

BÖLÜM 6

RUH SAĞLIĞI OKURYAZARLIĞI

Nevin ONAN¹

Sevgi DİNÇ²

GİRİŞ

Dünyada ve ülkemizde önemi artan kavramlardan biri olan ruh sağlığı okuryazarlığı, bireylerin ve toplumun ruh sağlığının korunması, geliştirilmesi ve ruhsal hastalık durumunda bireylerin tedaviye başvurmalarında önem kazanmaktadır. Ruh sağlığı okuryazarlığı, bireylerin yardım arama ve ruh sağlığı hizmetlerini kullanımının önemli belirleyicilerindendir. Ruh sağlığı okuryazarlığı farklı bileşenlerden oluşmaktadır. Bunlar; ruhsal bozuklukları tanıma becerisi, ruhsal bozuklukların risk faktörleri ve nedenleri hakkında bilgi ve inançlar, kendi kendine yardım müdahaleleriyle ilgili bilgi, profesyonel yardıma ilişkin bilgi ve inançlar, ruhsal bozuklukların doğru tanınmasını ve uygun yardım aramayı kolaylaştıran tutumlar ve ruh sağlığı ile ilgili doğru bilginin nasıl elde edileceğine ilişkin bilgidir.

Bir toplumda ruh sağlığı okuryazarlığının artması olumsuz inançların ve tutumların değişmesine yol açarak ruh sağlığının gelişmesini sağlayacaktır. Ruh sağlığı hizmetlerinin faydalı ve etkili olduğuna inanan bireyler, yardım aramak için daha olumlu tutumlara sahip olacak ve ruh sağlığı hizmetlerini kullanmada daha istekli davranacaklardır. Aynı zamanda bu yönde bir artış ruhsal bozukluğu olan bireylere yönelik davranışların da iyileşmesine, damgalamanın azalmasına ve ruhsal bozukluğu olan bireylerin sağlık hizmetlerinden etkin bir şekilde faydalanmalarına olanak sağlayacaktır.

¹ Doç. Dr., Karabük Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Psikiyatri Hemşireliği AD, nevinonan@karabuk.edu.tr

² Dr. Öğr. Üyesi, Karabük Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Psikiyatri Hemşireliği AD, sevgidinc@karabuk.edu.tr

Bölüm yazarları ve psikiyatri hemşiresi olarak ruh sağlığı okuryazarlığının artırılmasında çalışmalarımıza konuyla ilgili araştırmalar yaparak ve eğitim uygulamalarıyla devam etmekteyiz.

KAYNAKLAR

1. Özel Y, Duzcu T. Ruh sağlığı okuryazarlığı. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 2018;6(77):380-387.
2. Jorm AF, Korten AE, Jacomb PA, et al. Mental health literacy: A survey of the public's ability to recognise mental disorders and their beliefs about the effectiveness of treatment. *Medical Journal of Australia*.1997;166(4), 182-186.
3. Vimalanathan A, Furnham A. Comparing physical and mental health literacy. *Journal of Mental Health (Abingdon, England)*, 2019; 28(3), 243-248. doi:10.1080/09638237.2018.1466050
4. Reavley NJ, Jorm AF. Mental health literacy. In:Knifton L, Quinn N. (eds.) *Public Mental Health Global Perspectives*.First ed. New York: McGraw-Hill Education; 2013. p.50-58.
5. Kutcher S, Wei Y, Coniglio C. Mental health literacy: past, present, and future. *The Canadian Journal of Psychiatry*. 2016;61(3):154-8.
6. Tay JL, Tay YF, Klainin-Yobas P. Mental health literacy levels. *Archives of Psychiatric Nursing*. 2018;32(5),757-763.
7. Gulliver A, Griffiths KM, Christensen H, et al. Internet – based interventions to promote mental health help – seeking in elite athletes: an exploratory randomized controlled trial. *J Med Internet Res*. 2012;14(3):e69. doi: 10.2196/jmir.1864.
8. Tonsing KN. A review of mental health literacy in Singapore. *Social work in health care*. 2018, 57.1: 27-47.
9. Kadioglu H, Karaca S, Eren N, et al. Development and validation of the Mental Health Promotion Scale. *Perspectives in Psychiatric Care*. 2021;1-10. doi:10.1111/ppc.12925
10. Devendorf A, Bender A, Rottenberg J. Depression presentations, stigma, and mental health literacy: A critical review and YouTube content analysis. *Clinical Psychology Review*. 2020;(78):101843. doi:10.1016/j.cpr.2020.101843
11. WHO. *European Mental Health Action Plan 2013-2020*. [Online] <https://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health/publications> [Accessed: 20.October2021]
12. Kılıç C. Türkiyede ruhsal hastalıkların yaygınlığı ve ruhsal tedavi ihtiyacı konusunda neredeyiz? *Toplum ve Hekim*. 2020;35(3):179-187.
13. Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı. *Sağlık İstatistikleri Yıllığı 2018*. <https://dosyasb.saglik.gov.tr/Eklenti/36134,siy2018trpdf.pdf?0> (Erişim tarihi: 17.11.2021).
14. Tokur Kesgin M, Pehlivan Ş, Uymaz P. Ruh Sağlığı Okuryazarlığı Ölçeğinin Türkçe uyarlaması: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Derg*. 2020; 21(Ek sayı.2):5-13. doi: 10.5455/apd.102104

15. Ratnayake P, Hyde C. Mental health literacy, helpseeking behaviour and wellbeing in young people: implications for practice. *The Educational and Developmental Psychologist*. 2019; 36(1):16-21.
16. Seki Öz H. Bir il merkezinde yaşayan bireylerin ruh sağlığı okuryazarlığının incelenmesi. *Humanistic Perspective*. 2021, 3(3):660-675. doi: 10.47793/hp.993929
17. Fusar-Poli P, Salazar de Pablo G, De Micheli A, et al. What is good mental health? A scoping review. *European Neuropsychopharmacology*. 2020; 31:33-46. doi: 10.1016/j.euroneuro.2019.12.105.
18. Lu S, Oldenburg B, Li W, et al. Population-based surveys and interventions for mental health literacy in China during 1997-2018: A scoping review. *BMC Psychiatry*. 2019;19(1):316.
19. Huang D, Yang LH, Pescosolido BA. Understanding the public's profile of mental health literacy in China: A nationwide study. *BMC Psychiatry*. 2019;19(1):20.
20. Dang H-M, Lam TT, Dao A, et al. Mental health literacy at the public health level in low and middle income countries: An exploratory mixed methods study in Vietnam. *PLoS ONE*.2020;15(12): e0244573. [https://doi.org/ 10.1371/journal.pone.0244573](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0244573)
21. Poon SH, Wang FQ, Goh J, et al. Mental Health Literacy in cancer outpatients in Singapore. *East Asian Archives of Psychiatry*. 2019;29(3):91-94. doi: 10.12809/eaap1813. PMID: 31566185.
22. Lopez V, Sanchez K, Killian MO, et al. Depression screening and education: an examination of mental health literacy and stigma in a sample of Hispanic women. *BMC Public Health*.2018;18(1):646.
23. Wu Q, Luo X, Chen S, et al. Mental health literacy survey of non-mental health professionals in six general hospitals in Hunan Province of China. *PLoS ONE*. 2017;12(7):1-13.
24. Al-Yateem N, Rossiter R, Robb W, et al. Mental health literacy among pediatric hospital staff in the United Arab Emirates. *BMC Psychiatry*. 2017;17(1):390.
25. Hao Y, Wu Q, Luo X, et al. Mental health literacy of non-mental health nurses: A mental health survey in four general hospitals in Hunan Province, China. *Front Psychiatry*. 2020;11:507969.
26. Öztaş B, Aydoğan A. Sağlık profesyonellerinin ruh sağlığı okuryazarlık düzeylerinin belirlenmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*.2021;12(3):198-204.
27. Devraj R, Gupchup GV, Henson D. Mental health literacy of pharmacy students compared to nursing and medical students. *Innovations in Pharmacy*. 2019;10(4):1-13.
28. Öztürk A, Kaçan Softa H, Ulaş Karaahmetoğlu G. Kastamonu Üniversitesinde öğrenim gören hemşirelik öğrencilerinin ruhsal hastalıklara karşı inançları ve psikiyatri hemşireliği dersinin etkisi. *Uluslararası Hakemli Psikiyatri ve Psikoloji Araştırmaları Dergisi*. 2015;2(4):146-166.
29. Bonabi H, Müller M, Ajdacic-Gross V, et al. Mental health literacy, attitudes to help seeking, and perceived need as predictors of mental health service use: A longitudinal study. *Journal of Nervous and Mental Disease*. 2016;204(4):321-324.

30. Guo S, Yang Y, Liu F, et al. The awareness rate of mental health knowledge among Chinese adolescent: a systematic review and meta- analysis. *Medicine* 2020;99:7(e19148).
31. Beaudry MB, Swartz K, Miller L, et al. Effectiveness of the adolescent depression awareness program (ADAP) on depression literacy and mental health treatment. *Journal of School Health*. 2019;89(3):165-172.
32. Miles R, Rabin L, Krishnan A, et al. Mental health literacy in a diverse sample of undergraduate students: demographic, psychological, and academic correlates. *BMC Public Health*. 2020;20(1):1699.
33. Salerno JP. Effectiveness of Universal School-Based Mental Health Awareness Programs Among Youth in the United States: A Systematic Review. *Journal of School Health*. 2016;86(12):922-931.
34. Tay KW, Ong AWH, Pheh KS, Low SK, Tan CS, Low PK. Assessing the effectiveness of a mental health literacy programme for refugee teachers in Malaysia. *Malaysian Journal of Medical Sciences*. 2019;26(6):120-126.
35. Campos L, Dias P, Duarte A, et al. Is it possible to “Find Space for Mental Health” in young people? Effectiveness of a school-based mental health literacy promotion program. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2018;15(7):1426.
36. Brijnath B, Protheroe J, Mahtani KR, Antoniadis J. Do Web-based Mental Health Literacy Interventions Improve the Mental Health Literacy of Adult Consumers? Results From a Systematic Review. *Journal of Medical Internet Research*. 2016 Jun 20;18(6):e165.
37. Morgan AJ, Ross A, Reavley NJ. Systematic review and meta-analysis of Mental Health First Aid training: Effects on knowledge, stigma, and helping behaviour. *PLoS ONE*. 2018;13(5): e0197102.
38. Morgan AJ, Fischer JA, Hart LM, et al. Does mental health first aid training improve the mental health of aid recipients? The training for parents of teenagers randomised controlled trial. *BMC Psychiatry*. 2019;19(1):99.
39. Aluh DO, Okonta MJ, Odili VU. Cross-sectional survey of mental health literacy among undergraduate students of the University of Nigeria. *BMJ Open*. 2019;9:9: e028913. doi:10.1136/bmjopen-2019-028913
40. Bilge A, Çam O. Ruhsal Hastalığa Yönelik İnançlar Ölçeği'nin geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. 2008; 9:91-96.
41. Jung H, Von Sternberg K, Davis K. Expanding a measure of mental health literacy: Development and validation of a multicomponent mental health literacy measure. *Psychiatry Research*. 2016;243, 278–286. doi:10.1016/j.psychres.2016.06.034
42. Göktaş S, Işıklı B, Önsüz MF, vd. Ruh Sağlığı Okuryazarlığı Ölçeği'nin (RSOY Ölçeği) Türkçe geçerlilik ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi. *Konuralp Tıp Dergisi*. 2019;11(3): 424-431. doi: 10.18521/ktd.453411
43. O'Connor M, Casey L. The Mental Health Literacy Scale (MHLS): A new scale-based measure of mental health literacy. *Psychiatry Research*. 2015; 1-2:511-516.

44. Akdoğan E. Ruh Sağlığı Okuryazarlığı Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Karabük Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Bilimi Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Karabük,2018.
45. Dias P, Campos L, Almeida H, et al. Mental health literacy in young adults: adaptation and psychometric properties of the mental health literacy questionnaire. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2018, 15, 1318; doi:10.3390/ijerph15071318
46. Riebschleger J, Costello S, Cavanaugh DL et al. Mental health literacy of youth that have a family member with a mental illness: outcomes from a new program and scale. *Front Psychiatry* 2019;10:2. doi: 10.3389/fpsy.2019.00002
47. Griffiths KM, Christensen H, Jorm AF, et al. Effect of web-based depression literacy and cognitive-behavioural therapy interventions on stigmatising attitudes to depression. *The British Journal of Psychiatry*. 2004;185(4):342-349. doi: 10.1192/bjp.185.4.342
48. Göktaş S, Işıklı B, Yenilmez Ç, vd. Anksiyete Okuryazarlığı Ölçeği'nin Türkçe geçerlilik ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi. *DEÜ Tıp Fakültesi Dergisi*. 2019;33(2): 167-174. doi: 10.5505/deutfd.2019.40412
49. Bjørnsen HN, Ringdal R, Espnes GA, et al. Positive mental health literacy: development and validation of a measure among Norwegian adolescents. *BMC Public Health*. 2017;17(1):717.
50. Griffiths KM, Bennett K, Walker J, et al. Effectiveness of MH-Guru, a brief online mental health program for the workplace: A randomised controlled trial. *Internet Interventions*. 2016;6:29-39.
51. Tay JL, Tay YF, Klainin-Yobas P. Effectiveness of information and communication technologies interventions to increase mental health literacy: A systematic review. *Early Interventions in Psychiatry*. 2018;12(6):1024-1037.
52. Yamaguchi S, Foo JC, Nishida A, Ogawa S, Togo F, Sasaki T. Mental health literacy programs for school teachers: A systematic review and narrative synthesis. *Early Interventions in Psychiatry*. 2020;14(1):14-25.
53. Çam O. Ruh sağlığı ve hastalıklarına genel bakış. İçinde: Çam O, Engin E. (ed.) *Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği*. 1.Baskı. İstanbul: İstanbul Tıp Kitabevi; 2014. s.12-15.
54. Bilge A. Toplum ruh sağlığı. İçinde: Çam O, Engin E. (ed.) *Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği*. 1.Baskı. İstanbul: İstanbul Tıp Kitabevi; 2014. s.897-898.