

**Ç.Ü. SINIF ÖĞRETMENLİĞİ ÖĞRENCİLERİNİN OTOMATİK DÜŞÜNCE VE  
PROBLEM ÇÖZME DÜZEYLERİNİN BAZI SOSYO-DEMOGRAFİK  
DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ.<sup>1</sup>**

**Yrd. Doç.Dr. Songül Tümkiye**  
Ç.Ü. Eğitim Fakültesi  
İlköğretim Bölümü  
Sınıf Öğretmenliği A. B. D.

**Uzman Ayten İflazoğlu**  
Ç.Ü.Eğitim Fakültesi  
İlköğretim Bölümü  
Sınıf Öğretmenliği A. B. D

**ÖZET**

Gelecekte iyi bir model olma, nitelikli bir öğrenci yetiştirme ve yaratıcılığı geliştirme gibi görevlerinden dolayı sınıf öğretmenliği öğrencilerinin sahip oldukları olumsuz düşüncelerin sıklığı ve problem çözme becerilerinin incelenmesi büyük önem taşımaktadır. Bu nedenle bu araştırmada Ç.Ü. İlköğretim Bölümü Sınıf Öğretmenliği Anabilim Dalı'nda okuyan öğrencilerin Otomatik Düşünce sıklıkları ve Problem Çözme becerilerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın örneklemini Ç. Ü. İlköğretim Bölümü Sınıf Öğretmenliği A.B.D.'da okuyan öğrenciler oluşturmuştur. Veri toplama araçları olarak ; Hollan ve Kendall'ın (1980) geliştirdiği Otomatik Düşünceler Ölçeği ile Heppener ve Petersen'in (1982) geliştirdiği Problem Çözme Envanteri'nden yararlanılmıştır. Ayrıca, araştırmacılar tarafından sosyo-demografik değişkenleri belirlemek üzere kullanılan bir anket geliştirilmiştir. Araştırma bulguları, otomatik düşünceler ile sosyo-ekonomik düzey ve problem çözme ile sınıflar arasında anlamlı bir fark olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca otomatik düşünceler ile problem çözme becerileri arasında da .01 düzeyinde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

**ABSTRACT: AN INVESTIGATION OF AUTOMATIC THOUGHT AND  
PROBLEM SOLVING LEVELS OF STUDENTS IN CLASSROOM  
TEACHING UNIT OF ÇUKUROVA UNIVERSITY ACCORDING  
TO SOME SOCIO-DEMOGRAPHIC VARIABLES**

Research into the frequency of negative thoughts and problem solving skills of classroom teaching students is essential due to these students future responsibilities concerning being a good model, training qualified students and developing creativeness. Thus, the purpose of this research is to identify the frequency of automatic thoughts and problem-solving skills of students in the Primary School Education Department in Çukurova University.

Sample of the research consists of students of Classroom Teaching Unit of Primary School Education Department, Çukurova University. As for

---

<sup>1</sup> VIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresinde bildiri olarak sunulmuştur.

the data collection, Problem Solving Inventory developed by Hollan and Kendall (1980) and Automatic Thoughts Questionnaire by Heppener and Petersen (1982) were used. Besides, a questionnaire was designed by the researchers of this study with the purpose of specifying socio-demographic variables. The research results have revealed a statistically significant difference between the classes and automatic thoughts, socio-economic status, and problem solving. Moreover, a significant relationship at .01 level has been found between automatic thoughts and problem solving skills.

### **Giriş**

Günümüz insanların hemen hepsi giderek karmaşıklaşan toplum içinde problem çözmeye yönelik bir çok durumla karşı karşıya kalmaktadırlar. Kişilerin koşulları, ihtiyaçları ve beklentilerine göre değişiklik gösteren problem kavramı çok geniş kapsamlıdır. Morgan (1991) problemi temelde, bireyin bir hedefe ulaşmada engellenme ile karşılaştığı bir çatışma durumu olarak tanımlamaktadır.

Her bireye göre problemi algılama durumu değişiklik göstereceğinden dolayı, problemi çözmeye davranışları da buna bağlı olarak değişecektir. Heppner ve Petersen (1982) problem çözmeyi, problemlerle başa çıkma ile eş anlamlı olarak kullanmaktadır. Kuzgun (1992) problem çözmeye aşamalarını; güçlüğün sezilmesi, problemin doğru tanımlanması, uygulamaya dönüştürülmesi ve değerlendirilmesi olarak belirtmiştir.

Bir problemin çözümündeki başarı problemin ele alınış biçimine göre kişiden kişiye değişiklik göstermektedir. Burada bireyin problemle başa çıkmadaki becerisi kadar, probleme eşlik eden diğer kişilik özellikleri ve yaşam koşulları da önemli rol oynamaktadır. Birey problemini çözmede yetersiz kalması çevresinde gittikçe artan problemler, kaygı ve depresyon gibi sonuçlara da yol açabilmektedir (D'zurilla ve Goldfried, 1971).

Farklı değişkenler açısından yapılan araştırmalar problem çözmeye becerisinin bireyin bir çok durumuna etki ettiğini göstermektedir. Örneğin depresyonla ilgili araştırmalar depresif bireylerin kişilerarası ya da sosyal problemleri etkili olarak çözmeye yeteneklerinde eksiklikler olduğunu göstermiştir (Heppner ve Petersen., 1982; Nezu, 1985; Nezu ve Ronan, 1985; Heppner ve ark., 1985) Problem çözmeye becerisi ile ilgili yapılan diğer araştırmalarda bireylerin; uyum düzeyi, kişilik özellikleri, sosyo-demografik özellikleri ve bazı bilişsel değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir (Heppner ve ark., 1983; Baumgardner ve ark., 1986; Jerath ve ark., 1993). Bu araştırmalarda problem çözmeye ile belirtilen değişkenler arasında önemli ilişkilerin varlığına dikkat çekilmiştir.

Depresyonun ortaya çıkmasında problem çözmeye becerisi kadar, bireyin sahip olduğu olumsuz otomatik düşüncelerin de etkisinin varlığını vurgulayan araştırmacılar, olumsuz otomatik düşüncelerin, sistematik mantıksal hatalar ile bireyde dünya ve gelecek hakkında olumsuz değerlendirmelere yol açtığını belirtmektedirler. Bu durum bireyde, gittikçe ümitsiz ve sürekli kendini eleştiren bir şekle dönüşerek, zamanla depresif duygulanımın daha da ilerlemesine neden olmaktadır. Aşırı düzeydeki

depresyonlu kişiler düşünce süreçleri üzerindeki kontrollerinin çoğunu kaybetmekte ve olumsuz otomatik düşüncelerin baskısı altına girmektedirler (Gotlip ve Coyne, 1983)

Bilişsel terapiler bireyin kendisi ve dış dünyayla ilgili algı ve değerlendirmelerini biçimleyen otomatik düşünceler, şemalar, sayılılar ve inançlar üzerine odaklanır. Beck'e göre şemalar şeklinde kodlandığı kabul edilen önceki olumsuz olaylar, daha sonra benzer olaylar yaşandığında etkin hale gelirler. Bu şemaların etkin hale gelmesi de bu olayların yorumlanmasını etkiler. Depresif şemalar benliğin kusurlu olduğu, dış dünyanın üstesinden gelinemeyecek güçlüklerle dolu olduğunu ve geleceğin ümitsiz olduğunu gösteren temel varsayımları kapsamaktadır (Kalafat, 1996, s.20). Bilişsel terapistlere göre psikolojik rahatsızlıkların temelini oluşturan mantık dışı olan bu düşünce kalıplarıdır (Davison ve Neale, 1982). Otomatik düşünceler formüle edilmiş somut düşüncelerdir. Refleks gibi aniden oluşurlar. Problem çözme ya da amaca yönelik düşünmede olduğu gibi belli mantıksal sıralama izlemezler. Nesnel gerçekliğe uymadıkları halde oluşmayı sürdürürler (Haaga ve Ernst, 1991). Otomatik düşünceler bireyin kendisi, dünya ve gelecek hakkında olumsuz değerlendirme yapmalarına yol açarlar (Gotlib, Coyne, 1983). Kısaca otomatik düşünceler kişinin kendisiyle ilgili ifadeleri ve iç diyaloglarıdır ve problem çözmede önemli bir etkiye sahiptir (Wright, 1988). Çocukluk ve gençlikte problem çözme, eğitimde önemli bir rol oynamaktadır. Gerek sosyal, gerek eğitsel problemlerini çözmede başarısız olan ve bu nedenle sorunları gittikçe büyüyen öğrenciler çeşitli açılardan yardıma gereksinim duymaktadırlar. Özellikle toplumda önemli bir görevi üstlenecek öğretmen adayları için problem çözme becerisi ve bunu engelleyebilecek olumsuz otomatik düşüncelerin araştırılması sorunların önceden tespit edilip giderilebilmesi açısından büyük önem taşımaktadır. Sıkça vurgulanan ve bir öğretmenden beklenen, hoşgörü, sabır, destekleme, öğrenciyi yönlendirme, günlük yaşantısında karşılaşılan sorunlarla başa çıkma yollarını gösterme, etkili iletişim becerisi geliştirebilme gibi özelliklerin kazandırılması da ancak, öğretmen adaylarının problem çözme becerilerinin algılama düzeylerinin saptanması, bu becerileri etkileyen faktörlerin araştırılması ve becerilerin kazandırılması ile sağlanabilir.

Yurtdışında üniversite öğrencileriyle yapılan araştırmalarda problem çözme algısı ile; umutsuzluk, yaşamı olumsuz etkileyen stres kaynakları ve intihar düşüncesi arasında önemli bir ilişkinin olduğu saptanmıştır (Sowa ve Lurtman, 1984; Bonner ve Rich, 1988; Dixon ve ark., 1991; Dixon ve ark., 1994). Sözü edilen bu değişkenler üniversite öğrencilerinin ruh sağlığını korumak, hangi öğrencilerin yardıma ihtiyaç duyduklarını belirlemek ve bu olumsuzlukları ortadan kaldıracak önlemleri almak açısından son derece önemlidir. Bu sonuçlar ülkemizde de üniversite öğrencilerinin problem çözme becerilerini belirleyecek, bu becerileri geliştirecek ve olumsuzlukları önleyici tedbirlerin alınmasına katkıda bulunacak araştırmaların yapılması gereksinimini ortaya çıkarmaktadır.

Ülkemizde ulaşılabilen kaynaklar çerçevesinde, sınıf öğretmenliği öğrencilerinin olumsuz otomatik düşünceler ve problem çözme düzeylerinin sosyo-demografik değişkenlere göre incelenmesini ele alan araştırmaların sayısının oldukça az olduğu görülmüştür. Konu ile ilgili olarak yapılan araştırmalar; Anne-baba ve ergen ilişkilerinin problem çözme, iletişim becerileri, bilişsel çarpıtmalar ve aile yapısı

açısından incelenmesi (Eryüksel 1996), Depresyon ve mutlulukta otomatik düşüncelerin rolü (Kalafat, 1996), “Liseli ergenlerdeki olumsuz otomatik düşüncelerin anne-baba tutumları ve aile içi ilişkiler açısından incelenmesi (Öztütüncü, 1996)”. “Almanya’da dönüş yapan öğrencilerden uyum yapan ve yapamayanların fonksiyonel olmayan tutumlar, olumsuz otomatik düşünceler ve problem çözme yeterliliği konusunda kendilerini algılayışları açısından farklılıkları (Hisli, 1990a)”, başlıkları altında toplanmıştır. Bu araştırmalar incelendiğinde örneklem gruplarının ergenler olduğu ve farklı değişkenleri kapsadığı anlaşılmaktadır. Doğrudan doğruya sınıf öğretmenliği öğrencileri üzerinde yapılan ve yalnızca otomatik düşünceler ve problem çözme becerisini ölçmeye yönelik bir araştırmaya rastlanmamıştır. Yapılan araştırma sınıf öğretmenliği öğrencilerindeki problem çözme becerisi ve otomatik düşünceler arasındaki ilişkiyi betimlemeye de katkıda bulunacaktır.

Bütün bu bilgiler sonucunda anlaşılmaktadır ki gelecekte iyi bir model olma, nitelikli bir öğrenci yetiştirme ve yaratıcılığı geliştirme gibi görevlerinden dolayı, sınıf öğretmenliği öğrencilerinin sahip oldukları olumsuz otomatik düşüncelerin ve problem çözme becerilerinin incelenmesi büyük bir önem taşımaktadır. Bu nedenle bu araştırmada Ç.Ü. İlköğretim Bölümü Sınıf Öğretmenliği Ana Bilim Dalı’nda okuyan öğrencilerin bazı sosyo-demografik değişkenler (sınıflar, cinsiyet, anne-baba eğitim durumu, anne-baba mesleği ve sosyo-ekonomik düzey) açısından olumsuz otomatik düşünce ve problem çözme düzeyleri ile her ikisi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu genel amaca bağlı olarak şu sorulara yanıt aranmıştır.

- Ç.Ü. Sınıf Öğretmenliği öğrencilerinin sosyo-demografik özellikleri nelerdir?
1. Ç.Ü. Sınıf Öğretmenliği öğrencilerinin sosyo-demografik değişkenler açısından olumsuz otomatik düşünceleri arasında anlamlı farklar var mıdır?
  2. Ç.Ü. Sınıf Öğretmenliği öğrencilerinin sosyo-demografik değişkenler açısından problem çözme becerileri arasında anlamlı farklar var mıdır?
  3. Ç.Ü. Sınıf Öğretmenliği öğrencilerinin olumsuz otomatik düşünceleri ile problem çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

## **Yöntem**

### **Örneklem**

Araştırmanın örneklemini Ç.Ü. İlköğretim Bölümü Sınıf Öğretmenliği Anabilim Dalı’nda 1998-1999 öğretim yılında okuyan 233’ü kız, 230’u erkek olmak üzere toplam 453 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Örneklem her sınıftaki öğrenci sayısının %50’si alınarak belirlenmiştir.

### **Ölçme Araçları**

Bu araştırmada otomatik düşünceleri belirlemek için Hollan ve Kendall (1980) tarafından geliştirilen “Otomatik Düşünceler Ölçeği” kullanılmıştır. Problem çözme

becerisini ölçmek için de Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen “Problem Çözme Envanteri”nden yararlanılmıştır. Ayrıca araştırmada öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerini belirlemek için araştırmacılar tarafından geliştirilen anket kullanılmıştır.

### **Otomatik Düşünceler Ölçeği (ODÖ)**

Hollan ve Kendall’ın (1980) geliştirdiği “Otomatik Düşünceler Ölçeği (ODÖ)” kişinin kendine yönelik olumsuz değerlendirmelerin sıklığını ölçmeyi amaçlamaktadır. 1-5 arasında puanlanan ve 30 maddeden oluşan likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin puan ranjı 30-150 arasındadır. Ölçekten alınan toplam puanların yüksekliği, bireyin otomatik olumsuz düşüncelerinin sıklıkla ortaya çıktığını gösterir (Savaşır ve Şahin, 1997).

Ölçeğin yurtdışında yapılan geçerlik-güvenirlilik çalışmalarındaki güvenirlik katsayısı .47 ve .97 arasında değişmiştir. Geçerlik katsayıları ise .45 ve .79 arasında bulunmuştur. (Hollan ve Kendall, 1980; Harrel ve Ryon, 1983; Dobson ve Breiter, 1983).

Ülkemizdeki güvenirlik çalışmalarında Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı Şahin ve Şahin (1992) .93, Aydın ve Aydın’da ise (1990) .95 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada 453 kişilik öğrenci örnekleminde elde edilen Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .94’tür.

Ölçeğin her bir maddesinden alınan puanlar ile tüm ölçekten alınan puanlar arasındaki madde toplam korelasyonları Şahin ve Şahin (1992) .30 ile .69; Aydın ve Aydın (1990) .37 ile .85 arasında bulunmuştur. Bu çalışmada ise madde toplam korelasyonları .37 ile .70 arasında bulunmuştur.

Bu araştırmada iki yarım test yöntemi ile elde edilen güvenirlik katsayısı .92’dir. Şahin ve Şahin (1992) ise bu yöntemle elde ettikleri güvenirlik katsayısını .91 olarak belirtmişlerdir.

### **Problem Çözme Envanteri (PÇE)**

Problem çözme becerisi algısının ölçümünde Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen “Problem Çözme Envanteri” kullanılmıştır. Envanter insanların kişisel ve günlük hayattaki problemlerine ilişkin nasıl tepkide bulduklarını betimleyen 35 maddeden oluşmaktadır. Üç alt faktörde toplanan ölçek maddelerinin bir kısmı olumlu bir kısmı olumsuz ifade edilmiş 6’lı likert tipi yanıt seçenekleri vardır. Değerlendirmeye alınan 32 madde ile ölçekten alınabilecek en düşük puan 32, en yüksek puan ise 192’dir. Ölçekten alınan yüksek puan problem çözme becerisi algısının düşük, başka bir deyişle, puanın yüksekliği öğrencinin kendini problem çözme becerileri konusunda yetersiz olarak algıladığını, düşük puan ise problem çözme becerisi algısının yüksek olduğunu gösterir (Şahin ve ark, 1993).

Yurtdışında yapılan güvenirlik çalışmalarında ölçeğin tümü için elde edilen Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .90, alt ölçekler için elde edilen katsayılar ise .72 ile .85 arasında bulunmuştur. Ölçeğin madde toplam korelasyonlarının ranjının .25 ile .71

arasında değiştiği, test-tekrar test güvenirliğinin ise alt ölçekler için .83 ile .89 arasında değiştiği bulunmuştur (şavaşır ve şahin, 1997).

Türkiye’de ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları değişik araştırmacılar tarafından yapılmıştır (Taylan, 1990; şahin ve ark, 1993; am, 1995a). Yapılan alışmalar ölçeğin faktör yapısı açısından farklı sonuçlar vermiştir. Bu araştırmada da PE’de değerlendirmeye alınan 32 maddenin, madde-toplam puan korelasyonları .29 ile .64 arasında hesaplanmıştır. Toplam puan için Cronbach Alfa değeri .90 ve test yarılama tekniğiyle hesaplanan iç tutarlılık katsayısı .85 olarak bulunmuştur. Taylan (1990) ve am (1995b) PE toplam puanı ile alt ölçekler arasındaki ilişkilerin olduğa yüksek olduğunu saptamışlardır. Yapılan bu çalışmada da benzer bir sonucun çıkması nedeniyle PE’nin alt ölçeklerle birlikte kullanılamayacağı ancak toplam puan olarak kullanılabilceği sonucuna varılmış ve sonuçlar buna göre değerlendirilmiştir.

### **Sosyo-Demografik Anket**

Araştırmada ğrencilerin; sınıf, cinsiyet, anne-baba eğitim durumu, anne-baba mesleği ve sosyo-ekonomik düzey gibi demografik özellikleri belirlemek için araştırmacılar tarafından geliştirilen bir ankettir.

### **İşlem**

Uygulama 1998-1999 ğretim yılının bahar döneminde gerçekleştirilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 8.0 paket programı kullanılmıştır. Araştırmada istatistiksel işlemler olarak, tek yönlü varyans analizi, ortalama, standart sapma ile korelasyon tekniğinden yararlanılmıştır. Sosyo-demografik veriler değerlendirilirken, orta okul mezunu anne-baba sayısı az olduğu için bu gruptakiler ilköğretim mezunu olarak ilkokul mezunları ile birleştirilmiştir. Sosyo-ekonomik düzey öğrencilerin bireysel algılarına göre biçimlendirilmiştir.

### **Bulgular**

#### **1. Öğrencilerin Sosyo-Demografik zelliklerine İlişkin Bulgular**

Tablo 1 incelendiğinde .. Sınıf ğretmenliği A. B. D.’de de okuyan öğrencilerin yarısından daha azının ilkokul mezunu anne ve babaya sahip oldukları görülmektedir. Meslekler açısından değerlendirildiğinde annelerin %87.70’i işsiz (ev kadını), babaların %27.80’i emeklidir. Öğrencilerin %69.80’inin orta sosyo-ekonomik düzeyden geldikleri dikkat çekmektedir.

**Tablo 1: Öğrencilerin Demografik Özelliklere Göre Dağılımı**

Değişkenler	N	%
<b>Sınıflar</b>		
1. Sınıf	169	37.30
2. Sınıf	118	26.00
3. Sınıf	90	19.90
4. Sınıf	76	16.80
Toplam	453	100.00
<b>Cinsiyet</b>		
Kız	223	49.20
Erkek	230	50.80
Toplam	453	100.00
<b>Anne Eğitim Durumu</b>		
Okur-yazar değil	117	25.80
Okur Yazar	67	14.80
İlkokul Mezunu	198	43.70
Ortaöğretim Mezunu	43	9.50
Yükseköğretim Mezunu	20	4.40
Toplam	445	98.20
<b>Baba Eğitim Durumu</b>		
Okur-yazar değil	28	6.20
Okur Yazar	38	8.40
İlkokul Mezunu	222	49.00
Ortaöğretim Mezunu	89	19.60
Yükseköğretim Mezunu	66	14.60
Toplam	443	97.80
<b>Anne Mesleği</b>		
İşçi	5	1.10
İşsiz	384	87.70
Emekli	22	5.00
Devlet Memuru	27	6.20
Toplam	438	100.00
<b>Baba Mesleği</b>		
İşçi	63	15.10
İşsiz	24	5.70
Emekli	116	27.80
Zanaatkar	8	1.90
Esnaf	24	5.70
Devlet Memuru	94	22.50
Serbest Meslek	89	21.30
Toplam	418	100.00

Sosyo-Ekonomik Düzey		
Üst	67	14.80
Orta	316	69.80
Alt	65	14.30
Toplam	448	98.90

## 2.Öğrencilerin Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından Otomatik Düşüncelerine İlişkin Bulgular

**Tablo 2:** Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Otomatik Düşünce Puanlarının  $\bar{X}$ , S ve F Değerleri

	n	$\bar{X}$	S	F Değeri	Önem Düzeyi
<b>Sınıflar</b>					
1. sınıf	169	56.28	17.41	1.380	.25
2. sınıf	118	58.38	20.90		
3. sınıf	90	61.07	21.25		
4. sınıf	76	56.33	18.87		
<b>Cinsiyet</b>					
Kız	223	56.62	17.84	.1590	.21
Erkek	230	58.92	20.82		
<b>Anne Eğitim Durumu</b>					
Okur-yazar değil	117	58.81	18.44	.881	.48
Okur yazar	67	58.23	22.33		
İlkokul mezunu	198	57.80	19.20		
Ortaöğretim mezunu	43	53.36	16.44		
Yükseköğretim mezunu	20	61.99	22.28		
<b>Baba Eğitim Durumu</b>					
Okur-yazar değil	28	58.87	17.87	.479	.75
Okur yazar	38	53.77	14.80		
İlkokul mezunu	222	58.08	20.17		
Ortaöğretim mezunu	89	58.66	18.39		
Yükseköğretim mezunu	66	58.18	22.18		
<b>Anne Mesleği</b>					
İşçi	5	73.78	42.02	2.037	.11
İşsiz	384	57.56	18.89		
Emekli	22	51.84	18.27		
Devlet memuru	27	60.56	20.50		



<b>Baba Mesleği</b>				
İşçi	63	56.76	19.93	1.062 .39
İşsiz	24	57.96	18.63	
Emekli	116	58.25	18.01	
Zanaatkar	8	60.01	34.21	
Esnaf	24	50.15	13.75	
Devlet memuru	94	61.00	21.89	
Serbest meslek	89	58.38	18.96	
<b>Sosyo-Ekonomik Düzey</b>				
Üst	67	53.34	17.84	2.973 .05
Orta	316	58.06	19.28	
Alt	65	61.51	21.57	

Tablo 2 incelendiğinde otomatik düşünceler açısından farklı sosyo-ekonomik düzeydeki öğrenciler arasında anlamlı bir fark olduğu anlaşılmaktadır. Otomatik düşünceler açısından diğer demografik değişkenlerde anlamlı farklar bulunmamıştır.

## 2. Öğrencilerin Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından Problem Çözme Becerilerine İlişkin Bulgular

**Tablo 3:** Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Problem Çözme Envanteri Puanlarının  $\bar{X}$ , S ve F Değerleri

	n	$\bar{X}$	S	F Değeri	Önem Düzeyi
<b>Sınıflar</b>					
1. sınıf	169	81.30	21.70	3.24 .02	
2. sınıf	118	80.32	19.08		
3. sınıf	90	80.79	19.85		
4. sınıf	76	72.85	21.45		
<b>Cinsiyet</b>					
Kız	223	79.30	20.38	.053 .82	
Erkek	230	79.75	21.23		
<b>Anne Eğitim Durumu</b>					
Okur-yazar değil	117	80.99	20.55	1.767 .13	
Okur yazar	67	81.93	23.20		
İlkokul mezunu	198	78.20	19.15		
Ortaöğretim mezunu	43	73.63	19.16		
Yükseköğretim mezunu	20	84.62	26.69		

<b>Baba Eğitim Durumu</b>				
Okur-yazar değil	28	73.65	17.77	.670 .61
Okur yazar	38	81.80	19.00	
İlkokul mezunu	222	79.38	19.60	
Ortaöğretim mezunu	89	79.41	22.47	
Yükseköğretim mezunu	66	79.66	23.38	
<b>Anne Mesleği</b>				
İşçi	5	92.80	31.38	1.572 .19
İşsiz	384	79.22	20.30	
Emekli	22	72.51	16.87	
Devlet Memuru	27	80.90	24.06	
<b>Baba Mesleği</b>				
İşçi	63	58.54	17.99	1.249 .28
İşsiz	24	75.56	17.91	
Emekli	116	78.44	21.04	
Zanaatkar	8	78.79	22.73	
Esnaf	24	75.59	18.99	
Devlet memuru	94	77.12	21.96	
Serbest meslek	89	80.75	20.18	
<b>Sosyo-Ekonomik Düzey</b>				
Üst	67	76.39	18.47	1.674 .19
Orta	316	79.35	20.62	
Alt	65	83.00	23.82	

Tablo 3’de de görüldüğü gibi yalnızca problem çözme becerisi açısından sınıflar arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Problem çözme becerisi açısından diğer sosyo-demografik özelliklerde anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

#### **4. Öğrencilerin Otomatik Düşünceleri ile Problem Çözme Becerilerine İlişkin Bulgular**

Öğrencilerin olumsuz otomatik düşünceler ve problem çözme becerileri arasındaki ilişki, Pearson momentler çarpımının korelasyon katsayısı hesaplanarak elde edilmiştir. Yaptığımız çalışmada olumsuz otomatik düşünceler ile problem çözme becerileri arasındaki korelasyon katsayısı .36 ve anlamlılık düzeyi ise .01 bulunmuştur. Bu bulgu her iki ölçeğin birlikte kullanılabilmesini de desteklemektedir. Çünkü olumsuz otomatik düşünce problem çözme becerisinin gelişmesini engellemektedir. Başka bir deyişle olumsuz otomatik düşünceye sahip olan bir bireyin problem çözme stratejilerini sağlıklı kullanması beklenemez.

## Tartışma ve Yorum

Gençlerin toplumda bir yer edinmek, geçimini sağlamak, ailesinin beklentilerine yanıt vermek, yaratıcılığını ortaya koymak gibi nedenlerle üniversiteye geldikleri saptanmıştır (Dogan, 1989). Ancak her genç istediği koşulları bulamamaktadır. Bir kısmı üniversite havasına veya girdiği fakülteye uyum sağlamakta güçlük çekmekte, ilerde sağlayabilecekleri olanakları yeterli bulmamaktadır. Üniversiteye gelen öğrencilerin çoğu ilk kez ailelerinden uzak kendi kendilerine kalarak el yordamıyla yönlerini bulmaya çalışmaktadırlar. Burada bazı öğrencilerin belli bir sosyo-kültürel ortamdan gelmiş olmaları önemli bir konudur. Özellikle de öğretmenliği seçen öğrencilerin çoğunun orta-sosyo ekonomik düzeyden gelen bireyler oldukları bilinmektedir. Bu araştırmada da örnekleme giren öğrencilerin büyük bir kısmı (%69.80) orta sosyo-ekonomik düzeyden geldiklerini bildirmişlerdir.

Gençlerin kendilerine bakış açıları, kendi yeterlik ve yetersizlikleri, ailelerinin kendilerinden beklentileri, problemlerle başa çıkma becerileri ve kişilik gelişimleri son derece önemlidir. Üniversite dönemindeki gençler kimlik arama ve kimlik geliştirme sürecindedirler. Yeterli destek ve yardımı da bulamayınca bocalamakta umutsuzluğa kapılmakta ve olumsuz düşünceler geliştirmektedirler (Güleç, 1985; Güney, 1985).

Öğrencilerin problem çözme becerileri bir çok değişkenle ilişkili bir özelliktir. Bunlardan bazıları, kişilik özellikleri, depresyon, anne-baba tutumu ve iletişim becerileri olarak sayılabilir. Aynı şekilde olumsuz otomatik düşünceler de depresyon, mutluluk, bilişsel çarpıtmalar ve problem çözme becerisiyle ilişkili bulunmuştur (Sowa ve Lustman, 1984; Öztütüncü, 1996).

Öğretmen adayları olarak sınıf öğretmenliği öğrencileri açısından durum biraz daha özeldir. Çünkü öğretmenlik geniş insan kitleleriyle yoğun ve verimli bir biçimde çalışmayı gerektiren bir meslektir. Ayrıca ilköğretimin birinci kademesinde görev yapacak bu adayların, diğer öğretim kademelerinde görev yapacak öğretmenlerden farklı olarak model olma, eğitim sevgisi aşılama, eğitime karşı olumlu bir tutum geliştirme ve çocuğun yaratıcılığını keşfetme gibi önemli görevleri de bulunmaktadır. Bütün bunlar öğretmen adaylarında sağlıklı bir kişiliğin gelişimi, iyi bir mesleki eğitim ve gerekli destek hizmetlerinin sağlanmasıyla gerçekleşebilir.

Araştırma bulgularına bakıldığında öğrencilerin anne-babalarının çoğunlukla ilköğretim mezunu oldukları, bunun da eğitsel anlamda onlara rehberlik etmek için yeterli olmadığını göstermektedir. Ayrıca büyük bir kısmının babalarının emekli olması gençler ile ebeveynleri arasındaki yaş farkına, dolaylı bir biçimde de kuşaklar arası farkın olduğuna işaret etmektedir. Böyle bir durumda öğrencilerin aile içi çatışmalar yaşıyor olmaları olasıdır. Öğrencilerin büyük bir kısmı orta-sosyo ekonomik düzeyden geldiklerini bildirmişlerdir. Bu da çoğunluğun ekonomik anlamda bazı sorunlar yaşadıklarını düşündürülebilir. Demografik özellikler açısından bu sonuçlar dikkate alındığında öğrencilerin, ekonomik, eğitsel ve psikolojik bir desteğe ihtiyaçları oldukları söylenebilir.

Öğrencilerin sahip oldukları sosyo-demografik özellikleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkilere bakıldığında yalnızca “sınıflar” arasında önemli bir ilişkinin varlığı dikkat çekmiştir. Burada en yüksek ortalamaya sahip olan grubun

birinci sınıflar (81.30) en düşük ortalamaya sahip olan grubun ise dördüncü sınıflar (72.85) olduğu anlaşılmıştır. Bir başka deyişle birinci sınıfta okuyan öğrenciler problem çözme becerisi yönünden kendilerini, dördüncü sınıfta okuyan öğrencilere göre daha yetersiz olarak algıladıklarını bildirmişlerdir. Birinci sınıfta okuyan öğrencilerin üniversiteye yeni başlamış olmaları, yaşadıkları uyum problemlerinin devam ediyor olması gibi faktörler ve problem çözme konusunda yeterli deneyimlerinin olmaması nedeniyle böyle bir sonuç ortaya çıkmış olabilir. Durumun son sınıf öğrencilerinin lehine olması, verilen dört yıllık üniversite eğitiminin problem çözme becerisi üzerinde olumlu bir etkisi olduğu şeklinde yorumlanabilir. Bununla birlikte, son sınıfta okuyan öğrencilerin, artık uyum problemlerini aşmış olmaları ve problem çözme konusunda deneyim kazanmış olmaları sonucun böyle çıkmasında etkili olmuş olabilir.

Araştırma bulgularına bakıldığında problem çözme becerisi ile cinsiyet arasında önemli bir ilişkinin olmadığı görülmektedir. Bu sonuç Taylan'ın (1990) bulgularına paraleldir. Taylan'ın (1990) üniversite öğrencileriyle yaptığı problem çözme envanterinin geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında problem çözme becerisi açısından cinsiyetler arası bir fark olmadığını belirtmişlerdir.

Öğrencilerin sahip oldukları sosyo-demografik özellikler ile olumsuz otomatik düşünceler arasındaki ilişkilere yönelik bulgular yalnızca öğrencilerin "sosyo-ekonomik düzeyleri" ile olumsuz otomatik düşünceler arasında önemli bir ilişkinin olduğunu göstermiştir. Ortalamalara bakıldığında en fazla olumsuz düşünceye sahip olan grubun alt SED'de (61.51) yer alan öğrenciler olduğu, onları sırasıyla orta SED (58.06) ve üst SED'deki (53.34) öğrencilerin izlediği anlaşılmaktadır. Bu durum olumsuz sosyo-ekonomik koşulların, olumsuz otomatik düşüncelerin oluşumunda önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Muhtemelen olumsuz yaşam koşulları diğer istenmeyen durumları da beraberinde getirecektir. Yapılan araştırmalardan da olumsuz otomatik düşüncelere sahip olan insanların depresyon, umutsuzluk ve mutsuzluk düzeylerinin de yüksek olduğuna işaret etmektedir. Hatta bazen intihara kadar varan sonuçlarla da karşılaşmaktadır (Ingram ve Wisnicki, 1988; Sowa ve Lustman, 1984; Kalafat, 1996). Olumsuz otomatik düşünceler ve cinsiyet arasındaki ilişkiye yönelik literatürdeki bulgular farklılık göstermektedir. Öztütüncü (1996) yaptığı çalışmada lise ergenlerindeki olumsuz otomatik düşüncelerin cinsiyetler açısından farklılaştığını, kızların olumsuz otomatik düşüncelerinin daha yüksek olduğunu bulmuştur. Sowa ve Lustman (1984) depresyon açısından cinsiyetler arasında kız öğrenciler aleyhine önemli bir fark olduğunu belirtmişlerdir. Erkeklerin daha az depresif olduklarını ve problemlerle başa çıkma becerisi açısından kadınlardan daha iyi olduklarını bulmuşlardır. Olumsuz otomatik düşünceler ile cinsiyetler arasında önemli bir fark bulunmuşlardır. Hisli'de (1990b) yaptığı iki çalışmada cinsiyetler ile olumsuz otomatik düşünceler arasında önemli bir ilişkiye rastlamadığını belirtmiştir. Bu araştırmada da cinsiyet ve otomatik düşüncelere ilişkin bulgular Sowa ve Lustman (1984) ile Hisli'nin (1990b) çalışmalarını destekler niteliktedir.

Araştırmada anne-baba eğitim durumuyla olumsuz otomatik düşünceler arasında da önemli bir ilişki bulunmamıştır. Bu bulgu Öztütüncü'nün (1996) elde ettiği bulguya paralellik göstermektedir. Öztütüncü (1996) yaptığı çalışmada anne-baba eğitim durumu ile ergenlerin olumsuz otomatik düşünceleri arasında anlamlı bir ilişkiye

rastlamamıştır. Ancak bu araştırmadan elde edilen bulgular, anne-baba eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin problem çözme becerilerinin azaldığını, buna bağlı olarak da olumsuz otomatik düşüncelerinin arttığını göstermiştir. Başka bir deyişle, öğrenim düzeyi yüksek ailelere sahip olan öğrencilerin problem çözme becerileri olmayanlara göre daha düşük, buna paralel olarak olumsuz otomatik düşünce sıklığının fazla olduğu söylenebilir. Bu durumda, anne-babanın eğitim düzeyinin yüksek olması ile öğrencilerdeki olumsuz otomatik düşünce sıklığının azalması ve problem çözme becerisinin artması arasında doğrudan bir ilişkinin olmadığı anlaşılmaktadır.

Araştırmada elde edilen önemli bir bulgu da problem çözme becerisi ile olumsuz otomatik düşünceler arasında önemli bir korelasyonun bulunmasıdır. Çeşitli araştırmalar olumsuz otomatik düşüncelerin, problem çözme becerisini, depresyonu ve umutsuzluğu yordayan önemli bir değişken olduğunu vurgulamaktadır (Ingram ve Wisnicki, 1988; Sowa ve Lustman, 1984; Bonner ve Rich, 1988; Kalafat, 1996).

Hisli'nin (1990a) "Almanya'dan dönüş yapan öğrencilerden uyum yapan ve yapamayanların fonksiyonel olmayan tutumları, olumsuz otomatik düşünceler ve problem çözme yeterliliği konusunda kendilerini algılayışları açısından farklılıkları" adlı çalışmasında uyum yapabilen öğrenciler için hem depresyonu hazırlayıcı fonksiyonel olmayan tutumlarının hem de depresyonla ilişkili otomatik düşüncelerinin daha az olduğunu tespit etmiştir. Aynı araştırmada problem çözme yeterliliği ile ilgili olarak, uyum yapabilen grubun, sorunlarını çözebilme konusunda kendilerini daha yeterli olarak algıladıkları anlaşılmıştır. Bu bulgular dikkate alındığında depresyon arttıkça otomatik düşünce sıklığının da arttığı, ayrıca problem çözme becerisi ile otomatik düşünceler arasında da bir ilişki olduğu söylenebilir.

Tüm bu sonuçlar göstermektedir ki üniversite öğrencilerinin bir bölümünü temsil eden sınıf öğretmenliği öğrencileri problem çözme becerisi ve otomatik düşünceler açısından bazı sorunlar yaşamaktadırlar ve bu sorunların bir kısmı da sahip oldukları koşullardan kaynaklanmaktadır. Araştırma sonuçları dikkate alındığında üniversitelerin daha nitelikli bireyler ile güvenli ve sağlıklı bir kişiliğin gelişimine katkıda bulunacak öğrenci kişilik hizmetlerinin geliştirmeleri ve yaygınlaştırmaları gerekmektedir. Bu hizmetlerin bir boyutunu oluşturan psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri tüm öğrencilere sunulabilmelidir. Sunulacak psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinde öğrencilerin kaygı düzeylerini azaltacak, problem çözme ve etkili iletişim kurma becerilerini arttıracak, onları olumsuz otomatik düşünceler ve düşük benlik saygısından uzaklaştıracak bireysel-grup çalışmalarına yer verilmelidir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin çeşitli durumlarıyla ilgili neden-sonuç ilişkilerine yönelik araştırmaların artırılması da hem uygulama hem de kuramsal açıdan büyük katkılar sağlayacaktır.

## KAYNAKÇA

- Aydın, G.; Aydın, O. (1990). "Otomatik düşünceler ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği". **Psikoloji Dergisi**. 7(24) 51-55.
- Baumgardner, A.H.; Hepner, P. P.; Arkin, R.M. (1986). "Rol of causal attribution in personal problem solving". *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 636-643.
- Bonner, R. L.; Rich, A. (1988). "Negative life stress, social problem-solving self-appraisal, and hopelessness: implication for suicide research". **Cognitive Therapy and Research**. 12(6), 549-556.
- Çam, S. (1995a). "İletişim becerileri eğitim programının öğretmen adaylarının ego durumlarına ve problem çözme becerisi algısına etkisi". Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi.
- Çam, S. (1995b). "Öğretmen adaylarının ego durumları ile problem çözme becerisi algısı ilişkisinin incelenmesi". **Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, 2 (6), 37-42.
- D'Zurilla, T. J.; Goldfried, M. R. (1971). "Problem solving and behavior modification". **Journal of Abnormal Psychology**. 78, 197-226.
- Davison, G. C.; Neale, J. M. (1982). **Abnormal psychology**. Third Edition, Canada: Jhon Wiley & Sons Inc.
- Dixon, W. A.; Heppner, P. P. ve Anderson, W.P. (1991). Problem-solving appraisal, stress, hoplessness and suicide ideation in a college population. ". **Journal of Counselling Psychology**, 38(1), 51-56.
- Dixon, W. A.; Heppner, P. P. ve Rudd, M.D. (1994). Problem-solving appraisal, stress, hoplessness and suicide ideation: Evidence for a mediational model. **Journal of Counselling Psychology**, 41(1), 91-98.
- Dobson, K. S.; Breiter, H. S. (1983). "Cognitive assesment of depression; reliability and validity of three measure". **Journal of Abnormal Psychology**. 92(1), 107-109.
- Doğan, O. (1987). "Yükseköğretimde rehberlik ve psikolojik danışma merkezinin gerekliliğine ilişkin görüşler". **Yükseköğretim Rehberlik ve Psikolojik Danışma Toplantısı**. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yatınları No: 161, Ankara,1-5
- Eryüksel, G. N. (1996). "Ana-baba ve ergen ilişkilerinin problem çözme iletişim becerileri, bilişsel çarpıtmalar ve aile yapısı açısından incelenmesi". Doktora Tezi, Ege Üniversitesi.
- Gotlib, I.; Coyne, J. (1983). "The role of cognition in depression: A critical appraisal". **Psychological Bulletin**, 94(3).
- Güleç, C. (1985). "Ergenlik çağı krizleri". **XXI. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Kitabı**. 23-25. Mersin.
- Güney, M. (1985). "Üniversite öğrencileri arasında sorunlarla semptomlar arasındaki ilişkiler". **XXI. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Kitabı**. 89-94. Mersin.
- Haaga, T.; Dyck, M.; Ernst, D. (1991). "Empirical status of cognitive theory of depression". **Psychological Bulletin**. 110 (2).

- Harrel, T. H.; Ryon, N. B. (1983). "Cognitive-behavioral assessment of depression: Clinical validation of the automatic thoughts questionnaire". **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, 51(5), 721-725.
- Heppner, P. P.; Petersen, C. H. (1982) The development and implications of a personal problem solving inventory. **Journal of Counselling Psychology**, 29, 66-75.
- Heppner, P. P.; Baumgardner, A.; Jackson, J. (1985). "Problem-solving self-appraisal, depresyon, and attributional style: Are they related?" **Cognitive Therapy and Research**, 9, 105-113.
- Heppner, P. P.; Reeder, B.L. ve Larson, L.M. (1983). Cognitive variables associated with personel problem-solving appraisal: Implications for counseling. **Journal of Counselling Psychology**, 30(4), 537-545.
- Hisli, N. (1990a). "Almanya'dan dönüş yapan öğrencilerden uyum yapan ve yapmayanların fonksiyonel olmayan tutumlar, otomatik olumsuz düşünceler ve problem çözme yeterliği konusunda kendilerini algılayışları açısından farklılıkları". **V. Ulusal Psikoloji Kongresi. Psikoloji Seminer Dergisi. Özel Sayı: 8**. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi. 711-723.
- Hisli, N. (1990b). "Otomatik düşünceler ölçeğinin üniversite öğrencileri için geçerliliği ve güvenilirliği." **V. Ulusal Psikoloji Kongresi. Psikoloji Seminer Dergisi. Özel Sayı: 8**. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi. 527-542.
- Hollon, S.; Kendal, P. (1980). "Cognitive self-statement in depression: Clinical validation of an automatic thoughts questionnaire". **Cognitive Therapy and Research**. 4.
- Ingram, R. E.; Wisnicki, K. S. (1988). "Assesment of positive automatic cognition." **Jornal of Consulting and Clinical Psychology**. 56(6), 898-902.
- Jerath, J. M.; Hasija, S. ve Malhotra, D. (1993). A study of state anxiety score in a problem solving situation, *Studia Psychologica*, 35(2), 143-150.
- Kalafat, S. (1996). "Depresyon ve mutlulukta otomatik düşüncelerin rolü". Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- Kuzgun, Y. (1992). **Rehberlik ve psikolojik danışma**, Ankara: ÖSYM Yay.
- Morgan, C. T. (1991). **Psikolojiye giriş**. Ankara: Meteksan Ltd. Şti.
- Nezu, A. M. (1985). "Differences in psychological distress between effective and ineffective problem solvers". **Journal of Counselling Psychology**, 42, 42-48.
- Nezu, A. M.; Ronan, G. F. (1985). "Life stress, current problems, problem solving and depressive symptoms: An integrative model" *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53, 693-697.
- Öztütüncü, F. (1996). "Liseli ergenlerdeki irrasyonel / olumsuz otomatik düşüncelerin ana-baba tutumları ve aile-içi ilişkiler açısından incelenmesi". Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi.
- Savaşır, I. ve Şahin, N. H. (1997). "Bilişsel-davranışçı terapilerde değerlendirme: sık kullanılan ölçekler". **Türk Psikologlar Derneği Yayınları. No:9**. Ankara: Özyurt Matbaacılık
- Sowa, C. J. ; Lustman, P. J. (1984). Gender differences in rating stressful events, depression, and depressive cognition. **Journal of Clinical Psychology**, 40(6), 1334-1337.

- Şahin, N.; Şahin, N. H.; Heppner, P. P. (1993). "Psychometric properties of the problem solving inventory in a group of Turkish university students". **Cognitive Therapy and Research**, 17(4), 379-396.
- Şahin, N.H.; Şahin, N. (1992). "Reliability and validity of the Turkish version of the automatic thoughts questionnaire". **Journal of Clinical Psychology**, 48, 334-340.
- Taylan, S. (1990). "Heppner'in problem çözme envanterinin uyarlama, güvenirlik ve geçerlik çalışmaları". Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi.
- Wright, J. H. (1988). "Cognitive therapy of desicion". **Review of Psychiatry**. Vol.7 A.J. Frances, R. E. Hales (Ed.) Washington DC. American Psychiatric Press. Inc., 556.