

## Psikolojik Danışma İçin Başvuran ve Başvurmayan Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası Problem Çözme Becerileri

### University Student's Interpersonal Problem Solving Skills: Applicants and Non-Applicants for Psychological Counseling

Sabahattin Çam\*, Songül Tümkaya\*\*

#### ÖZET

Bu çalışma iki temel amaçtan oluşmaktadır. Bunlardan biri psikolojik danışma yardımı alan ve almayan üniversite öğrencilerinin kişilerarası problem çözme yönelim ve davranışlarının karşılaştırılmasıdır. Diğeri ise, Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin bu iki grubu ayırt edip etmediğini inceleyerek ölçme aracının geçerliğine yönelik kanıtlar aramaktır. Araştırmada psikolojik danışma yardımı alan öğrenciler grubu, Çukurova Üniversitesi Mediko-Sosyal Merkezi (n=31) ve Eğitim Fakültesi'ne (n=15) bağlı olan Psikolojik danışma birimlerine Mart-Aralık 2006 tarihleri arasında başvuran ve araştırmaya katılmayı kabul eden toplam 46 öğrenciden oluşmuştur. Farklı fakültelerde öğrenim gören öğrencilerin 32'si kız, 14'ü erkektir. Yaşları 19 - 28 arasında değişmektedir. Yaş ortalaması ise 22.22'dir. Psikolojik Danışma yardımı almayan öğrencilerin 32'si kız, 14'ü erkektir. Yaşları 19 ile 27 arasında değişmektedir. Yaş ortalaması 22.04'dir.

Öğrencilerin kişilerarası problem çözme yönelim ve becerileri, Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) ile ölçülmüştür. Envanter; Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY), Yapıcı Problem Çözme (YPÇ), Kendine Güvensizlik (KG), Sorumluluk Almama (SA) ve Israrcı-Sebatkar Yaklaşım (I-SY) olmak üzere beş alt ölçekten oluşmaktadır. Her alt ölçek için elde edilen yüksek puan kişilerarası problem çözmeyle ilgili özelliğin yüksek olduğunu göstermektedir. Elde edilen veriler Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Bulgular psikolojik danışma yardımı için başvuran üniversite öğrencileri ile karşılaştırma grubunda yer alan öğrencilerin KPÇE'nin alt ölçeklerinden alınan en düşük ve en yüksek puanlar açısından iki grup arasında özellikle POY, YPÇ, KG ve SA alt ölçek değerlerinde dikkate değer farklılıklar olduğunu göstermiştir. Psikolojik danışma için başvuran öğrencilerin POY, KG ve SA puanları, karşılaştırma grubundakilerin ise YPÇ ve I-SY puanları birbirlerine göre daha yüksek bulunmuştur. Yapılan Mann-Whitney U testi sonucunda psikolojik danışma yardımı için başvuran üniversite öğrencileri ile karşılaştırma grubunda yer alan öğrencilerin KPÇE'den aldıkları puanlar arasında anlamlı farklılıklar olduğu anlaşılmıştır. Kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumsuz özellikleri ölçen alt ölçeklerde psikolojik danışmaya başvuran öğrenciler, olumlu özellikleri ölçen alt ölçeklerde ise karşılaştırma grubundaki öğrenciler daha yüksek puanlar almışlardır.

**Anahtar Sözcükler:** Kişilerarası Problem Çözme Becerileri, Psikolojik Danışma

#### ABSTRACT

This study has two main purposes. One of them is to compare interpersonal problem solving skills of university students who have some psychological counseling experience and who have not any psychological counseling experience. The other is to seek evidence for validity of Interpersonal Problem Solving Inventory by analyzing the test results for discrimination in these groups. Students who applied to the Çukurova University Social-Medical Service (n=31) and Faculty of Education (n=15) for counseling during March-December 2006 accepted to participate into the research. 32 female and 14 male participants are attending various departments in the university. The group's mean of age is 22.22 with the zone of 19-28. Students who non-applicants for psychological counseling 32

of whom were female, 14 were male. The group's mean of age is 22.04 with the zone of 19-27.

Problem solving inclinations and skills of students are measured by Interpersonal Problem Solving Inventory (IPSI). Inventory consisted of five sub-scales; 1. Approaching problems in a negative way (APN), 2. Constructive problem solving (CPS), 3. Lack of self-confidence (LSC), 4. Unwilling to take responsibility (UTR), and 5. Insistent-persevering approach (IPA). Having high score in each sub-scale means being high on that particular quality. Data is analyzed by Mann-Whitney U statistical test. The results shows that there are meaningful differences between two group scores on subscales APN, CPS, LSC, UTR based on highest and lowest score. Counseling applicants have higher scores on the subscales of approaching problems in a negative way (APN), lack of self-confidence (LSC) and unwilling to take responsibility (UTR); whereas non-applicants have higher scores on the subscales of constructive problem solving (CPS) and insistent-persevering approach (IPA). The finding of this research indicates that counseling applicants have higher scores on the subscales measuring negative qualities in problem solving. Moreover, students in comparison group have higher scores on the subscales of positive qualities in problem solving.

**Key Words:** Interpersonal Problem Solving Skills, Psychological Counseling

## 1. GİRİŞ

Gittikçe karmaşıklaşan toplum yapısı ve teknolojik gelişmeler, siyasi, sosyal ve ekonomik krizler, bireyi gittikçe artan problemlerle karşı karşıya bırakmaktadır. Dolayısıyla problem çözme psikolojide uzun yıllardır ilgi odağı olarak önemini sürdürmektedir.

Klinik psikoloji ve psikiyatrinin bünyesinde problem çözmeye yönelik terapiler ilk kez 1960'ların sonu ve 1970'lerin başında başlamıştır. Bu tarihten günümüze kadar klinik psikoloji ve danışma psikolojisi literatüründe problem çözmeye yönelik terapi programlarına sıkça rastlanmaya başlanmıştır. Klinik psikoloji ve danışma psikolojisi literatüründe problem çözme terimi yaşamda karşılaşılan güçlüklerle ilgili olarak kullanılmaktadır. Sosyal problem çözme, kişilerarası problem çözme, kişilerarası bilişsel problem çözme, kişisel problem çözme ve uygulamalı problem çözme ise kullanılan diğer terimlerdir [1]. Bu terimler içinde sosyal problem çözme, sosyal bir yapı içerisinde var olması nedeniyle en çok tercih edilen terimdir. Bu bakış açısıyla sosyal problem çözme; kişinin geniş bir yelpaze içerisinde yer alan stresli durumlar ile etkili bir biçimde başa çıkabilme yeteneğini arttıran, bilinçli, rasyonel, çaba ve amaç belirliliği gerektiren bir süreçtir [2].

Nezu, Nezu ve Perri [3], değişik perspektifler açısından bakıldığında sosyal problem çözme tanımının farklılaştığını, bu durumun ise karıştırıcı bir etken olduğunu öne sürmektedir. Problem çözme kavramına davranışsal açıdan bakıldığında, bireyin sorun davranışı karşısında daha önceki davranış şeklini değiştirdiği, öğrenmenin bir formu olarak karşımıza çıkmaktadır. Sosyal öğrenme açısından bakıldığında ise, problem çözme bir kendini yönetme süreci olarak görülmektedir. Ruh sağlığı alanı açısından bakıldığında da, etkili davranışların keşfedilmesine yardımcı olan genel başa çıkma stratejilerinin elde edilmesini sağladığı gözlenmektedir.

Heppner'in tanımı ise bazı yönlerden diğer tanımlardan farklıdır [4]. Heppner'e göre problem çözme, problemlerle başa çıkma kavramı ile eş anlamlıdır. Gerçek yaşamda kişisel problem çözme, bu tanımda, iç ya da dış istekler ya da çağrılara uyum sağlamak amacı ile davranışsal tepkilerde bulunma gibi bilişsel ve duygusal işlemleri bir hedefe yönlendirmek olarak ele alınmıştır. Psikolojik danışmaya baş vuran danışanların büyük bölümünün problem çözmeye yönelik eylemlerde güçlük çektikleri için bu yola başvurdukları ileri sürülmektedir [5].

\* Sabahattin Çam, Yrd.Doç.Dr., Çukurova Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü, sabahcam@cu.edu.tr

\*\* Songül Tümkaya, Yrd.Doç.Dr., Çukurova Üniversitesi İlköğretim Bölümü, stumkaya@cu.edu.tr

Örneğin; danışanın problemi çözebilecek bir planı olduğu halde bu planı uygulayabilecek sosyal becerileri olmadığından ya da aşırı kaygılı olmasından dolayı problemi çözmede başarısız olmaktadır. Bazen danışanlar problemi çözebilmede yeterince sebat etmezler ve problemlerini çözemedikleri için depresyona girerler. Burada sorun problemi çözebilmek için gösterdikleri çabayı yetersiz algılamalarıdır. Bu yüzden yapılması gereken, belirli başa çıkma güçlüklerini ve daha da geliştirilebilecek başa çıkma sorunlarını belirleyip tanımlayabilmek için problem çözme süreci ile ilgili davranışsal, bilişsel ve duygusal etkinlikleri değerlendirmek olmalıdır [4].

Problem çözme, yalnızca bireyin bazı düzeylerde tepki vermesi gerektiğini algıladığı zaman başlayabilir. Ayrıca bireyin bir hedefinin olması, böylece elde etmek istediği hedefe ulaşma yollarını bulmak için bir çaba sarf etmesi gerekir. Diğer bir deyişle problem çözme bir hedefe ulaşırken araya giren zorlukların çözümünü bulma sürecidir. Wickelgren, her problem için, bir hedef, veriler ve işlemler belirlenebileceğini belirtmektedir. Veriler, hedefe ulaşmak için kullanılacak gerçekler, sözcükler, kavramlar ve işlemlerdir. İşlemler, hedefe ulaşabilmek için verileri manipüle etme yollarıdır. Hedef ise problemin çözümüdür [6]. 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. Bireyin problemini çözmede yetersiz kalması, çevresinde gittikçe artan problemler, kaygı ve depresyon gibi sonuçlara da yol açabilmektedir [7].

Problem çözme ile psikopatoloji veya uyumsuz davranışlar arasındaki ilişkiler uzun yıllardan beri araştırılmaktadır. Yaklaşık 50 yıl önce Jahoda, problem çözme yeteneğinin olumlu ruh sağlığının kritik bir bileşeni olduğunu vurgulamıştır. Jahoda'ya göre, problem çözme becerisindeki herhangi bir eksiklik, yetersiz psikolojik uyum ve psikopatoloji ile ilişkilidir [3].

Farklı değişkenler açısından yapılan araştırmalar; problem çözme becerisinin bireyin bir çok durumuna etki ettiğini göstermektedir. Literatür incelendiğinde özellikle depresif bozukluklar ile problem çözme becerisi arasındaki ilişkilerin sıkça araştırıldığı görülmektedir. Depresyonla ilgili araştırmalar depresif bireylerin kişilerarası ya da sosyal problemleri etkili olarak çözme yeteneklerinde

eksiklikler olduğunu göstermiştir [4], [8], [9], [10]. Üniversite öğrencileri ile yapılan bir araştırmada yüksek stres altında bulunan etkili problem çözme becerilerine sahip bireylerin, etkisiz problem çözme becerilerine sahip bireylere oranla daha düşük depresyon puanları aldıkları bulunmuştur [11]. Bir diğer çalışmada da, kendilerini etkili problem çözücü olarak gören üniversite öğrencileri, kendilerini etkisiz problem çözücü olarak gören öğrencilerle karşılaştırıldığında, daha az durumluk ve sürekli kaygı yaşadıkları, bununla beraber kendilerini daha fazla içsel kontrol yönelimli, daha az problemlili ve sıkıntılı algıladıkları bulunmuştur [8].

İnsanların problem çözme becerilerinin intihar davranışıyla ilişkili olduğu da bir çok çalışmada gösterilmiştir. Örneğin, Pollock ve Williams [12], Howat ve Davidson [13], intihar girişiminde bulunmuş psikiyatrik hasta grubunun, böyle bir girişimde bulunmamış kontrol grubuna kıyasla problem çözme becerilerinin yetersiz olduğunu göstermişlerdir. Araştırmalar, intihar davranışının sorun çözme becerileri düşük/yetersiz olan ve yüksek yaşam stresi yaşayan kimseler arasında en yoğun olarak görüldüğünü ortaya koymuştur [14], [15], [16].

Problem çözme becerisi ile ilgili yapılan diğer araştırmalarda, bireylerin; umutsuzluk, intihar riski, uyum düzeyi, kişilik özellikleri, sosyo-demografik özellikleri ve bazı bilişsel değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir [17], [18], [19], [20]. Bu araştırmalarda problem çözme ile belirtilen değişkenler arasında önemli ilişkilerin varlığına dikkat çekilmiştir. Sonuçlar problem çözme becerisinin bireylerin psikolojik sağlığını yordamada güçlü bir değişken olduğunu göstermiştir.

Üniversite döneminde öğrenciyi etkileyen okul, çevre, aile, sosyo-ekonomik durum, arkadaş grubu, üniversitenin imkanları, motivasyon, meslek seçimi gibi çeşitli problemler dikkat çekmektedir. İnsan yaşamının en önemli özelliklerinden birisi, diğer bireylerle başarılı bir şekilde etkileşime geçmek ve iletişim kurmaktır. Bireylerin gündelik yaşantıları içerisinde kurdukları ilişkilerde zaman zaman zorluklarla ve problemlerle karşılaşmaları son derece doğal karşılanmaktadır. Günümüzde, bireylerin bazı incelik isteyen davranış ve düşünme becerilerine sahip olmaları onların bu güçlükleri aşmalarında oldukça önem kazanmaktadır.

Üniversite ortamı, farklı bir boyutta kişinin yeni bir sosyal çevrede ilişkilerini sürdürmesini

gerektirmektedir. Yurt ortamı, sınıf atmosferi, kişiye yeni sosyal çevre olabilecek nitelikteki etkileşim hedefleri, yeni sosyal becerileri ve çabalarını zorunlu kılmaktadır [21]. Üniversite öğrencilerinin toplumdaki diğer genç yetişkinler gibi gelişimsel görevleri arasında, yakın ilişki kurma, kimlik arayışı çabalarını sürdürme, bir yaşam stili çizme, meslek ve evlilik kararları gibi görevler sayılabilir. Bunlar, üniversite öğrencilerini farklı boyutlarda etkileme durumunda olup, öğrencilerin kişisel, akademik ve kişilerarası çatışma ve problemleri yaşamasına yol açabilmektedir. Şahin [22], yaptığı araştırmada öğrencilerin genellikle psikolojik sağlık, danışacak kimse bulamama, toplumsal ve kişisel kurallar, başarı, yalnızlık ve çevreyle ilişki konularında yardım arama çabalarında bulduklarına değinmiştir. Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada öğrencilerin kişilerarası problem çözme yönelim ve becerilerinin yaş ve cinsiyete göre farklılık gösterdiği saptanmıştır [23].

Kişilerarası problem veya çatışmaların nedenleri çok farklı olabilir. Nedeni ne olursa olsun, kişilerarası problem “etkileşimde bulunan taraflardan en az birinin, mevcut etkileşim biçimi ile ideal etkileşim biçimi arasındaki farkı algıladığı, bu fark yüzünden gerginlik hissettiği, gerginliği ortadan kaldırmak için girişimlerde bulunduğu, ancak girişimlerinin engellendiği bir durum” [24] olarak tanımlanmaktadır. Bu anlamda kişilerarası problem çözme, bireyin kişilerarası ilişkilerde yaşadığı mevcut durum ile ulaşmak istediği durum arasındaki farkın algılandığı ve bunun yol açtığı gerginliği ortadan kaldırmaya yönelik çabaları içeren bilişsel ve davranışsal bir süreç olarak ifade edilebilir.

Kişilerarası problemlere çözüm bulma davranışı; kişinin ve problemin özellikleri, yardım alınacak kaynak ve çözüm stratejisi başta olmak üzere çok boyutlu bir olgudur. Johnson ve Johnson [25], kişilerarası bir problem ya da bir çatışma yaşadığında insanların beş farklı çözüm stratejisinden birini izleyebileceklerini belirtmektedir. İzlenecek strateji, amaç ve ilişkinin önemine verilen değere (az önemli-çok önemli) bağlı olarak değişmektedir. Bu iki faktör çerçevesinde; geri çekilme, yatıştırma, uzlaşma, güç kullanma ve yüzleşme stratejileri tanımlanmıştır.

Bu araştırmada psikolojik danışma için başvuran ve böyle bir yardım için başvurmeyen üniversite öğrencilerinin kişilerarası problem çözme yönelim ve davranışlarının değişiklik gösterip göstermediği ve Kişilerarası Problem

Çözme Envanteri'nin [26] psikolojik yardıma gereksinimi olanlar ile olmayanları ayırt edici bir özelliğe sahip olup olmadığı sorularına yanıt aranmaya çalışılmıştır. Böylece bu çalışmanın iki temel amacı bulunmaktadır. Bunlardan biri, psikolojik danışma yardımı alan ve böyle bir yardımı almayan üniversite öğrencilerinin kişilerarası problem çözme yönelim ve davranışlarının karşılaştırılmasıdır. Diğeri ise, Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin bu iki grubu ayırt edip etmediğini inceleyerek ölçme aracının geçerliğine yönelik kanıtlar aramaktır.

## 2. YÖNTEM

Araştırma psikolojik danışma yardımı alan üniversite öğrencileri ile böyle bir yardım almayan öğrencilerin kişilerarası problem çözme yönelim ve davranışlarının karşılaştırıldığı betimsel bir çalışmadır.

**2.1. Çalışma Grubu:** Araştırmada psikolojik danışma yardımı alan öğrenciler grubu, Çukurova Üniversitesi Mediko-Sosyal Merkezi (n=31) ve Eğitim Fakültesi'ne (n=15) bağlı olan psikolojik danışma birimlerine Mart-Aralık 2006 tarihleri arasında başvuran ve araştırmaya katılmayı kabul eden 46 öğrenciden oluşmuştur. Bu gruptaki öğrencilerin 12'si kişisel, 12'si karşı cinsle ilişki, 9'u ailevi, 5'i kendini değersiz görme ve özgüven eksikliği, 4'ü akademik başarı ve eğitsel, 2'si uyum ve 2'si de sürekli mutsuzluk sorunlarıyla psikolojik danışmaya başvurmuşlardır. Farklı fakültelerde öğrenim gören bu öğrencilerin 32'si kız, 14'ü erkektir. Yaşları da 19 ile 28 arasında değişmekte, yaş ortalaması ise 22.22'dir (ss=1.94). Danışma almayan gruptaki öğrenciler de cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi ve öğrenim görülen program açısından diğer gruptaki öğrencilerle birebir eşitlenmeye özen gösterilmiştir. Ancak bazı öğrencilerde bu birebir eşitleme yaş ve sınıf düzeyi açısından tam sağlanamamıştır. Böylece bu grupta da yaşları 19 ile 27 arasında değişen ve yaş ortalaması 22.04 (ss=1.70) olan 32 kız ve 14 öğrenci yer almıştır. bu gruptaki öğrencilere veri toplama sürecinde psikolojik danışmaya ihtiyaçları olup olmadığı sorulmamış; verilerin toplandığı zaman diliminde psikolojik danışmaya ihtiyaçlarının olmadığı varsayılmıştır. Bu varsayım çalışmanın önemli bir sınırlılığını oluşturmaktadır.

**2.2. Veri Toplama Aracı:** Öğrencilerin kişilerarası problem çözme yönelim ve becerileri Çam ve Tümkaya [26] tarafından geliştirilen Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) ile ölçülmüştür. Envanter beş alt ölçekten ve toplam 50 maddeden oluşmaktadır. Maddelerin 1 (Hiç uygun değil)

ile 5 (Tamamıyla uygun) arasında olmak üzere beşli değerlendirme seçenekleri vardır. Her bir alt ölçek için elde edilen yüksek puan kişilerarası problem çözmeyle ilgili özelliğin yüksek olduğunu göstermektedir.

Envanterin yapı geçerliği çalışmasında, kişilerarası problem çözmeyle ilgili varyansın toplam % 38.38'ini açıklayan beş faktör elde edilmiştir. Her faktörde toplanan maddelerin içeriklerine göre faktörler Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY), Yapıcı Problem Çözme (YPÇ), Kendine Güvensizlik (KG), Sorumluluk Almama (SA) ve Israrıcı-Sebatkar Yaklaşım (I-SY) alt ölçekleri olarak adlandırılmıştır. Her bir alt ölçekte yer alan madde sayısı sırasıyla 16, 16, 7, 5 ve 6'dır.

Probleme Olumsuz Yaklaşma puanlarının Kendine Güvensizlik ( $r=.54$ ), Sorumluluk Almama ( $r=.44$ ) ve Israrıcı-Sebatkar Yaklaşım ( $r=.16$ ) puanlarıyla anlamlı ilişkileri vardır. Sorumluluk Almama'nın Kendine Güvensizlik'le ilişkisi de orta düzeydedir ( $r=.48$ ). Ayrıca Yapıcı Problem Çözme puanlarının Israrıcı-Sebatkar Yaklaşım ile  $.55$  ve Kendine Güvensizlik ile de  $-.09$  düzeyinde ilişkili olduğu görülmüştür. Maddelerin yer aldıkları alt ölçeklerin toplam puanlarıyla hesaplanan korelasyon değerleri de  $.22$  ile  $.74$  arasında değişmektedir ( $p<0.01$ ).

Ölçüt bağımlı geçerlik çalışmasında, KPÇE'nin POY ve KG alt ölçeklerinin Problem Çözme Envanteri'nin (PÇE) Problem Çözme Güveni, Yaklaşma-Kaçınma ve Kişisel Kontrol alt ölçekleriyle negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür ( $r = .31$  ile  $.45$  arasında). YPÇ ve I-SY alt ölçekleri ise pozitif yönde ilişkilidir ( $r = -.22$  ile  $-.53$  arasında). [PÇE'den alınan yüksek puan düşük problem çözme algısına işaret etmektedir.] KPÇE'nin alt ölçek puanlarının Sürekli Kaygı Ölçeği puanlarıyla da anlamlı ilişkileri bulunmuştur (POY:  $.57$ , KG:  $.30$ , SA:  $.30$ , YPÇ:  $-.36$ , I-SY:  $-.25$ ;  $p<0.05$ ).

Alt ölçek puanlarının iç tutarlılık Cronbach alfa katsayıları sırasıyla  $.91$ ,  $.88$ ,  $.67$ ,  $.74$  ve  $.70$  olduğu saptanmıştır. Envanterin dört hafta ara ile 60 öğrenciye iki defa uygulanması sonucunda hesaplanan test-tekrar test korelasyon değerleri ise alt ölçekler için sırasıyla  $.89$ ,  $.82$ ,  $.69$ ,  $.76$  ve  $.70$ 'dir.

Öğrencilerin cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi ve öğrenim gördükleri programa yönelik bilgileri de toplanmıştır. Bu bilgilerin belirtebileceği sorular envantere eklenerek veri toplama işlemi gerçekleştirilmiştir.

### 2.3. Verilerin Toplanması ve Analizi:

Karşılaştırma grubundaki öğrencilere envanter araştırmacılar tarafından derslik ortamında uygulanmıştır. Psikolojik danışma yardımı alan grupta ise, veriler ilgili birimlerde görev yapan uzman psikolojik danışmanlar tarafından toplanmıştır. Araştırmacılar tarafından uygulamayı yapacak olan psikolojik danışmanlara çalışmanın amacı ve uygulama yönergesi açıklanmıştır. Bu grupta envanter birinci veya ikinci görüşme sonunda uygulanmıştır. Psikolojik danışmanlar, danışanın sorunun ne olduğuna karar verdikten sonra bunu envanterin üzerine yazarak belirtmişlerdir. Farklı iki birimde veri toplama sürecinin uygulayıcı ve ortam tarafından etkilenip etkilenmediğini incelemek için Mediko-Sosyal Merkezi ve Eğitim Fakültesi'ne bağlı birimlerden toplanan veriler t testi ile karşılaştırılmıştır. Envanterde yer alan beş alt ölçek puanı için elde edilen t değerlerinin  $0.05$  ile  $1.23$  arasında değiştiği görülmüştür ( $p>0.05$ ). Böylece verilerin benzer süreçlerde toplandığı kabul edilmiştir.

Psikolojik danışma yardımı alan ve karşılaştırma grubunda bulunan öğrencilerin KPÇE alt ölçek puanlarının önce betimsel değerleri hesaplanmıştır. Puanların parametrik bir istatistik teknik ile karşılaştırılabilmesi için gerekli varsayımları karşılamadığından analiz Mann-Whitney U testi ile yapılmıştır. Sonuçların yorumlanmasında  $.05$  anlamlılık düzeyi benimsenmiştir.

### 3. BULGULAR

Psikolojik danışma yardımı için başvuran üniversite öğrencileri ile karşılaştırma grubunda yer alan öğrencilerin KPÇE'nin alt ölçeklerden aldıkları puanların betimsel değerleri aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 1: Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Betimsel Değerleri

Alt Ölç.	Grp	En Düş. Puan	En Yük. Puan	$\bar{X}$	SS
POY	1	21.0	79.0	50.56	16.58
	2	19.0	66.0	33.48	9.00
YPC	1	28.0	73.0	50.93	11.80
	2	41.0	75.0	58.02	7.36
KG	1	7.0	32.0	14.43	6.34
	2	7.0	19.0	11.00	3.13
SA	1	5.0	25.0	11.43	4.76
	2	6.0	13.0	9.15	2.01
I-SY	1	10.0	30.0	20.59	4.76
	2	12.0	29.0	22.76	3.70

1: Psikolojik Danışmaya Başvuran Öğrenciler

2: Karşılaştırma Grubu

Alt ölçeklerden alınan en düşük ve en yüksek puanlar açısından tablodaki değerler incelendiğinde, iki grup arasında özellikle POY, YPC, KG ve SA alt ölçek değerlerinde dikkate değer farklar görülmektedir. Hesaplanan aritmetik ortalama değerlerine bakıldığında, psikolojik danışma için başvuran öğrencilerin, karşılaştırma grubunda bulunanlardan POY, KG ve SA alt ölçeklerinde daha yüksek ortalamaya sahip oldukları görülmektedir. YPC ve I-SA alt ölçeğinde ise, karşılaştırma grubunun ortalama değeri daha yüksektir. Standart sapma değerleri incelendiğinde tüm alt ölçeklerde psikolojik danışmaya başvuranların değerleri karşılaştırma grubundakilerden yüksek olduğu gözlenmektedir. Psikolojik danışmaya başvuranlar ile karşılaştırma grubunda yer alan öğrencilerin KPÇE'den aldıkları puanların farklı olup olmadığını incelemek için Mann-Whitney U testi uygulanmış ve sonuçlar aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo 2: Psikolojik Danışmaya Başvuran ve Karşılaştırma Grubunda Yer Alan Öğrencilerin Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanlara Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Alt Ölç.	Grp	Sıra Ort.	Sıra Topl.	U	p
POY	1	60.43	2780.0	417.0	0.000
	2	32.57	1498.0		
YPC	1	37.98	1747.0	666.0	0.002
	2	55.02	2531.0		
KG	1	54.13	2490.0	707.0	0.006
	2	38.87	1788.0		
SA	1	52.00	2392.0	805.0	0.046
	2	41.00	1886.0		
I-SY	1	40.39	1858.0	777.0	0.028
	2	52.61	2420.0		

1: Psikolojik Danışmaya Başvuran Öğrenciler

2: Karşılaştırma Grubu

Yapılan analiz sonucunda KPÇE'nin tüm alt ölçeklerinde psikolojik danışma yardımı alan öğrencilerle karşılaştırma grubundaki öğrencilerin puanları arasında anlamlı farklılıklar olduğu bulunmuştur. Kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumsuz özellikleri ölçen alt ölçeklerde psikolojik danışmaya başvuran öğrenciler, diğer gruptakilerden daha yüksek puanlar elde etmişlerdir. Olumlu özellikleri ölçen alt ölçeklerde ise, karşılaştırma grubundaki öğrenciler, psikolojik danışma yardımı alan öğrencilerden daha yüksek puanlar almışlardır. Tablodaki değerler incelendiğinde, psikolojik danışma alan gruptaki öğrencilerin Probleme Olumsuz Yaklaşma ( $U=417.0$ ), Kendine Güvensizlik ( $U=707.0$ ) ve Sorumluluk Almama ( $U=805.0$ ) alt ölçek puanlarının karşılaştırma grubundaki öğrencilerden anlamlı biçimde yüksek olduğu görülmektedir ( $p<0.05$ ). Yapıcı Problem Çözme ( $U=666.0$ ) ve Israracı-Sebatkar Yaklaşım ( $U=777.0$ ) alt ölçeklerinde ise, karşılaştırma grubundaki öğrencilerin psikolojik danışma alan öğrencilerden anlamlı olarak yüksek puanlar aldıkları bulunmuştur ( $p<0.05$ ).

#### 4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada KPÇE'nin tüm alt ölçeklerinde psikolojik danışma yardımı alan öğrencilerle karşılaştırma grubundaki öğrencilerin puanları arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Kişilerarası problem çözmeyle ilgili olumsuz özellikleri ölçen Probleme Olumsuz Yaklaşma, Kendine

Güvensizlik ve Sorumluluk Almama alt ölçeklerinde psikolojik danışmaya başvuran öğrenciler, karşılaştırma grubundakilerden daha yüksek puanlar elde etmişlerdir. Olumlu özellikleri ölçen Yapıcı Problem Çözme ve Isıracı-Sebatkar Yaklaşım alt ölçeklerinde ise, karşılaştırma grubundaki öğrencilerin puanlarının, psikolojik danışma yardımı alan öğrencilerinkinden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bu çalışmada psikolojik danışma için başvuran öğrencilerin çoğunlukla kişisel ve karşı cinsle ilişki sorunu başta olmak üzere, daha az bir oranda ailevi, kendini değersiz görme ve özgüven eksikliği, akademik başarı, eğitsel, uyum ve sürekli mutsuzluk sorunlarıyla psikolojik danışmaya başvurdukları tespit edilmiştir. Bu sorunların her birinin bağımsız bir değişken olarak ele alındığı ve problem çözme becerisi ile arasındaki ilişkilerin incelendiği araştırmalarda sorun bildirenler ile bildirmeyen gruplar arasında bildirmeyenlerin lehine olumlu sonuçların alındığı saptanmıştır. Örneğin, üniversite öğrencileri arasında, yapılan bir çalışmada, kendilerini problem çözme konusunda "başarılı" olarak algılayan öğrencilerin, problemleri karşısında kaçınma yerine yaklaşımçı bir tarz takındıkları, kişisel kontrol duygusu yaşadıkları ve problem çözme yeteneklerine güvendikleri belirlenmiştir. Bu grup kendini "başarısız" olarak algılayan gruptan, bilişsel, duygusal ve davranışsal bileşenler açısından anlamlı düzeyde farklılaşmıştır [27]. Benzer bir çalışma üniversite öğrencilerinin karar verme stilleri ile ilgili olarak yapılmıştır. Bu çalışmaya göre, öğrencilerin rasyonel karar verme stiline olan inançları, problemleri duruma karşı olan yaklaşma ve uzaklaşma davranışlarını da etkilemektedir. Rasyonel olarak karar verebileceğine inananlar probleme yaklaşma davranışı göstermektedirler [28].

Probleme odaklanma konusunda güçlüğü olan kişiler, o duruma meydan okumaktan çok onu bir tehdit olarak algıladılar. Ayrıca bu kişilerin problem çözme konusunda kendilerini değerlendirmeleri de negatif yöndedir [29]. Depresyon tanısı almış hastalar ve normal grubun karşılaştırıldığı bir çalışmada, depresif hastaların kendilerini problem çözme girişimleri açısından daha etkisiz, daha az sistematik ve problemleri duruma karşısındaki bireysel kontrollerini daha düşük olarak algıladıkları bulunmuştur [30].

Bu çalışmada elde edilen bulgular ile yukarıda açıklanan araştırma sonuçlarının

birbirlerini destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Ayrıca bu çalışmanın sonuçlarına KPÇE'nin ayırt edici geçerlik açısından bakıldığında, ölçme aracının psikolojik danışma yardımı alan üniversite öğrencileri ile böyle bir yardıma ihtiyacı olmadığı varsayılan öğrencileri birbirinden ayırt ettiği anlaşılmıştır.

Araştırmanın iki önemli sınırlılığı vardır. Bunlardan biri, çalışmanın psikolojik danışma için başvuran küçük bir grup ile yürütülmüş olmasıdır. Diğer ise, karşılaştırma grubunda bulunan öğrencilerin psikolojik danışma yardımına ihtiyaç duymadıklarının varsayılmasıdır. Daha sonra aynı konudaki çalışmalarda daha büyük gruplarla araştırmaların yapılması uygun olacaktır. Ayrıca karşılaştırma grubuna alınacak öğrencilerin araştırma süreci sırasında psikolojik danışma yardımına ihtiyaçlarının olmadığı nesnel olarak belirlenen kişilerle yürütülmesi var olan bu sınırlılığı giderebilir.

Çalışmada Sorumluluk Almama alt ölçek puanları için elde edilen anlamlılık değeri, ölçüt alınan sınır değere oldukça yakındır. Daha sonra bu envanter kullanılarak yapılacak araştırma ve uygulama çalışmalarında bu durumun dikkate alınması uygun olacaktır.

Bu çalışmada elde edilen bulgular doğrultusunda, çalışmanın sınırlılıkları da dikkate alınarak KPÇE'nin psikolojik danışma çalışmalarının etkililiği konusunda yapılan değerlendirmelere ek bilgiler sağlanması açısından süreç öncesi ve sonrası danışanlara uygulanarak sonuçları kullanılabilir.

#### KAYNAKLAR

1. D'Zurilla, T.J. (1988) "Problem Solving Therapies". **Handbook of Cognitive-Behavioural Therapies**, (Dobson, K.S.), Guilford Publications, Inc., 85-135.
2. D'Zurilla, T.J. ve Chang, E.C. (1995) "The Relations Between Social Problem Solving and Coping". **Cognitive Therapy and Research**, 19(5):547-562.
3. Nezu, A.M., Nezu, C.M. ve Peri, M.G. (1989) "**Problem Solving Therapy for Depression: Theory, Research and Clinical Guidelines**". New York: John Wiley and Sons Ltd.
4. Heppner, P. P. ve Petersen, C. H. (1982) "The Development and Implications of a Personal

- Problem Solving Inventory". **Journal of Counseling Psychology**, 29:66-75.
5. Heppner, P. P. ve Krauskof, C. J. (1987) "An Information Processing Approach to Personal Problem-Solving". **The Counseling Psychologist**, 15: 371-447.
  6. Taylan, S. (1990) "Heppner'in Problem Çözme Envanterinin Uyarılama, Güvenirlik ve Geçerlik Çalışmaları". **Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi**, A. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
  7. D'Zurilla, T.J. ve Goldfried, M.R. (1971) "Problem Solving and Behavior Modification". **Journal of Abnormal Psychology**, 78:107-126.
  8. Nezu, A. M. (1985) "Differences in Psychological Distress Between Effective and Ineffective Problem Solvers". **Journal of Counseling Psychology**, 42: 42-48.
  9. Nezu, A. M. ve 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.
  10. Heppner, P. P., Baumgardner, A. ve Jackson, J. (1985) "Problem-Solving Self-Appraisal, Depression, and Attributional Style: Are They Related?". **Cognitive Therapy and Research**, 9:105-113.
  11. Nezu, A. M. ve Ronan, G. F. (1988) "Social Problem Solving as a Moderator of Stress-Related Depressive Symptoms: A Prospective Analysis". **Journal of Counseling Psychology**, 35: 134-138.
  12. Pollock L.R. ve Williams, J.M. (2004) "Problem-Solving in Suicide Attempters". **Psychological Med**, 34: 163-167.
  13. Howat, S. ve Davidson K. (2002) "Parasuicidal Behavior and Interpersonal Problem Solving Performance in Older Adults". **Br Journal Clinical Psychology**, 41: 375-86.
  14. Dixon, W. A., Heppner, P. P. ve Rudd, M.D. (1994) "Problem-Solving Appraisal, Stress, Hopelessness and Suicide Ideation: Evidence for a Mediation Model". **Journal of Counseling Psychology**, 41(1): 91-98.
  15. Priester, M. J. ve Clum, G. A. (1993) "Perceived Problem-Solving Ability as a Predictor of Depression, Hopelessness, and Suicide Ideation in a College Population". **Journal of Counseling Psychology**, 40: 79-85.
  16. [16] Yang, B. ve Clum, G.A. (1994) "Life Stress, Social Support and Problem Solving Skills Predictive of Depressive Symptoms, Hopelessness and Suicide Ideation in an Asian Student Population: A Test of Model". **Suicide and Life Threatening Behavior**, 24(2): 127-139.
  17. Heppner, P. P., Reeder, B.L. ve Larson, L.M. (1983) "Cognitive Variables Associated With Personal Problem-Solving Appraisal: Implications for Counseling". **Journal of Counseling Psychology**, 30(4): 537-545.
  18. Baumgardner, A.H., Heppner, P. P. ve Arkin, R.M. (1986) "Role of Causal Attribution in Personal Problem Solving". **Journal of Personality and Social Psychology**, 50(3): 636-643.
  19. 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
  20. Witty, T.E., Heppner, P.P., Bernard, C.B. ve Thoreson, R.W. (2001) "Problem and Solving Appraisal Psychological Adjustment of Chronic Low Back Pain Patients". **Journal Clinical Psychology in Medical Setting**, 8:149-160.
  21. Özbay, G. (1997) "Üniversite Öğrencilerinin Problem Alanlarını Belirlemeye Yönelik Bir Ölçek Geliştirme Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması". **Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi**, Trabzon: K. T. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
  22. Şahin, N.H. (1989) "Beck Depresyon Envanterinin Üniversite Öğrencileri İçin Geçerliği Güvenirliği". **Türk Psikoloji Dergisi**, 23: 3-13.
  23. Çam, S. ve Tümkaya, S. (2006) "Üniversite Öğrencilerinde Kişilerarası Problem Çözme". **Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 2, (15):119-132.
  24. Ögülmüş, S. (2001) "Kişilerarası Sorun Çözme Becerileri ve Eğitimi". Ankara: Nobel Yayınları.
  25. Johnson, D. W. ve Johnson, R. T. (1995) "Teaching Students to be Peacemakers". Minnesota: Interaction Book Company.



26. Çam, S. ve Tümkaya, S. (2007) "Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması". **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, (Baskıda)
27. Heppner, P.P., Hibel, J., Neal, G.W., Weinstein, C. L. ve Rabinowitz, F.E. (1982) "Personal Problem Solving: A Descriptive Study of Individuals Differences". **Journal of Counseling Psychology**, 29(6): 580-590.
28. Phillips, S.D., Paziienza, N.J. ve Ferin, H.H. (1984) "Decision-Making Styles and Problem-Solving Appraisal". **Journal of Counseling Psychology**, 31(4): 497-502.
29. Gotlib, I.H. ve Hammen, C.M. (1992) "Psychological Theories of Depression". **Psychological Aspects of Depression**, John Wiley and Sons Ltd., 67-89.
30. Nezu, A.M. (1986) "Cognitive Appraisal of Problem Solving Effectiveness: Relation to Depression and Depressive Symptoms". **Journal of Clinical Psychology**, 42(1): 42-48.