

DOI:10.38136/jgon.715589

Yenidoğan Yoğun Bakım Hemşirelerinin Stres Düzeyleri ve Kaynaklarının İncelenmesi**Review of Stress Levels and Sources in Newborn Intensive Care Nurses**Rüya ÇOLAK¹Semra BÜLBÜLOĞLU²

ID Orcid ID:0000-0002-7252-9478

ID Orcid ID:0000-0002-8732-7932

¹Sağlık Bilimleri Üniversitesi Dr. Behçet Uz Çocuk Hastalıkları ve Cerrahisi Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitesi, İzmir, Türkiye

²Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Erbaa Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Cerrahi Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Tokat, Türkiye

ÖZ

Amaç: Bu araştırma, Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitesi (YYBÜ) hemşirelerinin stres kaynakları ve düzeylerini belirlemek amacıyla yapıldı.

Gereçler ve yöntem: Bu araştırma, İzmir’de bir eğitim ve araştırma hastanesinde, tanımlayıcı ve ilişki arayıcı türde yapıldı. YYBÜ’de çalışan hemşirelerin (N=56) katılımı ile gerçekleştirildi. Veriler Kişisel Bilgi ve Görüş Belirleme Formu ve Stres Kaynağı Ölçeği ile toplandı. SPSS Windows 25 paket programı ile istatistiksel analizler yapıldı. Veri değerlendirilmesinde tanımlayıcı yöntemler, regresyon ve korelasyon analizleri, Independent Student T testi ve ANOVA yapıldı. Ölçek geçerlilik güvenilirlik analizinde Cronbach’s alpha katsayısı kullanıldı. Veriler %95 güven aralığı, p<0.05 anlamlılık düzeyinde değerlendirildi.

Bulgular: Çalışmaya katılan YYBÜ hemşirelerinin tamamı kadın, %32’si 23-27 yaş arası, %51’i bekar, %57’sinin lisans mezunu olduğu belirlendi. Çalışmada Sosyal Stres Vericiler alt grubundan alınan puan ortalaması 36.58 için “hastalık gelişme ihtimali var” ve Fizik Çevre İlişkili Stres alt grubu puan ortalaması 19.67 için “hastalık geliştirme ihtimali oldukça yüksek” sonucuna varıldı. Hemşirelerin %78’inin iş yoğunluğu nedeniyle, %75’inin hastanın klinik durumunun kötü olmasından dolayı stres yaşadığı saptandı.

Sonuç: Yoğun bakım ünitelerinde görev yapan hemşirelerin sorumlulukları oldukça yüksektir. Sorumluluklardaki artış, yoğun bakım çalışma koşullarının yoğun olması, hemşirelerde yüksek stres düzeyleri ile ilişkilidir. Stres yönetimi, çeşitli eğitimler, sosyal aktiviteler için kurumların kaynak geliştirmesi ve yöneticilerin çeşitli konularda destek sağlaması sonucunda hemşirelerin daha az stres yaşayacağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Stres, stres kaynakları, YYBÜ hemşireleri

GİRİŞ

Stres; bireyin zor çevresel koşullara uyum sağlayamaması ve bunun sonucunda zihinsel, fiziksel ve fizyolojik olarak yüzleşme sürecinin başlamasıdır (1). Stres, hayali ve gerçek yaralanmaların neden olduğu uyarılara karşı vücutta oluşan atipik bir fizyolojik tepki sürecidir (1-3). İş ve özel yaşam arasında

ABSTRACT

Aim: In this study, it was done to defining for stress sources and the level of stress in Neonatal Intensive Care Unit (NICU) nurses.

Materials and method: This study was done correlational and descriptive with nurses of NICU (N=56) in İzmir an education and research hospital. The data collected with Personal Knowledge and Commenting Form and Stress Sources Scale. SPSS for Windows 25 package program was applied in statistical analysis. Descriptive methods, regression and correlation analyzes, Independent Student T test and ANOVA were performed in data evaluation. Cronbach’s alpha coefficient was used in the scale validity and reliability analysis. The results were evaluated with 95% confidence interval and p<0.05 significance level.

Results: In this study, it was determined that all of only women who 51% single, 23-27 years old, 57% graduated 4 years of university in NICU nurses. In the study, the average score obtained from the Social Stressors subgroup was 36.58 and the probability of developing an illness was found to be 19.67. It was determined that 78% of them experienced work intensity and 75% of them experienced stress due to the poor clinical condition of the patient.

Conclusion: NICU nurse’s responsibilities are quite a lot. Increasing in tasks of nurses are in a relationship with the difficult work conditions and the high stress level in NICU. It is thought that nurses will experience less stress as a result of the development of institutions for stress management, various training, social activities and the support of managers on various issues.

Key words: Stress, sources of stress, NICU nurses.

dengesizlik olması, kendine vakit ayıramama, sosyal hayattan geri kalma tüm çalışanlar için birer stres nedenidir. Hemşireler global sağlık bakım sektöründe, primer olarak, yüksek düzeyde iş stresine maruz kalan meslek grubudur (4,5). İngiltere Ulusal Sağlık Servisi klinisyen hemşirelerin %38’inden fazlasının iş ilişkili strese maruz kaldığını raporlandırmıştır (6).

Sorumlu Yazar/ Corresponding Author:

Rüya ÇOLAK

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Dr. Behçet Uz Çocuk Hastalıkları ve Cerrahisi Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitesi, İzmir, Türkiye

E-mail: ruyacolak@hotmail.com

Başvuru tarihi : 06.04.2020

Kabul tarihi 02.07.2020

Hemşireler iş hayatında uzun çalışma saatleri, sürekli zaman yönetimi yapmak zorunda kalma, zor ve karmaşık görevler, yetersiz dinlenme araları, personel yetersizliği, fiziksel olarak kötü çalışma koşulları ile sık karşılaşmalar (7,8). Literatürde; iş stresinin hemşirelerde performans ve yaşam kalitesinde düşmeye (9,10), psikolojik ve fizyolojik açıdan yıkıma ve çatışmaya (11), mesai devamsızlık yapmaya (12) neden olduğu belirtilmiştir.

İş yaşamında gündelik olarak uzun süreli strese maruz kalmak tükenmişlik, merhamet gösterme ve memnuniyet sağlamada bezginliğe neden olur (13). Tükenmişlik yaşayan hemşireler kronik stresin neden olduğu duygusal boşluk, benlik yitimi ve sosyal ilişkilerde azalma ile karşı karşıya kalırlar (14). Tükenmişliğin neden olduğu merhamet yorgunluğu, bakım vericilik rolünün gereği olan merhametli davranmanın azalmaya başlaması ve ümitsizliğin artması olarak özetlenebilir (15). Merhamet yorgunluğu bir süre sonra kişilerin sosyal ortamlardan kendini geri çektiği bir tür kişilik sorununa dönüşür (15). Sonuç olarak hemşirelerin yüksek düzeyde strese maruz kalması bakım kalitesini ve hasta güvenliğini azaltır.

Yenidoğan Yoğun Bakım Üniteleri (YYBÜ) en üst düzeyde dikkat, bakım kalitesi, hasta ve çevre güvenliği gerektiren çalışma ortamlarıdır. Ayrıca yoğun bakım hemşirelerinin diğer hemşirelere göre daha fazla yüksek düzeyde strese maruz kaldığı tahmin edilmektedir (16,17). YYBÜ'ler prematüre ve hasta term yenidoğanların uzun süreli kaldığı ünitelerdir. Bu yüzden YYBÜ'de hemşireler tarafından çeşitli ve çok sayıda iş ve işlemler uygulanır. Bu durum hemşirelerin stres düzeylerinin titizlikle incelenmesini gerektirir.

Bu çalışmada; YYBÜ'de görev yapan hemşirelerin stres düzeylerini ve strese neden olan faktörleri incelemek amaçlandı.

GEREÇ VE YÖNETEM

Araştırma Tasarımı ve Katılımcılar

Bu araştırma, Sağlık Bilimleri Üniversitesi İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hastalıkları ve Cerrahisi Eğitim ve Araştırma Hastanesi Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitesi (YYBÜ) hemşirelerinin stres kaynakları ve stres düzeylerini araştırmak için, tanımlayıcı-ilişki arayıcı türde yapıldı. Araştırma Aralık 2019 – Mart 2020 tarihleri arasında gerçekleştirildi.

Araştırmaya dâhil edilme kriteri olarak "Araştırmanın yapıldığı hastanede yenidoğan yoğun bakım ünitesinde hemşirelik yapıyor olmak" belirlendi.

Araştırma öncesi çalışmanın yapıldığı hastaneden ve Dr. Behçet Uz Çocuk Hastalıkları ve Cerrahisi Eğitim ve Araştırma Hastanesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan yazılı onam

alındı (Etik kurul karar no.: 2020/379). Araştırmanın evreni 66 kişiden oluşmaktadır. Yıllık izin, rapor, doğum izni ve araştırmaya katılmaya gönüllü olmama nedenlerinden dolayı çalışmaya 56 YYBÜ hemşiresi katıldı. Etik kurul onayı ve katılımcılardan alınan sözlü onam sonrası veri toplama anket yöntemi ile gerçekleştirildi. Araştırmada evrenin %85'ine ulaşıldı.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacı tarafından literatür taranarak ve uzman görüşü alınarak oluşturulan 8 soruluk Kişisel Bilgi Formu, 15 soruluk Stres Kaynakları ve Stresle Baş Etmeye İlişkin Görüş Belirleme Formu ve 43 maddelik Mayerson'un Stres Kaynağı Ölçeği (SKÖ) kullanıldı. SKÖ ile ilgili bilgiler aşağıda sunuldu.

Stres Kaynağı Ölçeği (SKÖ)

Gündelik koşullarda karşılaşılan stresin kaynaklarını belirleme için kullanılır. SKÖ'de 43 madde yer alır, beşli Likert tipteki "Mayerson Stres Kaynağı Ölçeği"nin Türk toplumu için geçerlilik ve güvenilirliği Aynur Dinç Sever tarafından gerçekleştirilmiştir (18). Sonrasında Acar Baltaş ve Zuhal Baltaş tarafından Mayerson Stres Kaynağı Ölçeği, geliştirilmiş, bireylerin zorlandığı, bunaltıcı ve sağlığı tehdit edici stres kaynakları 4 alt boyutta toplanmıştır (19).

Bunlar;

- Sosyal Stres Vericiler
- İşle İlgili Stres Vericiler.
- Fizik Çevre İlişkili Stres Vericiler
- Kendini Yorumlama Biçiminden Kaynaklı Stres Vericiler.

Stres vericilerden alınan puanlar dört grupta değerlendirilmektedir:

- Grup: Sağlığı tehdit edici bir nitelik taşıyor.
- Grup: Hastalık geliştirme ihtimali var.
- Grup: Hastalık geliştirme eğiliminde.
- Grup: Hastalık geliştirme ihtimali oldukça yüksek.

Stres vericilerden alınan puanların dağılımı aşağıda yer almaktadır:

Sosyal stres vericiler

- 85-60 puan 4. Grup
59-40 puan 3. Grup
39-25 puan 2. Grup
24-17 puan 1. Grup

İşle ilgili stres vericiler

85-60 puan 4. Grup

59-40 puan 3. Grup

39-25 puan 2. Grup

24-17 puan 1. Grup

Kendini Yorumlama Biçiminden Kaynaklı

0-35 puan 4. Grup

34-25 puan 3. Grup

24-15 puan 2. Grup

14-10 puan 1. Grup

Fiziksel Çevreden Kaynaklı

25-18 puan 4. Grup

17-13 puan 3. Grup

12-8 puan 2. Grup

7-5 puan 1. Grup

Bu çalışmada Mayerson Stres Kaynağı Ölçeği Cronbach's Alpha Güvenirlik Katsayısı 0.83 olarak saptandı.

Veri Analizleri

Araştırmada elde edilen sonuçların istatistiksel analizleri SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 25 paket programı ile yapıldı. Veri değerlendirmesinde tanımlayıcı istatistik yöntemleri (Frekans, Standart Sapma, Ortalama) kullanıldı. Değişkenler arası ilişkiyi saptamak amacıyla regresyon ve korelasyon analizleri yapıldı. Değişkenler arası ilişkinin nedeni belirlemek için Independent Student T testi ve ANOVA yapıldı. Ölçek geçerlilik güvenilirlik analizinde Cronbach's alpha katsayısı kullanıldı. %95'lik güven aralığı ve $p < 0.05$ anlamlılık düzeyinde sonuçlar değerlendirildi.

BULGULAR

Çalışmaya toplam 56 hemşire alındı. Çalışmaya katılan YYBÜ hemşirelerin tanıtıcı bilgileri incelendiğinde, %32'si 23-27 yaş arası, tamamı kadın, %51'inin bekar, %57'sinin lisans mezunu olduğu saptandı (Tablo 1). YYBÜ hemşirelerinin %42'sinin mesleki çalışma süresinin 10 yıl ve üstü olduğu, %79'unun gece, hem de gündüz çalıştığı, %73'ünün YYBÜ ile ilgili gerekli eğitimleri aldığı belirlendi (Tablo 1).

Tablo 1. Yenidoğan Yoğun Bakım Hemşirelerinin Tanıtıcı Özellikleri

Tanıtıcı Bilgiler	YYBÜ Hemşire Sayısı (N=19)	YYBÜ Hemşire Yüzdesi (%)
Cinsiyet		
Kadın	56	100
Yaş		
18-22	7	12.5
23-27	18	32.2
28-32	5	8.9
33-37	6	10.7
38 ve üstü	20	35.7
Medeni Durum		
Bekar	29	51.8
Evlü	27	48.2
Eğitim		
Orta öğretim	6	10.7
Ön lisans	9	16.1
Lisans	32	57.1
Lisans üstü	9	16.1
Vardiya Tipi		
Sürekli gündüz çalışma	10	17.9
Gündüz ve gece çalışma	46	82.1
Haftalık Çalışma Saati		
40 Saat	18	32.2
40 Saatten fazla	38	67.8
Mesleki Çalışma Süresi		
1 Yıldan az	9	16.1
1-3 Yıl	5	8.9
4-6 Yıl	8	14.3
7-9 Yıl	10	17.8
10 Yıl ve üstü	24	42.9
YYBÜ ile ilgili Gerekli Eğitimleri Alma Durumu		
Evet	41	73.2
Hayır	15	26.8

Bu çalışmada YYBÜ hemşirelerinin stres kaynağı alt gruplarında aldıkları puan ortalamaları incelendiğinde Sosyal Stres Vericiler alt grubundan alınan ortalama 36.58 puan için "hastalık gelişme ihtimali var", İşle İlgili Stres alt grubundan alınan ortalama 19.77 puan için "sağlığı tehdit edici bir nitelik taşıyor", Fizik Çevre İlişkili Stres alt grubundan alınan ortalama 19,67 puan için "hastalık geliştirme ihtimali oldukça yüksek", Kendini Yorumlama Biçiminden Kaynaklı alt grubundan alınan ortalama 32.42 puan için "hastalık geliştirme eğiliminde" olarak değerlendirilmektedir (Tablo 2).

Tablo 2. Yenidoğan Yoğun Bakım Hemşirelerinin Mayerson Stres Kaynağı Ölçeği Alt Gruplarından Aldıkları Puanlar ve Standart Sapma Değerleri

Stres Kaynağı Alt Grupları	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
Sosyal stres vericiler	19	53	36,58	7,76
İşle ilgili stres	11	31	19,77	4,04
Fizik çevre ilişkili stres	9	43	19,67	5,75
Kendini yorumlama biçiminden kaynaklı	22	50	32,42	6,53

Bu çalışmada, YYBÜ hemşirelerine göre stres kaynaklarının dağılımı incelendiğinde; %64'ünün çalıştığı üniteden memnun olmaması, %44'ünün haftalık çalışma süresinin 40 saatten fazla olması, %25'inin hemşire başına düşen hasta sayısının 3'ten fazla olması, %78'inin iş yoğunluğu yaşaması, %75'inin hastanın klinik durumunun kötü olması, %48'inin olumsuz çevre koşullarına maruz kalması nedeniyle stres yaşadığı bildirildi (Tablo 3).

Tablo 3. Yenidoğan Yoğun Bakım Hemşirelerine Göre Stres Kaynaklarının Dağılımı

Strese Neden Olan Durumlar*	N=56	Yüzde (%)
Çalıştığı üniteden memnun olmama	36	64,3
Haftalık çalışma süresinin 40 saatten fazla olması	25	44,6
YYBÜ'de hemşire başına düşen hasta sayısının 3'ten fazla olması	14	25
İş yoğunluğu	44	78,6
Malzeme, araç ve gereçlerin yetersiz olması	31	55,3
Hastanın klinik durumunun kötü olması	42	75
Yetersiz ücret	49	87,5
Çalıştığı ünitelerde ekip uyumunun olmaması	21	37,5
Çalıştığı ünitelerde olumsuz çevresel koşullara maruz kalma (Yüksek ses, düşük ısı, iletişim bozuklukları vb.)	27	48,2
Ev-Hastane arası ulaşım sorunu yaşama	13	23,2

*Birden fazla yanıt verilmiştir (N=56).

Bu çalışmada hemşireler tarafından algılan stres düzeyinin yüksek olduğu katılımcı oranının %50 olduğu, %55'inin stres yönetimine ilişkin, %23'ü ölüm sürecinin yönetimine ilişkin eğitim gereksinimi duyduğunu belirtti. Bu araştırma verilerine göre YYBÜ hemşirelerinin %42'sinin psikososyal destek gereksinimi duyduğu, %60'ının ise sistem ve organizasyon sorunlarının azaltılmasının stresle baş etmek için gerekli olduğu görüşüne sahiptir (Tablo 4).

Tablo 4. Yenidoğan Yoğun Bakım Hemşirelerinin Hissedilen Stres Düzeyi ve Baş Etmeye İlişkin Görüşleri

Stres Düzeyi ve baş etmeye ilişkin Görüşleri	N=56	Yüzde (%)
Yüksek düzeyde stres algılama durumu	28	50
Stres yönetimine ilişkin eğitim gereksinimi	31	55,3
Psikososyal destek gereksinimi	24	42,8
Ölüm sürecinin yönetimine ilişkin eğitim gereksinimi	13	23,2
Sistem ve organizasyonel sorunların düzeltilmesi	34	60,7

*Birden fazla yanıt verilmiştir (N=56).

YYBÜ hemşirelerinin sosyo-demografik değişkenlerinin stres SKÖ alt gruplarına etkileri incelendiğinde medeni durumun Kendini yorumlama biçiminden kaynaklı stres vericilerde evlilerin daha fazla stres yaşadığı saptandı (Tablo 5 ve 6).

Tablo 5. Medeni Durum ile Ölçek Alt Grupları Arasındaki Korelasyon

	r	p
Sosyal stres vericiler	0,242	0,090
İşle ilgili stres	0,033	0,817
Fizik çevre ilişkili stres	0,151	0,301
Kendini yorumlama biçiminden kaynaklı	0,329*	0,023*

*p<0,05

Tablo 6. Medeni Durum ile Sosyal Stres Kaynağı Ölçeğinin Karşılaştırılması

	Saat	n	Ort.	F	P
Sosyal stres vericiler	40 saat	15	34,4	F: 1,054	0,357
	40 saatten fazla	32	37,7		
İşle ilgili stres	40 saat	16	18,7	F: 1,034	0,363
	40 saatten fazla	34	20,2		
Fizik çevre ilişkili stres	40 saat	14	16,6	F: 3,372	0,043*
	40 saatten fazla	33	20,3		
Kendini yorumlama biçiminden kaynaklı	40 saat	13	30,8	F: 3,569	0,037*
	40 saatten fazla	33	32,6		

F: ANOVA Testi, *p<0,05

Yapılan ANOVA testinde haftalık 40 saatten fazla çalışanların fizik çevre ilişkili stres ve kendini yorumlama biçiminden kaynaklı alt gruplarında 40 saat çalışanlara göre daha fazla strese maruz kaldığı saptandı (Tablo 7).

Tablo 7. Haftalık Çalışma Saati ile Sosyal Stres Kaynağı Ölçeğinin Karşılaştırılması

	Saat	n	Ort.	F	P
Sosyal stres vericiler	40 saat	15	34,4	F: 1,054	0,357
	40 saatten fazla	32	37,7		
İşle ilgili stres	40 saat	16	18,7	F: 1,034	0,363
	40 saatten fazla	34	20,2		
Fizik çevre ilişkili stres	40 saat	14	16,6	F: 3,372	0,043*
	40 saatten fazla	33	20,3		
Kendini yorumlama biçiminden kaynaklı	40 saat	13	30,8	F: 3,569	0,037*
	40 saatten fazla	33	32,6		

F: ANOVA Testi, *p<0,05

TARTIŞMA

YYBÜ'de görev yapan hemşirelerinin stres düzeylerini ve strese neden olan durumları tanımlamak için yapılmış olan bu çalışma

56 YYBÜ hemşiresinin katılımı ile gerçekleştirildi. Bu çalışmada YYBÜ hemşirelerinin tamamı kadın; lisans mezunu, 38 yaş üstü ve bekar katılımcıların çoğunlukta olduğu görülmektedir.

YYBÜ hemşirelerinde strese neden olan durumlar incelendiğinde şüphesiz haftalık çalışma saatinin 40 saatten fazla olması gerek fiziksel gerekse de zihinsel olarak yüksek bir tempo gerektirir. Bu çalışmada katılımcıların %67'sinin haftalık 40 saatten fazla çalıştığı dikkat çekmektedir. Ayrıca 40 saatten fazla çalışanların fizik çevre ilişkili stres ve kendini yorumlama biçiminden kaynaklı alt gruplarında diğerlerine göre daha fazla strese maruz kaldığı saptandı. Türkçe literatür incelendiğinde haftada 40 saatten fazla çalışan hastanelerin olduğu, bu durumun uzun yıllar önce başladığı ve hala devam ettiği dikkat çekmektedir (20-22)

Bu çalışmada YYBÜ hemşireleri uzun çalışma saatlerinin yanı sıra iş yoğunluğu ve fazla hasta bakma faktörlerini birer stres kaynağı olarak gördükleri ve buna ek olarak %87'sinin yetersiz ücret aldıklarını düşündükleri belirlendi. Benzer bir çalışmada hemşirelerin %28'i yetersiz ücret alıyor olmalarını bir stres kaynağı olarak değerlendirmiştir (21).

Bu çalışmada YYBÜ hemşirelerinin %48'inin olumsuz çevre koşullarını, %55'inin malzeme eksikliğini birer stres kaynağı olarak gördüğü saptandı. Bunun yanı sıra SKÖ alt gruplarından Fizik Çevre İlişkili Stres ortalama puanının "hastalık geliştirme ihtimali oldukça yüksek", olarak yorumlanması çevresel sorunların önemli ölçüde stres nedeni olduğu, hemşirelerin sağlık durumlarının bozulmasında tehlike arz ettiği görülmektedir. Geçmiş bir çalışmada hemşirelerin aşırı gürültü, pencere sayısının azlığı, ekipman yetersizliğini birer stresör olarak gördüğü belirlenmiştir (23). Başka bir çalışmada stres kaynakları en fazla yetersiz personel ve bakım için gerekli ilaç ve ekipman eksikliği olarak belirtilmiştir (24). Bu çalışmada elde edilen veriler geçmiş araştırma sonuçlarını desteklemektedir.

Bu çalışmada YYBÜ hemşirelerinin SKÖ alt gruplarından Sosyal Stres Vericiler puanının "hastalık gelişme ihtimali var", Kendini Yorumlama Biçiminden Kaynaklı alt grubundan alınan ortalama 32.42 puan için "hastalık geliştirme eğiliminde" olduğu saptandı. Ayrıca YYBÜ hemşirelerinin %50'sinin yüksek düzeyde stres algıladığı, %60'ının sistem ve organizasyonel sorunların düzeltilmesini iş yerindeki stresi azaltıcı bir girişim olduğunu belirtti. Benzer çalışmalarda hemşirelerin düşük ve orta düzeyde stres yaşadığı, stres nedenlerinin genellikle iş kaynaklı olduğu belirlenmiştir (25-27).

Hemşirelik mesleği genel olarak hastalık ve sağlık durumunda bireylere bakım ve eğitim vermeyi, danışmanlık yapmayı, ya-

şam kalitesini ve konforu yükseltmeyi hedefler. Ancak hemşirelerde bir meslek hastalığı haline dönüşmüş stres hemşirelerin iş oryantasyonunun ve duygusal iyiliğinin bozulmasına neden olur.

Literatür incelemelerinde genel sağlık düzeyinin korunmasında duygusal sağlığın yükseltilmesine odaklanılması gerektiğine yer verilmiştir (27,28). Bunun için en önemli parametre iş ilişkili stresin minimuma indirilmesi ve önleyici stratejilerin geliştirilmesidir. Bu çalışmada YYBÜ hemşirelerin %42'si psikososyal destek gereksiniminden bahsetmektedir.

Bu araştırma YYBÜ hemşirelerin stres düzeyinin tanımlaması, önleyici stratejiler hakkında görüş bildirmesi bakımından önemli bir bilgi kaynağı oluşturur. Bu araştırma verilerinden yola çıkarak gereksinimlerin farkında olma, stres yönetimine ilişkin destek sistemlerinin güçlendirilmesi sosyal ve toplumsal öneme sahiptir. Araştırmanın tek bir merkezde yapılmış olması bir sınırlılık ilkesi olarak kabul edildi.

SONUÇ

Bu çalışmada elde edilen veriler YYBÜ hemşirelerinin maruz kaldığı iş stresi, kaynaklarını ve strese baş etmelerini kolaylaştırmaya ilişkin görüşlerini içermektedir. Araştırma bulgularına göre, stres hakkında daha fazla bilgi edinmek ve nedenlerini incelemek büyük önem taşır. Ayrıca strese başa çıkmak ve bu fenomenin altında yatan faktörleri ele almak için önleme, kontrol, tedavi, uygun eğitim ve beceriler alanında harekete geçmek önem arz etmektedir. YYBÜ hemşirelerine problem çözme becerileri eğitimi, stres yönetimi, spor kulüpleri ve sağlıklı eğlenceler düzenlenmesi için finans ve insan kaynakları sağlanmalıdır. Yöneticilerin mali ve sağlık çalışanlarının manevi desteği, yöneticiler ve hemşireler arasında düzenli toplantılar yapmak, hemşirelerin daha az stres yaşamasına yardımcı olabilir.

Gelecekteki çalışmalarda araştırmacıların, YYBÜ hemşirelerin fiziksel ve duygusal sağlığını artırmak ve iş stresini azaltıcı etkili eylemler ve stratejileri çalışması önerilir.

REFERANSLAR

1. Li H, Zhao M, Shi Y, Xing Z, Li Y, Wang S, ... & Sun J. The effectiveness of aromatherapy and massage on stress management in nurses: A systematic review. *Journal of clinical nursing*, 2019;28(3-4):372-385.
2. Schneiderman N, Ironson G & Siegel SD. Stress and health: psychological, behavioral, and biological determinants. *Annu Rev Clin Psychol*, 2005;1:607-628. doi:10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.144141

3. Terp U, Hjärthag F & Bisholt B. Effects of a cognitive behavioral-based stress management program on stress management competency, self-efficacy and self-esteem experienced by nursing students. *Nurse Educator*, 2019;44:E1-E5. doi:10.1097/nne.0000000000000492
4. Mimura C & Griffiths P. The effectiveness of current approaches to workplace stress management in the nursing profession: An evidence based literature review. *Occupational and Environmental Medicine*, 2003;60(1):10–15.
5. Tyler P & Cushway D. Stress, coping and mental well-being in hospital nurses. *Stress and Health*, 1992;8(2):91–98.
6. NHS England, NHS England publishes latest NHS staff survey results. Retrieved from, 2018. <https://www.england.nhs.uk/2018/03/nhs-england-publishes-latest-nhs-staff-survey-results/>.
7. Chou LP, Li CY & Hu SC. Job stress and burnout in hospital employees: comparisons of different medical professions in a regional hospital in Taiwan. *BMJ Open*, 2014;4(2):e004185. doi: 10.1136/bmjopen-2013-004185
8. Twigg D & McCullough K. Nurse retention: a review of strategies to create and enhance positive practice environments in clinical settings. *Int J Nurs Stud*, 2014;51(1):85-92. doi: 10.1016/j.ijnurstu.2013.05.015
9. Lin SH, Liao WC, Chen MY & Fan JY. The impact of shift work on nurses' job stress, sleep quality and self-perceived health status. *J Nurs Manag*, 2014;22(5):604-612. doi: 10.1111/jonm.12020
10. Teles MA, Barbosa MR, Vargas AM, Gomes VE, Ferreira EF, Martins AM & Ferreira RC. Psychosocial work conditions and quality of life among primary health care employees: a cross sectional study. *Health Qual Life Outcomes*, 2014;12:72. doi: 10.1186/1477-7525-12-72
11. Nazari F, Mirzamohamadi M & Yousefi H. The effect of massage therapy on occupational stress of Intensive Care Unit nurses. *Iran J Nurs Midwifery Res*, 2015;20(4):508-515. doi: 10.4103/1735-9066.161001
12. Davey MM, Cummings G, Newburn-Cook CV & Lo EA. Predictors of nurse absenteeism in hospitals: a systematic review. *J Nurs Manag*, 2009;17(3):312-330. doi: 10.1111/j.1365-2834.2008.00958.x
13. Stamm BH. Professional quality of life: Compassion satisfaction and fatigue (ProQOL) 2009; retrieved from www.proqol.org. Version 5.
14. Maslach C & Leiter MP. New insights into burnout and health care: Strategies for improving civility and alleviating burnout. *Medical Teacher*, 2017;39(2):160–163.
15. Figley CR. (Ed). *Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized*. 1995, New York, Brunner/Mazel.
16. Andolhe R, Barbosa RL, Oliveira EM, Costa AL & Padilha KG. Stress, coping and burnout among intensive care unit nursing staff: associated factors [in English, Portuguese]. *Rev Esc Enferm USP*. 2015;(49 Spec No):58-64.
17. Park YM & Kim SY. Impacts of job stress and cognitive failure on patient safety incidents among hospital nurses. *Saf Health Work*, 2013;4(4):210-215.
18. Dinç Sever A. *Tedavi Hizmetlerinde Çalışan Hemşirelerin İşlevlerini Yerine Getirirken Karşılaştıkları Sorunlar ve Yaşadıkları Stresin Araştırılması*. İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 1988, İstanbul.
19. Baltaş A, & Baltaş Z. *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. Remzi Kitabevi, 1993, İstanbul.
20. Barlas G. *İstanbul ili hemodiyaliz birimlerinde çalışan hemşirelerde görülen depresyon belirtileri ve başa çıkma yöntemleri*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, 1998, İstanbul.
21. Koç S, Özkul AS, Özdemir Ürkmez D, Özkul Özel H & Çelik Çevik L. Bir sağlık kuruluşunda görev yapmakta olan hemşirelerin stres kaynaklarının ve düzeylerinin analizi. *Okmeydanı Medicine Journal*, 2017;33(2):68-75.
22. Sever A. *Hemşirelerin iş stresi ile başa çıkma yolları ve bunun sonuçlarının araştırılması*. Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 1997, İstanbul.
23. Faremia FA, Olatubib MI, Adeniyic KG & Salau OR. Assessment of occupational related stress among nurses in two selected hospitals in a city south-western Nigeria. *Int J Africa Nurs Sci*, 2019;10:68-73.
24. Yavuz M, Demir F & Dramalı A. Yoğun bakım hemşirelerinde stres. I. Uluslararası & VIII. Ulusal Kongre Hemşirelik Kitabı Antalya/Türkiye, 2000;558-561.
25. Abarghouei MR, Sorbi MH, Abarghouei M, Bidaki R & Yazdanpoor S. A study of job stress and burnout and related factors in the hospital personnel of Iran. *Electron Physician*, 2016;8:2625-32.
26. Noorian C, Parvin N & Mehrabi T. Evaluation of the relationship between occupational stress and general health condition in nurses working in Isfahan university hospitals, *J Community Health*, 2005;5:45-52.

27. Javadi-Pashaki N & Darvishpour A. Survey of stress and coping strategies to predict the general health of nursing staff. *J. Educ. Health Promot.* 2019;8:74.
28. Kent W, Hochard KD & Hulbert-Williams NJ. Perceived stress and Professional quality of life in nursing staff: How important is psychological flexibility? *Journal of Contextual Behavioral Science*, 2019;14:11-19.