

Esra ENGİN¹
Orcid: 0000-0003-0836-1532
M. Olcay ÇAM¹
Orcid: 0000-0002-6115-7306
Ayşegül DÖNMEZ¹
Orcid: 0000-0002-1087-9173
Şeyda DÜLGERLER¹
Orcid: 0000-0003-4512-9855
Gönül ÖZGÜR²
Orcid: 0000-0002-6539-3496
Ayça GÜRKAN²
Orcid: 0000-0001-6962-3095
Satı DOĞAN¹
Orcid: 0000-0002-9935-3265
Serap YILDIRIM¹
Orcid: 0000-0002-9822-1877
Emel ÖZTÜRK TURGUT¹
Orcid: 0000-0003-0620-2749
Nihan DURGU³
Orcid: 0000-0001-7430-9316
Gizem BEYCAN EKİTLİ¹
Orcid: 0000-0002-7308-5629
Elif Deniz KAÇMAZ⁴
Orcid: 0000-0001-7630-3532
Merve UĞURYOL¹
Orcid: 0000-0002-2069-7306
Hacer DEMİRKOL⁵
Orcid: 0000-0002-8639-8376
Cansu GÜLER⁶
Orcid: 0000-0002-0939-1760
Ege Miray TOPCU¹
Orcid: 0000-0001-5574-7441
Özgür KARAÇAM⁷
Orcid: 0000-0003-4165-2745

¹ Ege Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, İzmir.

² Emekli Öğretim Üyesi

³ Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Manisa.

⁴ İzmir Bakırçay Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, İzmir.

⁵ Yozgat Bozok Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Yozgat.

⁶ Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Muğla

⁷ Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Kampüs Poliklinikleri, İzmir

Sorumlu Yazar (Corresponding Author):

NİHAN DURGU
nihan_yalciner@hotmail.com

Anahtar Sözcükler:

Öğrenci hemşire; ruhsal belirti; sorun çözme terapisi; psikiyatri hemşireliği.

Keywords:

Student nurse; mental symptom; problem solving therapy; psychiatric nursing.

EGEHFD, 2023, 39 (1): 55-62

DOI: 10.53490/egehemsire.1036992

Sorun Çözme Terapisi Temelli Psikiyatri Hemşireliği Yaklaşımının Üniversite Öğrencilerinin Yaşadıkları Ruhsal Belirtiler Üzerine Etkisi

The Effect of Problem-Solving Therapy-Based Psychiatric Nursing Approach on the Mental Symptoms Experienced by University Students

Gönderilme Tarihi: 21 Aralık 2021

Kabul Tarihi: 7 Aralık 2022

* Araştırma, I. Uluslararası IV. Ulusal Bireysel Gelişim Günleri Kongresi'nde (13-16 Nisan 2017) poster bildirisi olarak sunulmuştur..

ÖZ

Amaç: Araştırma Sorun Çözme Terapisine (SÇT) dayalı psikiyatri hemşireliği yaklaşımının ruhsal belirtileri olan hemşirelik öğrencilerinin ruhsal belirti düzeylerine etkisini incelemek amacıyla yürütülmüştür.

Yöntem: Araştırma, tek grup, ön test-son test uygulamalı yarı-deneysel tasarımda yürütülmüştür. Araştırmanın evrenini, 2016-2017 eğitim ve öğretim yılında bir hemşirelik fakültesinde eğitim gören 262 birinci sınıf öğrencisi oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak Tanıtıcı Bilgi Formu ve Kısa Semptom Envanteri (KSE) kullanılmıştır. Örneklemi Rahatsızlık Ciddiyet İndeksi (RCİ) puan ortalaması 2.00 ve üstü olan yedi öğrenci oluşturmuştur. SÇT, her öğrenciye bireysel olarak, ortalama 40-45 dakika süren yedi-sekiz oturumda uygulanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde, tanımlayıcı analizler, bağımsız gruplar arası farkın anlamlılığı testi ve Paired Sample Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi kullanılmıştır. İstatistiksel önemlilik katsayısı $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Araştırmanın evreni RCİ puanı açısından değerlendirildiğinde, öğrencilerin %22.1'inin (%3.4, $RCİ \geq 2.00$, $n=9$ ve %18.7, $1.99 \geq RCİ > 1.00$, $n=49$) psikopatoloji eğilimi gösterdiği saptanmıştır. SÇT sonrası, örneklem grubunun KSE ve tüm alt boyut belirti toplam puanında, Ek Bulgular ($p=0.89$, $p > 0.05$) alt boyutu dışında düşüş görülmüştür ($p < 0.005$). Ayrıca RCİ'nin girişim öncesi ve sonrası puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < 0.005$).

Sonuç: SÇT temelli psikiyatri hemşireliği yaklaşımının, ruhsal belirti gösteren hemşirelik öğrencileri üzerinde olumlu etki sağladığı belirlenmiştir. SÇT'nin ruhsal belirti gösteren üniversite öğrencilerinde daha geniş örneklem gruplarında uygulanması ve randomize kontrollü araştırmalarla etkililiğinin sınanması önerilmektedir.

ABSTRACT

Objective: The present study aimed to examine the effect of the Problem-Solving Therapy (PST) based psychiatric nursing approach on the mental symptom levels of nursing students showing mental symptoms.

Methods: The study was conducted in the semi-experimental design with a single group and pretest-posttest application. Study population consisted of 262 first-year students attending a nursing faculty in the 2016-2017 academic years. The data of the study was collected using the Introductory Information Form and Brief Symptom Inventory (BSI). The sample included seven students with a mean score of 2.00 or over on the Disease Severity Index (DSI). PST was implemented in seven-eight sessions of 40-45 minutes on average individually for each student. Data was assessed using descriptive analyses, test for the significance of the difference between independent groups and Paired Sample Wilcoxon Signed Rank Test. The level of statistical significance was accepted as $p < 0.05$.

Results: When the study population was evaluated in terms of DSI scores, it was seen that 22.1% of the students (3.4%, $DSI \geq 2.00$, $n=9$ and 18.7%, $1.99 \geq DSI > 1.00$, $n=49$) had psychopathologic tendencies. Following the PST, a decrease was found in the total scores of the sample on the BSI and whole subscales except for the Additional Findings subscale ($p=0.89$, $p > 0.05$) ($p < 0.005$). In addition, the difference between the mean scores on the DSI before and after the intervention was found statistically significant ($p < 0.005$).

Conclusion: It was determined that PST-based psychiatric nursing approach had a positive effect on nursing students with mental symptoms. It is recommended that PST be applied in larger sample groups in university students with severe mental symptoms and its effectiveness should be tested with randomized controlled studies.

Kaynak Gösterimi: Engin, E., Çam, MO., Dönmez, A., Dülgerler, Ş., Özgür, G., Gürkan, A., ... Karaçam, Ö. (2023) Sorun Çözme Terapisi Temelli Psikiyatri Hemşireliği Yaklaşımının Üniversite Öğrencilerinin Yaşadıkları Ruhsal Belirtiler Üzerine Etkisi. *EGEHFD*, 39(1), 55-62 DOI:10.53490/egehemsire.1036992

How to cite: Engin, E., Çam, MO., Dönmez, A., Dülgerler, Ş., Özgür, G., Gürkan, A., ... Karaçam, Ö. (2023) The Effect of Problem-Solving Therapy-Based Psychiatric Nursing Approach on the Mental Symptoms Experienced by University Students. *JEUNF*, 39(1), 55-62 DOI:10.53490/egehemsire.1036992

GİRİŞ

Üniversite yaşamında öğrencilerin gelişimsel sorunlarıyla yüzleşmesinin yanında üniversite yaşamına uyum sağlaması beklenmektedir. Aileden ayrılma, yalnız kalma, ekonomik güçlük yaşama, farklı kültürden gelen insanlarla anlaşma zorunluluğu, ilişki sorunları, akademik rekabet, mesleğe hazırlanma, iş bulma kaygısı gibi nedenler yoğun strese ve ruhsal hastalıkların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir (Altaş, Kaya, Özel ve Topuzoğlu, 2020; Pedrelli, Nyer, Yeung, Zulauf ve Wilens, 2015).

Hemşirelik eğitiminin uygulamalı ve yoğun bir ders müfredatına sahip olması, klinik ortamda daha çok hasta bireylere bakım verme (Baysan, Korhan, Tokem ve Torun, 2015), bireylerin ağrı, acı çekme, ümitsizlik, ölüm gibi deneyimlerine şahit olma, yoğun akademik çalışma nedeniyle sosyal yaşamdan uzaklaşma gibi ruhsal hastalıklara neden olabilecek farklı stres faktörlerini de beraberinde getirmektedir (Softa ve Kaya, 2013). Alan yazında yapılan birçok çalışma öğrenci hemşirelerin, stres, anksiyete, duygu düzenleme güçlüğü, ruhsal sorunlar ve hastalıklar yaşadığını göstermektedir (Bartlett, Taylor ve Nelson, 2016; Baysan ve diğerleri, 2015; Cheung ve diğerleri, 2016; Turner ve McCartly, 2017; Yıldırım, Hacıhasanoğlu ve Karakurt, 2008; Zeng, Wang, Xie, Xiuying ve Reinhardt, 2019).

Kendisinin ve hastalarının gereksinimlerinin farkında, eleştirel bakabilen, hasta odaklı bakım veren, etik ilkelere göre hareket eden, multidisipliner ekip üyeleri ile uyum içerisinde çalışan hemşirelerin yetişmesi ancak fiziksel ve ruhsal açıdan sağlıklı hemşirelik öğrencileri ile mümkün olabilir (Çam ve Engin, 2021; Özmen ve Çetinkaya, 2016). Dolayısıyla, ruhsal desteğe gereksinimi olan hemşirelik öğrencilerine sunulan psikososyal danışmanlık uygulamalarının hem bireysel hem de mesleki kazanımları olacağı düşünülmektedir.

Günlük yaşamda karşılaşılan sorunları çözme becerisi yetersiz kaldığında, bireylerde ruhsal sorunların yaşandığı belirtilmektedir. Sorun Çözme Terapisi (SÇT) bu noktadan yola çıkarak karşılaşılan sorunun kişiye verdiği psikolojik sıkıntıyı ortadan kaldırmak ve gelecekte karşılaşılabilecek sorunlara karşı sorun çözme becerilerini artırmaya yardımcı olarak psikolojik dayanıklılığını artırma ve olası ruhsal hastalıkları önlemeyi amaçlamaktadır (Eskin, 2011).

Araştırmada “H1: Ruhsal belirti yaşayan öğrencilere uygulanan SÇT’ye dayalı psikiyatri hemşireliği yaklaşımı, RCİ puan ortalamasını düşürür.” hipotezi değerlendirilmiştir. Ayrıca birinci sınıf öğrencilerin ruhsal durumlarının taranarak ruhsal belirti ciddiyeti düzeylerinin belirlenmesi araştırmanın alt hedefini oluşturmuştur.

Öğrencilerin ruhsal belirti ciddiyetlerinin saptanması, ruhsal desteğe gereksinimi olan öğrencilerin erken dönemde belirlenmesi, gerekli müdahalelerin yapılması ve yönlendirilmesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Ek olarak SÇT’ye dayalı psikiyatri hemşireliği yaklaşımı ile sorun çözme becerilerinin geliştirilmesinin, öğrencilerin ruh sağlıklarının iyileştirilmesine, kişisel gelişimlerine ve mesleki performanslarının artmasına katkı sağlayacağı öngörülmektedir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Tipi

Bu araştırma tek gruplu, ön test-son test uygulamalı yarı- deneysel tipte bir araştırmadır.

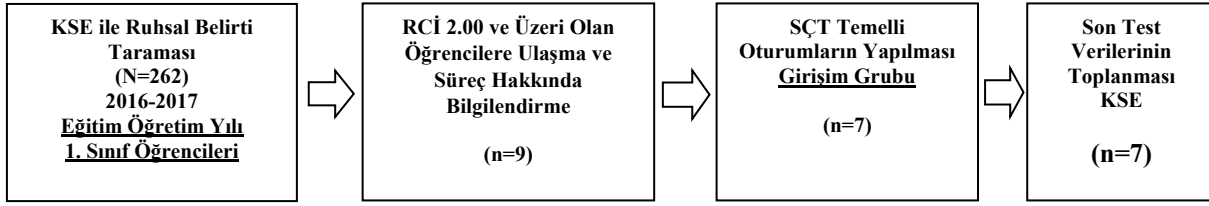
Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2016-2017 eğitim ve öğretim yılında bir hemşirelik fakültesinde eğitim gören birinci sınıf öğrencileri oluşturmuştur (N=262). Örneklem seçiminde Kısa Semptom Envanteri (KSE) uygulaması ile Rahatsızlık Ciddiyet İndeksi (RCİ) ortalaması 2.00 puan ve üstü puan almış olma (ciddi düzeyde ruhsal belirti gösterme), araştırmaya katılmaya gönüllü olma ve görüşmelere tam devamlılık gösterme koşulları karşılanmıştır. RCİ ortalaması 2.00 puan ve üstü olan dokuz öğrenci (hedef grup) saptanmıştır. Bu dokuz öğrenciye telefonla ulaşılarak yüz yüze görüşmelere çağırılmıştır. Görüşmelerde araştırmanın hedefleri ve bireysel danışmanlık sürecine ilişkin detaylı bilgi paylaşılarak, öğrencilerin katılma gönüllülüğü belirlenmiştir. Bir öğrenci araştırmaya katılmaya gönüllü olmadığı, bir öğrenci de görüşmelere devam koşulunu yerine getiremediği için araştırma toplam yedi öğrenci (Girişim Grubu) ile tamamlanmıştır.

Veri Toplama

Araştırmanın evrenini oluşturan 262 birinci sınıftaki öğrencilerin RCİ taramaları Kasım 2016’da gerçekleştirilmiştir. Taramanın Kasım ayında gerçekleştirilmesi kararında, öğrencilerin fakülteye uyumlanabilmeleri için gerekli altı- sekiz haftalık bir kriz sürecini tamamlamaları gözletilmiştir. KSE uygulaması öncesi araştırma hakkında bilgi verilmiş ve araştırmanın önemi anlatılmıştır. Ardından öğrencilere Tanıtıcı Bilgi Formu ve KSE ön test olarak uygulanmıştır (Şekil 1). Kâğıt ve kalemle kendi kendilerine uygulayabilmelerine olanak sağlayan bu veri toplama araçlarının tamamlanması için öğrencilere 20 dakika süre verilmiştir.

Taramalarla evrenin tamamına ulaşılmıştır (N=262). Girişim grubundaki öğrencilerle (n=7) SÇT’nin sekiz temel basamağı kapsamında yürütülen görüşmeler Eylül 2017’de sonlandırılmıştır. Görüşmeler sonrası Ekim 2017’de KSE ölçümleri (son test) yenilenmiştir.



Şekil 1. Uygulama Akış Planı

Araştırmanın uygulanması

Sorun çözme terapisi: SÇT’de bireylerin sorunlarının belirlenmesi kadar sorun çözümünde kullandıkları içsel ve dışsal kaynaklarının da bilinmesi son derece önemlidir. Bu bilgiler aynı zamanda tedavinin başarı göstergesi olarak da değerlendirilmektedir. Bireysel ve grup uygulamaları yapılabilmekte, telefonla ya da internet üzerinden uygulama olanağı da sunmaktadır. SÇT süreci bireylerin etkin olarak yer aldığı sekiz işlem basamağından oluşmaktadır; değerlendirme ve bilgilendirme görüşmesi, soruna yönelim eğitimi, sorunların tanımlanması, hedeflerin belirlenmesi, çözüm seçeneklerinin oluşturulması, uygun bir çözüm seçeneğinin seçilmesi, seçilen çözüm seçeneğinin uygulanması ve uygulamanın değerlendirilmesi. Oturum sayısı ve süreci, bireysel esnekliğe izin vermektedir (Eskin, 2011). Alan yazında SÇT’nin bazı ruhsal hastalıkların sağaltımı ve intiharı önlemede etkili olduğu belirtilmiştir (Choi, Martı ve Conwell, 2016; Kleiboer ve diğerleri, 2015; Oxman, Hegel, Hull ve Dietrich, 2008; Sharma ve Kirmani, 2016; Sorsdahl ve diğerleri, 2015). Sorun çözümüne ilişkin kanıtları ve yapılandırılmış işlem basamaklarının kolay kullanışlı olması sebebiyle araştırmada sunulan psikiyatri hemşireliği yaklaşımı SÇT’ye göre temellendirilmiştir. Araştırmadaki hedef görüşme planı Tablo 1’de sunulmuştur (Eskin, 2011).

Tablo 1. Hedef Basamakları

Hedef Basamakları	İçerik
1. Hedef	Tanışma ve süreç hakkında bilgi verme
2. Hedef	Sorunları ve sıkıntıları belirleme, işlevsel olmayan sorun çözme tekniklerini belirleme
3. Hedef	Duygusal belirtiler ile sorunlar arasındaki ilişkiyi belirleme ve sorunun ne zaman, ne sıklıkta, nerede, kimlerle yaşandığına yönelik detaylı değerlendirme
4. Hedef	Hedefleri belirleme, iç ve dış güç kaynaklarını belirleme
5. Hedef	Çözüm önerileri belirme için destekleme
6. Hedef	Belirlenen çözüm önerilerinden bireye en uygun olanı seçimi için destekleme
7. Hedef	Belirlenen çözüm önerisini uygulamaya geçirmek için bireyin kaygılarının, korkularının belirlenmesi/ ifadesinin sağlanması, olası risklerin belirlenmesi, olumlu ve olumsuz sonuçların belirlenmesi
8. Hedef	Durum değerlendirmesi; birey açısından uygulama başarılı oldu mu, sorun çözüldü mü, hedefe ulaşıldı mı, sıkıntılar azaldı mı? Son- test uygulanması (KSE)

Pilot uygulama: Araştırmada görüşmelerin içeriğini ve sürecini yapılandırmak üzere pilot uygulama yapılmıştır. Pilot uygulama, 2015-2016 eğitim ve öğretim yılında, birinci sınıf öğrencilere KSE uygulanmasının ardından hedef gruba uygun örneklem dışındaki yedi öğrenci ile yürütülmüştür. Pilot uygulama verileri araştırma bulgularına dahil edilmemiştir. Planlanan girişime denk şekilde yedi-sekiz oturum olarak sürdürülen bu uygulamada; oturumların yapısı, süresi, ilerleme şekli; zorlukları ve fırsatları açısından değerlendirme yapılmış, oturumların son hali oluşturulmuştur.

Girişim: Araştırma ekibi iş kalemlerinin dağılımını yapmış ve veri toplama dört, bireysel görüşmeler yedi, araştırmanın ve görüşmelerin süpervizyonu beş araştırmacı ile yürütülmüştür. Araştırmacıların SÇT yaklaşımını bir standart çerçevesinde sunabilmeleri amacıyla ilgili yaklaşıma yönelik 16 saatlik bir eğitimi tamamlamaları sağlanmıştır. Ayrıca farmakolojik tedavi için üniversitenin Sağlık, Spor, Kültür Daire Başkanlığı’nda hizmet veren bir hekim araştırmacılar arasında yer almıştır.

Araştırmada belirlenen örneklem grubundaki öğrencilere birer bireysel danışman belirlenmiş olup, öğrenci-danışman arasında iletişim kurulması sağlanmıştır. Bireysel danışmanlar belirlenirken öğrencilerin eğitiminde çıkar çatışması ya da akademik bir kaygı yaşamalarına neden olmayacak bir ekip üyesinin seçimi gözetilmiştir.

Süreç; öğrenci ve danışmanın bireysel bir görüşme takvimi oluşturması ile başlamıştır. Görüşmeler, öğrenci ve danışanların çevresel etmenlerden yalıtılacakları ve sakin ve güvenli bir ortam sağlayacak görüşme odalarında gerçekleştirilmiştir. Görüşme süresince odaların dışarıdan kullanılmaması ya da sürece zarar verebilecek şekilde görüşmelerin bölünmemesi amacıyla kapıya uyarı notları asılmıştır. Sekiz temel hedefin gerçekleştirilmesi doğrultusunda oluşturulan görüşme programı her biri ortalama 40-45 dakika süren yedi- sekiz görüşmede tamamlanmıştır.

Görüşmelerin tamamlanmasının ardından Girişim Grubu'na son test olarak KSE uygulanmış ve ruhsal belirti ciddiyetleri ölçülmüştür. Kâğıt ve kalemle kendi kendilerine uygulayabilmelerine olanak sağlayan KSE son test uygulaması için öğrencilere 15 dakika süre verilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Tanıttıcı bilgi formu: Araştırmacılar tarafından oluşturulan form, öğrencilerin ruhsal sorunları ve sorunlara yönelik çözüm yollarına etki etmesi muhtemel sosyodemografik ve kişisel özelliklerini belirlemeye yöneliktir. Yaş, cinsiyet, gelir durumu, yaşadığı yer ve sorunlarının hayatına etkisine dair toplamda sekiz soru yer almıştır (Altaş ve diğerleri, 2020).

Kısa Semptom Envanteri (KSE): Bireylerin ruhsal belirti varlığı ve düzeylerini belirlemek amacıyla hazırlanmış ölçek Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R) maddelerinin gözden geçirilmesi sonucu yeniden geliştirilmiş olup, 53 maddeden oluşan likert tipi bir ölçektir. Her madde "hiç/biraz, var/orta derecede var/epay var/çok fazla var" seçeneklerine göre cevaplanmakta ve sırasıyla "0, 1, 2, 3, 4" puan verilerek puanlanmaktadır. Ölçeğin belirlenen dokuz alt ölçeği; Somatizasyon (S), Obsesif kompulsif bozukluk (OKB), Kişiler arası duyarlılık (KD), Depresyon (D), Anksiyete bozukluğu (AB), Hostilite (H), Fobik anksiyete (FA), Paranoid düşünce (PD), Psikotizm'dir (P). Ek maddeler (EM) ise yeme-içme bozuklukları, uyku bozukluğu, ölüm ve ölüm üzerine düşünceler ve suçluluk duygularıyla ilgili maddelerdir. Ölçekten Rahatsızlık Ciddiyet İndeksi, Belirti Toplam İndeksi ve Semptom Rahatsızlık İndeksi olmak üzere üç ayrı gösterge hesaplanabilmektedir.

- Rahatsızlık ciddiyeti indeksi (RCİ): Alt ölçeklerin toplamının 53'e bölünmesi yoluyla elde edilen ortalama puandır. RCİ, boş bırakanlar hariç tüm maddelere yapılan derecelemelerin ortalaması olup; 0.00 ile 4.00 değerleri arasında değişebilen en önemli göstergedir. RCİ puanlarının 1.00 puanın üzerinde bulunması belirtilerde psikopatolojik eğilimi, 2.00 puan ve üzerinde olması psikopatoloji varlığını gösterir.
- Belirti toplamı indeksi : Sıfır olarak işaretlenen maddeler dışındaki tüm maddelerin (pozitif olan tüm değerlerin) bir olarak kabul edilmesi sonucu elde edilen toplam puandır.
- Semptom rahatsızlık indeksi : Alt ölçeklerin toplamının belirti toplamına bölünmesi ile elde edilir. Ölçekten alınan toplam puanların yüksekliği, bireyin ruhsal belirtilerinin arttığını gösterir.

Ölçeğin ergenler için geçerlik ve güvenilirliği Şahin, Durak ve Uğurtaş (2002) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin toplam puan aralığı 0- 212 arasındadır. Ölçeğin toplam puanından elde edilen Cronbach's Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.95, alt ölçekler için elde edilen katsayılar ise 0.55 ile 0.86 arasında değişmektedir (Şahin ve diğerleri, 2002). Bu çalışmada toplam puandan elde edilen Cronbach's Alpha katsayısı 0.96, alt ölçeklerde 0.74-0.81 aralığında değişmektedir.

Verilerin Değerlendirilmesi

Verilerin normal dağılıma uygun olup olmadığı örneklem sayısının 30'un altında olması nedeniyle Shapiro Wilk testi ile sınanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde, tanımlayıcı analizler (sayı, yüzde ve ortalama) kullanılmıştır. Verilerin analizinde, normal dağılıma uygunluk göstermeyen örneklem gruplarında bağımsız gruplar arası farkın anlamlılığı testlerinden yararlanılmıştır. Ön test-son test puanları arasındaki farklılık için ise normal dağılıma uygunluk göstermeyen bağımlı gruplardaki farklılığın anlamlılığını inceleyen Paired Sample Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi kullanılmıştır. İstatistiksel önemlilik katsayısı $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmanın yürütülebilmesi için öncelikle Ege Üniversitesi Bilimsel Etik Kurulu'ndan (25.09.2014 tarih ve 2013-40 numaralı kararı) gerekli izinler alınmıştır. Araştırma Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırma Proje Saymanlığı tarafından desteklenmiştir (16-HYO-007). Ayrıca, Ölçek 'Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler' kitabında ve Bilişsel Davranışçı Psikoterapiler Derneği'nin internet sayfasında yayınlandığı için, ölçek izninin alınmasına gerek bulunmamaktadır (Savaşır ve Şahin, 1997).

Örneklemi oluşturan öğrencilere bireysel görüşmelerin amacı anlatılmış ve süreçle ilgili bir danışmanlık sözleşmesi imzalatılmıştır. Görüşmelere başlamadan önce öğrenciler, görüşmeler sırasında sesli ya da görüntülü bir kayıt alınmadığına yönelik bilgilendirildikleri ve görüşmenin verilerinin bilimsel amaçlı olarak kullanılabileceğine yönelik bilgilendirilmiş yazılı onam vermişlerdir. Öğrencilerin görüşmelerinin tamamlanmasının ardından yeniden

danışmanları ile görüşmelere gereksinim duymaları halinde, ilgili fakültenin Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Birimi'ne başvurmaları konusunda bilgilendirme sağlanmış olup, ilgili herhangi bir yeniden başvuru kaydı alınmamıştır. Birinci sınıf öğrencilerinin tamamı üzerinde yürütülen taramalar sonucunda örnekleme dahil olma koşullarını karşılayacak ciddiyette belirti göstermeyen ($1.00 < RCİ < 2.00$) riskli öğrenciler ($n=49$) ise psikopatolojik risk alanları doğrultusunda düzenlenen psikoeğitim seminerlerine katılmıştır.

BULGULAR

Araştırmanın evrenini oluşturan öğrencilerin KSE toplam puan ortalamaları 37.38 ± 28.34 (min=1.00, maks=159.00) puandır ($N=262$). RCİ puan ortalamaları 0.71 ± 0.53 (min=0.02, maks=3.00) puan olarak belirlenmiştir. RCI puanları açısından öğrencilerin %22.1'inin (%3.4, $RCİ \geq 2.00$, $n=9$ ve %18.7, $1.99 \geq RCİ > 1.00$, $n=49$) psikopatoloji eğilimi bulunduğu saptanmıştır.

Girişim grubundaki öğrencilerin yaş ortalaması 19.85 ± 0.69 'dur (min:19.00, maks:21.00) ($n=7$). Öğrencilerin altısı kadinken, beşi gelirini giderinden az olarak algıladığını ifade etmiştir. Altı öğrenci devlet yurdunda yaşamaktadır.

Girişim grubu öğrencilerinin KSE puan dağılımları Tablo 2'de sunulmuştur. Buna göre öğrencilerin KSE belirti toplam puanında ve RCİ puan ortalamasında girişim öncesi ve sonrası puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($p < 0.005$). Araştırmanın "Ruhsal belirti yaşayan öğrencilere uygulanan SÇT'ye dayalı psikiyatri hemşireliği yaklaşımı, RCİ puan ortalamasını düşürür." hipotezi sınanarak kabul edilmiştir. KSE puanlarının girişim sonrasında düşme gösterdiği; bu düşüşün KSE Ek Bulgular ($p=0.89$, $p > 0.05$) alt boyutu dışındaki ölçek toplam puan ve alt boyut puan dağılımlarında istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p < 0.05$).

Tablo 2. Girişim Grubu Kısa Semptom Envanteri Puan Ortalamaları ($n=7$)

KSE	ÖN		SON		Z*	p
	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss		
Envanter Toplam Puanı	128.71	16.12	48.14	17.03	-2,366	0.018
Somatizasyon	10.28	4.35	2.57	1.40	-2,371	0.018
Obsesif Kompulsif Bzk. (OKB)	17.14	2.04	9.29	4.11	-2,371	0.018
Kişilerarası Duyarlılık (KD)	11.29	3.09	3.71	3.30	-2,379	0.017
Depresyon (D)	16.86	2.85	5.86	2.54	-2,375	0.018
Anksiyete Bozukluğu (AB)	13.57	3.41	2.57	2.64	-2,366	0.018
Hostilite (H)	14.00	3.21	3.57	2.51	-2,375	0.018
Fobik Anksiyete (FA)	10.57	3.15	4.29	2.98	-2,371	0.018
Paranoid Düşünceler (PD)	14.86	2.67	6.14	3.53	-2,366	0.018
Psikotizm (P)	11.86	2.54	3.86	2.27	-2,388	0.017
Ek Belirtiler (EK)	8.28	2.87	4.43	3.78	-1,703	0.089
Belirti Toplam Puanı	45.57	5.13	27.86	10.94	-2,371	0.018
Rahatsızlık Ciddiyet İndeksi (RCİ)	2.83	0.30	0.91	0.32	-2,366	0.018

*Paired Sample Wilcoxon İşaretili Sıralar Testi

Girişim grubu öğrencilerinin oturumlardaki öznel ifadeleri kayıt altına alınmıştır. Öğrencilerin sıklıkla yaşadıkları duyguya yönelik ifadeleri Plutchik'in (1980) 'Duygu Çarkı Modeli'ne göre sınıflandırıldığına; 'üzüntü (çaresizlik, tükenmişlik, kırgınlık, güvensizlik)' ($n=7$), 'korku (anksiyete)' ($n=5$), 'öfke (kırgınlık)' ($n=4$), 'beklenti (yalnızlık, değersizlik)' ($n=4$), 'pişmanlık' ($n=4$) olduğu belirlenmiştir (Plutchik, 1980). Yaşanan sorun alanlarının 'sosyal sorunlar' (ortak mekân sorunları, performans kaygısı, arkadaş ilişkilerinde doyumsuzluk, $n=5$), 'romantik sorunlar' ($n=2$), 'ailevi sorunlar' ($n=3$) ve 'akademik sorunlar' ($n=1$) olduğu belirlenmiştir. Öğrenciler 'uyku problemleri' ($n=4$), 'konsantrasyon kaybı' ($n=4$), 'zihni boşaltamama' ($n=4$), 'sinirlilik' ($n=4$), 'içten olmayan yüzeysel ilişkiler' ($n=4$), 'umursamazlık' ($n=3$), 'kendini suçlama' ($n=3$), 'kendini ifade edememe' ($n=2$), 'ağrı' ($n=2$) ve 'yorgunluk' ($n=1$) gibi sıkıntılar yaşadıklarını ifade etmiştir.

Sorun çözme kuramı basamaklarından duygu odaklı hedef koyma basamağında, öğrencilerin dördü 'öfke düzeyini düşürmek', üçü 'anksiyetesini düzenlemek', biri 'duygusal arkadaşıyla duygu ve düşüncelerini paylaşmak', biri 'samimi sosyal ilişkiler kurabilmek' ve biri 'sakinleşmeyi' denemek hedeflerini belirlemiştir. Bu hedefler

doğrultusunda içsel ve dışsal kaynaklarını belirlemeleri istendiğinde; içsel kaynaklarını, ‘öfkeyi etkili kullanmak’ (n=2), ‘olumlu yönlerini yüksek sesle vurgulamak’ (n=2), ‘tepkiyi erteleyebilmek’ (n=2) olarak sıralarken, dışsal kaynaklarını, ‘romantik arkadaşı’ (n=3), ‘güvenilir yakın arkadaşı’ (n=2) ve ‘sosyal paylaşım yapılan arkadaşı’ (n=1) olarak belirlemişlerdir.

Oturumlar süresince öğrencilerin sorun odaklı hedefleri incelenmiştir. Bireysel ifadeleri doğrultusunda ‘bulunulan ortamı terk etmek’ (n=2), ‘girişken olabilmek’ (n=2), ‘kendisini daha iyi ifade edebilmek’ (n=2), ‘sorunu konuşarak çözümlenmek’ (n=1), ‘konuşmayı sonlandırmak’ (n=1), ‘uykuya dalmak’ (n=1), ‘sabretmek’ (n=1), ‘topluluk önünde başarılı sunum yapabilmek’ (n=1), ‘sorunu ertelemeden yüzleşmek’ (n=1), ‘önyargılarının gücünü azaltmak’ (n=1) öğrencilerin öncelikli hedefler arasında yer almıştır. Öğrenciler belirledikleri bu hedefler için ‘iletişim becerilerini’ (n=4), ‘güçlü yönlerini hatırlamayı’ (n=3), ‘öz güvenini’ (n=3), ‘anksiyetesini’ (n=1), ‘üzüntüsünü’ (n=1), ‘öfkesini’ (n=1) ve ‘sabretmeyi’ (n=1) bir içsel kaynak olarak kullanabilmeyi hedeflemiştir. Yararlanmayı hedefledikleri dışsal kaynaklar arasında ‘sosyal paylaşım yapılan arkadaşı’ (n=3), ‘sosyal kalabalık ortam ve mekanlar’ (n=2), ‘aile üyesi’ (n=2), ‘güvenilir yakın arkadaşı’ (n=1) ve ‘akademik güvenilir kişiler’ (n=1) yer almıştır.

Uygulanan girişim sonucunda öğrencilerin tamamının hedeflerine ulaşmak için yeni kaynakları kullanmaya başladığı; bu kaynakların kullanımını güçlendirmek için ‘ortamdan uzaklaşmak’, ‘müzik dinlemek’, ‘huzurlu şeyler düşünmek’, ‘zihnini boşaltmayı ve dikkatini sorundan uzaklaştırmayı sağlamak’, ‘ailesiyle paylaşımında bulunmak’, ‘sorunu sakinleşince tekrar düşünebilmek’, ‘ağlayarak rahatlamak’, ‘zamanını etkili yönetmek’, ‘gevşeme ve solunum egzersizleri yapmak’, ‘mizahı kullanmak’ ve ‘ilk adımı atma cesareti göstermek’ gibi öneriler ifade etmişlerdir.

TARTIŞMA

Araştırmada, uygulanan girişimlerin örneklem grubundaki öğrencilerin ruhsal belirti ciddiyetlerinde anlamlı düzeyde fark yarattığı belirlenmiş, H₁ hipotezi kabul edilmiştir. Bu sonuçlar SÇT temelli uygulamaların etkililiğini gösteren araştırmalar ile paralellik göstermektedir. Dowrick ve arkadaşları (2000), 18-65 yaş katılımcılarla yürüttüğü araştırmada, SÇT’ye dayalı altı oturumluk bireysel görüşmelerin depresyonun önlenmesinde; Çekici ve Güçray (2012) üniversite öğrencilerinde sekiz oturumluk problem çözme terapisinin öğrencilerin sosyal problem çözme becerilerini geliştirmede; Turgut (2021) intihar girişimi olan kişilerde, sekiz oturumluk SÇT’nin hem bireysel hem de grup uygulamasında intihar olasılığının azalmasında etkili olduğunu belirlemiştir (Çekici ve Güçray, 2012; Dowrick ve diğerleri, 2000; Turgut, 2021). SÇT’den fiziksel hastalığı olan kişilerin de yararlandığı (Ağce ve Ekici, 2020; Hill ve diğerleri, 2019) ve SÇT’nin artık mobil ve internet tabanlı uygulamalarda yer aldığı görülmektedir (Doukani ve diğerleri, 2021; Kleiboer ve diğerleri, 2015). Ancak alan yazında gençlerde SÇT’nin depresyon gibi ruhsal hastalıklarda etkililiğini ortaya koyan güçlü çalışmaların bulunmadığı da belirtilmektedir (Krause ve diğerleri, 2021).

Araştırmada oturumlar süresince öğrencilerin öznel ifadeleri kaydedilmiştir. Üzüntü, korku, öfke, beklenti ve pişmanlık gibi duyguların yoğun olarak yaşandığı belirlenmiştir. Duygularının ifade edilmesine yönelik genellikle etkili yollar uygulamayan öğrencilerin uyku sorunları, ağrı, yorgunluk gibi fiziksel şikayetlerinin de olduğu görülmektedir. Ruhsal sorunları olan bireyler bunlar gibi birtakım duygu ve durumlar duygular yaşayabilmektedir (Arslan ve Buldukoğlu, 2018). Araştırmanın girişim grubunda hissedilen bu yoğun duyguların ruhsal hastalık eğilimleri ile ilişkili olabileceği düşünülebilir. Öğrencilerin yaşadıkları sorun alanları incelendiğinde ise sosyal, ailevi ve akademik sorunlar yaşadıkları görülmüştür. Alan yazında yaşanan ruhsal sorunların bu tür sonuçlara neden olabileceği gibi bu alanların da ruhsal sorunların kaynağı olabileceği belirtilmektedir (Kacur ve Atak, 2011; Softa ve Kaya, 2013; Yıldırım ve diğerleri, 2008). Öğrencilerin okula başlamaları, yeni sosyal bir çevreye uyumlanma, meslek seçimi ile ilgili yaşanan tereddütler, aileden ayrılma, yeni bir şehre adaptasyon süreci gibi yaşanan gelişimsel durumların da bu tür duygularla ilişkili olabileceği düşünülebilir (Erkan, Özbay, Çankaya ve Terzi 2012; Topkaya ve Meydan, 2013). Ayrıca genellikle kişilerarası ilişkilerde sorunlar belirtilmiş olsa da duygu ve sorun odaklı hedeflerde dışsal kaynaklarda yine akran ilişkileri ön plana çıkmıştır. Ergenlikten yetişkinliğe adım atan üniversite öğrencilerinde psikososyal gelişim ödevi olarak kişilerarası ilişki çatışmalarını çözümlenmeleri son derece önemlidir. Erikson (1984) Psikososyal Gelişim Kuramında da belirttiği üzere, genç yetişkinleri sorunlarıyla etkili şekilde baş edemediğinde, işlevselliklerinde bozulmalar görülebilmektedir (Erikson, 1984). Bununla birlikte SÇT temelli hemşirelik yaklaşımının ikinci görüşmesinde öğrencilerin işlevsel olmayan sorun çözme teknikleri incelenmiş ve öğrencilerin sorunlarla baş etmede etkili yöntemleri kullanamadıkları görülmüştür. Araştırma sonunda ruhsal belirti gösteren öğrencilerin sorun çözmeye yönelik gerçekçi, kendilerine uygun, etkili, içsel ve dışsal kaynaklara yönelik yöntemler belirlemiştir. Yaşanan stresli durumlarla baş etmede bireylerin baş etme kaynakları son derece önemlidir. Sorun çözme becerisi ile baş etme kaynakları arasında doğru orantı olduğu dikkate alındığında SÇT temelli girişimlerinin ruhsal belirtiler gösteren öğrencilerde, stresle baş etmeyle ruhsal belirtileri azalttığı söylenebilir (Eskin, 2011). Dolayısıyla araştırmada, sorun çözme basamaklarının uygulamalı olarak öğretilmesi ile katılımcıların kişisel gelişimlerine de katkı sağlandığı düşünülebilir (Eskin, 2011).

SONUÇ

Araştırmada öğrencilerin yaklaşık %22'sinin ruhsal hastalık eğilimlerinin olduğu saptanmıştır. SÇT temelli psikiyatri hemşireliği yaklaşımının, bu öğrencilerin yaşadıkları ruhsal belirtileri olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir. Öğrencilerin RCİ puan ortalamasında anlamlı düzeyde düşüş belirlenmiş ve araştırma hipotezi kabul edilmiştir. Araştırma hem SÇT temelli uygulama kaynaklarına hem de ruhsal sorunların erken tespiti ve erken dönemde müdahale imkânı sunmasıyla koruyucu ruh sağlığı hizmetlerine katkı sağlamıştır.

Araştırmanın araştırmada uzun dönem sonuçlara yönelik veri olmaması (izlem testi), sonuçları yalnızca araştırma süresi ile sınırlandırılması ve araştırma sonucunun küçük bir örneklem grubunda, yalnızca araştırma süresince geçerliliğinin olması araştırmanın sınırlılıkları olarak sayılabilir.

Bu sonuçlar doğrultusunda; ruhsal belirti ciddiyeti açısından risk gruplarını belirlemek amacıyla öğrencilere tarama yapılması, ruhsal belirti gösteren öğrenciler için gerekli bireysel danışmanlık hizmetinin sağlanması, hizmetlerin bilişsel davranışçı bir felsefeyle hedeflenen sonuçlara ilişkin somut değerlendirmelerinin yapılabileceği SÇT gibi kısa süreli ve yapılandırılmış standart bir yaklaşımla sunulması, SÇT'ne dayalı girişimlerin grup uygulamalarındaki etkililiğinin sınanması, daha geniş örneklem grubuyla, uzun süreli izlem çalışmalarının yapılması önerilmektedir.

Yazar Katkıları:

Fikir ve tasarım: E.E, M.O.Ç, A.D., Ş.D., G.Ö., A.G. Veri toplama: E.Ö.T., N.D., G.B.E., E.D.K., M.U., H.D., C.G., E.M.T., Ö.K. Veri analizi ve yorumlama: E.E, M.O.Ç., A.D., Ş.D., G.Ö., A.G., E.Ö.T., N.D., G.B.E., E.D.K., M.U., H.D., C.G., E.M.T. Makale yazımı: E.Ö.T., N.D., G.B.E., E.D.K., M.U., H.D., C.G., E.M.T., Ö.K. Eleştirel inceleme: E.E, M.O.Ç, A.D., Ş.D., G.Ö., A.G.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması beyan etmemişlerdir.

Finansman: Çalışma, Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimi tarafından desteklenmiştir (Proje No: 16-HYO-007)

KAYNAKLAR

- Ağce, Z. B., Ekici, G. (2020). Person-centred, occupation-based intervention program supported with problem-solving therapy for type 2 diabetes: A randomized controlled trial. *Health and Quality of Life Outcomes*, 18, 265. <https://doi.org/10.1186/s12955-020-01521-x>
- Altaş, Z. M., Kaya, C., Özel, F., Topuzoglu, A. (2020). Sağlık bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinde ruhsal bozuklukların ve ilişkili faktörlerin değerlendirilmesi. *ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi*, 5(3), 443-60. <https://doi.org/10.35232/estudamhsd.701164>
- Arslan, B., Buldukoğlu, K. (2018). Ruhsal hastalık deneyiminden büyümek mümkün müdür?: Psikiyatri hemşireliği bakış açısından bir gözden geçirme. *Sakarya Üniversitesi Holistik Sağlık Dergisi*, 1(1), 16-27.
- Bartlett, M. L., Taylor, H., Nelson, D. (2016). Comparison of mental health characteristics and stress between baccalaureate nursing students and non-nursing students. *Journal of Nursing Education*, 55(2), 87-90. <https://doi.org/10.3928/01484834-20160114-05>
- Baysan, A. L., Akin-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.
- Cheung, T., Wong, S.Y., Wong, K.Y., Kanunu, L. Y., Ng, K., Tong, A. T. ... Yip P. S. F. (2016). Depression, anxiety and symptoms of stress among baccalaureate nursing students in hong kong: a cross-sectional study. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 13(8), 779. <https://doi.org/10.3390/ijerph13080779>
- Choi, N. G., Marti, C. N., Conwell, Y. (2016). Effect of problem-solving therapy on depressed low-income home bound older adults' death/suicidal ideation and hopelessness. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 6(3), 323-336. <https://doi.org/10.1111/sltb.12195>
- Çam, O., Engin, E. (2021). *Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliği: Bakım sanatı*. İstanbul: İstanbul Tıp Kitabevi.
- Çekici, F., Güçray, S. S. (2012). Problem çözme terapisine dayalı beceri geliştirme grubunun üniversite öğrencilerinin sosyal problem çözme becerileri öfkeyle ilişkili davranış ve düşünceler ile sürekli kaygı düzeylerine etkisi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(2), 103-128.
- Doukani, A., van Dalen, R., Valev, H., Njenga, A., Sera, F., Chibanda, D. (2021). A community health volunteer delivered problem-solving therapy mobile application based on the friendship bench 'muka coaching' in Kenya: a pilot cohort study. *Global Mental Health*, 8(e9), 1-11. <https://doi.org/10.1017/gmh.2021.3>
- Dowrick, C., Dunn, G., Ayuso-Mateos, J. L., Dalgard, O. S., Page, H., Lehtinen, V. ... Wilkinson, G. (2000). Problem solving treatment and group psychoeducation for depression: multicentre randomised controlled trial. *British Medical Journal*, 321(7274), 1450-1456. <https://doi.org/10.1136/bmj.321.7274.1450>
- Erikson, E. H. (1984). *İnsanın sekiz çağı*. (Şar. V, Çev.). Ankara: Birey ve Toplum Yayınları.
- Erkan, S., Özbay, Y., Çankaya, C. Z., Terzi, Ş. (2012). Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemler ve psikolojik yardım arama gönüllülükleri. *Eğitim ve Bilim*, 37(164), 94-107.
- Eskin, M. (2011). *Sorun çözme terapisi kuram, uygulama, araştırma*. Ankara: HYB Yayınları.
- Hill, K., House, A., Knapp, P., Wardhaugh, C., Bamford, J., Vail, A. (2019). Prevention of mood disorder after stroke: a randomised controlled trial of problem solving therapy versus volunteer support. *BMC Neurology*, 19, 128. <https://doi.org/10.1186/s12883-019-1349-8>

- Kacur, M., Atak, M. (2011). Üniversite öğrencilerinin sorun alanları ve sorunlarla baş etme yolları: Erciyes üniversitesi örneği. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(31), 273-297.
- Kleiboer, A., Donker, T., Seekles, W., Van Straten, A., Riper, H., Cuijpers, P. (2015). A Randomized controlled trial on the role of support in internet-based problem solving therapy for depression and anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 72, 63-71. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2015.06.013>
- Krause, K. R., Courtney, D. B., Chan, B. W. C., Bonato, S., Aitken, M., Relihan, J. ... Szatmari, P. (2021). Problem-solving training as an active ingredient of treatment for youth depression: a scoping review and exploratory meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 21, 397. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03260-9>
- Oxman, T. E., Hegel, M. T., Hull, J. G., Dietrich, A. J. (2008). Problem-solving treatment and coping styles in primary care minor depression. *J Consult Clin Psychology*, 76(6), 933-943. <https://doi.org/10.1037/a0012617>
- Özmen, D., Çetinkaya, A. (2016). Hemşirelik son sınıf öğrencilerinin mesleki algılarına yönelik nitel bir çalışma. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 18(1), 40-52.
- Pedrelli, P., Nyer, M., Yeung, A., Zulauf, C., Wilens, T. (2015). College students: Mental health problems and treatment considerations. *Acad Psychiatry*, 39(5), 503-511. <https://doi.org/10.1007/s40596-014-0205-9>
- Plutchik, R. (1980). A General Psycho Evolutionary Theory of Emotion. R. Plutchik, H. Kellerman (Eds.), *Emotion: Theory, research, and experience: Vol. 1. Theories of emotion*. (pp. 3-33). New York: Academic.
- Savaşır, I., Şahin, N. H. (1997). *Bilişsel-davranışçı terapilerde değerlendirme: Sık kullanılan ölççekler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Sharma, D., Kirmani, M. N. (2016). Problem solving therapy in young adult: A case report. *Indian Journal of Positive Psychology*, 7(4), 498-500.
- Softa, H. K., Kaya, S. (2013). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin depresyon düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Gümüşhane University Journal of Health Sciences*, 2(2), 214-229.
- Sorsdahl, K., Stein, D. J., Corrigall, J., Cuijpers, P., Smits, N., Myers, B. (2015). The efficacy of a blended motivational interviewing and problem solving therapy intervention to reduce substance use among patients presenting for emergency services in South Africa: A randomized controlled trial. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy*, 10, 46. <https://doi.org/10.1186/s13011-015-0042-1>
- Şahin, N. H., Durak B. A., Uğurtaş, S. (2002). The validity, reliability and factor structure of the Brief Symptom Inventory (BSI). *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13(2), 125-35.
- Topkaya, N., Meydan, B. (2013). Üniversite öğrencilerinin problem yaşadıkları alanlar, yardım kaynakları ve psikolojik yardım alma niyetleri. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3, 25-37.
- Turgut, M. N. (2021). İntihar girişiminde bulunmuş hastalarda sorun çözme terapisinin intihar riskini azaltmada etkililiği. (Doktora Tezi). Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Turner, K., Mc Carthy, V. L. (2017). Stress and anxiety among nursing students: a review of intervention strategies in literature between 2009 and 2015. *Nurse Education In Practice*, 22, 21-29. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2016.11.002>
- Yıldırım, A., Hacıhasanoğlu, R., Karakurt, P. (2008). Hemşirelik öğrencilerinin ruhsal durumlarının ve etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 11(2), 1-8.
- Zeng, Y., Wang, G., Xie, C., Xiuying, H., Reinhardt, J. D. (2019). Prevalence and correlates of depression, anxiety and symptoms of stress in vocational college nursing students from sishuan, china: A cross-sectional study. *Psychology, Health&Medicine*, 24(7), 798-811. <https://doi.org/10.1080/13548506.2019.1574358>