

# Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Dersinin Hemşirelik Öğrencilerinin Duygusal Durumlara Yaklaşma ve Kaçınma Motivasyon Düzeylerine Etkisi

*The Effects of a Mental Health and Psychiatric Nursing Course on the Approach and Avoidance Motivation Levels of Nursing Students to Emotional Situations*

Satı DİL, Burcu AYKANAT

## ÖZET

**Amaç:** Bu çalışmanın amacı "Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği" dersinin, öğrencilerin duygusal durumlara yaklaşma ve kaçınma motivasyon düzeyleri üzerindeki etkisini ve sosyo-demografik özelliklerle ilişkisini araştırmaktır.

**Gereç ve Yöntem:** Bu çalışma ön test-son test desenli (kontrol grubuz) müdahale araştırmasıdır. Çalışmanın örneklemini bir Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümünde Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği dersini alan 74 hemşirelik öğrencisi oluşturdu. Duygu Gereksinimleri Ölçeği (DGO) dersin başında ve sonunda olmak üzere 14 hafta aryla iki kez uygulandı. Verilerin değerlendirilmesinde sayı, yüzde, ortalama, standart sapma, t-testi ve varyans analizi testleri kullanıldı.

**Bulgular:** Araştırmaya katılan öğrencilerin %55.4'ü 22-24 yaş grubunda ve kız öğrencilerden (%83.8) oluştu. Öğrencilerin DGO'nün "duygulara yaklaşma" alt boyutu ön test puan ortalamasının  $15.62 \pm 9.89$ , son test puan ortalamasının ise  $27.17 \pm 10.91$  olduğu ve aradaki farkın ileri düzeyde anlamlı olduğu belirlendi ( $p < 0.001$ ). "Duygulardan kaçınma" alt boyutu ön test puan ortalamasının  $9.77 \pm 11.32$  ve son test puan ortalamasının  $8.40 \pm 12.65$  olduğu ve aradaki farkın anlamlı olmadığı saptandı ( $p > 0.05$ ).

**Sonuç:** Araştırma Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği dersinin hemşirelik öğrencilerinin duygusal durumlara yaklaşma becerisi üzerinde etkili olabildiğini göstermektedir. Bu bakımdan, daha geniş örneklem gruplarında ve kontrol grubu, deneysel çalışmalar yapılması önerilir.

**Anahtar sözcükler:** Duygulara yaklaşma ve kaçınma; psikiyatri hemşireliği dersi.

## SUMMARY

**Objectives:** The aim of this study was to assess the effects of a mental health and psychiatric nursing course on the approach and avoidance motivation levels of nursing students to emotional situations and the relationship of these levels to the nurses' socio-demographic characteristics.

**Methods:** This was a single group (no control group) pretest-posttest intervention study that included 74 nursing students taking a mental health and psychiatric nursing course in a school of health sciences. The Need for Affect Scale (NAS) was given to the nursing students at the beginning and at the end of course, which was an interval of 14 weeks. Data were evaluated by numbers, percentages, means, standard deviations and t-tests.

**Results:** 55.4% of the students were aged between 22 and 24 years and 83.3% of them were female. The mean pretest NAS score of the approach subscale was  $15.62 \pm 9.89$  and the mean posttest score was  $27.17 \pm 10.91$ , which was significantly different ( $p < 0.001$ ). The mean pretest NAS score of the avoidance subscale was  $11.32 \pm 9.77$  and the mean posttest score was  $8.40 \pm 12.65$ , which was not significantly different ( $p > 0.05$ ).

**Conclusion:** Our results indicate that a mental health and psychiatric nursing course can positively impact the ability of nursing students to approach emotional situations. In light of these positive results, we recommend repeating this research with a larger number of students and including a control group.

**Key words:** Approach and avoidance to emotions; psychiatric nursing course.

## Giriş

Hemşirelerin verdikleri bakımın kalitesinin artabilmesinde, terapötik ilişkiler kurabilmeleri, geliştirebilmeleri ve

kendi kişisel gelişimlerini gerçekleştirebilmeleri önemli yer tutmaktadır. Bir hemşirenin hastası için terapötik bir etken olabilmesi için, hasta/sağlıklı bireylerin gereksinimleri, duyguları ve bu duyguları yansıtırma yolları konusunda bilgi sahibi olması gereklidir. Hasta ile tedavi edici bir ilişkinin geliştirilmesi için önemli bir diğer nokta da; hemşirenin, empatik bir yaklaşımla hastanın duygularını ele alırken hastayı bütüncül olarak değerlendirebilmesidir. Bu yaklaşımların kullanılması ile hasta-hemşire arasındaki iletişimin kalitesi ve hasta memnuniyeti artarak hastanın iyileşme süreci pozitif yönde etkilenecektir.<sup>[1-3]</sup>

Yardım sürecinde olması gereken beceriler arasında; duygu ve düşünceleri uygun şekilde-çarpıtmadan açığa vurabil-

Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu,  
Hemşirelik Bölümü, Çankırı

**İletişim (Correspondence):** Dr. Satı DİL.  
**e-posta (e-mail):** satidil@gmail.com

**Psikiyatri Hemşireliği Dergisi 2013;4(3):125-130**  
**Journal of Psychiatric Nursing 2013;4(3):125-130**

**Doi:** 10.5505/phd.2013.94914

**Geliş tarihi (Submitted):** 09.10.2013 **Kabul tarihi (Accepted):** 28.01.2014

me, başkalarıyla iletişimde spontan ve özgür olma, mesajları çarpıtmadan dinleyebilme, başkalarının gereksinimlerine “doğru” zamanı bekleyerek, “doğru” tepkide bulunma ve yardım etmede istekli olma gibi özellikler yer almaktadır. Tüm bu beceriler, psikiyatri hemşireleri için daha fazla önem taşımakta, hemşirenin hem kendi farkındalığını geliştirmesini hem de kişilik özelliklerini terapötik faktör olarak kullanabilmesini sağlamaktadır.<sup>[4,5]</sup>

Psikiyatri hemşireleri eğitim ve uygulama alanlarında biyopsikososyal yönden yardım ve/veya bakım gereksinimi olan bireylerin zayıf, daha duygusal veya kırılabilir zamanlarında sürekli ve yakın bir etkileşim halindedirler. Bu etkileşim sürecinde hemşireler hastalarını gözlemleyerek, kendilik kavramlarını değerlendirerek, aileleriyle görüşerek, gereksinimlerini, yeterliklerini ve çevrelerine uyum düzeylerini belirleyerek bakım sürecini yürütürler. Bakım sürecinde hemşirenin ortaya koyduğu kişilerarası iletişim ve duyguları ele alma becerisi ne kadar etkili ise bireyin anlaşılması da o oranda kolaylaşmakta ve doğru, güvenli ve kaliteli bakım hizmeti sunulmaktadır.<sup>[3,6,7]</sup> Bu bilgi ve becerilerle donanmış bir hemşire yetiştirebilmek için ise; hemşirelik eğitiminde, öğrencilerin profesyonel hemşireliği ve hemşireliğe özgü bilgi ve teknik becerileri öğrenmesinin yanı sıra etkili kişilerarası ilişkiler kurma, yardım etme ve danışmanlık becerileri gibi nitelikli hemşirelik bakımının ön koşulları arasında yer alan temel becerileri öğrenmesi ve benimsemesi hedeflenmektedir. Hemşirelik öğrencilerinin iletişim becerilerini etkili ve zamanında kullanmaları, onların kişisel ve mesleki uygulamalardan kaynaklanan stresörlerle etkili bir biçimde baş edebilmelerini ve mesleki uygulamalarında da daha etkin ve kaliteli hizmet sunabilmelerini sağlayabilecektir.<sup>[8]</sup> Hemşirelik eğitiminin önemli bir parçasını oluşturan Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği eğitimi ve uygulamalarında da benzer şekilde öğrencilerin iletişim becerilerinin geliştirilmesinin yanı sıra, duygusal farkındalık kazanmaları, hastaların duygularına yaklaşabilmeleri, ele alabilmeleri ve duygulardan kaçınmayı etkileyen faktörleri tanıyabilme ve kontrol edebilme becerilerini kazanmaları hedeflenmektedir.

Ülkemizde ve yurt dışında hemşirelik öğrencilerinde konu ile ilgili doğrudan yapılmış herhangi bir araştırma bulunmamaktadır. Ancak; öğrencilerin duygusal farkındalık düzeyleri ile ilgili çalışmalara ulaşılmıştır. Üniversite öğrencileriyle yapılmış çalışmalarda duyguları fark etmeye yönelik yapılan eğitim programının öğrencilerin duygusal farkındalık düzeylerini artırdığı,<sup>[9]</sup> öğrencilerin duygularını fark etmeleri ve ifade etmelerinin psikolojik iyi oluşlarını olumlu olarak etkilediği ve kültürel olarak farklılık gösterdiği, İngiliz öğrencilerin Türk öğrencilere göre psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha yüksek ilişki gösterdiği belirlenmiştir.<sup>[10]</sup> Ayrıca, duygusal farkındalık düzeyinin karşılaştırıldığı başka çalışmalarda ise, farkındalığı yüksek olanların daha sık pozitif duygu ya-

şadıkları, kendine saygılarının daha yüksek, daha dışa dönük, sosyal olarak daha az kaygılı oldukları ve daha çok yaşam doyumu belirttikleri, stresle daha iyi baş edebildikleri belirlenmiştir.<sup>[11-13]</sup> Bu çalışmada “Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği” dersinin, hemşirelik öğrencilerinin duygusal durumlara yaklaşma ve kaçınma motivasyon düzeylerine etkisinin ve sosyo-demografik özelliklerle ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Literatürde hemşirelik eğitiminde bu değişkenlerin incelenmemiş olması nedeniyle yapılan bu çalışma sonuçlarının, hemşirelik eğitiminin kalitesini ve öğrencilerin duygulara yaklaşma ve duygulardan kaçınma becerilerini etkileyen bireysel faktörlerin aydınlatılmasına ve buna paralel olarak daha etkili ve yenilikçi öğretim stratejilerinin planlanmasına veri kaynağı oluşturabileceği ve eğitimi geliştirmeye katkı sağlayabileceği düşünülmüştür.

### Araştırmanın Hipotezleri

*H1:* Öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri ve bazı bireysel özellikleri (duygusal destek alıp verdiği kişiler, duyguları ifade etmede yaşadıkları zorluklar, bu zorluklarla karşılaştıklarında yaşadıkları duygular) ile Duygu Gereksinimleri Ölçeği'nin (DGÖ) duygulara yaklaşma ve kaçınma alt boyut puan ortalamaları arasında ilişki vardır.

*H2:* “Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği” dersini alan hemşirelik öğrencilerinin DGÖ “duygulara yaklaşma” alt boyutu son test puan ortalaması, ön test puan ortalamasından daha yüksektir.

*H3:* “Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği” dersini alan hemşirelik öğrencilerinin DGÖ “duygulardan kaçınma” alt boyut son test puan ortalaması, ön test puan ortalamasından daha düşüktür.

### Gereç ve Yöntem

#### Araştırmanın Amacı ve Tipi

Bu araştırma, tek gruplu ön test-son test düzeninde bir müdahale araştırması tipinde olup; “Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği” dersinin, hemşirelik öğrencilerinin duygusal durumlara yaklaşma ve kaçınma motivasyon düzeylerine etkisini ve sosyo-demografik özelliklerle ilişkisini incelemek amacıyla yapılmıştır.

#### Örneklem

Araştırmanın evrenini 2011-2012 eğitim öğretim yılı güz döneminde bir sağlık yüksekokulunun dördüncü sınıfında öğrenim görmekte olan hemşirelik öğrencileri oluşturmuştur (N:75). Araştırmada ayrıca örneklem seçimine gidilmemiş, araştırma katılmayı kabul eden, uygulamaları eksiksiz tamamlayan 74 hemşirelik öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Evrenin yaklaşık %98.6'sına ulaşılmıştır.

### Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verileri, sosyodemografik özellikler ve duygu ifade etme becerilerine yönelik bazı bireysel özellikleri içeren 17 soruluk Tanıtıcı Bilgi Formu ve DGÖ kullanılarak toplanmıştır.

*Tanıtıcı Bilgi Formu:* Öğrencilerin yaş, cinsiyet, barınma yeri, aile tipi, sosyo-ekonomik düzey, anne- baba eğitim düzeyi, ailedeki çocuk sayısı gibi sosyo-demografik bilgilerinin yanı sıra; öğrencinin en çok duygusal destek alıp verdiği kişi / kişiler, duyguları ifade etmede yaşanan zorluklar, bu zorluklarla karşılaşıldığında yaşanan duygular gibi bazı bireysel özelliklerine yönelik soruları içeren toplam 11 sorudan oluşmaktadır.

DGÖ: Ölçek Maio ve Esses (2001) tarafından insanların duygu gereksinimlerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir.<sup>[14]</sup> Ölçek, bireylerin duygu yüklü ortamlara yaklaşma ve kaçınma motivasyonunu değerlendiren bir öz bildirim aracıdır. Ölçek ilk olarak 29 maddeden oluşacak şekilde düzenlenmiş ancak; Maio ve Esses (2001) araştırmalarının son bölümünde, 29 maddeden son üç maddenin düşük iç tutarlılık değerine sahip olduğunu tespit etmiş ve ölçeğin son halinde düşük iç tutarlılık değerine sahip üç maddeye yer vermemiştir.<sup>[14]</sup> Ölçeğin son halinde, duygulara yaklaşma alt boyutunda 13 madde; duygulardan kaçınma alt boyutunda 13 madde olmak üzere toplam 26 madde yer almaktadır.

Duygu Gereksinimleri Ölçeği duygularla ilgili kaçınmayı ve yaklaşmayı yansıtan 26 maddeden oluşan çok boyutlu bir ölçme aracıdır. Ölçekte yer alan 2. 4. 5. 6. 7. 13. 15. 17. 18. 19. 20. 24. ve 26. maddeler yaklaşma alt boyutuna; 1. 3. 8. 9. 10. 11. 12. 14. 16. 21. 22. 23 ve 25. maddeler ise kaçınma alt boyutuna aittir. Maddelerde belirtilen ifadeye, bireylerden 'Kesinlikle katılmıyorum -3', 'Kesinlikle katılıyorum +3' olmak üzere yedi derecede görüş bildirmeleri istenmektedir. Dolayısıyla her bir alt boyuttan alınabilecek puanlar -39 ile +39 arasındadır. Envanterden alınan yüksek puanlar, insanların duygulara yaklaşma motivasyonunun yüksek, düşük puanların ise duygulara yaklaşma motivasyonunun düşük olduğunu anlamına gelmektedir. Duyan ve ark. (2011), yapmış oldukları geçerlilik güvenilirlik çalışmasında 'Yaklaşma' alt boyutuna ilişkin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.82; 'Kaçınma' alt boyutuna ilişkin Cronbach Alpha iç tutarlılık kat sayısı ise 0.84 bulunmuştur.<sup>[15]</sup>

Çalışmamızda ise, ölçeğin tamamına ilişkin iç tutarlılık kat sayısı .73, "Yaklaşma" alt boyutuna ilişkin iç tutarlılık kat sayısı .70, "Kaçınma" alt boyutuna ilişkin ise .73 bulunmuştur.

### Verilerin Toplanması

Veri toplama formları, öğrencilerle yüz yüze görüşülerek dersin ilk günü araştırmanın amacı açıklanıp, yazılı onamları alındıktan sonra doldurulmuştur. Ayrıca ders bitimi-

ni takiben (14 hafta sonra) DGÖ ikinci kez uygulanmıştır. Bu uygulamanın yapılabilmesi için Sağlık Yüksekokulu Müdürlüğü'nden ve araştırma komisyonundan yazılı izin alınmış ve çalışma bitiminde öğrenciler sonuçlar konusunda bilgilendirilmiştir.

Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği dersi, programda dördüncü sınıfta ve haftada beş saat teorik ve 16 saat uygulama/14 hf şeklinde yer almaktadır. Öğrencilere önce dersin teorik bölümü blok şeklinde haftada üç gün olarak verilmiştir. Dersin uygulaması, Çankırı ili kapsamında herhangi bir hastanenin yataklı psikiyatri kliniği bulunmadığından dolayı haftada bir gün olmak üzere taşınabilir sistemle; Hacettepe Üniversitesi Psikiyatri Kliniği ve Ankara Demetevler Onkoloji Hastanesi Ahmet Andıçen Semt Polikliniği'ndeki psikiyatri servisinde gerçekleştirilmiştir. Diğer uygulama alanları ise, üniversitenin psikolojik danışma birimi, devlet hastanesinin genel klinikleri, huzurevi ve engelli çocuklara yönelik özel eğitim ve uygulama merkezinden oluşmuştur. Bu ders kapsamında teorik olarak; ruh sağlığı ve hastalıkları ve hemşirelik süreci, terapotik ortam, ruhsal hastalıklara neden olan etmenler; birincil, ikincil ve üçüncül koruma kavramları, hasta-hemşire etkileşiminde terapötik yardım becerileri gibi konular yer almıştır. Bununla birlikte müfredatın işlenmesi sürecinde öğrencilerin duygusal farkındalıklarını ve duygularını ifade etme eğilimlerini artırmak amacıyla; duygular hakkındaki bilgileri, duygu-düşünce-davranış arasındaki ilişki, şimdi ve burada duyguların farkına varma, duyguları beden diliyle ifade etme, duyguları ben diliyle ifade etme, empatik dinleme ve empatik tepki verme, ruh sağlığı sorunu olan bireylerin duygusal durumlarını değerlendirebilme ve ailenin duyguları ifade etme becerilerine etkisi, gibi konular hemşirelik yaklaşımları başlıkları içerisinde ele alınmıştır. Diğer yandan kuramsal ve uygulamalı olarak, örnek olgular ve hasta bakım planları grup çalışmalarında ve birebir tartışma yöntemi ile ele alınmış, geri bildirim sağlanmış ve rol-oyun yöntemi ile yapılan canlandırılmalarda, empati çalışmaları, rol değiştirme gibi ısınma tekniklerinden de yararlanılarak duyguları ele alma becerilerine yönelik egzersizler yapılmıştır.

### Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırmadan elde edilen bulgular elektronik ortama aktarılmış ve SPSS for Windows 15.0 istatistik programında analiz edilmiştir. Değerlendirmede, sayı, yüzde, ortalama, bağımlı gruplarda t-testi, varyans analizi testleri kullanılmıştır.

### Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma tek gruplu (kontrol grupsuz) ön test-son test düzeneğinde yürütülmüştür. Çalışma sadece bir hemşirelik okulunda ve kontrol grupsuz olarak yürütüldüğünden ve çalışmayı dersin öğretim üyesinin yürütmüş olmasından dolayı, çalışma sonuçlarının genellenebilirliği açısından sınırlılıklara sahiptir.

## Bulgular

Çalışmada, öğrencilerin çoğunluğu (%55.4) 22-24 yaş grubunda ve kız öğrencilerden (%83.8) oluşmaktadır. Öğrencilerin %94.6'sı çekirdek ailede yaşadığını, %54.1'i annenin okuryazar/ilkokul, %35.1'i babasının okuryazar/ilkokul düzeyinde eğitime sahip olduğunu, %91.9'u sosyoekonomik düzeyinin orta düzeyde olduğunu, %81.1'i tek başına, ailesiyle ya da arkadaşlarıyla evde kaldığını, %60.8'i ailedeki çocuk sayısının üç ve daha az olduğunu belirtmiştir.

Tablo 1'de öğrencilerin yaşamlarında duygusal destek alıp verdiği kişilere göre dağılımları gösterilmiştir. Öğrencilerin çoğunluğu (%43.2) arkadaş ve ailelerinden duygusal destek alırken, %40.5'i ise yalnız ailelerinden duygusal destek aldıklarını belirtmiştir.

Tablo 2'de öğrencilerin sosyal yaşantılarında duygularını ifade etmede yaşadıkları sorunlara göre dağılımları bulunmaktadır. Öğrencilerin %45.9'u duygularını ifade ederken zorluk yaşadıklarını ve duygularını ifade edemediklerinde öfke, üzüntü, engellenmişlik duygularını yaşadıklarını, %18.9'u ise utanma, çekinme, sessiz kalma gibi duyguları deneyimlediklerini belirtmiştir.

Tablo 3'te duyguların ifade edilmesini kolaylaştırıcı yöntemlere ilişkin öğrencilerin görüşleri yer almaktadır. Öğrencilerin %47.3'ü etkili dinleme ve iletişim becerisinin duyguların ifade edilmesini kolaylaştırdığını belirtmiştir.

Tablo 4'te öğrencilerin duyguların ifade edilmesi duru-

**Tablo 1.** Öğrencilerin duygusal destek aldığı kişilere göre dağılımı (n=74)

Özellik	Sayı	Yüzde
Aile içi destek (Anne, baba, kardeş)	30	40.5
Arkadaş desteği	5	6.8
Arkadaş ve aile desteği	32	43.2
Aile, arkadaş ve yakın akraba desteği	7	9.5
Toplam	74	100

**Tablo 2.** Öğrencilerin duygularını ifade etmede sorun yaşama durumları ve yaşadıkları duygular (n=74)

Sorun yaşama ve yaşanan duygular	Sayı	Yüzde
Evet	34	45.9
Hayır	40	54.1
Toplam	74	100.0
Öğrencilerin yaşadıkları duygular (n=74)		
Öfke, üzüntü, engellenmişlik	34	45.9
Korku, endişe	8	10.8
Utanma, çekinme, sessiz kalma, yetersizlik hissi	14	18.9
Anlaşılmama	3	4.1
Özel bir duygu hissetmeme	5	6.8
Herhangi bir duygu ifade etmeyen	10	13.5

**Tablo 3.** Öğrencilerin duyguların ifadesini kolaylaştırıcı yöntemlere ilişkin görüşleri (n=74)

Özellik	Sayı	Yüzde
Düşünceleri ifade etme	11	14.9
Geri bildirim alma	6	8.1
Etkili dinleme ve iletişim	35	47.3
Kendini tanıma	9	12.1
Kitap okuma	6	8.1
Cevap yok	7	9.5
Toplam	74	100.0

**Tablo 4.** Öğrencilerin duyguların ifadesinin yararlarına ilişkin görüşleri (n=74)

Özellik	Sayı	Yüzde
Anlama, anlaşılma, empati	12	16.2
Kişiler arası ilişkinin gelişmesi, etkili iletişim ve problem çözme sağlama	35	47.3
Mutluluk	9	12.1
Kendine güven	13	17.6
Yanıt yok	5	6.8
Toplam	74	100.0

munda sağlayacakları yararlarla ilişkin yanıtlarının dağılımı bulunmaktadır. Buna göre; öğrencilerin %47.3'ü duyguların ifade edilmesinin, kişiler arası ilişkiyi geliştirdiğini, etkili iletişimi sağladığını ve problem çözme kolaylaştırdığını belirtmiştir.

Tablo 5'te öğrencilerin DGÖ "duygulara yaklaşma" alt boyutu ön test puan ortalaması 15.62±9.89 iken, son test puan ortalamasının 27.17±10.91 olduğu ve aralarındaki farkın istatistiksel olarak ileri düzeyde anlamlı olduğu belirlenmiştir (p<0.001). "Duygulardan kaçınma" alt boyutu için öğrencilerin ön test puan ortalaması 9.77±11.32 iken son test puan ortalamasının 8.40±12.65 olduğu ve aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır (p>0.05).

Öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri (yaş, cinsiyet, barınma yeri, aile tipi, sosyo-ekonomik düzey, anne- baba eğitim düzeyi, ailedeki çocuk sayısı) ve en çok duygusal destek alıp verdiği kişi/kişiler, duygularını ifade etmede yaşanan zorluklar ve bu zorluklarla karşılaşıldığında yaşanan duygulara ilişkin bulguları ile DGÖ alt boyut puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (p>0.05). Bu nedenle, çalışmanın H1 hipotezi reddedilmiştir.

## Tartışma

Ülkemizde ve yurt dışında Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği dersinin, hemşirelik öğrencilerinin duygusal durumlara yaklaşma ve kaçınma motivasyon düzeylerine etkisini ve sosyo-demografik özelliklerle ilişkisini inceleyen, doğrudan yapılmış bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak; konu

**Tablo 5.** Öğrencilerin ön test ve son test DGÖ puan ortalamalarının karşılaştırılması (n=74)

	Ders başlangıcı ön test	Ders bitimi son test	t ve p değerleri
	Ort.±SS	Ort.±SS	
Duygulara yaklaşma	15.62±9.89	27.17±10.91	t=11.258 p=0.000
Duygulardan kaçınma	9.77±11.32	8.40±12.65	t=0.935 p=0.353
Toplam	24.09±15.56	24.14±19.28	t=0.027 p=0.979

ile dolaylı olarak ilgili yapılmış çalışmalar incelenerek tartışma yapılabilmiştir.

Çalışmada, öğrencilerin %43.2'si arkadaş ve ailelerinden duygusal destek alırken %40.5'inin yalnız ailelerinden duygusal destek aldıkları saptanmıştır. Bu sonuç, öğrencilerin çoğunlukla aile ve arkadaşları ile duygusal paylaşımına daha çok önem verdiklerini göstermektedir. Literatürde bireyin aile ve yakın çevresinden yeterli düzeyde duygusal ve sosyal destek alarak paylaşımında bulunmasının, öncelikle duygusal yönden kendini rahat ve güvende hissetmesini sağlayarak, hem kendi farkındalığını geliştirmesini hem de kişilik özelliklerini terapötik faktör olarak kullanabilmesini sağladığı bildirilmektedir.<sup>[4,5]</sup> Ayrıca bireyin çevresi ile sağlıklı bir etkileşim kurmasının fiziksel ve psikolojik sağlığını olumlu yönde etkilediğini ve dolayısıyla yaşam kalitesini artırdığı bildirilmektedir.<sup>[16]</sup> Başka bir araştırmada ise hemşirelik öğrencilerinin stresle baş etme becerileri ile sosyal destek algısı düzeyleri arttıkça umutsuzluk ve öfke düzeylerinin azaldığı, stresle etkili baş etme becerilerinin ve yeterli sosyal desteğin, umutsuzluk düzeylerini azaltmada ve öfke kontrolünü sağlamada olumlu bir etken olduğu belirlenmiştir.<sup>[17]</sup> Çalışma bulgularımızda; öğrencilerin yakın çevresindeki bireylerden yeterli duygusal-sosyal destek alabilmelerine karşın; bu özelliğin “duygulara yaklaşma ve duygulardan kaçınma motivasyonunu” yordamaması literatürle uyumlu görünmemektedir. Bu durum öğrencilerin kişilerarası ilişkilerinde ve mesleki ilişkilerinde karşılaştığı duygulara yaklaşma ve duygulardan kaçınma motivasyonlarının birbirinden farklılık gösterdiğini düşündürmüştür.

Çalışmamızda öğrencilerin %45.9'unun duygularını ifade etmede sorun yaşadıkları ve duygularını ifade edemediklerinde öfke, üzüntü, engellenmişlik gibi negatif duygular deneyimledikleri görülmektedir. Çalışmamızda öğrencilerin duygularını ifade etmede yaşadıkları sorunların, onların diğer bireylerin duygularını ele alma konusundaki motivasyonlarının etkilemesi beklenirken, bu özelliğin “duygulara yaklaşma ve duygulardan kaçınma motivasyonunu yordamaması literatürle uyumlu görünmemektedir. Çünkü literatürde duyguların bastırılmasının hissedilen duyguların ifadesine izin vermediği, ayrıca düşünce, duygu ve davranışlar arasında

önemli bir uyumsuzluk oluşmasına yol açarak, kişinin öfke, üzüntü, engellenmişlik, anlaşılmadığını hissetme, anksiyete ve yalnızlık gibi negatif duygular yaşamasına neden olduğu bildirilmektedir.<sup>[18]</sup> Ayrıca Lundh ve ark. (2002) da duygusal farkındalık düzeyi düşük olan kişilerin anksiyete ve saldırganlık düzeylerinin diğerlerine göre daha yüksek olduğunu bildirmişlerdir.<sup>[19]</sup>

Rime ve Zech (2001), insanların duygusal yaşantılarını ifade etme gereksinimlerinin olduğunu, bu gereksinimin sağlanmasında karşılıklı iletişimin önemli bir rolü olduğunu belirtmişlerdir.<sup>[20]</sup> Diğer bir ifadeyle duygular hakkında konuşmak, duyguların ifade edilmesi için terapötik bir süreç olarak görülmektedir. Çalışmamızda da literatürle uyumlu olarak, öğrencilerin %47.3'ü etkili dinleme ve iletişim becerisine sahip olmanın duyguların ifade edilmesinde yararlı bir yöntem olduğunu belirtmişlerdir. Ancak öğrencilerin bu konuda olumlu görüşleri olmasına karşın; bu özelliğin “duygulara yaklaşma ve duygulardan kaçınma motivasyonunu yordamaması literatürle uyumlu görünmemektedir.

Robinson ve ark. (2003), duyguları tanımayı ve uygun şekilde ifade etmeyi amaçlayan bir müdahale programı geliştirmişlerdir.<sup>[21]</sup> Bu programda kişilerin duygulara ilişkin farkındalıklarının geliştiği, kişiler arası problem çözme ve iletişim becerilerinin arttığı saptanmıştır. Çalışmamızda da öğrencilerin çoğunluğu (%47.3) duyguların ifade edilmesinin kişiler arası ilişkiyi geliştirdiği, etkili iletişimi sağladığı ve problem çözmeyi kolaylaştırdığı görüşündedirler. Öğrenciler duyguların ifadesine ilişkin olumlu görüşlere sahip olmalarına karşın; bu özelliğin “duygulara yaklaşma ve duygulardan kaçınma motivasyonunu yordamaması literatürle uyumlu görünmemektedir. Bu durum ise öğrencilerin “bilgi düzeyinde” bu görüşü dile getirdiklerini, ancak “tutum düzeyinde” yansıtamadıklarını düşündürmüştür.

Çalışmamızda, öğrencilerin DGÖ “duygulara yaklaşma” alt boyutu ön test puan ortalaması 15.62±9.89 iken, son test puan ortalamasının 27.17±10.91 olduğu ve aralarındaki farkın istatistiksel olarak ileri düzeyde anlamlı olduğu belirlenmiştir (p<0.001). ayrıca istatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte; “Duygulardan kaçınma” alt boyutu öğ-

rencilerin ön test (9.77±11.32) ve son test puan ortalaması (8.40±12.65) arasında da değişme olduğu saptanmıştır. Elde edilen bu bulgular 14 hafta süresince verilen Ruh sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği dersinin öğrencilerin “duygulara yaklaşma” motivasyon düzeylerinde etkili olduğunu düşündürmüştür. Bu bulgu, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği eğitim ve uygulamaları sonrasında öğrencilerin duygulara yaklaşma davranışlarının geliştiğini, istatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte duygulardan kaçınma davranışlarının ise önemli ölçüde azaldığını göstermektedir. Çalışmamızla uyumlu olarak, Kuzucu (2006) duyguları fark etmeye yönelik psiko-eğitim programına katılan üniversite öğrencilerinin plasebo ve kontrol grubundakilere kıyasla, duygusal farkındalık düzeylerinde anlamlı bir yükselme olduğunu saptamıştır.<sup>[9]</sup> Çalışmamızla uyumlu olarak “kendini tanıma ve girişkenlik” dersinin hemşirelik öğrencilerinin atılganlık düzeyleri üzerine etkisini inceleyen başka bir araştırmada; 14 haftalık eğitim sonunda deney grubundaki öğrencilerin atılganlık puan ortalamalarının kontrol grubundakilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır.<sup>[22]</sup> Bu bulgular araştırma hipotezlerimizden H2 ve H3 hipotezlerini doğrular niteliktedir. Bu nedenle H2 ve H3 hipotezleri kabul edilmiştir.

## Sonuç

Araştırmanın bulguları, “Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği” dersinin hemşirelik öğrencilerinin duygulara yaklaşma becerisi üzerinde etkili olabileceğini göstermesi bakımından önemlidir. Sonuçlar ışığında, psikiyatri hemşireliği araştırmacılarının, öğrencilere yönelik duygusal farkındalık düzeyini ve psikolojik iyi oluşu yükselten ve duygulara yaklaşma becerilerini geliştiren psiko eğitim programları artırmaları önerilebilir. Ayrıca konuyla ilgili farklı tipte eğitim-öğretim yürüten hemşirelik okullarından oluşan daha geniş örneklem gruplarında ve kontrol gruplu, deneysel yöntemlerle çalışmalar yapılması ve bu çalışmalarda duygulara yaklaşma ve duygulardan kaçınmayla ilişkili olabilecek diğer konuların (stresle başa çıkma tarzları, problem çözme becerisi, bağlanma stilleri vb.) etkisinin de ele alınması önerilir.

## Kaynaklar

- Chant S, Jenkinson T, Randle J, Russell G. Communication skills: some problems in nursing education and practice. *J Clin Nurs* 2002;11:12-21.
- Boggs KU, Arnold E. Interpersonal relationship. Professional communication skills for nurses. Philadelphia: W.B. Saunders Company; 1999.
- Engin E, Çam O. Farkındalık ve psikiyatri hemşireliği. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 2005;21:159-68.
- Reynolds WJ, Scott B. Empathy: a crucial component of the helping relationship. *J Psychiatr Ment Health Nurs* 1999;6:363-70.
- Egan G. Psikolojik danışmaya giriş (Akkoyun F, Çeviri Editörü). Ankara: Form Ofset; 2004. (Orijinal çalışma basım tarihi 1975).
- Devito AJ. The interpersonal communication book. 9. baskı. New York: The Leigh Press; 2001.
- O'Connor BA. Clinical instruction and evaluation a teaching resource. Connecticut: Jones and Barlett Publishers; 2001.
- Arifoğlu B, Razi GS. Birinci sınıf hemşirelik öğrencilerinin empati ve iletişim becerileriyle iletişim yönetimi dersi akademik başarı puanı arasındaki ilişki. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 2011;4:7-11.
- Kuzucu Y. Duyguları fark etmeye ve ifade etmeye yönelik bir psiko eğitim programının, üniversite öğrencilerinin duygusal farkındalık düzeylerine, duyguları ifade etme eğilimlerine, psikolojik ve öznel iyi oluşlarına etkisi. [Yayınlanmamış Doktora Tezi] Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2006.
- Kuyumcu B, Güven M. Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin duygularını fark etmeleri ve ifade etmeleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. *GE-FAD* 2012;32:589-607.
- Ciarrochi J, Hynes K, Crittenden N. Can men do better if they harder: sex and emotional effects on emotional awareness. *Cognition and Emotion* 2005;19:133-41.
- Greenberg LS. Integrating an emotions-focused approach to treatment into psychotherapy integration. *J Psychother Integrat* 2002;12:154-89.
- Stanton AL, Kirk SB, Cameron CL, Danoff-Burg S. Coping through emotional approach: scale construction and validation. *J Pers Soc Psychol* 2000;78:1150-69.
- Maio GR, Esses VM. The need for affect: individual differences in the motivation to approach or avoid emotions. *J Pers* 2001;69:583-615.
- Duyan V, Uçar ME, Kalafat T. Duygu gereksinimi ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması ve psikometrik niteliklerinin belirlenmesi. *Eğitim ve Bilim* 2011;36:116-30.
- Eker D, Akar H, Yıldız H. Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlilik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi* 2001;12:17-25.
- Dil S, Aykanat, B, Yılmaz C. The relationship between hopelessness-anger and style of cope with stress and perceived social support in nursing students; The Fourth International Congress of Educational Research - Education for Active Ageing and Active Citizenship. (Uluslararası Eğitim Araştırmaları Kongresi), Oral presentation, Full text (Tam metin yayınlanan sözlü bildiri.) İstanbul. 4-7 May 2012.
- Gross JJ, John OP. Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *J Pers Soc Psychol* 2003;85:348-62.
- Lundh LG, Johnsson A, Sundqvist K, Olsson H. Alexithymia, memory of emotion, emotional awareness, and perfectionism. *Emotion* 2002;2:361-79.
- Rime B, Zech E. The social sharing of emotion: interpersonal and collective dimensions. *Boletín de Psicología* 2001;97:108.
- Robinson MD, Solberg EC, Vargas PT, Tamir M. Trait as default: extraversion, subjective well-being, and the distinction between neutral and positive events. *J Pers Soc Psychol* 2003;85:517-27.
- Kelleci M, Avcı D, Emine Ata E, Doğan S. Kendini tanıma ve girişkenlik dersinin hemşirelik öğrencilerinin atılganlık düzeylerine etkisi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi* 2011;14:46-51.