



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK UYGULAMA VE
ARAŞTIRMA MERKEZİ (PDRM)

I. ARAŞTIRMA

ÜNİVERSİTE GENÇLİĞİ VE UMUT:
KİŞİSEL VE SOSYAL KAYNAKLARIN ÖNEMİ

Prof. Dr. Yaşar Kuzucu
Sosyolog Selda Aksoy Yetkin

AYDIN, 2020

1. GİRİŞ

Ruh sağığının önemli parametreleri arasında yer alan umut hem gelecek yönelimini içeriyor olması hem de gelişimi çağrıştırması açısından uzun yıllardır araştırmacıların ilgisini çekmektedir. Nitekim 13. Yüzyıldan bu yana farklı gelişim dönemlerinde umudun rolünü inceleyen araştırmalar yapılmaktadır (Staats, 1987). Umut kavramının en genel tanımı gelecekte beklenen olumlu gelişmelerdir. Bu tanımın dışında amaca yönelik karar verme, bu amaca hizmet eden yolları planlama ve kendini motive ederek planladığı yolları kullanmaya ilişkin kişinin kendi kapasitesi ile ilgili bilişsel bir yapı olarak tanımlanır (Uzun Özer ve Tezer, 2008). Tanımından da anlaşılacağı üzere umut kişinin kendi potansiyeline güvenmesi ve amaçlarına ulaşma motivasyonu ile yakından ilişkilidir.

Kişinin kapasitesi kavramı, kişisel ve sosyal kaynakları barındırmaktadır. Kişisel ve sosyal kaynaklar hem birbirlerini hem de psikolojik uyumu etkilemektedir (Ayim Gyekye ve Salminen, 2007; Liu, vd., 2020; Quamma ve Greenberg, 1994). Çocukluk ve ergenlik döneminde olduğu gibi beliren yetişkinlik döneminde de kişisel ve sosyal kaynakların etkili kullanılması psikolojik iyi oluş açısından önem taşımaktadır.

Bu araştırmada; gençlerin umut düzeylerini etkileyen faktörleri anlamak için kişisel ve sosyal kaynaklar içerisinde yer alan ve sorun çözme becerisi, sosyal destek, sosyal güvenlik ve aidiyet kavramlarının rolü ele alınmıştır. Bu amaca uygun olarak bu araştırma kapsamında üniversite öğrencilerinin sorun çözme becerisi, sosyal destek algıları, sosyal güvenlik algıları ve aidiyet düzeylerinin onların umut düzeylerini yordadığı hipotezi test edilecektir.

2. YÖNTEM

Bu kısımda araştırmanın modeli, işlem, veri toplama araçları ve verilerin analizi hakkında bilgi verilmektedir.

2.1 Araştırmanın Modeli

Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli uygulanmıştır. Tarama modeliyle beliren yetişkinlik dönemindeki genç yetişkinlerde sorun çözme becerisi, sosyal destek, sosyal güvenlik ve aidiyetin (bağımsız değişkenin), umut (bağımlı değişken) ile ilişkisine bakılmıştır.

2.2 Araştırma Grubu

Araştırmaya katılacak olan beliren yetişkinlerin seçiminde kullanılan yöntem, tesadüfi olmayan amaçlı bir yaklaşım olan uygun örnekleme yöntemidir. Araştırmanın örneklemi 18-29 yaş aralığında ($\bar{X} = 20.76$, $SS = 2.07$) 516 kadın (% 65.9) ve 267 erkek olmak üzere toplam 783 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır.

2.3 İşlem

Araştırma Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezi tarafından 2020 şubat ayında yapılmıştır. Araştırmanın amacı ve kapsamı konusunda çalışma yapılan fakülte ve yüksekokullar bilgilendirilmiştir. Uygulamadan önce katılımcılara araştırmanın amacı, kim/kimler tarafından yapıldığı ve kişisel bilgileri paylaşmanın zorunlu olmadığı, katılımın gönüllülük esasına dayandığı açıklanmıştır. Ayrıca katılımcılara ölçek formlarını doldurmaya başlamış olsalar bile, istedikleri takdirde çalışmadan çekilebilecekleri belirtilmiştir. Tüm ölçekler dersliklerde doldurulmuştur.

2.4 Veri Toplama Araçları

2.4.1 Sosyal Problem Çözme

Sosyal Problem Çözme Envanteri-Gözden Geçirilmiş Kısa Formu (SPSI-RSF; D'Zurilla ve ark. 2002) kullanılmıştır. Ölçek, bireylerin gerçek hayattaki problem çözme durumlarına verdikleri bilişsel, duygusal veya davranışsal tepkileri değerlendirmek üzere geliştirilmiş, kendi kendine uygulanan 25 sorudan oluşmaktadır. Olumlu ve olumsuz olmak üzere iki problem yönelimi ve akılcı, dürtüsel/dikkatsiz ve kaçınmacı olmak üzere üç problem çözme stilinden oluşan beş boyutu vardır. Eskin ve Aycan'ın (2009) çalışmasına göre, Türkçe dil uyarlamasında hem iç tutarlılık hem de test-tekrar test güvenirlik katsayıları sırasıyla .62 ile .92 ve .60 ile .84 arasında değişmiştir. Bu çalışma için iç tutarlılık katsayısı .68 ile .90 arasında değişmektedir.

2.4.2 Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Zimet, Powell, Farley, Werk-man ve Berkoff (1990) tarafından geliştirilmiş olup, Türkçeye uyarlama çalışması Eker, Akar ve Yaldız (2001) tarafından yapılmıştır. Toplam 12 maddeden oluşan ölçeğin aile, arkadaş ve özel kişi desteği olmak üzere her biri dörder maddelik üç alt faktörü bulunmaktadır. Her bir alt ölçekten hesaplanan en düşük puan 4, en yüksek puan ise 28'dir. Ölçeğin tamamından hesaplanan toplam puan ise en düşük 12, en yüksek 84'tür. Ölçekten alınan yüksek puanlar algılanan sosyal

desteğin yüksekliğini göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirliğinin .78 ile .92 arasında olduğu belirlenmiştir (Eker, Akar ve Yaldız, 2001). Bu araştırmada elde edilen Cronbach alfa katsayı değerleri alt ölçekler için .80 ile .93 arasında olup, tüm maddeler için .87 olarak bulunmuştur.

2.4.3 Genel Aidiyet Ölçeği

Malone ve arkadaşları (2012) tarafından geliştirilen ölçek Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Duru (2015) tarafından yapılmıştır. Ölçek 12 maddelik bir öz bildirim ölçümüdür ve iki faktörden oluşur; kabul/dahil olma ve reddetme/dışlama). Her bir madde yedili Likert ölçeğine göre değerlendirilmiştir (1=kesinlikle katılmıyorum 7 = kesinlikle katılıyorum). Yapılan açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizlerinin ölçeğin iki faktörlü yapısını doğruladığı ifade edilmiştir. Toplam puanlar 12 ile 84 arasında değişmektedir. Yüksek puanlar genel aidiyete güçlü bir eğilimi göstermektedir. Orijinal versiyonun Cronbach α katsayısı .94.

2.4.4 Sosyal Güven ve Memnuiyet Ölçeği

Gilbert ve arkadaşları tarafından geliştirilen (2009) ölçeğin Türkçe uyarlaması Akın ve arkadaşları (2012) tarafından yapılmıştır. Beşli Likert ölçeğinde (0=neredeyse hiçbir zaman, 4=neredeyse her zaman) değerlendirilen 11 maddeden (örneğin, "İlişkilerimde kendimi mutlu hissediyorum") oluşmaktadır. Toplam puan 0 ila 44 arasında değişebilir. Daha yüksek puanlar daha fazla sosyal güvenliğe işaret etmektedir. Orijinal formun Cronbach α katsayısı .92'dir. İç tutarlılık güvenilirlik katsayısı Türkçe formun Cronbach α değeri .82'dir. Mevcut çalışmada, Cronbach α katsayısı .88 olarak bulunmuştur.

2.4.5 Umut Ölçeği

Snyder ve arkadaşları (1991) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlaması Akman ve Korkut tarafından yapılmıştır. 12 maddelik ölçek amaca götüren yollar planlama ve amaca ilişkin motivasyondan oluşan iki faktörlü bir yapıya sahiptir. Türkçe 'ye uyarlama çalışmasında tek boyutlu bir yapı gösterdiği bulunmuştur. Maddelerin dördü umutla ilgisi olmayan doldurucu (filler) ifadelerden oluşmaktadır. Güvenirlik çalışmasında iç tutarlılığı .65 olarak bulunmuştur. Test-tekrar-test güvenilirliği ise .66 olarak hesaplanmıştır (Akman ve Korkut, 1993).

2.5 Verilerin Analizi

Veriler korelasyon ve regresyon analizi kullanılarak incelenmiştir. Araştırma modeli LISREL (Jöreskog ve Sorbom, 1993) programıyla yapısal eşitlik modeli (YEM) kullanarak regresyon analiz yapılmıştır. YEM gözlenen ya da gizil değişkenler kullanılarak bu değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesini fırsat veren bir tekniktir. Hem ölçüm modelinde hem de yapısal model hata terimlerini içerir. Ölçüm modelindeki hata terimleri, ölçüm hatalarını temsil ederken, yapısal modeldeki hata terimleri, gözlemlenen değişkenlerdeki açıklanamayan varyansı temsil eder. Bu hata terimleri, modellerin ne kadar doğru olduğunu anlamamıza yardımcı olur (Kline, 2015). YEM kullanılarak yapılan regresyon analizinden önce araştırmanın ölçme modeli test edilmiştir.

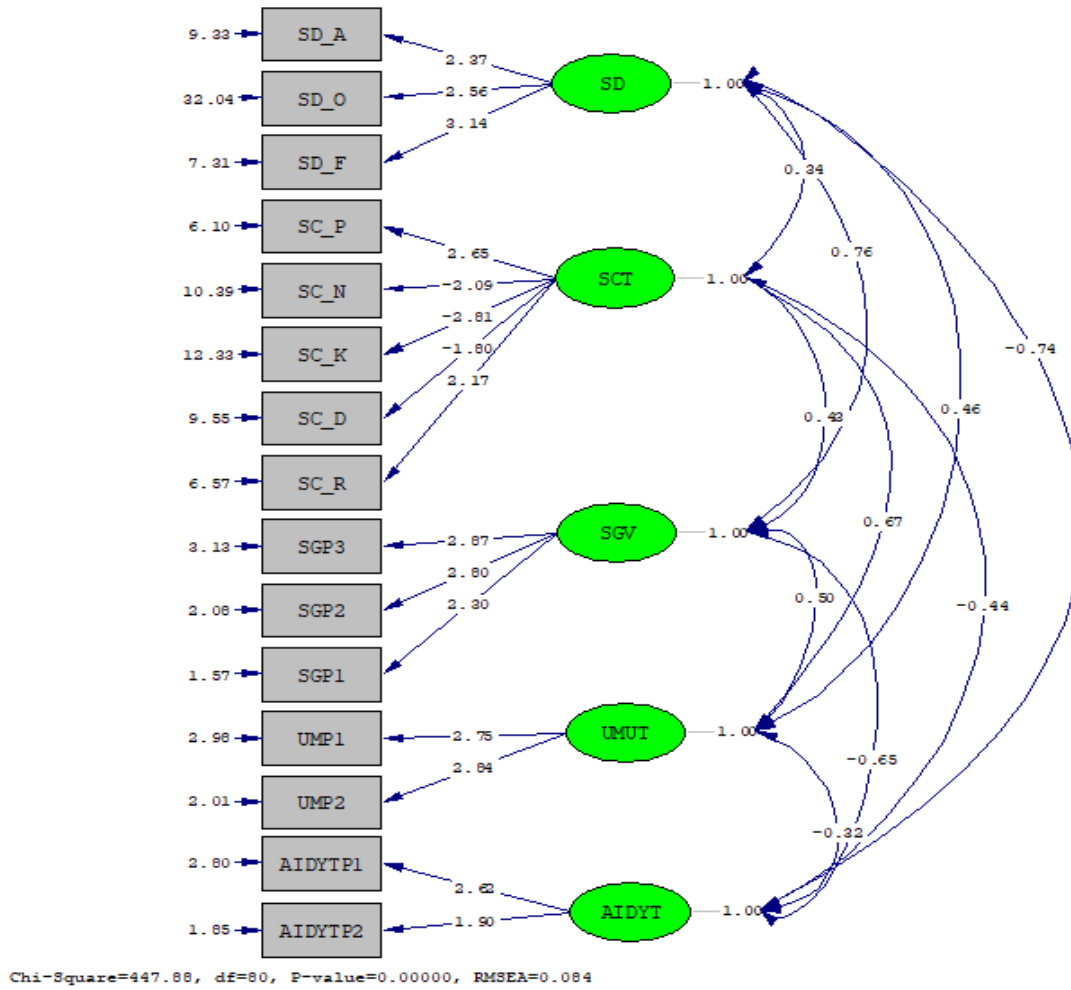
3. BULGULAR

Yapısal eşitlik modeli (YEM) kullanılarak yapılan regresyon analizi sonuçları araştırmada kullanılan tüm değişkenlerin açıklama gücü incelenmiştir. Karmaşık ilişkileri ve latent değişkenleri içeren modelleri analiz etmek için kullanılan yapısal eşitli modelleri için model uyum indeksleri (CFI, TLI, RMSEA, SRMR vb.) kullanılarak modelin veri ile ne kadar iyi uyum sağladığı değerlendirilmektedir. Bu çalışmada elde sonuçlar uyum değerleri ve standartlaştırılmış regresyon ağırlıkları (standardize solution) dikkate alınarak raporlandırılmıştır. Standartlaştırılmış regresyon ağırlıkları aslında standardize edilmiş regresyon katsayısıdır.

İlk aşamada ölçme modeli test edilmiştir. Ölçme modeli, değişkenlerin ne kadar güvenilir ve geçerli ölçüldüğünü gösterir, gözlenen değişkenlerin (ölçümler) latent (gizli) değişkenler ile ilişkisinin tanımlar. Ölçme modelinin doğruluğu, yapısal modeldeki yol katsayılarının doğru yorumlanmasına imkân sağlamaktadır. Ölçme modelinin ürettiği standartlaştırılmış regresyon değerleri Şekil 1 de sunulmuştur

Şekil 1.

Ölçme modeli sonuçları



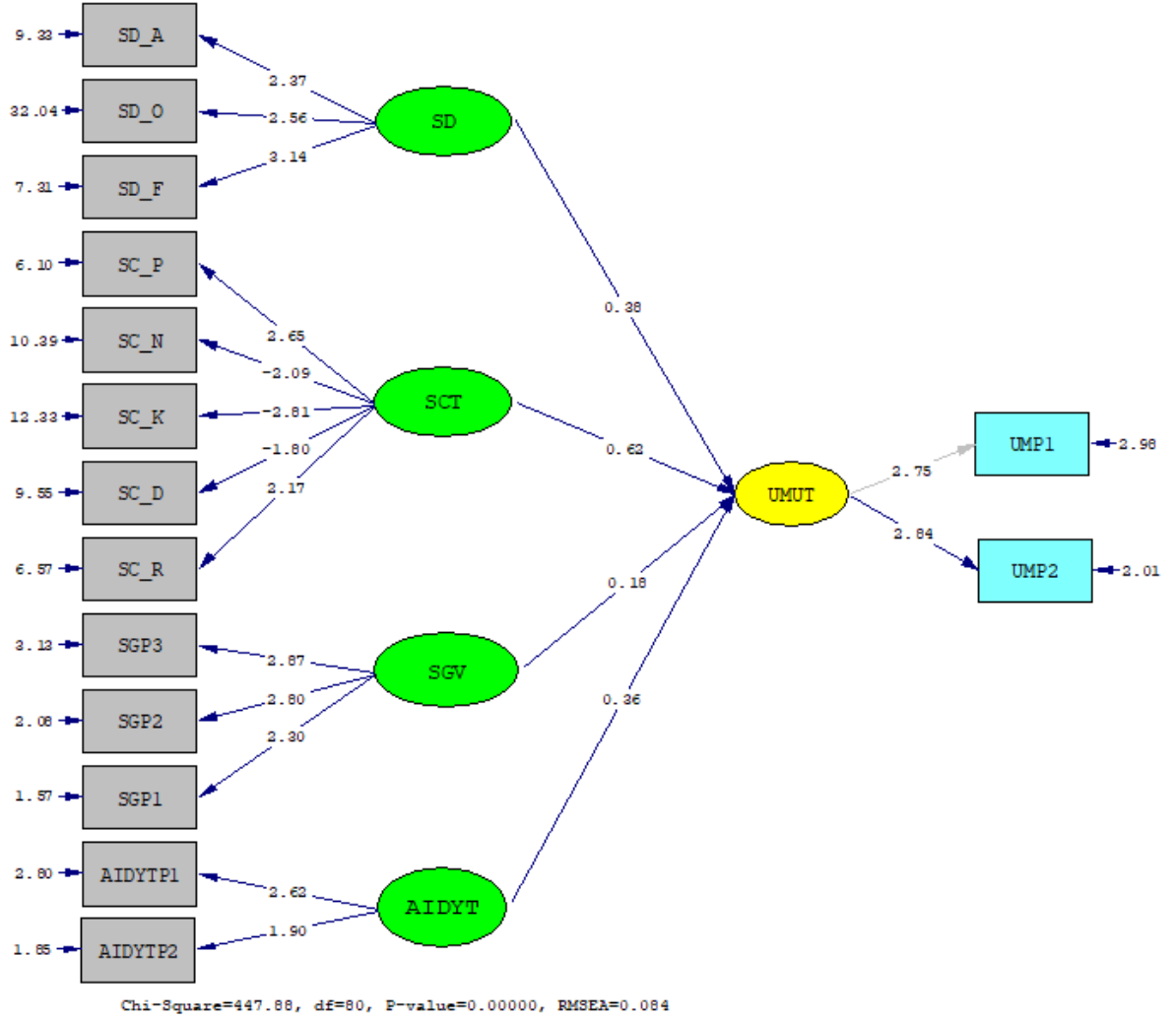
Ölçüm modeli verilere iyi bir uyum sağlamıştır, $\chi^2(80, N=783) = 447.88$; GFI=0.92; CFI=.96; SRMR=0.051; RMSEA=0.084 (RMSEA=0.77-0.092 için %90 güven aralığı). Ölçülen değişkenlerin gizil değişkenler üzerindeki tüm yükleri büyük ve istatistiksel olarak anlamlıdır (standartlaştırılmış değerler 0,69 ila 0,98 arasında değişmektedir).

İkinci aşamada YEM kullanılarak regresyon analizi yapılmıştır. Bu analiz bir bağımlı değişkenin birden fazla bağımsız değişkenle açıklanması (çoklu regresyon) YEM modellenmiştir. Bu analiz, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkilerini eş zamanlı olarak değerlendirmeye fırsat vermektedir. Ayrıca latent değişkenler kullanarak, soyut kavramların daha doğru bir şekilde modellenmesini ve bu kavramların gözlenen değişkenlerle

ilişkilerinin değerlendirilmesini sağlamaktadır. Regresyon analizi ile elde edilen değerler Şekil 2 de sunulmuştur.

Şekil 2.

YEM ile regresyon sonuçları



Model verilere iyi bir uyum sağladığı belirlenmişti; $\chi^2 (80, N= 783) = 447.88$, $p=0.05$; GFI=0.92; CFI=0.96; SRMR=0.051; RMSEA=0.084 (RMSEA=0.072-0.092 için %90 güven aralığı). Ölçülen değişkenlerin gizil değişkenler üzerindeki tüm yükleri büyük ve istatistiksel olarak anlamlıdır (standartlaştırılmış değerler 0,18 ila 0,62 arasında değişmektedir. Sonuçlar ölçme modelinin iyi çalıştığını, modelin teorik yapılarla uyumlu olduğunu ve güvenilir sonuçlar verdiğini göstermektedir.

4. SONUÇ

Sonuçlar, üniversite öğrencilerinin sosyal sorun çözme becerilerinin onların umut düzeyleriyle sosyal destek, sosyal güvenlik ve aidiyete oranla daha ilişkili olduğunu göstermektedir. Diğer bir ifadeyle kişisel bir kaynak olan sorun çözmenin sosyal kaynak olan diğer değişkenlerden daha güçlü yordayıcı olduğu bulunmuştur.

Bulgular, gençlerin umutlu hissetmelerinin sadece sosyal destek kaynaklarıyla ilişkili olmadığını, bireysel bağlamda sorun çözme becerilerini geliştirmelerinin önemli olduğunu göstermektedir. Gençlerin günlük yaşamlarında karşılaştıkları zorlukları etkili bir şekilde çözebilmeleri, umut düzeyleriyle ilişkilidir. Sonuç olarak, sosyal becerilerin umut üzerinde sosyal destekten daha etkili olmasının nedenleri, bireylerin kendi kapasitelerini güçlendirme ve içsel kaynaklarına dayanma yetenekleriyle ilgilidir. Bu beceriler, bireyin sosyal zorluklarla aktif bir şekilde başa çıkmasına, kendine güvenin artırmasına, kontrol ve etkinlik hissi geliştirmesine yardımcı olmaktadır. Sorun çözebilmenin, bireyin kendi yaşamında ve ilişkilerinde etkili olduğunu hissetmesini sağlayarak umudu artırdığı düşünülmektedir.

Araştırma; öğrencilerin içinde bulundukları sosyal bağlama ne kadar ait hissettikleri, bu bağlamda kendilerini ne kadar güvende hissettikleri ve bu bağlamın özelliklerinden ne kadar memnun oldukları ve umut düzeyleriyle ilişkili bulunmuştur. Sosyal destek ve güvenlik algısı, gençlerin çevrelerindeki dünyaya güven duymalarını ve geleceklerinden umutlu olmalarını yordamaktadır. Bu sonuç üniversite öğrencilerinin içinde yaşadıkları aile ve toplumsal bağlamda sosyal destek, güven ve aidiyet ihtiyaçlarının desteklenmesinin önemini ortaya koymaktadır.

5. ÖNERİLER

Öğrencilerin umut düzeylerini artırmak için olumlu bir öğrenme ortamı oluşturmanın, öğrencilerin hedefler belirlemesini ve bu hedeflere ulaşmak için stratejiler geliştirmelerinin teşvik edilmesinin, çabalarının takdir edilerek motivasyonlarının desteklenmesinin önemli olduğu görülmektedir. Öğrencilere düzenli geri bildirim vermek ve yönlendirme sağlamak önemlidir. Çünkü performanslarına dayalı olarak nesnel ve yapıcı geri bildirimler gelişme motivasyonlarını ve kendilerine olan güvenlerini pekiştirecektir.

Sorun çözme becerisinin öğrencilerin umudu üzerindeki açıklayıcı gücü sorun çöme becerilerini üniversite yıllarında desteklenmesinin önemini ortaya koymaktadır. Bu kapsamda

eğitim sürecini yapılandırırken gerçek hayattan örnekler kullanarak sorun çözme becerilerini desteklemek, rasyonel ve gerçekçi düşünme alışkanlıklarını katkı sunacak şekilde eğitsel planlamalar yapmak sorun çözmeye yönelik tutumlarının daha sağlıklı hale gelmesine katkı sağlayacaktır.

Grup çalışmaları ve işbirlikçi öğrenme ortamlarının sorun çözme becerilerinin gelişmesine etkisi bilinmektedir. Bu tür eğitsel ortamlar oluşturarak öğrencilerin diğer öğrencilerle etkileşim kurarak ve birlikte çalışarak bu becerilerin geliştirilmesinin teşvik edilmesi sorun çözme becerilerini ve beraberinde de umut düzeylerini olumlu etkileyecektir.

Eğitim kurumunda pozitif bir iklim yaratmanın sadece öğrenme açısından değil öğrencilerin kendilerini güvende ve desteklenmiş hissettikleri açısından da işlevsel olduğu bilinmektedir. İyi ilişki kurmayı başarabilen gençlerin sosyal desteklerinin de iyi olduğu bilgisi dikkate alınarak öğrencilerle açık, samimi ve destekleyici bir ilişki kurulmasının başlı başına bir sosyal destek unsuru olduğu unutulmamalıdır.

6. SINIRLILIKLAR

Araştırma verilerinin bir kısmının öğrencilerin sınavları öncesi toplanmış olması bir sınırlılık teşkil etmektedir. Ayrıca öz bildirim yöntemi kullanılması ve tek zamanlı olması sınırlılıktır. Üniversite gençliğinin umut düzeylerinin tekrarlayıcı çalışmalar incelenmesinin hem araştırmacı hem de uygulamacıların zamana bağlı değişimi görmelerini sağlaması açısından önemlidir. Tek bir oturumda kullanılan ölçek sayısının çok olması ve kullanılan ölçeklerin benzerliği öğrencilerin ölçeklere yakın cevap verme eğilimini arttırarak ortak metot varyansına yol açma riski taşımaktadır.

KAYNAKLAR

- Akin, A., Uysal, R., & Temel, N. Ç. İ. (2013). Sosyal Güvende Hissetme ve Memnuniyet Ölçeğinin Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(1), 34–40.
- Akman, Y & Korkut, F. (1993). Umut ölçeği üzerine bir çalışma. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 9, 193-202.
- Ayim Gyekye, S., & Salminen, S. (2007). Workplace safety perceptions and perceived organizational support: Do supportive perceptions influence safety perceptions? *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics*, 13(2), 189-200.
- Duru, E. (2015). Genel Aidiyet Ölçeğinin Psikometrik Özellikleri: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2015(44), 37–47.
- D'zurilla, T. J., Nezu, A. M., & Maydeu-Olivares, A. (2004). *Social problem solving: theory and assessment*.
- Eker, D., Arkar, H., & Yıldız, H. (2001). Factorial structure, validity, and reliability of revised form of the multidimensional scale of perceived social support. *Turkish Journal of Psychiatry*, 12(1), 17–25.
- Eskin, M., & Aycan, Z. (2009). The adaptation of the revised social problem solving inventory into Turkish: A reliability and validity analysis. *Turkish Journal of Psychology*, 12(23), 11–13.
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1993). LISREL 8: Structural equation modeling with the SIMPLIS command language. Scientific Software International Inc, Chicago.
- Kline, R. B. (2015). Principles and practice of structural equation modeling. Guilford Publications.
- Liu, S., Xiao, W., Fang, C., Zhang, X., & Lin, J. (2020). Social support, belongingness, and value co-creation behaviors in online health communities. *Telematics and Informatics*, 50, 101398.
- Quamma, J. P., & Greenberg, M. T. (1994). Children's experience of life stress: The role of family social support and social problem-solving skills as protective factors. *Journal of Clinical Child Psychology*, 23(3), 295-305.
- Staats, S. (1987). “Hope: Expected positive affect in adult sample”. *Journal of Genetic Psychology*, 148(3), 357-365.

Şahin, M., Aydın, B., Sarı, S.V., Sezen, K, Pala, H. (2012). Öznel İyi Oluşu Açıklamada Umut ve Yaşamda Anlamların Rolü. *Kastamonu Education Journal* 20(3), 827-836.