

Hemşirelik Öğrencilerinin Öğrenilmiş Güçlülük, Öz Yeterlilik ve Umut Düzeylerinin Değerlendirilmesi: Tekirdağ Örneği

Assessment of Learned Resourcefulness, Self-Efficacy and Hope Levels of Nursing Students: A Case Study Tekirdağ

Şebnem Bilgiç¹, Münire Temel², Ülfiye Çelikkalp²

¹Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Edirne

²Namık Kemal Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü, Tekirdağ

ÖZ

AMAÇ: Çalışma hemşirelik öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük, öz yeterlilik ve umut düzeylerini, etkileyen faktörleri ve birbirleriyle olan ilişkisini ortaya koymak amacıyla planlandı.

YÖNTEM: Araştırma, tanımlayıcı tipte olup, 2015-2016 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde bir devlet üniversitesinin hemşirelik bölümünde okuyan 353 öğrenci ile gerçekleştirildi. Veriler, "Genel Bilgi Formu, Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği (RÖGÖ), Genellenmiş Özyeterlilik Beklentisi Ölçeği (GÖBÖ) ve Sürekli Umut Ölçeği (SUÖ)" kullanılarak toplandı. Araştırma verileri, tanımlayıcı ve karşılaştırmalı analizler kullanılarak değerlendirildi. Ölçekler arası ilişki korelasyon analizi ile belirlendi.

BULGULAR: Öğrencilerin yaş ortalaması 20,87±1,88 idi. Öğrencilerin RÖGÖ puan ortalaması 126,44±16,50, GÖBÖ puan ortalaması 28,58±5,79 ve SUÖ puan ortalaması ise 25,21±3,27 idi. Travmatik bir olay yaşadığını belirten öğrencilerin RÖGÖ, GÖBÖ ve SUÖ puan ortalamaları diğer öğrencilere göre anlamlı derecede yüksek bulundu ($p<0,05$). Ailesinde şiddetli kavga, tartışma yaşamadığını belirten öğrencilerin RÖGÖ ve GÖBÖ puan ortalamaları diğer öğrencilere göre anlamlı derecede yüksek bulundu ($p<0,05$). Ölçekler arasındaki ilişki incelendiğinde SUÖ ile RÖGÖ ve GÖBÖ arasında pozitif yönde orta düzeyde, RÖGÖ ve GÖBÖ arasında ise pozitif yönde zayıf düzeyde ilişki saptandı.

SONUÇ: Çalışmanın sonucunda, hemşirelik öğrencilerinin travmatik olaylar ve aile içi şiddetli kavga ve tartışma deneyimlerinin öz yeterlilik, umut ve öğrenilmiş güçlülük üzerinde önemli etkisi olduğu görüldü. Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri arttıkça umut ve öz yeterliliklerinin de arttığı anlaşıldı.

Anahtar kelimeler: Hemşirelik öğrencileri, öğrenilmiş güçlülük, öz yeterlilik, umut

ABSTRACT

AIM: This study was planned with the intention to reveal the factors effecting learned resourcefulness, self-efficacy and hope levels of nursing students, their interrelationships.

METHODS: This descriptive research was realized with 353 students who were receiving education in the Department of Nursing of a state University in the spring semestire during the Academic Year of 2015-2016. Data were collected through General Information Form, Rosenbaum Learned Resourcefulness Scale (RLRS), General Self-Efficacy Scale (GSE), and Dispositional Hope Scale (DHS) and evaluated using descriptive and comparative analysis. Interscale correlation was determined through correlation analysis.

RESULTS: The mean age of nursing students was 20.87±1.88 years. The mean scores of studernts were determined to be 126.44±16.50, 28.58±5.79, and 25.21±3.27 for RLRS, GSE and DHS respectively. Mean scores of RLRS, GSE and DHS were found out to be significantly higher ($p<0.05$) for those who have experienced a traumatic incident. The mean RLRS, GSE and DHS scores were determined to be significantly higher ($p<0.05$) for students who have not experienced severe arguments and fights in their families. When the relationship among DHS, RLRS, and GSE was analysed, it was found out that there was a positively moderate level of relationship among them, whereas the relationship between RLRS and GSE was determined to be a positively low level relationship.

CONCLUSION: The result of this study has revealed that experiencing traumatic incidents and severe intrafamily arguments and fights had a significant effect on learned resourcefulness, self-efficacy and hope levels of undergraduate nursing students. It was also found out that the higher their learned resourcefulness level was, the more their self-efficacy and hope levels increased.

Keywords: Nursing students, learned resourcefulness, self-efficacy, hope

Geliş Tarihi / Arrival Date: 02.12.2016

Kabul tarihi / Date of Acceptance: 03.10.2017

İletişim / Corresponding author: Dr. Şebnem Bilgiç, Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü Balkan Yerleşkesi, 22030 - Edirne - Türkiye

E-posta / E-mail: sebnem_gucuyeter@yahoo.com

Sayı / Number: 3 **Cilt / Volume:** 4 **Yıl / Year:** 2017

e-ISSN:2149-018X **doi:**10.5222/SHYD.2017.117

GİRİŞ

Öğrenciye bilişsel, duyuşsal ve psikomotor boyutta temel bilgi, beceri ve tutum kazandırmayı amaçlayan, klinik ve teorik bilgidен oluşan hemşirelik eğitimi stresli bir deneyimdir (Zengin, 2007). Öğrenciler eğitimleri süresince özellikle de klinik uygulamalar başta olmak üzere çeşitli aşamalarda, anksiyete ve stres yaratan durumlara karşı karşıya gelmektedirler. Deneyimlenen stresli durumlar öğrencilerin sağlık profesyonelleri ile ilişki geliştirmesinde güçlük, sorunlarla baş etme yeteneğinde ve sosyal ilişkilerinde azalma, hasta beklentilerini karşılamada yetersizlik, hastane işleyişine uyumda bozulma, yanlış bilgi verme ve yanlış yapma kaygısına neden olabilmektedir (Arabacı ve ark., 2015). Oysaki öğrencilerin eğitim yaşantılarından istedik düzeyde yararlanabilmesi ve olumlu profesyonel kimlik gelişimleri için stresle başa çıkabilmeleri oldukça önemlidir. Stresle başa çıkmada bireylerin öğrenilmiş güçlülük altyapısı (Yürür ve Keser, 2010) ve özyeterlilik düzeyi önem taşımaktadır. İlk kez Rosenbaum (1980) tarafından "bireylerin içsel tepkileri düzenlemede kullandıkları davranışsal ve bilişsel beceriler repertuarı" olarak tanımlanan öğrenilmiş güçlülük kavramı, bireylerin olayları yönetebilmesi, kendi yaşamına hakim olabilmesi ve olumsuzlukların üstesinden gelebilmesine olanak sağlayarak strese karşı mücadele gücünü ortaya koymaktadır (Güloğlu ve Aydın, 2007; Çakır, 2009). Bireylerin yüksek öğrenilmiş güçlülüğe sahip olması depresyon, kaygı, fobiler ve negatif durumlar gibi karşılaşılabilecekleri olumsuz olayların yaratabileceği yıkıcı etkilerle baş edebilmelerine yardımcı olabilmektedir (Huang ve ark., 2005). Öğrenilmiş güçlülük gibi bireyin deneyimlediği stres düzeyiyle ilişkili unsurlardan biri olan (Zengin, 2007) ve Bandura (1977) tarafından ortaya konan öz-yeterlilik kavramı ise "bireyin, belli bir performansı göstermek için gerekli etkinlikleri organize edip, başarılı olarak yapma kapasitesi hakkında kendine ilişkin yargısı" olarak tanımlanmıştır (Aşkar ve Umay, 2001). Özyeterlilik bireylerin düşünme, hissetme ve davranış biçimlerinde fark yaratır (Abdel-Khalek ve Lester, 2017). Güçlü özyeterlilik duygusu hemşirelik öğrencilerinin daha zorlu görevleri üstlenmesine, görevleri yerine getirmede daha fazla çaba harcamasına, öğrenme sürecini kendi kendine düzenlemesine ve öğrenmesinde bilişsel stratejileri daha fazla kullanmasına yardımcı olur (George ve ark., 2017). Özyeterlilik gibi umut duygusu da bireyin gelecekte karşılaşılabileceği olumlu kazanımlarla ilgili beklentilerine odaklanmaktadır. Bu kapsamda özyeterlilik, gelecekteki davranışları gerçekleştirme beklentisi iken, umut ise hedefe ulaşma beklentisi olarak ele alınmaktadır (Feldman ve Kubota, 2015). Snyder'e (1989) göre umut bireylerin kendilerini, arzu edilen hedeflere giden yolları üretme, bu yolları harekete geçirme ve sürekli kullanma yeteneğine sahip olarak gördükleri, hedefe yönelik bir düşünce türü olarak tanımlanmıştır. Umudun bireylere iyi olma duygusu veren ve kişiyi harekete geçirmek için güdüleyen, yaşamda kalmayı sağlayan, iyilik halini güçlendiren bir özelliktir (Tercanlı ve Demir, 2012; Tarhan ve Bacanlı, 2015). Bireylerin umut düzeyinin yüksek olması kendilerine güvenli, canlı, enerjik, zorluklarla başa çıkabilen ve daha fazla yaşam amacına sahip olduklarını göstermektedir (Tarhan ve Bacanlı, 2015). Bunun tam tersi olarak da bireyin geleceğe yönelik umutsuz tutuma sahip olması özyeterlilik algısını yani bireyin yapmak istedikleriyle ilgili çaba, ısrar ve direncini olumsuz olarak etkileyecektir (Kezer ve ark., 2016).

Öğrenilmiş güçlülük bireyin kendi kendisini yönetme konusunda sahip olduğu yeteneklere, öz yeterlilik bireyin yaşamın zorluklarına karşı başa çıkma konusunda kendisine olan inanç faktörüne odaklanırken (Yıldız, 2014) umudun ise bireylerin geleceğe yönelik sahip oldukları olumlu düşüncelere odaklandığı bilinmektedir (Erdoğan, 2013). Hemşirelik öğrencilerinin eğitim yaşamlarında başarılı olmaları kendi potansiyellerinin, yeteneklerinin farkında olmaları, zorluklarla başa çıkmada kendilerine inanmaları ve bunları başarmada olumlu düşüncelere sahip olmaları ile olası olmaktadır. Eğitimleri boyunca bu özelliklerinin geliştirilmesi ile öğrencilerin mezun olduklarında farklı sağlık sorunları yaşayan bireylere hizmet sunumu ve iş ortamındaki sorunlar nedeniyle karşılaşılabilecekleri olumsuzluklarla başa çıkmaları kolaylaşacaktır (Coşkun ve ark., 2015). Ayrıca öğrencilerin bu özelliklerinin belirlenmesi öğrenmeyi kolaylaştıracak stratejilerin geliştirilmesinde hemşire eğitimcilerde de yol gösterici olacaktır.

YÖNTEM

Araştırmanın amacı ve türü: Tanımlayıcı tipte yapılan bu araştırma hemşirelik öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük, öz yeterlilik ve umut düzeylerini, etkileyen faktörleri ve birbirleriyle olan ilişkisini belirlemek amacıyla gerçekleştirildi.

Araştırmanın soruları: Araştırmada:

- Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük, öz yeterlilik ve umut düzeyleri nedir?
- Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük, öz yeterlilik ve umut düzeylerini etkileyen faktörler nelerdir?
- Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük, öz yeterlilik ve umut düzeyleri arasında ilişki var mıdır? sorularına yanıt aranmıştır.

Araştırmanın yapıldığı yer ve özellikleri: Araştırma, Tekirdağ ilindeki bir devlet üniversitesinin sağlık yüksekokulunda gerçekleştirildi.

Araştırmanın evren ve örnekleme: Araştırmanın evrenini 2015-2016 eğitim-öğretim yılı bahar dönemi hemşirelik bölümünde öğrenimlerini sürdüren 465 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada örneklem seçimine gidilmemiş olup, tüm öğrenciler arasından, verilerin toplandığı gün okulda bulunan ve araştırmaya katılmayı kabul eden 353 öğrenci (evrenin %75,9'u) ile araştırma yürütüldü.

Veri toplama araçları: Araştırmanın verileri, Genel Bilgi Formu, Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği (RÖGÖ), Genellenmiş Öz Yetkinlik Beklentisi Ölçeği (GÖBÖ) ve Sürekli Umut Ölçeği (SUÖ) ile toplandı. Öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerini sorgulayan Genel Bilgi Formu'nda, "Yaşamınızda deprem, yangın, iflas, taciz, terk edilme vb. travmatik bir olay deneyimlediniz mi?" ve "Ailede şiddetli kavga ve tartışma yaşadınız mı?" olarak ifade edilen iki soruya yer verildi.

Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği (RÖGÖ): Stres ve stres tepkileri ile başa çıkmada bireyin kullanabileceği bilişsel stratejileri ne ölçüde kullandığını ölçmek amacıyla geliştirilen likert tipi bir öz değerlendirme ölçeğidir. Rosenbaum tarafından 1980 yılında öz-kontrol adı ile geliştirilen bu ölçeğin ismi yine kendisi tarafından 1983 yılında Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği olarak değiştirilmiştir. Ölçek Siva (1991) ve Dağ (1991) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Beşli likert tipte olan, 36 maddeden oluşan ölçeğin onbir maddesi (4, 6, 8, 9, 14, 16, 18, 19, 21, 29, 35) ters puanlanmaktadır. Her bir maddeye verilen yanıtlar ayrı ayrı toplanarak alt ölçek puanları hesaplanmaktadır. Ölçekten alınan puanlar 36-180 arasında değişmektedir. Elde edilen puanların yüksekliği bireydeki öğrenilmiş güçlülük düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir (Dağ, 1991; Coşkun ve ark., 2015). Orijinal çalışmada, ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .82; Dağ (1991) tarafından yapılan çalışmada ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .78; bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .84 olarak bulundu.

Genelleştirilmiş Öz Yetki Beklentisi Ölçeği (GÖBÖ): Schwarzer ve Jerusalem (1995) tarafından geliştirilen Genel Öz Yeterlilik Ölçeği (General Self EfficacyScale) Yeşilay (1996) tarafından Genelleştirilmiş Öz Yetki Beklentisi Ölçeği adıyla Türkçeye uyarlanmıştır. Genel öz-yeterlilik duygusunu belirlemek için oluşturulan ölçek, günlük sıkıntılarla başa çıkma gücünün yanısıra her türlü stres verici yaşantıdan sonraki uyumu da kestirmeyi amaçlamaktadır. Hedef kitlesi ergenler de dahil olmak üzere yetişkin gruptur. Dörtlü likert tipte olan ölçek toplam 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte her bir maddeye verilen yanıtlar toplanır ve tek bir puan elde edilir, puan aralığı 10-40'tır. Ölçekten alınan yüksek puanlar olumlu (yüksek düzeyde) öz yeterlilik algılarına; düşük puanlar ise olumsuz (düşük düzeyde) öz yeterlilik algılarına işaret etmektedir. Orijinal çalışmada, ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .82; Yeşilay (1996) tarafından yapılan çalışmada ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .83; bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .90 olarak bulundu (Meydan, 2011; Erol ve Avcı, 2016).

Sürekli Umut Ölçeği (SUÖ): Snyder ve arkadaşları (1991) tarafından on beş yaş ve üstündeki bireylerin sürekli umut düzeylerini belirlemek amacı ile geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Akman ve Korkut tarafından (1993) yapılmıştır. On iki maddeden oluşan ölçekte, umudun alternatif yollar düşüncesi ve eyleyici düşünce boyutlarına ilişkin dörder madde yer almaktadır. Bu maddelerden bir tanesi geçmişe, iki tanesi içinde bulunulan zamana ve bir tanesi de geleceğe yöneliktir. Diğer dört madde ise umutla ilgisi olmayan olumsuz dolgu ifadelerinden oluşmaktadır ve ölçeğin değerlendirilmesinde bu dolgu ifadelerle puan verilmemektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 4, en yüksek puan 32'dir. Orijinal çalışmada, ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .74-.84 arasında; Akman ve Korkut (1993) tarafından yapılan çalışmada, ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .65; bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .67 olarak bulundu (Akman ve Korkut, 1993; Tarhan, 2012).

Verilerin toplanması: Ölçek ve formlar araştırmacılar tarafından öğrencilere kendi sınıflarında dağıtıldı ve toplandı. Formlar uygulanmadan önce, araştırmanın yapılma amacı ve bilgilerin başkalarına açıklanmayacağı konusunda öğrenciler bilgilendirildi ve öğrencilerin yazılı izinleri alındı.

Verilerin değerlendirilmesi: Veriler SPSS 22.0 programında değerlendirildi. Veriler tanımlayıcı (ortalama, standart sapma, ortanca, minimum-maksimum, yüzdelik hesapları) ve karşılaştırmalı (Mann Whitney U testi, Kruskal Wallis testi) istatistik yöntemleri kullanılarak analiz edildi. Ölçekler arası ilişki spearman korelasyon analizi ile belirlendi.

Araştırmanın etik yönü: Araştırmanın yapılabilmesi için araştırmanın yapıldığı devlet üniversitesinin etik kurulundan onay alındı. Araştırmanın yürütüleceği okulun müdürlüğünden kurum izni alındı. Ayrıca çalışmaya katılan her öğrenciye çalışma hakkında bilgi verildi, ardından çalışmaya katılmayı kabul edenlere çalışmanın amacı, süreci ve kendisinden beklenenler açıklanarak yazılı onamları alındı.

Araştırmanın sınırlılıkları: Bu çalışmanın yalnızca Tekirdağ ilindeki hemşirelik bölümü öğrencileri ile yapılmış olması araştırmanın sınırlılığını oluşturmaktadır.

BULGULAR

Çalışmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması $20,87 \pm 1,88$ yıl idi. %80,0'ı kadın olan öğrencilerin %27,5'i ikinci sınıf öğrencisidir. Öğrencilerin %55,5'inin annesi ve %41,1'inin babası ilköğretim mezunu olup %75,4'ünün annesi ev hanımı, %42,5'inin babası işçi ve %77,4'ü çekirdek aile yapısına sahip idi. Öğrencilerin %67,7'si yaşamları boyunca travmatik bir olay deneyimlemediklerini ve %65,4'ü ise ailelerinde şiddetli kavga ve tartışma yaşadığını belirtmiştir.

Tablo 1: Öğrencilerin RÖGÖ, GÖBÖ ve SUÖ Puan Ortalamaları (N:353)

	Olası Değerler		Gözlenen Değerler	
	Min-Max	Min-Max	Min-Max	Ort±SS
RÖGÖ	36-180	88-179	126,44±16,50	
GÖBÖ	10-40	11-40	28,58±5,79	
SUÖ	8-32	11-32	25,21±3,27	

Öğrencilerin RÖGÖ puan ortalaması $126,44 \pm 16,50$, GÖBÖ puan ortalaması $28,58 \pm 5,79$ ve SUÖ puan ortalaması $25,21 \pm 3,27$ olarak ortalamanın üzerinde saptandı (Tablo 1).

Tablo 2: Öğrencilerin Özelliklerine Göre RÖGÖ, GÖBÖ ve SUÖ Puan Ortalamaları (N:353)

Özellikler	RÖGÖ Med (Min-Max)	GÖBÖ Med (Min-Max)	SUÖ Med (Min-Max)
Cinsiyet	127 (88-179)	29 (13-40)	25 (11-32)
Kadın	123 (95-161)	29 (11-40)	26 (13-32)
Erkek	U=-0,403	U=-1,023	U=-0,803
	p=0,687	p=0,306	p=0,422
Sınıf	120 (101-157)	27 (13-40)	25 (11-32)
1. sınıf	131 (88-161)	28 (19-40)	26 (18-32)
2. sınıf	130 (92-166)	30 (15-40)	25 (17-32)
3. sınıf	123 (92-179)	29 (11-40)	24 (13-32)
4. sınıf	KW=18,341	KW=4,002	KW=10,645
	p=0,000	p=0,261	p=0,014
Travmatik olay yaşama	133 (92-179)	30 (11-40)	25,5 (13-32)
Evet	123 (88-166)	28 (13-40)	25,0 (11-32)
Hayır	U=-3,842	U=-2,019	U=-1,965
	p=0,000	p=0,044	p=0,049
Ailede şiddetli kavga, tartışma yaşanması	124 (92-167)	28 (11-40)	25 (11-32)
Evet	130 (88-179)	29 (17-40)	25 (15-32)
Hayır	U=-2,270	U=-2,083	U=-1,679
	p=0,023	p=0,037	p=0,093

U: Mann-Whitney U testi, KW: Kruskal Wallis testi

Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıflara göre RÖGÖ ve SUÖ puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptandı ($p < 0,05$). 2. sınıf öğrencilerinin RÖGÖ ve SUÖ puan ortalamalarının diğer sınıflardaki öğrencilerden daha yüksek olduğu görüldü (Tablo 2).

Travmatik bir olay yaşadığını belirten öğrencilerin RÖGÖ, GÖBÖ ve SUÖ puan ortalamaları diğer öğrencilere göre anlamlı derecede yüksek bulundu ($p < 0,05$); (Tablo 2).

Ailesinde şiddetli kavga ve tartışma yaşanmadığını belirten öğrencilerin RÖGÖ ve GÖBÖ puan ortalamaları diğer öğrencilere göre anlamlı derecede yüksek bulundu ($p < 0,05$); (Tablo 2).

Öğrencilerin cinsiyeti ile RÖGÖ, GÖBÖ ve SUÖ puan ortalamaları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar saptanmadı ($p > 0,05$); (Tablo 2).

Tablo 3: RÖGÖ, GÖBÖ ve SUÖ Puan Ortalamaları Arasındaki İlişki (N:353)

Ölçekler	SUÖ	GÖBÖ
RÖGÖ	r=0,523 p=0,000	r=0,452 p= 0,000
GÖBÖ	r=0,599 p=0,000	-

Spearman Korelasyon Testi

Ölçekler arasındaki ilişki incelendiğinde SUÖ ile RÖGÖ ve GÖBÖ arasında pozitif yönde orta düzeyde, RÖGÖ ve GÖBÖ arasında ise pozitif yönde zayıf düzeyde ilişki saptandı (Tablo 3).

TARTIŞMA

Hemşirelik öğrencileri diğer öğrencilerden farklı olarak eğitimleri boyunca hastane rutinleri, hasta bakımı, sağlık bakımına karar verme, terminal dönemdeki bireylere bakım verme ve ölüme tanık olma gibi stres oluşturan olaylarla karşı karşıya gelebilmektedir (Olgun ve ark., 2010; Taslak ve Işııkay, 2015). Bu stres kaynaklarıyla olumlu bir şekilde başa çıkılması öğrencilerin olgunlaşması ve kendine güveninin artmasına yol açacaktır (Olgun ve ark., 2010). Yapılan çalışmalarda bireylerin stresle baş edebilme yeteneğinin öğrenilmiş güçlülük (Çakır, 2009) ve öz yeterlilik (İnce, 2012; Okçin ve Gerçeklioğlu, 2013) düzeyleri ile ilişkili olduğu, öğrenilmiş güçlülük ve özyeterlilik düzeyinin umudun önemli bir yordayıcısı olduğu belirtilmektedir (Tarhan, 2012; Etcı, 2013).

Araştırma kapsamına alınan hemşirelik öğrencilerin RÖGÖ puan ortalamasının ölçekten alınabilecek puan ortalamasının üzerinde olduğu saptanmıştır (126,44±16,50). Ülkemizde hemşirelik öğrencileri (Bilge ve Pektaş, 2004; Yıldırım ve İkinci, 2005) ve hemşireler (Yıldırım ve ark., 2007; Coşkun ve ark., 2015) ile yapılan çalışmalar incelendiğinde, bu çalışmadan alınan puanın daha yüksek olduğu görülmektedir. Bununla birlikte, Yürür ve Keser'in (2010) öğretmenler üzerinde yaptığı çalışmada, öğrenilmiş güçlülük düzeyi bu çalışmaya benzer, Yıldırım ve arkadaşlarının (2011) polis okulu öğrencileriyle, Sertbaş'ın (2014) beden eğitimi spor yüksekokulu öğrencileri ile yaptığı çalışmada ise, öğrenilmiş güçlülük düzeyleri bu çalışmadan önemli ölçüde düşük bulunmuştur.

Araştırmada hemşirelik öğrencilerinin özyeterlilik düzeylerinin orta seviyenin üstünde olduğu saptanmıştır. Ülkemizde Doğan ve Ayaz'ın (2015) hemşirelerle yaptıkları çalışmada, özyeterlilik düzeyleri orta seviyede bulunurken, Karadağ ve arkadaşlarının (2011) hemşirelik öğrencileri ile yaptığı çalışmada ise özyeterlilik düzeyleri yüksek olarak saptanmıştır. Bununla birlikte yurt dışında hemşirelik öğrencileriyle yapılan çalışmalarda, özyeterliliğin düşük (Zhang ve ark., 2015; Zhu ve ark., 2016), orta (Kassem ve ark., 2015) ve yüksek (Priesack ve Alcock, 2015) olarak belirlendiği görülmektedir. Yüksek özyeterlilik öğrenci hemşirelerin uygun hedefler belirleme, farklı stratejiler deneme, görevi tamamlamadaki azmi ile öğrencilikten hemşireliğe geçişinin kolaylaştırması nedeniyle hemşirelik eğitiminin önemli bir sonucunu oluşturmaktadır (George ve ark., 2017). Sağlıklı/hasta bireylerin sağlık davranışlarına yönelimlerinin sağlanabilmesi için özyeterlilik algılarının yüksek olması gerekli iken, hemşirelik öğrencilerinden de bireyleri bu hedefe ulaştırabilmeleri için kendi özyeterlilik algılarının yüksek olması gerekmektedir (Karadağ ve ark., 2011).

Literatürde umut ile ilgili çalışmalara pek rastlanmamakla birlikte, umudun karşıt beklentisi olan umutsuzluk ile ilgili çalışmalar sıkça görülmektedir. Bu nedenle çalışmanın bu bulgusu umutsuzluk ile ilgili literatür ile tartışılmaya çalışılmıştır. Hemşirelik öğrencileri eğitimleri boyunca yaşayabildikleri stresli olaylar nedeniyle umutsuzluk deneyimleyebilmektedir (Taslak ve Işııkay, 2015). Aydın ve arkadaşları (2013) ile Dereli ve Kabataş'ın (2009) hemşirelik öğrencileriyle yaptıkları çalışmalarda, öğrencilerin umutsuzluk yaşadığı belirlenirken, Yalçın ve Açıkgöz'ün (2014) ebellek ve hemşirelik öğrencileriyle yaptığı çalışmada, öğrencilerin umutsuzluk puanının düşük olduğu saptanmıştır. Bu çalışmada da hemşirelik öğrencilerinin umut puanının orta seviyenin üzerinde olduğu görülmektedir.

Yapılan çalışmalarda, farklı sonuçların bulunması öğrenilmiş güçlülük, öz yeterlilik ve umut üzerinde bu çalışmada değerlendirilmemiş olan pek çok faktörün etkili olabileceğini düşündürdü. Bu çalışmada öğrenilmiş güçlülük, özyeterlilik ve umut üzerinde etkisi olabileceği düşünülen cinsiyet, sınıf, travmatik olay deneyimleme ve ailede kavga ve tartışma yaşama durumu değerlendirildi.

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre RÖGÖ, GÖBÖ ve SUÖ puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadı. RÖGÖ puan ortalaması Sobacı ve Polatç'ının (2014) yaptığı çalışmada kız öğrenciler lehine anlamlı derecede yüksek bulunurken yapılan diğer çalışmalarda kız öğrencilerde yüksek bulunmakla birlikte (Dağ,

1991; Yürür ve Keser, 2010) anlamlılık saptanmamıştır. Cinsiyet ve özyeterlilik düzeyi ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında, erkek öğrencilerin özyeterlilik düzeylerinin daha yüksek olduğunu gösteren (Özmenteş ve Özmenteş, 2008; Zhang ve ark., 2015) ya da kız öğrencilerin özyeterliliklerinin daha yüksek olduğunu gösteren (Çevik, 2011) çalışmaların yanı sıra aralarında anlamlı farkın olmadığını belirten çalışmalarda (Karadağ ve ark., 2011; Okçin ve Gerçeklioğlu, 2013; Kızılcı ve ark., 2015) mevcuttur.

Yapılan çalışmalarda erkek öğrencilerin umutsuzluk düzeyinin kız öğrencilerden anlamlı ölçüde yüksek (Şahin, 2009; Erdoğan, 2012; Taslak ve Işııkay, 2015), düşük (Dursun ve Aytaç, 2012) ya da benzer olduğunu (Dereli ve Kabataş, 2009; Yılmaz ve Dursun, 2014) gösteren çalışmalar da vardır. Bu çalışmada da öğrencilerin cinsiyetlerine göre RÖGÖ, GÖBÖ ve SUÖ puan ortalamaları açısından anlamlı farklılık olmaması bu özellikler açısından çalışmaya alınan öğrencilerin cinsiyetlerinin etkili bir değişken olmadığı, toplumda kadın ve erkeğin üstlendiği rollerin giderek benzeşmesinden kaynaklanabileceği düşünüldü.

Öğrencilerin RÖGÖ, GÖBÖ ve SUÖ puanlarının birinci sınıfta düşük iken, daha sonra yükseldiği ve son sınıfta ise yine düştüğü ve bu durumun RÖGÖ ve SUÖ için anlamlı olduğu saptanmıştır. Bu durum öğrencilerin birinci sınıfta yeni bir ortama girme, yeni arkadaşlar edinme, farklı bir şehirde yaşamasına bağlı çeşitli sorunlarla karşı karşıya kaldığını 2. ve 3. sınıflarda bu sorunlarla başa çıkabilecek duruma geldiğini düşündürmektedir. Bununla birlikte son sınıfta saptanan ölçek puanlarındaki düşüşün intörnölük uygulaması nedeniyle öğrencilerin eğitimlerinin tamamını önceki yıllardan farklı olarak hastane ortamında gerçekleştirmeleri nedeniyle mesleki sorumluluklarla daha erken karşılaşmaları ve mezuniyet sonrası iş bulma kaygıları ile ilişkili olabileceği öngörülmüştür. Yıldırım ve Ekinci'nin (2005) sağlık yüksekokulu ve hukuk fakültesi öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük düzeyini, Sevindek ve arkadaşlarının (2007) hemşirelik ve sağlık memurluğu öğrencilerinin özyeterlilik düzeyini ve Ayda'nın (2011) müzik bölümü öğrencilerinin umut düzeyini belirledikleri çalışmalarda birinci sınıftaki öğrencilerin en düşük puanlara sahip olduğu, sınıf yükseltikçe alınan puanların arttığı ancak dördüncü sınıfta tekrar bir düşüşün yaşandığı saptanmıştır. Bu sonuçların çalışmanın bulgularıyla uyumlu olduğu düşünülmektedir.

Beklenmedik bir zamanda ortaya çıkan ve kişinin baş etme yollarını felce uğratan travmatik olaylar karşısında bireyler farklı tepkiler gösterebilmektedir (İnci ve Boztepe, 2013). Yapılan çalışmalarda, travmatik bir olayın ardından bireyde ortaya çıkan değişikliklerin yalnızca anksiyete, stres, depresyon gibi psikopatolojiler şeklinde olmadığı, bir kısım bireyin önceki durumundan daha güçlü hale geldiği görülmüştür (İnci ve Boztepe, 2013; Haselden, 2014). Travma sonrası büyüme olarak adlandırılan bu durum bireylerin özyeterlilik, kendine güven, sağlamlılık gibi bireysel özelliklerin yanısıra aile ve arkadaş desteği, maddi kaynaklar ve yaşam koşulları gibi çevresel faktörlerin etkisinden de kaynaklanmaktadır (İnci ve Boztepe, 2013). Yılmaz ve Hıslı'nın (2007) arama kurtarma çalışanlarında yaptıkları çalışmada, çalışanların travma sonrası büyümeleri üzerine daha önceden yaşadıkları travma olaylarının etkili olduğu sonucuna varılmıştır. İnan ve Üstün'ün (2014) meme kanseri ve travma sonrası gelişimi inceledikleri makalelerinde, meme kanseri için tedavi uygulanan kadınların tedavi sonrası dönemde psikososyal olarak güçlenme deneyimledikleri belirtilmektedir. Bu çalışmada da geçmişte travmatik olay yaşayan öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük, özyeterlilik ve umut düzeylerinin diğer öğrencilerden daha yüksek olarak saptanması yaşanan travmatik olayların öğrencilerin gelişimine olumlu katkısı olduğu ve geleceğe umutla bakmalarını sağladığı düşünülmektedir.

Aile içi ilişkilerde ortaya çıkan anlaşmazlık, kavga, baskı ve şiddet uygulamaları aile bireylerinin kişisel güvenliklerini olumsuz etkilemektedir (Keskin, 2013). Yapılan çalışmalarda, ailelerin sağlamlık durumunun öğrenilmiş güçlülük (Coşkun, 2009) ve özyeterlilik (Gençoğlu ve ark., 2014) düzeyleri üzerine olumlu etkileri olduğu gösterilmiştir. Bu çalışmada da, ailelerinde şiddetli kavga ve tartışma yaşamayan öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük ve özyeterlilik düzeylerinin daha yüksek olması bu çerçevede literatürle benzer olarak yorumlanmış ve sağlıklı aile ortamının öğrencilerin gelişimine pozitif etkisi olduğu sonucuna varılmıştır.

Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük, özyeterlilik ve umut düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde, pozitif yönde bir korelasyonun olduğu görülmüştür. Bireylerin öğrenilmiş güçlülük düzeyi arttıkça özyeterlilik ve umut düzeyinin de arttığı saptanmış, yüksek öğrenilmiş güçlülük ve özyeterlilik düzeyinin stresle başa çıkmada etkin olduğu ve bireylerin geleceğe karşı umutlu olmasına yardımcı olduğu düşünülmüştür. Akgün'ün (2004) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada, öğrenilmiş güçlülük ve özyeterlilik arasında pozitif yönde bir korelasyon saptanmış olup, öğrenilmiş güçlülük düzeyi yüksek olan bireylerin karşılaştıkları olumsuz olay ve durumlarla daha etkin başa çıktıkları belirtilmiştir. Etc'i'nin (2013) işitme engelli öğrencilerle yaptığı çalışmada ise umutsuzluk ve öğrenilmiş güçlülük arasında negatif yönde bir ilişki olduğu ve öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeyinin yükseltilecek umut duygularının da yükseltilmesi gerektiği belirtilmiştir. Tarhan'ın (2012) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada ise, özyeterliliğin umut üzerinde önemli bir yordayıcı olduğu ve umut düzeyi yüksek kişilerin kendilerini daha yeterli algıladığı sonucuna varılmıştır. Farklı bir çalışmada da, öğrencilerin umut düzeyleri ile özyeterlilik düzeyleri arasında pozitif yönde ilişki olduğu belirtilmiştir (Kezer ve ark., 2016). Bireylerin umut düzeylerinin yüksek olması için özyeterlilik ve öğrenilmiş güçlülüğün yükseltilmesinin gerekliliği kaçınılmazdır. Bu nedenle hemşirelik öğrencilerinde özyeterlilik ve öğrenilmiş güçlülüğün desteklenerek umutlarının da artırılmasına yönelik çalışmaların yapılması yararlı olacaktır.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Sonuç olarak, öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük, öz yeterlilik ve umut düzeyleri ortalamasının üzerinde bulunmuştur. Öğrencilerin okudukları sınıf ile öğrenilmiş güçlülük ve umut düzeyleri arasında anlamlı farklılık belirlenmiştir. Ayrıca geçmişte travmatik olay yaşayan öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük, öz yeterlilik ve umut puan ortalamalarının daha yüksek olduğu ve aile içi şiddeti, kavga ve tartışmayı deneyimlemeyen öğrencilerin ise öğrenilmiş güçlülük ve öz yeterlilik puan ortalamalarının anlamlı derecede diğer öğrencilere göre farklı olduğu saptanmıştır.

Yapılan analizler sonucunda, öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük, umut ve öz yeterlilik düzeylerinin birbiri ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Hemşirelik öğrencileri, eğitimlerinde özellikle klinik uygulamalarda hastane ortamında bulunma, farklı bireylerle iletişime geçme, becerilerde yetersizlik hissetme ve eğitmenle birebir çalışma vb nedenlerle stres deneyimlemektedir. Eğitim yaşamlarının yanı sıra öğrenciler mezun olup stresli çalışma koşulları ve riskleri olan bir alanda çalışmaya başladıklarında da duygusal tükenme ve umutsuzluk gibi duygular yaşayabilmektedirler. Bu nedenle okul döneminde kendini ifade etme, stresle başa çıkma, çatışma çözme becerilerinin geliştirilmesi için konu ile ilgili derslere yer verilerek öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük, öz yeterlilik ve umut düzeylerinin geliştirilmesi önerilmektedir. Teorik bilgilerin pratiğe dönüştürülmesinde olgu tartışmaları ve rol canlandırma gibi interaktif eğitim yöntemleri yeğlenmelidir. Bununla birlikte, öğrencilere meslek yaşamına karşılaşılabilecekleri çalışma ortamı/koşulları kaynaklı zorluk ve sorunlara yönelik eğitimler de verilmelidir.

Sağlık ekibinin önemli bir üyesi olan hemşirelerin iyi bir sağlık bakım hizmeti sunabilmesi öncelikle kendilerinin sağlıklı olmasına, iyi bir eğitim almasına bağlıdır. Mesleğini benimsemiş, kendine güvenen ve geleceğe umutla bakan öğrenciler mesleğe başladıklarında bu özelliklerini hizmeti alanlara da yansıtacaklardır.

KAYNAKLAR

Abdel-Khalek, A.M., Lester, D. (2017). The association between religiosity, generalized self-efficacy, mental health, and happiness in Arab college students. *Personality and Individual Differences*, 10, 912-916
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.12.010>

Akgün, S. (2004). The effects of situation and learned resourcefulness on coping responses. *Social Behavior and Personality*, 32:5, 441-448.
<https://doi.org/10.2224/sbp.2004.32.5.441>

Akman, Y., Korkut, F. (1993). Umud ölçeği üzerine bir çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9, 193-202.

Arabacı, L.B., Akın Korhan, E., Tokem, Y., Torun R. (2015). Hemşirelik birinci sınıf öğrencilerinin ilk klinik deneyim öncesi-sırası ve sonrası anksiyete ve stres düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 2:1, 1-16.

Aşkar, P., Umay, A. (2001). İlköğretim matematik öğretmenliği öğrencilerinin bilgisayarla ilgili öz-yeterlilik algısı. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21, 1-8.

Ayda, A. (2011). Müzik bölümü lisans öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi: Hacettepe Üniversitesi Ankara Devlet Konservatuarı örneği. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31:2, 509-524.

Aydın, M., Erdoğan, S., Yurdakul, M., Eker, A. (2013). Sağlık yüksekokulu ve sağlık meslek lisesi öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4:1, 1-6.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
<https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>

Bilge, A., Pektaş, İ. (2004). Öğrencilerin soysokültürel özellikleri, durumluk-sürekli kaygı düzeyleri ve başa çıkma becerilerinin incelenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 20:1, 47-55.

Coşkun, S., Şarлак, K., Taştan, H. (2015). Psikiyatri hemşirelerinde öğrenilmiş güçlülük düzeyi ve iş yaşamı kalitesi: Karşılaştırmalı bir çalışma. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4:1, 84-101.

- Coşkun, Y. (2009).** Ortaöğretim öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ve aile içi ilişkileri. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 18:2, 104-118.
- Çakır, Ö. (2009).** Çalışma yaşamında öğrenilmiş güçlülük ve iş stresi ile başa çıkmada rolünü belirlemeye yönelik bir araştırma. 17. Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi Kitabı, Eskişehir, 21-23.
- Çevik, D.B. (2011).** Sınıf öğretmeni adaylarının müzik öğretimi özyeterlilik düzeylerinin incelenmesi. Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 12:1, 145-168.
- Dağ, İ. (1991).** Rosenbaum'un öğrenilmiş güçlülük ölçeğinin üniversite öğrencileri için güvenilirlik ve geçerliği. Türk Psikiyatri Dergisi, 2:4, 269-274.
- Dereli, F., Kabataş, S. (2009).** Sağlık yüksekokulu son sınıf öğrencilerinin iş bulma endişeleri ve umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi. Yeni Tıp Dergisi, 26, 31-36.
- Doğan, R., Ayaz, S. (2015).** Hemşirelerin egzersiz davranışları, öz yeterlilik düzeyleri ve ilişkili faktörler. Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 18:4, 287-295.
- Dursun, S., Aytaç, S. (2012).** Üniversite öğrencilerinin işgücü piyasasına yönelik beklentileri ve iş deneyimleri ile umutsuzluk ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişki üzerine bir araştırma. Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 10:1, 373-388.
- Erdoğan, O. (2013).** İlköğretim Öğretmenlerinin Öz Yeterlilik ve Başarı Algılarında Yordayıcı Olarak Akademik İyimserlik, Umut ve Mesleki Haz. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Erdoğan, M.Y. (2012).** Kişisel ve sosyal uyum düzeylerinin öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerini yordaması. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 1:2, 123-134.
- Erol, M., Avcı, D. (2016).** Eyleme geçiren bir katalizör "öz yeterlilik algısı": üniversite öğrencileri üzerine bir inceleme. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 31:4, 711-723.
- Etcı, A. (2013).** İşitme Engelli Öğrencilerin Öğrenilmiş Güçlülük İle Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Feldman, D. B., Kubota, M. (2015).** Hope, self-efficacy, optimism, and academic achievement: Distinguishing constructs and levels of specificity in predicting college grade-point average. Learning and Individual Differences, 37, 210-216.
<https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.11.022>
- Gençoğlu, C., Kumcağız, K.E. (2014).** Ergenlerin şiddet eğilimine etki eden ailevi faktörler. Turkish Studies-International Periodical for The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic, 9:2, 639-652.
<https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.6208>
- George, L.E., Locasto, L.W., Pyo, K.A., Cline, T.W. (2017).** Effect of the dedicated education unit on nursing student self-efficacy: A quasi-experimental research study. Nurse Education in Practice, 23, 48-53.
<https://doi.org/10.1016/j.nepr.2017.02.007>
- Güloğlu, B., Aydın, G. (2007).** İlköğretim 5. sınıf öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük ve otomatik düşünce biçimi arasındaki ilişki. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 33: 157-168.
- Haselden, M. (2014).** Üniversite Öğrencilerinde Travma Sonrası Büyümeyi Yordayan Çeşitli Değişkenlerin Türk ve Amerikan Kültürlerinde İncelenmesi: Bir model önerisi. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Huang, C.Y., Sousa, V.D., Tu, S.Y., Hwang, M.Y. (2005).** Depressive symptoms and learned resourcefulness among Taiwanese female adolescents. Archives of Psychiatric Nursing, 19:3, 133-140.
<https://doi.org/10.1016/j.apnu.2005.04.005>
- İnan, F.Ş., Üstün, B. (2014).** Meme kanseri ve travma sonrası gelişim. Meme Sağlığı Dergisi, 10:2, 75-78.
- İnce, İ. (2012).** İş Yaşamında Kadın ve Erkek Çalışanların Öğrenilmiş Çaresizlik Açısından Karşılaştırılması; Trakya

Üniversitesi Tıp Fakültesi Örneği. Yüksek Lisans Projesi. Trakya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Edirne.

İnci, F., Boztepe, H. (2013). Travma sonrası büyüme: Öldürmeyen acı güçlendirir mi? *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 4:2, 80-84.

Karadağ, E., Aksoy Derya, Y., Ucuzal, M. (2011). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin öz etkililik-yeterlik düzeyleri. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 4:1, 13-20.

Kassem, A.H., Elsayed, R.S., Elsayed, W.A. (2015). Bullying behaviors and self efficacy among nursing students at clinical settings: Comparative study. *Journal of Education and Practice*, 6:35, 25-36.

Keskin, G.S. (2013). Travmatik Bir Yaşantı Olarak Boşanma: Aile İçi Şiddet, Travmatik Stres ve Sosyal Desteğin Travma Sonrası Büyüme İle İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

Kezer, F., Ogurlu, Ü., Akfırat, O.N. (2016). Eleştirel düşünme eğilimi, genel öz yeterlik ve umutsuzluk arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13:34, 202-218.

Kızılcı, S., Mert, H., Küçükgüçlü, Ö., Yardımcı, T. (2015). Hemşirelik fakültesi öğrencilerinin öz etkililik düzeyinin cinsiyet açısından incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 8:2, 95-100.

Meydan, C.H. (2011). İş tatmini ve öz yeterliliğin örgüt içi girişimcilğe etkisi: Kamu sektöründe bir araştırma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20:1, 25-40.

Oğçin, F.A., Gerçeklioğlu, G. (2013). Öğrencilerin öz-etkililik-yeterlilik algıları ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2:1, 40-51.

Olgun, N., Öntürk, Z.K., Aslan, F.E., Karabacak, Ü., Serbest, Ş. (2010). Hemşirelik öğrencilerinin stresle başa çıkma düzeylerinin değerlendirilmesi: Bir yıllık izlem sonuçları. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 7:2, 44-51.

Özmenteş, G., Özmenteş, S. (2008). Çalgı eğitiminde müzik yeteneğine ilişkin öz yeterlik ve kişisel özellikler arasındaki ilişkiler. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2:24, 92-100.

Priesack, A., Alcock, J. (2015). Well-being and self-efficacy in a sample of undergraduate nurse students: A small survey study. *Nurse Education Today*, 35, 16-20.
<https://doi.org/10.1016/j.nedt.2015.01.022>

Rosenbaum, M.A. (1980). A schedule for assessing self-control behaviors: Preliminary findings. *Behavior Therapy*, 11, 109-121.
[https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(80\)80040-2](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(80)80040-2)

Sertbaş, K. (2014). A research on the learned resourcefulness and psychological vulnerability levels of the school of physical education and sports students. *International Online Journal of Educational Sciences*, 6:2, 373-380.
<https://doi.org/10.15345/ijoes.2014.02.011>

Sevindik, T., Yeşil, G., Sevindik, F., Açıık, Y. (2007). Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ile öz etkililik yeterlik arasındaki ilişki. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 2(2):13-22.

Siva, A.N. (1991). İnfertilitede Stresle Başetme, Öğrenilmiş Güçlülük ve Depresyonun İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

Sobacı, F., Polatçı, S. (2014). Öğrenilmiş güçlülük: meslek yüksekokulu öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 28:2, 17-38.

Snyder, C.R., (1989). Reality negotiation from excusestohope and beyond. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 8:2, 130-157.
<https://doi.org/10.1521/jscp.1989.8.2.130>

Snyder, C.R., Harris, C., Anderson, J.R., Holleran, S.A., Irving, L.M., Sigmon, S.T., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., Harney, P. (1991). The will and ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60:4, 570-585.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.4.570>

- Şahin, C. (2009).** Eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri. Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi, 27, 271 -286.
- Schwarzer, R., Jerusalem, M. (1995).** Generalized self-efficacy scale. Weinman, J., Wright, S., Johnston., M. (Eds.). Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs, Windsor, UK: NFER-Nelson, UK, 35-37.
- Tarhan, S. (2012).** Umudun öz yeterlik, algılanan sosyal destek ve kişilik özelliklerinden yordanması. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Tarhan, S., Bacanlı, H. (2015).** Sürekli umut ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. The Journal of Happiness & Well-Being, 3:1, 1-14.
- Taslak, S., Işıkkay, Ç. (2015).** Hemşirelik bölümü öğrencilerinin eğitim algıları ile kaygı ve umutsuzluk düzeylerine yönelik bir araştırma: Sağlık yüksekokulu örneği. Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 6:3, 108-115.
- Tercanlı, N., Demir V. (2012).** Beck umutsuzluk ölçeğinin çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi (Gümüşhane ili örneği). Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 1:1, 29-40.
- Yalçın, S., Açıkgöz, İ. (2014).** Sağlık bilimleri fakültesi son sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması. Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 11:26, 259-270.
- Yeşilay, A. (1996).** Genelleştirilmiş özyetki beklentisi ölçeği. <http://userpage.fuberlin.de/~health/turk.html> (Erişim: 22.11.2017)
- Yıldırım, A., Ekinci, M. (2005).** Eğitimi hemşirelik olan ve olmayan üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma düzeylerinin karşılaştırılması. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 8:3, 19-29.
- Yıldırım, A., Hacıhasanoğlu, R., Karakurt, P. (2007).** Hemşirelerin stresle başa çıkmada bilişsel stratejileri kullanma düzeylerinin ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 10:4, 21-29.
- Yıldırım, A., Hacıhasanoğlu, R., Türkleş, S., Karakurt, P. (2011).** Polis meslek yüksekokulu öğrencilerinin stresle başa çıkma düzeyleri ve ruhsal durumları. Taf Preventive Medicine Bulletin, 10:3, 293-302. <https://doi.org/10.5455/pmb.20101219054900>
- Yıldız, D. (2014).** Örgütlerde Öğrenilmiş Güçlülük Kavramı ve İnsan Kaynakları Departmanı Çalışanlarının Öğrenilmiş Güçlülük Düzeylerinin İncelenmesi. İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Yılmaz, B., Hisli, N. (2007).** Arama-kurtarma çalışanlarında travma sonrası stres belirtileri ve travma sonrası büyüme. Türk Psikoloji Dergisi, 22:59, 119-133.
- Yılmaz, İ.A., Dursun, B. (2014).** Genç bireylerin umutsuzluk düzeylerinin sosyo-demografik özellikleri ile ilişkisi: Kırklareli Üniversitesi Pınarhisar Meslek Yüksekokulu örneği. Gençlik Araştırmaları Dergisi, 2:4, 48-79.
- Yürür, S., Keser, A. (2010).** Öğrenilmiş güçlülük: Öğretmenler üzerinde bir uygulama. Çalışma İlişkileri Dergisi, 59-70.
- Zengin, N. (2007).** Sağlık yüksekokulu öğrencilerinde öz-etkililik yeterlilik algısı ve klinik uygulamada yaşanan stresle ilişkisinin incelenmesi. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 10:1, 46-57.
- Zhang, Z.J., Zhang, C.L., Zhang, X.G., Liu, X.M., Zhang, H., Wang, J., et al. (2015).** Relationship between self-efficacy beliefs and achievement motivation in student nurses. Chinese Nursing Research, 2, 67-70 <https://doi.org/10.1016/j.cnre.2015.06.001>
- Zhu, B., Chen, C.-R., Shi, Z.-Y., Liang, H.-X., Liu, B. (2016).** Mediating effect of self-efficacy in relationship between emotional intelligence and clinical communication competency of nurses. International Journal of Nursing Sciences, 3, 162-168. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2016.04.003>