

## THE PREDICTIVE POWER OF UNIVERSITY STUDENTS' ALIENATION TO THE LEARNED RESOURCEFULNESS<sup>1</sup>

### ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN YABANCILAŞMA DÜZEYİNİN ÖĞRENİLMİŞ GÜÇLÜLÜK DÜZEYİNİ YORDAMA GÜCÜ

Ejder ÇELİK<sup>2</sup>

Başvuru Tarihi: 24.05.2018

Yayına Kabul Tarihi: 15.10.2018

DOI: 10.21764/maeuefd.426953

**Abstract:** The aim of this study is to determine the predictive power of students' perception of alienation (weakness, anomy, meaninglessness, isolation) over students' learned resourcefulness perception. The participants of this research are 820 university students at Bozok University in Turkey during 2013-2014 school years. In the research, Student Alienation Scale and Learned Resourcefulness Scale were used. Student Alienation Scale has four sub scales which are weakness, anomy, meaninglessness and isolation. Learned Resourcefulness Scale has one dimension. A simple linear regression analysis was carried out to identify how the perception of alienation of students affects (predicts) the learned resourcefulness perception of the students. It is concluded that there is a significant positive and low-level relationship between students' alienation perception and learned resourcefulness perception. According to the results, it can be said that, 7% of the total variance in the students' perception of learned resourcefulness results from their weakness perception. Also 1% of the total variance in the students' perception of learned resourcefulness results from their anomy perception. And 2% of the total variance in the students' perception of learned resourcefulness results from their meaninglessness perception. Finally 2% of the total variance in the students' perception of learned resourcefulness results from their isolation perception.

**Keywords:** *Weakness, anomy, meaningless, isolation, durability.*

**Özet:** Bu çalışmanın amacı, öğrencilerin yabancılaşma algısının (güçsüzlük, kuralsızlık, soyutlanma, anlamsızlık) öğrenilmiş güçlülük algısı üzerine yordayıcı gücünü belirlemektir. Araştırmada 2013-2014 eğitim-öğretim yılında Bozok Üniversitesi'nde öğrenim gören 820 üniversite öğrencisine anket uygulanmıştır. Araştırmada, Öğrenci Yabancılaşma Ölçeği ve Öğrenilmiş Çaresizlik Ölçeği kullanılmıştır. Öğrenci Yabancılaşma Ölçeği, güçsüzlük, kuralsızlık, soyutlanma ve anlamsızlık olmak üzere dört alt boyuta sahiptir. Öğrenilmiş güçlülük ölçeği ise tek boyutludur. Araştırmada öğrencilerin yabancılaşma algılarının öğrenilmiş güçlülük algısına etkisini belirlemek için basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Araştırmada öğrencilerin yabancılaşma algısı ve öğrenilmiş güçlülük algısı arasında pozitif ve düşük düzeyli bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük algılarındaki toplam varyansın % 7'sinin zayıflık algısından kaynaklandığı söylenebilir. Ayrıca, öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük algısındaki toplam varyansın % 1'i kuralsızlık algısından kaynaklanmaktadır. Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük algılamasındaki toplam varyansın % 2'si anlamsızlık algılarından kaynaklanmaktadır. Son olarak, öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük algılarındaki toplam varyansın % 2'si, soyutlanma algılarından kaynaklanmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** *Güçsüzlük, kuralsızlık, anlamsızlık, soyutlanma, dayanıklılık.*

<sup>1</sup> This study was presented at The International Conference on Lifelong Education and Leadership for All. ICLEL., 2016, Liepaja.

<sup>2</sup> Dr. Öğretim Üyesi, Bozok Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Sosyoloji Bölümü, [ejder.celik@bozok.edu.tr](mailto:ejder.celik@bozok.edu.tr), Orcid: 0000-0001-5948-0609

## Introduction

Personality of individuals, environment they interact with and the experiences they made are effective to cope with any stressful situation. Any individual try to deal with stressful situation in his /her specific way. Therefore, feeling stressful of individuals becomes very common state of mind in society.

Today's human being must be substantial and analytic to psychological problems which encounters since these problems happen in every day in many times. In this situation, we face with learned resourcefulness. The main part of the psychological problems connects to five alienation facts implicitly or explicitly. For this reason, importance of learned resourcefulness to cope with the problems caused by alienation and relation between learned resourcefulness and alienation are the topics of this research.

From this perspective, learned resourcefulness is a fact with a cognitive basis which shows coping with situations and living conditions how properly and is a fact that is worth stressing (Aslan & Çeçen, 2007). If one look at the place of articulation, learned resourcefulness is a fact which thought as a strategy to cope with stress and it includes some certain behavior pattern. Staat said that individuals improve some abilities with conditioning their selves and he defined this as behavioral repertory. Researches of Bandura about social learning and self -efficacy and again self-efficacy researches improved with Kanfer, form a basis to shape stress inoculation training learned resourcefulness (Coşkun, 2010).

Fleming, Baum and Singer (1984) explained "cope with" as an important fact which states to resist stress-filled situation and takes place in the stress process. Learned resourcefulness is proposed first by Rosenbaum to define a strategy which used to deal with stress (Demirci, 1998).

Learned resourcefulness which shown as one of the sources belong to individuals to deal with stress by Hobfoll, analyzed in the title of self- control in first researches about behavior therapy (Siva, 1991, s. 14-15). The definition of self- assessment which used as an alternative to cope with and results in confusion for this reason is extended by Rosenbaum and he suggested a new fact called learned resourcefulness (Maraşlı, 2003). Learned resourcefulness is defined as behaviors of individuals who have large acquired self- assessment habits to cope with depression and stress by various researchers (Gintner, West & Zarski, 1989; Rosenbaum & Jaffe, 1983).

After these researches, learned resourcefulness is explained as not only an urge or a belief but also cognitive abilities which include self- control behavior and skills (Coşkun, 2007, s. 72-74; Kennet & Keefer, 2006). Rosenbaum indicated that "learned resourcefulness" is not express only conditioning as a behavior repertoire, also it can be earned with education and observational learning.

According to Rosenbaum who emphasize the relation between learned resourcefulness and stress,

wide range of people learn self-organization process used to cope with stressful situations, generally early childhood and whole life process. Being successful in the past provides to cope with coming stress-filled situations better (Maraşlı, 2005). Rosenbaum says that control of internal events is linked to four main abilities. First of these abilities is using cognitions and inner guideline to control physical and psychological reactions. Second of these is that ability of problem solving is used as planning, defining the problem, consideration of alternatives and prediction of results of problems. Third of these is the ability of delaying immediate satisfaction. Fourth of these is the belief of individual to ability of the control of internal events (Çakır, 2009; Dönmez & Genç, 2006).

According to learned resourcefulness theory, people who have high level of learned resourcefulness can minimize the negative effect of stress. For that reason, they can be more successful than the ones who have low level of learned resourcefulness (Akgün & Tülin, 2004). And researches confirmed that students, who have high level of learned resourcefulness, in stressful conditions, such as the examination period are more successful than the ones who have low level of learned resourcefulness (Elliot et al. 1996).

After researches which show the relation between learned resourcefulness and stress, similar relation can be said about burnout syndrome. Burnout is observed on people who having people oriented job focused on interrelation. Burnout can be seen by insomnia, low level of pleasure, physical exhaustion and increasing level of alcohol and drug consumption and it causes decrease in productivity and familial problems (Maslach & Schaufeli, 1993; Maslach & Goldberg, 1998).

“Conservation of resources theory” which introduced as a part of learned resourcefulness, come up with effective solutions for state of burnout. Resources like statue, position, economical level, loved ones, main beliefs or self-esteem of individual provide learned resourcefulness for this individual and the ones who preserve these resources do not experience burnout syndrome (Hobfoll, 1989).

As a result of a general statement of these researches, one can say that learned resourcefulness includes some attitudes which help individuals to cope with exhaustion and stress-filled situations (Çakır, 2009. Another statement, learned resourcefulness as an individual source, is expressed as level of success of coping with individuals in their own environments as a deliberate action (Dağ, 1991). Hence, this fact is examined as an effective personal property to cope with stress.

The fact which we associate with learned resourcefulness is alienation and the similarity of psychological state caused by alienation and stress and burnout which is directly related to learned resourcefulness, is striking. We have to talk about the cognitive and theoretic aspects of the alienation to construe the relation between learned resourcefulness and alienation.

In our days, alienation is a big problem for developed and developing countries. There are different types of alienation, such as: cultural alienation, professional alienation, spiritual

alienation.

The concept of alienation (Eng. alienation; Fr. alienatin; Ger: verausserung) by definition means the act of something or someone becoming distant to someone or something else, ending its functional or meaningful relation to someone or something. In other words, under certain historical conditions the human and societal products are free of attributes and skills of fundamentals that make societal relations, in their cores being recognized as different.

Alienation comes up with social alienation, self-alienation and professional alienation. Common characteristic of definitions about alienation is that becoming different in both sensation and understanding. Also, it is presence of lack of interest and insensitivity to external abilities and properties. Alienation, when it is both individual and massive, it indicated that being different from individual's own essence and also alienation of individuals' own recognitions.

This view of alienation represents that being stranger to individuals' him/herself and individual's essence due to uncontrollable instinct (urges), passions and settled habits. This situation is accepted as deviation of normal. However, when it happens in massive extend, determining the deviation of normal can take time because situations which is generally accepted and improve slowly, is tend to accept normal.

From this point a definition of alienation can be made like this: Alienation, in social sense, is an artificialized process which makes human nature being away from main factors and all form of perception which constitutes and directs human relationships.

Alienation has some important psychological and sociological results. Erich Fromm analyses alienation in a view of psychoanalytic. He made a relation between alienated human and capitalism. However, he stated that alienation is actually related to modern industrial society. According to Fromm (2006, s. 152-153), attitudes which is developed by modern industrial society caused that pleasure can be measured only by possessing the ones desired. Consumption culture which as a consequence of this situation, is accepted only source of pleasure and freedom.

Simmel sees alienation as an inevitable result of developing modern culture which is grounded to money economy which is threat to human unity in the book *Conflict in Modern Culture* (Simmel, 2008). According to Weber, human who cuts all connections to past traditional dignities, does not trust anything in new rational and bureaucratic order and non-believer to anything (Aktaran Gardell, 1976). According to Herbert Marcus, although technological improvement, production materials and control mechanisms of society bring some freedom to individual, they make deep pressure to him an existence alir (Marcuse, 1990).

According to Kierkegaard (1985, s. 85), main problem of alienation is not assigning a meaning to individual's own and not reaching a proper understanding to individual's own essence. However, according to existentialists like Camus and Sartre, alienation is a result of nonsense existence and

a natural situation in a world which is deprived of meaning and purpose.

Melvin Seeman (1959) who is an effective nominee of empirical sociology, examined alienation facts in five types. First of these is weakness which means not being effective on the circumstances which effect individual's life. Second is meaningless which means that not having a meaning of actions of individual to individual's him/ herself, not making connections of individual purposes with each other, cannot making decision what to believe. Third is normlessness which means that individual shows socially unaccepted behaviors to reach the target on the situations which materials are not enough and expectations are high due to rules which lose its' effect with the help of definition of anomia of Durkheim. Fourth is isolation which means that being alone and rejecting to all aims of society because things society value much has no meaning for individual and well- read humans experience this situations constantly. Fifth is self-alienation which means actions of individual is not a source of satisfaction , on the contrary it becomes a tool to satisfactions other than the individual and given behavior is addicted to rewards other than itself.

There have been other thinkers alongside Seeman who handled alienation in similar and different scales. For example Middleton who used the Seeman's scale's dimension as a base, tackled alienation in six categories. These are: "lack of power, lack of standards, lack of meaning, societal alienation, alienation to work and cultural alienation". Feuer (1962) on the other hand categorized alienation in six other categories named "alienation of a society with class discrimination, alienation of a society with rivalry, alienation of an industrial society, alienation of human society, alienation of race and alienation of generations". Dean handled alienation with three categories named "lack of power, lack of standards and alienation from environment". Blauner on the other hand worked on four categories of alienation: "lack of power, lack of meaning, isolation and alienation to self". Kohn's category which is based on Seeman's definitions contains four categories called "lack of power, lack of standards, alienation from self and cultural alienation (Feuer, 1962, s. 127).

The definitions of concepts put forth by Seeman and his followers, weakness, meaninglessness, anomy and isolation were used as independent variables in this research.

Keniston (1972, s. 33-34), emphasizes that four fundamental factors, which answer what the definition of alienation is, needs to be defined: Focus: Alienation to what? Placement: What is put in the place of the old relation? Form: How does alienation occur? Source: What is the source of alienation? Keninston (1972, s. 46), defines alienation syndrome as: "the insecurity felt by an individual towards others and society, a pessimism which destroys all hopes of being happy, a lack of power felt in modern society and the fear of being among other people which are in a similar situation to one's self".

When we examine learned resourcefulness and alienation separately we see that the negative psychological position assumed by the individual against an external problem is a common part

of both concepts. Another common point is the overlap of anxiety and stress state requiring learned resourcefulness and conditions which create alienation. The situation an individual is in when feeling inadequate, lonely and left out is worry and stress. On this regard the symptoms of alienation, lack of power, lack of standards, lack of meaning, isolation, hopelessness appear as problems which are possible to solve with learned resourcefulness. The self-control leading to learned resourcefulness an individual can reach via improving behavioral and cognitive skills can reinforce the position taken against alienation. Therefore by combating alienation and individual can reach a certain normal. Learned resourcefulness can lead to determining a behavioral goal and reaching this goal via monitoring existing behaviors against psychological problems related to alienation. An individual in control of his/her psychic energy, processes, states and internal processes can put the emotions and cognitions causing alienation under control. Therefore the individual can monitor one's self and the environment then change. So the lack of power, lack of standards, and lack of meaning, isolation and hopelessness due to alienation can be minimized.

This study hermeneutically foresees that university students' alienation perception related to learned resourcefulness. This study is aimed to find better proof for the fore mentioned learned resourcefulness - alienation relation. The fact that it was not possible to find a study regarding the relation of learned resourcefulness and alienation states the necessity of this research.

### **Methodology**

This study employed a quantitative research approach. The correlational survey method was used in this research.

### **Population and Sample**

The participants of this research were students at Bozok University located in the districts and villages of Yozgat City of Turkey during 2013-2014 school years. Questionnaires were sent to Education Faculty, Science and Literature Faculty, Theology Faculty, Agriculture Faculty, Economy and Business Faculty, Health and Vocation (Nursing) students. Research questionnaires completed by 820 students. Students' demographics were displayed in Table 1.

Table 1  
*University Students' Demographic Features*

Features of University Students		Number	%
<b>Gender</b>	Female	504	61,5
	Male	316	38.5
<b>Grade</b>	1.Grade	284	34.6
	2.Grade	260	31.7
	3.Grade	137	16.7
	4.Grade	139	17.0
<b>Age</b>	17-19	142	17.3
	20-22	507	61.8
	23	169	20.7
	No response	2	0.2
<b>Section</b>	Crop protection	40	4,9
	Religious culture and ethics teaching	41	5
	Literature	99	12,1
	Nursing	145	17,7
	Economy	66	8
	Theology	63	7,7
	Business	67	8,2
	Math	22	2,7
	Architecture	110	13,4
	History	112	13,7
	Farm and garden plants	55	6,7
<b>Total</b>		820	100

## Scales

The students' perception of alienation was measured by Students Alienation Scale which was developed by Çağlar (2012). Student Alienation Scale has 20 items and four sub scales which are weakness, anomy, meaninglessness and isolation. The high score obtained from the scales indicate that the alienation is high; the low score obtained from the scales indicate that the alienation level is low. Some of the statements are as follows: 1. I feel very lonely at school, 2. I think that school restricts my freedom, and 3. According to me school rules are pointless. The scale is a 5-point Likert-type scale with the answers ranging as 1-Never disagree, 2-Disagree, 3-Undecided, 4-Agree and 5-Completely agree.

The students' perception of learned resourcefulness was measured by the Learned Resourcefulness Scale (RÖGO) which was developed by Rosenbaum (1980) and Haynes (1996) adapted into Turkish by Dağ (1991) and Yıldırım, Gülpınar and Uğuz (2012). The one-dimensional questionnaire consists of 36 statements. Some of the statements are as follows: 1. When I encounter a difficult problem I seek solutions regularly, 2. If I have limited money, make

myself a budget, and 3. I can change my feelings according to my thoughts. The scale is a 5-point Likert-type scale with the answers ranging as 1. It does not describe 2. Describes a little, 3. Describes middle, 4. Mostly describes 5. Completely describes. High scores indicate that the learned resourcefulness is high and perceived as positive while low scores imply the opposite.

### Data Analysis

A simple linear regression analysis was carried out to identify how the perception of alienation of students affects (predict) the learned resourcefulness perception of the students (Can, 2013). The IBM SPSS 20 software was used in research data analysis.

### Findings

The regression analysis findings regarding the alienation (weakness, anomy, meaninglessness and isolation) of the university students and students’ learned resourcefulness can be found in this section. The simple linear regression analysis, which was carried out to identify, with respect to university students’ perception, the predictive power of the weakness to learned resourcefulness is presented in Table 2.

Table 2

*The Simple Linear Regression Analysis, to Identify the Predictive Power of the Students Weakness Perception over Learned Resourcefulness Perception*

Dependent Variable	Parameter	B	St. Error	$\beta$	t
	Intercept	3.641	,052	-	69.913
Learned Resourcefulness	Weakness	.141	.018	.264	7.823
$R=.264 \quad R^2=.070 \quad F_{(1-817)}=61.202 \quad p=0.00$					

Since the p-value ( $p=0.00$ ) in the table, relating to the perception of learned resourcefulness is smaller than .05, it indicates that the  $R=.26$ -value calculated for the relationship between the predictor and predicted variables in the regression model is significant. In other words, in this regression model, the linear relationship between the students’ perception of learned resourcefulness and the weakness of the students is at a statistically significant level.

Data analysis shows that there is a significant relationship between students’ the learned resourcefulness and weakness perception ( $R=.26 \quad R^2=.07$ ), and the weakness perception of the students have a weak predictive power over students’ learned resourcefulness ( $F_{(1-817)}=61.202$ ). The weakness perception of students explains the 7% of the change in the students’ perception of learned resourcefulness. The significance test for the weakness perception coefficient ( $B=.141$ ), the predictor variable in the regression equation, shows that the weakness perception is a



significant and weak predictor. According to these results, it can be said that, 7% of the total variance in the students' perception of learned resourcefulness results from their weakness perception. The regression equation for the students' perception of learned resourcefulness is as follows:  $\text{Learned Resourcefulness} = (.141 \times \text{Weakness}) + 3.641$ .

The simple linear regression analysis, which was carried out to identify, with respect to university students' perception, the predictive power of the anomaly to learned resourcefulness is presented in Table 3.

Table 3

*The Simple Linear Regression Analysis, to Identify the Predictive Power of the Students Anomy Perception over Learned Resourcefulness Perception*

Dependent Variable	Parameter	B	St. Error	$\beta$	t
	Intercept	3.385	.051	-	66.681
Learned Resourcefulness	Anomy	.046	.016	,098	2.802
$R=.098 \quad R^2=.010 \quad F_{(1-817)}=7.849 \quad p=0.00$					

Since the p-value ( $p=0.00$ ) in the table, relating to the perception of learned resourcefulness is smaller than .05, it indicates that the  $R=.09$ -value calculated for the relationship between the predictor and predicted variables in the regression model is significant. In other words, in this regression model, the linear relationship between the students' perception of learned resourcefulness and the anomaly of the students is at a statistically significant level.

Data analysis shows that there is a significant relationship between students' the learned resourcefulness and anomaly perception ( $R=.098 \quad R^2=.01$ ), and the anomaly perception of the students have a significant and weak predictive power over students' learned resourcefulness ( $F_{(1-817)}=7.849$ ). The anomaly perception of the students explains the 1% of the change in the students' learned resourcefulness. The significance test for the anomaly perception coefficient ( $B=.046$ ), the predictor variable in the regression equation shows that the anomaly perception is a significant and weak predictor. According to these results, it can be said that, 1% of the total variance in the students' perception of learned resourcefulness results from their anomaly perception. The regression equation for the students' perception of learned resourcefulness is as follows:  $\text{Learned Resourcefulness} = (.046 \times \text{Weakness}) + 3.385$ .

The simple linear regression analysis, which was carried out to identify, with respect to university students' perception, the predictive power of the meaninglessness to learned resourcefulness is presented in Table 4.

Table 4

*The Simple Linear Regression Analysis, to Identify the Predictive Power of the Students Meaninglessness Perception over Learned Resourcefulness Perception*

Dependent Variable	Parameter	B	St. Error	$\beta$	t
	Intercept	3,481	,056	-	62,647
Learned Resourcefulness	Meaninglessness	,078	,018	,150	4,334
$R=.15 \quad R^2=.022 \quad F_{(1-817)}=18.788 \quad p=0.00$					

Since the p-value ( $p=0.00$ ) in the table, relating to the perception of learned resourcefulness is smaller than .05, it indicates that the  $R=.15$ -value calculated for the relationship between the predictor and predicted variables in the regression model is significant. In other words, in this regression model, the linear relationship between the students' perception of learned resourcefulness and the meaningless of the students is at a statistically significant level.

Data analysis shows that there is a significant relationship between students' the learned resourcefulness and weakness perception ( $R=.15 \quad R^2=.02$ ), and the meaninglessness perception of the students have a weak predictive power over students' learned resourcefulness ( $F_{(1-817)}=18.788$ ). The meaninglessness perception of students explains the 2% of the change in the students' perception of learned resourcefulness. The significance test for the meaninglessness perception coefficient ( $B=.078$ ), the predictor variable in the regression equation, shows that the meaninglessness perception is a significant and weak predictor. According to these results, it can be said that, 2% of the total variance in the students' perception of learned resourcefulness results from their meaninglessness perception. The regression equation for the students' perception of learned resourcefulness is as follows:  $\text{Learned Resourcefulness} = (.078 \times \text{Meaninglessness}) + 3.481$

The simple linear regression analysis, which was carried out to identify, with respect to university students' perception, the predictive power of the isolation to learned resourcefulness is presented in Table 5.

**Table 5**

*The Simple Linear Regression Analysis, to Identify the Predictive Power of the Students Isolation Perception over Learned Resourcefulness Perception*

Dependent Variable	Parameter	B	St. Error	$\beta$	t
	Intercept	3.517	.060	-	58.744
Learned Resourcefulness	Isolation	.092	.020	,160	4.620
$R=.16 \quad R^2=.025 \quad F_{(1-817)}=21.347 \quad p=0.00$					

Since the p-value ( $p=0.00$ ) in the table, relating to the perception of learned resourcefulness is smaller than .05, it indicates that the  $R=.16$ -value calculated for the relationship between the predictor and predicted variables in the regression model is significant. In other words, in this regression model, the linear relationship between the students' perception of learned resourcefulness and the isolation of the students is at a statistically significant level.

Data analysis shows that there is a significant relationship between students' the learned resourcefulness and isolation perception ( $R=.16 \quad R^2=.02$ ), and the isolation perception of the students have a significant and weak predictive power over students' learned resourcefulness ( $F_{(1-817)}=21.347$ ). The isolation perception of the students explains the 2% of the change in the students' learned resourcefulness. The significance test for the isolation perception coefficient ( $B=.092$ ), the predictor variable in the regression equation shows that the isolation perception is a significant and weak predictor. According to these results, it can be said that, 2% of the total variance in the students' perception of learned resourcefulness results from their isolation perception. The regression equation for the students' perception of learned resourcefulness is as follows:  $\text{Learned Resourcefulness} = (.092 \times \text{Isolation}) + 3.517$ .

### **Discussion and Conclusion**

It is concluded that there is a positive and low-level relationship between students' alienation perception and learned resourcefulness perception. The students' alienation (weakness, anomy, meaninglessness, isolation) perception had a weak predictive power over the students' learned resourcefulness perception. This finding suggests that if the alienation perception (weakness, anomy, meaninglessness, isolation) increase, the students' perception of learned resourcefulness will also increase a little.

However, learned resourcefulness is taken into account as an effective variant to cope with stress. Being more successful to cope with stress for the ones who has high level of learned resourcefulness is acceptable statement (Akgün, 2004; Çakır, 2009 ; Dağ, 1991; Elliot et al. 1996;

Siva, 1991). With the same way, learned resourcefulness contribute to cope with burnout significantly and this statement is acceptable also (Hobfoll, 1989).

Data analysis of this research which taken into account alienation, learned resourcefulness and regression of university students, does not reveal strong regression for four under title: Weakness, anomy, meaningless, isolation. However, when contribution of learned resourcefulness to cope with stress is taken into account, one may think that it helps to cope with alienation which causes similar psychological and psycho-social negative effects. In this sense, the relation between learned resourcefulness and alienation we talked about, and can be predictable as hermeneutics, can reach us to more strong evidence in next researches.

These research findings may contribute to studies and discussions on alienation and learned resourcefulness. Additional research on the relationship between the alienation and needs to be carried out to confirm the findings of this study. It is recommended that qualitative and quantitative research methods are used in the future research.

### References

- Akgün, S. (2004). The effects of situation and learned resourcefulness on coping responses. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 32(5), 441-448.
- Aslan, H., ve Çeçen, A. R. (2007). Ortaöğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin cinsiyetlerine ve öğrenilmiş güçlülük düzeylerine göre mizah tarzlarının incelenmesi. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(2), 1-14.
- Can, A. (2013). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Coşkun, F. (2010). Üniversite sınavına hazırlanan adaylarda umutsuzluk ve öğrenilmiş güçlülük. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 1-89
- Coşkun, Y. (2007). Lise öğrencilerinde öğrenilmiş güçlülük ve kontrol odağı algılama düzeyi ilişkisi. *Marmara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (25), 71-85.
- Çağlar, Ç. (2012). Öğrenci yabancılaşma ölçeğinin (ÖYÖ) geliştirilmesi - development of the student alienation scale (SAS). *Eğitim ve Bilim*, 37(166), 195-205.
- Çakır, Ö. (2009). *Öğrenilmiş güçlülük ve çalışma yaşamı*. (Ed. A. Keser, G. Yılmaz, Ş. Yürür), *Çalışma yaşamında davranış içinde* (s. 147-167). İzmit: Umuttepe Yayınları.
- Dağ, İ. (1991) Rosenbaum'un öğrenilmiş güçlülük ölçeğinin üniversite öğrencileri için güvenilirliği ve geçerliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2(4), 269-274.

- Demirci, S. (1998). *Düşünme ihtiyacı ölçeği psikometrik özellikleri: Düşünme ihtiyacı, kontrol odağı inancı ve öğrenilmiş güçlülük ilişkilerinin incelenmesi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Dönmez, B. ve Genç, G. (2006). Genel liselerdeki okul yöneticisi ve öğretmenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerine ilişkin algıları. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(12), 41-60.
- Elliot, T. R., Shewchuk, R., Hagglund, K., and Rybarczyk, B. (1996). Occupational burnout, tolerance for stress, and coping among nurses in rehabilitation units. *Rehabilitation Psychology*, 41(4), 267-284.
- Feuer, L. (1962). What is alienation? The career of a concept. *New Politics*, (1), 116-134.
- Fleming, R., Baum, A., and Singer J. E. (1984). Toward an integrative approach to the study of stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, (46), 930- 949.
- Fromm, E. (2006). *Sağlıklı toplum*, (Çev. Y. Salman ve Z. Tanrısever), İstanbul: Payel Yayınları.
- Gardell, B. (1976). Technology, alienation and mental health. summary of a social psychological study of technology and the worker. *Acta Sociologica*, 19(1), 83-93.
- Gintner, G., West, J., and Zarski, J. (1989). Learned resourcefulness and situation-specific coping with stress. *The Journal of Psychology*, 123(3), 295-304.
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources a new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513-524.
- Keniston, K. (1972). *The Varieties of alienation: An attempt at definition, alienation and the social system*. New York: John Wiley and Sons Inc.
- Kennett, D., and Keefer, K. (2006). Impact of learned resourcefulness and theories of intelligence on academic achievement of university students: An integrated approach. *Educational Psychology*, 26(3), 441- 457.
- Kierkegaard, S. (1985). *Faith and the Subjective individual: The meaning of existence, from rationalism to existentialism*. London: University Press of America.
- Maraşlı, M. (2003). *Lise öğretmenlerinin bazı özelliklerine ve öğrenilmiş güçlülük düzeylerine göre tükenmişlik düzeyleri*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Maraşlı, M. (2005). Bazı özelliklerine ve öğrenilmiş güçlülük düzeylerine göre lise öğretmenlerinin tükenmişlik düzeyleri. *Mesleki Sağlık ve Güvenlik Dergisi*, 6(23), 27-33.
- Marcuse, H. (1990). *Tek-Boyutlu insan* (Çev. A. Yardımlı). İstanbul: İdea Yayınları.

- Maslach, C., Schaufeli, W. B. and Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, (52), 397-422.
- Rosenbaum, M. (1983). Learned resourcefulness as a behavioral repertoire for the self-regulation of internal events: Issues and speculations. In M. Rosenbaum, (Eds.: C. M. Franks, Y. Jaffe). *Perspectives on behavior therapy in the eighties*. 54-73, New York: Springer.
- Rosenbaum, M., and Jaffe, Y. (1983). Learned helplessness: The role of individual differences in learned resourcefulness. *British Journal of Social Psychology*, (22), 215-225.
- Seeman, M. (1959). On meaning of alienation. *American Sociological Review*, (24), 783-791.
- Simmel, G. (2008). *Modern kültürde çatışma*. (Çev. Elçin Gen). İstanbul: İletişim Yayınları.
- Siva, N. A. (1991). *İnfertilitede stresle başetme, öğrenilmiş güçlülük ve depresyonun incelenmesi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Yıldırım, M. H., Gülpınar, Ş., ve Uğuz, Ş. (2012). İş yaşamında öğrenilmiş güçlülük ile iş stresi arasındaki ilişkileri belirlemeye yönelik bir araştırma. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 4(2), 133-144.

## Uzun Özet

### Giriş

Öğrenilmiş güçlülük, bireye stres oluşturan yaşam koşulları ve olayları ile nasıl ve ne kadar etkin bir şekilde başa çıkıldığını gösteren kognitif bir temeli olan ve üzerinde durulması gereken kavramlardan birisidir. Çıkış noktasına bakıldığında, öğrenilmiş güçlülük, kişilerin stresle baş etme stratejileri anlamında düşünülmüş bir kavramdır ve belirli davranış biçimlerini içerir. A. W. Staats, kişilerin koşullanma yoluyla belli beceriler geliştirdiklerini ileri sürmüş bunu da “davranış repertuarı” olarak adlandırmıştır. Bandura “nın sosyal öğrenme ve öz yetkinlik araştırmaları ile yine Kanfer ile birlikte geliştirdiği öz kontrol (self-control) çalışmaları, Meichenbaum tarafından uygulanan stres aşılama programı öğrenilmiş güçlülük kavramının ortaya çıkmasında temel oluşturmuştur.

Bu çalışmalardan sonra M. Rosenbaum tarafından öğrenilmiş güçlülük sadece bir güdü ve inanç değil aynı zamanda öz kontrol davranışını ve becerilerini de içeren bilişsel yetenekler olarak açıklanmıştır. Rosenbaum “öğrenilmiş güçlülük” durumunun bir davranış repertuarı olarak sadece şartlanmayı ifade etmediğini modelden öğrenme ve eğitim yoluyla da kazanılabileceğine dikkati çekmiştir.

Öğrenilmiş güçlülük teorisine göre yüksek öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip bireyler, stresin performansları üzerindeki negatif etkisini en aza indirebilmektedirler, bu nedenle de öğrenilmiş

güçlülüğü düşük bireylere göre stresli ortamlarda daha başarılı olmaktadır (Akgün, 2004). Bu yaklaşımı doğrular şekilde yüksek öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip öğrencilerin sınav dönemi gibi stresli bir koşulda daha az stres belirtisi gösterdiklerini tespit etmişlerdir.

Öğrenilmiş güçlülük ve stres ilişkisini ortaya koyan çalışmalardan sonra benzer bir ilişkinin tükenmişlik durumuyla da kurulduğu görülmektedir. Tükenmişlik özellikle karşılıklı ilişkiye dayalı insan odaklı mesleklere çalışanlarda görülen bir durumdur. Kendini uykusuzluk, düşük moral, fiziksel tükenme, alkol ve ilaç kullanımındaki artış olarak gösteren tükenmişlik kendini iş veriminde azalma ile ailevi problemlere sebep olur.

Öğrenilmiş güçlülük kapsamında ortaya konulan “kaynakların korunması kuramı”nın, tükenmişlik durumu için geçerliliği olan çözümler ortaya koyduğu görülmüştür. Bireyin statüsü, pozisyonu, ekonomik durumu, sevdiği kişi, temel inançları veya özsaygısı gibi kaynaklar kişi üzerinde öğrenilmiş güçlülüğü sağlamakta bu kaynakları koruyanların tükenmişlik sendromunu yaşamadığı ortaya konmuştur.

Bu çalışmaların genelinden çıkan sonuç olarak öğrenilmiş güçlülüğün stresli yaşam olayları ve tükenmişlikle başa çıkmada bireye yardımcı olan belirli tutumları içerdiği söylenebilir (Çakır, 2009). Diğer bir ifade ile bireysel bir kaynak olarak öğrenilmiş güçlülük bireylerin stresle karşı karşıya kaldıkları ortamda bilinçli olarak bu durumdan ne denli başarıyla kendilerini kurtarabildiklerini ifade etmektedir. Dolayısıyla kavram, stresle başa çıkma açısından etkili bir kişisel özellik olarak ele alınmıştır.

Öğrenilmiş güçlülük durumuyla ilişkilendireceğimiz kavram yabancılaşmadır yabancılaşmanın bireyde yol açtığı psikolojik durumun öğrenilmiş güçlülükle doğrudan ilişkili olan stres ve tükenmişlik durumlarıyla benzerliği dikkat çekicidir. Öğrenilmiş güçlülük ve yabancılaşma ilişkisini yorumlayarak çalışmamız ölçeğinde açıklamamız için öncelikle yabancılaşmanın kavramsal ve kuramsal yönüne değinmemiz gerekmektedir.

Günümüzde gelişmiş ve gelişmekte olan toplumlar için yabancılaşma büyük bir sorun olarak ortaya konmaktadır. Kültürel yabancılaşma, mesleki yabancılaşma, dinsel yabancılaşma gibi farklı yabancılaşma biçimleri vardır.

Yabancılaşma kavramı (İng. alienation; Fr. alienatin; Al. verausserung), kelime anlamı itibariyle bir şeyin veya kimsenin başka bir şeyden veya kimseden uzaklaşması, başka bir şeyle veya kimseyle olan fonksiyonel veya anlamsal paylaşımının sona ermesi durumunu ifade etmektedir. Bir başka söyleyişle yabancılaşma, belli tarihsel koşullarda insan ve toplum ürünlerinin toplumsal ilişkiyi oluşturan insan özellik ve yeteneklerinden bağımsız yani özlerinde olduklarından değişik biçimde kavranmasıdır.

Yabancılaşma, topluma yabancılaşma, kendine yabancılaşma ve işe yabancılaşma kavramları şeklinde karşımıza çıkmaktadır. Yabancılaşma konusunda yapılan tanımların ortak özelliği bir

kavrayış ve algılama farklılaşmasının ortaya çıkması, dışarıdaki özellik ve yeteneklere ilgisizlik ve duyarsızlığın varlığıdır. Yabancılaşma hem bireysel hem de kitlesel olması durumunda sonuç itibarıyla benliğe ve benliğin genel kabullerine yabancılaşma anlamında, benin kendi özünden uzaklaşmasına işaret eder.

Yabancılaşmanın bu görünümünün altında kontrol edilemeyen içgüdüler, tutkular ve yerleşik alışkanlıklar sebebiyle, insanın kendisine, kendi gerçek özüne yabancı hale gelmesi yatar.

Psikiyatride, normalden sapma olarak kabul edilen durum, toplumsal boyutlarda gerçekleştiğinde normal dışılık tanısını koymak biraz daha zaman alabilir. Çünkü toplumda yavaş yavaş gelişen ve genel kabul gören durumların normal kabul edilme eğilimi vardır.

Buradan yola çıkarak şöyle bir yabancılaşma tanımı yapılabilir. Toplumsal anlamda yabancılaşma, insan ilişkilerini kuran ve yürüten tüm algı biçimini, insan doğasının temel değişkenlerinden uzaklaştıran bir yapaylaştırılma süreci olarak tanımlanabilir.

Yabancılaşma kavramı önemli psikolojik, sosyolojik sonuçlara sahiptir. Erich Fromm yabancılaşma kavramını psikanalitik boyutuyla incelemiştir. Yabancılaşmış insanla kapitalizm arasında bir ilişki kurmuş ancak kavramın aslen sanayileşmiş modern toplumla ilgili olduğunu söylemiştir. Fromm'a göre sanayileşmiş çağdaş toplumun geliştirdiği tutumlar zaman içerisinde mutluluğun sadece arzu edilene sahip olmayla ölçülür hale gelmesine yol açmıştır. Bunun sonucunda meydana gelen tüketim kültürü ile tüketim, hem özgürlüğün hem de mutluluğun tek kaynağı kabul edilir.

George Simmel, yabancılaşmayı insanın bütünlüğünü tehdit eden para ekonomisine dayalı modern kültürün gelişmesinin kaçınılmaz sonucu olarak görür (Simmel, 2008). Weber'e göre ise eski ve geleneksel değerlerle bağını koparan modern insan, yeni rasyonel ve bürokratik düzende hiçbir şeye güvenmez, her şey karşısında inançsızdır (Aktaran Gardell, 1976). Herbert Marcuse'a göre teknolojik gelişme, üretim gereçleri ve toplumsal kontrol mekanizmaları karşısında bireye belirli bir düzeyde özgürlük kazandırırken diğer yandan insan varlığını derin bir baskı altına alır (Marcuse, 1990).

Kierkegaard'a göre yabancılaşmanın temel problemi, anlamsızlığın ve umutsuzluğun hüküm sürdüğü bir dünyada, insanın kendi benine anlam yükleyememesi, kendi özüne ilişkin olarak uygun bir kavrayışa ulaşamamasıdır. Buna karşın, Sartre ve Camus gibi varoluşçularda ise yabancılaşma, anlamdan ve amaçtan yoksun bir dünyada söz konusu olan doğal bir durum olup varoluşun saçmalığının bir sonucudur (Kierkegaard, 1985, s. 85).

Ampirik sosyolojinin en etkili temsilcisi Melvin Seeman (1959) yabancılaşma unsurlarını 5 grupta incelemiştir; bunlardan ilki, bireyin yaşamını etkileyen koşullar üzerinde etkin olamaması veya denetim kuramaması anlamındaki "güçsüzlük" tür. İkincisi bireyin eylemlerinin kendisi için anlaşılır olmaması, eylemlerle genel amaçlar arasında bağlantı kuramaması, neye inanacağına



karar verememesi anlamındaki “anlamsızlık” tır. Üçüncüsü Durkheim’in anomi tanımından hareketle araçların yetersiz ve beklentilerin de yüksek olduğu durumda kuralların etkisini yitirerek bireyin hedefine ulaşmak üzere toplumsal olarak onaylanmayan davranışları göstermesi anlamındaki “normsuzluk” tur. Dördüncüsü aydınların çokça yaşadığı bir durum olarak toplumun yüksek değer verdiği şeylerin birey açısından herhangi bir değer taşımaması durumunda bireyin toplumun hedeflerini reddetmesi ve yalnızlaşması anlamındaki “yalıtılmışlık” tır. Beşincisi ise verili davranışın kendisinin dışındaki ödüllere bağımlılığı, bireyin eylemlerinin kendi başına bir doyum kaynağı olmaktan çok kendi dışındaki doyumlar için bir araç durumuna gelmesi anlamındaki “kendine-yabancılaşma” dır.

Öğrenilmiş güçlülük ve yabancılaşmaya ayrı ayrı baktığımızda bireyin belirli bir dışsal problem karşısında aldığı olumsuz psikolojik pozisyonun her iki kavramın ortak paydası olduğunu görürüz. Bir diğer ortak nokta öğrenilmiş güçlülükle aşılması gereken kaygı ve stres durumunun yabancılaşmayı ortaya çıkaran koşullarla örtüşmesidir. Değişen koşullar karşısında kendini yetersiz, yalnızlaşmış ve dışlanmış hisseden bireyin yaşadığı durum kaygı ve strestir. Bu bağlamda yabancılaşmanın belirtileri olan güçsüzlük, normsuzluk, anlamsızlık, yalıtılmışlık, umutsuzluk öğrenilmiş güçlülükle aşılması mümkün olabilecek problemler gibi görünmektedir. Bireyin davranışsal ve bilişsel becerilerini geliştirerek kazanacağı öz kontrolle ulaşacağı öğrenilmiş güçlülük yabancılaşma karşısında alacağı pozisyonunu güçlendirebilir. Böylece birey yabancılaşma ile mücadele ederek kendini belirli bir normale çekebilir. Öğrenilmiş güçlülük, yabancılaşma kaynaklı psikolojik sorunlar karşısında bir hedef davranış belirlemesini ve buna ulaşmasında mevcut davranışlarını denetlemesini sağlayabilir. Psişik enerjisini, işlevlerini, durumlarını ve iç süreçlerini kontrol eden birey yabancılaşmaya yol açan duygular ve bilişlerini kontrol altına alabilir. Böylece birey kendisini ve dış çevresini denetleyip değiştirebilir. Bu sayede yabancılaşmanın sonucu olan güçsüzlük, normsuzluk, anlamsızlık, yalıtılmışlık ve umutsuzluğu en aza indirebilir.

Bu çalışma üniversite öğrencilerinin yabancılaşma algısının öğrenilmiş güçlülük algısını yordadığını hermenötik olarak ön görmektedir. Bu araştırmada da yukarıda sözünü ettiğimiz öğrenilmiş güçlülük yabancılaşma ilişkisinin daha güçlü kanıtlarına ulaşmak amaçlanmaktadır. Literatürde yabancılaşma ve öğrenilmiş güçlülük ilişkisini ele alan araştırmaya ulaşılmamış olması bu araştırmanın gerekliliğini ortaya koymaktadır.

## **Yöntem**

Bu araştırmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Ayrıca araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada Bozok Üniversitesi’nde 2013-2014 eğitim öğretim yılında öğrenim gören öğrencilere anket uygulanmıştır. Anketin uygulandığı öğrenciler, Bozok Üniversitesi Eğitim Fakültesi, İlahiyat Fakültesi, Ziraat Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Sağlık Bilimleri Meslek Yüksek Okulu öğrencilerinden oluşmaktadır. Anketi 820 öğrenci doldurmuştur.

**Ölçekler.** Araştırmada öğrencilerin yabancılaşma düzeyini belirlemek için Öğrenci Yabancılaşma Ölçeği kullanılmıştır. Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeyi ise Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği (RÖGO) ile belirlenmiştir.

**Veri Analizi.** Araştırma verileri basit lineer regresyon analiziyle analiz edilerek öğrencilerin yabancılaşma algısının öğrenilmiş güçlülüğü yordama gücü belirlenmeye çalışılmıştır.

### **Sonuç ve Tartışma**

Bu araştırmada öğrencilerin yabancılaşma algısı ile “öğrenilmiş güçlülük” algısı arasında pozitif ve düşük düzeyli bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Öğrencilerin yabancılaşma (güçsüzlük, kuralsızlık, soyutlanma, anlamsızlık) algısı, öğrencilerin “öğrenilmiş güçlülük algısı” üzerinde zayıf bir yordayıcı güce sahiptir. Bu bulgu, öğrencilerin yabancılaşma algısının (güçsüzlük, kuralsızlık, soyutlanma, anlamsızlık) artması durumunda, öğrencilerin “öğrenilmiş güçlülük” algılarının da düşük düzeyde artacağını göstermektedir.

Üniversite öğrencilerinin yabancılaşma algısının öğrenilmiş güçlülük algısını yordama gücünü ele alan bu çalışmada yapılan veri analizlerinin sonucu yabancılaşmanın dört alt boyutu olan güçsüzlük, normsuzluk, anlamsızlık ve yalıtılmışlık güçlü bir yordama ortaya koymamıştır. Ancak öğrenilmiş güçlülüğün stres ve tükenmişlik durumlarıyla baş etmede sağladığı katkı göz önüne alındığında benzer psikolojik ve psiko-sosyal olumsuz sonuçlara yol açan yabancılaşma üzerinde de etkisi olacağı düşünülebilir. Bu bağlamda hermenötik olarak varlığını ön görebildiğimiz ve giriş bölümünde sözünü ettiğimiz öğrenilmiş güçlülük yabancılaşma ilişkisinin, yapılacak başka çalışmalarda daha güçlü kanıtlarına ulaşılabilir.