

HEMŞİRE EĞİTİMCİLERİN STRESLE BAŞETME DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

INVESTIGATION OF NURSE EDUCATOR'S COPING STRESS LEVELS

Gönül ÖZGÜR Şeyda DÜLGERLER Neslihan ARPA

Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Bornova / İZMİR

Anahtar Sözcükler: Stres, Stresle baş etme, hemşire eğitimci

Key Words: Stress, Coping Stress, Nurse Educator

Araştırma 10.Ulusal-3. Uluslar arası Hemşirelik Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

ÖZET

Türkiye’ de değişen eğitim koşullarının niteliksel ve niceliksel değişiklikleri hemşire eğitimcilerin farklı stresler yaşamalarına neden olmaktadır. Stres alanlarının belirlenmesi eğitimin kalitesini hem eğitimciler hem de öğrenciler açısından arttıracığı beklenen bir sonuçtur. Bu düşünceden hareketle araştırma Ege Üniversitesi’ne bağlı Hemşirelik Yüksekokullarında görev yapan hemşire eğitimcilerin stresle baş etme düzeylerinin belirlenmesi ve bireysel özelliklerinin stresle baş etme düzeyleri üzerine olan etkisinin incelenmesi amacıyla planlanmış ve uygulanmıştır.

Tanımlayıcı ve analitik olarak düzenlenen bu araştırmanın evrenini 2002-2003 öğretim yılında Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu, İzmir Atatürk Sağlık Yüksekokulu ve Ödemiş Sağlık Yüksekokulu’nda görev yapan tüm hemşire eğitimciler oluşturmuştur(n=82). Araştırmada hemşire eğitimcileri tanıttıcı bilgi formu ve “Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği” (RÖGÖ) kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde sayı, yüzde dağılımları, t testi ve varyans analizi kullanılmıştır.

Hemşire eğitimcilerinin %68.3’ü E.Ü.H.Y.O.’ da çalışmaktadır. %32.9’u 26-30 yaş grubunda olup, %85.4’ü eğitimci olmaktan memnundur. Ölçeğin puan ortalaması ($128,64 \pm 14,31$)’dır. Stresle baş etme stratejilerini en fazla 41-45 yaş grubu ve Doç. Dr. unvanlı hemşire eğitimcilerin kullandıkları saptanmıştır. Mesleki deneyime göre en fazla stresle baş etme stratejilerini 21 ve üzeri yıl arasında çalışan hemşire eğitimcilerin, en az ise 11-15 yıl arası çalışan hemşire eğitimcilerin kullandıkları saptanmıştır. Eğitimci olmaktan memnun olan hemşire eğitimcilerinin stresle baş etme stratejilerini daha fazla kullandıkları belirlenmiştir. Tüm bu bulgular sonucunda stresle baş etme ile ilgili bu tip araştırmaların Türkiye’nin farklı bölgelerindeki hemşire eğitimcilerle yapılması, ileride yapılacak araştırmalarda “Öz Değerlendirme”

teknığının kullanıldığı bu tip ölçeklerle birlikte yapılandırılmış görüşmeler ve doğal gözlem tekniklerinin de kullanılması önerilmektedir.

SUMMARY

This study was prepared with the purpose of investigation of nurse educators stress and coping stress level effecting of individual charecteristics on coping stress level.

This discriptive and analitic study population were total nurse educators who worked in Ege University School of Nursing, İzmir Atatürk Health High School and Ödemiş Health High School in 2002-2003 education year. Nurse educators who accept to involve in study were the sample and another sample selective technic was not used (n=82). Data were collected by two questionnaire forms. The first form was prepared to descriptive nurse educators charecteristics. Second form "Rosenbaum Learned Resourcefulness Scale (RLS) was used to discriptive nurse educators coping stress level which validity and realibility tests. Data were evaluated by percentages, t test and variance analysis.

68.3% of nurse educators worked in E.Ü. HYO. 32.9 % of them were 26.30 years group, 85.4 % of them satisfaction to be educator. Scale point mean 128.64±14.31. As a result; most of the nurse educators have lived stress because of the job and while have a problem try to understand and solved problem was found. Coping stress strategies were highest degree used by nurse educators who were 41-45 age group and have Associated Proff was found. For job experimentation; while the coping stress strategies were the highest degree used by nurse educators who worked between 21 years and higher, Nurse educators who were plased to be educator used the higher degree coping stress strategies than the others was found. As a result of; to make studies about coping stress level like this study in different areas in Turkey with nurse educators, in this studies using "self evaluation technics", based on structure interviews and observation technics were suggested.

GİRİŞ

Yaşadığımız yüzyılda insanlar, hangi işi yaparlarsa yapsınlar, yaşamlarının büyük bir bölümünü, kendi yeteneklerini ve sınırlarını zorlayarak sürdürmektedirler (Ertekin 1993).Stres organizmanın bedensel ve ruhsal sınırlarının tehdit edilmesi ve zorlanması ile ortaya çıkan bir durumdur (Baltaş 2000, Pektekin 1990, Uysal 1999). Genellikle stres birey ve çevresi ile ilişkilendirilerek gerilim, endişe, baskı, çelişki, sıkıntı, engellenme, isteksizlik, zorlanma gibi olumsuz sayılabilecek sözcüklerle eş anlamlı olarak kullanılmaktadır (Pektekin 1990).

Farklı nedenlere bağlı olarak ortaya çıkan strese karşı vücut, çeşitli savunma mekanizmalarıyla cevap vermeye çalışır. Vücudun strese karşı geliştirdiği bu mekanizmalar, aynı zamanda stresin birey üzerindeki sonuçlarıdır. Stres sürekli hale geldiği zaman, gerginliğe dönüşür ve

gerginlik durumunda insan vücudu değişik aşamada strese karşı tepki gösterir (Tutar 2000).

Çeşitli sebeplerle oluşan stres tepkileri, kısa ve uzun zamanda organizmayı çeşitli boyutlarda tehdit eder. Strese karşı verilen tepkiler uzun bir zaman dilimi içerisinde kronik hastalıkların gelişmesine zemin hazırlar. Stresin sıklığı ve yoğunluğu zamanı kısaltabilir. Bu hastalıklar baş ağrısı, yüksek tansiyon, kalp rahatsızlıkları gibi bedensel hastalıklar olabildikleri gibi, psikolojik veya zihinsel hastalıklar da olabilirler. İnsanlar edinmiş oldukları davranış kalıplarına ve zihinsel özelliklerine göre stres karşısında psikolojik tepki olarak geri çekilme, kabullenme, karşı koyma veya korku, endişe, depresyon gibi duygusal problemler geliştirebilirler. Öte yandan dikkatin azalması, zihni bir konu üzerinde toplama gücünün aşırı unutkanlık, obsessif (takıntılı) düşünceler zihinsel düzeydeki problemlerden bazılarıdır (Görgülü 1990, Karaküçük 1997, Uysal 1999, Baltaş 2000, Tutar 2000, Güçlü 2001).

Stres günlük yaşantımıza girmiş ve giderek yaygınlık kazanan bir kavram olmuştur. Durmadan çalışan, amaçlarına ulaşmak, beklentilerini gerçekleştirmek için çaba gösteren insanlar sürekli gerginlik, endişe, çatışma ve öfke içerisinde günlük yaşantılarını sürdürürler. Stres günlük yaşantıda olduğu kadar iş hayatının da önemli bir parçasını oluşturur (Duymaz 1999).

Barut ve ark. (2002) aktardığı üzere, ABD'de Ulusal Mesleki Güvenlik ve Sağlık Enstitüsü (The National Institute for Occupational Safety and Health-NIOSH) tarafından yapılan bir araştırmada, stres düzeylerine göre 130 meslek sıralanmıştır Bunlardan stresi en yüksek düzeyde olan mesleklerden bazıları; işçi, sekreter, denetçi, yönetici, garson, polislik, hava trafik kontrol memurluğu ve öğretmenliktir (Barut ve ark. 2002).

Türkiye'de sağlık bakımının yeterli, etkili ve dengeli bir biçimde verilmesinin önemli koşullarından biri günümüz ve gelecek için iyi eğitilmiş hemşireler yetiştirmektir. Sağlık sistemi içerisinde rol olacak profesyonel hemşirelere gerekli bilgi, beceri ve değerler eğitim yolu ile kazandırılmaktadır (Beceren 1999).

Eğitimci hemşireler, hemşirelik mesleğinde bilginin yeni kuşaklara geçişi ve daha yeni bilgilerle hemşirenin yetiştirilmesinden sorumludur. Hasta bakımı ile ilgili davranış ve tutumları öğrencilere öğretme, hemşirelikte müfredatın temel bileşenlerindedir. Bu özelliklerinden dolayı, eğitimci hemşireler, liderler olarak diğer hemşirelere rehberlik ve etki yaparlar. Eğitimci hemşirelerin yeniliklerin takipçisi olma, yeni bilgileri öğretme, araştırma, toplum hizmetlerine katılma, çeşitli komite ve etkinliklerde yer almayı gerçekleştirmeli ve klinik pratikte de yer alabilmelidir (Çam 1994).

Hem eğitim, hem de sağlık alanında, her geçen gün artan talepler, eğitimciler açısından artan öğrenci sayısı, fazla sayıdaki öğrenciye yanıt verecek fiziksel koşulların yetersizliği, eğitimci sayısının azlığı gibi birçok etken nitelikli insan yetiştirmeyi zorlaştırmaktadır. Sağlık eğitimi açısından ise, buna ek olarak, gelişen teknolojiye de ayak uyduracak nitelikte eleman yetiştirme önemli olmaktadır. Eğitimci hemşireler, hem sağlık hem de eğitim alanlarında gelen taleplere yanıt vermek durumundadır (Çam 1995).

Hemşirelik eğitimcilerinin meslek stresleri hemşirelik eğitiminin değişimlerinden kaynaklanan meslek stresleridir. Bunlar; rol karmaşası, iş yükü, kendilerinden daha fazla bilgi ve beceri beklendiğini bilme, felsefi farklılıklar, iş arkadaşları arasındaki rekabet, ortamdan gelen talepler ve okulun çalışma düzeni şeklinde belirmektedir (Hunter ve ark. 1993).

Hemşirelik eğitimi kuramsal ve uygulamalı öğretim ve öğrenimi kapsayan teorik bilgi, gözlem, yorum ve el becerisini gerektiren bir eğitimidir. Hemşirelik eğitimcileri eğitim verirken bu alanlarda sorunlar yaşamakta ve strese maruz kalmaktadır. Uygulama alanından kaynaklanan sorunlar da eğitimciler için stres faktörleri oluşturmaktadır (Ekizler 1994, Fadiloğlu ve ark. 1996, Ok ve ark. 1996).

Uygulamalı eğitimde, hemşire eğitimciler öğrenci sayısına uygun öğretim elemanı eksikliği ve alandaki diğer insan gücünden yeterince yararlanılmaması, klinik uygulama ortamının fiziksel koşullarına ilişkin sorunlar, kurumsal eğitimle, uygulamalı eğitimdeki farklılıklar, sağlık ekibi ile iletişim eksiklikleri, Araştırmaların yetersiz olması ve yapılanların eğitime yansımaması, yasalardaki görev analizi ve iş tanımları ile ilgili eksiklikler, teknolojik gelişmeleri izleme güçlükleri, hemşirelik eğitimi ve uygulama ortamları arasında entegrasyonun olmaması gibi sorunlar yaşamaktadırlar. Sağlık çalışanlarını yetiştiren hemşire eğitimcilerin hemşirelik ve eğitimcilik rollerinin her ikisini de birlikte yürüttükleri düşünülürse daha fazla stresle karşı karşıya kaldıkları söylenebilmektedir (Ekizler 1994).

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma, Ege Üniversitesi'ne bağlı hemşirelik yüksekokullarındaki hemşire eğitimcilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin incelenmesi ve bireysel özelliklerin başa çıkma düzeylerine etkisini saptamak amacıyla gerçekleştirilmiş tanımlayıcı tipte bir araştırmadır.

Araştırma Ege Üniversitesine bağlı hemşirelik yüksekokullarında (Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu, İzmir Atatürk Sağlık Yüksekokulu ve Ödemiş Sağlık Yüksekokulu) gerekli izinler alındıktan sonra 2002 - 2003 öğretim yılı içinde yürütülmüştür.

Araştırmanın evrenini Ege Üniversitesine bağlı, Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu, İzmir Atatürk Sağlık Yüksekokulu ve Ödemiş Sağlık Yüksekokullarında görev yapan toplam 87 hemşire eğitimci oluşturmuştur. Evrenin tamamı araştırma kapsamına alındığından, ayrıca bir örneklem seçimine gidilmemiştir. Anket formu, araştırmaya katılmayı kabul eden 82 hemşire eğitimeciye uygulanmıştır. Katılım oranı %94'dür (N= 87).

Araştırmada belirlenen amaçlara ulaşmak için iki ayrı araç kullanılmıştır. Bunlar Hemşire Eğitimcileri Tanıtıcı Bilgi Formu ve hemşire eğitimcilerinin stresle başa çıkma stratejilerini belirlemek amacıyla Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeğidir. Soru formları kalem-kâğıt tekniği ile eğitimci hemşirelerin uygun bir zamanında uygulanmıştır. Uygulamada zaman sınırlamasına gidilmemiştir.

Araştırmaya katılan hemşire eğitimcilerin özelliklerine ilişkin bilgileri elde etmek için ve bu bilgileri araştırmada kullanmak amacıyla soru formu geliştirilmiştir. Tanıtıcı Bilgi Formu 19 sorudan oluşmaktadır. Elde edilen bilgiler eğitimcilerin çalıştıkları okulları, yaş, yaş grupları, mezun oldukları okullar, unvanları, medeni durumları, gelir düzeyleri, aile tipleri, mezun olduktan sonra çalışma yılı, hemşirelik yapma durumu, bulunduğu okulda çalışma yılı, eğitim sürecinde stres yaşayıp yaşamadıkları, stres alanları ve stresle nasıl baş ettikleri, alkol, sigara ve sakinleştirici ilaçlar gibi alışkanlıkları, eğitimci olmaktan memnun olma durumu, bir güçlük/zorlanma yaşadıklarında uzman yardımına başvurma durumu ile ilgilidir.

Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği (RÖGÖ), Rosenbaum (1980) tarafından stresle ve stres tepkileriyle kişinin başa çıkmada kullanabileceği bilişsel stratejilerinin ne düzeyde kullanıldığını ölçmek üzere geliştirilmiştir. Rosenbaum'a göre öğrenilmiş güçlülük, bireyin duygu, biliş, ağrı gibi iç uyarıcılarını düzenlemede kullandığı, çoğunlukla bilişsel olan, kazanılmış bir davranış repertuarı ve beceriler toplamıdır. Bu nedenle ölçekle ölçülen özellikler duygusal tepkileri düşüncelerle denetleyebilme becerisine, problem çözme stratejilerine, anlık doyumları erteleyebilme ve içsel olayları düzenleme yeteneğine ilişkin kendi algılarıdır (Dağ İ. 1990, Savaşır ve Şahin 1997).

Siva (1991) tarafından Türkçeye çevrilen bu ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması İhsan Dağ (1991) tarafından yapılmıştır. Öğrenilmiş güçlülük ölçeği toplam 36 maddeden oluşan 5'li likert tipi bir öz-değerlendirme ölçeğidir. Puanlar "hiç tanımlamıyor"1, "biraz tanımlıyor" 2 , "oldukça iyi tanımlıyor" 3, "iyi tanımlıyor" 4, "çok iyi tanımlıyor" 5 olarak derecelendirilmiştir. Ölçekte 4, 6, 8, 9, 14, 16, 18, 19, 21, 29 ve 35. maddeler ters puanlanmaktadır. 36-180 arasında bir toplam puan alınmaktadır. Yükselen puanlar kendini denetleme

becerilerinin yüksekliğine; bir diğer deyişle ölçekte temsil edilen başačkıma stratejilerinin sıklıkla uygulandığına işaret etmektedir. (Savaşır ve Şahin 1997).

Araştırmanın bağımlı değişkenini, hemşire eğitimcilerinin Rosenbaum'un Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği (RÖGÖ) puan ortalamaları oluşturmaktadır.

Araştırmanın bağımsız değişkenlerini ise, okul, yaş, yaş grubu, mezun olunan okul, unvan, medeni durum, gelir düzeyi, aile tipi, mezun olduktan sonra çalışma yılı, hemşirelik yapma durumu, şimdiki okulda çalışma yılı, eğitimci olmaktan memnun olma durumu, uzman yardımı alma durumu oluşturmaktadır.

Soru Formu ile toplanan veriler araştırmacılar tarafından SPSS 11.0 paket programında kodlanıp analizleri yapılmıştır. Veri değerlendirilmesinde sayı, yüzde dağılımları, ortalamalar, "t" testi ve varyans analizi kullanılmıştır.

BULGULAR

1. Hemşire Eğitimcilerin Tanıtıcı Özellikleri

Tablo 1: Hemşire Eğitimcilerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre Dağılımı (N= 82)

Tanıtıcı Özellikler	Sayı	Yüzde
<u>Yaş Grupları</u>		
20-25	9	11.0
26-30	27	32.9
31-35	19	23.2
36-40	7	8.5
41-45	11	13.4
46 ve üzeri	9	11.0
	$\bar{X} = 34.11 \pm 8.05$	
<u>Çalıştıkları Okul</u>		
E.Ü.HYO	56	68.3
Atatürk	15	18.3
Ödemiş	11	13.4
<u>Mezunun Olunan Okul</u>		
E.Ü. HYO	71	86.6
Hacettepe Ü. HYO	6	7.3
İ.Ü. Florance N. HYO	2	2.4
<u>Sahip Olunan Ünvanlar</u>		
Öğr. Gör.	18	22.0
Arş. Gör.	39	47.6
Yrd. Doç.Dr.	13	15.8
Doç.Dr.	6	7.3
Prof.	6	7.3
<u>Gelir Durumu</u>		
Gelir gidere göre yüksek	6	7.3
Gelir gidere göre dengeli	59	72
Gelir gidere göre az	17	20.7

<u>Çalışma Yılı</u>		
1-5 yıl	20	24.4
6-10 yıl	21	25.6
11- 15 yıl	15	18.3
16-20 yıl	12	14.6
21 ve üstü	14	17.1
	X=12.39 ± 7.77	
<u>Medeni Durum</u>		
Bekar	33	40.2
Evli	43	52.5
Boşanmış/dul	6	7.3
<u>Aile Tipi</u>		
Çekirdek Aile	55	67.1
Geniş Aile	3	3.6
Parçalanmış Aile	6	7.3
Yalnız	18	22.0
<u>Hemşire Olarak Çalışma Durumu</u>		
Çalışan	69	84.1
Çalışmayan	13	15.9
<u>Okulda Çalışma Yılı</u>		
1 yıldan az	10	12.2
1-5 yıl	46	56.1
6-10 yıl	7	8.5
11-15 yıl	3	3.7
16-20 yıl	12	14.6
21 yıl ve üzer	4	4.9
	X= 6.56 ± 7.55	
<u>Eğitimci Olmaktan Memnun Olma Durumu</u>		
Memnun	70	85.4
Kısmen Memnun	12	14.6
<u>Alkol Kullanma Durumu</u>		
Ara sıra kullanan	49	59.8
Hiç Kullanmayan	33	40.2
<u>Sigara Kullanma Durumu</u>		
Sigara Kullanan	28	34.1
Hiç Kullanmayan	54	65.9
<u>İlaç Kullanma Durumu</u>		
Hiç Kullanmayan	70	85.4
Ara sıra kullanan	12	14.6
<u>Uzman Yardımı Alma Durumu</u>		
Alan	17	20.7
Almayan	65	79.3

Tablo 1’de hemşire eğitimcilerin tanıtıcı özelliklerine göre dağılımları görülmektedir. Buna göre hemşire eğitimcilerin;

- %32.9’ unun 26-30 yaş grubunda ve yaş ortalamasının 34.11±8.05 olduğu
- %68.3’ ünün E.Ü. HYO’nda çalışmakta olduğu,
- %86.6’ sinin E.Ü. HYO’ndan mezun olduğu,
- %47.6’sinin araştırma görevlisi olarak çalıştığı,
- %20.7’sinin gelirinin giderinden göre az olduğu,

- % 25.6'sının mezun olduktan sonra 6-10 yıldır çalıştığı ve çalışma yıl ortalamasının ise 12.39 ± 7.77 olduğu,
- %52.5'inin evli olduğu,
- %67.1'inin çekirdek aileye sahip olduğu,
- %84.1'inin daha önce hemşire olarak çalışmış olduğu,
- %56.1'inin 1-5 yıldır okulda eğitimci olarak çalıştığı, çalışma yıl ortalamasının ise 6.56 ± 7.55 olduğu
- %85.4'ünün eğitimci olarak çalışmaktan "memnun" olduğu,
- %59.8'inin ara sıra alkol kullandığı,
- %65.9'unin hiç sigara kullanmadığı ,
- %85.4'ünün hiç ilaç kullanmadığı ,
- %79.3' ünün stresli bir durumda uzman yardımı almadığı görülmektedir.

2. Hemşire Eğitimcilerinin Stres Yaşama Durumları

Tablo 2: Hemşire Eğitimcilerinin Stres Yaşama Durumlarına Göre Dağılımı

Stres Yaşama Durumu	Sayı	Yüzde (%)
Stres yaşayan	72	87.8
Stres yaşamayan	10	12.2
Toplam	82	100.0

Araştırmaya katılan hemşire eğitimcilerinin stres yaşama durumlarına göre dağılımları Tablo 2'de görülmektedir. Buna göre hemşire eğitimcilerin % 87.8' inin stres yaşadığı, % 12.2' sinin ise stres yaşamadığını ifade ettikleri görülmektedir.

Tablo 3: Hemşire Eğitimcilerin Kendilerini Zorlanmış/Stresli Hissettiği Durumlara Göre Dağılımı (N= 82)

Stres yaşanan durumlar	Sayı	Yüzde (%)*
İş yoğunluğu	29	34.1
Araç-gereç yetersizliği	6	7.1
İletişim sorunları	9	10.6
Ders hazırlama ve sunma	7	8.2
Lisans programı ile akademik çalışmayı birlikte götürmemeye	10	11.8
Uygulama alanında yaşanan Sorunlar	11	12.9
Eğitimin her aşamasında	13	15.3

*Satır Yüzdesi

Araştırmaya katılan hemşire eğitimcilerinin stres yaşadıkları durumlar incelendiğinde, %34.1'inin "iş yoğunluğu", %7.1'inin "araç-gereç yetersizliği", %10.6'sının "iletişim sorunları", %8,2'sinin "ders hazırlama ve sunma", %11.8'inin "lisans programı ile akademik çalışmayı birlikte götürmemeye", %12.9'unun "uygulama alanında yaşanan sorunlar" nedeniyle, %15.3'ünün "eğitimin her aşamasında" stres yaşadığını belirttikleri görülmektedir (Tablo 3).

Tablo 4: Hemşire Eğitimcilerinin, "Eğitim Süresi İçinde Bir Stresle Karşılaştığınızda Nasıl baş ediyorsunuz?" Sorusuna Verdikleri Yanıtlara Göre Dağılımı (N= 82)

Stresle baş etme durumu	Sayı	Yüzde (%)*
Problemi anlamaya ve çözmeye çalışırım	35	35.5
Arkadaşım ve ailemden destek Alırım	13	13.1
Sorunla ilgili kişilerle, konuşurum	12	12.1
Farklı etkinlikler yaparım (kitap, yürüyüş vs.)	14	14.1
Bir şeyler yerim	1	1.0
Ağlarım	1	1.0
Susarım, konuşmam	2	2.0
Unutmaya çalışırım	7	7.1
Hiçbir şey yapmıyorum	14	14.1

*Satır Yüzdesi

Araştırmaya katılan hemşire eğitimcilerinin, "Eğitim Süresi İçinde Bir Stresle Karşılaştığınızda Nasıl baş ediyorsunuz? " sorusuna verdikleri yanıtlara göre dağılımları incelendiğinde, %35.5'inin "problemi anlamaya ve çözmeye çalıştığı", %13.1'inin "arkadaşları ve ailesinden destek aldığı", %12.1'inin "sorunla ilgili kişilerle konuştuğu", %14,1'inin "kitap okuma, yürüyüş yapma gibi farklı etkinlikler yaptığı", %1'inin "bir şeyler yediği", %1'inin "ağladığı", %2'sinin "susup konuşmadığı", %7.1'inin "unutmaya çalıştığı", %14.1'inin "hiçbir şey yapmadığı" görülmektedir (Tablo 4).

3. Hemşire Eğitimcilerinin RÖGÖ Puanlarının İncelenmesi

Tablo 5. Hemşire Eğitimcilerinin Rosenbaum'un Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeğine Göre Puan Ortalamalarının Dağılımı

RÖGÖ Puan Ortalamaları	N	X	SS	Min	Max
	82	128.64	14.31	88.00	165.00

Tablo 5’ de Hemşire eğitimcilerinin Rosenbaum’un Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği puan ortalamaları görülmektedir. Hemşire eğitimcilerinin RÖGÖ puan ortalaması 128.64, standart sapması 14.31’dir. Hemşire eğitimciler için ölçeğin toplam puan ortalaması 88-165 puan arasında değişmektedir.

Tablo 6. Hemşire Eğitimcilerinin RÖGÖ Puan Ortalamalarını Etkileyen Tanıtıcı Özelliklerine Göre Dağılımı (N=82)

Tanıtıcı Özellikler	X	Ss	F	t	p
<u>Yaş Grupları</u>					
20-25	125.89	11.29			
26-30	126.33	15.51			
31-35	129.95	12.63			
36-40	130.14	19.87			
41-45	135.55	14.33	0.82		0.54
46 ve üzeri	126.00	12.18			
<u>Çalıştıkları Okul</u>					
E.Ü.HYO	127.09	14.44			
Atatürk	132.80	12.97	1.10		0.34
Ödemiş	130.91	15.28			
<u>Mezunun Olunan Okul</u>					
E.Ü. HYO	128.62	14.74			
Hacettepe Ü. HYO	128.33	7.58			
İ.Ü. Florance N. HYO	136.00	9.90	0.23		0.87
Diğer	125.00	20.81			
<u>Sahip Olunan Ünvanlar</u>					
Öğr. Gör.	130.39	16.88			
Arş. Gör.	126.82	13.62			
Yrd. Doç.Dr.	127.00	12.82			
Doç.Dr.	135.17	12.37	0.67		0.62
Prof.	132.33	16.80			
<u>Gelir Durumu</u>					
Gelir gidere göre yüksek	133.83	16.17			
Gelir gidere göre dengeli	128.95	13.49	0.75		0.48
Gelir gidere göre az	125.76	16.65			
<u>Çalışma Yılı</u>					
1-5 yıl	126.35	12.70			
6-10 yıl	128.76	15.83			
11- 15 yıl	125.93	15.63			
16-20 yıl	133.83	13.32	0.69		0.60
21 ve üstü	130.21	14.09			
<u>Medeni Durum</u>					
Bekar	126.70	15.10			
Evli	128.86	13.81	1.57		0.21
Boşanmış/dul	137.83	11.43			
<u>Aile Tipi</u>					
Çekirdek	128.93	15.21			
Geniş	124.33	5.86			
Parçalanmış	137.83	11.43	1.23		0.30
Yalnız	125.44	12.47			
<u>Hemşire Olarak Çalışma Durumu</u>					
Çalışan	128.75	13.81		0.155	0.88
Çalışmayan	128.08	17.41			

<u>Okulda Çalışma Yılı</u>					
1 yıldan az	126.90	13.92			
1-5 yıl	128.74	14.62			
6-10 yıl	133.86	19.78			
11-15 yıl	121.67	1.53			
16-20 yıl	126.25	12.12	0.58		0.71
21 yıl ve üzeri	135.25	14.77			
<u>Eğitimci Olmaktan Memnun Olma Durumu</u>					
Memnun	130.10	14.24		2.27	0.03*
Kısmen Memnun	120.17	12.09			
<u>Uzman Yardımı Alma Durumu</u>					
Alan	124.50	9.61	0.97		0.33
Almayan	129.22	14.81			

Tablo 6’da hemşire eğitimcilerin sosyodemografik ve mesleki özellikleriyle RÖGÖ toplam puan ortalamalarının ilişkisi verilmiştir. Hemşire eğitimcilerin yaş gruplarının ($F=0.82$, $p>0.05$), çalıştıkları okulun ($F=1.10$, $p>0.05$), mezun oldukları okulun ($F=0.23$, $p>0.05$), sahip oldukları ünvanlarının ($F=0.67$, $p>0.05$), gelir durumlarının ($F=0.75$, $p>0.05$), çalışma yıllarının ($F=0.69$, $p>0.05$), medeni durumlarının ($F=1.7$, $p>0.05$), aile tiplerinin ($F=1.23$, $p>0.05$), hemşire olarak çalışmaktan “memnun” olma durumlarının ($t=2.277$, $p<0.05$), hemşire olarak çalışma durumlarının ($t=0.155$, $p>0.05$) okulda çalışma yıllarının ($F=0.58$, $p>0.05$) ve bir uzmandan yardım alma durumlarının ($t=1.272$, $p>0.05$) RÖGÖ puan ortalamasını etkilemeyen faktörler, eğitimci olmaktan “memnun” olma durumlarının ise etkileyen faktör olduğu bulunmuştur.

TARTIŞMA

Araştırmaya katılan hemşire eğitimcilerin %32.9’unun 26-30 yaş grubunda ve yaş ortalamasının 34.11 ± 8.05 olduğu, %68.3’ünün Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu’nda çalıştıkları, %86.6’sının E.Ü.H.Y.O’ndan mezun olduğu, %47.6’sının Araştırma Görevlisi olarak çalıştığı, %52.5’inin evli, %72’sinin gelirinin giderine denk, %67.1’inin çekirdek aileye mensup olduğu, %25.6’sının 6-10 yıldır çalıştığı, %84.1’inin daha önce hemşirelik yaptığı, %56.1’inin 1-5 yıldır şu anda görev yaptıkları okulda çalıştıkları, %85.4’ünün eğitimci olmaktan “memnun” olduğu, %56.8’nin ara sıra alkol kullandığı, %65.9’nun hiç sigara kullanmadığı, %85.42’nün hiç ila kullanmadığı, %79.3’ünün bir güçlükle karşılaştıklarında herhangi bir uzmana başvurmadığı saptanmıştır (Tablo 1).

Tüm bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, hemşire eğitimcilerin orta yaş grubunda olduğu, araştırmanın yapıldığı kurumlardaki hemşire eğitimcilerin çoğunluğunun E.Ü.H.Y.O. mezunu olduğu, yarısına yakınının araştırma görevlisi olarak çalıştığı görülmektedir. Çam (1994)’in “Eğitici Hemşirelerin Akademik Kariyer Düzeylerine Göre Değişim

Gösteren Özellikler” adlı çalışmasında da akademisyen hemşirelerin %52.97’sinin araştırma görevlisi olarak çalıştığı saptanmıştır. Bu sonuç şimdiki araştırma bulgusu ile paralellik göstermektedir. Araştırmaya katılan hemşire eğitimcilerin çoğunluğunun evli ve çekirdek aileye mensup olduğu söylenebilir. Hunter (1993)’ın hemşire eğitimcilerle yaptığı araştırmasında da eğitimcilerin %73’ünün evli, %23’ünün bekâr olduğu saptanmıştır. Bu bulgular şimdiki araştırma bulgusu ile benzerlik göstermektedir.

Özgür ve arkadaşlarının (1997) hemşirelik yüksek okullarıyla yaptığı araştırmada da eğitimci hemşirelerin yaş ortalamaları, medeni durumu, gelir durumu, okulda çalışma yıl ortalaması ve araştırma görevlisi oranı uygunluk göstermektedir. Yıllar arasında eğitimci hemşirelerin bu özellikleri değişim göstermemiştir.

Araştırma kapsamındaki hemşire eğitimcilerin yarısından fazlasının gelirinin gidere denk olduğu bulunmuştur. Bu bulgu hemşire eğitimcilerin orta derecede ekonomik güce sahip olduğu göstermektedir (Tablo 1).

Diğer taraftan hemşire eğitimcilerin büyük bir kısmının eğitimci olarak çalışmaktan “memnun” oldukları saptanmıştır (Tablo 1). Çam (1995)’ın “Hemşirelik Yüksekokullarında Görevli Eğitimcilerin Yaşadıkları Çeşitli Duygu ve Düşüncelerin İncelenmesi” adlı araştırmasında, hemşire eğitimcilerinin %60’ının eğitimci olmaktan “kısmen memnun” olduğu saptanmıştır. Araştırma sonuçları arasındaki memnuniyet düzeyleri arasındaki bu farkın araştırma yıllarından kaynaklandığını düşündürmektedir.

Hemşire eğitimci hemşirelerin yarısından fazlasının sigara ve içki kullanmadığını belirtmesi yanı sıra tamamının ilaç kullanmadığını belirtmesi sağlık eğitimcileri için beklenen sonuçlardır. Aynı zamanda % 87.8 oranında stres yaşadığını belirten hemşire eğitimcilerin (Tablo 2), sigara, içki ve ilaç kullanma davranışlarını kullanmamaları stresle baş etme konusundaki farkındalıklarını göstermektedir şeklinde yorumlanabilir.

Tablo 2’de araştırmaya katılan hemşire eğitimcilerinin stres yaşama durumlarına göre dağılımları incelenmiştir. Hemşire eğitimcilerin %87,8’inin stres yaşadığı, %12.2’sinin ise stres yaşamadığı belirlenmiştir. İş yaşamında kaçınılmaz olan ve her meslekte yaşanan stresin hemşire eğitimcilerin de yaşamış olduklarını belirtmesi beklenen bir sonuçtur.

Hemşirelik eğitimcilerinin eğitim süresi içerisinde yaşadıkları streslere göre dağılımları incelendiğinde, %34.1’inin iş yoğunluğu, %7.1’inin araç-gereç yetersizliği, %10.6’sının iletişim sorunları, %8.2’sinin ders hazırlama ve sunma, %11.8’inin lisans programı ile akademik çalışmayı birlikte götürmemesi, %12.9’unun uygulama alanında

yaşanan sorunlar nedeniyle, %15.3'ünün eğitimin her aşamasında problemler yaşadığı saptanmıştır (Tablo 3).

Ekizler' in (1994) yanısıra Özgür ve ark.'nın (1997) yaptığı araştırmalarda, klinik uygulamalarda hemşire eğitimcilerin iş yoğunluğu, araç-gereç yetersizliği, iletişim sorunları gibi stresleri yaşadığı saptanmıştır. Hemşire eğitimcilerin uygulamalı eğitimde yaşadığı bu stresler, bu araştırmada hemşire eğitimcilerin yaşadıklarını belirttikleri streslerle uygunluk göstermektedir.

Araştırmaya katılan hemşire eğitimcilerinin yaşadıkları stresleri nasıl çözümledikleri Tablo 4'de incelenmiştir. Buna göre, hemşire eğitimcilerin %35.5' inin problemi anlamaya ve çözmeye çalıştığı, %13,1'inin arkadaşları ve ailesinden destek aldığı, %12.1'nin sorunla ilgili kişilerle konuştuğu, %14.1' inin farklı etkinlikler yaptığı (kitap, yürüyüş v.s.), %1'inin bir şeyler yediği, %1' inin ağladığı, %2' sinin susup konuşmadığı, %7.1'inin unutmaya çalıştığı, %14.1' inin hiçbir şey yapmadığı bulunmuştur. Bu sonuçlara göre hemşire eğitimcilerinin bir stresle karşılaştıklarında büyük çoğunluğunun, problemi anlamaya ve çözmeye çalışma gibi olumlu baş etme yöntemlerini kullandıkları söylenebilir (Altuntaş 2003, Işıkhana 2004). Aynı zamanda bu sonuçlar Tablo 1' de gösterilen hemşire eğitimcilerin büyük çoğunluğunun (%79.3) bir zorlukla/güçlülükle karşılaştıklarında herhangi bir uzmana başvurmaması bulgusuyla desteklenmektedir.

Araştırmada Ege Üniversitesine bağlı hemşirelik yüksekokullarında görev yapan hemşire eğitimcilerinin RÖGÖ puan ortalaması 128.64 ± 14.31 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada puan aralığı ise 88-165 dir. (Tablo 5). Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarında ölçeğin toplam puan ortalaması 39-180 puan arasında değişmektedir. Puandaki yükselme, stresle başa çıkma dağarcığındaki bilişsel stratejilerin çeşitliliğinin artması anlamına gelmektedir. Bu stratejiler şunlardır; planlı davranma, ruh hali denetimi, istenmeyen düşüncelerin denetimi, dürtü denetimi, yeterli olma, ağrı denetimi, erteleme, yardım arama, iyiye yorma, dikkati yönlendirme ve denetleyici aramadır. (Savaşır ve Şahin 1997). Bu bilgiler doğrultusunda, hemşire eğitimcilerinin stresle baş etmede bilişsel stratejileri kullandıkları söylenebilir.

Uğurlu (2002)' nun sağlık kurumlarında çalışan 399 hemşire ve ebe ile yaptığı araştırmada da RÖGÖ puan ortalamalarını Devlet Hastanesinde çalışan hemşireler için 115.56, Sigorta Hastanesinde çalışan hemşireler için ise 114.82 olarak bulmuştur. Bu sonuçlarla karşılaştırıldığında Ege Üniversitesine bağlı hemşirelik yüksekokullarında görev yapan hemşire eğitimcilerin öğrenilmiş güçlülük düzeyinin, başka bir anlatımla stresle başa çıkmada kullandıkları bilişsel stratejilerin hemşire ve ebelere göre daha fazla olduğu söylenebilir.

Benzer şekilde, Dağ (1991)'ın Hacettepe Üniversitesi öğrenim gören öğrenciler ile yaptığı araştırmasında RÖGÖ puan ortalamasını 117.96 ± 13.27 olarak bulmuştur). Bu bulguya göre, Ege Üniversitesine bağlı hemşirelik yüksekokullarında görev yapan hemşire eğitimcilerinin stresle başa çıkma stratejilerini öğrencilere göre daha fazla kullandıkları söylenebilir.

Hemşire eğitimcilerin yaşları arttıkça RÖGÖ puan ortalamaların arttığı, 41-45 yaş grubunda ise en yüksek olduğu görülmektedir. Bunu yıllar ilerledikçe eğitimcilerin ilgili deneyimlerinin artmasına bağlanabilir. Yapılan istatistiksel analizle hemşire eğitimcilerin yaş grupları ile RÖGÖ puan ortalaması arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($F=0.82$, $p>0.05$) (Tablo 6). Diğer taraftan, bazı yaş gruplarında hemşire eğitimcilerin sayısının gerektiğinden az olmasının da sonucu etkilediği de düşünülmektedir.

İzmir Atatürk Sağlık Yüksek Okulu'nda çalışan hemşire eğitimcilerinin RÖGÖ puan ortalaması, Ödemiş Sağlık Yüksek Okulu ve E.Ü.H.Y.O'da çalışan hemşire eğitimcilere göre daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuç, İzmir Atatürk Sağlık Yüksek Okulu'nda çalışan hemşire eğitimcilerinin stresle başa çıkma stratejilerini diğer hemşire eğitimcilerinden daha fazla kullandığını göstermektedir. Ancak hemşire eğitimcilerin çalıştıkları okullar ile RÖGÖ puan ortalaması arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($F=1.10$, $p>0.05$) (Tablo 6).

Hemşire eğitimcilerin mezun oldukları okulları ile RÖGÖ puan ortalaması arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($F=0.23$, $p>0.05$) (Tablo 6). Bu sonuca göre mezun olunan okulların stresle baş etme stratejilerinin kullanımında etkili olmadığı görülmektedir.

Hemşire eğitimcilerin akademik kadroları ile RÖGÖ puan ortalaması arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($F=0.67$, $p>0.05$) (Tablo 6). Okullarında Doç. Dr. olarak görev yapan hemşire eğitimcilerinin puan ortalaması Öğr. Gör., Arş. Gör., Yrd. Doç. Dr. ve Prof. Dr. olarak görev yapan hemşire eğitimcilerine göre daha yüksek bulunmuştur (Tablo 6). Bu bulguya göre, artan eğitim deneyiminin ve bilgi birikiminin stresle başa çıkma stratejilerinin daha fazla kullanılmasında önemli rol oynadığını düşündürmektedir. Ancak, araştırma kapsamına giren akademik kadroların dağılımındaki sayısal azlığın bu sonuçta etkili olduğu düşünülmektedir.

Hemşire eğitimcilerin medeni durumları ile RÖGÖ puan ortalaması arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($F=1.7$, $p>0.05$) (Tablo 6). Ancak boşanmış/dul olan hemşire eğitimcilerinin RÖGÖ puan ortalamalarının diğer gruplardan yüksek olduğu görülmektedir. Bu medeni durumda yaşanan stresli deneyimlerin, stresle başa çıkma becerilerinin kullanılmasında etkili olduğu söylenebilir.

Hemşire eğitimcilerin gelir durumları ile RÖGÖ puan ortalaması arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($F=0.75$, $p>0.05$). Geliri giderinden yüksek olan hemşire eğitimcilerin RÖGÖ puan ortalaması, geliri giderine denk ve geliri giderinden düşük olan hemşire eğitimcilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 6). Bu bulgu bize, gelirin azlığı doğrultusunda yaşanacak streslerin, stresle baş etme düzeyini arttıracığı düşüncesinin doğrulanmadığını göstermektedir.

Hemşire eğitimcilerin aile tipi ile RÖGÖ puan ortalaması arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($F=1.23$, $p>0.05$) (Tablo 6). Ancak parçalanmış aileye mensup olan hemşire eğitimcilerinin puan ortalamaları diğer gruplara göre daha yüksek bulunmuştur.

Mezun olduktan sonra 16-20 yıl çalışan hemşire eğitimcilerinin RÖGÖ puan ortalaması, 1-5 yıl, 6-10 yıl, 11-15 yıl ve 21 yıl ve daha fazla çalışan hemşire eğitimcilerinden daha fazla olduğu bulunmuştur (Tablo 6). Bu sonuç bize, çalışma yılı arttıkça stresle başa çıkma stratejilerinin daha çok kullanıldığını göstermektedir. Ancak hemşire eğitimcilerin mezun olduktan sonra çalışma yılı ile RÖGÖ puan ortalaması arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($F=0.69$, $p>0.05$) (Tablo 6).

Mezun olduktan sonra hemşirelik yapmış olan hemşire eğitimcilerinin RÖGÖ puan ortalaması, hemşirelik yapmamış olan hemşire eğitimcilerinden daha yüksek bulunmuştur. Hemşire eğitimcilerin mezun olduktan sonra hemşire olarak çalışma durumu ile RÖGÖ puan ortalaması arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($t=0.155$, $p>0.05$) (Tablo 6).

Buldukları okulda 21 yıl ve daha fazla çalışan hemşire eğitimcilerinin RÖGÖ puan ortalamaları, sırasıyla 6-10 yıl, 1-5 yıl, 1 yıldan az, 16-20 yıl, 11-15 yıl çalışan hemşire eğitimcilerin ortalamalarından daha fazla olduğu saptanmıştır. Ancak Hemşire eğitimcilerin okullarında çalışma yılı ile RÖGÖ puan ortalaması arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($F=0.58$, $p>0.05$) (Tablo 6).

Hemşire eğitimcilerin eğitimci olmaktan “memnun” olma durumları ile RÖGÖ puan ortalaması arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($t=2.277$, $p<0.05$) (Tablo 6). Eğitimci olmaktan “memnun” olan hemşire eğitimcilerinin RÖGÖ puan ortalaması, eğitimci olmaktan “kısmen memnun” olan hemşire eğitimcilere göre daha yüksektir. Hemşire eğitimcilerin eğitimci olmaktan “memnun” olma düzeyi arttıkça, stresle başa çıkma stratejilerini daha fazla kullanılmakta olduğu söylenebilir. İş yaşamında ne kadar mutlu ve doyumlu olunursa stresin daha az yaşanacağından (Altuntaş 2003, Işıkhani 2004) hareketle bu bulgu beklenen bir sonuçtur

Hemşire eğitimcilerin uzman yardımı alma durumları ile RÖGÖ puan ortalaması arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($t=1.272$, $p>0.05$) (Tablo 6). Uzman yardımı almayan hemşire eğitimcilerinin RÖGÖ puan ortalaması, uzman yardımı alan hemşire eğitimcilerinden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Uzman yardımı almayan hemşire eğitimcilerin karşılaştıkları streslerle kendilerinin çözümlediği düşünülürse, stresle başa çıkma becerilerini daha fazla kullanmaya zorlandıkları söylenebilir.

SONUÇ

Araştırma bulguları doğrultusunda; hemşire eğitimcilerin

- %32.9'unun 26-30 yaş grubunda ve yaş ortalamasının 34.11 ± 8.05 olduğu,
- %68.3'ünün Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulunda çalıştığı,
- %86.6'sının Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulundan mezun olduğu, %47.6'sının araştırma görevlisi olarak çalıştığı,
- %52.5'inin evli olduğu, %56.1'inin de çocuğunun olmadığı, %67.1'inin ise çekirdek ailede yaşadığı,
- %72'sinin gelirinin giderine denk olduğu,
- %84'ünün daha önce hemşirelik yaptığı,
- %25.6'sının mezun olduktan sonra çalışma sürelerinin 6-10 yıl olduğu, %56.1'inin 1-5 yıl arasında buldukları okullarında çalıştıkları,
- Mezuniyet sonrası çalışma yıl ortalamasının 12.39 ± 7.77 olduğu,
- Okulda çalışma yılı ortalamasının 6.56 ± 7.55 olduğu,
- %85.4'ünün eğitimci olmaktan çok memnun olduğu,
- %87.8'inin eğitim süresi içerisinde stres yaşadığı,
- %34.1'inin iş yoğunluğu nedeniyle stres yaşadığı, %35.5'inin yaşadığı stresleri anlamaya ve çözmeye çalıştığı,
- %79.3'ünün bir güçlükle karşılaştığında uzmandan yardım almadığı
- RÖGÖ puan ortalamalarının 128.64 ± 14.31 olduğu,
- RÖGÖ puan ortalamaları ile, yaş, yaş grubu, medeni durum, gelir düzeyi, aile tipi, mezun olunan okul, çalıştıkları okul unvan, mezun olduktan sonra çalışma yılı, hemşirelik yapma durumu, şimdiki okulda çalışma yılı, uzman yardımı alma durumu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı,
- RÖGÖ puan ortalamaları ile eğitimci olmaktan "memnun" olma durumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur.

ÖNERİLER

Hemşirelik eğitimcilerinde stresle baş etme düzeylerini incelemek için yapılan bu araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda şunlar önerilebilir;

- Hemşire eğitimcilerinde strese yol açan nedenlerin belirlenip, bunları düzeltmeye yönelik önlemlerin alınması,
- Hemşirelik eğitimcilerine stresle başa çıkma yolları ile ilgili hizmet içi eğitim verilmesi,
- Hemşirelik eğitimcilerinin rolleri ve sorumluluklarının açık bir şekilde belirlenmesi,
- Çalışma ortamlarına uyum programlarının geliştirilmesi,
- Hemşire eğitimcilerinin stres düzeylerinin azaltılması amacıyla iletişim becerileri eğitimlerinin verilmesi,
- Okulların fiziki koşullarının düzeltilmesi,
- Hemşire eğitimcilerin ekonomik durumlarının düzeltilmesi,
- Hemşire eğitimcilerin zaman yönetimini eğitim yaşamına yansıtma çalışmalarının sağlanması
- Hemşire eğitimcilerin stresleri ile ilgili kapsamlı araştırmaların belli sürelerde yapılması

KAYNAKLAR

1. Altıntaş E (2003). Stres Yönetimi. ALFA Basım Yayım Dağıtım Ltd.Şti.,İstanbul.
2. Baltaş A, Baltaş Z (2000). Stres ve Başa Çıkma Yolları. Remzi kitapevi, İstanbul.
3. Barut Y, Kalkan M (2002). On dokuz Mayıs Üniversitesi Öğretim Elemanlarının Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi. On dokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Sayı:14, s:65-76
4. Beceren B (1999). Türkiye'deki Hemşirelik Yüksekokullarındaki Öğretim Elemanları ile Öğrencilerinin Okullarındaki Danışmanlık Hizmetleri Hakkındaki Görüş ve Düşüncelerinin İncelenmesi Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
5. Çam O (1994). Eğitimci Hemşirelerin Akademik Kariyer Düzeylerine Göre Değişim Gösteren Özellikler. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 10:2, s:1-13.
6. Çam O (1995). Hemşirelik Yüksek Okullarında Görevli Eğitimcilerin Yaşadıkları Çeşitli Duygu ve Düşüncelerin İncelenmesi. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, Cilt:11, Sayı:1, s:39-53
7. Dağ İ (1991). Rosenbaum'un Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeğinin Üniversite Öğrencileri için Güvenirliği ve Geçerliliği. Türk Psikoloji Dergisi, cilt:2, sayı:4, s: 269-273
8. Duymaz E (1999). Yönetici Hemşirelerde Yönetimsel Stres Ölçeği Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

9. Ekizler H (1994). Akademisyen Hemşire Eğitimcilerinin Klinik Ortamdan Beklentileri ve Karşılaştıkları Güçlükler. THD, Cilt:44, Sayı:2, s:4-8
10. Ertekin Y(1993). Stres ve Yönetim. Türkiye ve Ortadoğu Amme İdaresi Enstitüsü Yayınları, Ankara.
11. Fadiloğlu Ç, Durmaz A, Şenuzun F (1996). Klinik Eğitimde Etkin Eğitim ve Uygulama İçin Eğitimciler Hangi Özelliklere Sahip Olmalıdır. Türk Hemşireliğinde Yüksek Öğreniminin 40. Yılı Sempozyumu Kitabı, İzmir,s:163-171.
12. Görgülü S (1990). Hemşirelik ve İş Ortamı Stresörleri. THD, Cilt:39, Sayı:1, s:23
13. Güçlü N (2001). Stres Yönetimi. G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt:21, Sayı:1, s:91-109
14. Hall DC (1977). Hemşire Öğretmenlerin Eğitimi. Tıp ve Hemşirelik Sempozyumu Kitabı, Sermet Matbaası, İstanbul, 25-30 Eylül, s:215-219
15. HİSLİ ŞN (1994). Stresle Başa Çıkma : Olumlu Bir Yaklaşım. Türk Psikologlar Derneği Yayınları: 2, Ankara.
16. Hunter P, Haugton DM (1993). Nurse Teacher Stress in Northern Ireland. Journal of Advansed Nursing, Cilt.18, s:1315-1325
17. İşikhan V (2004). Çalışma Hayatında Stres ve Başa Çıkma Yolları. , Sandal Yayınları, Ankara.
18. Karaküçük S, Başaran Z (1997). Stresle Başa Çıkma Rekreasyon (Boş Zamanları Değerlendirme) Faktörü, Milli Eğitim Sanat Kültür Dergisi, Milli Eğitim Basım Evi, Sayı:134, Ankara, s:63-68
19. Ok S, Babacan Ş (1996). Gelecekte Hemşirelik Eğitiminden Beklentilerimiz. Türk Hemşireliğinde Yüksek Öğreniminin 40. Yılı Sempozyumu Kitabı, İzmir,s:71-79
20. Özgür G, Karalan A, Kılıç M (1997). Eğitimci Hemşirelerin Uygulamalı Eğitim ile İlgili Görüşleri. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, Cilt:13, Sayı:1- 3, s:33- 44
21. Pektekin Ç (1990). Stres ve Stresle Başa Çıkma Yolları. Hemşirelik Bülteni, Cilt:4, Sayı:15, s:95-105
22. Savaşır I, Şahin NH (1997). Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler. Türk Psikologlar Derneği Yayını, Özyurt Matbaacılık, Ankara.
23. Sorias S (1987). Stresle İlgili Kavramlar ve Stresin Psikiyatrik Bozukluklardaki Önemi. Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, Cilt:26, Sayı:2, s:885-889
24. Tutar H (2000). Kriz ve Stres Ortamında Yönetim. Hayat Yayıncılık, İstanbul s:237-273
25. Uğurlu N (2002). Hemşirelerde Kontrol Odağı İnancı ile Stresle Başa Çıkma Stratejileri ve Psikolojik Belirti Gösterme Durumları Arasındaki İlişkiler. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Erzurum.
26. Uysal N (1999). Stres ve Hemşirelerde Stres Faktörleri. İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Dergisi, Sayı:5, s:74-79