

Hemşirelik ve Ebelik Öğrencilerinin Öfke ve Yalnızlık Özellikleri

Characteristics of Anger and Loneliness in Nursing and Midwifery Students

NURTEN KAYA*

HATİCE KAYA**

NURDAN YALÇIN ATAR***

NURAY TURAN****

ZEHRA ESKİMEZ*****

AYLİN PALLOŞ*****

AYLİN AKTAŞ*****

Geliş Tarihi: 29.08.2012, Kabul Tarihi: 02.10.2012

ÖZET

Amaç: Bu çalışma hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin öfke ve yalnızlık özelliklerini belirlemek amacı ile yapılmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı kesitsel türde planlanan araştırmanın evrenini, bir Hemşirelik Yüksekokulu ve bir Sağlık Yüksekokulu'nun Hemşirelik, başka bir Sağlık Yüksekokulu'nun Ebelik Bölümü'ndeki 1002 öğrenci, örneklemini ise gelişigüzel örnekleme yöntemi ile seçilen toplam 667 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmaya başlamadan önce kurumlardan yazılı, öğrencilerden sözlü bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Veri toplama aracı olarak Öğrenci Tanıtım Formu, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde; tanımlayıcı istatistikler, Pearson korelasyonu, bağımsız gruplarda t testi, tek-yönlü ANOVA testleri kullanılmıştır.

Bulgular: Öğrencilerin %88.6'sının kız, yaş ortalamasının 20.57 (SS=1.98), sürekli öfke düzeyi puan ortalamasının 21.61 (SS=5.18); Öfke Tarzı Ölçeği'nin kontrol altına alınmış öfke alt boyutunun puan ortalamasının 21.59 (SS=4.73); dışa vurulmuş öfke alt boyutunun puan ortalamasının 16.68 (SS=3.92); bastırılmış öfke puan ortalamasının 17.74 (SS=3.89), UCLA-Yalnızlık Ölçeği puan ortalamasının 36.28 (SS=10.01) olduğu görülmüştür. Öğrencilerin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği puanları ile UCLA Yalnızlık Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlılık taşıyan ilişkiler bulunmuştur. Öte yandan öğrencilerin cinsiyet, yaş, eğitim gördüğü okul, okuldaki sınıfı, ekonomik durum, hemşirelik/ebelik mesleğini isteyerek seçip seçmediği değişkenleri ile Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar belirlenmiştir.

Sonuç: Hemşirelik ve ebelik öğrencileri öfke ve yalnızlık duygularını yaşayabilmektedir. Hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin öfke enerjisini olumlu bir şekilde kullanmaları için rehberlik programlarının düzenlenmesinin gerektiği ve böylece yalnızlık da dahil ilişkili sorunların çözümlenebileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Ebelik öğrencileri; hemşirelik öğrencileri; öfke; öfke ifade tarzı; yalnızlık.

ABSTRACT

Objective: The present study was conducted in order to determine the characteristics of anger and loneliness in nursing and midwifery students.

Methods: The population of this study, which had a descriptive cross-sectional design, comprised a total of 1002 students from three training locations: a school of nursing, the nursing program of a school of health science, and the midwifery program of a school of health science. From this population, the sampling group was formed by 667 students who were selected by means of convenience sampling. Prior to the initiation of the study, related permissions were taken from the institutions, and verbal informed consents were obtained from the students. Student Information Forms, Trait Anger and Anger Expression Scales, and the UCLA Loneliness Scale were used as data collection tools. Data were analysed using frequency, percentage, arithmetic mean, standard deviation, median, minimum, and maximum, as well as the Pearson Correlation, Independent Samples, and One-Way ANOVA tests.

Results: From among the students, 88.6% were women, and the average age was 20.57 (SD=1.98) years. The mean value of the trait anger level of students was 21.61 (SD=5.18). It was also seen that the mean value of the anger control subscale was 21.59 (SD=4.73), the mean value of the anger-out subscale was 16.68 (SD=3.92), the mean value of the anger-in subscale was 17.74 (SD=3.89), and the mean value of the UCLA loneliness scale was 36.28 (SD=10.01). Statistically significant relationships were found between students' Trait Anger and Anger Expression Scales scores and the UCLA Loneliness Scale scores. On the other hand, statistically significant differences were observed between Trait Anger and Anger Expression Scales, and the UCLA Loneliness Scale scores of the students by the variants of gender, age, school, year at school, economic status, and the voluntary/involuntary preference of nursing profession.

Conclusion: Nursing and midwifery students may experience feelings of anger and loneliness. It is thought that guidance programmes should be established in order to use nursing and midwifery students' anger energy positively, and that loneliness and other related problems can be resolved.

Keywords: Midwifery students; nursing students; anger; anger expression style; loneliness.

* N Kaya, Doç. Dr.
İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik Bölümü
Demirkapı Cad. Karabal Sk. Bakırköy Ruh ve Sinir
Hastalıkları Hastanesi Bahçesi içi 34740 Bakırköy/İstanbul
Tel.: 0 212 414 15 00 Faks: 0212 414 15 15
e-posta: nurka@istanbul.edu.tr, nurlentkaya66@gmail.com

** H Kaya, Doç. Dr.
İstanbul Üniversitesi FN Hemşirelik Fakültesi
Hemşirelik Esasları Anabilim Dalı

*** N Yalçın Atar, Dr.
İstanbul Üniversitesi FN Hemşirelik Fakültesi
Hemşirelik Esasları Anabilim Dalı

**** N Turan, Dr.
İstanbul Üniversitesi FN Hemşirelik Fakültesi
Hemşirelik Esasları Anabilim Dalı

***** Z Eskimez, Dr.
İstanbul Üniversitesi FN Hemşirelik Fakültesi
Hemşirelik Esasları Anabilim Dalı

***** A Palloş, Uzm. Hemş.
Uludağ Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik
Bölümü

***** A Aktaş, Dr.
İstanbul Üniversitesi FN Hemşirelik Fakültesi
Hemşirelik Esasları Anabilim Dalı

Giriş

Öfke, doyurulmamış isteklere, istenmeyen sonuçlara ve karşılanmayan beklentilere verilen, son derece doğal, evrensel ve insani duygusal bir tepkidir. Öfke duygusu, sevgi, korku, hoşlanma gibi temel duygulardan biridir.^[1-4] Öfkenin, bireyi uyarıcı, koruyucu veya harekete geçirici olan işlevleri, bu duygusal yaşantının, yaşamın devamı için ne kadar önemli olduğuna işaret etmektedir. Öfke, bir taraftan organizmayı bir sorun olduğu konusunda uyarırken, diğer taraftan da organizmanın kendisine zarar verici veya saldırgan davranılma eğiliminin farkına varması konusunda etkin rol oynar.^[4]

Engellenme, haksızlığa uğrama, fiziksel incinme ve yaralanmalar, tacize uğrama, hayal kırıklığı, saldırıya uğrama, kışkırtma ve tehdit, rahatsız edici ve hoş olmayan uyarılar, memnuniyetsizlik, kişisel haklara ve benliğe saygı gösterilmemesi, kabul edilen sosyal normların ihlali, kötülük içeren davranışlar genellikle öfkeye yol açan nedenler arasında sayılmaktadır. Sonuç olarak, biyolojik, psikolojik, sosyal, kültürel ve ekonomik faktörler öfke üzerinde etkili olabilmektedir.^[3] Öte yandan öfke, bireyde fizyolojik, bilişsel ve davranışsal değişikliklerin meydana gelmesine yol açar. Kas gerginliğinin artması, kaşların çatılması, yüzün kızarması, terleme, üşüme, uyuşma, boğulma hissi, ağzın kuruması v.b. öfkenin fizyolojik belirtileri arasında sayılmaktadır. Bireydeki bilişsel değişimler, öfkenin nasıl yorumlandığı ile ilgilidir. Öfkeye yol açtığı düşünülen olaylar kişiyi öfkelenmez; aksine birey inanç, yorum ve değerlendirme kalıpları doğrultusunda olaylara öfkelenmektedir. Öfkenin davranışsal yönü ise öfkeyi doğuran ve kışkırtan duruma verilen tepkileri içermektedir.^[2] Bu bağlamda bastırılmış öfke, öfke yaratan düşünce ve duygular bastırma eğilimini; dışa vurulmuş öfke, çevredeki insanlara veya objelere yönelik saldırgan davranışlar gösterme eğilimini; kontrol edilen öfke ise, öfke yaşantısını veya öfkenin ifadesini kontrol edebilme yeteneğini yansıtmaktadır.^[2,3]

Bireyin kendisini tanıması ve uygun ifade yolları ile öfkesini belirtmesi durumunda, öfkenin bireye olumlu bir güç sağladığı sağlıklı ve uyumu kolaylaştıran bir duygu olduğu bilinmektedir. Öfkenin kabul edilebilir bir şekilde açıkça ifade edilebilmesi olumlu bir kişilik özelliğidir.^[2,3] Ancak kontrol edilemeyen, inkâr ya da bastırma ile yok sayılan bu tür duygular, kişinin hem kendisi hem de çevresi için zararlı olma potansiyeli taşımaktadır.^[4] Öfke ve ifade biçiminin, kişilerarası ilişkiler, ruhsal ve fiziksel sorunlar üzerinde önemli bir etkisi vardır.^[3]

Öfke kontrol edilemediği takdirde bireyin karşılaşılabileceği olumsuz yaşantılardan biri de yalnızlıktır.^[5] Yalnızlık ise çevreye uyumun bozulduğu, bireyin kendini kimsesiz ve anlaşılmamış hissettiği, umutsuzluk ve mutsuzluğun egemen olduğu bir durum olarak tanımlanabilir. Aslında öfke ve yalnızlık birbirinin nedeni ve sonucu şeklinde kendini gösterebilir. Yalnız bireyin daha kolay öfkelenmesi, öfkelenen

bireyin ise sosyal uyumunun azalacağı ve sonuçta bireyin yalnızlık yaşayabileceği bilinmektedir.^[6] Bıyık,^[7] öfkesini içte tutma düzeyi yüksek ve kontrol etme düzeyi düşük olan üniversite öğrencilerinin yalnızlık duygularının daha yüksek olduğunu bildirmektedir.

Yalnızlık duygusu umutsuzluk ve mutsuzluk içerip bireye acı veren bir durum olmasıyla yalnız olmayı isteme durumundan ayrılır. Çünkü insan doğası gereği sosyal bir varlıktır.^[8] Yalnızlık yaşantısında birey, bazen gerçekten kendisinin duygusal olarak oldukça zorlanmasına neden olan olumsuz, nahoş duygular yaşamasına sebep olabilmektedir. Bu olumsuz duygular arasında depresif duygu durumu, ümitsizlik, üzüntü, mutsuzluk, diğerlerine ve kendine yönelmiş öfke, yabancılaşma, soyutlanma yer almaktadır. Yalnız bireyler bu durumla başetme noktasında işlevsel olmayan başetme yöntemlerini kullanabilmektedir. Yalnızlık yaşayan bireyler; içindeki acıyı öfkeye dönüştürüp diğerlerine yansıtabilmekte ya da öfkeyi kendisine yöneltilip bu durumla başetmek için intihar gibi kendine zarar verici davranışları düşünebilmektedir.^[9,10]

Öfke ve yalnızlık duyguları, üniversite öğrencilerinin de sık yaşadığı duygulardır. Üniversite öğrencilerinin çoğu gelişim döneminde olup “son ergenlik” olarak adlandırılan ergenlik döneminde bulunmaktadır.^[9] Öfke duygusu özellikle bireyin gelişim sürecinin en fırtınalı dönemi olan ergenlik döneminde yoğun bir şekilde yaşanır.^[2] Bireyde hızlı gelişim ve değişimin yarattığı gerilim; bilgi ve deneyim eksikliği ile de birleşerek ergenin sosyal düzene ve kurallara uyum göstermesini zorlaştırır. Bu dönemdeki gençler problem çözme becerileri açısından kendilerini yetersiz algılayabilmekte, haksızlığa uğrama ve eleştirilme gibi olaylar ile karşı karşıya kaldıklarında kendilerini engellenmiş hissedebilmekte ve dolayısı ile bu duygular karşısında öfkelenmektedir.^[5,11-13]

Öte yandan üniversite öğrencileri, çalkantılı bir dönem olan son ergenliğin yanı sıra, yetişkinliğe geçiş sürecinin de getirdiği stresörleri aynı anda yaşayabilmektedir.^[14] Ailelerinden uzakta üniversite ortamına gelen gençlerde, bir grubun üyesi olma, bir meslek sahibi olma ve geleceğe yön verme idealleri ile yeni bir okula, yeni bir kente ve yabancı bir çevreye uyum sağlama çabaları pek çok öğrencide değişik sorunlar ortaya çıkarmakta, öğrenciler geleneksel düzene ve kendilerine yabancılaşabilmektedir.^[15] Artan eğitsel ve bireysel sorumlulukların yanında, birey anlamlı ve yakın ilişkiler kurarak hem geride bıraktığı sosyal desteğin telafisini sağlamak hem de karşılaştığı yeni durumlara ilişkin uyum sağlamak durumundadır. Bu dönemin getirdiği güçlüklerle baş etme noktasında anlamlı ve doyurucu ilişkiler kurabilmek son derece önem kazanmaktadır.^[9] Arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları sorunlar ve kimliklerine yönelik olarak algıladıkları olumsuz algılar nedeniyle, üniversite öğrencilerinin yöneldikleri en temel duygunun öfke olduğu vurgulanmaktadır.^[6]

Üniversite eğitimi, bireyin hem kişisel hem de mesleki gelişimi açısından önemli rol oynar. Birey, aile ve toplumun sağlığını korumak ve geliştirmek, bakım ve tedavi sorumluluğunu üstlenmek üzere eğitilen ve geleceğin sağlık bakım profesyonelleri olan hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin öncelikle kendilerinin biyo-psiko-sosyal yönden sağlıklı olmaları gerekmektedir. Ancak öfkesini kontrol edemeyen, anlamlı ve doyum sağlayan ilişkiler kuramayan hemşirelik ve ebelik öğrencileri; hizmet verdikleri bireye ve/veya yakınlarına, topluma, meslektaşlarına, sağlık ekibi üyelerine karşı sorumluluklarını yerine getirmede bir takım güçlüklerle karşılaşır. Eğitim sürecinde bu sorunların saptanması ve gerekli desteğin belirlenmesi ve sağlanması öğrencinin bireysel, eğitsel ve mesleki açıdan gelişimi için oldukça değerlidir.

Yöntem

Araştırmanın Amacı ve Türü: Bu çalışma, hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin öfke ve yalnızlık özelliklerini belirlemek amacı ile tanımlayıcı kesitsel türde yapılmıştır.

Araştırmanın soruları aşağıda sıralanmıştır:

1. Öğrencilerin bireysel özellikleri, sürekli öfke ve öfke ifade tarzı, yalnızlık düzeyleri nedir?
2. Öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ile yalnızlık düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?
3. Öğrencilerin bireysel özellikleri sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ile yalnızlık düzeylerini etkiler mi?

Öğrencilerin öfke ve yalnızlık özellikleri araştırmanın bağımlı değişkenleri, bireysel özellikler ise araştırmanın bağımsız değişkenleridir.

Araştırmanın Evreni ve Örneklem Seçimi: Araştırmanın evreni, bir hemşirelik yüksekokulu, bir sağlık yüksekokulunun hemşirelik ve başka bir sağlık yüksekokulunun ebelik bölümünden olmak üzere toplam 1002 öğrenciden meydana gelmiş ve bu evren arasından 667 öğrenci örnekleme alınmıştır. Örneklem gelişigüzel örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Tablo 1’de her bir okuldaki toplam ve araştırmaya alınan öğrenci sayısı görülmektedir.

Veri Toplama Araçları: Veri toplama aracı olarak Öğrenci Tanıtım Formu, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği ile UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır.

Öğrenci Tanıtım Formu: Form araştırmacılar tarafından hazırlanmış olup; cinsiyet, yaş, medeni durum, şu anda eğitim gördüğü okul, okuldaki sınıfı, gelir durumu, hemşirelik/ebelik mesleğini isteyerek seçip seçmediği değişkenlerinden oluşmaktadır.

Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği (SÖ-ÖTÖ): Orijinali (Trait Anger and Anger Expression Scales) Spielberger ve arkadaşları^[16]

tarafından 1983 yılında geliştirilmiştir. Türkçe’ye uyarlanmasını 1994 yılında Özer^[17] yapmıştır. 34 maddelik 4 aşamalı likert tipi bir ölçektir. Sürekli öfke ve öfke tarzı olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Sürekli öfke 10 soru (bu boyuttan en düşük 10, en yüksek 40 puan alınabilmektedir), öfke tarzı ise 24 sorudur. Öfke tarzı; “bastırılmış öfke” (8 soru), “dışa vurulmuş öfke” (8 soru) ve “kontrol altına alınmış öfke” (8 soru) olmak üzere üç alt boyuta ayrılmıştır. Öfke tarzı alt boyutunda yer alan bastırılmış öfke, dışa vurulmuş öfke, kontrol altına alınmış öfke boyutlarının her birinden alınabilecek puanlar 8-32 arasındadır. Sürekli öfke alt boyuttan alınan yüksek puanlar, öfke düzeyinin yüksek olduğunu; bastırılmış öfke alt boyuttaki yüksek puanlar öfkenin bastırılmış olduğunu; dışa vurulmuş öfke alt boyuttaki yüksek puanlar öfkenin kolayca ifade ediliyor olduğunu; kontrol altına alınmış öfke alt boyuttan alınan yüksek puanlar öfkenin kontrol edilebildiğini göstermektedir.^[18] Araştırmamızdaki örneklem grubunda Cronbach alfa değerleri, sürekli öfke alt boyutunda 0.77; öfkeyi kontrol alt boyutunda 0.80; öfkeyi dışa vurma alt boyutunda 0.72 ve öfkeyi içte tutma alt boyutunda 0.61 olarak saptanmıştır. Özer^[17] yaptığı güvenilirlik çalışmasında; ölçeği çeşitli örneklem gruplarına uygulamış ve iç tutarlık katsayıları ile ilgili yaptığı analizlerde sürekli öfke ölçeğinin Cronbach alfa değerini 0.67 ile 0.92; öfkeyi kontrol etme ölçeğinin Cronbach alfa değerini 0.80-0.90; öfkeyi dışa vurma ölçeğinin alfa değerini 0.69-0.91 ve öfkeyi içte tutma ölçeğinin Cronbach alfa değerini 0.58-0.76 arasında bulmuştur.^[17,18] Bu veriler çalışmamızda elde edilen değerlere benzer niteliktedir. Dolayısı ile SÖ-ÖTÖ çalışmamız için güvenilir bir ölçme aracıdır.

UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA-YÖ): UCLA (University of California, Los Angeles) Yalnızlık Ölçeği, Russell, Peplau ve Ferguson^[19] tarafından 1978 yılında geliştirilmiştir. 4’lü Likert tipinde hazırlanan ölçek, yalnız insanların yaşantılarını nasıl tanımladıklarını yansıtan 20 ifadeden oluşmaktadır. Ölçek daha sonra Russell, Peplau, ve Cutrona^[20] tarafından 1980 yılında ve son olarak da Russell^[21] tarafından 1996 yılında revize edilmiştir. Ölçeğin son halinde maddelerin yarısı olumlu yarısı da olumsuz olacak şekilde düzenlenmiştir. Dolayısı ile ölçekteki 10 madde (1, 5, 6, 8, 9, 10, 15, 16, 19, 20) tersine puanlanan madde olduğundan, puanlanması tersine çevrilerek yapılmakta; geriye kalan 10 madde (2, 3, 4, 7, 11, 12, 13, 14, 17, 18) düz puanlanmaktadır. UCLA-YÖ’den alınabilecek en düşük puan 20, en yüksek puan ise 80’dir.^[22] Ölçekten alınan yüksek puan yüksek yalnızlık düzeyine, düşük puan düşük yalnızlık düzeyine işaret etmektedir. Ayrıca elde edilen sürekli puanlar sınıflandırılarak; 20-34 arasındaki puanlar düşük, 35-48 arasındaki puanlar orta, 49 ve üstündeki puanlar yüksek derecede yalnızlık olarak değerlendirilmektedir.^[23]

Ölçeğin Türkçeye uyarlaması, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları ilk defa Yaparel^[24] tarafından 1984 yılında yapılmıştır. Demir^[22] 1989 yılında yaptığı uyarlama çalışmasında, ölçeğin yalnızlıktan yakınlık ile yakınlıktan ayırt etmede yeterli olup olmadığını

Tablo 1: Evren ve Örneklem Dağılımı

| | EVREN | ÖRNEKLEME ALINAN ÖĞRENCİ SAYISI | |
|-------------------------------|-------------|---------------------------------|--------------|
| | | n | % |
| Hemşirelik Yüksekokulu | 580 | 381 | 65.69 |
| Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik | 212 | 152 | 71.70 |
| Sağlık Yüksekokulu Ebelik | 210 | 134 | 63.81 |
| TOPLAM | 1002 | 667 | 66.57 |

Tablo 2: Öğrencilerin SÖ-ÖTÖ ve UCLA-YÖ Puanlarının Dağılımı (N=667)

| SÖ-ÖTÖ VE UCLA-YÖ | ÖLÇEĞİN PUAN DAĞILIMI | EN ALT - EN ÜST | ORTANCA | ORT±SS |
|-----------------------------|-----------------------|-----------------|---------|-------------|
| Sürekli Öfke | 10-40 | 10-39 | 21.00 | 21.61±5.18 |
| Kontrol altına alınmış öfke | 8-32 | 8-32 | 21.00 | 21.59±4.73 |
| Dışa vurulmuş öfke | 8-32 | 8-32 | 16.00 | 16.68±3.92 |
| Bastırılmış öfke | 8-32 | 8-32 | 18.00 | 17.74±3.89 |
| UCLA-YÖ | 20-80 | 20-76 | 35.00 | 36.28±10.01 |

sınamıştır.^[22] Russell ve ark.^[20] 1980 yılında, UCLA Yalnızlık Ölçeğinin iç tutarlılık katsayısını 0.94 olarak bulmuşlardır. Bu araştırmada Cronbach alfa katsayısı 0.90 olarak bulunmuş ve bu sonuç elde edilen verilerin güvenilir olduğu şeklinde yorumlanmıştır.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırma verilerinin toplandığı okul müdürlüklerinden, çalışmanın amaç ve kapsamını içeren bir bilgi formu ile başvurulmuş ve izin alınmıştır. Örneklemi oluşturan öğrencilere çalışmanın amaç ve yararları, çalışmadaki rolleri açıklanmış, veri toplama formları üzerine isim yazmamaları söylenmiş, araştırmaya katılmaya isteklilik, gönüllülük ilkesine özen gösterilerek sözlü onam/onayları alınmıştır.

Verilerin Analizi ve Değerlendirilmesi

Araştırmada anket formlarından elde edilen veriler, Stastical Package for Social Science for Windows (SPSS 17.0) paket programı kullanılarak oluşturulan veri tabanına kaydedilmiş ve bu program ile verilerin analizi yapılmıştır. Veri analizinde, ordinal değişkenler aritmetik ortalama ve standart sapma, en alt, en üst, ortanca değerler olarak, nominal değişkenler ise frekans ve yüzde olarak değerlendirilmiştir. Ordinal değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Pearson korelasyon analizi, iki grup ortalaması arasındaki farkın belirlenmesinde bağımsız gruplarda t testi, ikiden fazla grupların ortalamaları arasındaki farkın belirlenmesinde tek-yönlü ANOVA yöntemleri kullanılmış ve anlamlı farkın bulunduğu durumlarda Tukey HSD yönteminden yararlanılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılığı

Bu araştırma sadece bir üniversitenin hemşirelik yüksekokulu ve sağlık yüksekokulunun ebellek ve hemşirelik bölümü öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Elde edilen sonuçların tüm hemşirelik ve ebellek öğrencilerine genellenmesi mümkün değildir.

Bulgular

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin bireysel özellikleri, öfke ve öfke ifade tarzları, yalnızlık düzeylerine ilişkin bulgular bu bölümde iki başlık altında incelenmiştir.

Öğrencilerin bireysel özellikleri, öfke ve öfke ifade tarzları ve yalnızlık düzeyleri

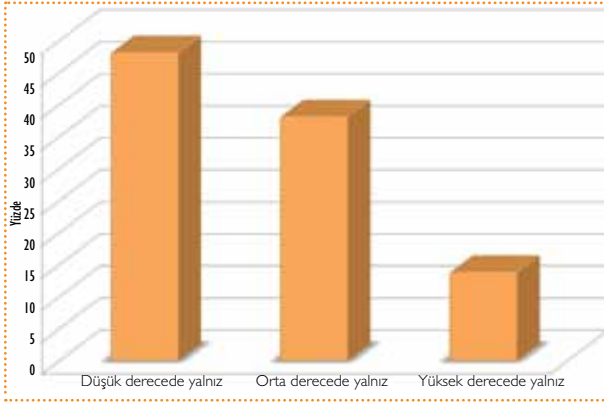
Öğrencilerin bireysel özellikleri çoğunluğu oluşturan gruplar açısından incelendiğinde; %88.6'sının kız, yaş ortalamasının 20.57 (SS=1.98), %96.3'ünün bekar, %59.1'inin gelirinin giderlerini karşıladığı, %65.4'ünün ebellek/hemşirelik mesleğini isteyerek seçtiği saptanmıştır.

Öğrencilerin sürekli öfke düzeyi puan ortalamasının 21.61 (SS=5.18); öfke tarzı ölçeğinin kontrol altına alınmış öfke alt boyutunun puan ortalamasının 21.59 (SS=4.73); dışa vurulmuş öfke alt boyutunun puan ortalamasının 16.68 (SS=3.92); bastırılmış öfke puan ortalamasının 17.74 (SS=3.89), UCLA-YÖ puan ortalamasının 36.28 (SS=10.01) olduğu görülmüştür (Tablo 2). Ayrıca öğrencilerin %48.1'inin (n=321) düşük, %38.1'inin (n=254) orta, %13.8'inin (n=92) yüksek derecede yalnızlık yaşadıkları belirlenmiştir (Şekil 1).

Tablo 3: Öğrencilerin SÖ-ÖTÖ, UCLA-YÖ Puanlarının ilişkisi (N=667)

| SÖ-ÖTÖ VE UCLA-YÖ | SÜREKLİ ÖFKE | KONTROL ALTINA ALINMIŞ ÖFKE | DIŞA VURULMUŞ ÖFKE | BASTIRILMIŞ ÖFKE |
|-----------------------------|--------------|-----------------------------|--------------------|------------------|
| Kontrol altına alınmış öfke | -0.357* | - | | |
| Dışa vurulmuş öfke | 0.577* | -0.404* | - | |
| Bastırılmış öfke | 0.347* | 0.040 | 0.268* | - |
| UCLA-YÖ | 0.155* | -0.187* | 0.147* | 0.294* |

* Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır



Şekil 1. Öğrencilerin yalnızlık düzeylerine göre dağılımı (N=667)

Öğrencilerin bireysel özellikleri, öfke ve öfke ifade tarzları ve yalnızlık düzeyleri ilişkisi

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerde sürekli öfke puanlarının öfke ifade tarzlarını ve UCLA-YÖ puanlarını istatistiksel anlamlılıkla etkilediği saptanmıştır ($p<0.01$). Buna göre öğrencilerin sürekli öfke puanları yükseldikçe kontrol altına alınmış öfke puanları düşmekte, fakat dışa vurulmuş ve bastırılmış öfke ile UCLA-YÖ puanları yükselmektedir. Kontrol altına alınmış öfke, bastırılmış öfke ile istatistiksel anlamlılık taşıyan bir ilişki göstermezken ($p>0.05$); dışa vurulmuş öfke ve UCLA-YÖ puanlarını istatistiksel olarak anlamlı ters yönde bir ilişki ile etkilemiştir ($p<0.01$). Dışa vurulmuş öfke puanları ile bastırılmış öfke ve UCLA-YÖ puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur ($p<0.01$). Öte yandan öğrencilerin bastırılmış öfke puanları arttıkça UCLA-YÖ puanları istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde artmaktadır ($p<0.01$; Tablo 3).

Öğrencilerin cinsiyetinin dışa vurulmuş öfke ve UCLA-YÖ puanlarını istatistiksel anlamlılıkla etkilediği saptanmıştır ($p<0.05$) ve erkeklerin hem dışa vurulmuş öfke hem de UCLA-YÖ puanları kızlardan yüksek bulunmuştur (Tablo 4).

Öğrencilerin yaş değişkeninin öfke ve öfke ifade tarzı ile UCLA-YÖ puanları üzerindeki etkisi; yaş değişkenini hem nominal veri haline getirilerek hem de ordinal veri olarak incelenmiştir. Öğrencilerin yaş grupları Tablo 4'de görülmektedir ve yaş

gruplarına göre kontrol altına alınmış ($p<0.01$), dışa vurulmuş öfke ($p<0.05$) ve UCLA-YÖ ($p<0.01$) puanları arasındaki farkta istatistiksel anlamlılıklar bulunmuştur. Bu fark Tukey HSD ile incelendiğinde; kontrol altına alınmış ($p<0.01$), dışa vurulmuş ($p<0.05$) öfke ve UCLA-YÖ ($p<0.01$) puanlarının sadece 17-19 ve 20-22 yaş grupları arasında istatistiksel anlamlılıkla farklılık taşıdığı saptanmıştır. Öğrencilerin yaşı ile öfke-öfke ifade tarzı ve UCLA-YÖ puanları arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile incelendiğinde; öğrencinin yaşı arttıkça kontrol altına alınmış öfke puanlarının düştüğü ($p<0.05$), fakat UCLA-YÖ puanlarının arttığı ($p\leq 0.01$) görülmüştür (Tablo 4).

Öğrencilerin medeni durum değişkeninin öfke ve öfke ifade tarzı ile UCLA-YÖ puanlarını istatistiksel anlamlılıkla etkilemediği saptanmıştır ($p>0.05$; Tablo 4).

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin okullara göre öfke ve öfke ifade tarzı ile UCLA-YÖ puanları incelendiğinde; sadece UCLA-YÖ puanlarında gruplar arası farkta istatistiksel anlamlılık bulunmuştur ($p<0.001$; Tablo 4). Bu farklılık Tukey HSD ile incelendiğinde; hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin UCLA-YÖ puanlarının ebelik bölümü öğrencilerinden istatistiksel anlamlılıkla yüksek olduğu görülmüştür ($p<0.001$).

Öğrencilerin okuldaki sınıfına göre sürekli ($p<0.05$), kontrol altına alınmış ($p<0.05$) ve dışa vurulmuş ($p<0.01$) öfke puanları arasında istatistiksel anlamlılıklar taşıyan farklar bulunmuştur (Tablo 4). Buna göre 3. sınıf öğrencilerinin sürekli öfke puanları 1. ($p<0.05$) ve 2. ($p<0.05$) sınıf öğrencilerinden istatistiksel olarak daha yüksektir. Öte yandan 1. sınıf öğrencilerinin kontrol altına alınmış öfke puanları 3. ($p<0.05$) ve 4. ($p<0.05$) sınıf öğrencilerinden istatistiksel anlamlılıkla daha yüksektir. Tam tersine 1. sınıf öğrencilerinin dışa vurulmuş öfke puanları 3. ($p<0.05$) ve 4. ($p<0.01$) sınıf öğrencilerinden istatistiksel olarak daha düşüktür.

Öğrencilerin ekonomik durumunun dışa vurulmuş öfke puanlarını istatistiksel anlamlılıkla etkilediği saptanmıştır ($p<0.01$) ve gelirinin giderlerini karşıladığını ifade eden öğrencilerin dışa vurulmuş öfke puanları diğer gruptan yüksek bulunmuştur (Tablo 4).

Öğrencilerin hemşirelik/ebelik mesleğini isteyerek seçme değişkeninin sürekli öfke puanlarını istatistiksel anlamlılıkla

Tablo 4: Öğrencilerin Bireysel Özelliklerine Göre SÖ-ÖTÖ ve UCLA-YÖ Puanlarının Dağılımı (N=667)

| BİREYSEL ÖZELLİKLER | n | % | SÜREKLİ ÖFKE | KONTROL ALTINA ALINMIŞ ÖFKE | DIŞA VURULMUŞ ÖFKE | BASTIRILMIŞ ÖFKE | UCLA-YÖ |
|---|-----------------------|------|------------------------|-----------------------------|-------------------------|------------------|--------------------------|
| | | | Ort.±SS | Ort.±SS | Ort.±SS | Ort.±SS | Ort.±SS |
| CİNSİYET | | | | | | | |
| Kız | 591 | 88.6 | 21.54±5.15 | 21.71±4.75 | 16.56±3.86 | 17.70±3.93 | 35.98±10.06 |
| Erkek | 76 | 11.4 | 22.12±5.44 | 20.64±4.54 | 17.61±4.23 | 18.05±3.56 | 38.62±9.42 |
| | | | t=-0.91 p=0.36 | t=1.86 p=0.06 | t=-2.20 p=0.03* | t=0.19 p=0.45 | t=0.40 p=0.03* |
| YAŞ GRUPLARI (YIL) | | | | | | | |
| 17-19 | 199 | 29.8 | 21.22±5.36 | 22.45±4.84 | 16.06±3.92 | 17.31±3.83 | 34.30±9.45 |
| 20-22 | 392 | 58.8 | 21.81±4.96 | 21.23±4.55 | 16.95±3.92 | 17.95±3.86 | 37.07±10.20 |
| 23 ve ↑ | 76 | 11.4 | 21.61±5.80 | 21.22±5.12 | 16.87±3.75 | 17.76±4.14 | 37.41±9.90 |
| | | | F=0.84 p=0.43 | F=4.74 p=0.009** | F=3.61 p=0.03* | F=1.83 p=0.16 | F=5.68 p=0.004** |
| YAŞ (Ortalama±SS) | 20.57±1.98 (17-34) | | r=0.03 p=0.52 | r=-0.09 p=0.02 | r=0.06 p=0.11 | r=0.05 p=0.23 | r=0.10 p=0.01 |
| MEDENİ DURUM | | | | | | | |
| Bekâr | 642 | 96.3 | 21.63±5.22 | 21.64±4.79 | 16.68±3.96 | 17.79±3.89 | 36.35±10.05 |
| Evlî | 25 | 3.7 | 21.16±4.17 | 20.48±2.74 | 16.68±2.64 | 16.52±3.74 | 34.40±9.06 |
| | | | t=-0.44 p=0.66 | t=1.99 p=0.09 | t=-0.01 p=0.99 | t=1.60 p=0.11 | t=0.98 p=0.34 |
| EĞİTİM GÖRDÜĞÜ OKUL | | | | | | | |
| Hemşirelik Yüksekokulu | 381 | 57.1 | 21.25±5.20 | 21.35±4.69 | 16.74±3.95 | 17.88±4.02 | 37.54±10.31 |
| Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik | 152 | 22.8 | 22.34±5.10 | 21.70±4.95 | 16.62±4.06 | 17.76±3.68 | 35.50±9.38 |
| Sağlık Yüksekokulu Ebelik | 134 | 20.1 | 21.81±5.16 | 22.15±4.57 | 16.56±3.67 | 17.30±3.72 | 33.57±9.28 |
| | | | F=2.56 p=0.08 | F=1.47 p=0.23 | F=0.13 p=0.88 | F=1.13 p=0.32 | F=8.57 p=0.000*** |
| OKULDAKİ SINIFI | | | | | | | |
| 1. sınıf | 207 | 31.0 | 21.18±5.08 | 22.41±4.89 | 15.87±3.70 | 17.25±3.71 | 35.19±9.77 |
| 2. sınıf | 187 | 28.0 | 21.09±4.91 | 21.51±4.55 | 16.74±3.87 | 17.60±3.96 | 36.59±9.42 |
| 3. sınıf | 143 | 21.4 | 22.69±5.25 | 21.06±4.68 | 17.15±3.86 | 18.27±3.78 | 37.25±10.70 |
| 4. sınıf | 130 | 19.5 | 21.85±5.50 | 21.00±4.67 | 17.35±4.19 | 18.13±4.09 | 36.50±10.40 |
| | | | F=3.31 p=0.02* | F=3.41 p=0.02* | F=5.01 p=0.002** | F=2.50 p=0.06 | F=1.34 p=0.26 |
| EKONOMİK GELİRİN GİDERLERİNİ KARŞILAMA DURUMU | | | | | | | |
| Evet | 394 | 59.1 | 21.89±5.29 | 21.36±4.58 | 17.02±3.98 | 17.68±3.95 | 35.89±9.79 |
| Hayır | 273 | 40.9 | 21.21±5.01 | 21.93±4.94 | 16.19±3.77 | 17.82±3.79 | 36.85±10.32 |
| | | | t=1.66 p=0.10 | t=-1.54 p=0.12 | t=2.70 p=0.007** | t=-0.48 p=0.63 | t=-1.22 p=0.22 |
| HEMŞİRELİK / EBELİK MESLEĞİNİ İSTEYEREK SEÇME DURUMU | | | | | | | |
| Evet | 436 | 65.4 | 21.28±4.95 | 21.57±4.62 | 16.52±3.91 | 17.56±3.91 | 35.78±9.83 |
| Hayır | 231 | 34.6 | 22.23±5.55 | 21.63±4.95 | 16.98±3.92 | 18.08±3.82 | 37.22±10.31 |
| | | | t=-2.20 p=0.03* | t=-0.14 p=0.89 | t=-1.45 p=0.15 | t=-1.67 p=0.10 | t=-1.76 p=0.08 |

*p<.05; **p<.01; ***p<.001

etkilediği ($p<0.05$) ve bu mesleği isteyerek seçen öğrencilerin sürekli öfke puanlarının, mesleği isteyerek seçmediğini ifade eden gruptan düşük olduğu görülmüştür (Tablo 4).

Tartışma

Ülkemizde üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmalar, öfkenin bireylerin kişisel ve sosyal uyumu üzerinde olumsuz etkilerinin olduğunu göstermektedir.^[5,6] Öte yandan alışlagelen sosyal ilişkilerin bozulduğu ve yerine yenilerinin kurulmaya çalışıldığı bu geçiş döneminde, birçok öğrencinin geçici yalnızlık yaşadığı düşünülmektedir. Bu konuda yapılan araştırma bulgularına göre üniversite öğrencileri, sosyal ilişki standartlarını ve beklentilerini yaşlılardan daha yüksek tuttukları için yalnızlığı onlardan daha yoğun yaşamaktadır.^[25] Bu yüzden yalnızlık duygusunun üniversite öğrencileri arasında oldukça yaygın olduğu görülmektedir. Öfke ve yalnızlık duygularının sağlık ekibinin önemli bir paydaşı olan hemşirelik ve ebelik öğrencilerinde irdelenmesi ve saptanan sonuçlarla, sorun belirleme ve çözüm stratejileri oluşturma çalışmaları; hem öğrencinin kendisi adına hem de mezun olduktan sonra sağlık bakımı hizmetinden yararlanacak kişiler adına önem taşıdığı düşünülmektedir.

Bu çalışmadaki öğrencilerin sürekli öfke düzeyleri ve öfke ifade tarzları, ölçekten alınabilecek en alt ve en üst puan (sürekli öfke düzeyi için 10-40, öfke ifade tarzlarının her biri için 8-32) aralığında incelendiğinde, çok yüksek ya da çok düşük olmadığı görülmektedir. Öte yandan öğrencilerin sürekli öfke puanlarına göre öfke ifade tarzları puanları incelendiğinde; öğrencilerin sürekli öfke yaşadıkları, fakat bu öfkeyi kontrol edebildikleri sonucuna ulaşılabilmektedir. Bu sonuç, araştırma kapsamındaki grubun yaş dönemleri itibari ile son ergenlik döneminde olmaları ve öfke duygusunun bu dönemde en yoğun yaşanan duygulardan biri olması literatür bilgisi ile uyumludur.^[2,5,9,11-13] Öte yandan bu genç grubun öfkesini kontrol edebilmesinin, üniversite eğitiminin kazandırdığı entelektüel becerilerin yanı sıra hemşireliğin felsefesi ve değerleri ile de açıklanabileceği düşünülmektedir. Nitekim elde edilen sonuçlar, daha önce ülkemizde üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalardaki öfke bulgularına da benzerlik göstermektedir.^[6,26] Ayrıca Kaya ve Solmaz^[3] ile Bayrı ve Kelleci^[1] hemşireler ile yaptıkları çalışmalarda; kontrol altına alınmış öfke puan ortalamalarının diğer öfke tarzı alt boyutları puanlarından yüksek olduğunu ifade etmişlerdir. Bireyin yaşadığı öfke duygusunun sıklığı, şiddeti ve süresi, hem bireyin kendisi hem de çevresindeki insanlar için önemlidir. Bu nedenle bireyin kendisini doğru bir şekilde algılayıp öfke durumunun ve davranışlarının farkında olması son derece önemlidir.^[1] Aslında hemşire grubunda sürekli öfke puanlarının, ölçeğin puan sınırı ortalamasına yakın olmasına karşın, öfke tarzı alt boyutlarında en yüksek puan ortalamasının "kontrol altına alınmış öfke" boyutunda olması; hemşirenin yoğun çalışma temposuna karşın sahip olduğu mesleki felsefe ve değerler ile açıklanabileceği düşünülmektedir. Hemşirelik

mesleği sağlık hizmetine gereksinimi olan birey ve/veya yakınlarına kesintisiz hizmet veren tek sağlık disiplindir. Özellikle yataklı sağlık bakımı kurumlarında sağlık sorunu olan bireyin en kolay ulaşabildiği ve 24 saat sürekli hastanın yanında bulunan sağlık ekibi üyesi hemşirelerdir. Bu zor ve yorucu sorumluluk durumunda hemşireler sürekli öfke duygusu yaşamakta, öte yandan hemşirelik eğitimlerinin ilk yılından itibaren kazandıkları ve geliştirdikleri hemşireliğin temel felsefesi olan holistik ve humanistik bakış açısı ile bu öfke duygusunu kontrol edebilmeleri yapılan araştırma sonuçlarına ışık tutmaktadır.

Bu çalışmada öğrencilerin %51.9'unun orta ve yüksek düzeyde yalnızlık yaşadığı saptanmıştır. Ülkemizde, Odacı^[27] tarafından yapılan çalışmada; üniversite öğrencilerinin %48.8'nin yalnızlık yaşadığı ve yine %40.8'nin yakın ilişkiler kurmakta güçlük yaşadığı bulunmuştur. Elde edilen bu değerler, birçok üniversite öğrencisinin üniversite ortamının gerek arkadaşlık gerekse yakın ilişkiler geliştirmeye oldukça elverişli olmasına rağmen yalnızlık yaşadığını göstermektedir. Yalnızlık niceliksel bir sorun olmaktan çok, niteliksel bir sorundur. Sahip olunan ilişki sayısı, diğer kişilerle birlikte olma sıklığından çok, bireyin mevcut ilişkilerinden ne derece doyum sağladığı, ilişkilerini nasıl değerlendirdiği bireyin yalnızlık duygusu yaşamamasında belirleyici etken olabilmektedir. Bu nedenle, bireyin yalnızlık yaşantısını değerlendirirken, nesnel kriterlerden çok, birey için önemli olan öznel, içsel ölçütlere başvurulmalıdır.^[9] Diğer bir deyişle üniversite öğrencilerinin yalnızlık duyguları irdelenmeli, "beni kimse anlamıyor" gibi sık kullanılan ifadeler dikkate alınmalıdır. Bu yaklaşımlarla aynı zamanda çağımızın önemli bir sorunu olan yalnızlığın çözümlenebileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada, sürekli öfke duygusu yaşayan ve öfkelerini kontrol etmekte zorlanan öğrencilerin, öfkesini daha fazla dışa vurduğu veya bastırdığı ve aynı zamanda kendisini daha çok yalnız hissettiği saptanmıştır. Öfkelerini kontrol edemeyen ve sürekli öfke yaşayan öğrencilerin iletişimi engelleyici, uygun ve doğru olmayan, şiddet içeren davranışlar gösterdikleri için arkadaş çevresinden dışlandığı ve yalnızlaştığı düşünülebilir. Bu bağlamda, öfke kontrolünün yalnızlık duygusu yaşama ile anlamlı ilişki göstermesi beklenen bir sonuç olarak değerlendirilmelidir. Doğal olarak bu sonuçlar daha önce yapılmış çalışma verileri ile de paralel niteliktedir.^[5,7]

Bu çalışmada, erkeklerin öfkelerini kızlardan daha fazla dışa vurdukları ve yalnızlık duygusu yaşadıkları belirlenmiştir. Bostancı ve arkadaşları^[28] yaptıkları çalışmada erkek öğrencilerin "öfkeyle ilgili davranışlarda saldırgan olma" alt boyutu puanlarının kızlardan yüksek olduğunu bulmuşlardır. Ülkemizde erkeklerin öfkelerini ifade etmeleri, kadının ise öfkesini göstermemesi maalesef artık doğal kabul edilmekte ve birçok araştırma bu sonucu göstermektedir. Dolayısı ile bu çalışmadaki ilgili verinin toplumsal kültürün bir yansıması olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmada, öğrencilerin yaşı arttıkça öfkesini kontrol

edemediği ve yalnızlık duygusunun arttığı belirlenmiştir. Daha önce öğrencilerin öfkelerini kontrol etme özellikleri azaldıkça yalnız kaldıkları diğer bir ilişkilendirmede vurgulanmıştır. Bu durumda yaşın da etkisinin olması irdelenmesi gereken başka bir yön olduğunu göstermektedir. Öte yandan Kesen ve ark.'nın^[12] 2007'de ergenler ile yaptıkları çalışmada, benzer olarak ergenlerin yaşları ilerledikçe sürekli öfke ve bu öfkelerini dışa yansıtılmalarında önemli düzeyde artma görüldüğü vurgulanmaktadır. Bu sonuçlar, bireyin yaşı ilerledikçe artık kendi sorumluluğunu alması yönündeki yaşadığı kaygılarla ilişkilendirileceği düşünülebilir.

Bu çalışmada, 3. sınıf öğrencilerinin sürekli öfke puanları 1. ve 2. sınıf öğrencilerinden yüksek; 1. sınıf öğrencilerinin kontrol altına alınmış öfke puanları 3. ve 4. sınıf öğrencilerinden yüksek; 1. sınıf öğrencilerinin dışa vurulmuş öfke puanları 3. ve 4. sınıf öğrencilerinden düşük bulunmuştur. Bu sonuç, "öğrencilerin yaşının arttıkça kontrol altına alınmış öfke puanlarının düştüğü" bulgusuna paralel düşünüldüğünde; öğrencilerin sınıf düzeyleri ilerledikçe yaş yılları da artmakta ve kendi sorumluluğunun artması, artık öğrenciliğin yavaş yavaş sona ererek o mesleği icra edecek bir meslek üyesi olma aşamasına geçeceği yönündeki yaşadığı kaygıların da paralel olarak artış gösterdiği düşünülebilir. Nitekim, bu neden ile öğrencilerin kontrol altına alınmış öfke puanlarında düşme, dışa vurulmuş öfke ve sürekli öfke puanlarında yükselme olduğu görüşüne varılabilir.

Bu çalışmada, hemşirelik/ebelik mesleğini isteyerek seçen öğrencilerin sürekli öfke puanları mesleği isteyerek seçmediğini ifade eden gruptan düşük bulunmuştur. İnsanın yaşamının en önemli dönüm noktalarından biri meslek seçimidir. Meslek seçimi, o bireyin yaşam biçimini de seçmesi demektir. Birey; yetenek, ilgi ve istekleri doğrultusunda seçtiği meslek alanında yaşamı boyunca başarılı, verimli ve mutlu olur. Ancak, rastgele seçim yaptığında başarısız, verimsiz ve mutsuz olur.^[29] Çalışmamızın sonuçlarının bu literatür bilgisi ile açıklanabileceği düşünülmektedir.

Sonuç

Bu araştırmadan elde edilen veriler sonucunda; hemşirelik/ebelik öğrencilerinin sürekli öfke yaşamasına karşı öfke ifade tarzı içinde en yoğun öfkeyi kontrol etme tarzını kullandıkları, önemli bir oranının yalnızlık duygusu yaşadığı; sürekli öfke puanları ile öfke ifade tarzı puanlarının öte yandan öfke ile yalnızlığın ilişkili olduğu; erkek öğrencilerin öfkelerini daha fazla dışa vurduğu saptanmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda öfke duygusunun kaçınılmaz hatta yaşanılması gereken bir duygu olduğu, hemşirelik/ebelik öğrencilerinin öfke enerjisini olumlu bir şekilde kullanmaları için rehberliğin artırılması gerektiği ve böylece yalnızlık da dahil bir çok sorunun çözümlenebileceği söylenebilir. Ayrıca bu çalışmanın öfke ve yalnızlık özelliklerini etkileyen faktörleri dikkate alma açısından pilot bir çalışma olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

1. Bayn F, Kelleci M. Hemşirelerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ile genel sağlık durumları arasındaki ilişki. Türkiye Klinikleri Hemşirelik Bilimleri Dergisi 2009; 1(2):65-70.
2. Duran Ö, Eldeleklioğlu J. Öfke kontrol programının 15-18 yaş arası ergenler üzerindeki etkililiğinin araştırılması. GÜ Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi 2005; 25(3):267-280.
3. Kaya N, Solmaz Ş. Bir üniversite hastanesinin kulak burun boğaz kliniğinde çalışan hemşirelerin öfke ve öfke ifadesi. Türkiye Klinikleri Hemşirelik Bilimleri Dergisi 2009; 1(2):56-64.
4. Soykan Ç. Öfke ve öfke yönetimi. Kriz Dergisi 2003; 11(2):19-27.
5. Koçak E. Ergenlerde Yalnızlığın Yordanmasında Benlik Saygısı, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2008.
6. Akdoğan R. Farklı cinsiyet rollerine sahip üniversite öğrencilerinin öfke yaşama biçimleri ve utangaçlık düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2007.
7. Bıyık, N. Üniversite öğrencilerinin yalnızlık duygularının kişisel ve sosyal özellikleri öfke eğilimleri açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2004.
8. Karaoğlu N, Avasoğlu S, Deniz ME. Yalnız mısın? Selçuk Üniversitesi öğrencilerinde yalnızlık düzeyi ile ilgili bir çalışma. Marmara Medical Journal 2009; 22(1):19-26.
9. Duy B. Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımına dayalı grupla psikolojik danışmanın yalnızlık ve fonksiyonel olmayan tutumlar üzerine etkisi. Doktora Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2003.
10. Yaşar MR. Yalnızlık. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi 2007; 17(1):237-260.
11. Adana F, Arslantaş H. Ergenlikte öfke ve öfkenin yönetiminde okul hemşiresinin rolü. Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi 2011; 2(1):57-62.
12. Kesen NF, Deniz ME, Durmuşoğlu N. Ergenlerde saldırganlık ve öfke düzeyleri arasındaki ilişki: Yetiştirme yurtları üzerinde bir araştırma. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi 2007; 17:353-364.
13. Şahin NH, Batıgün AD. Lise ve üniversite öğrencilerinde intihar riskini belirlemeye yönelik bir modelin sınanması. Türk Psikiyatri Dergisi 2009; 20(1):28-36.
14. Aştı N, Acar G, Bağcı H, Bağcı İ. Sağlık bakım profesyoneli olarak yetişecek öğrencilerin ruhsal durumları ve yaklaşımları. Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi 2005; Güz(15):25-35.
15. Yılmaz E, Yılmaz E, Karaca F. Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. Genel Tıp Derg 2008; 18(2):71-79.
16. Spielberger CD, Johnson EH, Russel FS, Crane RJ, Jacobs GA, Worden TJ. Assessment of anger: The State Trait Anger Scale. JN Butcher, CD Spielberger, (eds). Advances in personality assessment. vol. II, Hillsdale NJ: LEA; 1983.p.159-187.
17. Özer AK. Sürekli Öfke ve Öfke İfadesi Tarzı (öfke tarzı) Ölçekleri ön çalışması. Türk Psikoloji Dergisi 1994; 9(31):26-35.
18. Savaşır I, Şahin NH. Bilişsel-Davranışçı terapilerde değerlendirme: sık kullanılan ölçekler. Türk Psikologlar Derneği Yayınları No.9, Ankara: Özyurt Matbaacılık; 1997. s.71-78.
19. Russell D, Peplau LA, Ferguson ML. Developing a measure of loneliness. Journal of Personality Assessment 1978; 42:290-294.
20. Russell D, Peplau LA, Cutrona CE. The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. Journal of Personality and Social Psychology 1980; 39:472-480.
21. Russell D. The UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. Journal of Personality Assessment 1996; 66:20-40.
22. Demir A. UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. Psikoloji Dergisi 1989; 7:14-18.
23. Akgün E. Huzureverlerinde yaşayan yaşlı bireylerin algıladıkları yalnızlık duyguları ve yaşam kaliteleri üzerine etkileri. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı; 2001.
24. Yaparel R. Sosyal ilişkilerdeki başarı ve başarısızlık nedenlerinin algılanması ile yalnızlık arasındaki bağlantı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü; 1984.

25. Öksüz Y Duyguların açılması eğitiminin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerine etkisi. Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi 2005; 6(2):185-195.
26. Sala G. Zonguldak Karaelmas Üniversitesi öğrencilerinin öfke ifade biçimlerinin incelenmesi. Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 1997.
27. Odacı H. Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi öğrencilerinin yalnızlık, benlik-saygısı ve yakın ilişkiler kurabilme düzeylerinin ve bu düzeyler arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü; 1994.
28. Bostancı N, Çoban Ş, Tekin Z, Özen A. Üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre öfke ifade etme biçimleri. Kriz Dergisi 2006; 14(3):9-18.
29. Sarıkaya T, Khorshid L. Üniversite öğrencilerinin meslek seçimini etkileyen etmenlerin incelenmesi: üniversite öğrencilerinin meslek seçimi. Türk Eğitim Bilimleri Dergisi 2009; 7(2):393-423.