

Hemşirelik Öğrencileri Arasında Uykusuzluk ve Kişilerarası Duyarlılık İlişkisi: Kişilerarası Kaygı ve Bağımlılığın Aracı Rolü

The Relationship Between Insomnia and Interpersonal Sensitivity Among Nursing Students: The Mediating Role of Interpersonal Anxiety and Addiction

*Songül ÇAĞLAR¹ <https://orcid.org/0000-0002-5412-0708> | songulcaglar@ibu.edu.tr
Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Bolu, Türkiye
ROR ID: <https://ror.org/01x1kqx83>

Hamit COŞKUN² <https://orcid.org/0000-0002-5509-8717> | hamitcoskun2000@gmail.com
Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Bolu, Türkiye
ROR ID: <https://ror.org/01x1kqx83>

Makbule Tokur KESGİN³ <https://orcid.org/0000-0003-2729-8612> | mtkesgin@gmail.com
Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Bolu, Türkiye
ROR ID: <https://ror.org/01x1kqx83>

Özet

Amaç: Hemşirelik öğrencilerinde yüksek kişilerarası duyarlılık başta sosyal kaçınma olmak üzere çeşitli psikolojik ve fiziksel sağlık sorunlarına yol açmaktadır. Bu durum uyku problemleri ve dolayısıyla uykusuzluk yaşama ile sonuçlanabilir. Bu çalışmanın amacı uykusuzluk yaşayan ve yaşamayan hemşirelik öğrencilerinin kişilerarası duyarlılık seviyelerinin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Bu çalışma kesitsel ve ilişki arayıcı bir araştırmadır. Veriler Kasım 2021- Mayıs 2022 tarihleri arasında bir üniversitenin hemşirelik bölümü öğrencilerinden (n=348), çevrim içi olarak toplandı. Verilerin toplanmasında kişisel bilgi formu, uykusuzluk şiddeti indeksi ve kişilerarası duyarlılık ölçeği kullanıldı.

Bulgular: Bulgular uykusuzluk yaşayan ve uykusuzluk yaşamayan katılımcılar arasında kişilerarası duyarlılık seviyeleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir (p<0,05). Uykusuzluk yaşayan katılımcılarda, uykusuzluk şiddeti ile kişilerarası duyarlılık arasında pozitif yönde, istatistiksel açıdan anlamlı, düşük seviyede bir ilişki vardır (r=,15; p=0,03). Uykusuzluk yaşamayan katılımcılarda ise, uykusuzluk şiddeti ile kişilerarası duyarlılık arasında pozitif yönde orta seviyede, istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır (r=,40; p=0,001). Öğrencilerin uykusuzluk şiddeti toplam puanı ile kişilerarası duyarlılık ölçeği toplam puanı ve kişilerarası kaygı alt puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır, (p<0,01). Atılğan olmayan davranış alt boyutu ile uykusuzluk şiddeti arasında kişilerarası kaygı ve bağımlılığı alt boyutunun orta düzeyde etkili bir aracı değişken olduğu görülmektedir (R²=0,18; CE effect=,09).

Sonuç: Kişilerarası duyarlılıkta atılğan olmayan davranışlar alt boyutu ile uykusuzluk şiddeti arasındaki ilişkide kişilerarası kaygı ve bağımlılığın aracı değişken olduğu görülmektedir. Hemşirelik öğrencilerinin optimal sağlığa kavuşmaları ve daha iyi bakım vermeleri için kişilerarası kaygı ve bağımlılıklarını azaltmaya yönelik uygulamalar planlanmalıdır.

Anahtar Sözcükler: Anksiyete, hemşire, öğrenciler, uykusuzluk

Abstract

Aim: High interpersonal sensitivity in nursing students causes various psychological and physical health problems, especially social avoidance. This can result in sleep problems and therefore insomnia. The aim of this study was to compare the interpersonal sensitivity levels of nursing students with and without insomnia.

Method: This study was cross-sectional and correlational. Data were collected online from nursing students at a university between November 2021 and May 2022 (n=348). Personal information form, insomnia severity index and interpersonal sensitivity scale were used to collect data.

Results: According to the results of the analysis, there is a statistically significant difference between the interpersonal sensitivity levels of the case and control groups, (p<0,05). In the case group, there was a positive, statistically significant but low correlation between the severity of insomnia and interpersonal sensitivity (r=,15; p=0,03). In the control group, there was a moderate, statistically significant correlation between the severity of insomnia and interpersonal sensitivity (r=,40; p=0,001). There was a positive correlation at the 0,01 level between the students' insomnia severity total score and their interpersonal sensitivity scale total score and interpersonal anxiety sub-scores. Interpersonal anxiety sub-scores and addiction seem to be moderately effective mediating variables between non-assertive behavior sub-scores and insomnia severity (R²=,18, CE effect=,09).

Conclusion: Interpersonal anxiety and addiction seem to be mediating variables in the relationship between the non-aggressive behaviors sub-dimension of interpersonal sensitivity and the severity of insomnia. Practices should be planned to reduce interpersonal anxiety and dependence for nursing students to achieve optimal health and provide better care.

Keywords: Anxiety, nurse, students, insomnia

Atf: Çağlar, S., Coşkun, H., & Tokur Kesgin, M. Hemşirelik öğrencileri arasında uykusuzluk ve kişilerarası duyarlılık ilişkisi: Kişilerarası kaygı ve bağımlılığın aracı rolü. Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi, 26/2 (08, 2024), 18-29.

*Sorumlu Yazar: Songül Çağlar

Makale Gönderimi 04.01.2024 Kabul Tarihi 13.05.2024 Yayımlanma Tarihi 06.08.2024

Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmalarını CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

1. Giriş

Uykusuzluk ve kişilerarası duyarlılık sorunları üniversite öğrencilerinde yaygın görülen sağlık sorunlarından (Ding X ve ark., 2021). Başkalarının duygu ve davranışlarına yönelik aşırı farkındalık ve duyarlılık gösterme olarak tanımlanan kişilerarası duyarlılık, sosyal ilişkileri olumsuz etkileyen bir durumdur (Doğan ve Sapmaz, 2012). Kişilerarası duyarlılık önemli hemşirelik becerilerinden biri olması sebebiyle hemşirelik öğrencilerinde diğer üniversite öğrencilerden daha fazla dikkat edilmesi gereken bir durumdur (Tajigharajeh ve ark., 2021). Hemşirelik öğrencilerinin mesleki özellikleri onların titiz, basiretli ve mükemmel olmalarını gerektirirken, aynı zamanda iyi bir ruh sağlığına da sahip olmaları gerekmektedir (Ding Y ve ark., 2024). Vardiyalı sistemde çalışılan hemşirelik mesleğinde, sirkadiyen ritmin bozulması ile birlikte depresyon gibi duygu durum bozuklukları görülebilir. Kişilerarası duyarlılık seviyesi bu tarz duygu durum bozukluklarının ortaya çıkmasında etkin bir faktör olabilir (Adeniran ve ark., 1996). Yine üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışma öğrencilerin kişilerarası duyarlılıkları arttıkça, öz şefkat seviyelerinin azaldığını göstermektedir (Neshat ve ark., 2024). Bu sebeple, yüksek kişilerarası duyarlılığın önlenememesi durumunda hemşirelik öğrencilerinin kendi sağlıklarına ek olarak, bakım verdikleri kişilerin sağlık bakımında da olumsuzluğa yol açabileceği düşünülebilir.

Kişilerarası duyarlılığı yüksek olan hemşirelik öğrencileri teorik dersler ve klinik uygulamalarında sosyal kaçınma davranışı gösterebilir (Doğan ve Sapmaz, 2012). Bu sağlık sorununun em fizyolojik hem de ruhsal yönden olumsuz etkileri vardır. Yüksek kişilerarası duyarlılık anksiyete ve stresin artması ile birlikte uyku problemlerine yol açabilir. Çalışmalar uykusuzluk yaşamının öğrencilerin psikolojik sağlıklarını olumsuz etkileyen başlı başına bir etken olduğunu göstermektedir (Erol, 2020). Bu sebeple uykusuzluk, öğrencilerin kişiler arası duyarlılıklarını da olumsuz olarak etkilemekte (Adams ve ark., 2020; Tang ve ark., 2020) ve iki olumsuz durum birbirini tetiklemektedir.

Kişilerarası duyarlılığın önemli bir bileşeni olan atılgan davranışlar, hemşirelerin benlik saygısını ve sağlık bakım sistemindeki iletişimi etkilediği için düzenli olarak değerlendirmelidir (Maheshwari ve Gill, 2015). Atılgan davranışlar kişilerarası duyarlılığın davranışa yönelik bir bileşenidir ve önemli davranışsal yanıtlara yol açmaktadır. Atılgan davranışların yüksek olduğu bir kişilerarası duyarlılıkta, istenmeyen bazı davranışsal yanıtlar gelişebilmekte ve hemşireler mekanik veya bağımsız ilgi yanıtları oluşturarak sorumluluk duygusu ve profesyonellikten uzak kalabilme riski taşımaktadır (Aydın ve Hiçdurmaz, 2016).

Literatürde üniversite öğrencilerinin kişilerarası duyarlılıkları ile uyku alışkanlıklarını birlikte değerlendiren az sayıda çalışma mevcuttur. Ancak bu çalışmalarda her iki değişkenin birlikte ele alındığı ve genellikle uyku kalitesi üzerinden bir değerlendirme yapıldığı görülmektedir (Tang ve ark., 2020). Uykusuzluk yaşayan ve yaşamayan hemşirelik öğrencilerinin kişilerarası duyarlılık seviyelerinin karşılaştırıldığı bir çalışmaya ise literatürde rastlanmamıştır. Bu çalışmada kişilerarası duyarlılığının alt boyutları ile uyku durumu arasında ilişki araştırılmaktadır. Literatürde duyarlılığının hangi boyut veya boyutlarının uyku durumu ile ilişkili olduğu bilinmemektedir. Bu araştırmada, uyku açısından duyarlılık alt boyutları arasında ilişkinin doğası ilk kez aydınlatılmış olacaktır. Bu çalışmanın temel amacı uykusuzluk yaşayan ve yaşamayan hemşirelik öğrencilerinin kişilerarası duyarlılık seviyelerinin karşılaştırılmasıdır.

Araştırmanın alt hedefleri;

- Uykusuzluk yaşayan ve yaşamayan hemşirelik öğrencilerinin kişilerarası duyarlılık seviyelerini belirlemek,
- Uykusuzluk yaşayan ve yaşamayan hemşirelik öğrencilerinin uykusuzluk yaşama durumları ile kişiler arası duyarlılık seviyeleri arasında bir ilişki olup olmadığını ortaya koymak,
- Uykusuzluk yaşayan ve yaşamayan hemşirelik öğrencilerinin kişiler arası duyarlılıklarını etkileyen sosyo-demografik değişkenleri belirlemektir.

2. Yöntem

2.1. Araştırmanın türü

Çalışma kesitsel ve ilişkisel bir araştırmadır. Katılımcıları bir üniversitenin hemşirelik bölümü öğrencileri oluşturdu. Uykusuzluk düzeyi, öğrencilerin uykusuzluk şiddeti indeksinden (UŞİ) aldıkları puanlara göre belirlendi.

2.2. Araştırmanın evren ve örnekleme

Çalışmanın verileri 22 Kasım 2021-31 Mayıs 2022 tarihlerinde çevrim içi olarak toplanmıştır. Çalışmanın evrenini Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Hemşirelik Bölümünde öğrenim gören 690 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmanın örnekleme G power 3.1.9.7 programı ile hesaplandı. Analiz yöntemi olarak t test means: Difference between two independent means (Two groups) çalışma öncesi örneklem hesabı kullanıldı. Etki büyüklüğünde referans olarak Tang ve ark. tarafından yapılan “Research Between Sleep Quality and Interpersonal Sensitivity of Chinese College Students” başlıklı çalışmadaki uyku kalitesi ve kişilerarası duyarlılık arasındaki regresyon analizi sonucu kullanılarak ($R^2=0,16$) etki büyüklüğü 0,40 olarak hesaplandı. Yapılan hesaplamalarda hata oranı %5 olarak kabul edilirken, çalışmanın %95 güçle gerçekleştirilebilmesi için örneklem büyüklüğünün 328 kişi olması gerektiği bulundu.

2.3. Veri toplama araçları

2.3.1. Kişisel bilgi formu:

Öğrencilerin yaş, cinsiyet, sınıf, medeni durumu, çalışan durumunu sorgulayan beş soru, kronik ve psikolojik hastalık durumunu sorgulayan (evet, hayır) iki soru, sigara alkol kullanımını sorgulayan iki soru ve uyku alışkanlıklarını sorgulayan 10 soru olmak üzere toplam 19 sorudan oluşmaktadır.

2.3.2. Uykusuzluk Şiddeti İndeksi (UŞİ):

Morin tarafından (1993) geliştirilmiş, Boysan ve ark. tarafından (2010) Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek Likert tipinde yedi sorudan oluşur ve ölçek maddeleri 0-4 arasında puanlanır. Ölçekten alınabilecek puanlar 0-28 arasında değişmektedir. Ölçeğin maddelerinin ölçüm yaptığı özellikler sırasıyla, 1) uykuya geçişte zorluklar, 2) uykuyu sürdürme güçlükleri, 3) çok erken uyanma, 4) uyku paterninden alınan doyum, 5) günlük işlevsellikte ortaya çıkan bozulmalar, 6) uyku kaynaklı bozulmaların fark edilebilirliği ve 7) uyku sorununun neden olduğu stres düzeyidir. Ölçeğin uyarlama çalışmasında iç tutarlılık katsayısı 0,79 olarak belirlenmiştir. İki alt boyut ve 7 maddeden oluşmaktadır: 1.Günlük işlevsellik: Uyku sorununun neden olduğu stres düzeyi; 2. Uyku kalitesi: Uykuya geçişte zorluklar.

2.3.4. Kişilerarası duyarlılık ölçeği (KDÖ):

Boyce ve Parker (1989) tarafından geliştirilmiş, Doğan ve Sapmaz (2012) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır (Doğan ve Sapmaz, 2012). Ölçek 5’li Likert tipindedir ve “Hiç uygun değil” (1), “Uygun Değil” (2), “Biraz Uygun” (3), “Uygun” (4), “Tamamen Uygun” (5) şeklinde puanlanmaktadır. Ölçekte dört madde (6, 13, 18, ve 20) tersten kodlanmaktadır. Kişilerarası duyarlılık ölçeğinden toplam kişilerarası duyarlılık puanı ve üç alt boyuta (Kişilerarası Kaygı ve Bağımlılık, Sosyal Özgüven Eksikliği, Atılgan Olmayan Davranışlar) ilişkin puanlar olmak üzere dört farklı türde puan alınabilmektedir. Ölçekten alınacak yüksek puanlar, kişilerarası duyarlılığın yüksek olduğunu göstermektedir. Kişilerarası duyarlılığı yüksek bireyler, kişilerarası ilişkilerde özgüveni düşük, atılgan olmayan, ilişkilerinde kaygı ve bağımlılık özellikleri gösteren, kolay incinebilir ve eleştirilme kaygısına sahip bireyler olarak değerlendirilmektedir. Katılımcıların kişilerarası duyarlılık seviyelerinin değerlendirilmesinde ölçeğin geliştirilme çalışmasındaki ortalama değerler temel alındı. Buna göre, 87 puan ve üzeri alan katılımcıların kişilerarası duyarlılık seviyeleri yüksek olarak yorumlandı.

2.4. Verilerin toplanması:

Araştırmanın veri toplama araçları WhatsApp, Telegram, Facebook ve Twitter gibi uygulamalarla ve e-posta yolu ile öğrencilere ulaştırıldı ve gönüllü olan 349 öğrenci ile çalışma tamamlandı. Örneklem yöntemi olarak kolayda örneklem yöntemi kullanıldı. Veriler, sorumlu dersin öğretim elemanının öğrenci gruplarında araştırma linkini paylaşması yoluyla toplandı. Uykusuzluk Şiddeti İndeksi tüm katılımcılara uygulandı ve 8 puan ve üstü alan katılımcıların uykusuzluk yaşadığı belirlendi.

2.5. Araştırmanın Uygulanması

Çalışmaya katılmayı kabul eden öğrencilerden çevrim içi olarak Kişisel Bilgi Formu, Uykusuzluk Şiddeti İndeksi (UŞİ) ve Kişilerarası Duyarlılık Ölçeği (KDÖ) doldurmaları istendi.

2.6. Etik Boyut

Veri toplama işleminde “Helsinki Deklerasyonu” prensiplerine uygun hareket edildi. Veri toplama işlemi öncesinde Üniversite İnsan Araştırmaları Etik Kurulu’ndan gerekli yasal izinler alındı (No:2021/428). Katılımcılardan veri toplama işlemine geçmeden önce çalışmaya katılmaya gönüllü olduklarına ilişkin yazılı onam alındı.

2.7. Verilerin analizi

Verilerin analizinde SPSS paket programı kullanıldı. Normallik dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi ile yapıldı. Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri ile bağımsız değişkenlerin karşılaştırılmasında Mann-Whitney U testi ve Ki-kare testinden yararlanıldı. Ölçeklerin değerlendirilmesinde ortalama, standart sapma, minimum- maksimum değerleri ve Chronbach alfa iç tutarlılık katsayısı incelendi. Katılımcıların uykusuzluk yaşama şiddeti ile kişilerarası duyarlılık seviyelerinin analizinde ki-kare, uykusuzluk şiddeti ile kişilerarası duyarlılık seviyesi arasındaki ilişkinin analizinde pearson korelasyon testi kullanıldı. Atılgan olmayan davranış ile uykusuzluk şiddeti arasında kişilerarası kaygı ve bağımlılığın aracı etkisi, Andrew Hayes tarafından geliştirilen PROCESS v.3.3. eklentisi kullanılarak regresyon modeli (Model 4) oluşturularak analiz edildi.

3. Bulgular

3.1 Katılımcıların tanıtıcı özellikleri

Katılımcıların yaş ortalaması istatistiksel açıdan anlamlı şekilde birbirinden farklıdır; $Z=-2,046$, $p=0,041$. Medeni durum, cinsiyet, kronik hastalığa sahip olmak, sigara ve alkol kullanımı uykusuzluk yaşayan ve yaşamayan katılımcılar arasında istatistiksel bir farklılığa yol açmamaktadır; $p>0,05$ (Tablo 1).

Tablo 1. Katılımcıların tanıtıcı özellikleri

Değişkenler		Uykusuzluk yaşayanlar Ort.± SS	Uykusuzluk yaşamayanlar Ort.± SS	İstatistik test	Anlamlılık
Yaş		20,61±1,61	20,33±1,79	$Z=-2,046$	$p=0,041$
Günlük Cep telefonu kullanım süresi		4,81±1,97	4,57±2,01	$Z=13,010$	$p=0,18$
Değişkenler		n	n	İstatistik test	Anlamlılık
Cinsiyet	Kadın	179	103	$X^2=0,793$	$p=0,37$
	Erkek	38	28		
Medeni Durum	Evli	0	2	$X^2=3,332$	$p=0,14$
	Bekar	217	129		
Sınıf	1. sınıf	53	31	$X^2=10,820$	$p=0,01$ Cramer's V=0,176
	2.sınıf	59	55		
	3.sınıf	81	30		
	4. sınıf	24	15		
Kronik bir hastalık varlığı	Var	25	13	$X^2=0,214$	$p=0,64$
	Yok	192	118		
Sigara kullanımı	Evet	30	10	$X^2=2,50$	$p=0,11$
	Hayır	187	121		
Alkol kullanımı	Evet	15	7	$X^2=0,126$	$p=0,72$
	Hayır	202	124		

Ort.: Ortalama, SS: Standard Sapma, n: Sayı, Z: Mann Whitney u test, X^2 : Ki-kare testi

3.2. Ölçeklere Ait Betimleyici İstatistikler

Katılımcıların Uşi ölçeği ortalama puanı 9,41±4,5, en düşük puan 0, en yüksek puan 24'tür. Ölçeğin çalışmadaki iç tutarlılık katsayısı 0,76'dır. KDÖ ölçeği ortalama puanı 87,22±13,2, en düşük puan 30, en yüksek puan 129'tür. Ölçeğin çalışmadaki iç tutarlılık katsayısı 0,83'dir (Tablo 2).

Tablo 2. Uykusuzluk Şiddeti İndeksi ve Kişilerarası Duyarlılık Ölçeğine ait betimleyici istatistikler

Ölçekler ve alt boyutları	Ort.	SS	Min	Max	α
UŞİ	9,41	4,5	0	24	0,76
KDÖ	87,22	13,2	30	129	0,83
KDÖ1- KKB	44,71	10,2	16	76	0,87
KDÖ2- SÖE	21,21	2,2	7	28	0,67
KDÖ3- AOD	21,30	4,6	7	35	0,78

α : Chronbach Alfa katsayısı, KDÖ: Kişilerarası Duyarlılık Ölçeği, Ort.: Ortalama, Min.: Minimum, Max: Maksimum, UŞİ: Uykusuzluk Şiddeti İndeksi, SS: Standard Sapma,

3.3. Öğrencilerin uykusuzluk yaşama şiddeti ile kişilerarası duyarlılık seviyeleri

Katılımcıların %62,4'ü uykusuzluk yaşamakta (n=217), %37,6'sı ise uykusuzluk yaşamamaktadır (n=131). Uykusuzluk yaşayan gruptaki öğrencilerin %57,1'inin kişilerarası duyarlılığı yüksek bulunurken, diğer grupta bu değer %40,5'ti. Uykusuzluk yaşayan ve yaşamayan gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu belirlendi; p=0,003. Kişilerarası duyarlılık yaşama ile uykusuzluk yaşama arasında çok zayıf bir ilişki vardı; ($X^2=9,099$; Phi=-0,162) (Tablo 3).

Tablo 3. Katılımcıların uykusuzluk durumları ile kişiler arası duyarlılıklarının karşılaştırılması

Uykusuzluk yaşama	Kişilerarası duyarlılık		Analiz	Anlamlılık
	Duyarlılığı düşük n, %	Duyarlılığı yüksek n, %		
Yaşıyor	93, 42,9	124, 57,1	$X^2=9,099$	p=0,003
Yaşamıyor	78, 59,5	53, 40,5	Phi=-0,162	

n: Sayı, %: Yüzde

3.4. Öğrencilerin uykusuzluk şiddeti ile kişilerarası duyarlılık ve alt boyutları arasındaki ilişki

Uykusuzluk yaşayan gruptaki katılımcılarda uykusuzluk şiddeti ile kişilerarası duyarlılık arasında pozitif yönde, istatistiksel açıdan anlamlı düşük seviyede bir ilişki bulundu; (r=0,15; p=0,03). Uykusuzluk yaşayan katılımcıların, kişilerarası duyarlılık ölçeğinin atılgan olmayan davranışlar alt boyutu ile uykusuzluk şiddeti arasında istatistiksel açıdan anlamlı, düşük düzeyde bir pozitif ilişki olduğu tespit edildi; (r=0,14; p=0,04).

Uykusuzluk yaşamayan grupta, uykusuzluk şiddeti ile kişilerarası duyarlılık arasında istatistiksel açıdan anlamlı, orta seviyede bir pozitif ilişki vardır; (r=0,40; p=0,001). Uykusuzluk şiddeti ile kişilerarası duyarlılık kişilerarası kaygı ve bağımlılık alt boyutu ile atılgan olmayan davranışlar alt boyutları arasında pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı seviyede ilişki vardır; (r=0,38; p=0,001 ve r=0,24; p=0,007) (Tablo 4).

Tablo 4. Katılımcıların uykusuzluk yaşama durumlarına göre uykusuzluk şiddeti ile kişilerarası duyarlılık seviyesi arasındaki ilişki

	Ölçekler	n	Ort.±SS	Min.	Max.	r*	P
Uykusuzluk yaşayan	UŞİ	217	12,1±3,36	8	24	,15 ,11 ,09 ,14	0,03 0,12 0,20 0,04
	KDÖ (Total)		89,4±11,56	60	129		
	KDÖ1- KKB		46,26±9,0	24	76		
	KDÖ2- SÖE		21,32±1,96	16	28		
	KDÖ3- AOD		21,79±4,47	9	35		
Uykusuzluk yaşamayan	UŞİ	131	5,05±1,95	0	7		
	KDÖ (Total)		83,66±14,79	30	126	,40	,001
	KDÖ1- KKB		42,15±11,33	16	68	,38	,001
	KDÖ2- SÖE		21,03±2,64	7	28	,17	,05
	KDÖ3- AOD		20,48±4,73	7	33	,24	,007

*Pearson korelasyon test sonucu, KDÖ: Kişilerarası Duyarlılık Ölçeği, Ort.: Ortalama, SS: standard sapma, Min= minimum, Max= Maksimum, r= korelasyon katsayısı, p= 0,05 anlamlılık düzeyi, UŞİ: Uykusuzluk Şiddeti İndeksi

Korelasyon analizi sonucunda, öğrencilerin UŞİ'den aldıkları toplam puan ile kişilerarası duyarlılık ölçeği toplam puanı ve kişilerarası kaygı alt puanları arasında pozitif yönde 0,01 seviyesinde anlamlı bir ilişki olduğu belirlendi, sırasıyla ($r=0,26$; $p < 0,01$ ve $r=0,24$; $p < 0,01$). Kişilerarası duyarlılık atılgan olmayan davranışlar alt boyutu ile UŞİ toplam puanı arasında ise negatif yönde ve 0,01 seviyesinde anlamlı bir ilişki olduğu belirlendi ($r=-0,18$; $p < 0,01$). (Tablo 5). Değişkenler arasındaki bu ilişkinin etkisi daha sonra aracı değişken analizi ile incelendi.

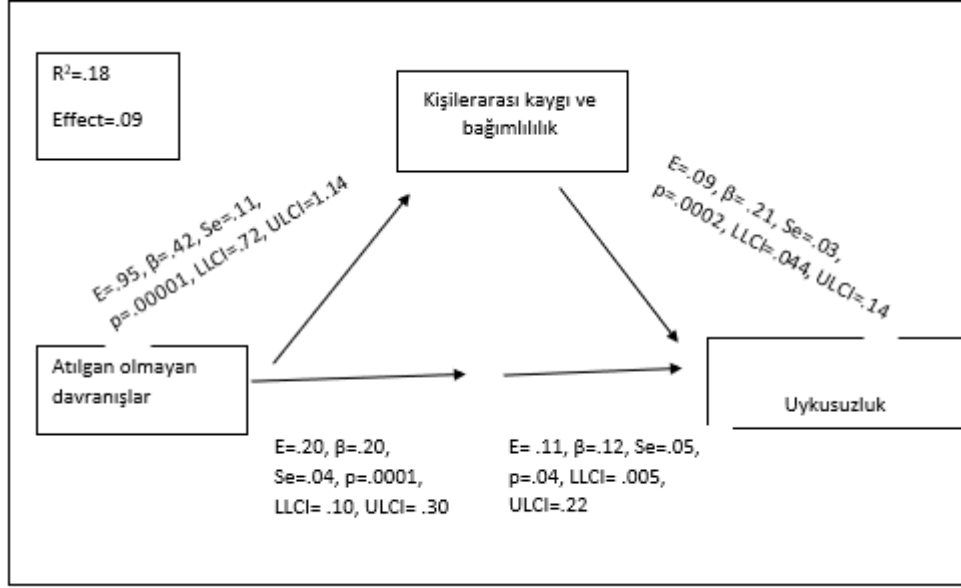
Tablo 5. Katılımcıların uykusuzluk şiddeti ile kişilerarası duyarlılık ve alt boyutları arasındaki ilişki

Değişkenler	n	Ort.	SS	1	2	3	4	5
1, UŞİ	348	9,4	4,47	—				
2, KDÖ (Total)	348	87,2	13,15	0,26**	—			
3, KDÖ1- KKB	348	44,7	10,15	0,24**	0,92**	—		
4, KDÖ2- SÖE	348	21,21	2,24	0,06	0,14*	-0,03*	—	
5, KDÖ3- AOD	348	21,30	4,61	-0,18**	0,67**	0,40**	-0,02	—

** Korelasyon 0,01 seviyesinde anlamlı, *Korelasyon 0,05 seviyesinde anlamlı, n: Sayı, Ort.: Ortalama, SS: Standard Sapma

3.5. Kişilerarası Kaygı ve Bağımlılığın aracı etkisi

Kişilerarası duyarlılık ölçeğinde en yüksek puan kişilerarası kaygı ve bağımlılık alt boyutundadır. Sonraki en yüksek puan ise atılgan olmayan davranıştır. Atılgan olmayan davranış ile uykusuzluk şiddeti arasında kişilerarası kaygı ve bağımlılığın aracı etkisi incelendiğinde, kişilerarası kaygı ve bağımlılığın orta düzeyde etkili bir aracı değişken olduğu görülmektedir, ($R^2=0,18$; CE effect= 0,09). Atılgan olmayan davranışlar ve uykusuzluk arasındaki direkt etki $E=0,20$, $\beta=0,20$, $Se=0,04$; $E=0,20$, $\beta=0,20$, $Se=0,04$, $p=0,0001$, $LLCI= 0,10$, $ULCI= 0,30$ iken; aracı değişken üzerinden taşınan etki $E= 0,11$, $\beta=0,12$, $Se=0,05$, $p=0,04$, $LLCI= 0,005$, $ULCI=0, 22$ 'dir (Şekil 1).



Şekil 1. Kişilerarası Kaygı ve Bağımlılığın uykusuzluk şiddeti üzerindeki aracı etkisi

4. Tartışma

Uykusuzluk yaşayan ve yaşamayan hemşirelik öğrencilerinin kişilerarası duyarlılıklarını karşılaştıran bu çalışmada, iki grup arasında kişilerarası duyarlılık seviyeleri açısından anlamlı bir fark olduğu tespit edildi. Uykusuzluk yaşayan grupta kişilerarası duyarlılık seviyesi yüksek olan öğrenciler, kontrol grubundakilere göre daha fazladır. Buna rağmen, her iki grupta da uykusuzluk şiddeti ile kişilerarası duyarlılık arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir pozitif ilişki olduğu görülmektedir. Uykusuzluk yaşayan grupta kişilerarası duyarlılığın atılman olmayan davranışlar alt boyutunda uykusuzluk şiddeti ile pozitif bir ilişki göstermesi, uykusuzluğun özellikle atılman olmayan davranışlar üzerinde etkili olabileceği fikrini doğurmaktadır.

Hemşirelik öğrencilerinin kişilerarası duyarlılık seviyelerini değerlendiren az sayıda çalışmada, öğrencilerin KDÖ toplam puanlarının bu çalışmadan daha az olduğu, ancak benzer şekilde en yüksek puanın Kişilerarası Kaygı ve Bağımlılık (KAKB) alt boyutunda olduğu belirlenmiştir (Arabacı ve ark., 2017). Çalışma sonuçlarının paralel çıkması, benzer örneklem grupları ile yapıldığından beklenen bir sonuç olarak yorumlanabilir. Nitekim hemşireler ile yapılan çalışmalarda kişilerarası duyarlılık seviyesinin daha yüksek olduğu görülmektedir (Tajigharajeh ve ark., 2021).

Uykusuzluk yaşayan grupta uykusuzluk şiddeti ile kişilerarası duyarlılık seviyesi arasında küçük bir ilişki gözlemlenmişken, uykusuzluk yaşamayan grupta bu ilişkinin orta seviyede olduğu görülmüştür. Bu durum, uykusuzluk yaşayan grupta uykusuzluğu tetikleyen başka etkenlerin de olabileceğini düşündürmektedir. Örneğin, Çin'de yüksek lisans öğrencileri ile yapılan bir çalışmada (Liu ve ark., 2023), depresyon ve psikolojik iyi oluş ile uyku kalitesi ve kişilerarası duyarlılık arasında ilişki olduğu belirlenmiştir. Literatürde hemşirelik öğrencilerinde direkt uykusuzluk ve kişilerarası duyarlılık arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma bulunmaması nedeniyle, bu etkenin ne olabileceği şu an için net değildir.

Tıp öğrencileri ile yapılan bir çalışmada, kişilerarası duyarlılık seviyelerinin öğrencilerin uyku güçlüklerinin temel belirleyicileri arasında yer aldığı görülmektedir (Tafuya ve ark., 2013). Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada öğrencilerin uyku kaliteleri kötüleştikçe kişilerarası duyarlılık seviyelerinin arttığı belirlenmiştir (Tang ve ark., 2020). Başka bir çalışmada ise, uyku kalitesinin COVID-19 pandemisi sırasında üniversite öğrencilerinin kişilerarası duyarlılık ve depresyon yaşama arasında aracı bir değişken olduğunu ve kişilerarası duyarlılıktan depresyona giden yolda psikolojik

durumu etkilediğini ortaya koymuştur (Liu ve ark., 2023).

Atılğan olmayan davranış ve düşük benlik saygısı, hemşirelik mesleğinde önemli bir sorundur (Maheshwari ve Gill, 2015). Hemşirelerin hasta bakımında kimi zaman bağımsız kararlar vermesi ve bakımı planlamada liderlik yapması beklenir. Hemşirelik mesleğinde deneyim arttıkça, hemşireler daha çok atılğan olmayan davranışlar sergileyebilmekte ve çekingen kalabilmektedir (Aydın ve Hiçdurmaz, 2017). Bu ise profesyonellik açısından istenmeyen bir durumdur. Kişiler arası farkındalık motor dürtüselliği artırırken, utangaçlık ve çekinme bunu tam tersi etkiler. Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada da kişilerarası duyarlılık alt ölçeğinde utangaçlık boyutunun, motor dürtüselliğe ve plan yapmama dürtüselliğine eğilimde azalmaya yol açtığı belirlenmiştir (Hadi ve ark., 2021). Motor dürtüsellikte ve plan yapmama dürtüsellikte azalma ise öğrencilerin daha az atılğan davranışlar göstermesini yol açabilir. Bu kişilerde yaşanan utangaçlık onları atılğan davranışlar gerçekleştirmede kaygıya ve bir başka kişi ya da duruma bağımlı hale getirebilme riskine yol açabilir. Bu çalışmada gerçekleştirilen aracılık analizi sonucu bu açıdan literatürü desteklemektedir. Yapılan aracılık analizi sonucuna göre, atılğan olmayan davranışlar ile uykusuzluk şiddeti arasında kişilerarası kaygı ve bağımlılık yaşamının orta düzey güce sahip aracı değişken olduğu belirlendi. Bu durum, kişiler arası kaygı ve bağımlılık yaşayan öğrencilerin daha çekingen davranışlar gösterebilecekleri şeklinde yorumlanabilir.

4.1. Araştırmanın Kısıtlılıkları

Bu çalışmanın bazı önemli sınırlamaları bulunmaktadır:

1. Çalışmanın kesitsel tasarımı, gözlemlenen ilişkilerden nedensellik sonuçları çıkarılmasına izin vermemektedir. Bu nedenle, bulgular dikkatli bir şekilde yorumlanmalıdır.
2. Veriler katılımcılardan öz bildirim yoluyla toplandığından, yanıt verme eğilimi gibi öznel faktörlerden etkilenmiş olabilir. Bu durum, özellikle hassas konular söz konusu olduğunda, verilerin doğruluğunu sınırlayabilir.
3. Çalışma sadece belirli bir üniversitenin hemşirelik öğrencileri ile sınırlı olduğundan, bulgular tüm hemşirelik öğrencilerine veya diğer üniversitelere genellenemez. Ayrıca, katılımcıların çoğunluğunun kadın olması nedeniyle, cinsiyet faktörünün etkileri tam olarak değerlendirilememiştir.
4. Veri toplama döneminin COVID-19 pandemisi ile çakışması, öğrencilerde artan stres seviyelerine yol açmış olabilir. Bu durum, çalışma sonuçlarını ve bulguların yorumlanmasını etkilemiş olabilir.

Bu sınırlamalar ışığında, bulgular dikkatli bir şekilde yorumlanmalı ve gelecekteki araştırmalar için bir temel oluşturmalıdır.

5. Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak, uykusuzluk yaşayan hemşirelik öğrencilerinin atılğan olmayan davranışlarının artmasında kişilerarası kaygı ve bağımlılık yaşıyor olmaları etkilidir. Literatürde kişilerarası duyarlılığı optimize etmek için önerilen, kişilerarası terapiler, psikodrama, psikodinamik ve bilişsel davranışçı yaklaşımlara ek olarak uyku sağlığı için de girişimlerde bulunulması önerilmektedir (Ding X ve ark., 2021; Hiçdurmaz ve Öz, 2017). Hemşirelik bakımını olumsuz etkilememesi için de bu girişimlere özellikle öğrencilerin klinik uygulamalara çıkmadan önce başlanması gerekir. Bundan sonra planlanacak çalışmalarda, uyku sağlığı ile ilgili girişimlerin değerlendirilmesi faydalı olabilir. Daha kapsamlı sonuçlar için, farklı araştırma tasarımları kullanılarak ve daha geniş katılımcı gruplarıyla daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Bu sebeple özellikle randomize kontrolü çalışmalar ile uyku hijyeni eğitimlerinin kişilerarası duyarlılık üzerindeki etkisinin incelenmesi önerilebilir.

Çalışmanın belirli bir üniversitenin bir alanında okuyan öğrencilerle gerçekleştirilmiş olması bir sınırlılık olarak ifade edilebilir. Bundan sonraki çalışmaların, farklı bölümlerden öğrencilerle gerçekleştirilmesi kişilerarası kaygı ve bağımlılık yaşamamanın atılğan olmayan davranışlar ile uykusuzluk şiddeti arasındaki etkisini daha net ortaya koymasını sağlayabilir.

Finansal Destek

Bu çalışma için herhangi bir maddi destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması beyan etmemiştir.

Etik Beyan

Bu çalışmanın yürütülmesinde ve yazılmasında bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve kullanılan tüm kaynakların usulüne uygun olarak atıfta bulunulduğu beyan edilmiştir. Etik Kurul Onayı 29.11.2021, 2021/428.

Yazar Katkıları: SÇ %40, HC %30, MTK %30

Çalışmanın konsepti ve tasarımı: SÇ, HC, MTK; **Veri toplama:** SÇ, HC, MTK; **Veri analizi ve yorumlama:** SÇ, HC; **Makaleyi yazan:** SÇ, HC, MTK; **Makalenin eleştirel revizyonu:** SÇ, HC, MTK

Financial Support

No financial support has been received for this research.

Conflict of Interest

No conflict of interest has been declared by the authors.

Ethical Statement

It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited. Ethics Committee Approval 29.11.2021, 2021/428.

Authorship Contributions: SÇ 40 %, HC 30 %, MTK 30%

Concept and design of the study: SÇ, HC, MTK; **Data collection:** SÇ, HC, MTK; **Data analysis and interpretation:** SÇ, HC; **Article written by:** SÇ, HC, MTK; **Critical revision of the article:** SÇ, HC, MTK

Kaynaklar

- Adeniran, R., Healy, D., Sharp, H., Williams, J. M., Minors, D., & Waterhouse, J. M. (1996). Interpersonal sensitivity predicts depressive symptom response to the circadian rhythm disruption of nightwork. *Psychological Medicine*, 26(6), 1211-1221. <https://doi.org/10.1017/s0033291700035935>
- Arabacı, L. B., Taş, G., Kavaslar, İ., Dikmen, M., & Teke, C. (2017). Hemşirelik Öğrencilerinin Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özellikleri ve Kişilerarası Duyarlılıkları ile Facebook Bağımlılıkları Arasındaki İlişki. *Bağımlılık Dergisi – Journal of Dependence*, 18(3), 69-79.
- Aydın, A., & Hiçdurmaz, D. (2016). Interpersonal Sensitivity and Nursing. *Journal of Psychiatric Nursing*, 7(1), 45-49. <https://doi.org/10.5505/phd.2016.96158>
- Aydın, A., & Hiçdurmaz, D. (2017). Klinik Hemşirelerinin Kişiler Arası Duyarlılıkları ile İlişkili Faktörler. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma*, 14(2), 131-138. https://jag.journalagent.com/jern/pdfs/JERN_14_2_131_138.pdf
- Ding, X., Zhao, T., Li, X., Yang, Z., & Tang, Y. (2021). Exploring the Relationship Between Trait Mindfulness and Interpersonal Sensitivity for Chinese College Students: The Mediating Role of Negative Emotions and Moderating Role of Effectiveness/Authenticity. *Frontiers in Psychology*, 12, 624340. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.624340>
- Ding, Y., Lu, G., Chen, S., Liang, Y., Zhang, Y., Peng, Q., Liang, S., & Chen, C. (2024). The effect of perfectionism on relative deprivation among nursing students: The role of interpersonal sensitivity and resilience. *Psychology in the Schools*, 61(4), 1360-1374. <https://doi.org/10.1002/pits.23116>
- Doğan, T., & Sapmaz, S. (2012). Kişilerarası Duyarlılık Ölçeğinin Türk Üniversite Öğrencilerinde Psikometrik Analizi. *Journal of Theoretical Educational Science*, 5(2), 143-155.
- Hadi, S. A., Al Naser, A., Kamour, M., Ashour, L., & Al Qaruty, R. (2021). The predictive ability for interpersonal sensitivity in impulsiveness among undergraduate students. *Journal of Legal, Ethical and Regulatory Issues*, 24, 1-17.
- Hiçdurmaz, D., & Öz, F. (2017). Interpersonal sensitivity, coping ways and automatic thoughts of nursing students before and after a cognitive-behavioral group counseling program. *Nurse Education Today*, 36, 152-158. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2015.09.006>
- Liu, X., Peng, L., Wang, Z., Zeng, P., Mi, Y., & Xu, H. (2023). Effects of interpersonal sensitivity on depressive symptoms in postgraduate students during the COVID-19 pandemic: Psychological capital and sleep quality as mediators. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1100355. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1100355>
- Maheshwari, D. S. K., & Gill, K. (2015). Relationship of Assertiveness and Self Esteem among Nurses. *Int J Health Sci Res*, 4405, 440-449.
- Neshat, Z., Farah Bijari, A., & Dehshiri, G. (2024). The relationship between perfectionism and interpersonal sensitivity with self-compassion in university students: The mediation of repetitive negative thinking. *Cognitive Processing*, 25(1), 107-120. <https://doi.org/10.1007/s10339-023-01163-z>
- Tafoya, S. A., Jurado, M. M., Yépez, N. J., Fouilloux, M., & Lara, M. C. (2013). [Sleep difficulties and psychological symptoms in medicine students in Mexico]. *Medicina*, 73(3), 247-251.



- Tajigharajeh, S., Safari, M., Abadi, T. S. H., Abadi, S. S. H., Kargar, M., Panahi, M., Hasani, M., & Ghaedchukamei, Z. (2021). Determining the relationship between emotional intelligence and interpersonal sensitivity with quality of work life in nurses. *Journal of Education and Health Promotion*, 10(1), 1-9. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_612_20
- Tang, H., Guo, B., & Lang, Y. (2020). Research Between Sleep Quality and Interpersonal Sensitivity of Chinese College Students [Preprint]. In Review. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-73546/v1>