

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM BECERİLERİNİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER

Atılğan ERÖZKAN*

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini etkileyen faktörleri belirlemektir. Bu çalışma betimsel yöntem kullanılarak yapılmıştır. Araştırma, amacına uygun olarak Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim gören farklı gruplarda tesadüfi seçimle 380 kişi üzerinde (190 kız; 190 erkek) gerçekleştirilmiştir. Araştırmada “Bilgi Toplama Formu”, “Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği”, “İlişki Ölçekleri Anketi”, “Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri” ile “İletişim Becerileri Envanteri” kullanılmıştır. Veri analizleri için SPSS/WINDOWS kullanılmıştır. Öğrencilerin iletişim becerilerini açıklamak için “çok yönlü hiyerarşik regresyon analizi”; değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için “korelasyon” kullanılmıştır. Araştırma bulguları, üniversite öğrencileri için kişilerarası ilişki tarzlarının alt boyutları olan “insan severlik”, ve “duyarlılığın”; bağlanma stillerinin alt boyutları olan “güvenli” ve “korkulu” bağlanmanın; ve benlik saygısının iletişim becerilerinin önemli yordayıcıları olduğunu göstermiştir. Araştırma sonuçları, önceki bulgular ışığında kişilerarası ilişki tarzları, bağlanma stilleri, benlik saygısı ve iletişim becerileri kapsamında başka araştırma ve uygulamalara da yol gösterecek bağlamda tartışılmıştır.

Anahtar sözcükler: Kişilerarası ilişki tarzları, bağlanma stilleri, benlik saygısı, iletişim becerileri ve üniversite öğrencileri.

FACTORS INFLUENCING UNIVERSITY STUDENTS COMMUNICATION SKILLS

SUMMARY

The aim of this study is to determine the factors influencing communication skills of university students. Descriptive method was used in this study. For this purpose 380 (190 females; 190 males) students are randomly recruited from Muğla University Faculty of Education’s various departments. Main instruments are “Information Gathering Form”, “Interpersonal Relationship Styles Scale”, “Relationship Scales Questionnaire”, “Rosenberg

*Yard. Doç. Dr. Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğit. Bil. Böl. Kötekli/MUĞLA. erzkan@yahoo.com.

Self-Esteem Inventory -Self-Esteem Subscale-” and “Communication Skills Inventory”. SPSS for WINDOWS was used for data analysis. Multiple hierarchical regression analysis was used for explaining students’ communication skills; correlational statistics was also employed to search for relationships among all variables. The findings showed that the interpersonal relationship styles -humanity and sensitivity subdimensions-, attachment styles -secure and fearful subdimensions- and self-esteem important predictors of communication skills. The results are discussed in the light of previous findings and in the context of interpersonal relationship styles, attachment styles, self-esteem and communication skills conducting future research for implications as well.

Key words: Interpersonal relationship styles, attachment styles, self-esteem, communication skills and university students.

Diğer insanların olumlu tepkiler vermesine yol açabilecek ve olumsuz tepkilerini önleyebilecek becerilere sahip olmak her birey için oldukça önemlidir. İnsanlar, başkalarıyla etkileşimi mümkün kılacak sosyal açıdan kabul edilebilir olan -reddedilmeye engel- davranış biçimlerine sahip olmak isterler. Bu davranış biçimleri genel olarak yaşam içerisinde iletişim becerileri olarak kendini göstermektedir. İletişim becerileri bireyler için olmazsa olmazlar şeklinde yaşamdaki yerlerini almakta, bu yüzden de önemli roller içermektedirler. Diğer insanlarla iletişim/etkileşimde bulunmayı kolaylaştırıcı özellikte olmaları, bu becerilerin kişilerarası bağlamdaki işlevlerinin önemini daha da artırmaktadır.

İletişim becerileri sözel olan ve olmayan mesajlara duyarlılık, etkili olarak dinleme ve etkili olarak tepki verme biçiminde özetlenebilmektedir. Gibson ve Mitchell (1995), pek çok kuramcı gibi iletişim becerilerinden söz ederlerken sözel olmayan mesajlara duyarlılık ve etkili dinleme üzerinde ısrarla durmaktadırlar. Bu beceriler bir dizi özellikten etkilendiği gibi kültür tarafından da etkilenir ve istenirse bazı ilişki örüntüleri değiştirilebilir. İletişim becerilerinin doğuştan ve sezgi yoluyla gerçekleştiğini düşünenler olsa da pek çok çalışma, iletişim tekniklerinin çoğu öğesinin öğrenilebilir ve öğretilebilir özelliklere sahip olduğunu göstermektedir (Corey, 2001).

İletişim kurma yolları öğrenilmekle beraber, bazen sağlıklı ve etkili olanlar yerine işe yaramayan iletişim yolları da öğrenilir. O nedenle, kişilerarası ilişkilerin hepsi her zaman etkili olmayabilmektedir. Etkili kişilerarası iletişim, mesajı alan kişinin mesajın anlamını, veren kişinin iletmek istediği anlamda alması halinde gerçekleşmektedir. Dengeli ve sağlıklı ilişki kurabilen bireylerin; duygusal güvenlik içinde oldukları, olayları, durumları gerektiği biçimde yorumlayabildikleri ve çevrelerindeki insanlar kadar kendileriyle de olumlu iletişim kurabildikleri bilinmektedir (Bilen, 1995, s.45).

Sağlıklı iletişimde bulunabilmek için kişilerin davranışsal ve duygusal tepkileri, düşünce ve inanç biçimleri ve olaylarla ilgili geliştirmiş oldukları bakışaçıları önemlidir. Gerçekçi iletişimde, bir olayla ilgili mesajın tam olarak amacına ulaşabilmesi için, kişinin paylaşılan olaya ilişkin tüm açılardan bir bakışaçısı geliştirmesi gerektiğine inanılır. Bu nedenle gerçekçi iletişimi benimsemiş bir kişinin amacı, kendi göreceli doğrusunu veya

farklılığını çevresindekilere zorla kabul ettirmek değil, farklılıkları yakalamaktır. İletişim becerisi de olaylara farklı açılardan bakabilme esnekliğini gerektirmektedir. Olayı tek açıya bağlı kalarak açıklamak “açı sadakati” iletişim becerisini, iletişimsizlik becerisine dönüştürmektedir (Özer, 2000, s.59).

İletişim Becerileri ve Kişilerarası İlişkiler

Bireyler gelişimleri boyunca, sürekli olarak çevrelerindeki diğer kişileri gözlemleyerek, nasıl olduklarını, nasıl algılandıklarını ve kendilerine nasıl davranıldığını incelerler. Bu incelemeler sırasındaki kişilerarası etkileşim aynı zamanda bir kişilerarası öğrenme olarak şekillenir. Yaşamın devam ettirilmesi ve çevre ile uyumlu olmak uygun davranış biçimlerini öğrenmeye bağlıdır. Erken yaşlarda bu davranışlar anne-baba yardımı ile daha sonra da arkadaşlar, öğretmenler ve diğer önemli kişilerin etkisiyle öğrenilir, geliştirilir. Toplum tarafından genel olarak onay alan/kabul gören davranış normları bireylerin davranışlarının şekillenmesinde büyük önem taşır. Birey kendi algılarını diğer kişilerin algılarıyla karşılaştırırken, bunların kendisi için önemi olan diğer kişiler tarafından onaylanması ihtiyacını duyar. Bazı gelişim kuramlarına göre sosyal etkileşim, bireylerin gelişimleri ve kimlik oluşumlarında en önemli etkidir. Çünkü etkileşim sırasında bireyler kendileri hakkında birçok farklı özelliği de öğrenirler (Giffin & Patton, 1997, s.36).

İnsan topluluğu hangi bakış açısı ile incelenirse incelenirse kişilerarası ilişkilerin çok önemli bir yer tuttuğu görülür. İnsan davranışlarının gelişimsel tarihini araştırmak veya tek bir bireyin gelişimini incelemek her zaman için kişilerarası ilişkilerle şekillenen insan varlığının değerlendirilmesini gerektirir. İnsanların her zaman üyeleri arasında güçlü ve kalıcı ilişkilerin bulunduğu gruplar halinde yaşadıkları yolunda inandırıcı veriler vardır. Kişilerarası davranış değişimsel anlamda belirgin bir biçimde uyuma yöneliktir. Güçlü, olumlu ve karşılıklı kişilerarası bağlar bulunmaksızın bireylerin yaşamlarını sürdürebilmeleri mümkün olamamaktadır (Berscheid, 1994, s.82).

Diğer kişilerin nasıl davrandıkları, onların algılayış biçimi hakkında çok önemli ipuçlarıdır. Başkalarının algılayış biçimi bireyin kendisi ile ilgili düşüncelerini biçimlendirerek kendisi için oluşturduğu benlik algısını etkiler. Benlik algısı ve kendilik değeri de karşılıklı olarak birbirini etkiler. Diğer kişilerle kurulan iletişim/etkileşim kendilik imajını etkiliyorsa, kendilik değeri de kaçınılmaz olarak etkilenecektir. İlişkilerde problem yaşadığı bir dönemde, kendini sorgulama ve yargılamaya yatkınlık söz konusu olmakta ve öz-güven daha kolaylıkla incinebilmektedir. İlişkilerin iyi olduğu bir dönemde ise bireylerin kendilerinden hoşnut olma düzeyleri daha yüksektir. Kişilerarası iletişim bireye benlik algısını, kendine verdiği değeri, kendine olan saygısını ve güvenini ölçme fırsatı verdiği için bireyin yaşamının çok önemli unsurlarından biri olma özelliği taşımaktadır (Giffin & Patton, 1997, s.40).

İletişim Becerileri ve Bağlanma Stilleri

Bowlby (1969, 1970, 1980), anne-çocuk arasındaki ilk ilişkiler üzerine çalışmalarından hareketle bağlanma davranışına (attachment behavior) dikkat çekmiş, bağlanma davranışının insan varlığını ortaya çıkardığı sonucuna ulaşmıştır. İnsan, doğası gereği sosyal bir varlık

olduğundan kendi ve diğerleri bağlamında hareket etmekte ve iletişim kurma, kabul görme, onaylanma ve üstün olabilme arzusu duymaktadır. Bütün bunları da kişilerarası ilişkileri sayesinde gerçekleştirebilmektedir. Benlik ve diğerlerinin etkileşiminin önemli sonuçları noktasında da kişilerarası ilişkiler oldukça önemli bir rol oynamaktadır.

Kişilerarası bakış açısına göre “bireyler ilişkilere bir şeyler katar ve bir şeyler alırlar” yönüyle sosyal bilişsel perspektifin sınırları geniştir. Oysa etkili sosyal davranış kuramları, sıklıkla her bir bireyin ilişkiye dayalı düşünceleri, duyguları ve amaçları ile kişiler arasındaki etkileşimin dinamik yönlerini incelemek için bütünleşmiş bir bakış açısı ileri sürerler. Burada asıl vurgulanmak istenen bağlanma sistemidir ve bu sistem ile bireyler güvenli, kaçınan ve kaygılı bağlanma stillerini gerçekleştirmiş olurlar (Christensen & Heavey, 1990, s.82).

Bağlanma kuramı, insanların kendileri için önemli olan diğerleri ile güçlü duygusal bağlar kurma eğiliminin nedenlerini açıklayan bir yaklaşımdır. Duygusal bağ kurma eğilimi ve gereksinimi, yeni doğan bebeklerin yaşamlarını sürdürebilmeleri için gerekli ve gelişimsel açıdan işlevsel olan bağlanma sistemini ifade eder. Bağlanma sistemi, bebeklerin onlara bakan kişiye/kişilere fiziksel yakınlığını güçlü tutarak, hem kendilerini çevreden gelebilecek tehlikelerden korumalarına yardım eder hem de onlara çevreyi keşfetmeleri için gerekli koşulları sağlar. Annenin/bakıcının ulaşılabilirliği tehlikeye düştüğü anda bağlanma sistemi otomatik olarak etkinleşir. Bu durumda, annenin çocuğa göstereceği tepkilerin niteliğine bağlı olarak etkinleşen bağlanma sistemi, ya anne ile iletişimin yeniden kurulmasını ve ilişkinin onarılmasını kolaylaştırır ya da sonuçta çocukta kaygı ve huzursuzluk yaratacak olan ayrılığa direnme tepkileri ortaya çıkar. Annenin, çocuğun gereksinimlerine duyarlı olup olmaması, çocuğun kendisini özen gösterilmeye ve sevlilmeye değer görebilmesi ile diğer insanları gereksinimlerine doyum/tatmin (satisfaction) sağlayacak ve özen gösterici olarak algılaması bağlamında önemli bir süreci ifade eder (Mikulincer & Nachshon, 1991, s.121).

Bağlanma kuramı, insan olmanın eğilimlerini özel/önemli diğerleriyle güçlü sevgiye dayanan ilişkiler oluşturma ile kavramlaştırır. Bowlby, tehlike veya tehdit altındaki durumlarda bakım verenler ve bebekler arasındaki yakınlığın sürdürülmesinin gerekliliğini varsaymıştır. Bağlanma stillerinin son zamanlardaki oluşumlarına bakıldığında -çocuklarla ilgili araştırmalarda da sürdürüldüğü şekilde- işlevinin, “kendine güven” duygusunun sağlanması olduğu görülmektedir (Ainsworth ve diğ., 1978).

Benlik ve başkaları modelleri olumlu ve olumsuz durumlarına göre dört kategoride değerlendirilmektedir. Güvenli bağlanma stili, kişi kendisini sevlilmeye değer olduğunu, başkalarının da kabul edici ve destekleyici olduğunun düşünür, ilişkilerinde güvenli ve rahattırlar. Saplantılı stil, olumsuz benlik modeli (değersizlik duyguları) ile olumlu başkaları modelinin (başkalarına ilişkin olumlu değerlendirmeler) birleşimiyle tanımlanır. Kayıtsız bağlanma stilinde ise bununla tezat bir yapı vardır. Benlik modeli olumlu fakat başkaları modeli olumsuzdur. Son olarak korkulu stil her iki zihinsel modelinde olumsuz olduğu bir bağlanma örüntüsüne sahiptir (Sümer ve Güngör, 1999).

Bağlanma stillerinin ergenlik ve yetişkinlik yaşamını etkileyen olumlu ve olumsuz yönleri olduğu bilinmektedir. Özellikle kimlik ayrışımı sürecinde bağlanma önemli konuların başında gelmektedir. Ayrıca ergenlerin bağlanma stilleri ile genel uyumları arasında ilişki vardır. Diğer taraftan erken yaşlarda bağlanma-ayrılma biçimlerinin bayanların mesleki gelişimleri üzerinde etkisinin olduğu bulunmuştur (O'Brein ve diğ., 2000).

Her bir bağlanma stili farklı kişilik özellikleriyle farklı düzeyde ve türde kişilerarası problemlerle ilişkilidir. Güvenli bağlanma stiline sahip gençler aile ve arkadaşlarıyla daha fazla uyumlu, kendilerine ve başkalarına daha çok güvenen ve daha az sosyal problemler yaşayan kişilerdir. Kayıtsız stil geliştirenler ise olumlu benlik algısına sahip, başkalarına karşı güvensiz, başkalarını destekleyici olarak algılamayan, kendilerini açma ve yakınlık kurmada isteksiz, akranları tarafından negatif olarak algılanan kişilerdir. Saplantılı stile sahip olanlar kendilerine güveni az, başkalarını destekleyici olarak algılayan, bu destekten olumlu şekilde faydalanamayan, uygun kendini açma düzeyleri az olan bireylerdir. Korkulu bağlanma stili geliştiren bireyler kendilerini açma, yakınlık kurma ve başkalarından yardım isteme konusunda rahatsızlık duyan, kendine güveni az ve sosyal ortamlarda atılganlık gösteremeyen kişiler olarak tanımlanabilir. Bu noktada kişilerarası ilişkilerde oldukça önemli rollere sahip olan bağlanma stillerinin bireylerin kendilik değerleri ve benlik saygıları ile doğrudan ilişkileri vardır (Erözkan, 2004).

İletişim Becerileri ve Benlik Saygısı -Özsaygı-

Kendimizle ilgili bakış açımız ve hissettiğimiz tarz hayatımızı nasıl yaşayacağımız üzerinde derin bir etkiye sahiptir. Bu fikirler/düşünceler ailede, okulda, arkadaşlarla olan ve geniş bir alanı kapsayan toplumdaki yaşantılarla şekillenir. Büyük ölçüde kişilerarası bağlamla ilişkili olan özsaygı mutlu olmak ve hayatla başa çıkma (mücadele etmek) için düşünme yeteneğimizi içerir.

Özsaygı, bireyin kendi kişiliğine karşı geliştirdiği olumlu tutumu anlatan bir kavramdır. Özsaygı, kişinin kendisini beğenmesi ve takdir etmesi anlamında kullanılmaktadır. Araştırmalar, özsaygı düzeyi yüksek olan bireylerde kendine güven, iyimserlik ve başarıma isteği gibi olumlu ruhsal niteliklerin bulunduğunu; düşük düzeyde özsaygının ise, bireyin mutluluğunu ve başarısını engellediği gibi, topluma yararlı olmasını da kısıtlayıcı nitelikleri bulunduğunu ortaya koymaktadır. Bu noktada kişilerarası ilişkilerin de özsaygıdan etkilendiği görülmektedir (Güngör, 1989).

Bireylerin özsaygılarının oluşumunda, etkileşimde buldukları önemli diğerlerinin (ebeveyn, öğretmen, yakın arkadaş, akran vb.) duygu, düşünce ve davranış biçimleri oldukça etkilidir. Bireylerin duygu, düşünce ve davranış özelliklerini ise onların kişilikleri belirlemektedir. Kişilik kavramından, bir bireyi diğer bireylerden farklı kılan duygu, düşünce, tutum ve davranış özelliklerinin tümü anlaşılmalıdır. Bireyin kendisiyle ve çevresiyle sağlıklı/dengeli kişilerarası ilişkiler kurabilmesi, bu özelliklerinin uyumlu olmasına bağlıdır. Bu bağlamda yüksek ya da düşük özsaygı kişilerarası ilişkilerde farklı içeriklere sahiptir (McKay & Patrick, 2000).

Özsaygı, kişinin kendini değerlendirmesi sonucunda ulaştığı, kendilik kavramını onaylamasından doğan beğeni durumudur. Kişi kendinde yetersizlikler bulabildiği gibi, kendini bütün olarak olumlu özellikleri ile de değerlendirebilir. Özsaygı, kendini -diğerleri ile ilişkiler bağlamında- olduğundan aşağı ya da üstün görmeden, olduğu gibi kabul etmeyi ve potansiyellerine güvenmeyi sağlayan olumlu bir ruh durumudur. Bu bağlamda ben ve başkaları diyalogunun başlatılması ve kişilerarası ilişkilerin şekillenmesinin özsaygı ile doğrudan ilişkili olduğu görülebilir (Griffore ve diğ., 1990, s.287).

Hirsch ve DuBois (1991, s.54), özsaygıyı “bir birey olarak kişi kendisini ne ölçüde sevmekte, kabul etmekte ve kendisine ne ölçüde saygı duymakta” sorusu ile açıklamaya çalışmışlardır. Hirsch ve DuBois, bu noktada özsaygıya ilişkin iki farklı kuramsal görüş sunmuşlar ve birinci görüşü “özsaygı, bireyin belirli bir alanda algılanan başarısının oranı olarak görülmektedir” şeklinde açıklarken; ikinci görüşü “özsaygı, kişinin kendisi için önemli olan kişilerin kendisini nasıl gördüğüne ilişkin algısıdır” şeklinde açıklamışlardır. Ayrıca, özsaygı ile diğer değişkenler arasındaki ilişkilerin yoğun olarak araştırıldığı çalışmalarda; düşük özsaygının, düşük yaşam doyumu, yalnızlık, anksiyete ve depresyon ile; yüksek öz saygının ise, kendini tanıma/kabul, aitlik algısı, akademik başarı ve kişilerarası başarı ile ilişkili olduğu görülmüştür.

Yukarıdaki açıklamalar bağlamında kişilerarası ilişkilerde oldukça önemli olan iletişim becerileri, kişilerarası ilişki tarzları, bağlanma stilleri ve benlik saygısı arasındaki ilişkilerin belirlenmesi ve bu dört önemli kavramın üniversite öğrencileri üzerindeki etkilerinin ortaya konması makalenin amacını oluşturmaktadır.

YÖNTEM

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerinin kişilerarası ilişki tarzları, bağlanma stilleri ve benlik saygısı düzeyleri ile olan ilişkisini açıklamaya dönük betimsel (survey tipi bir araştırma modelinin kullanıldığı) bir çalışmadır.

Örneklem

Araştırma grubu 380 kişiden oluşmuştur. Araştırma, amacına uygun olarak Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesinin çeşitli bölümlerinden (Fen Bilgisi, Okulöncesi Eğitimi, Sosyal Bilgiler, Türkçe ve Sınıf Öğretmenlikleri) farklı kategorilerde tesadüfi seçimle 380 kişi üzerinde (190 kız; 190 erkek) gerçekleştirilmiştir.

Tablo 1. Araştırma Grubuna İlişkin Tanımlayıcı Bilgiler

FAKTÖR	DEĞİŞKEN	N	%
CİNSİYET	ERKEK	190	50
	KIZ	190	50
YAŞ	18-19	89	23
	20-21	105	28
	22-23	101	27
	24-25	85	22
SINIF DÜZEYİ	1	91	24
	2	109	29
	3	96	25
	4	84	22

Kullanılan Ölçme Araçları

Bilgi Toplama Formu: Bu formda örnekleme oluşturan üniversite öğrencileri hakkında cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi gibi demografik özelliklere ilişkin bilgiler yer almıştır.

İletişim Becerileri Envanteri: Bireylerin kişilerarası ilişkilerde sahip oldukları iletişim beceri düzeylerini belirlemek için Ersanlı ve Balcı (1998) tarafından geliştirilmiş 45 maddeden oluşan bir ölçektir. Bu ölçek, iletişim becerileri düzeyini; davranışsal, bilişsel ve duygusal boyutları açısından değerlendirmektedir. Likert tipi bir ölçektir. Derecelendirme şu şekildedir; her zaman (5), genellikle (4), bazen (3), nadiren (2), hiçbir zaman (1) anlamına gelmektedir. Test-tekrar test yöntemiyle yapılan güvenilirlik çalışması sonucunda güvenilirlik kat sayısı .68, test yarılama yöntemiyle yapılan çalışmada güvenilirlik kat sayısı .64 olarak bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılığını belirlemek amacıyla hesaplanan Cronbach alpha kat sayısı ise .72 olarak bulunmuştur. Bu bulgular ölçeğin güvenilirliğinin kullanılabilir olduğunu göstermektedir. Yapılan geçerlik çalışmasında geçerlik kat sayısı .70 olarak bulunmuştur. Bu değer ölçeğin geçerli sayılabilmesi için yeterli olduğu düşünülmektedir.

Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği: Lorr (1986) tarafından geliştirilen ölçek, bireyin diğer insanlarla olan etkileşim tarzını belirlemeyi amaçlamaktadır. Orjinali 300 maddeden oluşan ölçek, uzun zaman alması nedeniyle 150 maddeye indirgenmiştir. Tüm maddeler beş ana faktör -kişilerarası etkileşim, sosyalleşme, otonomi, kendini kontrol ve dengeli olma- altında toplanmış, güvenilirlik katsayılarının .72 ile .89; test-tekrar test korelasyon katsayılarının .81 ile .95 arasında değiştiği görülmüştür. Geçerlik çalışmaları ise; Eysenck Kişilik Envanteri alt boyutları ile .51 ile .71; 16 Kişilik Faktörü Ölçeği alt boyutları ile .35 ile .71 arasında değişmektedir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Öztan (1995) tarafından yapılmış, daha kullanışlı bir ölçek oluşturmak için Cronbach Alpha değerleri en düşük alt boyutları ile her alt boyutta madde toplam korelasyonu en düşük olan maddeler ölçekten çıkarılarak 150 maddelik ölçek 55 maddeye indirilmiştir. Böylelikle geçerliği ve güvenilirliği yüksek maddelerden oluşan daha kısa bir ölçek elde edilmiştir. Ölçeğin Türkçe formu, 11 alt boyutu -sosyallik (a=.36), yardıma açık olma 5), destekleyicilik (a=.44), başkalarına güven (a=.61), hoşgörülülük (a=.37), yönlendiricilik (a=.48), bağımsızlık (a=.28), temkinlilik (a=.39), kararlılık (a=.50) ve temkinlilik (a=.56)- ayrı ayrı tanımlayan bir açıklama ile birlikte psikoloji alanında en az master derecesi olan 10 uzmana verilerek, her maddeyi dikkatle okuduktan sonra hangi alt boyuta girdiğine karar vermeleri istenmiştir. Uzmanlar arasındaki uzlaşma oranları % 60 ile % 100 arasında olup, ortalama % 80'dir. Böylece toplam 11 boyut ve her boyutta 5 maddenin yer aldığı 55 soruluk bir ölçek elde edilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliğini anlamak amacıyla 11 alt boyut kendi içinde bir faktör analizine tabi tutulmuş ve ana bileşenler (principal components) yöntemi ile yapılan analiz ve varimax dönüştürmesinden sonra bu 11 alt boyut 5 faktör üzerinde toplanmıştır. Bu faktörler ve kapsadıkları alt boyutlar şunlardır: İnsanseverlik (a=.66). Dengelilik (a=.60). Bağımsızlık (a=.46). Duyarlılık (a=.51). Dışadönüklük (a=.39).

İlişki Ölçekleri Anketi: Griffin ve Bartholomew (1994)'un geliştirmiş olduğu bu ölçek 30 maddeden oluşmakta ve farklı maddeler toplanarak dört bağlanma prototipini

ölçmek amaçlanmaktadır. Ölçekte yer alan her bir madde bireylerin kendilerini ve yakın ilişkilerdeki tutumlarını ne derece tanımladıklarını gösterecek şekilde 7 basamaklı bir ölçek üzerinde (1= Beni hiç tanımlamıyor; 7= Tamamıyla beni tanımlıyor) işaretlenmektedir. Ölçeğin alt ölçeklerinin alfa değerleri .70 civarındadır. Türkçe uyarlama çalışmaları Sümer ve Güngör (1999) tarafından yapılmıştır. Yapılan faktör analizinde 30 madde dört faktör altında toplanmıştır. Alt ölçekler arasındaki güvenirlik katsayıları .41 ile .71 arasındadır, ölçeğin test-tekrar test güvenirliğinin yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri: Rosenberg (1965) tarafından geliştirilmiş olan ölçeğin Türkçe uyarlaması Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmıştır. Ölçek çoktan seçmeli sorulardan oluşmaktadır. Benlik saygısı ölçeği Guttman ölçüm şeklinde düzenlenmiş 6 madde ve 10 sorudan oluşmaktadır. Olumlu ve olumsuz yüklü maddeler ardışık olarak sıralanmıştır. Ölçeğin değerlendirme sistemine göre ölçekten 0-6 arasında puan alınmaktadır. Sayısal ölçümlerle yapılan karşılaştırmalarda benlik saygısı yüksek (0-1), orta (2-4) ve düşük (5-6) olarak değerlendirilmektedir. Ölçeğin geçerlik çalışmasında benlik saygısı için psikiyatrik görüşmeler yapılmıştır. Psikiyatrik görüşmeler beş aynı sınıftan rastgele örnekleme ile seçilmiş beşer öğrenci alınarak yapılmıştır. Benlik saygısının değerlendirilmesine yönelik olarak yapılmış psikiyatrik görüşmelerle yapılan değerlendirmede öğrencilerin benlik saygıları kendilerine ilişkin görüşlerine göre yüksek, orta ve düşük olarak derecelendirilmiştir. Daha sonra aynı öğrencilerin Rosenberg Benlik Saygısı ölçeğinden aldıkları puanlarda yüksek, orta ve düşük olarak gruplandırılmıştır. Görüşmelerden ve benlik saygısı ölçeğinden elde edilen sonuçlar arasındaki uygunluk Pearson Momentler çarpımı korelasyon yöntemi ile hesaplanmış, geçerlilik katsayısı .71 olarak bulunmuştur. Güvenirlik çalışması için test-tekrar test güvenirlik yöntemi kullanılmıştır. Testin ilk verilişinden bir ay sonra aynı deneklere test ikinci kez uygulanarak alınan puanlar arasındaki korelasyon katsayısı .75 olarak bulunmuştur.

Veri Analizleri

Veriler, çok yönlü hiyerarşik regresyon analizi ve korelasyon kullanılarak SPSS/WINDOWS programı ile incelenmiştir. Veriler $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde test edilmiştir.

BULGULAR

Araştırmanın bulgular bölümünde öğrencilere uygulanan Bilgi Toplama Formu, İletişim Becerileri, Kişilerarası İlişki Tarzları, Bağlanma Stilleri ve Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden elde edilen veriler ve bu verilerin istatistiksel teknikler sonucu ortaya çıkan bulguları ile bu bulgulara ilişkin yorumlar sunulmaktadır.

İletişim becerilerinin önemli yordayıcıları *Çok Yönlü Hiyerarşik Regresyon Analizi* ile incelenmiştir.

Dört adımda gerçekleştirilen hiyerarşik regresyon analizine birinci adımda cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi; ikinci adımda kişilerarası ilişki tarzları; üçüncü adımda bağlanma stilleri; dördüncü ve son adımda benlik saygısı girilmiştir. Birinci adımın özgün katkısının model

içerisinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir, ($R^2=.05$, $F_{(3/376)}=2.24$, $p>.05$). Birinci adımda girilen demografik değişkenlerden cinsiyetin $\beta=.04$, $p>.05$., yaşın $\beta=-.09$, $p>.05$. ve sınıf düzeyinin $\beta=-.05$, $p>.05$, modele özgün katkılarının olmadığı belirlenmiştir. Modele ikinci adımda girilen kişilerarası ilişki tarzlarının özgün katkısının model içerisinde anlamlı olduğu görülmektedir, ($R^2=.23$, $F_{(5/371)}=7.01$, $p<.01$). Kişilerarası ilişki tarzlarından insan severlik $\beta=-.13$, $p<.05$, ve duyarlılığın özgün katkısının olduğu anlaşılmıştır, $\beta=.18$, $p<.01$. Dengelilik $\beta=.07$, $p>.05$, bağımsızlık $\beta=.06$, $p>.05$, ve dışadönüklüğün $\beta=.08$, $p>.05$, modele özgün katkılarının olmadığı belirlenmiştir. Modele üçüncü adımda girilen bağlanma stillerinin modele özgün katkısının anlamlı olduğu görülmektedir, ($R^2=.19$, $F_{(4/367)}=5.69$, $p<.01$). Bağlanma stillerinden güvenli bağlanma $\beta=.14$, $p<.05$, ve korkulu bağlanmanın özgün katkısının olduğu anlaşılmıştır, $\beta=-.12$, $p<.05$. Kayıtsız bağlanma $\beta=.06$, $p>.05$, ve saplantılı bağlanmanın $\beta=.07$, $p>.05$, modele özgün katkılarının olmadığı belirlenmiştir. Modele dördüncü adımda girilen benlik saygısının modele özgün katkısının anlamlı olduğu görülmektedir, ($R^2=.17$, $F_{(1/366)}=5.07$, $p<.05$).

Tablo 2. İletişim Becerileri Üzerinde Çok Yönlü Hiyerarşik Regresyon Analizi

Model	Yordayan	R	R ²	R ² _{ch}	F _{ch}	df	Beta	β	p
1	(sabit)	.21	.05	.04	2.24	3/376	.05	.04	.61
	CİN YAŞ						-.09	-.09	.06
	SINIF						-.04	-.05	.36
2	(sabit)	.44	.23	.07	7.01	5/371	.09	.13	.03
	İNS						.03	.07	.29
	DEN						.07	.06	.34
	BAĞ						.03	.18	.01
	DUY						.05	.08	.14
3	(sabit)	.39	.19	.09	5.69	4/367	.10	.14	.02
	GÜV						-.04	-.12	.03
	KOR						.07	.06	.34
	KAY						.03	.07	.21
4	(sabit)	.41	.17	.11	5.07	1/366	.14	.11	.04
	BSAY								

Yapılan korelasyon işleminde iletişim becerileri, kişilerarası ilişki tarzları, bağlanma stilleri ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı korelasyonu ile incelenmiştir. İletişim becerileri ile kişilerarası ilişki tarzlarından insan severlik ($r=0.49$, $p<0.05$); Dengelilik ($r=0.41$, $p<0.05$); Bağımsızlık ($r=0.28$, $p<0.05$); Duyarlılık ($r=0.47$, $p<0.01$); Dışadönüklük ($r=0.39$, $p<0.05$) arasında orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir.

İletişim becerileri ile bağlanma stillerinden güvenli bağlanma ($r=0.48$, $p<0.01$); Korkulu bağlanma ($r=-0.29$, $p<0.01$); Kayıtsız bağlanma ($r=-0.20$, $p<0.05$); Saplantılı

bağlanma ($r=-0.23, p<0.05$) arasında orta ve düşük düzeyde (korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanmalar için negatif yönde) anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir.

İletişim becerileri ile benlik saygısı ($r=0.47, p<0.05$) arasında ise orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Diğer korelasyonlar Tablo: 3’de verilmiştir.

Tablo 3: İletişim Becerileri, Kişilerarası İlişki Tarzları, Bağlanma Stilleri ve Benlik Saygısı Arasındaki Korelasyonlar

DEĞİŞ.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1									
2	0.49*	1								
3	0.41*	0.41**	1							
4	0.28*	0.28**	0.25*	1						
5	0.47**	0.39**	0.24*	0.13*	1					
6	0.39*	0.33**	0.18	0.32*	0.18	1				
7	0.48**	0.37**	0.29*	0.45**	0.18*	0.41*	1			
8	-0.29**	-0.34*	-0.19*	-0.32*	-0.30*	-0.38*	-0.37**	1		
9	-0.20*	-0.33*	-0.19*	0.16*	-0.45*	-0.15**	-0.35**	0.25	1	
10	-0.23*	-0.29*	-0.29**	-0.15	-0.34*	-0.21*	-0.38**	0.29*	0.23**	1
11	0.47*	0.40*	0.39*	0.43*	0.42*	0.38**	0.35**	-0.39**	-0.29**	-0.33

1. İletişim Becerileri, 2. İnsan severlik, 3. Dengelilik, 4. Bağımsızlık, 5. Duyarlılık, 6. Dışadönüklük, 7. Güvenli, 8. Korkulu, 9. Kayıtsız, 10. Saplantılı, 11. Benlik Saygısı.

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

TARTIŞMA

Araştırmada, cinsiyet, yaş ve sınıf düzeylerinin iletişim becerileri üzerinde yordayıcı özelliklere sahip olmadıkları görülmektedir. Örneklem grubunun üniversite öğrencileri olması ve üniversite ortamı içerisinde öğrencilerin benzer ve yakın yaşam olayları ile karşı karşıya kalmaları bağlamında cinsiyet, yaş ve sınıf düzeylerinin iletişim becerilerinin önemli yordayıcıları olmadıkları düşünülebilir. Araştırmada, kişilerarası ilişki tarzları, bağlanma stilleri ve benlik saygısının ise iletişim becerilerinin önemli yordayıcıları oldukları görülmektedir. İletişim becerilerinin bireyler için önemi düşünüldüğünde; kişilerarasında başarılı olma, güvenli bağlanmayı gerçekleştirerek yakın ilişkiler kurma ve bunlara paralel yüksek özsaygıya sahip olmanın bireylerin iyilik hallerine doğrudan katkı getirerek yaşam doyumlarını ve kalitelerini artıracakı düşünülebilir. Çeşitli araştırmalarda da kişilerarası ilişki tarzları, bağlanma stilleri ve benlik saygısının, iletişim becerilerinin önemli yordayıcıları olduklarına ilişkin bulgular vardır. Giffin ve Patton (1997)’a göre kişilerarası iletişim bireylerin benlik algıları, öz-değerleri, öz-saygıları ve öz-güvenlerini görme olanağı sağlayarak, kişilerarası ilişki tarzlarının belirlenmesi bağlamında yaşamın çok önemli unsurlarından biridir. Bowlby (1969, 1970, 1980), insanın sosyal bir varlık olması bağlamında iletişim kurma, kabul görme, bağlanma arasındaki ilişkiyi görme arzusunda olduğunu vurgulamakta ve bütün bu unsurların kişilerarası ilişkilerle gerçekleşebileceğini belirtmektedir. Wright (1999), LaFollette (1996), Hinde (1989), Broder (2001), Rusbult ve

diğerleri (1991), Murray ve diğerleri (2002), Creasey ve McInnis (2001), Murray (2001), Berscheid (1994), Osterhout ve Ann (2004) ve Murray ve diğerleri (2000)'nin yapmış oldukları çalışmalarda da kişilerarası ilişki tarzları, bağlanma stilleri ve benlik saygısı gibi değişkenler ile iletişim becerileri arasında anlamlı ilişkilerin olduğu belirtilmiştir. Bu bulgular araştırmamızın bulguları ile paralellik göstermektedir.

Diğer bireyler ile iletişim kurmak, -bağlanma stilleri ve benlik saygısı bağlamında- bireylerin fizyolojik, güvenlik gibi en temel gereksinimlerindedir. Çünkü iletişim kurma, diğerlerini anlama ve diğerleri tarafından anlaşılma istemenin -anlaşıldığını hissetmenin- ruh durumları üzerinde oldukça önemli ve olumlu katkıları vardır. Murray ve diğerleri (2002, s.557) kişilerarası ilişkilerde kabul görmenin -reddedilmemenin-, en temel güdülerden biri olarak tüm insanların doğasında yerini aldığını belirtmişlerdir. İletişim becerileri sayesinde kişilerarası ilişki tarzlarının oluştuğu ve bu tarzların da bireylerin iyilik hallerine doğrudan -olumlu ya da olumsuz yönde- etki etmekte olduğu da bilinen bir gerçektir.

Bu çalışma sonrasında benzer araştırmaların farklı üniversitelerin -özel üniversiteler de dahil edilerek- fakülte, yüksek okul vb. ile ilköğretim ikinci kısım ve ortaöğretim öğrencilerini de kapsayacak şekilde büyük örneklemeler üzerinde yürütülmesinin; belirtilen -tüm düzeylerdeki- öğrencilerin iletişim becerilerini etkileyen çeşitli faktörlerin incelenmesi bağlamında tüm öğrencilere dönük psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin etkinliğinin artırılmasında yararlı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation, Hillsdale Press, New Jersey.
- Berscheid, E. (1994). Interpersonal relationships, *Annual Review of Psychology*, 1, 3, 79-129.
- Bilen, M. (1995). Sağlıklı insan ilişkileri, Armoni Yayınları, İstanbul.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss: Attachment, Basic Books, New York.
- Bowlby, J. (1973). Attachment and loss: Separation, anxiety and anger, Basic Books, NY.
- Bowlby, J. (1980). Attachment and loss: Sadness and depression, Basic Books, New York.
- Broder, M. S. (2001). The art of staying together, Academic Press, New York.
- Christensen, A. & Heavey, C. (1990). Gender and social structure in the demand-withdraw pattern of marital conflict, *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 3, 73-81.
- Corey, G. (2001). Theory and practice of counseling and psychotherapy (6th ed.), Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Creasey, G. & McInnis, M. H. (2001). Affective responses, cognitive appraisals and conflict tactics in late adolescent romantic relationships: associations with attachment orientations, *Journal of Counseling Psychology*, 48, 2, 85-96.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). Adölesanlarda benlik saygısı, Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. Hacettepe Üniveristesisi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Bölümü, Ankara.
- Erözkan, A. (2004). Romantik ilişkilerde reddedilmeye dayalı incinebilirlik bilişsel değerlendirme ve başa çıkma, Basılmamış Doktora Tezi, KTÜ-SBE, Trabzon, 2004.
- Ersanlı, K. ve Balcı, S. (1998). İletişim becerileri envanterinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, Cilt 2, Sayı 10.
- Gibson, R. L. & Mitchell, M. H. (1995). Introduction to counseling and guidance, 4th Ed., Merrill, Prentice Hall.
- Giffin, K. & Patton, B. R. (1997). Basic readings in interpersonal communication, New York: Harper-Row.

- Griffin, D. W. & Bartholomew, K. (1994). The metaphysics of measurement: The case of adult attachment, *Advances in Personal Relationships*, 5, 17-52.
- Griffone, R. J., Kallen, D. J., Popovich, S., & Powell, V. (1990). Gender differences in correlates of college students' self-esteem, *College Student Journal*, 24, 287-291.
- Güngör, A. (1989). Lise öğrencilerinin özsaygı düzeylerini etkileyen etmenler, *Yayımlanmamış Doktora Tezi* H.Ü. Ankara.
- Hinde, R. A. (1989). *Towards understanding relationships*, Academic Press, New York.
- Hirsch, B., & DuBois, D. (1991). Self-esteem in early adolescence: the identification and prediction of contrasting longitudinal trajectories, *Journal of Youth and Adolescence*, 20, 53-72.
- LaFollette, H. (1996). *Personal relationships: Love, identity and morality*, Blackwell Publishing, Cambridge.
- Lorr, M. (1986). Development of interpersonal style inventory, *Journal of Research in Personality*, 20, 107-144.
- McKay, M. & Patrick, F. (2000). *Self-esteem: A proven program of cognitive techniques for assessing, improving and maintaining your self-esteem*, Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Mikulincer, M., & Nachshon, O. (1991). Attachment styles and patterns of self-disclosure, *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 321-331.
- Murray, S. L. (2001). The contingencies of interpersonal acceptance: When romantic relationships function as a self-affirmational resource?, *Motivation and Emotion*, Vol. 25, Nr.1, pp.163-189.
- Murray, S. L., Holmes, J. G. & Griffin, D. W. (2000). Self-esteem and the quest for felt security: How perceived regard regulates attachment processes?, *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 2, 478-498.
- Murray, S. L., Rose, P., Bellavia, G. M., Holmes, J. G., & Kusche, A. G. (2002). When rejection stings: How self-esteem constrains relationship-enhancement processes, *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 3, 556-573.
- O'Brein, K. M., Freidmen, S. M., Tipton, L.C., Linn, S. G. (2000). Attachment, separation, and women's vocational development: A longitudinal analysis, *Journal of Counseling Psychology*, 47, 301-316.

- Osterhout, W. & Ann, S. (2004). The relationship of attachment, individuation, motivation, self-esteem, and coping to the retention of college students, *Personality Social Psychology Bulletin*, 30, 1243-1254.
- Özer, K.(2000). İletişimsizlik becerisi, Sistem Yayıncılık, İstanbul.
- Öztan, N. (1994). Kişilerarası ilişkiler tarzı ölçeği geçerlik ve güvenirliği: Bir ön çalışma. VIII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları, Türk Psikoloji Derneği Yayınları.
- Pişkin, M. (1997). Türk ve İngiliz lise öğrencilerinin benlik saygısı yönünden karşılaştırılması. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Kitabı, (21-35), Çukurova Üniv. Yay., Adana.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*, Princeton, New Jersey: Princeton University Press.
- Rusbult, C. E. ve diğerleri. (1991). Accomodation processes in close relationships, *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 2, 53-78.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma, *Türk Psikoloji Dergisi*, 14, 71-106.
- Wright, D. E. (1999). *Personal relationships: An interdisciplinary approach*, Mayfield Publishing, California.