

A Critical Study On Golding's Novels, 1954-64: 'Literary Features and Human Conflicts'	
Yrd.Doç.Dr. Mukadder ERKAN.....	191-204
Mahmûd Teymûr (1894-1973) (Hayatı Edebi Kişiliği ve Eserleri)	
Dr. Nurullah YILMAZ.....	205-214
Beden-Zihin Etkileşimi ve Popper ile Eccles	
Yrd.Doç.Dr.Nurten GÖKALP.....	215-228
İkinci Meşrutiyet Devri Aydınlarının Atatürk ve Atatürk'ün Düşünce Yapısı Üzerindeki Etkileri	
Yrd.Doç.Dr. Selami KILIÇ.....	229-242
Solaklar Köyü Vertebrelili Arazisi (Pınarbaşı-Kayseri)	
Arş.Gör. Selahattin POLAT.....	243-252
İğdır'da Bir Urartu Mezarlığı	
Yrd.Doç.Dr. Serdar GİRGINER.....	253-306
Kültür ve Davranış İlişkisi	
Yrd.Doç.Dr. Şenkaya ÖREN.....	307-314
Insomnia (Thomas Bernhard'ın Öykülerinde Uykusuzluk)	
Yrd.Doç.Dr. Yavuz ERKOÇ.....	315-322
Öğrencilerin Eğitilmesi ve Geliştirilmesinde Uygulamaya Yönelik Öneriler	
Yrd.Doç.Dr. Yavuz ERKOÇ.....	323-325

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KENDİNİ KABUL İLE İLGİLİ YAYGIN SORUNLARI^(*)

Arş.Gör. Başaran GENÇDOĞAN^(**)

ÖZET

Üniversite öğrencilerinin kendini kabul ile ilgili Yaygın Sorunlarının araştırıldığı bu araştırma, Atatürk Üniversitesinin farklı sekiz fakültesinde öğrenim gören 518 lisans öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Kendini kabul sorunlarını belirlemede, "Kendini Kabul Envanteri" kullanılmıştır. On boyutlu kendini kabul envanterinin sekiz alt boyutu araştırmada kullanılmıştır. Bulgular, kendini kabul envanteri ile sağlıklı yanıt esasına dayanan ve kişinin kendine ait kişilik özelliğinden memnun ve şikâyetçi bulumşuna göre 14 tane Birinci Derecede, 6 tane İkinci Derecede yaygın kendini kabul sorunları saptanmıştır.

GİRİŞ

İnsanın kendisini ve içinde yaşadığı toplumu gerçekçi bir açıdan görebilmesi, kendisini ve diğerlerini oldukları gibi kabul etmesini, kendisini rahatlıkla anlatabilmesinin, kişinin psikolojik sağlığı için çok önemli olduğunu belirten Jourarad, kim ve nasıl bir insan olduğunu saklamak zorunda olan kişilerin giderek kendisine yabancılaşmakta ve kendi gerçek kimliğini yitirme tehlikesi ile karşı karşıya kalmakta olduklarını vurgulamaktadır (Ören,1981).

(*) Bu araştırma, 1994 yılında İzmir'deki VIII. Ulusal Psikoloji Kongresi'nde Poster Bildiri olarak sunulmuştur.

(**) Atatürk Üniversitesi K.K. Eğitim Fak. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı

Kendini kabul (self-acceptance), başta insanı (Hümanist), varoluşçu (Existentialist) psikologlar olmak üzere pek çok psikolog ve ruh sağlığı uzmanı tarafından psikolojik sağlığın ve uyum ölçütleri içinde önemli kriterlerden biri olarak ele alınmakta, normallik ve normal dışılık kavramlarının ayırımında "kendini kabul" yada kabul etmeyişi diğer önemli ölçütler yanında belirgin bir özellik olarak sayılmaktadır (Ören,1989).

Rogers, kendini kabulün değişim ve gelişimin başlangıcı olduğunu belirtmekte, kendi zayıflıklarını ve tutarsızlıklarını kabullenmenin diğer insanları da kabullenmeye götürdüğünü ve ayrıca danışanın kendi güç ve olanaklarını denemesine olanak sağladığını ifade etmekte ve bu kavramı psikoterapide bir ilerleme ölçütü olarak ele almaktadır (Ören,1989).

Üniversite öğrencileri,yaş itibariyle, kendine ve çevreye uyum sağlayabilme, toplum içinde yer edinebilme, kendi kimliğini bulabilme ve davranışlarının içinde yaşadığı çevre tarafından onanması gibi bir çok durumu, daha yoğun bir şekilde yaşamaktadırlar. Bu yoğunluk sonucu, yaşam olaylarını değerlendirmede, yetişkinlere oranla daha duyarlı olmaktadır.

PROBLEM

Bu çalışmada, Atatürk Üniversitesi öğrencilerinde kendi benliğini kabul edişte sıkça rastlanan sorunların neler olduğu araştırılmıştır.

YÖNTEM

Örnekleme

Bu çalışmanın örnekleme 1992-1993 yılında Atatürk Üniversitesinin 8 fakültesinde okuyan toplam 518 lisans öğrencisidir.

Bilgi Toplama Araçları

Kendini Kabul Envanteri

Kendini kabul envanteri 1980 yılında Kılıççı tarafından geliştirilmiş olup envanter 10 ölçütten ve bu ölçütler içinde yer alan 126 kritik davranıştan oluşmuştur. Araştırmada envanterin sekiz alt boyutu kullanılmıştır.

Sağlıklı kendini kabul : Kendini kabul envanterinin herhangi bir maddesinin anahtar cevaba göre "Evet" veya "Hayır" olarak cevaplandırırken o maddede belirlenen benlik özelliğinden memnun olma yada en azından şikâyetçi olmama.

Kendinden Hoşnutsuzluk : Kendini kabul envanterinin herhangi bir maddesini cevaplarken o maddede belirlenen niteliğe sahip oluşu yada olmayıştan duyulan memnuniyetsizlik.

I. Derecede Yaygın Kendini Kabul Sorunu :Kendini kabul envanterinin "Sağlıklı Kendini Kabul" doğrultusundaki seçeneklerin seçilme frekansının toplamının % 50'den az oluşu.

II.Derecede Yaygın Kendini Kabul Sorunu :Kendini kabul envanterinin "Sağlıklı Kendini Kabul" doğrultusundaki seçeneklerin seçilme frekansının toplamının % 50-55 arasında oluşu (Kılıççı,1985).

BULGULAR

Birinci Derecede Yaygın Kendini Kabul Sorunları;

Bu grupta en yaygın yani örneklemin yarısından fazlasında görülen kendini kabul sorunları ele alınmıştır.

Birinci derecede yaygın kendini kabul sorunlarıyla ilgili bulgular Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1 Birinci Derecede yaygın Kendini-kabul Sorunlarıyla İlgili, Çarpık, Kendinden Hoşnutsuzluk ve Kararsızlık Durumları

Madde No	Maddenin İçeriği	Sağlıklı Yanıt	Sağlıklı Kabul n	Kendini Kabul %		Sağlıklı Yanıt	Kendini Kabul n	Hoşnutsuzluk		Kararsızlık	
				n	%			n	%	n	%
95	Üzerime aldığım görevi kusursuz yapmam şart.	HAYIR	42	8.11	EVET	419	80.89	49	9.46	8	1.54
23	Derslerimden düşük not alımı genellikle kendi tembelliğim olarak görüyorum.	EVET	107	20.66	HAYIR	86	16.60	318	61.30	7	1.35
79	İstemediğim halde sabuk lüzuyor ve sinirleniyorum.	HAYIR	138	26.64	EVET	50	9.65	328	63.32	2	0.39
30	Yaptıklarından dolayı Allah'ın beni cezalandıracağından korkuyorum.	HAYIR	147	28.38	EVET	173	33.40	183	35.33	15	2.90
25	Benimle ilgili konularda yakın-larımın benim yerime karar vermeleri bana güven sağlıyor.	HAYIR	164	31.66	EVET	97	18.73	248	47.88	9	1.74
47	Genellikle kendimden çok başka-larım menum etene cabasındayım.	HAYIR	174	33.59	EVET	207	39.96	126	24.32	11	2.12
73	İnsanlar beni övdüklerinde içim-den bu kadar değerli olmadığımı düşünürüm.	HAYIR	193	37.26	EVET	208	40.15	107	26.66	10	1.93
24	Kendimle ilgili konularda karar vermede güçlük çekiyorum.	HAYIR	232	44.79	EVET	44	8.49	239	46.14	3	0.58
17	Nedense bütün aksitliler beni bulur.	HAYIR	241	46.53	EVET	35	6.75	229	44.21	13	2.51
84	Alınan bir insan değilim.	EVET	241	46.53	HAYIR	64	12.36	202	39.00	11	2.12
5	Herhangi bir iş yaparken başka-larımdan fikir almaya ve onu aynen uygulamaya önem veririm.	HAYIR	253	48.84	EVET	156	30.12	91	17.57	18	3.47
20	İnsanlar beni anlamıyor.	HAYIR	252	48.65	EVET	54	10.42	200	38.61	7	1.35
27	Kendimi günahlarımdan dolayı değersiz buluyorum.	HAYIR	254	49.03	EVET	38	7.34	214	47.88	12	2.32
31	Allemin beni olduğumdan daha iyi görmesi karşısında onları aldattım olmanın üzüntüsünü duyuyorum.	HAYIR	258	49.81	EVET	41	7.92	207	39.96	12	2.32

Tablo 1 incelendiğinde öğrencilerin % 8 ile %49'u Kendini Kabul Envanterinin sırayla 95,23,79,30,25,47,73,24,17,84,5,20,27 ve 31 inci maddelerinde anahtar cevaba göre belirlenen sağlıklı benlik niteliklerine sahip oldukları gözlenirken öğrencilerin yarısından fazlasının bu on dört kişilik niteliği yönünden benliğe ilişkin bazı psikolojik sorunları bulunduğu görülmektedir. Bu ruh sağlığı sorunları "Çarpık Kendini Kabul" ve "Kendinden Hoşnutsuzluk" olarak ele alınmıştır.

Aşağıda araştırma bulgularına göre saptanan Birinci Derecede Yaygın Kendini-kabul Sorunları on dört yaygın benlik sorunu olarak en yaygın olanından başlanarak ayrı ayrı ele alınmıştır.

1. "Üzerime aldığım bir işi kusursuz yapmam şarttır." Bu nitelik KKE'nin (Kendini Kabul Envanteri) 95'inci maddesiyle ilgili olup bunun sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Tablo 1'de görüldüğü gibi böyle bir sağlıklı nitelik ancak 42 öğrencide bulunmaktadır. Buda örneklemin % 8.11'idir. Bu maddeyi "Evet" olarak yanıtlayan öğrenci sayısı 419 olup bu sayı örneklemin % 80.89'udur. Bu durum üniversite öğrencilerinin büyük bir bölümü sağlıksızlığına karşın kusursuz iş yapmanın oldukça değerli olduğuna inanmakta olup bu yönde davranma eğiliminde olduklarını da beğenmektedirler. Tabloya baktığımızda 49 (% 9.46) öğrencini bu durumdan rahatsızlık duyduğu ve 8 (% 1.54) öğrencinin de bu konuda kendisiyle ilgili hiçbir karara varamadığı görülmektedir.

2. "Derslerimden düşük not alımı genellikle kendi tembelliğim olarak görüyorum." Bu nitelik KKE'nin 23 üncü maddesiyle ilgili olup bunun sağlıklı yanıtı "Evet" dir. Bu sağlıklı niteliğe sahip olan öğrenci sayısı 107 olup örneklemin % 20.66'sıdır.

Hayır yanıtı veren yani bu konuda başkalarını suçlayan öğrenci sayısı 86 (% 16.60) olup bu durumla çarpık bir kendini kabul sergilemektedirler. Tabloya baktığımızda 318 (% 61,39) öğrenci bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 7 (% 1,35) öğrenci bu konuyla ilgili hiçbir karara varamamıştır.

3. **"İstemediğim halde çabuk kızıyor ve sinirleniyorum."** Bu nitelik KKE'nin 79 uncu maddesiyle ilgili olup bunun sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Bu sağlıklı niteliğe sahip olan öğrenci sayısı 138 olup örneklemin % 26.64'üdür. Evet yanıtı veren yani çok çabuk sinirlenen ve kızan öğrencilerin sayısı 50 (% 9.65) dir. Tabloya baktığımızda 328 (% 63.3) öğrenci bu durumdan rahatsızlık duyarken 2 öğrenci (% 0.39) bu durumla ilgili hiçbir karara varamamıştır.

4. **"Yaptıklarımın dolayısı ile Allah'ın beni cezalandıracağından korkuyorum."** Bu nitelik KKE'nin 30 uncu maddesiyle ilgili olup bunun sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 147 olup örneklemin % 28.38'idir. Evet yanıtı veren günahkârlık duyguları içerisinde cezalandırılmayı bekleyen öğrencilerin sayısı 173 (% 33.40) dür. Tabloya baktığımızda 183 (%35.33) öğrenci bu durumdan rahatsızlık duyarken 15 (% 2.9) öğrenci bu durumla ilgili hiçbir karara varamamıştır.

5. **"Benimle ilgili konularda yakınlarımın benim yerime karar vermeleri bana güven sağlıyor."** Bu nitelik KKE'nin 25 inci maddesiyle ilgili olup bunun sağlıklı yanıt "Hayır" dır. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 164 olup örneklemin % 31.66'sıdır. Evet yanıtı veren yani kendisiye ilgili konularda yakınlarının karar vermesini bekleyen öğrencilerin sayısı 97 (% 18.73) dür. Tabloya

baktığımızda 248 öğrenci (% 47.88) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 9 (% 1.74) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

6. **"Genellikle kendimden çok başkalarını memnun etme çabasımdayım."** Bu nitelik KKE'nin 47 inci maddesiyle ilgili olup bu maddenin sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 174 olup örneklemin % 33.59'udur. Evet yanıtı veren yani başkalarını memnun etme çabası içinde olan öğrencilerin sayısı 207 (% 39.96) dir. Tabloya baktığımızda 126 öğrenci (% 24.32) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 11 (% 2.12) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

7. **"İnsanlar beni övdüklerinde içimden bu kadar değerli olmadığımı düşünürüm."** Bu nitelik KKE'nin 73 üncü maddesiyle ilgili olup bu maddenin sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 193 olup örneklemin % 37.26'sıdır. Evet yanıtı veren yani kendini değersiz olarak değerlendiren öğrencilerin sayısı 208 (% 40.15) dir. Tabloya baktığımızda 107 öğrenci (% 26.66) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 10 (% 1.93) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

8. **"Kendimle ilgili konularda karar vermede güçlük çekiyorum."** Bu nitelik KKE'nin 24 inci maddesiyle ilgili olup bu maddenin sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 232 olup örneklemin % 44.79'udur. Evet yanıtı veren yani kendisiyle ilgili konularda kararsızlık çeken öğrencilerin sayısı 44 (% 39.96) dir. Tabloya baktığımızda 239 öğrenci (% 46.14) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 3 (% 0.58) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

9. "**Nedense bütün aksilikler beni bulur.**" Bu nitelik KKE'nin 17 inci maddesiyle ilgili olup bu maddenin sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 241 olup örneklemin % 46.53'üdür. Evet yanıtını veren yani bütün aksiliklerin kendini bulduğunu düşünen öğrencilerin sayısı 35 (% 40.15) dir. Tabloya baktığımızda 229 öğrenci (% 44.21) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 13 (% 2.51) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

10. "**Alıngan bir insan değilim.**" Bu nitelik KKE'nin 84 üncü maddesiyle ilgili olup bu maddenin sağlıklı yanıtı "Evet" dir. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 241 olup örneklemin % 46.53'üdür. Hayır yanıtını veren yani kendini alıngan olarak değerlendiren öğrencilerin sayısı 64 (% 12.36) dir. Tabloya baktığımızda 202 öğrenci (% 39.0) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 11 (% 2.12) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

11. "**Herhangi bir işi yaparken başkalarından fikir almaya ve onu aynen uygulamaya önem veririm.**" Bu nitelik KKE'nin 5 inci maddesiyle ilgili olup bu maddenin sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 253 olup örneklemin % 48.84'üdür. Evet yanıtını veren yani başkalarının fikirlerine önem veren ve onu aynen uygulayan öğrencilerin sayısı 156 (% 30.12) dir. Tabloya baktığımızda 91 öğrenci (% 17.57) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 18 (% 3.47) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

12. "**İnsanlar beni anlamıyor.**" Bu nitelik KKE'nin 20 inci maddesiyle ilgili olup bu maddenin sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Bu

sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 252 olup örneklemin % 48.65'idir. Evet yanıtını veren yani anlaşılmadığını düşünen öğrencilerin sayısı 54 (% 10.42) dür. Tabloya baktığımızda 200 öğrenci (% 38.61) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 12 (% 2.32) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

13. "**Kendimi günahlarımdan dolayı değersiz buluyorum.**" Bu nitelik KKE'nin 27 inci maddesiyle ilgili olup bu maddenin sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 254 olup örneklemin % 49.03'üdür. Evet yanıtını veren yani kendini günahkâr olarak değerlendiren öğrencilerin sayısı 38 (% 7.34) dür. Tabloya baktığımızda 214 öğrenci (% 47.88) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 12 (% 2.32) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

14. "**Ailemin beni olduğumdan daha iyi görmesi karşısında onları aldatmış olmanın üzüntüsünü duyarım.**" Bu nitelik KKE'nin 31 inci maddesiyle ilgili olup bu maddenin sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 258 olup örneklemin % 49.81'idir. Evet yanıtını veren yani ailesini aldatmış olduğu duygularını yaşayan öğrencilerin sayısı 41 (% 7.92) dir. Tabloya baktığımızda 207 öğrenci (% 39.96) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 12 (% 2.32) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

İkinci Derecede Yaygın Kendini Kabul Sorunları;

Bu grupta İkinci Derecede yaygın yani örneklemin yarısı ve yarısına yakın bir kısmında görülen kendini kabul sorunları ele alınmıştır.

İkinci derecede yaygın kendini kabul sorunlarıyla ilgili bulgular Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2 İkinci Derecede yaygın Kendini-kabul Sorunlarıyla İlgili, Çarpık, Kendinden Hoşnutsuzluk ve Kararsızlık Durumları

Madde No	Maddenin İçeriği	Sağlıklı Yanıt	Sağlıklı Kendini Kabul n	Sağlıklı Kendini Kabul %	Sağsız Yanıt	Çarpık Kendini Kabul		Hoşnutsuz		Kararsızlık	
						n	%	n	%	n	%
96	Bazen ters ve geçimsiz bazen ise sıcak ve yumuşak olurum.	EVET	266	51.35	HAYIR	102	19.69	133	25.68	17	3.28
51	Kızıl erkekli bir toplantıda kendimi rahat hissetmiyorum.	HAYIR	273	52.70	EVET	120	23.17	120	23.17	5	0.97
57	Karşı cinsten birileri benimle duygusal yakınlık kurmak istediğinde olduğu kanısındayım.	EVET	274	52.90	HAYIR	126	24.32	86	16.60	32	6.18
86	Kolay mıtu olamıyorum genellikle kararsız bir insanım.	HAYIR	271	52.32	EVET	55	10.62	185	35.71	7	1.35
35	Hakkımda asılsız dedikodular yapıyor.	HAYIR	276	53.28	EVET	49	9.46	172	33.20	21	4.05
70	Ev sahibini rahatsız edeceğim düşüncesiyle misafirliğe gitmekten çekilirim.	HAYIR	282	54.44	EVET	124	23.94	105	20.27	7	1.35

Tablo 2'de görüldüğü gibi bu sorunlar yaygınlık sırasıyla grubun % 50-55'inin Kendini Kabul Envanterinin 96,51,57,86,35 ve 70 inci maddelerinde anahtar cevaba göre belirlenen sağlıklı benlik niteliklerine sahip oldukları gözlenirken öğrencilerin yarısı ve yarısına yakını bu altı kişilik niteliği yönünden benliğe ilişkin

bazı psikolojik sorunları ortaya koymuşlardır. Bu ruh sağlığı sorunları "Çarpık Kendini Kabul" ve "Kendinden Hoşnutsuzluk" olarak ele alınmıştır.

Aşağıda araştırma bulgularına göre saptanan İkinci Derecede Yaygın Kendini-kabul Sorunları altı yaygın benlik sorunu olarak en yaygın olanından başlanarak ayrı ayrı ele alınmıştır.

1. **"Bazen ters ve geçimsiz bazen ise sıcak ve yumuşak olurum."** Bu nitelik KKE'nin (Kendini Kabul Envanteri) 96'inci maddesiyle ilgili olup bunun sağlıklı yanıtı "Evet" dir. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 266 olup örneklemin % 51.33'üdür. Hayır yanıtını veren yani her zaman için tek bir duygulanım yaşayan öğrencilerin sayısı 102 (% 19.69) dir. Tabloya baktığımızda 133 öğrenci (% 25.68) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 17 (% 3.28) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

2. **"Kızıl erkekli bir toplantıda kendimi rahat hissetmiyorum."** Bu nitelik KKE'nin 51'inci maddesiyle ilgili olup bunun sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 273 olup örneklemin % 52.70'idir. Evet yanıtını veren yani kızıl erkekli toplantılarda rahatsızlık duyan öğrencilerin sayısı 120 (% 23.17) dir. Tabloya baktığımızda 120 öğrenci (% 23.17) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 5 (% 0.97) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

3. **"Karşı cinsten birileri benimle duygusal yakınlık kurma isteğinde olduğu kanısındayım."** Bu nitelik KKE'nin 57'inci maddesiyle ilgili olup bunun sağlıklı yanıtı "Evet" dir. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 274 olup örneklemin % 52.90'ıdır. Hayır yanıtını veren öğrencilerin sayısı 12 (% 2.32) dir. Tabloya baktığımızda

86 öğrenci (% 16.60) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 32 (% 6.18) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

4. **"Kolay mutlu olamıyorum genellikle karamsar bir insanım."** Bu nitelik KKE'nin 86'ıncı maddesiyle ilgili olup bunun sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 271 olup örneklemin % 52.32'sidir. Evet yanıtını veren öğrencilerin sayısı 55 (% 10.62) dir. Tabloya baktığımızda 185 öğrenci (% 35.71) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 7 (% 1.35) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

5. **"Hakkımda asılsız dedikodular yapılıyor."** Bu nitelik KKE'nin 35'inci maddesiyle ilgili olup bunun sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 276 olup örneklemin % 53.28'idir. Evet yanıtını veren öğrencilerin sayısı 49 (% 9.46) dur. Tabloya baktığımızda 172 öğrenci (% 33.20) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 21 (% 4.05) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

6. **"Evsahibini rahatsız edeceğim düşüncesiyle misafirlğe gitmekten çekinirim."** Bu nitelik KKE'nin 70'inci maddesiyle ilgili olup bunun sağlıklı yanıtı "Hayır" dır. Bu sağlıklı niteliğe sahip öğrenci sayısı 282 olup örneklemin % 54.44'üdür. Evet yanıtını veren öğrencilerin sayısı 124 (% 23.94) dür. Tabloya baktığımızda 105 öğrenci (% 20.27) bu durumdan rahatsızlık duymakta iken 7 (% 1.35) öğrenci bu durumla ilgili bir karara varamamıştır.

TARTIŞMA VE YORUM

Bu araştırmanın koyduğu görel ölçütler esas alındığında "Birinci Derecede Yaygın Kendini-kabul Sorunları" Tablo 1'de görüldüğü gibi 14, "İkinci Derecede Yaygın Kendini-kabul Sorunları" Tablo 2'de görüldüğü gibi 6 sorun olarak saptanmış bulunmaktadır. Bunlar örneklem grubumuzda yaygın olan bazı ruh sağlığı sorunlarının bulunduğunu işaret etmektedir.

Bu sorunları genel başlıklar halinde sıraladığımızda :

1. Kusursuz olma çabası
2. Kendi başarısını dış koşullara bağlama
3. Çabuk sinirlenme
4. Günahkârlık duyguları
5. Kararsızlık
6. Başkalarını memnun etme çabası
7. Değersizlik duyguları
8. Olumsuz genellemeler
9. Alınganlık
10. Kendi içindeki çelişkilere katlanamama
11. Arkadaş ve karşı cinsle ilişkilerde problemler
12. Çekingenlik

Benzer araştırmayı Hacettepe Üniversitesi öğrencileri üzerinde 1979-1980 öğretim yılında Kılıççı (1985) uygulamış, altı tane birinci ve yedi tane ikinci derecede yaygın kendini kabul sorunu belirlemiştir. Kılıççı'nın saptadığı sorunlar genel başlıklar halinde sırasıyla şunlardır:

1. Kusursuz olma çabası
2. Başkalarını memnun etme çabası
3. Çabuk sinirlenme
4. Utangaçlık
5. Kendi içindeki çelişiklere katlanamama
6. Arkadaş gruplarına kolay katılamama
7. Kendi başarısını dış koşullara bağlama
8. Alınganlık
9. Kararsızlık

Yukarıdaki listelere baktığımızda her iki araştırmada da birinci sırayı **kusursuz olma çabası** oluşturmaktadır. Bu tür bir tutum içindeki kişi ruh sağlığı uzmanlarına göre sağlıklı bir kişilik özelliği sergilemektedir.

Diğer sorunlar yaygınlıkları açısından çakışmasa da farklı iki örneklem grubunda da yaygın kendini kabul sorunu olarak görülmesi açısından önemlidir.

ÖNERİLER

Özellikle üniversite gençliği üzerinde bugüne kadar çeşitli araştırmalar yapılmış ve değişik çözüm önerileri getirilmiştir. Bu araştırmanın bulguları psikolojik sorunların hâla aynı şekilde süregeldiğini göstermiştir.

Üniversitelerin hemen hemen hepsinin mediko-sosyal sağlık birimlerinde psikolog bulunmaktadır. Fakat 15 ile 20 bin öğrencinin bulunduğu bir üniversiteye 1 veya 2 psikolog yetersiz kalmaktadır. Bunun yerine her fakülteye birer psikolog veya psikolojik danışman verilmesi daha yerinde olur. Ayrıca bu birimlerin bireylere koruyucu

ruh sağlığı hizmetleri de vermeleri daha yararlı olur. Böylece gençlere daha yaygın ve operasyonel hizmet verilebilir.

KAYNAKLAR

- Kılıççı, Y. (1981). Üniversite Öğrencilerinin Kendini Kabullerini Etkileyen Bazı Değişkenler. (Yayınlanmamış Doçentlik Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- _____ (1985). Üniversite Öğrencilerinin Kendini Kabul ile İlgili Yaygın Sorunları. (Yayınlanmamış Araştırma Raporu). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Ören, N. (1981). İnsan İlişkileri Dersinin Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeylerine Etkisi. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- _____ (1989). İçten Ve Dıştan Denetimli Olma ile Kendini Kabul Değerleri Arasındaki İlişkiler. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Fen-Ed. Yayınları-1