

Akran Yönderlik Eğitiminin Yönder Öğrencilerin Yaşam Becerilerine Etkisi: DeneySEL Bir Çalışma*

The Effect of Peer Mentoring Training on Mentor Students' Life Skills: An Experimental Study

Çağla Islattı Mutlu¹, Yasemin Ergün¹, Elif Erdem², Kenan Dağ², İsmet Çakar²

¹Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Hemşirelikte Yönetim Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

²Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, İstanbul, Türkiye

*Bu çalışma, 23-25 Mayıs 2024 tarihleri arasında Eskişehir'de gerçekleştirilen 4. Ulusal Hemşirelikte Yönetim Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

Cite as: Islattı Mutlu Ç, Ergün Y, Erdem E, Dağ K, Çakar İ. Akran yönderlik eğitiminin yönder öğrencilerin yaşam becerilerine etkisi: DeneySEL bir çalışma. Sağlık ve Hemşirelik Yönetimi Dergisi. 2025;12(3):525-533.

DOI: 10.54304/SHYD.2025.04696

Öz

Amaç: Bu çalışma, akran yönderliği eğitiminin yönder hemşirelik öğrencilerinin yaşam becerilerine etkisini belirlemeyi amaçlamaktadır.

Yöntem: Araştırma ön-son test, girişim-kontrol gruplu deneySEL çalışma türündedir. Aralık 2022-Haziran 2023 tarihleri arasında bir kamu üniversitesi hemşirelik bölümünün üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerinden oluşan 32 öğrenciyle gerçekleştirilmiştir. Veriler, "Tanıtıcı Bilgi Formu ve Yaşam Becerileri Ölçeğiyle" toplanmıştır. Yönder öğrencilere öz yönetim ve öz farkındalık, stres yönetimi, koçluk ve yönderlik, eleştirel düşünme, sorun çözme ve karar verme, etkili iletişim, ilişkilerin yönetimi konularını içeren 15 saatlik eğitim programı uygulanmıştır. Etik kurul onayı ve kurum izni alınmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, normallik testi, Student t ve Paired Samples t testleri kullanılmıştır.

Bulgular: Girişim ve kontrol gruplarının, grup içi ön ve son test yaşam becerileri ölçeği alt boyut ve toplam puan ortalamaları arasında istatistiki açıdan fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Ancak gruplar arası empati ve öz farkındalık ($p<0,01$), karar verme ve sorun çözme ($p<0,05$), yaratıcı ve eleştirel düşünme ($p<0,05$) alt boyut ve toplam puan ortalamaları ($p<0,05$) açısından anlamlı fark olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Eğitim sonrasında girişim grubunun yaşam becerileri ölçeği puan ortalaması 3,98 (SS=0,56) olarak belirlenmiştir.

Sonuç: Akran yönderliği eğitimi alan öğrencilerin yaşam becerileri puanı eğitim almayan gruptan yüksektir. Bu durum eğitimin etkinliğini ortaya koymaktadır. Yaşam becerilerinin geliştirilmesi için akran yönderliği sisteminin yaygınlaştırılması ve yönderlerin eğitimlerle güçlendirilmesi önerilmektedir.

Anahtar Sözcükler: Akran, yönderlik, yaşam becerileri, mentörlük, hemşirelik.

Abstract

Aim: The aim of this study is to determine the effect of peer mentoring training on the life skills of mentoring nursing students.

Method: The research is designed as a pre-post test, experimental study with intervention and control groups. The study was conducted between December 2022 and June 2023 with 32 students from the 3rd and 4th-grade nursing department at a public university. Data were collected using the Demographic Information Form and the Life Skills Scale. A 15-hour training program was implemented for the mentor students, covering topics such as self-management and self-awareness, stress management, coaching and mentoring, critical thinking, problem-solving and decision-making, effective communication, and relationship management. Ethical approval and institutional permission were obtained. Descriptive statistics, normality tests, Student's t-test, and Paired Samples t test were used for data analysis.

Results: It was found that there was no statistically significant difference between the within-group pre-test and post-test life skills scale sub-dimensions and total score averages of the intervention and control groups ($p>0,05$). But there was a significant difference between the groups in terms of empathy and self-awareness ($p<0,01$), decision-making and problem-solving ($p<0,05$), creative and critical thinking ($p<0,05$) sub-dimensions and total ($p<0,05$) score averages ($p<0,05$). After the training, the intervention group's life skills scale score average was determined as 3.98 (SD=0.56).

Corresponding author / Sorumlu yazar: Çağla Islattı Mutlu • caglaislatti@gmail.com

Recieved / Geliş: 08.05.2025 • **Accepted / Kabul:** 21.12.2025 • **Published Online / Online Yayın:** 30.12.2025

Conclusion: The life skills scores of students who received peer mentoring training are higher than the group that did not receive training. This situation reveals the effectiveness of the training. It is recommended that the peer mentoring system be expanded and mentors be strengthened with training to develop life skills.

Keywords: Peer, mentoring, life skills, nursing.

Giriş

Hemşirelik eğitimi, öğrencilere klinik bilgi ve becerileri kazandırmanın yanında profesyonel yaşamlarında karşılaşacakları zorluklarla başa çıkmalarını sağlayacak yaşam becerilerini de geliştirmeyi hedeflemektedir. Bu bağlamda yönderlik, hemşirelik eğitiminde önemli bir öğrenme ve gelişim aracı olarak öne çıkmaktadır. Yönderlik süreci, deneyimli bir bireyin (yönder/mentor/danışman), daha az deneyime sahip birine (mentee/menti/danışan) kılavuzluk yaparak bilgi ve deneyimlerini paylaştığı, rol model olduğu bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Akran yönderliği ise benzer koşullardan geçen üst sınıf öğrencilerinin alt sınıftaki öğrencilere öğrenme sürecinde destek olmasıdır (Su ve ark., 2018; Su ve Kacaroglu Vicdan, 2022).

Yönder, deneyimi ve bilgisi sınırlı olan bireye ruhsal, sosyal ve akademik gelişimine katkı sağlarken destek verdiği akranının başarısından memnuniyet duymaktadır. Aynı zamanda kendi bilgi ve deneyimini kontrol etme ve güncelleme olanağı bulmaktadır. Böylece akran yönderliği her iki tarafın da döngüsel olarak yarar sağladığı çift taraflı bir ilişki olarak ele alınmaktadır (Sezer ve Şahin, 2015; Su ve ark., 2018; Subaşı ve Yıldız, 2020).

Yönderlerin en önemli rolleri; öğrenci hemşirelerin yeni becerileri öğrenme, yeni davranışlara uyum sağlama, yeni tutumlar kazanma, kuramsal ile uygulamayı birleştirme, kılavuzluk ve destek vermektir (Canlı, 2023). Yapılan çalışmalar, akran yönderliğinin, danışan öğrencinin bilişsel, psikomotor ve duyuşsal gelişimini olumlu yönde etkilediğini, öğrencilerin beceri uygulamaları sırasındaki korku, gerilim ve kaygılarını azalttığını bildirmektedir (Andersen ve Watkins, 2018; Su ve ark., 2018; Su ve Kacaroglu Vicdan, 2022). Ayrıca öğrencilerin özgüvenlerini arttırırken, eleştirel düşünme, iletişim becerileri ve önderlik özelliklerinin gelişmesine olanak tanımaktadır (Bright, 2019; Won ve Choi, 2017). Bu gelişim öğrencilerin yaşam becerilerinin güçlenmesine de katkı sağlamaktadır (Tanrikulu ve ark., 2018).

Yaşam becerileri, kişilerin günlük gereksinimler ve güçlüklerle başa çıkabilmelerini sağlayan olumlu ve uyarlanabilir davranışsal beceriler şeklinde açıklanmaktadır. Yaşam becerileri karar verme ve sorun çözme, stresle ve duygularla başa çıkma, öz farkındalık ve empati, iletişim ve kişilerarası beceriler, yaratıcı ve eleştirel düşünme olarak sınıflandırılmıştır (Çakmak ve ark., 2022; Tanrikulu ve ark., 2018). Üniversite dönemi, öğrencilerin ergenlikten yetişkinliğe geçiş yaptığı, bağımsızlıklarını kazanarak hayatlarında daha fazla sorumluluk aldıkları bir dönemdir. Bu nedenle öğrencilerin üniversite döneminde yaşam becerilerini geliştirmeleri önem kazanmaktadır (Carragher ve McGaughey, 2016). Ayrıca meslek üyesi olarak hemşireler, bireyin gereksinimlerini belirleme, uygun çözüm seçenekleri sunma, bakım verme ve değerlendirme gibi hemşirelik girişimlerinde bu becerileri kullanmaktadır. Dolayısıyla yaşam becerileri hasta bakım girişimlerinde de öğrenci hemşireyi güçlendirmektedir. Hemşirelik öğrencilerinin yaşam becerilerini kazanarak üniversiteden mezun olması iş yaşantısına daha güçlü bir şekilde adım atmalarını sağlayacaktır (Çakmak ve ark., 2022; Tanrikulu ve ark., 2018). Yönder öğrencilerin yaşam becerilerinin geliştirilmesi, akranlarına destek olma ve onların becerilerini etkileme açısından da önem taşımaktadır. Öğrencilerin yaşam becerilerinin eğitimlerle geliştirilmesi, danışanlarına kılavuzluk etmesini kolaylaştıracak ve yararlılığı arttıracaktır. Alan yazın incelendiğinde, akran yönderi öğrencilere yönelik düzenlenmiş eğitim programını içeren ve yaşam becerilerinin bir bütün olarak ele alındığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda araştırmanın, akran yönderliği eğitiminin yönder hemşirelik öğrencilerinin yaşam becerilerine etkisini belirleyerek alana katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

Yöntem

Araştırmanın Amacı ve Tipi: Araştırma, akran yönderliği eğitiminin yönder hemşirelik öğrencilerinin yaşam becerilerine etkisini belirlemek amacıyla girişim-kontrol gruplu ön-son test deneysel çalışma tasarımıyla gerçekleştirilmiştir.

Araştırma Hipotezi: Çalışmada aşağıdaki hipotez araştırılmıştır.

H1: Akran yönderliği eğitimi alan girişim grubunun yaşam becerileri puanı eğitim almayan kontrol grubunun yaşam becerileri puanından yüksektir.

Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zamanı: Araştırma Aralık 2022-Haziran 2023 tarihleri arasında bir kamu üniversitesinin sağlık bilimleri fakültesi hemşirelik bölümünde yürütülmüştür.

Araştırmanın Evren ve Örneklemi: Araştırma evrenini 2022-2023 eğitim-öğretim yılında hemşirelik bölümünde öğrenim gören üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencileri (N:500) oluşturmuştur. Bu öğrencilerden "Akran Yönderliği Sistemi"nde gönüllülük esasına dayalı olarak yer alan 50 öğrenci yönderlik yapmaktadır. Örneklem hesaplaması G-Power 3.0 programı kullanılarak yapılmıştır. Örneklem alınması gereken öğrenci sayısı hesabında Balaman ve arkadaşlarının (2018) çalışmasından yararlanılmış olup yaşam becerileri toplam puanı için etki boyutu (d) 1,30 ve standart sapma (SD) 18,06 alındığında hata payı (α) 0,05 ve güç 0,80 değeri için hesaplanan örneklem sayısı her grupta en az 11 öğrenci olarak saptanmıştır. Hatalı/eksik veri toplama araçlarının dışlanması olasılığı dikkate alınarak daha fazla sayıda öğrenciye ulaşmak amaçlanmış ve her grup için 16, toplam 32 öğrenciyle çalışma tamamlanmıştır. Öğrenciler numaralandırılarak gruplara rastgele (random) atanmıştır. Atamada rastgele sayılar tablosundan yararlanılarak basit randomizasyon uygulanmıştır. Benzerliği arttırmak için her grupta aynı sayıda (üçüncü sınıftan sekiz öğrenci, dördüncü sınıftan sekiz öğrenci) öğrenci yer almıştır. Girişim grubunda bulunan öğrenciler birinci ve ikinci sınıf hemşirelik öğrencilerinden oluşan dört danışan/menti öğrenciye yönderlik yapmaktadır.

Çalışmanın girişim grubunda yer alan öğrencilerin akran yönderliği programında yönder olması, araştırmaya gönüllü olarak katılım sağlaması ve akran yönderliği eğitiminin en az yarısına katılmış olması kabul edilme ölçütlerindendir. Herhangi bir nedenle çalışmadan ayrılmak istemesi ve veri toplama aracını eksik/yanlış doldurmuş olması dışlanma ölçütlerini oluşturmaktadır.

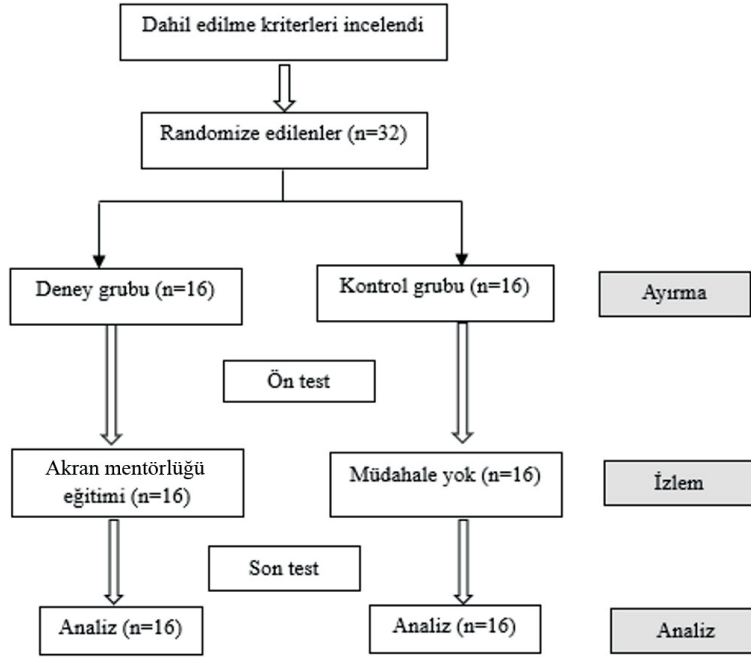
Veri Toplama Araçları: Veriler, Tanıtıcı Bilgi Formu ve Yaşam Becerileri Ölçeği aracılığıyla yüz yüze ve çevrim içi ortamda toplanmıştır.

Tanıtıcı Bilgi Formu: Katılımcıların bireysel özelliklere ilişkin yaş, cinsiyet, kiminle yaşadığı ve en uzun yaşadığı yer olmak üzere dört, ailesel özelliklere ilişkin aile tipi, aylık gelir, çalışma durumu, anne ve baba eğitim durumu olmak üzere beş ve yaşam becerilerine ilişkin mesleği sevmek, insanlarla iletişim kurmada zorlanma, gerilimle başa çıkmada yeterli hissetme, duyguları belirtmede, karar vermede ve insanlarla empati kurmada güçlük, kendini yeterince tanıma ve sorun çözmede yeterli hissetme, yaşam becerilerini sosyal yaşantıya aktarma olmak üzere dokuz sorudan oluşan toplam 18 soru bulunmaktadır.

Yaşam Becerileri Ölçeği: Ölçek, Bolat ve Balaman (2017) tarafından geliştirilmiş ve geçerlik güvenirliği yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach alpha güvenirlik katsayısı 0,90 olarak hesaplanmıştır. Stresle ve duygularla baş etme (7 madde), empati ve öz farkındalık (7 madde), karar verme ve sorun çözme (7 madde), yaratıcı ve eleştirel düşünme (5 madde), iletişim ve kişilerarası ilişki (4 madde) olmak üzere beş alt boyut ve 30 maddeden oluşan beşli Likert tipi bir ölçektir. Ölçekte maddeler "Hiç Katılmıyorum - 1", "Az Katılıyorum - 2", "Orta Düzeyde Katılıyorum - 3", "Çok Katılıyorum - 4", "Tamamen Katılıyorum -5" şeklinde puanlanmakta olup ölçekte olumsuz maddeler yer almamaktadır. Ölçekten elde edilen puanın yüksek olması yaşam becerilerinin yüksek olduğunu belirtmektedir. Bu çalışmada Cronbach alpha değeri 0,94 olarak bulunmuştur.

Verilerin Toplanması: Katılımcılara araştırma hakkında bilgi verilip gönüllü onamları alındıktan sonra tanıtıcı bilgi formu ve ön test amaçlı Yaşam Becerileri Ölçeği girişim ve kontrol gruplarına yüz yüze uygulanmıştır. Sonrasında girişim grubunda bulunan yönder öğrencilere eğitim verilmiştir. Kontrol grubu öğrenciler eğitime katılmamıştır. Tüm eğitimler bittikten sonra son test amaçlı Yaşam Becerileri Ölçeği gruplara tekrar uygulanmıştır. 6 Şubat Kahramanmaraş depremi nedeniyle son test verileri çevrim içi ortamda toplanmıştır. Son eğitim konusunun tamamlandığı gün çevrim içi formlar aracılığıyla oluşturulan Yaşam Becerileri Ölçeğine ilişkin veri toplama linki öğrencilerin iletişim numaraları kullanılarak paylaşılmıştır. Öğrencilerin ön test aşamasında veri toplama formlarına rumuz yazmaları istenmiştir. Son test aşamasında aynı rumuzu kullanarak formları doldurmaları söylenmiştir. Bu durum çalışma sırasında verilerin isimsiz kaydı ve gizliliğini sağlamıştır. Girişim ve kontrol grubu arasındaki etkileşimi önlemek amacıyla eğitim tamamlanana kadar öğrencilerin edindikleri bilgileri arkadaşlarıyla paylaşmaması istenmiştir. Veri toplama işlemi tamamlandıktan sonra eğitimde kullanılan sunum materyalleri kontrol grubu öğrencileriyle de paylaşılmıştır. Eğitim müdahalesinden dolayı araştırmacılar ve katılımcı öğrenciler körlenmemiştir. Veriler, bağımsız istatistik uzmanıyla girişim ve kontrol grupları belirtilmeden paylaşıldığı için

sonuç değerlendirmesi körlenmiştir. Bilgilendirilmiş onam formları ve veri toplama araçlarının basılı ve elektronik halleri araştırmacılar tarafından gizli tutulmakta ve saklanmaktadır. Araştırmaya ait akış şeması Şekil 1'de gösterilmiştir.



Şekil 1. Akış şeması

Akran yönderliği sistemi, araştırmanın yapıldığı üniversitede 2017-2018 yılında programın öğretim elemanları ve öğrencilere sınıf düzeyinde tanıtımı yapılarak başlatılmıştır. Bu girişimler sonucu ve akreditasyon çalışmaları çerçevesinde hemşirelik bölümü, 2019-2020 eğitim öğretim yılında "Akran Yönderliği Programı"nı uygulamaya koymuştur. Akran yönderliği sistemi, hemşirelik bölümünde üçüncü veya dördüncü sınıfta olan yönder öğrenciler kılavuzluğunda sürdürülmektedir. Bu bağlamda üçüncü sınıf öğrencileri, birinci sınıflara, dördüncü sınıf öğrencileri ise ikinci sınıflara yönderlik yapmaktadırlar. Yönder ve danışan seçimlerinde gönüllülük dikkate alınmıştır. Yönderlerde akademik başarı ve istekli olmalarına dikkat edilmiş, öğretim üyesi önerileri de seçimlerde göz önüne alınmıştır. Akran desteği almak isteyen danışanlar için seçim ölçütü konmamış ve isteyen her öğrenciye danışmanlık sağlanmıştır. Programda yer almak isteyen öğrencilere duyurular yapılarak istekler toplanmış ve öğrenciler eşleştirilmiştir. Yönder istekleri bahar yarıyılı sonundan güz dönemi ilk ayı tamamlanana kadar üçüncü sınıfa geçiş yapan öğrencilerden çevrim içi form aracılığıyla toplanmıştır. Danışan istekleri bölüme yeni başlayan öğrencilere eğitim-öğretim yılının ilk günü yapılan uyum programı ile akran sistemi hakkında bilgi verilerek alınmaya başlanmış ve güz döneminde ilk bir ay tamamlanınca kadar çevrim içi form ile toplanmaya devam etmiştir. Her ay düzenli olarak yönder ve akranlar için sınıf iletişim gruplarında hatırlatmalar yapılarak programa katılmak isteyen öğrencilerin katılımı sağlanmıştır. Güz döneminin ilk ayı sonunda yatay geçişli, dikey geçişli, yabancı uyruklu olma vb. özellikler göz önüne alınarak benzer özelliklere sahip üçüncü sınıf öğrencileri birinci sınıf öğrencileriyle eşleştirilmiş ve bu eşleştirmeler iki yıl devam eden yönder-akran ilişkisini başlatmış olmuştur. Akranların birbiriyle iletişimi yüz yüze ve çevrim içi olarak sürdürülmektedir. Bu çalışmada yer alan iki araştırmacı aynı zamanda Hemşirelik Bölümü Oryantasyon Komisyonu üyeleri olarak yönder öğrencilerle yapılan görüşmelerde yönderlik yaparken eğitime gereksinim duydukları konuları sormuş ve öğrencilerin geri dönüşleri doğrultusunda yaşam becerilerini içeren akran yönderliği eğitim programını tasarlamıştır.

Eğitim kapsamında yönder öğrencilere Aralık 2022-Nisan 2023 tarihleri arasında 15 saatlik (12 saat yüz yüze ve üç saat çevrim içi – 5 gün) eğitim verilmiştir. Eğitim, konu alanında uzman öğretim üyeleri tarafından verilmiş olup öz yönetim ve öz farkındalık, gerilim yönetimi, koçluk ve yönderlik, eleştirel düşünme, sorun çözme ve karar verme, etkili iletişim ve ilişkilerin yönetimi konularını içermektedir. Eğitim öncesinde hedefler ve konu kapsamı belirlenerek öğrencilerle paylaşılmıştır. Eğitim; sunum, soru-yanıt ve eğitici oyunlar ile desteklenerek etkileşimli şekilde sürdürülmüştür. Programın ilk günü eğitim başlamadan önce ve son eğitimin tamamlanmasının ardından veriler toplanmıştır.

Verilerin Analizi: Veriler, SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiklerin (yüzde, frekans, ortalama, standart sapma) yanı sıra parametrelerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov Smirnov testi ile değerlendirilmiştir. Normal dağılıma uyan iki grup arası karşılaştırmalarda Student t testi ve grup içi karşılaştırmalarda Paired Samples t testi kullanılmıştır. Ölçek güvenilirliği için Cronbach's alpha katsayısı hesaplanmıştır. Anlamlılık $p < 0,05$ düzeyinde değerlendirilmiştir.

Araştırmanın Etik Yönü: Çalışmada, bir üniversitenin Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurul'undan etik kurul onayı (04.11.2022 tarih ve 2022-1519 sayılı) ve ilgili üniversitenin Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanlığından kurum izni (05.12.2022 tarih ve 423942 sayılı) alınmıştır. Ölçek yazarı Balaman'dan e-posta yoluyla ölçek kullanım izni alınmıştır. Öğrencilere araştırmanın amacı açıklanarak gönüllü katılımları talep edilmiş ve bilgilendirilmiş onamları alınmıştır. Araştırmanın ClinicalTrials.gov adresinden çalışma kaydı oluşturulmuştur (NCT07128732).

Araştırmanın Sınırlılıkları: Kahramanmaraş merkezli büyük deprem felaketinin yaşanmasıyla eğitim-öğretim faaliyetleri çevrim içi ortamda sürdürülmeye başlanmış, akran yönderliği eğitimi ve veri toplama yöntemleri yüz yüze yerine çevrim içi yapılmak zorunda kalmıştır. Bazı eğitim tarihleri ertelenmiş ve buna bağlı olarak son testlerin alınmasında planlanan tarihe göre gecikme yaşanmıştır. Öğrencilerin ders yoğunluğu nedeniyle eğitimlerin dersler ile çakışması çalışmanın sınırlılıklarını oluşturmaktadır. Ayrıca veriler öğrencilerin öz bildirimine dayanmaktadır.

Bulgular

Tablo 1. Girişim ve kontrol grubunun tanıtıcı ve yaşam becerilerine ilişkin özelliklerinin dağılımı (n:32)

		Girişim	Kontrol	Toplam
Değişkenler		n (%)	n (%)	n (%)
Cinsiyet	Kadın	12 (75)	10 (62,5)	22 (68,8)
	Erkek	4 (25)	6 (37,5)	10 (31,2)
Yaşadığı Yer	Aile Yanında/ Akraba	7 (43,75)	10 (56,25)	17 (53,1)
	Arkadaşlarla/Yurtta	9 (56,25)	6 (43,75)	15 (46,9)
Aile tipi	Çekirdek	15 (93,8)	14 (87,5)	29 (90,6)
	Geniş	0 (0)	2 (12,5)	2 (6,3)
	Parçalanmış/ Tek ebeveyn	1 (6,3)	0 (0)	1 (3,1)
Çalışma durumu	Çalışıyor	2 (12,5)	7 (43,8)	9 (28,1)
	Çalışmıyor	14 (87,5)	9 (56,3)	23 (71,9)
Hemşirelik mesleğini sevmek	Evet	10 (62,5)	13 (81,3)	23 (71,9)
	Hayır	6 (37,5)	3 (18,8)	9 (28,1)
İnsanlarla iletişim kurmada zorlanma	Evet	1 (6,3)	5 (31,3)	6 (18,8)
	Hayır	15 (93,8)	11 (68,8)	26 (81,3)
Gerilimle/stresle başa çıkmada yeterli	Evet	14 (87,5)	10 (62,5)	24 (75)
	Hayır	2 (12,5)	6 (37,5)	8 (25)
Duyguları belirtmede güçlük	Evet	0 (0)	8 (50)	8 (25)
	Hayır	16 (100)	8 (50)	24 (75)
Kendini yeterince tanıma	Evet	15 (93,8)	9 (56,3)	24 (75)
	Hayır	1 (6,3)	7 (43,8)	8 (25)
Karar vermede güçlük	Evet	7 (43,8)	8 (50)	15 (46,9)
	Hayır	9 (56,3)	8 (50)	17 (53,1)
İnsanlarla empati kurmada güçlük	Evet	0 (0)	3 (18,8)	3 (9,4)
	Hayır	16 (100)	13 (81,3)	29 (90,6)
Sorun çözmede yeterli hissetme	Evet	15 (93,8)	13 (81,3)	28 (87,5)
	Hayır	1 (6,3)	3 (18,8)	4 (12,5)
Yaşam becerilerini sosyal yaşantıya aktarma	Evet	14 (87,5)	13 (81,3)	27 (84,4)
	Hayır	2 (12,5)	3 (18,8)	5 (15,6)

Katılımcıların %69'u kadın, %53'ü ailesiyle yaşamakta, %91'i çekirdek aile yapısına sahiptir. Öğrencilerin %28'i çalışmakta ve %72'si hemşirelik mesleğini sevmektedir. Çoğunluğu gerilimle başa çıkma (%75), insanlarla iletişim kurma (%81), duygularını belirtme (%75), kendini tanıma (%75), empati kurma (%91), sorun çözme (%88) ve yaşam becerilerini sosyal yaşama aktarma (%84) konusunda yeterli olduklarını vurgulamıştır (Tablo 1).

Tablo 2. Girişim ve kontrol grupları ön test ve son test Yaşam Becerileri Ölçeği alt boyut puanlarının karşılaştırması

Alt Boyutlar		Girişim	Kontrol	t	p
		Ort (SS)	Ort (SS)		
Stresle ve duygularla baş etme	Ön Test	3,75 (0,59)	3,42 (0,64)	1,514	0,140
	Son Test	3,81 (0,64)	3,38 (0,8)	1,700	0,100
	t	-0,350	0,192		
	^b p	0,731	0,850		
Empati ve öz farkındalık	Ön Test	4,03 (0,54)	3,71 (0,62)	1,557	0,130
	Son Test	3,98 (0,57)	3,41 (0,43)	3,189	0,003**
	t	0,277	1,624		
	^b p	0,786	0,125		
Karar verme ve sorun çözme	Ön Test	4,14 (0,75)	3,55 (0,62)	2,419	0,022*
	Son Test	4,02 (0,62)	3,54 (0,59)	2,216	0,034*
	t	0,746	0,052		
	^b p	0,467	0,960		
Yaratıcı ve eleştirel düşünme	Ön Test	4,21 (0,76)	3,85 (0,74)	1,367	0,182
	Son Test	4,11 (0,66)	3,56 (0,52)	2,620	0,014*
	t	0,605	1,669		
	^b p	0,554	0,116		
İletişim ve kişilerarası ilişki	Ön Test	4,23 (0,84)	3,66 (0,73)	2,080	0,046*
	Son Test	4,08 (0,63)	3,83 (0,47)	1,270	0,214
	t	0,857	-0,782		
	^b p	0,405	0,446		
Toplam	Ön Test	4,04 (0,58)	3,61 (0,54)	2,155	0,039*
	Son Test	3,98 (0,56)	3,52 (0,45)	2,567	0,015*
	t	0,478	0,557		
	^b p	0,640	0,586		

*Student t test; ^bPaired Samples t test

*p<0,05; **p<0,01

Yaşam becerileri ölçeği toplam puan ortalamaları açısından gruplar arasında istatistiki yönden anlamlı fark bulunmakta olup akran yönderliği eğitimi alan girişim grubunun ölçek toplam puan ortalaması eğitim almayan kontrol grubundan yüksektir. Bu bulgu araştırma hipotezini doğrulamaktadır. Ayrıca empati ve öz farkındalık, karar verme ve sorun çözme, yaratıcı ve eleştirel düşünme alt boyut puan ortalamaları açısından da gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunmuştur (p<0,05) (Tablo 2).

Girişim ve kontrol gruplarının, grup içi ön test ve son test yaşam becerileri ölçeği alt boyut ve toplam puan ortalamaları arasında istatistiki yönden anlamlı fark bulunmamıştır (p>0,05) (Tablo 2).

Tartışma

Hemşirelik programlarında akran yönderliği uygulamalarının yürütülmesi ve bu uygulamaların öğrencilerin yaşam becerilerine etkisi oldukça önemlidir. Gerek öğrenci iken gerekse meslek üyesi olduklarında yönder ya da akran pozisyonunda bulunabilmektedirler. Bu süreçlerde akranlarına kılavuzluk edip deneyimli meslek üyelerinden destek görmeleri olasılığı söz konusu olmakta ve bu noktada yaşam becerilerinin gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Akran yönderliği eğitiminin yaşam becerilerine etkisinin incelendiği bu çalışma, alan yazında yapılmış sınırlı çalışmalardan biri olması nedeniyle dikkat çekicidir.

Üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin uyumunu sağlamak amacıyla yüksek lisans ve lisans akran yönderi öğrencilerin uyguladığı yaşam becerileri etkinlikleri, yeni başlayan danışan öğrencilerin yönderlerle paylaşımlarını arttırmıştır. Yönderler bu süreci benzer yaşantılar geçirme ve iş birliği yapma konularında anlamlandırdığı, özgüven ve yetkinlik konusunda kendilerine katkı sağladığı ve destekleme, güdüleme, takım çalışmasını yürütme, mutlu olma ve geri bildirim alma şeklinde kazanımları olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca diğer çalışmalarda yönderlerin iletişim kurma, yardım etme, yetkinlik ve yeni bilgiler edinme deneyimi kazandıkları ve farkındalıklarının artarak bu süreçten keyif aldıkları vurgulanmıştır (Kiye ve ark., 2020). Akran yönderliği yöntemi ile hemşirelik öğrencilerine iletişim ve terapötik ilişki becerilerini öğretmek için yapılan çalışma sonucunda, öğrencilerin bu deneyimi oldukça olumlu buldukları saptanmıştır (Miles ve ark., 2014). Bir başka çalışmada, teknoloji destekli akran öğrenme programının yönderlerin iletişim ve iş birliği becerileri üzerinde olumlu bir etkisi olduğu görülmüştür (Carvalho ve Santos, 2022). Bu çalışmada akran yönderliği eğitiminden sonra grupların yaşam becerileri puanları arasında anlamlı farklılık bulunmuş olup eğitim alan grubun yaşam becerileri puanı kontrol grubundan yüksek saptanmıştır (Tablo 2). Bu durum çalışma hipotezini desteklemektedir. Buna karşın iletişim ve kişilerarası ilişki alt boyutunda gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaması (Tablo 2) iletişim ve kişilerarası ilişkiler eğitiminin etkilerinin zaman içinde görülebileceğini düşündürmektedir. Eğitimden sonra üç aylık veya altı aylık zaman dilimlerinde testlerin tekrarlanması durumunda iletişim ve kişilerarası ilişki boyutunda farklılık olacağı düşünülmektedir.

Akran yönderlik programının sürdürülebilmesinde, öğrencilere akademik ve psikososyal açıdan katkı sağlaması önemli öğelerdendir. Yönderliğin yeni bakış açıları sunması, farkındalıklarını arttırması, akademik bağlantılar ve iş birliği sağlaması gibi üstünlüklerinin, programa devamı arttırdığı raporlanmıştır. Yönderliğe devam etmeyi etkileyen diğer öğeler, karşılıklı katkı, arkadaşlık bağı içeren rahat ve samimi bir ortam ve kılavuzluk sağlanmasıdır (Can ve ark., 2019). Bir başka çalışmada, hemşirelik doktora öğrencileri, akran yönderliğinde öğrencilerle sosyalleşme ve yoldaşlık duygusu edinme konusunda yarar sağladıklarını bildirmiştir (Lewinski ve ark., 2017). Ayrıca yönderlik programının kişisel ve sosyal gelişim üzerinde katkı sağladığı görülmüştür (Abdolizadeh ve ark., 2017). Yine akran yönderliği programının hemşirelik öğrencileri ve yeni mezunlar için önderlik becerilerini ve niteliklerini öğrenme ve uygulama fırsatları veren bir öğrenme deneyimi sağladığı belirlenmiştir (Bright, 2019). Bir sistematik derlemede, akran yönderliğinin yönderlerin iletişim ve liderlik becerilerinde gelişme, sorumluluk düzeylerinde ve sorun çözme becerilerinde de iyileşmeler algılandığı belirtilmiştir. Bildirdikleri diğer yararlar arasında daha empatik olmak, öğretebilmek ve zaman yönetimi konusunda daha bilinçli olmak yer almaktadır (Akinla ve ark., 2018). Farklı bir çalışmada hemşirelik bölümü 4.sınıf akranların 2.sınıf öğrencileri ile akran eğitimi kullanılarak sürdürdüğü sosyal projelerde önderlik, sorun çözme ve atılganlığın anlamlı olduğu bulunmuştur (Zincir ve ark., 2014). Bu çalışmada yaratıcı ve eleştirel düşünme alt boyutunda eğitim alan akran yönderlerin puanı kontrol grubundan yüksek olup gruplar arasında anlamlı farklılık görülmüştür (Tablo 2). Yine karar verme ve sorun çözme alt boyutunda girişim grubunun puanı kontrol grubundan yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlılık bulunmaktadır.

Ebelik öğrencileri ile yapılan bir çalışmada, öğrencilerin yönderlik kavramını daha önceden duymuş olmasının, mesleki gelişimleri açısından anlamlı olduğu ancak psikolojik destek sağlaması açısından fark olmadığı görülmüştür (Seyidova ve Akyön, 2023). Tıp öğrencilerinde akran yönderlik programıyla yönderler daha iyi gerilim yönetimi, etkili zaman yönetimi, gelişmiş kişilerarası beceriler, sorun çözme ve eleştirel düşünme yetenekleri bildirmişlerdir (Mohd Shafiaai ve ark., 2020). Bu çalışmada yönderlik eğitimi sonucunda stres ve duygularla baş etme alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Stres yönetimi eğitiminin etkilerinin uzun vadede ortaya çıkabileceği ön görülmekle birlikte, çalışmanın yapıldığı dönemde Kahramanmaraş merkezli büyük deprem felaketinin yaşanmasının bu durumu etkilemiş olabileceği düşünülmektedir.

Bir başka çalışmada akran yönderleri, yönderlik uygulaması boyunca birçok önderlik becerisi geliştirdiklerini bildirmiştir. Bunlara iletişim, özgüven, başkalarına karşı empati, ilişki kurma ve gelişmiş öz farkındalık da eklenmektedir (Glazzard ve ark., 2021). Katılımcıların akran mentorluk deneyimini benzersiz bir kişilerarası ilişki deneyimi olarak gördüklerini ve deneyimin öz farkındalık, sorumluluk, misyon duygusu, kişilerarası etkileşim, kaynak kullanımı, önderlik, yönetim, koçluk, sorun çözme, öz kimlik, empati ve mesleki alanda gelişmelerine yardımcı olduğunu göstermektedir (Lim ve ark., 2022; Lin ve ark., 2016). Akran yönderlik programı, yönder hemşirelik öğrencilerine kendi eğitimlerinde ve önder olarak kendilerini anlamada katkı sağlamıştır. Aynı zamanda yönderler mezuniyetten sonra da danışanlarına destek olmaya devam etmek istemiştir (Kramer ve ark., 2018). Yine akran mentorları için kişisel gelişim, esneklik ve öz güvenlerinin farkına varma fırsatı sunmuştur (Seery ve ark., 2021). Bu çalışmada da empati ve öz farkındalık alt boyutunda eğitim alan akran yönderlerin puanı kontrol grubundan yüksek olup gruplar arasında anlamlı farklılık görülmüştür (Tablo 2).

Bireylerde yaşam becerileri yönünden fark oluşturacak değişimler görülmesinde zaman önemli bir etmen olmaktadır. Bu süreçte yaşanan deprem, salgın gibi çevresel etkenler bireylerin empati kurma, gerilimle başa çıkma, karar verme, sorun çözme, eleştirel bakış açısı kazanma ve iletişim becerilerini etkilemektedir (Çakmak ve ark., 2022). Buna bağlı olarak girişim grubunda ön test ve son test arasında anlamlı farklılık bulunmadığı düşünülmektedir. Çevresel etkenlerin boyutunun

büyüklüğü kişilerin yaşam becerilerinin eğitimle gelişme süresini uzatabilmektedir. Ancak yaşam becerileri sadece eğitimle sınırlı olmayıp doğası gereği yaşam boyu devam edecek bir süreç olmaktadır.

Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak yaşanan deprem felaketinin etkisi ve yaşam becerilerinin davranışa aktarılma süresinin uzun olması nedeniyle akran yönderliği eğitiminin grup içi karşılaştırmalarında anlamlı farklılık görülmemiştir. Buna karşın akran yönderliği eğitimi almış girişim grubu öğrencilerinin yaşam becerileri puanının eğitim almamış kontrol grubu öğrencilerinin puanlarından yüksek olması araştırmanın hipotezini ve eğitimin etkinliğini desteklemektedir. Girişim grubunda kontrol grubuna göre empati ve öz farkındalık, karar verme ve sorun çözme, yaratıcı ve eleştirel düşünme becerileri ile toplam yaşam becerileri daha iyi bulunmuştur. Eğitim sonunda yönderlerin, eğitimin kendilerine katkıları konusunda olumlu geri dönüşleri olmuş ve gereksinim duydukları konuların etkileşimli sunumlarla tamamlanmasını yararlı bulmuşlardır. Araştırmacılar, ayrıca öğrencilerin eğitime katılma konusunda istekli olduklarını ve eğitimden memnun ayrıldıklarını gözlemlemiştir. Sonuçların akran yönderliği sisteminin gelişmesine katkı sağlaması beklenmektedir. Akran yönderlerle etkileşimli ve kapsamlı yaşam becerileri eğitiminin sürdürülmesi ile gelecek yıllarda yönder öğrenci isteklerinin artması istenmektedir. Yönderlerin yaşam becerilerinin gelişmesi ve akranların gelişmiş yönderlerden destek alması sonucunda çift taraflı yararın artmasının memnuniyetleri yükselteceği düşünülmektedir. Üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerine akran yönderliği eğitimi verilmesi birinci sınıf öğrencilerinin üniversite yaşamına uyumunu kolaylaştıracaktır. Akran yönderlik eğitimi ile yaşam becerilerine ilişkin çalışmaların sayısının artması amacıyla daha geniş gruplarda uygulanması ve yönderlik sisteminin üniversitelerde yaygınlaştırılması önerilmektedir.

Yazarlık Katkısı: Yazarlar makaleye katkılarını şu şekilde beyan etmektedir; çalışma fikri ve tasarımı: YE, ÇİM; veri toplama: YE, ÇİM, EE, KD, İÇ; sonuçların analizi ve yorumlanması: ÇİM, YE, EE, KD, İÇ; aday makalenin hazırlaması: ÇİM. Tüm yazarlar sonuçları gözden geçirdi ve makalenin son halini onayladı.

Etik Kurul Onayı: Bu çalışma Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik kurulu tarafından onaylanmıştır (Tarih: 04.11.2022 - Sayı: 2022-1519).

Çıkar Çatışması: Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan ederler.

Finansal Destek: Yazarlar çalışmanın finansman desteği olmadığını beyan ederler.

Katılımcı Onamı: Katılımcıların bilgilendirilmiş onamları alınmıştır.

Author Contribution: The authors confirm contribution to the paper as follows; study conception and design: YE, ÇİM; data collection: YE, ÇİM, EE, KD, İÇ; analysis and interpretation of results: ÇİM, YE, EE, KD, İÇ; draft manuscript preparation: ÇİM. All authors reviewed the results and approved the final version of the manuscript.

Ethics Committee Approval: Marmara University Faculty of Medicine Clinical Research Ethics Committee approval was obtained (Date: 04.11.2022 - Number: 2022-1519).

Conflict of Interest: The authors declare that there is no conflict of interest.

Funding: The authors declare that the study has no financial support.

Informed Consent: Informed consent of the participants were obtained.

Kaynaklar

Abdolzadeh, P., Pourhassan, S., Gandomkar, R., Heidari, F. & Sohrabpour, A. A. (2017). Dual peer mentoring program for undergraduate medical students: Exploring the perceptions of mentors and mentees. *Medical Journal of The Islamic Republic of Iran*, 31, 2. <https://doi.org/10.18869/mjiri.31.2>

Akinla, O., Hagan, P. & Atiomo, W. (2018). A systematic review of the literature describing the outcomes of near-peer mentoring programs for first year medical students. *BMC Medical Education*, 18, 98. <https://doi.org/10.1186/s12909-018-1195-1>

Andersen, T. & Watkins, K. (2018). The value of peer mentorship as an educational strategy in nursing. *Journal of Nursing Education*, 57(4), 217-224. <https://doi.org/10.3928/01484834-20180322-05>

Balaman, F., Bolat, Y. & Baş, M. (2018). A comparison of life skill levels between students of education faculty and students of pedagogical formation: The case of Mustafa Kemal University, Turkey. *European Journal of Education Studies*, 4(5), 75-91. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1227164>

Bolat, Y. & Balaman, F. (2017). Yaşam becerileri ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(4), 22-39.

Bright, A.L. (2019). Practicing leadership skills through peer mentoring and teaching: The lived experience of BSN students. *International Journal of Nursing Education Scholarship*, 16(1), 1-9. <https://doi.org/10.1515/ijnes-2019-0022>

- Canlı, S. (2023). Etkili yönderlikte mentör ve menti: Mentörlüğe bakış açısı, roller, mesleki ve kişisel özellikler. *Milli Eğitim Dergisi*, 52(238), 1187-1218. <https://doi.org/10.37669/milliegitim.1067292>
- Can, G., Çoşkun, A., Uzun, Y., Nalça, C. & Böğürücü, C. (2019). Lisansüstü öğrenciler arasında yapılan çevrimiçi akran mentorluğun sürdürülebilirliğini etkileyen unsurlar. *YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 910-942. <https://doi.org/10.23891/efdyu.2019.147>
- Carragher, J. & McGaughey, J. (2016). The effectiveness of peer mentoring in promoting a positive transition to higher education for first-year undergraduate students: A mixed method systematic review protocol. *Systematic Reviews*, 5, 68. <https://doi.org/10.1186/s13643-016-0245-1>
- Carvalho, A. R. & Santos, C. (2022). Developing peer mentors' collaborative and metacognitive skills with a technology-enhanced peer learning program. *Computers and Education Open*, 3, 100070.
- Çakmak, A., Güney, M. & Görgülü, B. (2022). Üniversite öğrencilerinin yaşam becerileri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Social Sciences Studies Journal*, 8(103), 3259-3268. DOI : 10.29228/sss.64720
- Glazzard, J., Rose, A. & Ogilvie, P. (2021). The impact of peer mentoring on students' physical activity and mental health. *Journal of Public Mental Health*, 20(2), 122-131. <https://doi.org/10.1108/JPMH-10-2018-0073>
- Kiye, S., Yoncalık, O. & Nazlı, S. (2020). Lisans 1. sınıf öğrencilerinin üniversite yaşamına uyum sürecinde akran danışmanlarının rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(6), 2346-2361. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.689350>
- Kramer, D., Hillman, S. M. & Zavala, M. (2018). Developing a culture of caring and support through a peer mentorship program. *Journal of Nursing Education*, 57(7), 430-435. <https://doi.org/10.3928/01484834-20180618-09>
- Lewinski, A. A., Mann, T., Flores, D., Vance, A., Bettger, J. P. & Hirschey, R. (2017). Partnership for development: A peer mentorship model for PhD students. *Journal of Professional Nursing*, 33(5), 363-369. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2017.03.004>
- Lim, S., Xin Min, L., Chan, C. J. W., Dong, Y., Mikkonen, K. & Zhou, W. (2022). Peer mentoring programs for nursing students: A mixed methods systematic review. *Nurse Education Today*, 119, 105577. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105577>
- Lin, Y., Lai, P., Claire Chiu, Y. H., Hsieh, H. H. & Chen, Y. H. (2016). Experience of dormitory peer mentors: A journey of self learning and development. *Education*, 136(4), 437-450.
- Miles, L. W., Mabey, L., Leggett, S. & Stansfield, K. (2014). Teaching communication and therapeutic relationship skills to baccalaureate nursing students: A peer mentorship simulation approach. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 52(10), 34-41. <https://doi.org/10.3928/02793695-20140829-01>
- Mohd Shafiai, M., Kadirvelu, A. & Pamidi, N. (2020). Peer mentoring experience on becoming a good doctor: Student perspectives. *BMC Medical Education*, 20(1), 494. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02408-7>
- Seery, C., Andres, A., Moore-Cherry, N. & O'Sullivan S. (2021). Students as partners in peer mentoring: Expectations, experiences and emotions. *Innovative Higher Education*, 46, 663-681. <https://doi.org/10.1007/s10755-021-09556-8>
- Seyidova, G. & Akyön, F. V. (2023). Ebelikte mentorluk ve mentorluk davranışını etkileyen faktörler: Çanakkale ili örneği. *Journal of Current Debates in Social Sciences*, 6(2), 175-186. <https://doi.org/10.29228/cudes.73658>
- Sezer, H. & Şahin, H. (2015). Koçluk: Tıp ve sağlık bilimleri. *Tıp Eğitimi Dünyası Dergisi*, 14(42), 33-42.
- Su, S. & Kacaroglu Vicdan, A. (2022). The effect of peer mentoring model used to teach peripheral intravenous catheter placement on knowledge, skills, self-confidence, satisfaction and fear of nursing students: A randomized controlled trial. *Karya Journal of Health Science*, 3(3), 343-349. <https://doi.org/10.52831/kjhs.1172830>
- Su, S., Özlük, B. & Demirören, N. (2018). Hemşirelik öğrencilerinin ilk klinik uygulamada deneyimledikleri stres düzeylerini azaltmada yönderlik uygulamasının etkisi. *Journal of Human Sciences*, 15(1), 280-292. doi:10.14687/jhs.v15i1.4873
- Subaşı, H. & Yıldız, N. G. (2020). Gençler için sistematik bir akran ilişki modeli olarak yönderlik. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 8(22), 32-46.
- Tanrıkulu, F., Ziyai, N. Y., Erol, F., Gündoğdu H. & Dikmen, Y. (2018, 28 Haziran-1 Temmuz). *Hemşirelik öğrencilerinin yaşam becerilerinin bazı demografik özelliklerine göre incelenmesi*. (Kongre Kitabı, s. 485) International Congresses on Education (ERPA) 2018, İstanbul, Türkiye.
- Won, M. R. & Choi, Y. J. (2017). Undergraduate nursing student mentors' experiences of peer mentoring in Korea: A qualitative analysis. *Nurse Education Today*, 51, 8-14. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2016.12.023>
- Zincir, H., Erten, Z. K., Seviç, E. Ü. & Özkan, F. (2014). Effect of social projects on developing leadership, problem solving and assertiveness skills by using peer education method. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 7(1), 19-25.