

## KAYNAKÇA

BÖLÜKBAŞI Rıza Tefrik, *Talebe Defteri*, nr.16, 19 Kânun-ı evvel, 1329, s.266-268. Talebe Defteri, nr.17, 2 Kânun-ı sâni 1329, s.281-283. Çocuk Dünyası 1, nr. 47, 30 Kânun-ı sâni 1329, s. 3 -7

ÇOCUK DÜNYASI 2, "Analara Babalara", nr.1, 14 Mart 1329, s.1-2  
GÜREL Zeki – Tacettin Şimşek, "Çocuk Edebiyatı Üzerine Bir Bibliyografya Denemesi", *Hece – Çocuk Edebiyatı Özel Sayısı*, Ankara 2005, s.549-656

OKAY Cüneyd, *Eski Harfli Çocuk Dergileri*, Kitabevi, İstanbul 1999, 232 S.

UÇMAN Abdullah. (2000). *Rızâ Tefrik'in Sanat ve Estetikle İlgili Yazıları*, İstanbul 2000, 232 S.

ÜNAYDIN Ruşen Eşref. (1985). *Diyorlar ki, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları*, Haz.Şemseddin Kutlu, Ankara 1985, 350 S.

## ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE UMUTSUZLUK BAŞAÇIKMA TARZLARI VE PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ

Yrd.Doç.Dr. Hikmet YAZICI  
KTÜ Fatih Eğitim Fakültesi, EBB, PDR Programı

### ÖZET

Bu çalışmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri, başa çıkma tarzları ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışmaya 345 öğrenci (kız =202, erkek = 143) katılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular; bireylerin umut düzeyi, başa çıkma tarzları ve problem çözme becerileri arasında negatif ya da pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu göstermektedir. Bunun yanında araştırmada bağımlı değişken olarak belirlenen başa çıkma tarzlarından; aktif planlama, dine sığınma ve duygusal kaçmanın diğer bağımsız değişkenlerce yordandığı belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Umut, problem çözme, başa çıkma.

### ABSTRACT

The main aim of this study is to investigate the relationships between university students' hopelessness levels, coping behaviours and problem-solving skills. 345 students participated in the study (202 female, 143 male). Findings show that there are significant relationships, either positive or negative, among individuals' hopelessness levels, coping behaviour and problem-solving. Besides, it is determined that coping modes, such as active planning, devoting himself/herself to religion and emotional escape, specified as independent variables are elaborated regarding other independent variables.

**Key Words:** Hope, problem solving, coping.

## GİRİŞ

Umudun, başarı duygusundan kaynaklanan bilişsel bir yapıdır. Bu yapı; (a) amaca dönük kontrol (agency) ve (b) amaca ulaşma yollarının planlanması (pathways) şeklinde tanımlanmaktadır (Snyder ve diğ., 1991). Bireylerdeki umut yapısı, yaşama ilişkin değerlendirme ve yükleme biçimlerine bağlı olarak şekillenir. Değerlendirme ve yükleme biçimleri ile yaşam olayları arasında ilişki vardır. Bireyler yükleme biçimlerini olumlu yaşam deneyimlerine bağlı olarak geliştirirlerse, yaşadıkları umutsuzluğu giderebilirler (Needles & Abramson, 1990).

Snyder ve arkadaşları (1997) umut düzeyinin, bireylerin yaşam amaçlarını belirlemede etkili olduğunu vurgulamışlardır. Bu bağlamda, umut düzeyi yüksek olan çocuk ve yetişkinlerin daha zor amaçlar seçtikleri ve seçilen amaçların sayı olarak fazla olduğu söylenebilir. Oldukça cesaret gerektiren bu tür seçimlerin bireyler tarafından ağır sorumluluğa neden olan durumlar olarak algılanması da söz konusudur.

Bireylerin umut yapısı sadece sahip oldukları yükleme biçimleriyle ilişkili değildir. Yapılan araştırmalarda umut düzeyi ile problem çözme becerileri arasında olumlu yönde ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Herth, 1990). Problem çözme becerileri amaca dönük olarak dört önemli yapıyı içermektedir. Bunlar; (a) problemin tanımlanması ve formülasyonu, (b) alternatif çözümlerin üretilmesi, (c) karar verme ve (d) çözümü sürdürme ve sonuçlandırma (D'Zurilla & Nezu, 1990). Farklı problem çözme teorilerinin yanı sıra, umut teorisi de bireylerin seçilen amaca ulaşmaya dönük kararlılığına ilişkin motivasyonel düşünce yapısını vurgular (Snyder ve diğ., 2000). Umudun problem çözme becerileri arasındaki ilişki, sadece amaca dönük olarak işlev gören bazı bilişsel süreçlerle sınırlı değildir. Bunun yanında umut ile farklı tarzlardaki problem çözme becerileri arasında da ilişki vardır. Bu ilişki hem akademik problem çözme sürecinde hem de kişiler arası problemleri çözme sürecinde görülebilir. Öğrenciler üzerinde yapılan bir araştırmada, iyimserlik düzeyi ile sınıf performansı arasında olumlu yönde bir ilişki bulunmuştur (Lee, Ashford, & Jamieson, 1993). Umudun yüksek olan bireylerin akademik performansları da yüksektir ((Snyder ve diğ., 2002). Umudun, bu süreçte öğrenmeye dönük oryantasyonu etkilemekte ve görev performansını arttırmaktadır (Peterson, Gerhardt, & Rode, 2006). Umudun, problem çözme sürecinde önemli değişkenler olarak kabul edilen kendine güven, öz saygı, zamanı etkin kullanma gibi faktörler ile de anlamlı ilişki sergilemektedir (Curry ve diğ., 1997). Umudun yüksek olan bireyler okula daha iyi uyum sağlarken aynı zamanda daha doyumsuz bir yaşam sürdürmektedirler (Gilman..). Bu bireylerin iç ve dış problem kaynakları daha azdır (Hagen, Myers, & Mackintosh, 2005).

Umudun, aktif girişken tarz ile algılanan işlevsel beceri arasında etkili bir role sahiptir (Jackson ve diğ., 1998). Bu süreçte umut düzeyi yüksek olan bireylerin girişkenlik özellikleri yanında, kişiler arası ilişkilerde ortaya çıkan problemleri çözmeye ilişkin işlevsellikleri de artar.

Umudun ilişkili olduğu diğer bir değişken başa çıkma tarzıdır. Mücadeleci, iyimser, destekleyici ve kendine güvene dayalı başa çıkma tarzlarının yapısı ile umut düzeyi arasında ilişki vardır (Herth, 1990). Yüksek düzeydeki umutluluğa bağlı olarak bireylerin, uyumlu başa çıkma tarzlarının kullandıkları görülmüştür (Irving, Telfer, & Blake, 1997). Bu açıdan bakıldığında iyimserlerin problem odaklı, kötümserlerin ise duygu odaklı başa çıkma tarzlarını seçtikleri belirlenmiştir (Strutton & Lumpkin, 1993). Öğrenciler üzerinde yapılan bir araştırmada iyimser nitelikteki öğrencilerin akademik sorunlarla baş etme sürecinde olumlu ve uyumlu başa çıkma tarzlarını kullandıkları görülmüştür (Lai & Wan, 1996). Aktif başa çıkma, destekleyici başa çıkma, gibi başa çıkma tarzları yüksek düzeyde kullanıldığında, bireylerin umut düzeyleri artar ve yaşadıkları anksiyete azalır (Lewis & Kliewer, 1996).

Umudun, problem çözme becerileri ve başa çıkma tarzları ile ilişkisinin yanında, üzerinde durulması gereken diğer bir konu, problem çözme becerileri ile başa çıkma tarzları arasındaki ilişkidir. Genel problem çözme becerisi, yaşam problemleri ile olumsuz yönde ilişkili bulunurken, sosyal problem çözme becerisi ile yaşanacak psikolojik stres arasında da olumsuz bir ilişki vardır (D'Zurilla & Sheedey, 1991). Bireyler hem yaşam problemleri ile hem de yaşanan psikolojik stresle mücadele etmek için farklı başa çıkma tarzları kullanırlar. Bu başa çıkma tarzları farklı şekillerde adlandırılabilir. Endler ve Parker (1990) başa çıkma tarzlarının görev, duygu ve kaçınma oryantasyonlu olduğunu vurgulamışlardır.

Bireylerin etkili problem çözme becerilerine ilişkin beklentileri stres durumlarıyla başarılı bir şekilde baş etme ya da edememe durumlarını etkiler (Nezu & Perri, 1989). Bunun yanında, etkili problem çözme becerisi ile olumlu ya da olumsuz başa çıkma tarzlarını kullanma durumları, problem çözmeye ilişkin değerlendirme etkiler (Larson, ve diğ., 1990).

Problem çözme bir başa çıkma tarzı olarak da kullanılmaktadır. Bu başa çıkma tarzı doğrudan eyleme geçme stratejisi olarak da tanımlanabilir (Amirkhan, 1990). Bu tür başa çıkma tarzı, kaçınma ve geri çekilme ile birlikte, çatışma durumlarında kullanılır. Orta ve ileri yaştaki bireyler her türlü çatışma durumunda problem çözmeyi bir başa çıkma tarzı olarak kullanmaya eğilimlidirler. Bu açıdan problem çözme etkinliklerine katılan bireyler daha nitelikli karar verme becerisi geliştirirler (Gawthrop & Uhlemann, 1992).

Bu çalışmayla umutsuzluk, başa çıkma ve problem çözme becerileri arasındaki ilişki ele alınmaktadır. Daha önceki çalışmalarda genelde umut-başa çıkma, umut-problem çözme, ya da problem çözme-başa çıkma ilişkisi incelenmiştir. Bu çalışma bu üç değişkenle, alt ölçekleri arasındaki ilişkiyi kuramsal ve araştırma sonuçlarından elde edilen sonuçlara dayalı olarak incelemek amacıyla yapılmaktadır.

## YÖNTEM

### Araştırma Grubu

Bu araştırmaya 345 üniversite öğrencisi katılmıştır (202 kız ve 143 erkek). Öğrencilerin yaş ortalaması 21'dir. Bu öğrenciler sosyo-ekonomik gelir düzeylerini çok düşük (n = 3), düşük (n = 24), orta (n = 297) ve yüksek (n = 21) olarak belirtmişlerdir.

### Ölçümler

#### Problem Çözme Envanteri

Özgün adı "Problem Solving Inventory, Form-A (PSI-A) olan ölçek, Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkiye uyarlaması Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından yapılmıştır. 244 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Yarıya bölme tekniği ile elde edilen güvenilirlik katsayısı ise  $r=.81$  dir (Savaşır, Şahin, 1997).

#### Beck Umutsuzluk Ölçeği

20 maddeden ve özgün adı "Hopelessness Scale (HS) olan bu envanter Beck, Lester ve Trexler (1974) tarafından geliştirilmiştir. Türkiye uyarlaması ise Seber (1991) ve Durak (1993) tarafından yapılmıştır. Uyarlama çalışmaları sırasında 37 depresif hasta üzerinden saptanan Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .86 olarak belirlenmiştir. Normal grup ve psikiyatrik hastalar üzere toplam 373 kişilik bir örneklem grubu üzerinden hesaplanan Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı ise .85 olarak bulunmuştur.

#### Stresle Başa Çıkma Tutumları Ölçeği

Türkçe uyarlaması/geliştirmesi yapılan testin orijinali yine Özbay (1993) tarafından Amerika Birleşik Devletlerinde üniversitede okuyan yabancı öğrencilere yönelik geliştirilmiş olan 56 maddelik Stresle Başa Çıkma Yolları Ölçeğidir. Şahin ve Durak (1995) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği, ölçüt olarak alınmıştır. S.B.T.Ö. ile S.B.T.E. arasında genel olarak .54 ( $p<.001$ ) gibi bir ilişki bulunmuştur. Güvenirlik hesaplamaları Cronbach Alpha ( $\alpha$ ) iç tutarlılık yöntemiyle hesaplanmıştır. Genel ve alt ölçekler için belirlenen güvenilirlik katsayıları .56 ile .89 arasındadır. Testin genel güvenilirlik katsayısı ( $\alpha$ ) .81 olarak hesaplanmıştır.

## BULGULAR

Bu araştırmada kuramsal yapı dikkate alınarak başa çıkma tarzları bağımlı değişkenler olarak belirlenmiştir. Bu kapsamda hiyerarşik regresyon analizi yapılırken değişkenler arasındaki ilişkiyel yapı dikkate alınarak aktif planlama (APL), dine sığınma (DS) ve duygusal kaçma (DK) değişkenleri bağımlı değişken olarak seçilmiş ve model eşitliği oluşturulmuştur. Bu değişkenlerden APL aktif, DS ve DK pasif başa çıkma tarzlarıyla ilgili değişkenlerdir.

Model eşitliğine birinci aşamada YAŞ, CİN ve SED girilmiştir. Bu değişkenlerden hiçbirisi APL'yi yordayıcı nitelikte bulunmamıştır. İkinci aşamada umutsuzluk değişkeni APL'yi yordayıcı nitelikte bulunmuştur,  $\Delta R^2 = .04$ ,  $F(3,331) = 3.98$ ,  $p<.01$ . Bu aşamada MK'nın özgün katkısı  $\beta = -.22$  dir. Modele üçüncü aşamada girilen problem çözme becerileri de APL'yi yordayıcı nitelikte bulunmuştur,  $\Delta R^2 = .25$ ,  $F(6,323) = 18.70$ ,  $p<.001$ . Bu aşamada KY,  $\beta = -.15$ , DEY,  $\beta = -.19$ , PY,  $\beta = -.15$ 'lik bir özgün katkıya sahiptir.

Tablo 1. Aktif Planlamayı Yordayıcı Değişkenlere İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizinin Özeti

Değişkenler	B	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$	df	F
1. Aşama			.01	.01	3,334	1.20
YAS	.03	.10				
CİN	-.01	-.01				
SED	.04	.03				
2. Aşama			.05	.04	3,331	3.98**
MK	-.43	-.22*				
UM	-.09	-.05				
GİDB	-.01	-.01				
3. Aşama			.29	.25	6,323	18.70***
AYK	.03	.03				
DÜY	-.05	-.08				
KAY	-.09	-.15**				
DEY	-.11	-.19**				
KGY	-.07	-.12				
PLY	-.09	-.15*				

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$

MK: Motivasyon Kaybı, UM: Umud, GİDB: Geleceğe İlişkin Duygu ve Beklentiler, DİNS: Dine Sığınma, DİSY: Dış Yardım Arama, AKPL: Aktif Planlama, DUK: Duygusal Kaçma, BKK: Biyokimyasal Kaçma, KBY: Kabul Bilişsel Yeniden Yapılandırma, AYK: Aceleci Yaklaşım, DÜY: Düşünen Yaklaşım, KAY: Kaçınan Yaklaşım, DEY: Değerlendirici Yaklaşım, KGY: Kendine Güvenli Yaklaşım, PLY: Planlı Yaklaşım.

DS'nin bağımlı değişken olduğu bu modelde eşitliğe ilk olarak YAŞ, CİN ve SED girilmiş ve bunların DS'yi yordayıcı nitelikte olmadığı görülmüştür. İkinci aşamada umutsuzluk girilmiş ve bu değişkenin DS'yi yordayıcı nitelikte olduğu görülmüştür,  $\Delta R^2 = .06$ ,  $F(3,329) = 7.37$ ,  $p<.001$ . Umutsuzluk ölçeğinden UM'un özgün katkısı'nda,  $\beta = .27$  olarak bulunmuştur. Modele üçüncü aşamada problem çözme becerileri girilmiş ve DS'yi yordayıcı nitelikte bulunmuştur,  $\Delta R^2 = .07$ ,  $F(6,323) = 4.32$ ,  $p<.001$ . Problem çözme becerileri aşamasında DEY' in özgün katkısı,  $\beta = -.28$ , KGY'nin özgün katkısı ise  $\beta = .14$ 'dür.

**Tablo 2. Dine Sığınmayı Yordayıcı Değişkenlere İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizinin Özeti**

Değişkenler	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	df	F
1. Aşama			.01	.01	3,332	1.20
YAS	-.04	-.08				
CIN	.08	.04				
SED	.15	.06				
2. Aşama			.07	.06	3,329	7.37***
MK	.05	.02				
UM	.78	.27**				
GIDB	.01	.01				
3. Aşama			.14	.07	6,323	4.32***
AYK	.17	.11				
DÜY	-.04	-.04				
KAY	.04	.04				
DEY	-.27	-.28***				
KGY	.14	.14*				
PLY	.06	.07				

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

Tablo 3'de yordanan değişken DK'dır. Model eşitliğine ilk olarak girilen YAŞ, CIN ve SED DUK'u yordamada anlamlı bulunmuştur,  $\Delta R^2 = .05$ ,  $F(3,334) = 6.79$ ,  $p<.001$ . Bu aşamada CIN'in özgün katkısı,  $\beta = .24^*$  dir. Modele ikinci aşamada umutsuzluk faktörü girilmiş ve bu faktörün de DK'ı yordayıcı nitelikte olduğu görülmüştür,  $\Delta R^2 = .03$ ,  $F(3,331) = 3.91$ ,  $p<.01$ . Umutsuzluk faktörünün alt ölçeklerinden MK'nın özgün katkısı,  $\beta = .20$ , UM'un özgün katkısı  $\beta = .25$  ve GIDB'in özgün katkısı,  $\beta = .11^*$  dir. Üçüncü aşamada girilen problem çözme becerileri de DUK'ı yordayıcı niteliktedir,  $\Delta R^2 = .05$ ,  $F(6,325) = 3.48$ ,  $p<.01$ . Bu aşamada AYK'nın özgün katkısı,  $\beta = .16$ , DEY'in özgün katkısı,  $\beta = .17$  dir.

**Tablo 3. Duygusal Kaçmayı Yordayıcı Değişkenlere İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizinin Özeti**

Değişkenler	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	df	F
1. Aşama			.06	.05	3,334	6.79***
YAS	.01	.01				
CIN	-.30	-.24***				
SED	.03	.02				
2. Aşama			.09	.03	3,331	3.91**
MK	.42	.20*				
UM	.48	.25***				
GIDB	-.18	-.11*				
3. Aşama			.14	.05	6,325	3.48**
AYK	.15	.16**				
DÜY	.09	.14				
KAY	.01	.01				
DEY	-.11	-.17**				
KGY	.01	.01				
PLY	.01	.01				

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

Tablo 4' de öğrencilerin cinsiyeti faktörüne bağlı farklılıklar araştırılmıştır. Cinsiyet dayalı farklılığın üç değişkene ilişkin olarak ortaya çıktığı görülmektedir. Bunlardan bir tanesi DK'dır. Kız öğrencilerin DK'yı kullanması ile erkek öğrencilerin kullanması arasındaki fark, kızların bu başa çıkma tarzını daha yüksek düzeyde kullanmasından kaynaklanmaktadır  $t(344) = 4.54$ ,  $p<.001$ . BKK'ı kullanma açısından da kız ve erkekler arasında anlamlı düzeyde fark vardır  $t(344) = -2.14$ ,  $p<.05$ . Bu fark erkeklerin BKK'den daha yüksek puan almasından kaynaklanmaktadır. Kız öğrencilerle erkek öğrencilerin DEY tarzları arasında da farklılıklar vardır  $t(344) = -2.00$ ,  $p<.05$ . Bu fark da erkeklerin DEY daha çok kullanmasından kaynaklanmaktadır.

**Tablo 4. Umutsuzluk, Başa Çıkma ve Problem Çözme Becerilerinde Cinsiyete Dayalı Grup Farklılıkları**

Değişken	Cinsiyet Grubu				t	p
	Kız Ort	Ss	Ort	Erkek Ss		
Umut						
MK	.31	.29	.32	.31	-.39	.698
UM	.65	.32	.70	.33	-1.37	.171
GIDB	.45	.15	.50	.53	-1.07	.286
Başa Çıkma						
DINS	2.05	.92	2.08	.01	-.21	.830
DISY	2.46	.68	2.42	.68	.54	.588
AKP	2.71	.58	2.75	.59	-.53	.597
DUK	1.84	.60	1.54	.62	4.54	<.000
BKK	.42	.52	.56	.65	-2.14	<.033
KBYY	2.10	.61	2.11	.64	-.23	.820
Problem Çözme						
AYK	2.91	.71	2.94	.62	-.47	.640
DÜY	2.45	.94	2.43	.01	.21	.832
KAY	2.29	.91	2.29	.99	.04	.967
DEY	2.50	.96	2.71	.02	-2.00	<.046
KGY	2.53	.94	2.47	.98	.62	.533
PLY	2.56	.95	2.50	1.03	.56	.573

Not: Kız öğrenciler, n = 201. Erkek öğrenciler, n = 143

## TARTIŞMA

Araştırmanın sonuçları; umutsuzluk, başa çıkma ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi ortaya koymuştur. Bu değişkenler arasındaki ilişki yapısı hem kuramsal çalışmalarla hem de araştırma sonuçlarıyla uygunluk göstermektedir (Herth, 1990). Araştırma sonuçları DS gibi pasif bir başa çıkma tarzı ile umutsuzluğun arasında ilişki olduğunu göstermiştir. Bu durum bireylerin umutsuzluk durumlarıyla başa çıkma sürecinde, dinsel duyguların önemli bir role sahip olduğunu göstermektedir.

Benzer nitelikteki ilişki AYK ile MK arasında vardır. Bireylerin problem sürecindeki aceleci yaklaşımları, motivasyon kaybının ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bireyler problemlerini çözme sürecindeki umut yapılarının olumlu

yapıda olması kendine güvenli yaklaşımların ortaya çıkmasına neden olarak, problem çözme sürecinin etkililiğini artırır (Lai & Wan, 1996).

Bu araştırmadan elde edilen en önemli sonuçlardan biri, bireylerin problem çözme becerileriyle, başa çıkma tarzları arasındaki ilişki yapısıdır. Bireylerin APL'yi aktif bir başa çıkma tarzı olarak kullandıklarında düşünen yaklaşım adı verilen problem çözme becerisinin olumsuz yapısı azalmaktadır. Aynı ilişki yapısı PLY ile APL arasında görülmektedir. Bireylerin planlı problem çözme becerileri arttıkça, aktif başa çıkma tarzlarının da geliştiği gözlenmiştir. Bireyler problemleri çözme sürecinde kendilerine güvenirlere karşılaştıkları problemleri de aktif bir planlama süreciyle çözebilirler.

Yapılan hiyerarşik regresyon analizinde başa çıkma tarzlarının bazı değişkenlerce yordandığı belirlenmiştir. Seçilen başa çıkma tarzlarından AKPL, tüm problem çözme becerileriyle ilişkilidir. Bu aşamada problem çözme becerilerinin AKPL'yi yordamada anlamlı bir etkiye sahiptir. AKPL dışında DİNS ve DUK da birer pasif başa çıkma tarzı olarak ele alınmıştır. DİNS'nin özellikle umutsuzluk tarafından yordanması anlamlıdır. Bireyler bir bakıma DİNS'yi umutsuzlukla başa çıkmak için kullanmaktadır.

Cinsiyet farklılıklarına dayalı olarak yapılan t testinin sonuçları kızların DUK'u, erkeklerin ise BKK'yi daha çok kullandıkları belirlenmiştir. Bu sonuçlardan kızların stresle başa çıkma sürecinde duygusal olarak geri çekildikleri, erkeklerin ise madde kullanımına daha çok yöneldikleri anlaşılmaktadır.

Bireylerin umut düzeylerine bağlı olarak başa çıkma tarzlarında da farklılıklar görülmektedir. Bu farklılıklar umut düzeyi düşük olanların BKK ve KBYY'yi daha çok kullanmasından kaynaklanmaktadır. Chang (1998) farklı umut yapılarının sahip olan bireylerin başa çıkma tarzlarını kullanmaları arasında fark olmadığını vurgular. Bu açıdan iki araştırma sonuçları arasında farklılıklar vardır.

Özetle bu üç faktörün birbirleriyle anlamlı ilişkisi olduğu görülmüştür. Bunun yanında kız ve erkeklerle, farklı umut yapılarındaki bireylerin bu değişkenlere ilişkin tutumları arasında da farklılıklar olduğu belirlenmiştir.

Bu araştırmanın sınırlılıklarından biri kullanılan ölçme araçlarından kaynaklanmaktadır. Beck umutsuzluk ölçeği, her ne kadar bireyin geleceğe yönelik olumsuz beklentilerini ölçmeye dönükse de, daha çok psikiyatrik hastaların kötümserlik ifadeleri üzerinde geliştirilmesi, böyle bir çalışma için kullanılmasında bir sınırlılık kabul edilebilir. Bundan sonra yapılacak olan çalışmalarda Snyder (1991) tarafından geliştirilen "Umut Ölçeğinden" yararlanılabilir. Bu ölçek daha geçmişe, şimdiye ve geleceğe ilişkin başarı duygusu ile amaçlara ulaşma yollarının planlanması üzerine odaklanmıştır.

Üniversite öğrenci grubu üzerinde bundan sonra yapılacak olan çalışmaların problem çözme, becerilerini de daha özel bir şekilde ele alması (akademik, kişiler

arası ilişkiler), öğrencilerin problem çözme becerilerinin belirlenmesi açısından önemlidir.

## KAYNAKLAR

- Amirkhan, J. (1990). A factor analytically derived measure of coping the coping strategy indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1066-1074.
- Chang, E. C. (1998). Hope, problem-solving ability, and coping in a college student population: some implications for theory and practice. *Journal of Clinical Psychology*, 54, 953-962.
- Curry, L. A., Snyder, C. R., Cook, D. L., Ruby, B. C., Rehm, M. (1997). "Role of hope in academic and sport achievement". *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1257-1267.
- D'Zurilla, T. J., Nezu, A. M. (1990). "Development and preliminary evaluation of the social problem-solving inventory". *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2, 156-163.
- D'Zurilla, T. J., Sheedy, C. F. (1991). "Relation between social problem-solving ability and subsequent level of psychological stress in college students". *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 841-846.
- Endler, N. S., Parker, J.D. A. (1990). "Multidimensional Assessment of coping a critical evaluation". *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 844-854.
- Gawthrop, J. C., Uhlemann, M. R. (1992). "Effects of the problem-solving approach in ethics training". *Professional Psychology*, 23, 38-42.
- Gilman, R., Dooley, J., Florell, D. (2006). Relative levels of hope and their relationship with academic and psychological indicators among adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25, 166-178.
- Hagen, K. A., Myers, B. J., Mackintosh, V. H. (2005). Hope, social support, and behavioral problems in at-risk children American. *Journal of Orthopsychiatry*, 75, 211-219.
- Herth, K. (1990) "Relationship of hope, coping styles, concurrent losses, and setting to grief resolution in the elderly widow(er)". *Research in Nursing & Health*, 13, 109-117.

- Irving, L. M., Telfer, L., Blake, D. D. (1997). "Hope, coping, and social support in combat-related posttraumatic stress disorder". *Journal of Traumatic Stress, 10*, 465-479.
- Jackson, Warren T., Taylor, Robert E., Palmatier, Andrew D., Elliott, Timothy R., Elliott, Jeffrey L. (1998). "Negotiating the reality of visual impairment: Hope, coping, and functional ability". *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings, 5*, 173-185.
- Lai, J.C. L.; Wan, W. (1996). "Dispositional optimism and coping with academic examinations". *Perceptual & Motor Skills, 83*, 23-27.
- Larson, L. M., Piersl, W. C., Imao, R. A. K., & Allen, S. J. (1990). "Significant predictors of problem-solving appraisal". *Journal of Counseling Psychology, 37*, 482-490.
- Lee, Cynthia; Ashford, Susan J.; Jamieson, Linda F. (1993). "The effects of type a behavior dimensions and optimism on coping strategy, health, and performance". *Journal of Organizational Behavior, 14*, 143-157.
- Lewis, H. A., Kliever, W. (1996). "Hope, coping, and adjustment among children with sickle cell disease: Tests of mediator and moderator models". *Journal of Pediatric Psychology, 21*, 25-41.
- Magaya, L., Asner-Self, K. K., Schreiber, J. B. (2005). "Stress and coping strategies among Zimbabwean adolescents". *British Journal of Educational Psychology, 75*, 661-671.
- Needles, D. J., Abramson, L.Y. (1990). "Positive life events, attributional style, and hopefulness testing a model of recovery from depression". *Journal of Abnormal Psychology, 99*, 156-165.
- Nezu, A. M., Perri M. G. (1989). "Social problem-solving therapy for unipolar depression an initial dismantling investigation". *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 57*, 408-413.
- Peterson, S. J. Gerhardt, M.W., Rode, J. C. (2006). Hope, learning goals, and task performance. *Personality and Individual Difference, 40*, 1099-1109.
- Snyder, C. R., Cheavens, J., Sympson, S.C. (1997). "Hope an individual motive for social commerce". *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice, 1*, 107-118.

- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., Harney, P. (1991). The will and the ways development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*, 570-585.
- Snyder, C. R., Haridi, S. S., Cheavens, J., Michael, S. T., Yamhure, L., Sympson, S. (2000). "The role of hope in cognitive behavior therapies". *Cognitive Therapy and Research, 24*, 747-762.
- Snyder, C.R., Shorey, H.S., Cheavens, J., Pulvers, K.M., Adams, V.H., Wiklund, C. (2002) "Hope and Academic Success in College". *Journal of Educational Psychology, 94*, 820-826.
- Strutton, D., Lumpkin, J. R. (1993). "The relationship between optimism and coping styles of salespeople". *Journal of Personal Selling & Sales Management, 13*, 71-82.

Yrd.Doç.Dr.Hikmet YAZICI  
 Karadeniz Teknik Üniversitesi  
 Fatih Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü  
 Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programı  
 61335 Söğütlü, Akçaabat-TRABZON  
 Tlf. 0 462 248 71 36.  
 Eposta: [vazicihikmet@yahoo.com](mailto:vazicihikmet@yahoo.com).