

T.C.
FETHİYE KAYMAKAMLIĞI
Fethiye İlçesi Uyuşturucu İzlem ve Koordinasyon Kurulu

ADIM ADIM İLERLE PROJESİ

HAZIRLAYAN

Uzman Psikolojik Danışman Betül Toker
Eylül 2017

Projenin Adı: ADIM ADIM İLERLE
Projenin Kapsadığı Bölge: FETHİYE/ MUĞLA
Proje Sahibi: FETHİYE KAYMAKAMLIĞI Fethiye Kaymakamı Muzaffer ŞAHİNER
Yasal Statü: Kamu Kurumu
Ortaklar: Fethiye İlçesi Uyuşturucu İzlem ve Koordinasyon Kurulunda Bulunan Kurumlar
Proje Koordinatörü: Uzman Psikolojik Danışman/Psikolog Betül TOKER Fethiye Ali Sıtkı Mefharet Koçman Meslek Yüksekokulu Müdürlüğü
Koordinatör Yardımcısı Türk Dili Okutmanı Sevda ALTUNBAŞ Fethiye Ali Sıtkı Mefharet Koçman Meslek Yüksekokulu Müdürlüğü
Proje Yürütücüleri: Fethiye İlçesi Uyuşturucu İzlem Ve Koordinasyon Kurulunda Bulunan Kurumlar
Proje Yönetim Ekibi Toplum Sağlığı Merkezi Başkanı Dr. Betül Turgut UYSAL, Sosyal Hizmet Uzmanı Mehmet Veysel ACAR, Şehit Yüzbaşı Özgür Özekin Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Rehber Öğretmeni Ayşe Büşra TOSUN, Fethiye Belediyesi Zabıta Memuru Halil SİDEKLİ, İlçe Sağlık Müdürlüğü Psikoloğu Ufuk EMEK, Devlet Hastanesi Psikoloğu Nazlı Fethiye ÇEVİK.
Türkçe Gramer Çalışmaları: Fethiye Ali Sıtkı Mefharet Koçman Meslek Yüksekokulu Öğretim Elemanı Sevda ALTUNBAŞ, Çiftlik Ali Rıza Köse Ortaokulu Türkçe Öğretmeni Musa ALTUNBAŞ
İngilizce Çeviri Çalışmaları: Fethiye Ali Sıtkı Mefharet Koçman Meslek Yüksekokulu Öğretim Elemanları Muazzez USLU, Cengiz GÖK, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Araştırma Görevlisi Gülşen Öztürk YURTSEVEN, Muğla Anadolu Lisesi İngilizce Öğretmeni Kadriye CİMBAR
Araştırmacı: Fethiye Ali Sıtkı Mefharet Koçman Meslek Yüksekokulu Öğretim Elemanları Muazzez USLU
İngilizce Çeviri Editörlüğü: İsminin geçmesini istemeyen Fethiye Turizm Tanıtım Eğitim Kültür ve Çevre Vakfı Gönüllüsü ve Fethiye Ali Sıtkı Mefharet Koçman Meslek Yüksekokulu Öğretim Elemanı Muazzez USLU
Proje Logosu ve Grafik Tasarım: Köksal KAYHAN
Wep Sayfası: Fethiye Kaymakamlığı Bilgi İşlem Sorumlusu Korhan YURT

Stüdyo Çalışmaları: Fethiye Radyo Televizyonu Genel Müdürü Cahit GÜVEN

Seslendirmeler: Esra KAPICI, Selman EKSİK, Rita Shortern Rule ve isminin geçmesini istemeyen Fethiye Turizm Tanıtım Eğitim Kültür ve Çevre Vakfı Gönüllüsü

Montaj: Özgül ÖZDEMİR

Sosyal Medya Ekibi Koordinatörü: Fethiye Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Öğretim Görevlisi Mahmut Beler.

Sosyal Medya Ekibi Editörleri: Yaşam Koçu Makbule BELER, Hemşirelik Bölümü öğrencileri Tuğba YILDIRIM, Hande KÜÇÜKMUMCU, Paramedik Bölümü öğrencisi Gamze AKDOĞAN ve Çankaya Üniversitesi Psikoloji Bölümü öğrencisi Elif Seda TOKER

Mesajlarla İlgili Geri Bildirim Alınan Diğer Gönüllüler:

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Öğretim Görevlileri Gül Bahar Edik KAYHAN, Tarih Eren BABÜR, Kerziban ÇOBAN, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Bilgisayar İşletmeni Hürriyet COŞKUN, Çiftlik Ali Rıza Köse Ortaokulu Öğrencileri, Bozyer Ali Galip Met İlkokulu Öğrencileri, farklı yaş ve statüde olan elli gönüllü.

İÇİNDEKİLER TABLOSU

İÇİNDEKİLER TABLOSU.....	3
Projenin Adı.....	4
Projenin Dayanağı.....	4
Gerekçesi.....	4
Amacı ve Önemi	5
Hedef Kitle	5
Mesajların İçeriği ve Kriterleri.....	5
Mesajların Belirlenmesi ve Seçimi	6
Projenin Sürdürülebilirliği.....	6
Tahmini Bütçe Detayı	7
Proje Ortakları: Fethiye İlçesi Uyuşturucu İzlem ve Koordinasyon Kurulu Üyeleri.....	8
ÖZ GEÇMİŞ	9
KAYNAKÇA	12

Projenin Adı

Adım Adım İlerle

Projenin Dayanağı

1980 yılında Alma-Ata'da yapılan Dünya Sağlık Örgütü zirvesinde belirlenen ilkeler önleyici sağlık hizmetlerine yer vermektedir. Bu ilkelerle "Hastalıkların Önlenmesi"nden "Sağlığın Desteklenmesi"ne doğru bir anlayış genişlemesi gündeme gelmiştir. 1986 tarihli Ottawa Sözleşmesi'nde ise "insanların sağlıkları üzerinde kontrol gücüne sahip olma ve sağlıklarını geliştirmeye muktedir kılma süreci" olarak tanımlanan sağlığın geliştirilmesi kavramına yer verilmektedir.

Bu anlayış değişimi ile sağlık konusu sosyolojinin, psikolojinin, hukukun, ekonominin, sivil toplum kuruluşlarının, yerel yönetimlerin katılımını içeren multi-disipliner bir alan haline gelmektedir (Erbaylar 2003, Çınarlı 2008 Akt: Tunçel 2010). Önleyici sağlık hizmetleri ve sağlığın geliştirilmesi perspektifi, sağlık, sağlık davranışı, sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve riskli davranışların önlenmesi kavramlarını ön plana çıkarmaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü sağlığı bedensel, ruhsal ve sosyal yönden tam bir iyilik hali olarak tanımlamaktadır. Sağlık davranışı, sağlık, sağlığın korunması ve sağlığın geliştirilmesi ile ilgili davranışlar bütünüdür (Oran, San Turgay 2004 Akt: Tunçel 2010). Sağlıklı yaşam biçimi davranışları ise kendini gerçekleştirme, sağlık sorumluluğu, egzersiz, beslenme, kişilerarası destek ve stres yönetimidir (Altun 2002).

Sağlık anlayışındaki değişimin doğal sonuçları ülkemize de yansımıştır. Türkiye Yeşilay Cemiyeti gençlerin daha güvenli, mutlu ve sağlıklı bir yaşam biçimi sürdürmelerine katkıda bulunmak, bağımlılıklarla ilgili bilinç düzeylerini arttırmak amacıyla "Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı"ni başlatmıştır. Bu program önleyici nitelikte olup "Tütün Bağımlılığı", "Alkol Bağımlılığı", "Madde Bağımlılığı", "Teknoloji Bağımlılığı" ve "Sağlıklı Yaşama" olmak üzere 5 alanda anaokulu, ilkokul, ortaokul ve lise öğrencileri ile yetişkinler için hazırlanmıştır. Kazanım temelli 18 modülden oluşmaktadır (Yılmaz 2015).

Sağlıklı bir toplum için bireyin kendi sağlığını korumaya yönelik çabalara önem vermesi gerekir. Bunun için de bireyin kendi sağlığını korumaya ve sürdürmeye elverişli bilgilerle donatılmış olması (Bakoğlu ve Yetkin 2009) ve sigara, uyuşturucu madde ve "fazla" alkol kullanımı, kötü beslenme, stres ve korunmasız seks, hareketsiz bir yaşam gibi "risk"lerden kaçınması gereklidir (Erbaylar 2003). Yukarıda belirtilen çerçevede bu projenin dayanağını oluşturmaktadır.

Gerekçesi

Muğla İli 2015 Ocak ayında "İl Üst Uyuşturucu İzleme ve Koordinasyon Kurulu" tarafından, ilin risk değerlendirmesinin yapılması kararı alınmıştır. Bu karar gereğince yapılan çalışmada, Muğla İli lise öğrencileri arasında risk değerlendirmesi yapılmıştır. Riskli davranışlar antisosyal davranışlar, alkol kullanımı, sigara kullanımı, intihar eğilimi, okul terki, beslenme alışkanlıkları ve madde kullanımı olmak üzere yedi boyutta incelenmiştir.

Muğla İl Uyuşturucu Koordinasyon Kurulunun (2016) 10. ve 11. sınıflarda öğrenimine devam eden 4198 öğrenci ile yaptığı ve riskli davranışları ilçelere göre değerlendirdiği çalışmasında Fethiye sigara kullanım riskinde 3. sırada (%15.00), alkol kullanım riskinde 4. sırada (%8.8) ve madde kullanım riskinde Marmaris'le beraber 3. sıradadır (%3.7). Aynı çalışmada Fethiye'deki öğrencilerde:

1. Olumlu, olumsuz davranış ile cinsiyet arasında bir ilişki olduğu ve kız öğrencilerin olumsuz davranış riskinin fazla olduğu ($F(823)=3,929, p<,05$),
 2. Madde bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve erkeklerin madde kullanım riskinin daha fazla olduğu ($F(833)=62,906, p<,05$),
 3. Ebeveynlerin birliktelik durumu ile madde kullanım riski arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve ebeveyni boşananların madde kullanım riskinin arttığı ($F(817)=4534, p<,05$),
 4. Arkadaşlarıyla zaman zaman veya sıklıkla problem yaşayan öğrencilerin olumsuz davranış riskinin daha yüksek olduğu ($F(822)=58,899, p<,05$),
 5. Olumlu olumsuz davranış ile akademik başarı arasında bir ilişki olduğu ve başarısız dersi olanların ve teşekkür belgesi olanların, takdir belgesi olanlara göre daha fazla olumsuz davranış riski taşımakta olduğu tespit edilmiştir ($F(820)=4,423, p<,05$).
- “İl Üst Uyuşturucu İzleme ve Koordinasyon Kurulu” risk değerlendirmesi raporu verileri bu projenin gerekçesini oluşturmaktadır.

Amacı ve Önemi

Problem ortaya çıktıktan sonra çözmeye çalışmak ya da sağlığımız bozulduktan sonra iyileşmeye çalışmak yerine sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını alışkanlık haline getirmek daha akılcı bir yaklaşım olabilir. Risk oluşturan davranışlardan kaçınma ancak sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını geliştirmekle sağlanabilir. “Adım Adım İlerle” projesinin amacı sağlıklı yaşam biçimi davranışlarına ilişkin farkındalık yaratmaktır.

Eğitimde çoğunlukla nelerin yapılmaması gerektiği vurgulanır. Ancak neler yapmanın iyi olacağına pek değinilmez. “Bunu yapma, deneme” demek özellikle ergen ve genç bireylerde, hatta yetişkinlerde bile kışkırtıcı etki yaratabilmektedir. “Adım Adım İlerle” projesi sağlıksız ve riskli davranışlara vurgu yapmadan, sadece sağlıklı davranışlara vurgu yapan mesajları içermektedir. Mesajların tüm öğrencilere ve halka bir yıl boyunca, her gün duyurulması kuşkusuz sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını gündemde tutarak, pekiştirecektir.

Bu projenin önemi, sağlığımızı tehdit eden her türden bağımlılığı ve riskli davranışları bunlara vurgu yapmadan önlemeye yönelik olması, bedensel-ruhsal-sosyal yönden tam bir iyilik hali konusunda geliştirici öğeler taşıyor olması, minimal bir bütçe ile uygulanabilir olması, büyük ölçekli bir gruba hitap etmesidir.

Hedef Kitle

Projenin hedef kitlesi, öncelikle eğitim çağındaki öğrenciler ve Fethiye'nin merkezinde, mahallelerinde yaşayan yerel halktır.

Mesajların İçeriği ve Kriterleri

Mesajlar, sağlıklı yaşam biçimi davranışlarıyla ilişkilidir. Bunlar kendini gerçekleştirme, sağlık sorumluluğu, egzersiz, beslenme, kişilerarası destek ve stres yönetimidir. Maslow'a göre, bireyin özümsemiği yaşamı, dolulukla, coşkuyla yaşaması, kendini gerçekleştirmedi. Maslow'a göre, kendini gerçekleştirme yolundaki kişilerin nitelikleri şöyledir:

- “Gerçekçi olma
- Kendini, başkalarını ve doğayı kabul etme
- Problemin çözümüne dönük olma
- Otonomi sahibi olma
- İnsanlara karşı empati, sempati ve acıma duygularını geliştirme
- Kişiler arası derin ilişkiler kurma
- Demokratik karakter yapısına sahip olma
- Filozofik gülmece duygusuna sahip olma
- Yaratıcı olma
- Özel ve yalnız yaşamdan zevk alma
- Günlük yaşamında yenilikler bulabilme
- İçinden geldiği gibi davranma” (Ballıel 2009, Akt: Tekin 2015).

Mesajların yukarıda belirtilen nitelikler ve temel başlıklar çerçevesinde özgün, etkileyici, kısa, pozitif olmasına dikkat edilmiştir. Mesajlar atasözü, deyiş, deyim, özlü sözlerden seçilmemiştir. Siyasi ya da dini içerik taşımamaktadır. Mesajlardaki temalar tekrar edilerek mesajların pekiştirilmesine dikkat edilmiştir. Mesaj ve takvim eşleştirmesinde belirli gün ve haftalar kriter olarak alınmamıştır.

Mesajların Belirlenmesi ve Seçimi

Proje mesajlarına ilişkin genel çerçevenin ve günlere göre yedi temanın belirlenmesi, bu temaları içeren mesaj önerilerinin yazılması öncelikle proje koordinatörü tarafından yapılmıştır. Ardından, proje yönetim ekibi mesajların ortak bir üslupla düzenlenmesi, mesajların içeriği, anlaşılabilirliği, dili ve anlatım şekli konularında gereken çalışmaları yapmıştır. İngilizce çeviriler mesajların anlamları dikkate alınarak yapılmıştır.

Projenin Sürdürülebilirliği

2019 yılında sağlıklı yaşam biçimlerine yönelik farklı mesajlarla bu çalışma tekrarlanabilir. 2019 yılı mesajları linklere gelen önerilerden, proje yönetim ekibi tarafından seçilerek oluşturulabilir.

Tahmini Bütçe Detayı

BÜTÇE TERKİBİ	MİKTAR	BİRİM	BİRİM FİYATI (kdv dahil)	TUTAR I (lira)	ONAYLAYAN KOMİSYON
MALZEME ALIMLARI					
Sandisk Cruzer Blade 16GB Usb Bellek (SDCZ50-016G-B35)	1	Adet	29.90	29.90	
HİZMET ALIMLARI					
	0	0	0	0	

MALZEME ALIMLARI	29.90
HİZMET ALIMLARI	0.00
GENEL TOPLAM	29.90

Tahmini bütçe oluşturulurken birim fiyat internet ortamından alınmıştır. Proje yazımı, proje koordinatörlüğü, stüdyo kayıtları, mesajların duyurulması, çeviri çalışmaları vb. her tür çalışma gönüllülük esasına göre yapılmıştır.

Proje Ortakları: Fethiye İlçesi Uyuşturucu İzlem ve Koordinasyon Kurulu Üyeleri

1. Fethiye Kaymakamlığı
2. Fethiye Ali Sıtkı Mefharet Koçman MYO Müdürlüğü
3. İlçe Emniyet Müdürlüğü
4. İlçe Jandarma Komutanlığı
5. Fethiye Sahil Güvenlik Komutanlığı
6. İlçe Müftülüğü
7. İlçe Denetimli Serbestlik Müdürlüğü
8. İlçe Aile ve Sosyal Politikalar Müdürlüğü
9. Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfı
10. Gençlik ve Spor Hizmetleri İlçe Müdürlüğü
11. Gıda Tarım ve Hayvancılık İlçe Müdürlüğü
12. İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü
13. İlçe Orman Müdürlüğü
14. İlçe Sağlık Müdürlüğü
15. Fethiye Toplum Sağlığı Merkezi
16. Fethiye Devlet Hastanesi Başhekimliği

ÖZ GEÇMİŞ

BETÜL TOKER

1. Kişisel Bilgiler

Düzenleme Tarihi	17.07.2017		
Uyruğu	T.C.		
Doğum Yeri	Ankara		
Doğum Tarihi	09.08.1969		
Medeni Durum	Evli		
Yazışma Adresi	Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Mefharet Koçman Sağlık Merkezi Kötekli Kampüsü / Muğla		
Telefon	0 505 8663035	E-Mail	tbetul@mu.edu.tr

2. Eğitim

Öğrenim Dönemi	Derece	Üniversite	Öğrenim Alanı
2011- 2014	Yüksek Lisans	Muğla Üniversitesi	Eğitim Bilimleri – Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik
1986 - 1990	Lisans	Hacettepe Üniversitesi	Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik

3. Mesleki Deneyim

Görev Dönemi ve Yeri		Ünvan
1991-1995	Muğla Rehberlik ve Araştırma Merkezi	Rehber Öğretmen
1995-1996	Muğla Rehberlik ve Araştırma Merkezi	Müdür Yardımcısı
1996-1999	Sinop-Ayancık İmam Hatip Lisesi	Rehber Öğretmen
1999 - 2013	Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Mediko Sosyal Merkezi	Psikolog
2013 -	Fethiye Ali Sıtkı Mefharet Koçman Meslek Yüksek Okulu	Psikolog

4. Uzmanlık Alanları

Çalışma Alanı	Anahtar Sözcükler
Eğitim Bilimleri, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Çocuk- Ergen- Yetişkin Ruh Sağlığı, Bilişsel ve Davranışçı Terapi, Hipnoterapi, Aile Terapisi, Aile Terapisi Süpervizörlüğü, Krize Müdahale Uygulamaları ve EMDR Terapisi	Bireysel - Grupla Psikolojik Danışma ve Psikoeğitim Uygulamaları Aile Terapisi Uygulamaları ve Aile Terapisi Süpervizörlüğü Uygulamaları Krize Müdahale ve EMDR Uygulamaları

5. Seçilmiş Yayınları

Toker, B., & Avci, R. (2015). Effect of Cognitive-Behavioral-Theory-Based Skill Training on Academic Procrastination Behaviors of University Students. <i>Educational Sciences: Theory and Practice</i> , 15(5), 1157-1168.
Toker, B. (2014). Bilişsel davranışçı kurama dayalı olarak geliştirilen akademik erteleme davranışıyla baş etme beceri eğitimi psikoeğitim grup yaşantısının üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarına etkisi. <i>Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi</i> . Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü: Muğla.
Tümer, A., Karahisar, N., Toker, B.,(2004).Okul Öncesi Eğitim ve Muğla Üniversitesi Gündüz Bakım Evi Örneği, <i>Birinci Sosyal Hizmetler Şurası</i> , Ankara.
Toker, Betül. (2001). Psikolojik Danışma ve Rehberlik. <i>Muğla Üniversitesi Bülteni</i> , 25 (9-10). MÜ. Matbaası
Toker, Betül (1999). <i>Sağlık Merkezi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Birimi Broşürü</i> , MÜ. Matbaası

6. Eğitimler

EMDR (Göz Hareketleriyle Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme) Terapisi 2. Düzey Temel Eğitimi (17-20 Temmuz 2014) Süpervizyon Eğitimi: 7 Eylül ve 19 Ekim 2014	Davranış Bilimleri Enstitüsü İstanbul
EMDR (Göz Hareketleriyle Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme) Terapisi 1. Düzey Temel Eğitimi (20-23 Haziran 2013) Süpervizyon Eğitimi: 4 Ağustos ve 22 Eylül 2013	Davranış Bilimleri Enstitüsü İstanbul
Aile Danışmanlığı Sertifikası ve Transkripti 16 Mart- 15 Haziran 2013 (450 saat)	Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sürekli Eğitim Merkezi
Aile Danışmanlığı Süpervizörlük Eğitimi 19 Aralık 2011-30 Haziran 2012 (150 saat)	İzmir Türk PDR Derneği
Aşk, Bağlanma ve Romantik Film Analizi (2012)	Liman Psikoloji Atölyesi İzmir
Danışmanlık ve Eğitimlerde Terapötik Kartların Kullanımı 13-14 Ekim 2012	Simurg Kişisel Gelişim ve Psikolojik Danışma Merkezi, Etki Çocuk Gelişimi ve Okul Sorunları Danışma Merkezi İzmir
Evlilik ve Aile Danışmanlığı Süpervizörlüğü Eğitimi (Certificate of Completion) 5-12 Eylül 2012 (64 saat)	İzmir Türk PDR Der., Uluslararası Evlilik ve Aile Dan.Der.Derneği Eğitim Komitesi (IAMFC)
Aile Danışmanlığı Temel Eğitim Programı Sertifikası 05.09.2011-23.10.2011 (120 saat)	İzmir Türk PDR Derneği
Kognitif Davranış Terapileri İleri Süpervizyon Eğitimi Mart 2006-Mayıs 2007 (100 saat)	Compos Mentis Psikiyatri Eğitim Araştırma Tedavi Merkezi Ankara
3.Tıbbi Hipnoz Kursu 9-10 Aralık 2006	Tıbbi Hipnoz Derneği İstanbul

2.Tıbbi Hipnoz Kursu 18-19 Kasım 2006	Tıbbi Hipnoz Derneği İstanbul
Türkiye Üniversiteleri Mediko Sempozyumu 27-28 Nisan 2005	Dokuz Eylül Üniversitesi izmir
Kognitif Davranış Terapileri Kuramsal Eğitimi Ekim 2004-Mart 2005 (40 saat)	Compos Mentis Psikiyatri Eğitim Araştırma Tedavi Merkezi Ankara
1.Tıbbi Hipnoz Kursu 24-25 Mayıs 2003	Tıbbi Hipnoz Derneği İstanbul
Çocuklar İçin Wechsler Zeka Ölçeği (WISC-R) Kursu 26 .06.1995-14.07.1995	MEB Hizmetiçi Eğitim Dairesi Başkanlığı
Halkla İlişkiler ve Sekreterlik Eğitimi 13-17 Şubat 1995	Başbakanlık Halkla İlişkiler Dairesi Başkanlığı
Görme ve İşitme Engelli Çocuklara İlişkin Desteğin Teşviki Projesi 02-.03.Mayıs1985	MEB Hizmetiçi Eğitim Dairesi Başkanlığı
Konuşma Engellilerin Eğitimi ve Terapileri 12.06.1993-30.07.1993	MEB Hizmetiçi Eğitim Dairesi Başkanlığı
Eğitimde Dramatizasyon ve Atelye Çalışması 12-21.Nisan1989	The British Council Ankara

KAYNAKÇA

- Altun, İ.(2002) Kocaeli’nde yaşayan halkın sağlıkla ilgili tutumlarına ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarına ilişkin bir çalışma. Sağlık ve Toplum Dergisi 12(3):41-51.
- Bakoğlu E, Yetkin A.(2000) Hipertansiyonlu hastaların öz-bakım gücünün değerlendirilmesi. C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi,4(1):41-9.
- Ballıel, N. (2009) Ankara Üniversitesi İbni Sina Hastanesi Hemşirelerinde Sağlığı Geliştirici Yaşam Biçimi Davranışları ve İlişkili Faktörler, Ankara Üniversitesi, SABE, YYLT, Ankara.
- Çınarlı, İ. (2008) Sağlık İletişimi ve Medya, Nobel Yayıncılık, Ankara.
- Erbaylar, T (2003) Halk Sağlığı Açısından Sağlık İletişimi, Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi 25 (4) Özel Eki, S.47
- Muğla İl Uyuşturucu Koordinasyon Kurulu (2016). Muğla İli Lise Öğrencilerinde Madde Kötüye Kullanımı ve Olumsuz Davranışlar Açısından Risk Değerlendirmesi Raporu. Yayınlanmamış Rapor. Muğla.
- Oran NT, San Turgay A. (2004) Hemşirelik eğitiminin öğrencilerde sağlık davranışlarını geliştirmeye etkisi. I. Ulusal Sağlığı Geliştirme ve Sağlık Eğitimi Sempozyumu (uluslar arası katılımlı), 24-26 Kasım, Ankara.
- Tekin, M. (2015) Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Kamu Hastanelerinde Çalışan Hekimler Açısından İncelenmesi: Denizli İl Merkezi Örneği Beykent Üniversitesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Yönetimi Anabilim Dalı. Hastane Ve Sağlık Kurumları Yönetimi Bilim Dalı: İstanbul
- Tunçel, M. (2010). Halk Sağlığının Korunmasında Yapılan İletişim Faaliyetlerinin Rolü Üzerine Bir Araştırma. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Radyo TV ve Sinema Anabilim Dalı Radyo TV Anabilim Dalı: İstanbul.
- Yılmaz, S.(2015) Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı