



ANAHTAR KELİMELER

- ✓ Yoğun Bakım
- ✓ Hemşireler
- ✓ Tükenmişlik
- ✓ Pozitif Ruh Sağlığı
- ✓ Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları

İLETİŞİM

E-POSTA:
kadergul_107@hotmail.com

TEZ DANIŞMANI

TELEFON:
0224-294-2471

E-POSTA:
gctunc@uludag.edu.tr



YOĞUN BAKIMDA ÇALIŞAN HEMŞİRELERDE SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARI TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİ VE POZİTİF RUH SAĞLIĞI ARASINDAKİ İLİŞKİ

Kader GÜL

0009-0003-4091-5029
BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI



MEZUNİYET TARİHİ: 02.07.2026

DANIŞMAN

Doç. Dr. Gülseren ÇITAK TUNÇ
0000-0003-1329-1719
BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI
BURSA – TÜRKİYE

TEZ ÖZETİ

Bu kesitsel ve tanımlayıcı araştırma, yoğun bakım hemşirelerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları, tükenmişlik ve pozitif ruh sağlığı düzeyleri ile aralarındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Bursa'da bir devlet hastanesinde çalışan 196 hemşire ile yürütülmüştür. Veriler sosyodemografik bilgi formu, SYBDÖ-II, TÖ-KV ve PRSÖ kullanılarak toplanmıştır. Hemşirelerin SYBDÖ-II ve PRSÖ puanları orta düzey ve tükenmişlik yaşadıkları bulunmuştur.

Sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını çocuk sahibi olma ve alkol kullanımı; tükenmişliği gelir düzeyi ve iş memnuniyeti; pozitif ruh sağlığını ise cinsiyet ve sigara kullanımı anlamlı olarak etkilemiştir. Tükenmişlik ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasında negatif, tükenmişlik ile pozitif ruh sağlığı arasında pozitif ilişki saptanmıştır.

TEZ SONUÇLARININ UYGULAMA ALANLARI

Bu araştırmanın bulguları doğrultusunda, yoğun bakım hemşirelerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını destekleyen, iş memnuniyetini artıran ve tükenmişliği önlemeye yönelik kurumsal uygulamaların planlanması önerilmektedir. Hastane yöneticileri tarafından düzenli sağlıklı yaşam programları, stres yönetimi ve psikolojik dayanıklılık eğitimleri ile ruh sağlığını destekleyici danışmanlık hizmetlerinin yaygınlaştırılması, hemşirelerin iyilik halinin güçlendirilmesine katkı sağlayabilir.

Araştırma sonuçlarının, hemşire sağlığını geliştirmeye yönelik kurumsal politikaların oluşturulması, hizmet içi eğitim programlarının planlanması ve çalışan esenliğini merkeze alan uygulamaların geliştirilmesinde yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

AKADEMİK FAALİYETLER

1. Çıtak Tunç, G., & Gül, K. (2025, 16-19 Nisan). Üniversite öğrencilerinde depresyon okuryazarlığı ve depresyona yönelik damgalama. 8. Uluslararası 12. Ulusal Psikiyatri Hemşireliği Kongresi Özet Kitabı (s.967-969). Diyarbakır, Türkiye.