



Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Sağlıklı Hayat Tarzı İle Ahlakî Duyarlılıkları Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi

Danışman Öğretim Üyeleri: Doç. Dr. Nuriye Dağlıman, Dr. Öğr. Üyesi Habbîb Sarıkaya
Ali Hakkı, Şimal Hacı, Merve Yanılgın, Nureddin Efe Eraslan, Ahmet Güner,
Merve Sungur, Tugay Erten İslim, Rana Sayın Çengiz, Yılmaz Açı, Melika Çetin
Kahramanmaraş Sıhhiye Üniversitesi Tıp Fakültesi
2025-2026 Eğitim Öğretim Yılı



GİRİŞ



İlk, tıp mesleğinin temel taşlarından biridir. Geleceğin hekimleri olan tıp öğrencilerinin etik ilkeleri benimsemeleri, mesleki yaşamda karşılayacakları ahlaki ikilemlerde doğru kararlar verilemeleri için büyük önem taşır. Tıp öğrencileri yoğun ders programı, stres, dinlenme uyku ve zaman yetersizliği gibi nedenlerle sağlıklı yaşam alışkanlıkları geliştirebilir. Yaşam alışkanlıkları binelerin fiziksel ve ruhsal iyilik halini etkileyerek karar verme süreçlerini şekillendirebilir.

Hekimlik mesleği sadece bilgi ve teknik beceri gerektiren bir meslek değildir. Bu nedenle, yaşam alışkanlıkları ile etik bakış açısı arasındaki ilişkiyi incelemek, tıp eğitiminde bütüncül yaklaşımın gerekliliğini ortaya koymaktadır. Bu çalışmada, tıp fakültesi öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile ahlaki duyarlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.



MATERYAL VE YÖNTEM

Araştırmanın Tanıtımı ve Örneklemi

Bu çalışma, tıp fakültesi öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile ahlaki duyarlılıkları arasındaki ilişkiyi inceleyen kesitsel tıbbi tanımlayıcı bir araştırmadır. Araştırmanın evrenini 2025-2026 eğitim-öğretim yılında Kahramanmaraş Sıhhiye Üniversitesi Tıp Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Çalışma, pratiklik önemi (Ölçüm 1, 2 ve 3) öğrencileri üzerinde yürütülmüş olup; araştırmaya gönüllü olarak katılan toplam 246 öğrenci örneklemini oluşturmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veriler, katılımcıların sosyodemografik özelliklerini (yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, barınma durumu) belirleyen bir kişisel bilgi formunu yanı sıra iki ana ölçek kullanılarak toplanmıştır:

• **Sağlıklı Hayat Tarzı Ölçeği (SHTÖ):** Katılımcıların sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını (spor aktivitesi, sağlık ve beslenme, stres yönetimi vb.) değerlendirmek amacıyla kullanılmıştır.

• **Ahlaki Duyarlılık Anketi (Moral Sensitivity Questionnaire - MSQ):** Öğrencilerin mesleki etik konalarındaki duyarlılık düzeylerini ölçmek için kullanılmıştır. Bu ölçeğe değişik puanlar yüksek ahlaki duyarlılığı temsil etmektedir.

Verilerin Toplanması ve Etik Süreç

Veriler, 2025-2026 eğitim-öğretim döneminde pratiklik öğrencilerine uygulanarak elde edilmiştir. Araştırmanın gerçekleştirilmesi için KSSTÜ Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan gerekli izinler alınmıştır. Katılımcılara araştırma hakkında bilgi verilmiş ve gönüllü onamları alınmıştır.

Veri Analizi

Elde edilen verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemler (ortalama, standart sapma, yüzde dağılımları) kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü belirlemek amacıyla Pearson **Korelasyon Analizi** uygulanmıştır. İstatistiksel analizlerde anlamlılık düzeyi $p = 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

	Ortalama ± SD	%
Yaş	20,15 ± 1,49	100
Boy	170,99 ± 9,57	100
Kilo	71,43 ± 10,96	100



BULGULAR VE TARTIŞMA



Araştırmaya katılan 246 tıp öğrencisinin %59,7'si kadın olup, yaş ortalaması 20,15±1,49 yıl olarak saptanmıştır. Örneklemin büyük çoğunluğunu orta gelir düzeyine sahip öğrenciler (%54,6) ve %55,7'sinin yurtta ikamet ettiği belirlenmiştir. Yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda, Sağlıklı Hayat Tarzı Ölçeği toplam puanı ile Ahlakî Duyarlılık Anketi arasında negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=-0,135$; $p=0,035$). MSQ ölçeğinde değişik puanlar yüksek duyarlılığı temsil etmesi nedeniyle, bu bulgu sağlıklı yaşam biçimi davranışları arttıkça ahlaki duyarlılığın da arttığını bilimsel olarak kanıtlanmaktadır.

Altı boyutlu incelendiğinde; "Kişilerarası İlişkiler, Manevîyat ve Stres Yönetimi" puanları ahlaki duyarlılıkla en güçlü ve anlamlı ilişkiyi gösteren faktör olduğu görülmüştür ($r=-0,152$; $p=0,007$). Buna karşın spor aktivitesi, beslenme ve sağlıklı koruma alt boyutları da ahlaki duyarlılık arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p<0,05$). Elde edilen veriler, tıp öğrencilerinin sadece akademik ve fiziksel değil, psikososyal ve stres yönetimi açısından da desteklenmesinin mesleki etik gelişimleri için kritik bir öneme sahip olduğunu ortaya koymaktadır.

	Ortalama ± SD	%
MSQ Toplam Puan	90,90 ± 23,96	100
SHTÖ Toplam Puan Ortalaması	4,40 ± 0,64	100
Spor Aktivitesi	3,97 ± 1,36	100
Sağlıklı Koruma ve Geliştirme	4,17 ± 0,97	100
Sağlıklı Yaşam	3,98 ± 1,19	100
Sağlıklı İlişkiler, Manevîyat ve Stres Yönetimi	4,02 ± 0,59	100



Şekil 1: Katılımcıların MSQ ve SHTÖ Puanları Arasındaki Korelasyonlar



SONUÇ VE ÖNERİLER



Bu makalede tıp fakültesi öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile etik duyarlılık düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Gönüllülerde etikten alışkanlıkları kaynaklı sağlıklı yaşamı sürdürmek güç hale gelmiştir. Sağlıklı yaşamı korumak için yaşam alışkanlıkları oldukça önem taşımaktadır. Sağlıklı Hayat Tarzı Ölçeği ve Ahlakî Duyarlılık Anketini kullanarak yapılan çalışmamız çalışmamız sonuçlarına göre sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile etik duyarlılık arasında pozitif korelasyon bulunmaktadır. Bu korelasyon özellikle de stres yönetimi, kişilerarası ilişkiler ve manevîyat alt boyutlarında görülmüştür. Diğer yandan spor aktivitesi, sağlık ve beslenme alanları da ahlaki duyarlılık arasındaki korelasyonu bu alanlar kadar yüksek değildir. Bu bulgular üzerinden yola çıkarak, öğrencilerin akademik eğitimlerinin yanı sıra fiziksel, psikolojik ve sosyal açıdan da kendilerini geliştirmelerine yönelik eğitimler önem taşımaktadır.

Tıp eğitimi sürecinde sağlıklı hayat biçimi geliştirmeye yönelik eğitim ve uygulamalara yer verilmesinin ahlaki duyarlılık ve karar verme süreçlerine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu doğrultuda sağlıklı yaşamın geliştirilmesi amacıyla fiziksel aktivite, dengeli beslenme, barınma, sosyal alanlarda destekler verilmesi önerilmektedir. Yüksek öğrenim kurumları bünyesinde öğrenci kulüpleri, sosyal etkinlikler, akran destek programları düzenlenmelidir. Sağlıklı yaşamı ile ahlaki duyarlılık arasındaki ilişkinin daha kapsamlı ele alınabilmesi için farklı üniversitelerde ve daha büyük örneklem gruplarında değerlendirilmesi önerilmektedir. Gelecekteki yapılacak çalışmalarda yaşam memnuniyeti ve tüketimçilik arasındaki ilişkiyi incelemek tavsiye edilmektedir.

