

DEPREM STRESİYLE BAŞA ÇIKMANIN İYİMSERLİK VE CİNSİYETE GÖRE İNCELENMESİ*

Feride Bacanlı ** Leyla Ercan***

ÖZET

Bu araştırma 17 Ağustos ve 12 Kasım 1999 tarihlerinde Türkiye' de gerçekleşen Marmara bölgesi depremlerini yaşayan üniversite öğrencileri üzerine yapılmıştır. Araştırmanın amacı, deprem felaketini yaşayan üniversite öğrencilerinin depremden 18 ay sonraki deprem stresiyle başa çıkma kullandıkları stratejilerin iyimserlik düzeylerine ve cinsiyete göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini saptamaktır. Araştırmaya 161 gönüllü depremden öğrenci katılmıştır. Veriler BSÖ (Aysan, 1994) ve YYT (Aydın ve Tezer, 1991) ile toplanmıştır. Verilerin analizinde çok yönlü ve çok değişkenli MANOVA kullanılmıştır. Araştırmanın bulguları, depremden öğrencilerin BSÖ' nin üç alt ölçeğinden (sosyal destek arama, problem çözme ve kaçınma) aldıkları puanlar arasında iyimserlik düzeylerine (yüksek ve düşük) ve cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmadığını göstermiştir. Bulgular başa çıkma ve iyimserlik ilişkilerinin incelendiği literatür ışığında tartışılmıştır. Araştırmanın bulgularına dayalı olarak ruhsağlığı hizmetlerini sunan uygulayıcılara ve gelecekte yapılacak araştırmalara yönelik öneriler sunulmuştur.

ANAHTAR SÖZCÜKLER: Deprem, stresle başa çıkma, iyimserlik

ABSTRACT

The purpose of this study was to investigate if college students' coping strategies 18 months following the August 17th and November 12th earthquakes (the Marmara Earthquakes) varied according to their gender and level of optimism. A volunteer sample of 161 college students who had experienced the quakes was used. The CSS (Aysan, 1994) and the YYT (Aydın & Tezer, 1991) were used in data collection. Multivariate Analysis of Variance (MANOVA) was used in data analysis. The results showed that students' scores on the three of the subscales of the CSS (social support, problem solving, and avoidance) did not differ according to their level of optimism (higher and lower) or their gender. The findings were interpreted in accordance with the existing literature on coping and optimism. Limitations

of the study, recommendations for future research and mental health professionals were discussed.

KEYWORDS: Earthquake, coping with stress, optimism.

1999 yılındaki 17 Ağustos ve 12 Kasım Depremleri Türkiye Cumhuriyeti'nin yaşadığı en feci depremler olarak tarihe geçmiştir. Başbakanlık Kriz Merkezinin belirlenmelerine göre bu depremlerde on yedi bin insanın enkaz altında kalarak can verdikleri hatta bazılarının iki günden fazla yaşam mücadelesi verdikleri bilinmektedir. Yine binlerce insanın yaralandığı, pek çok insanın yaralı kurtarma çalışmalarına katıldığı ve enkaz altından yakınlarının parçalanmış cesetlerini çıkardıkları da bilinmektedir.

Bilimsel araştırmalar derin acıların yaşandığı travmatik olaylardan yetişkinlerin özellikle de çocuk ve gençlerin ciddi derecede etkilendiklerini göstermektedir (Pfefferbaum 1997; Richards ve Bates 1998). Bireyin bir travma yaşamaması, doğuştan getirdiği ve zaman içinde geliştirdiği, içinde bulunduğu ve sürekli değişen çevresine karşı uyum sağlama becerilerini zorlayan olaylar sıralanmasında en üst sırada yer alır (APA 1994). Bu nedenle travma yaşayan insanlarda duygusal, bilişsel, davranışsal ve sosyal bozuklukları içeren Travma Sonrası Stres Bozukluk (TSSB)'lerini inceleyen çeşitli araştırmalar yapılmıştır. Goenjian (1993) Ermenistan'da 1988 yılında olan depremler sonrası stres bozukluklarını incelemiştir. Asarnow ve diğ., (1999) Los Angeles'ta (1994) olan deprem sonrası çocukların pekçoğunun (%71.4) TSSB'ü yaşadıklarını, bu oranın bir yıl sonra %28.5'e düştüğünü bulmuşlardır. Ülkemizde afetler sonrası psikolojik durumu inceleyen araştırmalar henüz çok yenidir. Bunlardan Burdur Depremi (İçelli ve diğ., 1971), Erzincan Depremi (Karancı ve Rüstemli 1994) ve Dinar Depremi (Turan ve Sayıl 1996; Karancı ve Akşit 1998; Alkan 1998; Karancı ve diğ., 1999), Serinkent Sel Felaketi (Özcankaya ve Acar 1996) ile ilgili araştırmalar yapılmıştır.

17 Ağustos ve 12 Kasım 1999 depremleri Marmara Bölgesi Depremleri olarak da adlandırılmaktadır. Marmara Bölge-

* V. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi' nde (15- 17 Eylül 1999, ODTÜ, Ankara) bildiri olarak sunulmuştur.

**Yrd.Doç.Dr.Feride Bacanlı G.Ü.Gazi Eğitim Fakültesi fbacanlı@gazi.edu.tr

***Yrd.Doç.Dr.Leyla Ercan G.Ü.Gazi Eğitim Fakültesi leyla@gazi.edu.tr

si Depremlerinin hemen ardından bölge halkına götürülecek hizmetlerin en etkili bir şekilde yapılabilmesi amacıyla çeşitli araştırmalar yapılmıştır. Hatta bu araştırmaların bir kısmının takip çalışmaları devam etmektedir. Bu araştırmaların yaklaşık yarısı bölgedeki hastanelerin psikiyatri kliniklerine başvuran yetişkin depremzedeler üzerinde yapılmıştır. Diğer yarısı ise bölgeye dışardan gelen araştırmacılar tarafından depremzedeler üzerinde yapılmıştır. Marmara Bölgesi Depremleriyle ilgili bu araştırmalarda da bundan önceki afetlerle ilgili araştırmalarda yapıldığı gibi genellikle TSSB'lerinin, kaygı, umutsuzluk, depresyon düzeylerinin ve sıklığının çeşitli değişkenlere (yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi gibi) göre farklılaşıp farklılaşmadığının kıyaslamalı ya da karşılaştırmalı olarak araştırıldığı görülmektedir. Araştırmaların bulgularına göre; depremzedelerde ruhsal bozukluk oranının depremzede olmayanlara göre daha yüksek olduğu dikkati çekmektedir (Yeşilyaprak ve Kısaç, 2000; Turan ve Sayıl, 1996). Gerek klinikte gerekse dışarda yapılan araştırmalarda depremzedelerde major depresyon ve uyum bozukluklarına çok sık rastlanmaktadır (Karancı ve Rüstemli, 1994; Ebrinç ve diğ., 2000; Aydoğan ve diğ., 2000; Canat ve Öncü, 2000). Cinsiyete göre TSSB'lerinde kadınlarda sıkıntı, korku, kaygı ve somatizasyonun erkeklerle göre daha çok olduğu görülmektedir (Karancı ve diğ., 1999; Aydoğan ve diğ., 2000; Yazıcı, Tot ve Bal, 2000). Araştırmacılar bu bulguların travmatik yaşantılarla karşılaşılacak bireylerde koruyucu ruh sağlığı hizmetlerine önem verilmesi gerektiğini ortaya koyduğunu belirtmektedirler (Cansever ve diğ., 2000; Yeşilyaprak ve Kısaç 2000; Yazıcı ve diğ., 2000; Aydoğan ve diğ., 2000; Canat ve Öncü 2000; Paynoos ve Nader, 1993; Erden, 2000; Richard ve Bates, 1998). Bu araştırmalardan bazılarının takip çalışmaları sonuçları aradan geçen bir yıl ya da daha fazla zaman içinde depremzedelerin obsesif ve kompulsif davranışlarında, depresyon, öfke düzeylerinde ve paranoid düşüncelerde önemli bir azalma göstermiştir. (Yeşilyaprak ve Kısaç 2001; Başoğlu ve diğ., 2000; Sayıl ve diğ., 2000; Karancı ve Rüstemli 1995). Fakat depremzedelerin anksiyete, fobik anksiyete, psikotik semptomlar, uyuma ve yeme bozukluklarında bir yıl sonra anlamlı düzeyde bir azalma görülmüştür (Cardena ve Spiegel 1991; Asarnow ve diğ., 1999; Ebrinç ve diğ., 2000; Yeşilyaprak ve Kısaç, 2001).

Depremin bireyin ruhsal yapısına olumsuz etkilerinin depremin yaşandığı yıllarla sınırlı kalmayıp daha uzak geleceğe yönelik tehdit unsuru olarak da ciddi bir sarsıntıya yol açabileceği ileri sürülmektedir (Bayar ve diğ., 1999; Soykan ve Soykan, 1999; Yeşilyaprak 1999 a). Yine afetlerle ilgili çeşitli araştırmaların bulguları, doğal afetlerden etkilenen kişilerin ruh-

sal incinmelerinin en az derecelere indirilmesi gereken bireyler olması sebebiyle ruh sağlığı hizmetleri açısından önemli ve uzun vadeli bir risk grubu olduklarını desteklemektedir. Ayrıca felâketlerde ruhsal yakınmaların oluşması için yakınların ölümü ve ekonomik kayıp olması şart değildir. Felâkete tanık olmak da oldukça fazla ruhsal incinmeye sebep olabilmektedir (Paynoos ve diğ., 1993; Goenjian 1993; Özcankaya ve Acar, 1996). Bu nedenlerle yurtdışında büyük bir afet sonrasında ortaya çıkabilecek belirtilerini, afetin uzun süreli etkilerini bu belirti ve etkilerle mücadele yöntemlerini inceleyen çeşitli araştırmalar yapılmıştır (Paynoos ve diğ., 1993; Yule, 1998; Erden, 2000).

Ülkemizde depremzedelerle ilgili ilk araştırma Alkan (1998) tarafından Dinar (1995) depremzedeleri üzerinde yapılmıştır. Araştırma sonuçları, depremden on altı ay sonra, bu depremi yaşamış kişilerin hala çeşitli stres belirtileri gösterdiklerini ortaya koymuştur. En fazla görülen stres belirtileri hem kadınlar hem de erkekler için sinirlilik ve gerginliktir. Kadınlar erkeklerle göre daha fazla stres belirtileri bildirmişlerdir. Bu belirtilerle başa çıkmada kadınların en fazla kadercilik yaklaşımı, erkeklerin ise problem çözme yani iyimser yaklaşımı kullandıkları, erkeklerin çaresiz yaklaşımı en az kullandıkları görülmüştür. Sosyal desteğe başvurma ve kaçma alt ölçekleri açısından kadınlarla erkekler arasında bir fark görülmemiştir. Araştırmacı hem kadınlar hem de erkekler için, çaresiz başa çıkmanın yüksek stres düzeyi ile ilişkili olması nedeniyle, afet öncesi ve sonrası çalışmalarda, özellikle kadınlar üzerinde yoğunlaşılmasını, halkın da katılabileceği ve sorumluluk alabileceği eğitim programlarına ağırlık verilmesini önermektedir. Bunun yanısıra araştırmacı depremden hemen sonra yapılan psikolojik destek çalışmalarıyla birlikte ve bunlardan daha önemli olarak, uzun vadede, deprem yaşamış kişilerin karşılaşabilecekleri sorunlar üzerinde durulmasını önermektedir.

Marmara Bölgesi Depremlerinin olduğu ilk günlerden itibaren resmi ve sivil kişi, kurum, kuruluş ve derneklerin bölgedeki ya da bölge dışındaki depremzedelere maddi ve psikolojik destek verdiklerini biliyor ve gözlütüyoruz. Ancak bu yardım çalışmalarına ve aradan geçen uzun zamana rağmen depremzedelerin halâ sıkıntılarının olduğu gözlenmektedir. Birçok çocuk ya da yetişkin depremeden sağlan da olsa evlerine giremediklerinden girseler de kaygı ve korku yaşadıklarından yakındıkları görülmektedir. Benzer şekilde birçok genç ya da yetişkin depremzede kendini uğraşsız, işsiz, tembel ve geleceksiz hissettiğinden, huy ve davranışlarının değiştiğinden yakınmaktadır.

Bu gözlemler deprem yaşamış kişilerin içinde buldukları bu sıkıntılardan bir an önce kurtulmalarına yardımcı olacak maddi desteğin ve psikolojik yardım hizmetlerinin verilmesini zorunlu hale getirmiştir. Örneğin; depremedelere depremin olumsuz psikolojik etkilerinden kurtulmalarına yardımcı olmaya yönelik psikolojik sağaltım hizmetlerini planlı ve programlı bir şekilde sunabilmek için öncelikle onların deprem stresiyle başaıkma hangi stratejileri kullandıklarının belirlenmesi gerekli ve önemlidir. Çünkü başaıkma, stresörlerin uyandırdığı duygusal gerilimi azaltmak, yok etmek veya bu gerilime dayanmak için yapılan davranış veya duygusal tepkilerin hepsidir (Folkman, 1984). Bu tanıma göre stresörler çevreden kaynaklanan ölüm, iş kaybı, hastalık, sınav, başarısızlık, kişiler arası ilişkilerde bozukluk ve benzerlerinin yanı sıra doğal afetler gibi gözlenebilir ve nesnel olay ya da durumlardır. Bireyin bu stresörlerle başaıkma davranışları da bilinçli stratejilerdir. Birey bunların farkındadır. Bu nedenle nesnel yollarla stresörler belirlenip bireyin belirli durumlarda ne tür başaıkma stratejisi/stratejileri kullandığı yine bireye sorularak kendini değerlendirtirerek ölçülebilir.

Bireylerin stresörlere karşı kullandıkları başaıkma stratejileri çeşitlilik göstermektedir. Bireyin stresöre karşı kullandığı strateji onun biyolojik ve psikolojik sağlığını etkilemektedir. Bazı bireylerde özellikle sağlıksız başaıkma stratejileri olarak bilinen çaresizlik, batıl inançlar ve düşünceler, inkâr gibi stratejilerin uzun süre kullanılması stresin miktarını ve davranış üzerindeki etkisini artırabilir (Keefe ve diğ., 1987). Bu nedenlerle depremede üniversite öğrencilerinin depremden 18 ay sonra deprem stresörü ile başaıkma hangi stratejileri benimsediklerinin belirlenmesi ve benimsedikleri bu başaıkma stratejilerinin iyimserlik düzeyleriyle ilişkilerinin incelenmesi ve olası bu ilişkilerin cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığının saptanması araştırılmaya değer görülmüş ve bu araştırmanın problemini oluşturmuştur.

Gerek başaıkma gerekse iyimserlikle ilgili literatürlerde her iki kavramın da kişilikle ve durumla ilişkilendirildiğine rastlanmaktadır. Bu sınıflamaya göre kişiliğe özgü başaıkma ile iyimserlikten ve duruma özgü başaıkma ile iyimserlikten bahsedilmektedir. Scheier ve Carver (1992) tarafından tanımlanan kişiliğe özgü iyimserlik kavramı, bir kişilik özelliği olarak içinde yaşanan durum ve koşullardan oldukça bağımsız olarak, görece sürekli ve tutarlı biçimde kişinin yaşamında olumsuz sonuçlar yerine olumlu sonuçlar bekleme ve olumlu durumlarla karşılaşılacağına inanma eğilimidir. Segortom ve diğerlerine

göre, kimi bireyler olumsuz olayın ortaya çıkma olasılığını yordarken tam bir yanlılık içine girebilmektedirler. Gerçekçi olmayan kötümserlik olarak isimlendirilen bu süreçte kişiler olumsuz olayların kendi başlarına gelme olasılığına, başkaları için olabileceğinden daha yüksek bir değer biçmektedirler (Akt. Türküm, 1999,80- 81).

Başlangıçta ve hala çeşitli araştırmalarda iyimserlik ve kötümserliğin bir düzlem üzerindeki iki uç yapı olduğu görüşü kabul edilmektedir. Bu araştırmada da iyimserlik ve kötümserlik bir düzlemin iki uç boyutu olarak ele alınıp incelenmiştir. Ancak son yıllarda yapılan çeşitli araştırmalarda (Scheier, Carver ve Bridges, 1994; Lai ve Wong, 1998) bu iki kavramın birbirleriyle oldukça ilişkili öğreler içeren, ancak birbirlerinden farklı yapılar oldukları belirtilmektedir.

İyimserlik ve stres yaratıcı durumlarla başaıkma ilişkileri çeşitli araştırmalara konu olmuş ve bu iki yapı arasındaki ilişkiler çeşitli boyutlar açısından incelenmiştir. Bunlarda Scheier ve Carver (1992) iyimserlerin aktif, problem odaklı başaıkmayı kullandıklarını stres yaratan durumlarla karşılaştıklarında daha planlı davrandıklarını bulmuşlardır. Buna karşılık kötümserlerin stres yaratan obje ile ilişkili olan hedef veya hedeflerle kendilerini meşgul etmeme eğiliminde olduklarını bulmuşlardır. Bunlara ilaveten iyimserler stresli olayların gerçekliğini kabul ederken, kötümserlerin var olan soruna ilişkin farkındalıklarını azaltmak için başaıkma stratejisi olarak inkarı kullandıkları görülmüştür. İyimser hoş olmayan olay ve durumları kabul etme, durumu çok daha olumlu bir şekilde ve deneyerek öğrenme biçiminde yapılandırmaya çalışarak en iyi konuma getirmeye çalışmışlardır. Kısacası iyimserlerin stres yaratan durumlar karşısında daha aktif başaıkıcılar, kötümserlerin ise vazgeçmeye eğilimli kişiler olarak kaçınmacı başaıkıcılar oldukları görülmüştür.

İyimserlik ve başaıkma ilişkisinin incelendiği araştırmalarda iyimserler ve kötümserlerin sorunlarla farklı tarzları kullanarak başaıkıcı oldukları görülmüştür. Özellikle stresli olayın kontrol edilebilir olduğunu düşünenlerin iyimserlik özellikleri ile problem odaklı başaıkma yollarını kullanmaları arasında olumlu ilişki gözlenmiştir. İyimserlikteki artış, durumun gerçekliğini kabul etme girişimleriyle ve olumlu bir biçimde yeniden yorumlamanın kullanımı ile de paralellik göstermektedir. Ancak bu son birliktelik deneklerin stresli olayı kabul edilemez olarak algıladıklarında açığa çıkmıştır. Yani kişiler koşulları veya sonucu değiştiremeyeceklerini düşündükleri zaman iyimserlik düzeyleri ile olayları kabul etmeleri arasında bir

ilişkiden söz edilebilmektedir. Buna karşılık, iyimserlik düzeyi yükseldikçe kişinin kendini sorundan uzak tutma girişimi ve inkâr etmeyi kullanmasında düşüş gözlenmiştir (Türküm, 1999).

Aydın ve Tezer (1999) üniversite öğrencilerinin iyimserlik düzeyleri arttıkça, kendilerinde daha az hastalık belirtisi algıladıklarını bulmuşlardır. Bunun yanı sıra bulgular iyimserlikle akademik başarı arasında da bir ilişki olduğunu ve iyimser öğrencilerin akademik alanda daha başarılı olduğunu göstermiştir. Ancak gerek iyimserlikle hastalık belirtileri gerekse akademik başarı arasındaki ilişkilerin cinsiyete göre farklılaşmadıkları bulunmuştur. Bu bulgular iyimserlikle ilgili önceki (Scheier ve Carver, 1985; 1987; Scheier ve diğ., 1986) araştırmaların sonuçlarını desteklemektedir.

Türküm (1999) üniversite öğrencileri üzerinde stresle başa çıkma, iyimserlik, bilişsel çarpıtma ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlar arasındaki ilişkileri incelemiştir. Bulgular, iyimserlik puanı yüksek ve düşük olan öğrencilerin sadece soruna yönelme stratejisini kullanma bakımından farklılaştıklarını diğerlerinde bir farklılaşma olmadığını ve iyimserliğin stresle başa çıkmayı yordadığını göstermiştir. Bu bulgular da stresle başa çıkmada iyimserliğin olumlu bir rolü olduğunu düşündürmektedir.

Depremzedelerle ilgili araştırmalarda daha çok TSSB'lerinin belirlendiği ya da takip çalışmalarının yapıldığı dikkati çekmektedir. Deprem stresıyla bireylerin nasıl başa çıktıklarını, bu başa çıkma stratejilerinin pozitif psikolojide önemli bir kavram olan iyilik hali, iyimserlik gibi psikolojik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadıklarını veya bu değişkenlerle ilişkilerini belirlemeyi amaçlayan araştırmalara gereken önemin verilmediği görülmektedir. Dolayısıyla bu araştırmanın amacı, depremzede üniversite öğrencilerinin deprem stresıyla başa çıkmada kullandıkları stratejilerin iyimserlik düzeylerine (yüksek ve düşük) ve cinsiyete göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini saptamaktır.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Gazi Üniversitesi Mediko Sosyal Merkezi'nde 2000-2001 Bahar Döneminde Üniversitenin Beşevler kampüsündeki çeşitli fakültelerinde 183 depremzede öğrencinin öğrenim gördüğü belirlenmiştir. Bu araştırmaya bu öğrencilerden 161 gönüllü öğrenci katılmıştır. Ancak 11 öğrencinin ölçekleri Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği (Aysan, 1994)'ni cevaplarken

stresör olarak depremi yazmadıkları için veriler 150 öğrenci üzerinde (75 erkek ve 75 kız) değerlendirilmiştir. Öğrencilerin yaşları 18-23 arasında değişmektedir.

İşlem

Başa Çıkma Stratejisi Ölçeği (Aysan, 1994) ve Yaşam Yönelimi Testi (Aydın ve Tezer, 1991) bir takım halinde araştırmaya katılmaya gönüllü depremzede öğrencilere öğrenim gördükleri fakültelerde ders saatlerinde araştırmacılar tarafından uygulanmıştır. Uygulamalar için gerekli resmi yazışma ve düzenlemeler araştırma öncesi yapılmıştır. Uygulamalar yaklaşık 30 dakika sürmüştür.

Veri Toplama Araçları

Öğrencilerin deprem stresıyla başa çıkmada kullandıkları stratejiler stres yaşantılarında kullanılan Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği (Aysan, 1994) ile iyimserlik düzeyleri ise Yaşam Yönelimi Testi (Aydın ve Tezer, 1991) ile değerlendirilmiştir.

Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği (BSÖ)

Örijinali Amirkhan (1990) tarafından geliştirilen BSÖ'ni Aysan (1994) Türkçeye uyarlama, güvenilirlik ve geçerlik çalışmalarını yapmıştır. Ölçekte 33 madde vardır. Bu maddeler üç alt ölçeğe eşit şekilde dağılmaktadır. 3' lü derecelmeli likert tipi bir ölçektir. BSÖ'nin yapı geçerliği için faktör analizi çalışması yapılmıştır. BSÖ'nin Problem Çözme, Sosyal Destek Arama ve Kaçınma olmak üzere üç alt ölçeği vardır. Faktör Analizi Çalışmasında BSÖ'nin faktör yapısı ile orijinal ölçeğin faktör yapısı arasında benzerlikler kaydedilmiştir. BSÖ'nin güvenilirliği için iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır. İç tutarlık katsayıları her alt ölçek için şöyledir: Problem Çözme (.85), Sosyal Destek Arama (.76) ve Kaçınma (.73)'dür. BSÖ'nin güvenilirlik ve geçerliğine ilişkin kanıtların yeterli olduğu ve araştırmalarda kullanılabilmesi önerilmektedir.

Yaşam Yönelimi Testi (YYT)

Örijinali Scheier ve Carver (1987) tarafından geliştirilen Yaşam Yönelimi Testi'nin Türkçeye uyarlama, güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları, Aydın ve Tezer (1991) tarafından üniversite öğrencileri tarafından yapılmıştır. YYT, 12 maddeden oluşan 5'li Likert tipinde bir ölçektir. Ölçekten deneklerin işaretledikleri seçeneklerin sayısal değerleri toplanarak tek bir puan elde edilmektedir. YYT'den alınan yüksek puan yaşama olumlu bakış açısına sahip olduğuna, bir başka deyişle iyimserliğe, düşük puan ise yaşama olumsuz bakış açısına yani kötümserliğe işaret etmektedir.

YYT' nin güvenilirliğini belirlemek için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı hesaplanarak ve testin tekrarı tekniği ile belirlenmiştir. YYT'nin iç tutarlık katsayısı anlamlı bulunmuştur ($\lambda = .72$; $p < .001$). Testin tekrarı tekniği ile hesaplanan kararlık katsayısı $.77$ ($p < .001$)' dir.

YYT' nin geçerliği için Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) ile ilişkisine bakılmıştır. YYT ve BDÖ puanları arasında anlamlı ve negatif bir korelasyon bulunmuştur ($r = -.56$; $p < .001$). Bu çalışmalardan sonra YYT' nin güvenilirlik ve geçerliğine ilişkin kanıtların yeterli olduğu ve araştırmalarda kullanılabilceği önerilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırma grubundaki öğrencilerin YYT' nden aldıkları puanların $X = 22,4$ ve $SS = 4,2$ ' dir. $X = 22,4$ puanına $SS = 4,2$ ' nin yarısı eklenerek iyimserlik düzeyi yüksek (iyimser) grup, çıkarılarak da iyimserlik düzeyi düşük (kötümser) grup oluşturulmuştur. BSÖ' nin üç alt ölçeğinden alınan puanların iyimserlik düzeyinin yüksek ve düşük oluşuna ve cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için verilere çok yönlü çok değişkenli MANOVA uygulanmıştır.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Verilere uygulanan çok yönlü ve çok değişkenli MANOVA sonuçlarına göre; iyimserlik düzeyi yüksek ve düşük öğrencilerin BSÖ' nin üç alt ölçeğinden aldıkları puanlar anlamlı farklılık göstermemiştir [Wilks' Lambda (λ) = $.94$, $F(3, 94) = 2, 195$, $p > .05$, $\lambda_2 = .03$]. Kız ve erkek öğrencilerin BSÖ' nin üç alt ölçeğinden aldıkları puanlar da anlamlı farklılık göstermemiştir [Wilks' Lambda (λ) = $.96$, $F(3, 94) = 1, 441$, $p > .05$, $\lambda_2 = .03$]. İyimserlik düzeyinin (düşük ve yüksek) ve cinsiyetin birlikte BSÖ' nin üç alt ölçeğinden alınan puanlar üzerindeki etkisi de anlamlı bulunmamıştır [Wilks' Lambda (λ) = $.99$, $F(3, 94) = .26$, $p > .05$, $\lambda_2 = .01$]. Bu bulgular öğrencilerin BSÖ' nin üç alt ölçeğinden aldıkları puanların iyimserlik düzeylerine (düşük ve yüksek) ve cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediğini ortaya koymaktadır.

Bu bulgular iyimserlik ve başa çıkma arasındaki ilişkilerin çeşitli boyutlar açısından incelendiği önceki araştırmaların sonuçlarına benzemektedir. Scheier ve Carver' in (1992) araştırmalarının bulguları iyimserlerin aktif, problem çözüme odaklı başa çıkmayı kullanmaya eğilimli olduklarını ve stresli durumlara karşılaştıklarında daha planlı davrandıklarını göstermiştir. Buna karşılık kötümserler stres yaratan obje ya

da durumlardan kaçınma eğilimi göstermişlerdir. Ayrıca iyimserler var olan stresli durumun gerçekliğini kabul ettiklerini, kötümserler inkarı etmeyi kullandıklarını belirtmişlerdir. Bu araştırmanın bu bulguları Türküm' ün (1999) araştırmasının sonuçlarını da desteklememektedir. Türküm, iyimserlik düzeyi yüksek ve düşük öğrencilerin günlük stresle başa çıkma kullandıkları stratejilerden daha aktif olmayı içeren "soruna yönelik strateji" yi kullanmada iyimserlik düzeyi yüksek öğrenciler lehine anlamlı olarak farklılaştıklarını bulmuştur. Bu sunulan araştırmada iyimserlik düzeyinin yüksek ve düşük oluşuna göre depreme öğrencilerin kullandıkları başa çıkma stratejilerinin anlamlı olarak farklılaşmamasının iyimserliğin ölçümünde kullanılan YYT' nin iyimserlik kavramını ölçme yaklaşımından kaynaklandığı düşünülmektedir. Bir başka ifadeyle YYT, iyimserlik ve kötümserliği bir düzlemin iki uç boyutu olarak ele alıp ölçmektedir. Bu nedenle ölçekten alınan yüksek puan iyimserliğe, düşük puan da kötümserliğe işaret etmektedir. Dolayısıyla $n = 150$ öğrenciden iyimser ve kötümser grupları belirlemek için yukarıda anlatıldığı gibi aritmetik ortalamaya ve SS ' den yararlanılarak bir seçme işlemi yapıldı. Bu seçme işlemi aynı zamanda bir sürekli değişken olan iyimserliği süreksiz değişken haline getirmekti. Bu işlem doğal olarak iyimser ve kötümser grubu oluştururken veri kaybına neden oldu. Bunun sonucu olarak karşılaştırmalar $n_i = 56$ (iyimser) ve $n_k = 42$ (kötümser) den oluşan gruplar üzerinde yapılmıştır.

Kısacası araştırmada iyimser ve kötümser grupları belirlemek için uygulanan bu işlemin araştırmaya katılan iyimser ve kötümser öğrencileri ayırt etmede yetersiz olduğu ve bu yetersizliğin başa çıkma stratejilerinin iyimserlik ve kötümserliğe göre farklılaşp farklılaşmadığını saptama sürecine olumsuz yansıdığı düşünülmektedir. Son yıllarda yapılan araştırmalarda (Scheier, Canver ve Bridges, 1994; Lai, Cheung, Lee ve Yu, 1998; Lai & Wong, 1998) iyimserlik ve kötümserlik kavramlarının birbirleriyle oldukça ilişkili öğeler içeren; ancak birbirinden farklı yapılar olduğunu göstermektedir. Bu araştırmaların sonuçları iyimserlik ve kötümserliğin bir düzlem üzerindeki iki uç yapı olduğu görüşünü çürütmektedir (Chang, 1996; 1998 a;b; Chang ve D' Zurilla, 1996). Bu nedenlerle son araştırmalarda ileri sürülen görüşleri dikkate almakta yani iyimserliğin ölçümünde iyimserlik ve kötümserliği iki ayrı yapı olarak ölçen araçları kullanmakta yarar görülmektedir. Ancak kanaatimizce iyimserliğin ölçümünde hem iyimserlik ve kötümserliği iki ayrı yapı olarak ölçen hem de YYT gibi iyimserlik ve kötümserliği bir düzlem üzerindeki iki uç yapı olarak ölçen araçları birlikte kullanarak veri toplayan ve elde edilen sonuçları karşılaştıran gelecek araştırmalar hem iyimserliğin

doğası hem de iyimserliğin ölçümü konusuna daha geçerli ve güvenilir bilgiler sunabilir.

Bu araştırmanın yine amacı kapsamında incelenen deprem stresiyle başa çıkma stratejilerinin cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur. Başa çıkma ve iyimserlik açısından kadın ve erkekleri karşılaştıran araştırmalara bakıldığında bu araştırmaların sonuçlarının birbirleriyle pek de tutarlı olmadığı görülmektedir. Örneğin; Alkan (1998) ve Aysan (1994) başa çıkma stratejilerinin cinsiyete göre farklılaştığını bulurken, Uçman (1990) ise farklılaşmadığını bulmuştur. Dolayısıyla bu araştırmada da deprem stresiyle başa çıkma kullanılan stratejilerin cinsiyete göre farklılaşmaması Uçman'ın (1990) araştırmasının sonuçlarına benzemektedir. Bu sunulan araştırmanın bulgularına göre, kadınların stresle başa çıkmada daha çok duyguya yönelik yolları kullandıkları erkeklerin ise probleme yönelik yolları tercih ettikleri doğrultusundaki kültürel inançlar da destek görmemiştir. Bu durum ileride yapılacak araştırmalarda deprem ya da benzeri afetlerle ve diğer stresörlerle başa çıkmada kullanılan stratejilerin cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığının incelenmesi gereğini ortaya koymaktadır.

Bu araştırmanın sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde; araştırmanın örnekleme, veri toplama araçları ve yöntemleri bakımından bazı önemli sınırlılıkları vardır. Birincisi, katılımcıların gönüllü öğrencilerden oluşması araştırmanın genellenebilirliğini sınırlamaktadır. İkincisi, yukarıda da tartışıldığı gibi bu araştırmanın iyimserliğin ölçümünde kullanılan YYT' den kaynaklanan bir sınırlılığı da vardır.

Bu araştırma deprem stresiyle başa çıkma stratejilerinin iyimserlik düzeyine ve cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığını inceleyen bir ön çalışma olmasına rağmen elde edilen bulguların gelecekte yapılacak benzeri araştırmalara ışık tutacağı ve literatüre katkı sağlayabileceği umulmaktadır.

KAYNAKLAR

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA). (1994). Mental bozuklukların tanısal ve sayımsal el kitabı, (DMS-IV) E. Köroğlu (Çev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Alkan, N. A. (1998). Distress reaction of victims of 1 October 1995 Dinar Earthquake: An analysis within the cognitive theory of stress and coping. ODTÜ, Psikoloji Bölümü, 12

Yüksek Lisans Tezi.

Asarnow, J, Glyn, S., Pynoss, RS., Nahum J. Guthrie D. Cantwell D. & Franklin B (1999) When the earthquake sequele among children diagnosed for pre- earthquake psychopathology. *Journal of American Child and Adolescent Psychiatry*, 38(8): 1016-1023.

Aydın, G., ve Tezer, E. (1991). İyimserlik, sağlık sorunları ve akademik başarı ilişkisi. *Psikoloji Dergisi*, Aralık, 7(26), 2- 9.

Aydoğan, G., Özmen, M., Tan, O., Yalçın, D., & Dirican. (2000). 1999- İzmit depreminde yaralanan hastalarda ve yakınlarında akut stres tepkileri ve kronikleşme. 36. Ulusal Psikiyatri Kongresi, 3- 7 Eylül, Antalya.

Aysan, F. (1994). *Başa çıkma stratejisi ölçeğinin üniversite öğrencileri için geçerliliği, güvenilirliği*. I. Eğitim Bilimleri Kongresi. Adana: Çukurova Üniversitesi Yayınları; S: 1158- 1169.

Başoğlu, M.; Kılıç, C.; Erken, S. & Şalçioğlu, E. (2000) *Depremin ruhsal etkileri: Epidemiyolojik bir çalışma*. 36. Ulusal Psikiyatri Kongresi, P. 131.

Bayar, R. & diğ., (1999). 'Deprem Travması Devrimci Bir Ruhla Seferberlik Mantiğiyle Yaklaşmak Lazım' Cogito Deprem Özel Sayısı, İstanbul Yapı Kredi Yayınları, 20, 225- 250.

Canat, S., ve Öncü, B., (2000). *Ergenlerde deprem felaketine bağlı travma sonrası stres bozukluğu*. 36. Ulusal Psikiyatri Kongresi, 3- 7 Eylül, Antalya.

Cansever, A., Uzun, Ö., Dikkatli, S., Murat, H., Ö., & Özgen, F. (2000) *Deprem sonrası psikiyatrik morbidite*. 36. Ulusal Psikiyatri Kongresi, 3- 7 Ekim, Antalya.

Cardena, E., & D. Spiegel (1991) "Dissociative reactions to the bay area earthquake" (ED 334482), Riedel.

Chang, E. C. (1996). Cultural differences in optimism, pessimism, and coping: predictors of subsequent adjustment in Asian American and Caucasian American college students. *Journal of Counseling Psychology*, 43(1), 113- 123.

- Chang, E. C. (1998a). Disposal optimism and primary and secondary appraisal of a stressor: Controlling for confounding influences and relations to coping and psychological and physical adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(4), 1109- 1120.
- Chang, E. C. (1998b). Hope, problem- solving ability, and coping in a college student population: Some implications for theory and practice. *Journal of Clinical Psychology*, 54(1), 953- 962.
- Chang, E. C., & Bridewell, W. B. (1998). Irrational beliefs, optimism, pessimism, and psychological distress: A Preliminary examination of differential effect in a college population. *Journal of Clinical Psychology*, 54(2), 137- 142.
- Chang, E. C., & D' Zurilla, T. (1996). Relations between problem orientation, optimism, pessimism, and trait affectivity: A Construct validity study. *Behavioral Research Therapy*, 34(2), 185- 194.
- Ebrinç, S., Yiğit S., Çetin M., Semiz Ü. B., Şendoğan N., Maden B. & Balıbey H. (2000) *17 Ağustos 1999 kocaeli depremi sonrası poliklinik başvurularında kaygı, umutsuzluk ve depresyon düzeylerinin deprem sonrası geçen süreyle değişimin karşılaştırılması* 36. Ulusal Psikiyatri Kongresi, 3-7 Ekim, Antalya.
- Erden, G. (2000). Çocuklara yönelik afet sonrası müdahaleler. *Türk Psikoloji Yazıları*. 3 (5), 49- 61.
- Goenjian, K. Pynoos, R. S. & Steinberg A. M. (1995). Psychiatric comorbidity in children after the 1988 earthquake in Armenia. *Journal of American Child and Adolescent Psychiatry*, 34:1174- 1184..
- Karancı, N. A., & Akşit, B. (1999). Strengthening community participation in disaster management by strengthening governmental and non- governmental organisations and networks: a case study from Dinar and Bursa (Turkey). *The Australian Journal of Emergency Management*, 13 (4), 35- 39.
- Karancı, N. A., Aklan, N., Akşit, B., Sucuoğlu, H., & Balta, E. (1999). Gender differences in psychological distress coping, social support and related variables following the 1995 Dinar (Turkey) earthquake. *North American Journal of Psychology*, 19(1), 8- 18.
- Karancı, N. A. & Rüstemli, A. (1994). *Erzincan Depremi sonrası stres tepkileri (stres reactions following the Erzincan Earthquake)*. VII. Ulusal Psikoloji Kongresi, İzmir.
- Karancı, N. A., Rüstemli, A. & Sucuoğlu, H. (1995). *1992 Erzincan depreminin sosyal ve psikolojik boyutları (psychological consequences of 1992 erzincan earthquake)*. Üçüncü Ulusal Deprem Mühendisliği Konferansı Kitabı, 748- 758.
- Keefe, F. J., Caldwell, D. S., Queen, K. T., Gil, K. M., Martinez, S., Crisson, S. E., Ogden, W., & Nunley, Y. (1987). Pain coping strategies in osteoarthritis patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55(2), 208- 212.
- Kısaç, İ. & B. Yeşilyaprak (2001) *Stress reactions of the people still live in Marmara Region (Turkey) after the earthquakes: a follow up study* VII. European Traumatic Stress Congress, (26-29 May) Edinburg, Scotland.
- Lai, J. C. L.; Cheung, H.; Lee, W. & Yu, H. (1998). The utility of the revised life orientation test to measure optimism among Hong Kong Chinese. *International Journal of Psychology*, 33(1), 45- 56.
- Lai, S. C. L. & Wong, W. S. (1998). Optimism and coping with unemployment among Hong Kong Chinese Women. *Journal of Research Personality*, 32, 454- 479.
- Major, B., Richards, c., Cooper, M. L., Cozzarelli, C., & Zubek, S. (1998). Personal resilience, cognitive appraisals, & coping: An integrative model of adjustment to abortion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(3), 735- 752.
- Özcankaya, R. & Acar, A. (1996). Isparta Senirkent felaketinden etkilenen kişilerde ruhsal belirtiler dağılımı. *Kriz Dergisi*, 4(1): 45- 55.
- Pfefferbaum, B. (1997). Posttraumatic stress disorder in children: A review of the past 10 years. *Journal of American Acad Child Adolescent Psychiatry*, 36, 503- 511.
- Paynoos, R. S., Goenjian, A., Tashjian, M., Karakashian, M., Manjikian, R., Manoukian, G., Steinberg, A., & Fairbanks, L. (1993). Posttraumatic stress reactions in children of the 1988 Armenian earthquake. *British Journal of Psychiatry*, 163, 239- 247.

- Paynoos, R. S. & Nader, K. (1993). Issues in the treatment of post- traumatic stress in children and adolescents. In J. P. Wilson & B. Raphael (Eds). *International Handbook Of Traumatic Stress Syndromes*. New York: Plenum Press.
- Richard, T., & Bates, C. (1998). Helping childrens' posttraumatic stress. *Education Digest*, 63(8), 64- 68.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4: 219- 247.
- Scheier, M. F., Weintraup, J. K., & Carver, C. S. (1986). Coping with stress: Divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51: 1257- 1264.
- Sayıl, I., Canat, S., Akder, R., Kılıç, E. Ö., Uslu, R., Özgüven, H. D. & Öncü, B. (2000). *Depremzede ailelere yönelik koruyucu müdahale çalışması*. 36. Ulusal Psikiyatri Kongresi, 3- 7 Ekim, Antalya.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1987). Dispositional optimism and physical well- being: The influence of generalized outcome expectancies on health. *Journal of Personality*, 55, 2: 169- 210.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effect of optimism on psychological and physical well- being: thorical overview and emprical update. *Cognitive Theraphy and Research*, 16(2), 201- 228.
- Scheier, M. F., Carver, C. S. & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self- mastery, and self- esteem): A Revaluation of the life orientation test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1069- 1078
- Soykan, A. & C. Soykan (2000). Psikolojik Deprem. *Cogito Deprem Özel Sayısı*, İstanbul, Yapı Kredi Yayınları, 20: 215-223.
- Türküm, S. A. (1999). Stresle Başa çıkma ve İyimserlik. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları; No. 1098.
- Turan, N. & Sayıl, I. (1996), Dinar depreminde canmal kaybı uğrayanlar üzerinde kıyaslamalı bir psiko- sosyal çalışma. *Kriz Dergisi*, 4(1), 45- 48.
- İçelli, İ. & diğ. (1971). *Ege bölgesinin bir toplumunda (burdur) depreminin değişik kesimlerinden kişilerde yaptığı etkiler*. VII. Milli Nöro- Psikiyatri Kongresi Bilimsel Çalışmaları, Ankara: Tük Standartlar Enstitüsü, 393- 403.
- Yazgan, Y. (2000). *Okul Çağı Çocuklarında depreme ilişkin Postravmatik Belirtilerin Belirleyicileri*. 36. Ulusal Psikiyatri Kongresi, 3- 7 Ekim, Antalya.
- Yazıcı, K., Tot, Ş., & Bal, N. (2000) *Depreme maruz kalan kişilerde psikiyatrik ölçek puanlarının sosyo demografik özellikler ile ilişkisi*. 36. Ulusal Psikiyatri Kongresi, 3- 7 Eylül, Antalya.
- Yeşilyaprak, B. (1999a). Deprem sonrası psikolojik yıkım. *Cumhuriyet Bilim Teknik Dergisi*, 651: 15.
- Uçman, P. (1990). Ülkemizde çalışan kadınlarda stresle başa çıkma ve psikolojik rahatsızlıklar. *Psikoloji Dergisi*, 7(24), 58- 75.
- Yeşilyaprak, B. (1990b). Deprem sonrası psikolojik yıkımının altından kalkmak. *Cumhuriyet Bilim Teknik Dergisi*, 652: 15.
- Yeşilyaprak, B., & Kısaç İ. (2000). *Marmara bölgesi depremlerinin psiko- sosyal etkilerinin incelenmesi*. IX. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi, 27- 30 Eylül 2000, Erzurum.
- Yeşilyaprak, B., & Kısaç, İ. (2000). *Marmara bölgesi depremleri sonrası stres tepkileri: Karşılaştırmalı bir çalışma*. 36. Ulusal Psikiyatri Kongresi, 3- 7 Ekim, Antalya.
- Yule, W., Perin, S. ve Smith, P. (1998), Posttraumatic stress disorders in children and adolescences. Yule, W. (Ed.). *Post- Traumatic Stress Disorders concepts and therapy*. New York: Wiley & Sons.

SUMMARY

RELATIONSHIP OF OPTIMISM AND GENDER TO COPING WITH EARTHQUAKE STRESS*

Feride Bacanlı ** Leyla Ercan***

Following the Marmara Earthquakes, several studies were conducted in order to guide effectiveness of interventions with the survivors. Follow ups of some of these studies continue on to date. Researchers found that survivors of the earthquakes reported more psychopathological symptoms (Yeşilyaprak & Kısaç, 2000; Turan & Sayıl, 1996). Studies with samples of clinical and general populations show that earthquake survivors report symptoms of depression and adjustment disorders (Karancı & Rüstemli, 1994; Ebrinç et al., 2000; Aydoğan et al., 2000; Canat & Öncü, 2000). Studies also show that of post traumatic stress disorder (PTSD) symptoms fear, anxiety, and somatization are more prevalent among female survivors (Karancı & diğ., 1999; Aydoğan & diğ., 2000; Yazıcı, Tot & Bal, 2000). Researchers interpret these findings as indicative of the importance of preventive mental health interventions (Cansever et al., 2000; Yeşilyaprak & Kısaç 2000; Yazıcı et al., 2000; Aydoğan et al., 2000; Canat & Öncü 2000; Paynoos & Nader, 1993; Erden, 2000; Richard & Bates, 1998).

Adverse impacts of earthquakes are not limited to proceeding months or years; they can continue effecting survivors throughout their lives (Bayar et al., 1999; Soykan & Soykan, 1999; Yeşilyaprak 1999 a). Thus, international literature involves studies on symptoms following disasters as well as on long term effects of disasters. Likewise, there have been studies on short term and long term interventions for survivors of disasters (Paynoos et al., 1993; Yule, 1998; Erden, 2000).

In one of the rare national studies Alkan (1998) conducted worked with survivors of the Dinar earthquake (1995). She reports post trauma symptoms 6 months after the earthquake. In order to devise effective interventions for earthquake survivors, it is necessary to investigate their existing coping strategies because such interventions will be more effective if they are built on individuals' already existing ways of coping. Coping involves elevating, eliminating or resisting emotional tension stemming from stressors (Folkman, 1984).

Individuals' responses to stressors and thus their coping strategies vary greatly. Ways in which persons deal with stressors have vital implications on their physical and psychological wellbeing. Studies show that optimistic and pessimistic persons differ in their ways of coping with difficulties of life. Optimistic persons tend use solution-oriented coping strategies. These persons feel a certain degree of personal control over adversities of life. Optimism is also associated with acceptance of circumstances and when necessary reevaluating/interpreting them which in turn foster more effective adjustment. There is a positive relationship between optimism and acceptance of negative circumstances which the person cannot change. Türküm (1999) found a negative relationship between optimism and avoidance/denial of problems.

Aydın and Tezer (1999) observed that college students with higher levels of optimism had fewer symptoms of illness and better grades at school. However, the authors noted that the relationships between optimism and health, optimism and achievement did not differ according to gender. This finding confirmed results of prior studies (Scheier & Carver, 1985; 1987; Scheier et al., 1986).

The purpose of this study was to investigate if college students' coping with stress following an earthquake differed according to their gender and level of optimism (higher/lower).

METHODOLOGY

Participants

According to the Gazi University Student Health Center there were 183 students who were earthquake survivors during the academic year of 2000-2001. Of these students, 161 volunteered for the study. Data on 150 (75 males, and 75 females) of them were included in the analysis. Students' ages

* V. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde (15- 17 Eylül 1999, ODTÜ, Ankara) bildiri olarak sunulmuştur.

**Yrd.Doç.Dr.Feride Bacanlı G.Ü.Gazi Eğitim Fakültesi fbacanlı@gazi.edu.tr

***Yrd.Doç.Dr.Leyla Ercan G.Ü.Gazi Eğitim Fakültesi leyla@gazi.edu.tr

ranged between 18 and 23.

Instruments

Coping Strategies Scale (CSS; Aysan, 1994) was used to measure students' coping strategies for earthquake stress. Life Orientation Scale (LOS; Aydın & Tezer, 1991) was used to measure students levels of optimism.

RESULTS AND DISCUSSION

Results of multivariate analysis of variance (MANOVA) indicated that students with higher and lower optimism did not differ significantly on the three subscales (social support, problem solving, and avoidance) of the CSS [Wilks' Lambda (λ) = .94, $F(3, 94) = 2, 195, p > .05, \lambda^2 = .03$]. Likewise, male and female scores on these subscales did not differ significantly [Wilks' Lambda (λ) = .96, $F(3, 94) = 1, 441, p > .05, \lambda^2 = .03$]. Moreover, the interaction of optimism and gender also did not yield to significant differences on subscales of coping. [Wilks' Lambda (λ) = .99, $F(3, 94) = .26, p > .05, \lambda^2 = .01$]. Thus, students' coping strategies did not differ significantly according either to their levels of optimism (higher/lower) or to their gender.

These results are inconsistent findings of previous studies examining the relationship between coping and optimism. Scheier and Carver (1992) found that optimists, who tend to accept the reality inherent in stressful situations and respond to them in systematic ways, use proactive, solution-focused ways of coping. On the contrary, pessimists were more likely to use avoidance and denial while under distress. Türküm (1999) found similar results. She observed students with higher level optimism were more likely to utilize proactive-solution-oriented coping strategies in dealing with daily stressors than those with lower level of optimism. The fact that results of this study did not support findings of previous research might be due to instrumentation (Life Orientation Scale; LOS; Aydın & Tezer, 1991)

The processes through which students were assigned to the higher and lower optimism groups might pose limitations. In other words, how optimism was conceptualized might be problematic. Indeed, recent studies (Scheier, Carver and Bridges, 1994; Lai, Cheung, Lee and Yu, 1998; Lai & Wong, 1998) point out that optimism and pessimism involve related elements yet they are different constructs. Hence, perhaps conceptualizing optimism and pessimism as two ends of the same continuum

needs reconsideration (Chang, 1996; 1998 a; b; Chang & D'Zurilla, 1996).

It seems that the use of instruments measuring both optimism and pessimism as separate constructs and those conceptualizing them on a continuum should be used simultaneously which might provide further knowledge into the nature of both traits and could improve validity and reliability of studies. Some aspects of sampling, methodology, and instrumentation of this study pose limitations to its internal and external validity. The fact that the participants were volunteers poses limitations to the generalizability of the results. As mentioned above, there could be limitation due to the LOS, which conceptualizes optimism and pessimism as two ends of the same continuum. This study investigated if individuals' coping strategies following an earthquake varied according to their gender and levels of optimism. The study was also meant to stimulate further research particularly because a significant portion of Turkey is subject to frequent earthquakes.