşulunu yerine getirememesi sonucu, araştırmanın örnekleme 46 deney, 50 kontrol olmak üzere 96 öğrenciden oluşturulmuştur.

Verilerin Toplanması: Veriler, araştırmacılar tarafından benzer çalışmalardan yararlanılarak hazırlanan, öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerini belirlemeye yönelik sorulardan oluşan anket formu ve (Kolej) Kendini Anlatma Ölçeği uygulanarak toplanmıştır.

Kolej Kendini Anlatma Ölçeği 1974 yılında Galassi ve Galassi tarafından geliştirilmiş, Nilüfer Voltan-Acar (1985) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek öğrencilerin atılgan iletişim becerisi geliştirme düzeyini belirlemek amacıyla kullanılmıştır. Likert tipi beşli dereceleme ölçeği niteliğinde bir envanterdir (Öner 1997). Ölçeğin iç tutarlılığı $a=0.87$ 'dir (Öner 1997, Voltan-Acar 1985). Bu çalışmada $a=0.84$ olarak bulunmuştur. Kolej Kendini Anlatma Ölçeğinden alınan toplam puanın yüksek olması atılgan davranışın yüksek, düşük olması atılgan davranışın düşük olduğunu ifade eder. Alınan puanlar 0 ile 200 arasında değişmektedir. Çekingenliğe doğru uzanan uç 0'a, atılganlığa doğru uzanan uç 200'e ulaşmaktadır. Seçenekler 0 ile 4 arasında puanlanmaktadır. 3, 6, 8, 9, 10, 11, 13, 15, 16, 19, 20, 21, 22, 23, 25, 26, 27, 29, 30, 31, 34, 35, 36, 40, 41, 42, 43, 45, 46, 48 ve 49'uncu maddeler "0, 1, 2, 3 veya 4" olarak işaretlenmişse, puanlamada bu maddelerin değerleri tersine döner (Öner 1997, Voltan Acar 2003). Ölçeğin 11. maddesinde yer alan "Sizden 1 000 000 TL borç alan biri unutmüş görünüp ödemiyoorsa hatırlatır mısınız?" ifadesi bir milyon TL günümüz koşulları düşünüldüğünde önemsenmeyecek bir miktar olarak görüldüğünden öğrencilere, "Sizden borç para alan biri unutmüş görünüp ödemiyoorsa hatırlatır mısınız?" şeklinde sorulmuştur.

Atılganlık Eğitimi Hazırlığı: Atılganlık eğitim programını uygulayan araştırmacı 11 Eylül 2003'de 2. Uluslararası 9. Ulusal Hemşirelik

kongresinde Doç. Dr. Sevim BUZLU ve Yrd. Doç. Dr. Yasemin KUTLU'nun verdiği altı saatlik girişkenlik eğitimi programına katılmıştır.

İşlem: Deney ve kontrol grubuna eğitim süreci başlamadan bir hafta önce Anket formu ve ölçek uygulanmıştır. Sontest uygulaması ise atılgnlık eğitimi bittikten bir hafta sonra yapılmıştır. Deney grubu ile 11 haftalık, haftada 60 dakika olmak üzere grup çalışması yürütülmüştür. Atılgnlık eğitimi 25'er öğrenciden oluşan iki grupla yürütülmüştür (her grupla 60'ar dakika süren birer oturum yapılmıştır). Öğrenciler çember şeklinde oturma düzeninde oturmuşlardır. Öğrenciler, her hafta kuramsal bilgi ve grup tartışması şeklinde çalışmışlardır. Çalışmada beyin fırtınası, yaka çalışması ve vakada yeni yaklaşımları denemede rol play, ev ödevleri ve takrir öğretim teknikleri kullanılmıştır.

Araştırmanın Değişkenleri: Çalışmada öğrencilerin atılgnlık düzeyleri bağımh değişkeni, atılgnlık eğitimi ise bağımsız değişkeni oluşturmaktadır. Kontrol değişkenleri ise öğrencilerin yaşı, yaşamının en büyük bölümünün geçtiği yer, aile tipi, ailedeki kardeş sayısı, öğrencinin kaçınıcı çocuk olduğu anne-baba eğitimi, anne-baba mesleği, gelir düzeyi, ÖSS puan ortalamaları, Kolej Kendini Anlatma Ölçeği puan ortalamalarıdır.

Verilerin Değerlendirilmesi: Verilerin kodlanması ve istatistiksel analizleri SPSS 11.0 paket programında yapılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde yüzdellik, t testi ve McNemar's testi kullanılmıştır.

Etik İlkeler: Araştırmanın yapılması için ilgili kurumlardan gerekli olan çalışma izinleri alınmıştır. Araştırma kapsamına alınan öğrencilere çalışmanın amacı anlatılarak "Bilgilendirilmiş Onam" ları alınmıştır. Araştırmada "İnsan onuruna saygı", "Gizlilik ve Gizliliğin Korunması" ve "Özerkliğe Saygı" etik ilkeleri yerine getirilmiştir. Kontrol grubunda bulunan öğrencilere istekleri doğrultusunda çalışmanın verilerinin toplanması sona erdikten sonra altı saat süren bir atılgnlık eğitim programı düzenlenmiştir.

Araştırmanın Sınırlılıkları: Kullanılan örnekleme yönteminin olasılıksız olması, örneklem grubunun küçük olması sonuçların genellenebilirliğini sınırlamıştır ve sadece araştırmanın yapıldığı gruba genellenebilmiştir. Deney ve kontrol grubu farklı şehir ve okullarda öğrenim gören öğrencilerden oluşturulmuştur.

Uygulanan Grup Atılgnlık Eğitim Programı

Program	Konu
1. Hafta	
20 dakika	Ders ve öğretim yöntemi tanıtıldı. Grup kuralları oluşturuldu. Güven ilişkisi ve iletişimi yönetmenin önemine inanç geliştirildi.
10 dakika	Öğrencinin kendi kendisiyle ne ölçüde iyi ilişkiler içinde olduğunu saptayabilmek için "kendinizi seviyor musunuz?" Konulu anket uygulandı.

30 dakika	Grup üyeleri ile tanışıldı. Kendini tanıtmaya egzersizleri yapıldı. Duygu ifadesine ilişkin egzersizler yapıldı. Kendini tanıtmaya ve duyguları ifade etme güçlükleri tartışıldı.
60 dakikanın sonunda, öğrenci "bugün benim için en öğretici olan..." cümlesini tamamlayıp, kaydetti.	
2. Hafta	
10 dakika	Öğrencilerin atılganlık ve saldırganlık durumlarını değerlendirmeye yönelik kendi kendilerine değerlendirebilecekleri kısa ölçekler uygulandı.
25 dakika	Farklı on sekiz olay ve cevabın yer aldığı atılgan, çekingen ve saldırgan davranışları ayırt etme testi uygulandı ve sonuçları grup içerisinde tartışıldı.
25 dakika	Atılgan, saldırgan ve pasif davranışlar ve günlük tutma hakkında teorik bilgi verildi.
60 dakikanın sonunda öğrenci "bugün benim için en öğretici olan..." cümlesini tamamladı ve "atılgan olmak istiyorum, çünkü..." cümlesini tamamlayıp kaydetti ve eğitime verdi.	
3. Hafta	
20 dakika	Kendini tanıma çalışması yapıldı. Atılgan olma isteğinin nedenleri ve atılgan olamama nedenleri, engelleri özetlenmiş öğrenci ifadeleri kullanılarak tartışıldı.
20 dakika	Her öğrenci "daha atılgan olmak için hangi davranışını değiştirmesi gerektiğini" grup tartışmasında belirledi.
20 dakika	Öğrencilerin "değişirsem çevremdekiler bana nasıl tepki verirler, bu süreçte kendimi daha iyi hissetmek için ne yapabilirim?" sorularına cevaplar arandı. Teorik olarak değişim ve risk alma konuları tartışıldı.
60 dakikanın sonunda öğrenci, "bugün benim için en öğretici olan..." cümlesini tamamlayıp kaydetti.	
4. Hafta	
30 dakika	Atılgan davranışın kazanımları; gerektiğinde hayır diyebilme, isteklerde bulunabilme, olumlu-olumsuz duyguları ifade edebilme, eleştiriyi-iltifatı kabul edebilme teorik anlatıldı.
30 dakika	İkişerli gruplar halinde birbirlerinden istekte bulunmaları, birbirlerine iltifat etmeleri ve iki durumda da yaşadıkları tartışıldı.
60 dakikanın sonunda öğrenci, "bugün benim için en öğretici olan..." cümlesini tamamlayıp kaydetti.	
5. Hafta	
30 dakika	Bilişsel yönleri ile insan ve duyuşsal süreçler teorik anlatıldı.
30 dakika	Grup çalışması 2'şer kişilik gruplar halinde 2-3 dakika süre ile sözsüz iletişim çalışması yapıldı.
60 dakikanın sonunda öğrenci, "bugün benim için en öğretici olan..." cümlesini tamamlayıp kaydetti.	
6. Hafta	
20 dakika	Ben dili kullanımı teorik anlatıldı.
40 dakika	Grup çalışması, ben dili kullanımı egzersizi, bazı örnek durumlar üzerinde tüm grupla örnek egzersizler yapıldı.
Ev ödevi verildi (gerçek yaşamda kullandığınız dile dikkat edin, anlatılanlar doğrultusunda ben dilini kullanmaya çalışın). 60 dakikanın sonunda öğrenci, "bugün benim için en öğretici olan..." cümlesini tamamlayıp kaydetti.	
7. Hafta	
60 dakika	Empati-Empatik iletişim, iletişim teknikleri teorik anlatıldı. Rol oynama ve grup tartışması yapıldı.
60 dakikanın sonunda öğrenci, "bugün benim için en öğretici olan..." cümlesini tamamlayıp kaydetti.	

8. Hafta	
60 dakika	Öğrencilerin okulda ilk gün karşılaştıkları, onları en çok etkileyen, unutamadıkları olaylar tartışıldı. Seçilmiş örneklerde olay, duygu, düşüncesinin ayrıştırılması egzersizi ve iç diyalogu keşfetme egzersizleri yapıldı.
60 dakikanın sonunda öğrenci, "bugün benim için en öğretici olan..." cümlesini tamamlayıp kaydetti.	
9. Hafta	
60 dakika	Okulda ilk güne geri döndü ve ben dili ile tepki denemeleri yapıldı.
60 dakikanın sonunda öğrenci, "bugün benim için en öğretici olan..." cümlesini tamamlayıp kaydetti.	
10. Hafta	
30 dakika	Başetme yöntemleri teorik anlatıldı.
30 dakika	Kendi davranışını tanıma amaçlı grup tartışması yapıldı (Örn. Sınav kaygısı).
Ev ödevi verildi (En az tehdit edici çevrede atılma denemeleri gerçekleştirilecek). 60 dakikanın sonunda öğrenci, "bugün benim için en öğretici olan..." cümlesini tamamlayıp kaydetti.	
11. Hafta	
30 dakika	Her öğrenci uygulamasını grupla tartıştı, eğiticiden ödevlere ilişkin geri bildirim aldı. Atılma davranış geliştirmede güç-kolay gelen yönler tartışıldı.
30 dakika	Her öğrenci, nerelerde, kiminle, hangi durumda atılma davranmadığını belirledi.
60 dakikanın sonunda öğrenci, "bugün benim için en öğretici olan..." cümlesini tamamlayıp kaydetti.	

BULGULAR VE TARTIŞMA

Tablo 1: Deney ve Kontrol Grubunun Kontrol Değişkenleri Açısından Karşılaştırılması

KONTROL DEĞİŞKENLERİ	DENEY		KONTROL		Anlamlılık Derecesi
	S	%	S	%	
Yaş					
16-17	8	17,4	10	20,0	$x^2=6,89$
18-19	30	65,2	31	62,0	SD=8
20 ve	8	17,4	9	18,0	$p>0,05$
Yaşamının en büyük bölümünün geçtiği yer					
Köy	7	15,2	6	12,0	$x^2=3,68$
ilçe	22	47,8	16	32,0	SD=3
Şehir	13	28,3	20	40,0	$p>0,05$
Büyükşehir	4	8,7	8	16,0	
Aile tipi					
Çekirdek aile	39	84,8	46	92,0	$x^2=2,52$
Geniş aile	5	10,9	4	8,0	SD=2
Parçalanmış aile	2	4,3	0	0	$p>0,05$
Ailedeki Kardeş Sayısı					
1-2	8	17,4	11	22,0	$x^2=11,84$
3-4	26	56,5	26	48,0	SD=8
5 ve	12	26,1	13	30,0	$p>0,05$
Öğrencinin Kaçınıcı Çocuk Olduğu					
1-2	28	60,9	32	64,0	$x^2=2,96$
3-4	15	32,6	14	28,0	SD=7
5 ve	3	6,5	4	8,0	$p>0,05$

Anne Eğitimi					
Okur-yazar değil	6	13.0	7	14.0	x ² =3.93 SD=4 p>0.05
Okur-yazar	8	17.4	8	16.0	
İlkokul	27	58.7	26	52.0	
Ortaokul	5	10.9	5	10.0	
Lise	0	0	4	8.0	
Baba Eğitimi					
Okur-yazar değil	0	0	1	2.0	x ² =8.37 SD=5 p>0.05
Okur-yazar	4	8.7	20	2.0	
İlkokul	20	43.5	4	40.0	
Ortaokul	9	19.6	16	8.0	
Lise	7	15.2	8	32.0	
Yüksekokul	6	13.0		16.0	
Anne Mesleği					
Ev Hanımı	44	95.6	0	96.0	x ² =2.01 SD=3 p>0.05
Memur	1	2.2	0	2.0	
Emekli	1	2.2	0	0	
Serbest Meslek		0		2.0	
Baba Mesleği					
Memur	8	17.5	12	24.0	x ² =2.38 SD=6 p>0.05
işçi	7	15.2	7	14.0	
Esnaf	3	6.5	1	2.0	
Serbest Meslek	12	26.1	13	26.0	
Çiftçi	2	4.3	2	4.0	
Emekli	12	26.1	11	22.0	
işsiz	2	4.3	4	8.0	
Maddi Gelirini Değerlendirme Durumu					
İyi	2	4.3	10	20.0	x ² =2.84 SD=1 p>0.05
Kötü	35	76.1	29	58.0	
Orta	9	19.6	11	22.0	
ÖSS Puan Ortalamaları		X±SS 271.418±86.91	X±SS 265.301±54.79		t=0.748 SD= 94 p>0.05
Öntest Kolej Kendini Anlatma Ölçeği Puan Ortalamaları		X±SS 127.93±19.76	X±SS 127.64±19.13		t = 0 . 0 7 4 p>0.05

Deney grubunun % 65.2'sinin 18-19, % 17.4' ünün 16-17 yaş grubunda olduğu saptanmıştır. Deney grubundaki öğrencilerin % 47.8'inin ilçede, % 8.7' sinin büyükşehirde yaşadığı, kontrol grubunda yer alan öğrencilerin ise % 40.0'ünün şehirde, % 12.0'sinin de köyde yaşadığı tespit edilmiştir. Deney grubundaki öğrencilerin öntestte belirlenen Kolej Kendini Anlatma Ölçeği puan ortalaması 127.93±19.76 ile kontrol grubundaki öğrencilerin puan ortalaması 127.64±19.13 olarak bulunmuştur. Araştırma kapsamına alınan deney ve kontrol grubundaki öğrencilerin kontrol değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık göstermediği ve grupların homojen olduğu görülmektedir. (p>0.05) (Tablo 1).

Deney grubundaki öğrenciler Kolej Kendini Anlatma Ölçeğinden atılganlık eğitimi öncesi en düşük 81 en yüksek 159 puan, atılganlık eğitimi sonrası 90-187 puan almışlardır. Kontrol grubundaki

öğrencilerin ise Kolej Kendini Anlatma Ölçeğinden atılmanlık eğitimi öncesi en düşük 84 en yüksek 164 puan, atılmanlık eğitimi sonrası 81-172 puan aldıkları görülmüştür (Tablo 2).

Tablo 2: Deney ve Kontrol Grubundaki Öğrencilerin Eğitim Öncesi ve Sonrası Kolej Kendini Anlatma Ölçeği Puan Ortalamalarının Dağılımı

	Deney Grubu		Kontrol Grubu	
	Alt ve üst değerler	X+SS	Alt ve üst değerler	X+SS
Atılmanlık Eğitimi Öncesi	81-159	127.93±19.76	84-164	127.64±19.13
Atılmanlık Eğitimi Sonrası	90-187	144.63±18.55	81-172	132.12±20.58

Tablo 3' te deney grubundaki öğrencilerin atılmanlık eğitimi öncesi Kolej Kendini Anlatma Ölçeği puan ortalaması 127.93±19.76, atılmanlık eğitimi sonrası 144.63±18.55 olarak belirlenmiştir. Deney grubunun öntest ve sontest puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.001$). Terakye ve Üstün (1997) kişilerarası ilişkiler dersinde atılmanlık iletişim becerileri eğitimini bütünleştirmeyi hedefledikleri çalışmalarında 110 hemşirelik öğrencisinde eğitim sürecinin sonunda atılmanlık puan ortalamalarının anlamlı bir artış gösterdiğini belirlemişlerdir ($p<0.001$). Nota ve Soresi (2003) 18 lise son sınıf öğrencisine verdikleri atılmanlık eğitimi neticesinde atılman davranışlar üzerinde olumlu sonuçlar elde edilmiştir. Kirkpatrick ve Forchuk çalışmalarında (1992) psikiyatri kliniğindeki hemşirelere dört aşamadan oluşan atılmanlık eğitimi vermişlerdir. Eğitim sonunda hemşirelerin atılmanlığı algılama şeklinin ve otoriteye karşı tutumlarının önemli ölçüde değiştiği görülmüştür. McCabe ve Timmins'in çalışmalarında (2003) hemşirelik öğrencilerine "rol play" in ağırlıkta olduğu bir atılmanlık eğitimi programı uygulanmış öğrencilerin atılmanlıkları üzerinde oldukça olumlu sonuçlar elde edilmiştir. Yeşilyaprak ve Kısaç (1999) 22 öğretmen adayına uyguladıkları on haftalık atılmanlık eğitimi sonunda deney grubundaki öğrencilerin atılmanlık puanlarında kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde bir artış görülmüştür. Lin ve ark. (2004) tarafından deney grubunu oluşturan 33 hemşirelik ve tıp öğrencisine haftada 2 saat süren sekiz oturumluk bir atılmanlık eğitimi verilmiş, eğitim sonunda öğrencilerin atılmanlık ve benlik saygısı düzeylerinin anlamlı bir şekilde yükseldiği görülmüştür. Çalışmamız bu sonuçlarla paralellik göstermektedir.

Kontrol grubundaki öğrencilerin atılmanlık eğitimi öncesi Kolej Kendini Anlatma Ölçeği puan ortalaması 127.64±19.13, atılmanlık eğitimi sonrası 132.12±20.58 olarak belirlenmiştir. Kontrol grubunun öntest ve sontest puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel yönden anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0.001$) (Tablo 3). Kontrol grubundaki bu artışın öğrencilerin, büyükşehirde okuyor olmalarından, yeni sosyal

çevreye, okula ve arkadaşlara uyumdan, alınan derslerden ve çoğunun aileden ayrılıp bağımsız yaşama geçmiş olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Tablo 3: Deney ve Kontrol Grubunun Kendi İçinde Öntest ve Sontest Koleji Kendini Anlatma Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

GRUPLAR	X	SS	Test ve p değeri
Deney Grubu			t= 5.590
Öntest	127.93	19.76	SD= 45
Sontest	144.63	18.55	p<0.001
Kontrol Grubu			t= 3.457
Öntest	127.64	19.13	SD= 49
Sontest	132.12	20.58	p<0.001

Deney ve kontrol grubunun kendi içinde yapılan sontest puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel yönden önemli bulunmuştur ($p<0.01$) (Tablo 4). Elde edilen bu bulgu deney grubuna 11 hafta süresince verilen atılgaçlık eğitiminin etkili olduğunu göstermektedir.

Tablo 4: Deney ve Kontrol Grubundaki Öğrencilerin Öntest ve Sontest Koleji Kendini Anlatma Ölçeği Puan Ortalamaları Farklarının Karşılaştırılması

UYGULANAN TESTLER	X	SS	Test ve p değeri
ÖNTEST			t= 0.074
Deney	127.93	19.76	SD= 94
Kontrol	127.64	19.13	p>0.05
SONTEST			t= 3.118
Deney	144.63	18.55	SD=94
Kontrol	132.12	20.58	p<0.01

Deney grubundaki öğrencilerin, kendi cinsi ile arkadaşlık kurmakta güçlük çekme durumlarında atılgaçlık eğitimi öncesi ve sonrası atılgaçlık puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.05$) (Tablo 5). Bu sonuç verilen atılgaçlık eğitiminin öğrencilerin kendi cinsi ile arkadaşlık kurmaları üzerinde olumlu etkisinin olduğunu göstermektedir. Nota ve Soresi' nin çalışmalarında (2003) atılgaçlık eğitimi verilen öğrencilerin farklı sosyal durumlarla atılgaçlık baş etme; olumsuz duygularını ifade etme; engellerle ve zorluklara baş etme; iltifat ve övgüleri atılgaçlık kabul etme ve ifade etmelerinde anlamlı artışlar görülmüştür. Nota ve Soresi' nin çalışması (2003) bulgularımızı desteklemektedir.

Deney grubundaki öğrencilerin karşı cins ile arkadaşlık kurmada güçlük çekme durumuna baktığımızda % 63.0' ünün eğitim öncesi güçlük çektiği, eğitim sonrası ise bu oranın % 41.3'e düştüğü belirlenmiş olup,

aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.01$) (Tablo 5). Atılğanlık eğitiminin etkili olduğu görülmektedir. Atılğanlık eğitimi bireyin öz saygısını ve güvenini artırır, kendi duygu ve düşüncelerini kendine güvenli fakat sosyal ortama uygun bir biçimde ifade etmesini kolaylaştırır, anlaşmazlıklar' azaltmada başarılı bir yoldur, eleştiriyi kabul etme ve stresle etkili baş etme yollarını öğretir (Buzlu 1999, Varcarolis 1998, Reakes 1993). Bu da araştırma bulgularımızı destekler niteliktedir.

Tablo 5: DeneY Grubundaki Öğrencilerin Eğitim Öncesi ve Sonrası Arkadaşlık Kurma ve Duygularını İfade Etme Durumlarının Karşılaştırılması

	E ğitim		E ğitim		Test Sonucu
Kendi Cinsi ile Arkadaşlık Kurmakta Güçlük Çekme Durumu					
Güçlük çeken	16	34.8	6	13.0	McNemar's $p<0.05$
Güçlük çekmeyen	30	65.2	40	87.0	
Karşı Cins ile Arkadaşlık Kurmakta Güçlük Çekme Durumu					
Güçlük çeken	29	63.0	19	41.3	McNemar's $p<0.01$
Güçlük çekmeyen	17	37.0	27	58.7	
Duyguların İfade Etmekte Güçlük Çekme Durumu					
Güçlük çeken	31	67.4	26	56.5	McNemar's $p>0.05$
Güçlük çekmeyen	15	32.6	20	43.5	

DeneY grubundaki öğrencilerin % 67.4' ünün eğitim öncesi duygularını ifade etmekte güçlük çektiği, eğitim sonrası ise bu oranın % 56.5'e düştüğü görülmüştür. Ancak bu fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$) (Tablo 5). Thompson ve arkadaşları (1996) 22 öğrenciye 11 hafta boyunca 40'ar dakikalık dersler halinde atılğanlık eğitimi vermişler. Eğitimin sonunda atılğanlığın sözsüz ifade şeklinde öğrencilerin istekte bulunma ve kararını değiştirme davranışlarında anlamlı bir artış olmuş, ancak atılğanlığın sözlü ifade edilmiş şeklinde ise sadece kararını değiştirme davranışlarında olumlu yönde bir artış gözlenmiştir. Bu bulgu, çalışmamızda verilen atılğanlık eğitiminin öğrencilerin duygularını sözlü olarak ifade etmelerini sağlayabilecek nitelikte olmadığını düşündürmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Elde edilen bulgular; 11 hafta süresince verilen atılğanlık eğitiminin öğrencilerin atılğanlık düzeyini yükseltmekte etkili olduğunu göstermiştir. Atılğanlık eğitimine katılan öğrenciler kendilerini daha rahat ifade etmeye başladıklarını, sınıf arkadaşlarıyla bağlarının güçlendiğini, yeri geldiğinde haklarını arayabileceklerini, kendilerine güvenlerinin arttığını ve eğitimi faydalı bulduklarını ifade etmişlerdir.

Çalışma sonucu elde edilen bulgulara göre şu öneriler sunulmuştur;

- Üniversitelerin sağlığa yönelik programlarında, atılganlık eğitiminin ders olarak müfredat programlarına alınması ya da kişilerarası ilişkiler dersinin müfredat içeriğinde yer alması.
- Atılganlık eğitiminin hemşirelik eğitiminin ilk yıllarında verilmesi.
- Öğrencilerin benlik saygılarının, atılganlık düzeylerinin, sosyal ilişkilerinin üniversite rehberlik/danışmanlık programı çerçevesinde değerlendirilmesi.
- Daha geniş bir örneklem üzerinde, benzer araştırmaların yapılması.

KAYNAKLAR

1. Atalay M, Tel H, Altun E ve ark. (1994). Hemşirelik birinci sınıf öğrencilerinin klinik uygulamada yaşadıkları güçlükler ve yardım beklentileri. Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 1 (1): 19-25.
2. Atalay M, Tel H (1999). Gelecek yüzyılda hemşirelikte lisans eğitiminin vizyonu. Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 3(2): 47-54.
3. Baggs K Spence SH (1990). Effectiveness of booster sessions in the maintenance and enhancement of treatment gains following assertion training. Journal of Consulting and Clinical Psychology 58 (6): 845-854.
4. Bond M (1988). Understanding assertiveness. Nursing Times 84 (9): 61-64.
5. Buback D (2004). Assertiveness training to prevent verbal abuse in the OR. Association of Operating Room Nurses Journal 79(1): 148-158.
6. Buzlu S (1999). Hemşirelerde girişkenlik hakları ve beden dili. Hemşirelik Bülteni 11(43-44): 337-342.
7. Deniz ME (1997). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve kültürel farklara dayalı atılganlıkları üzerinde bir atılganlık eğitimi denemesi. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
8. Glueckauf RL, Quittner AL (1992). Assertiveness training for disabled adults in wheelchairs: self-report, role-play, and activity pattern outcomes. Journal of Consulting and Clinical Psychology 60(3): 419-425.
9. Hatipoğlu S (1999). Hemşireliğin dünü, bugünü ve yarını. VII. Ulusal Hemşirelik Kongresi Kitabı. 22-24 Haziran Erzurum, 6-11.
10. Ingram JA, Salzberg HC (1990). Effect of in vivo behavioral rehearsal on the learning of assertive behaviors with a substance abusing population. Addictive Behaviors 15(2): 189-194.
11. Karadağlı A (1993). Öğrenci hemşirelerin benlik-saygısı düzeyleri ile algıladıkları okul yaşantıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Türk Hemşireler Dergisi 43: 11-15.
12. Kirkpatrick H, Forchuk C (1992). Assertiveness training: Does it make a difference? Journal of Nursing Staff Development 8(2): 60-65.
13. Lee S, Crockett MS (1994). Effect of assertiveness training on levels of stress and assertiveness experienced by nurses in Taiwan, Republic of China. Issues Mental Health Nurses 15(4): 419-432.
14. Lin YR, Shiah IS, Chang YC et al. (2004). Evaluation of an assertiveness training program on nursing and medical students' assertiveness, self-esteem, and interpersonal communication satisfaction. Nurse Education Today 24(8): 656-665.

15. McCabe C, Timmins F (2003). Teaching assertiveness to undergraduate nursing students. *Nursing Education in Practice* 3(1): 30-42.
16. Neale D (1994). *Abnormal psychiatry*. John Wiley and Sons, Canada, 572-598.
17. Nota L Soresi S (2003). An Assertive training program for indecisive students attending an Italian university. *The Career Development Quarterly* 51 (4): 322-330.
18. Öner N (1997). Türkiye'de Kullanılan Psikolojik Testler. 3. Basım, Boğaziçi Üniversitesi Matbaası, İstanbul. 415-418.
19. Özcan A (1985). Hasta bireylerin duygusal gereksinmelerine öğrenci hemşirelerin gösterdiği tepkiler. I. Ulusal Hemşirelik Kongresi Bildiri Kitabı. İzmir, 87-95.
20. Özcan A (2006). Hemşire-hasta ilişkisi ve iletişim. 2. basım. Sistem Ofset, Ankara.
21. Pektekin Ç (1993). I.Ü. Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulunda uygulanan eğitimin öğrencilerin davranışları ve benlik saygısı üzerine etkisi. Profesörlük Tezi, İstanbul.
22. Poroch D, McIntosh W (1995). Barriers to assertive skills in nurses. *Mental Health Nursing* 4(3): 113-123.
23. Reakes JC (1993). Behavioral Approches. In Johnson BS, ed. *Psychiatric mental health nursing*. Third edition, JB Lippincot, Philadelphia. 266-269.
24. Sanchez MM (2001). Effects of assertive communication between doctors and patients in public health outpatient surgeries in the city of Seville (Spain). *Social Behaviour and Personality* 29(1): 63-70.
25. Sever AD, Ulupınar S, Yerlikaya Z (1999). Öğrenci hemşirelerde atılganlık beceri eğitim grubunun değerlendirilmesi. 35. Ulusal Psikiyatri Kongresi ve Uluslar arası Kros-Kültürel Psikiyatri Uydu Sempozyumu. 6-12 Eylül Trabzon, 325-332.
26. Shimizu T, Mizoue T, Kubota S et al. (2003). Relationship between burnout and communication skill training among Japanese hospital nurses: a pilot study. *Journal of Occupational Health* 45: 185-190.
27. Tanıç Y (1993). Asettivite ve Hemşirelik. *Hemşirelik Bülteni* 6(27): 71-77.
28. Taşacak G (2001). Öğretmeden öğrenmeye: felsefi ve kurumsal temeller, stratejiler. I. Uluslararası ve V. Ulusal Hemşirelik Eğitimi Kongresi Bildiri Kitabı. 19-22 Eylül Nevşehir, 5-12.
29. Terakye G (1998). Hasta hemşire ilişkileri. 5. Baskı. Zirve Ofset, Ankara, 134.
30. Terakye G, Üstün B (1997). Kişilerarası ilişkiler dersine atılganlık iletişim becerileri eğitiminin bütünleştirilmesi modeli. V. Ulusal Hemşirelik Kongresi Bildiri Kitabı. İzmir, 280-294.
31. Timmins F, McCabe C (2005). Nurses' and midwives' assertive behaviour in the workplace. *Journal of Advanced Nursing* 51 (1): 38-45.
32. Thompson KL, Bundy KA, Wolfe WR (1996). Social skills training for young adolescents: Cognitive and performance components. *Adolescence* 31(123): 505-522.
33. Varcarolis EM (1998). Stress and people in crises. In Varcarolis EM, ed. *Foundation of psychiatric mental health nursing*. Third edition, WB Saunders, USA. 352-353.
34. Voltan Acar N. (2003). PDR' de yirmibeş yıl. 1. baskı. Nobel Basımevi, Ankara, 193-196.
35. Voltan-Acar N (1985). Kolej Kendini Anlatma Ölçeği güvenilirlik-geçerlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu Dergisi* 3 (1-2): 47-51.
36. Yeşilyaprak B, Kısac İ (1999). Öğretmen adaylarına uygulanan atılganlık eğitimi ve sonuçları. *Gazi Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Mesleki Eğitim Dergisi* 1(1): 12-18.
37. Yılmaz S, Ekinci M (2001). Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyi arasındaki ilişki. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 4(2): 1-10.