

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE UMUTSUZLUK VE AKILCI OLMAYAN İNANIŞLAR ARASINDAKİ İLİŞKİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Araş. Gör. Semanur KODAN

Atatürk Üniversitesi, Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi,
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı

ÖZ

Bu araştırma üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ve akılcı olmayan inançlarını çeşitli açılardan incelemek amacıyla yapılmıştır. Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ve akılcı olmayan inançları cinsiyet, öğrenim gördükleri anabilim dalı, algılanan yaşam kalitesi, algılanan sosyo ekonomik düzey ve anne-baba eğitim düzeyleri gibi çeşitli değişkenler açısından ele alınmıştır. Araştırmanın örneklemini Bayburt üniversitesinde fen bilgisi ve sınıf öğretmenliği anabilim dallarında öğrenim gören 202 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Örnekleme oluşturan üniversite öğrencilerine kişisel bilgi formu, Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) ve Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (AOİÖ) uygulanmıştır. Verilerin analizinde Pearson korelasyon analizi, t testi, Kruskal Wallis ve Dunnett's T3 kullanılmıştır. Araştırma bulguları sonucunda umutsuzluk ile akılcı olmayan inançlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre umutsuzluk ve akılcı olmayan inançlara ait puan ortalamaları arasında erkekler lehine anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri bilim dalına göre akılcı olmayan inançlara ait puan ortalamaları arasında fen bilgisi öğretmenliği bölümünde okuyanlar lehine anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin algılanan yaşam kalitesine göre umutsuzluk düzeylerine ait puan ortalamaları arasında ise kötü ve iyi olanlar lehine anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur. Ancak algıladıkları sosyo ekonomik düzey, anne-baba eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır.

Anahtar Kelimeler: Akılcı olmayan inançlar, umutsuzluk, üniversite öğrenciler

THE EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN HOPELESSNESS AND IRRATIONAL BELIEFS ACCORDING TO SOME VARIABLES AMONG THE UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT

In this study, the relationship between irrational beliefs and hopelessness among the university students was examined. The participants in this study included 202 students from university in Bayburt, Turkey. Data were collected by Irrational Beliefs Scale, Beck Hopelessness Scale and Individual Knowledge Form. Data were analysed of Pearson correlation coefficient, t-test, Kruskal Wallis and Dunnett's T3. The findings

of the study indicated that although there was significant relation between levels of hopelessness and sex, education section, perceived quality of life among the university students, there was no relation between perceived socio-economic and parents' education level. In addition, there was significant relation between levels of irrational beliefs and sex, education section, perceived quality of life among the university students. However there was no significant relationship between perceived socio economic and parents' education level.

Keywords: *Irrational beliefs, hopelessness, university students' family*

I. Giriş

Üniversite dönemi çoğunlukla 18-22 yaş aralığı kapsadığı için ileri ergenlik olarak isimlendirilebilmektedir (Çok, 2007). Ergenlik ile yetişkinlik arasında kalan üniversite öğrencileri bu dönemde hem gelişme sorunları hem de bir takım farklı bireysel sorunlarla karşılaşabilmektedirler. Bu sorunlar kimliğini bulma, daha geniş bir toplumun evrensel değerlerine uyum sağlama, sosyal olgunluğa erişme gibi bir takım sorumlulukları kapsamaktadır (Özgüven, 1992). Bununla birlikte ailesinden ve çevresinden ayrılarak üniversiteye gelen genç, farklı ortamlara uyum sağlamaya, üniversiteye ve şehre ayak uydurmaya, farklı yerlerden gelen insanlarla iletişim içinde olmaya ve bunun yanı sıra kalacak yer ayarlamaya, ekonomik problemlerle başa çıkmaya ve geleceğe yönelik endişe duymaya başlayacaktır (Şahin, 2009). Erkan ve Özbay (2012) tarafından yapılan araştırmada gençlerin yaşadıkları problem alanları araştırılmış ve çalışma sonucunda gençlerin en çok problem yaşadıkları alanların duygusal, akademik ve ekonomik problemler olduğu ve en az problem yaşadıkları alanların da kişilik, madde kullanımı ve cinsel problemler olduğu bulunmuştur.

Bununla birlikte üniversite öğrencilerinin yaşadıkları sosyal ve ekonomik sorunlar, eğitim ve işsizlik gibi sorunlar da bireylerin ruh sağlığını olumsuz yönde etkilemekte ve umutsuzluğa yol açabilmektedir (Şahin, 2009). Bir diğer ifadeyle üniversite öğrenimine devam eden öğrencilerin yaşadığı deneyimlere yanlış anlamlar yükleyebileceği, gelecekleriyle ilgili umutsuzluklar ve sıkıntılar yaşayabileceği, sorunlarına çözüm bulmada yaşadıkları sıkıntıların onları umutsuzluğa sürükleyebileceği düşünülmektedir (Şahin, 2009).

Umutsuzluk, umut kavramının aksine, bireyin içinde bulunduğu duruma ve gelecekte karşılaşacağı birçok probleme olumsuz bakış içerisinde olmasıdır. Fromm 'a (1995) göre umut pasif bir bekleyiş değildir, ancak umut aynı zamanda olması imkansız şeylerin şartların gerçekçi olmayan şekilde zorlanması da değildir (Tekin ve Filiz, 2008). Umutsuzluk ise geçmiş yaşantı sonucu oluşan bir boşluk ve an ile geleceği birbirine bağlayan köprünün yıkılmasıdır. Umutsuzluk bireyin bilişsel yapısı ile de yakından ilişkili bir kavramdır. Bilişsel yaklaşıma göre bireyin kaygı, kızgınlık ya da umutsuzluk gibi duyguları yaşamasının temelinde olayların kendisi değil bu olaylara yönelik beklenti ve yorumlar söz konusudur. Bu duyguların temelinde Beck'in bilişsel üçlü olarak tanımladığı kişinin kendisine, çevresine ve geleceğe olumsuz

bakması yatmaktadır. Ayrıca Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin duygularımız, bizim yüklediğimiz anlamlardan, değerlendirmelerimizden, yorumlarımızdan ve yaşama ilişkin tecrübelerimizden kaynaklanır şeklindeki temel hipotezi umutsuzluk ile bilişsel yapı arasındaki ilişkiyi desteklemektedir (Corey, 2008). Bu ifadelerden yola çıkarak umutsuzluğun akılcı olmayan inançları ile de ilişkili olabileceği düşünülmüştür.

Akılcı olmayan inançlar, kendiliğinden ortaya çıkan, zihinsel akış içerisinde yer alan ve çok sıklıkla farkedilemeyen düşüncelerdir (Türkçapar, 2011). Akılcı olmayan inançlardan biri de “belirli zorluklar ya da sorumluluklardan kaçmak, onlarla karşı karşıya gelmekten daha kolaydır” şeklindedir (Akt: Hamarta, Arslan, Saygın ve Özyeşil, 2009). Çocukluk yıllarında oluşan akılcı olmayan inançlar uzun bir süre devam edebilmektedir. Üniversiteye gelen gençlerin var olan ya da oluşturacakları akılcı olmayan inançları onları umutsuzluğa düşürebilir. Bu nedenle geleceğin yetişkinleri olacak üniversite öğrencilerinin akılcı olmayan inançları ile umutsuzluk düzeylerini etkileyen değişkenlerini belirlemek önemlidir.

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi’ ye göre insanlar hem akılcı hem de akılcı olmayan (çarpık) düşünceler ile birlikte doğarlar. İnsanlar kendini koruma, mutluluk, düşünme ve bunu dile getirme, sevmeye, diğerleriyle iletişim kurma, gelişme ve kendini gerçekleştirme eğiliminde doğarlar. Bununla birlikte insanlar öz-yıkım, düşüncelerden kaçınma, erteleme, hataları tekrar etme, gerçeklikten uzak hurafelere inanma, tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik, kendini suçlama, kendini gerçekleştirme potansiyelini fark etmeme eğilimlerine de sahiptirler. (Corey, 2008). Ellis hepimizin çok sayıda akıl dışı inanç kullandığını öne sürer ve temelde üç kalıplaşmış düşünce olduğunu ifade eder. Bunlar (Akt: Turan, 2010) :

1. İyi bir insan olmalıyım ve başkaları tarafından onaylanmalıyım, aksi halde değersiz bir insan olurum.
2. Başkaları bana benim istediğim şekilde davranmalıdır, aksi halde ayıplanmalıdır.
3. Hayat bana her zaman istediklerimi vermelidir.

Burger’a (2006) göre ise her şeyin her zaman yolunda gitmesini ummak, sadece düş kırıklığına ve engellenmeye yol açacaktır. Bu bağlamda insanların sahip olduğu akılcı olmayan inanışlardan biri olan her şeyin yolunda gitmesini istemenin insanları umutsuzluğa sürükleyebileceği söylenebilir.

Beck tarafından geliştirilen Bilişsel terapi kuramına göre insanların duygu ve davranışları, olayları nasıl yorumladıklarından etkilenir. Bilişsel modele göre, tüm psikolojik bozuklukların altında yatan ortak mekanizma, hastanın ruhsal durumun ve davranışlarını etkileyen çarpıtılmış ya da işlevsel olmayan düşünceleridir. Akılcı olmayan inançlar bireyin felaket dolu sonuçlara atlaması, diğer kişilerin zihnini okuması, kişiselleştirmesi, olmayan ya da olmayacak şeylerle uğraşması, -meli, -malı cümleleri kurması, bir durumu genellemesi ve kendisini ya da diğer insanları bir davranışından dolayı belli bir

özelliği ile tanımlayıp diğer özelliklerini göz ardı etmesi gibi şekilde kendiliğinden ortaya çıkan düşüncelerdir (Türkçapar, 2011).

İlk çocukluk yıllarında oluşan akılcı olmayan inançlar çocukluktan ergenliğe kadar sürebilmektedir. Bu görüşlerden yola çıkılarak genç dönem ergenleri olan üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ve akılcı olmayan inançlar açısından cinsiyet, öğrenim gördükleri bölüm, algılanan yaşam kalitesi, sosyo ekonomik düzey ve anne-babanın eğitim düzeyine göre incelenmesi bu araştırmanın amacını oluşturmaktadır.

II. Yöntem

Araştırma Evreni ve Örneklem

Gerekli izin alınan anketler Bayburt Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrencilere uygulanmıştır. Araştırmanın çalışma evrenini, Bayburt Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler, örnekleme ise Fen bilgisi öğretmenliği ve Sınıf öğretmenliği anabilim dallarından 202 öğrenci oluşturmuştur. Gelişigüzel örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya katılan 17-28 yaş grubundaki öğrencilerin 123 (%60.9)'ü kız, 79 (%39.1)'u erkektir. Katılımcıların 115 (%56.9)'u sınıf öğretmenliğini, 87 (43.1)'i fen bilgisi öğretmenliğini okumaktadır. Yaş ortalamaları 20,88'dir. Örneklemi oluşturan evli bireylerle ilgili demografik bilgiler Tablo 2.1'de verilmiştir.

Tablo 2.1. Örneklemle İlgili Demografik Bilgiler

Kişisel Bilgilerin Dağılımı		N	%
Cinsiyet	Kadın	123	60.9
	Erkek	79	39.1
Bölüm	Sınıf Öğretmenliği	115	56.9
	Fen Bilgisi Öğretmenliği	87	43.1
Algılanan Yaşam Kalitesi	Kötü	14	6.9
	Orta	143	70.8
	İyi	45	22.3
Sosyo Ekonomik Düzey	0-700 TL	93	46.0
	701-1500 TL	43	21.3
	1501-2100 TL	38	18.8
	2101-2800 TL	12	5.9
	Diğer	16	7.9

Anne Eğitim Durumu	Okur-yazar değil	12	5.9
	İlkokul	137	67.8
	Ortaokul	22	10.9
	Lise	24	11.9
	Yüksekokul	1	0.5
	Üniversite	6	3.0
Baba Eğitim Durumu	Okur-yazar değil	3	1.5
	İlkokul	89	44.1
	Ortaokul	28	13.9
	Lise	45	22.3
	Yüksekokul	15	7.4
	Üniversite	22	10.9

Veri Toplama Araçları

Beck Umutsuzluk Ölçeği

Beck umutsuzluk ölçeği ilk olarak Beck ve arkadaşları (1974) tarafından uygulanmış olup, Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .93 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması ise Seber (1991) tarafından yapılmıştır (Akt: Üngüren ve Ehtiyar, 2009). Ölçeğin geçerlik Durak ve Palabıyıkoglu (1994) tarafından yapılmıştır. Seber, Dilbaz, Kaptanoğlu ve Tekin (1993) tarafından yapılan ölçeğin güvenirlik çalışması sonucunda Cronbach alfa katsayısı .86, madde-toplam puan korelasyonlarının .07 ile .72 arasında değiştiği ve üniversite öğrencilerinde test-tekrar test güvenirliliği .74 olarak bulunmuştur.

11 maddesi doğru 9 maddesi yanlış olmak üzere toplam 20 önermeden oluşan Beck umutsuzluk ölçeği kişilerin kendilerinin yanıtladıkları bir ölçektir. Anahtara uyumlu her yanıt için 1 puan, uyumsuz yanıtlar için 0 puan verilmektedir. Beck umutsuzluk ölçeğinin puan aralığı 0 ile 20 puan arasındadır (Seber ve diğerleri, 1993). Birey ölçekten ne kadar yüksek puan alırsa umutsuzluk düzeyide o oranda artmaktadır.

Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği

Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği, Jones (1969) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması Yurtal (1999) tarafından gerçekleştirilmiştir. 100 maddeden oluşan bu ölçek onaylanma isteği, yüksek beklentiler, suçlama eğilimi, engellenme, duygusal sorumsuzluk, aşırı kaygı, problemden kaçma, bağımlı olma, çaresizlik, mükemmeliyetçilik olmak üzere 10 alt ölçekten oluşmaktadır. Likert tipi ölçek olup puanların yükselmesi akılcı olmayan inançların arttığını göstermektedir. Araştırmaya katılanların verdikleri cevaplar toplanarak puanlar elde edilmektedir. Ancak bazı maddeler ters yönde yazıldığı için bu maddeler tersine çevrilerek toplama dahil edilirler.

Yurtal (1999) ölçeğin güvenilirliğini testin tekrarı yöntemini kullanarak hesaplamış ve toplam puan için $r=.71$, alt ölçekler için ise $r=.46$ ile $r=.82$ arasında değişen korelasyon katsayılarını bulmuştur. Ölçeğin iç tutarlılığını ölçmek içinde Cronbach alfa güvenilirliğini hesaplanmıştır. Bu hesaplamalara göre ölçeğin tümü için bulunan iç tutarlık katsayısı $r=.74$, alt ölçekler için ise $r=.41$ ve $r=.90$ arasında değerler bulunmuştur. Yurtal tarafından yapılan çalışma sonucunda madde sayısı 100 den 45'e ve faktör sayısı 10'dan 8'e indirilmiştir.

Türkçe'ye uyarlaması yapılan çalışmaların geçerlik ve güvenilirlikleri yeterli görüldüğü için araştırmacı tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmamıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu aracılığıyla bireylerin cinsiyet, okudukları bölüm, algıladıkları yaşam kalitesi, sosyo ekonomik düzey, anne eğitim durumu ve baba eğitim durumu hakkında bilgi elde edilmiştir. Algılanan yaşam kalitesi "kötü", "orta" ve "iyi" olarak kategorize edilmiştir. Öğrencilerden kendileri için uygun olan seçeneği işaretlemeleri istenmiştir.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde üç farklı istatistiksel analiz kullanılmıştır. Bu analizler bilgisayardan SPSS for Windows 18.00 istatistik programı ile yapılmıştır.

1. Pearson Korelasyon Katsayısı Analizi
2. Student t Testi
3. Kruskal Wallis h Testi
4. Dunnett's T3 Testi

Araştırmada umutsuzluk ile akılcı olmayan inançlar arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon Katsayısı analizi uygulanmıştır.

Araştırmada üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve okudukları bölümler arasında fark olup olmadığını anlamak amacıyla "BUÖ" ve "AOİÖ" den almış oldukları puanların aritmetik ortalamaları arasındaki farklar t testi ile incelenmiştir.

Araştırmada üniversite öğrencilerinin sosyo ekonomik düzey, anne eğitim durumu ve baba eğitim durumu arasında fark olup olmadığını anlamak amacıyla "BUÖ" ve "AOİÖ" den almış oldukları puanların aritmetik ortalamaları arasındaki farklar Kruskal Wallis h testi ile incelenmiştir. Bu değişkenlerde Kruskal Wallis testinin uygulanmasının nedeni n sayısının 30 dan daha az olmasıdır. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak amacıyla da Dunnett's T3 uygulanmıştır.

III.Bulgular ve Yorum

Sınıf öğretmenliği ve fen bilgisi öğretmenliği programlarında öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk ve akılcı olmayan inançlarının cinsiyet, öğrenim gördükleri anabilim dalı, algıladıkları yaşam kalitesi, algıladıkları sosyo-ekonomik düzey, anne-baba eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılaşma

gösterip göstermediğine ilişkin bulgular tablolar şeklinde aşağıda özetlenmiş ve açıklamaları yapılmıştır.

Üniversite Öğrencilerinin Umutsuzluk İle Akılcı Olmayan İnançları Arasında İlişkinin İncelenmesi

Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ile akılcı olmayan inançlara ait puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını tespit etmek amacıyla Pearson korelasyon katsayısı analizi uygulanmış ve Tablo 3.1’ de verilmiştir.

Tablo 3.1. *Bireylerin Umutsuzluk Düzeyleri İle Akılcı Olmayan İnançlarına İlişkin Pearson Korelasyon Katsayısı Analizi Sonuçları*

		Umutsuzluk	Akılcı Olmayan İnançlar
Umutsuzluk	P	1	.616
	R		.000
	N	202	202
Akılcı Olmayan İnançlar	P	.616	1
	R	.000	
	N	202	202

Yapılan analiz sonucunda üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ile akılcı olmayan inançlar puanları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($r = .616$, $p = .000$). Sonuç olarak umutsuzluk puanı arttıkça akılcı olmayan inançlar puanlarının da arttığı söylenebilir.

Cinsiyete Göre İncelenmesi

Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ve akılcı olmayan inançlar puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını tespit etmek amacıyla t testi uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.2’de verilmiştir.

Tablo 3.2. *Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Umutsuzluk ve Akılcı Olmayan İnançlarına Ait Puan Ortalamaları, Standart Sapmaları ve t Değerleri*

Bağımlı değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	S. s	t	p
Umutsuzluk	Kız	123	3.5	3.24	2.819	.005
	Erkek	79	5	4.6		
Akılcı olmayan inançlar	Kız	123	137.5	13.59	2.607	.010
	Erkek	79	142.6	13.74		

Erkeklerin umutsuzluk ($t_{(200)} = -2.819$, $p = .005$) ve akılcı olmayan inançlarına ($t_{(200)} = -2.607$, $p = .010$) ait puan ortalamaları kızlardan anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Bu durum erkeklere yüklenen toplumsal cinsiyet roller ile ilişkili olabilir. Evi geçindirme sorumluluğunu üstlenen erkekler üniversiteye girmeden önce meslek seçiminde, üniversiteye yerleştikten sonra ise iş bulma konusunda kendilerini baskı altında hissedebilir ve bu da onların umutsuzlukla birlikte akılcı olmayan inançlarının artmasına yol açabilir (Özmen, Dünder, Çetinkaya, Taşkın ve Özmen, 2008).

Erkeklerin umutsuzluk düzeylerinin kızlardan daha yüksek olması açısından Çelikel ve Korkmaz (2008), Şahin (2009), Üngüren ve Ehtiyar (2009) tarafından yapılan çalışmalar bizim bulgularımızı desteklerken; umutsuzluk puan ortalamalarının cinsiyete göre değişmediğini gösteren çalışma sonuçları da bulunmaktadır (Tekin ve Filiz, 2008; Tümkaya, 2005). Altıntaş (2006) tarafından yapılan çalışma sonucunda kızların akılcı olmayan inanç düzeylerinin erkeklere göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunması açısından araştırma ile paralellik göstermemektedir.

Öğrenim Gördükleri Anabilim Dallarına Göre İncelenmesi

Öğrenim gördükleri anabilim dallarına göre üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ve akılcı olmayan inançlar puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını tespit etmek amacı ile t testi uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.3'te verilmiştir.

Tablo 3.3. Üniversite Öğrencilerinin Öğrenim Gördükleri Anabilim Dallarına Göre Umutsuzluk ve Akılcı Olmayan İnançlarına Ait Puan Ortalamaları, Standart Sapmaları ve t Değerleri

Bağımlı değişken	Anabilim dalı	N	\bar{X}	S.s	t	p
Umutsuzluk	Sınıf öğretmenliği	115	3.73	3.98	-1.575	.117
	Fen bilgisi öğretmenliği	87	4.60	3.76		
Akılcı olmayan inançlar	Sınıf öğretmenliği	115	136.72	14.39	-3.407	.001
	Fen bilgisi öğretmenliği	87	143.25	12.19		

Fen bilgisi öğretmenliği anabilim dalında okuyan öğrencilerin akılcı olmayan inançlara ($t_{(200)} = -3.407$, $p = .001$) ait puan ortalamaları sınıf öğretmenliği anabilim dalında öğrenim gören öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunurken, fen bilgisi öğretmenliği ve sınıf öğretmenliği anabilim dallarında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin umutsuzluk puan ortalamaları arasında ise anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir ($t_{(200)} = -1.575$, $p = .117$). Bir diğer ifadeyle okunan bölüme göre umutsuzluk açısından anlamlı bir farklılaşma söz konusu değildir. Fen bilgisi öğretmenliği bölümünde okuyan öğrencilerin akılcı olmayan inançlara ait puan ortalamalarının sınıf öğretmenliği bölümüne göre anlamlı düzeyde yüksek olmasının nedeni fen bilgisi

öğretmenliği bölümünden mezun olan öğrencilerin yaşça daha büyük ve ergen grubuna giren öğrencilerle çalışacak olmalarına yönelik endişe duymaları olabilir.

Şahin (2009) tarafından yapılan bir çalışma sonucunda, fen bilgisi öğretmenliği programında öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk puan ortalamalarının Türkçe öğretmenliği programında öğrenim gören öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bağlamda araştırma sonucu ile paralellik göstermemektedir.

Algıladıkları Yaşam Kalitesi Düzeylerine Göre İncelenmesi

Üniversite öğrencilerinin algıladıkları yaşam kalitesi düzeylerine göre üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ve akılcı olmayan inanç puanlarına ait ortalama sıraları arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını tespit etmek için Kruskal Wallis testi uygulanmış ve sonuçları Tablo 3. 4'te verilmiştir.

Tablo 3.4. *Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Yaşam Kalitesi Düzeylerine Göre Umutsuzluk ve Akılcı Olmayan İnanç Puanlarına Ait Ortalama Sıraları ve Kruskal Wallis Testi Sonuçları*

Bağımlı değişken	Algılanan yaşam kalitesi	N	Ortalama sıra	χ^2	p
Umutsuzluk	Kötü	14	148.54	10.964	.004
	Orta	143	100.42		
	İyi	45	90.31		
Akılcı olmayan inançlar	Kötü	14	123.89	2.290	.318
	Orta	143	100.51		
	İyi	45	97.68		

Üniversite öğrencilerinin algıladıkları yaşam kalitesi düzeylerine göre akılcı olmayan inanç puanlarına ait ortalama sıraları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmazken ($\chi^2_{(2)}= 2.290$, $p= .318$); umutsuzluk puanlarına ait ortalama sıraları arasında anlamlı bir farklılaşma görülmüştür ($\chi^2_{(2)}= 10.964$, $p= .004$). Farklılaşmanın kaynağını anlamak için Post Hoc alt analizlerinden Dunnett's T3 testi yapılmış; yaşam kalitesini kötü ($p= .015$) ve orta ($p= .022$) algılayan öğrencilerin umutsuzluk puan ortalamalarına ait ortalama sıraları, yaşam kalitesini iyi algılayan öğrencilerinkinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Bir diğer ifadeyle yaşam kalitesi algısı düşük olan öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri daha yüksek bulunmuştur.

Algıladıkları Sosyo-Ekonomik Düzeylerine Göre İncelenmesi

Algıladıkları sosyo-ekonomik düzeye göre üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ve akılcı olmayan inanç puanlarına ait ortalama sıraları arasında

anlamli bir farklılaşma olup olmadığını tespit etmek amacı ile Kruskal Wallis testi uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.5'te verilmiştir.

Tablo 3.5. Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyo-Ekonomik Düzeylerine Göre Umutsuzluk ve Akılcı Olmayan İnanç Puanlarına Ait Ortalama Sıraları ve Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Bağımlı değişken	Sosyo ekonomik düzeyleri	N	Ortalama sıra	χ^2	p
Umutsuzluk	0-700 TL	93	101.99	1.981	.739
	701-1500 TL	43	95.24		
	1501-2100 TL	38	103.88		
	2101-2800 TL	12	92.29		
	Diğer	16	116.72		
Akılcı olmayan inançlar	0-700 TL	93	105.20	3.895	.420
	701-1500 TL	43	103.19		
	1501-2100 TL	38	87.72		
	2101-2800 TL	12	91.04		
	Diğer	16	116.03		

Üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyo-ekonomik düzeylerine göre umutsuzluk ($\chi^2_{(4)}=1.981$, $p=.739$) ve akılcı olmayan inanç ($\chi^2_{(4)}=3.895$, $p=.420$) puanlarına ait ortalama sıraları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Deveci, Ulutaşdemir ve Açık (2011) tarafından yapılan araştırma sonuçları sosyo-ekonomik düzeye göre umutsuzluk puanları arasında anlamlı farklılaşma olmaması açısından bu araştırmanın bulgularını desteklemektedir. Bu duruma ilişkin bireylerin sosyo ekonomik düzeylerinden çok onların olaylara bakış açılarının daha önemli olduğu söylenebilir.

Anne Eğitim Düzeylerine Göre İncelenmesi

Anne eğitim düzeylerine göre üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ve akılcı olmayan inanç puanlarına ait ortalama sıraları arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını tespit etmek amacıyla Kruskal Wallis testi uygulanmış ve sonuçları Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6. Üniversite Öğrencilerinin Anne Eğitim Düzeylerine Göre Umutsuzluk ve Akılcı Olmayan İnanç Puanlarına Ait Ortalama Sıraları ve Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Bağımlı değişken	Anne eğitim düzeyleri	N	Ortalama sıra	χ^2	p
Umutsuzluk	Okur yazar değil	12	100.42	954	.966
	İlkokul	137	103.25		
	Ortaokul	22	98.23		
	Lise	24	95.31		
	Yüksekokul	1	63.50		
	Üniversite	6	106.75		
Akılcı olmayan inançlar	Okur yazar değil	12	115.42	4.213	.519
	İlkokul	137	100.88		
	Ortaokul	22	101.64		
	Lise	24	109.13		
	Yüksekokul	1	80.50		
	Üniversite	6	60.33		

Anne eğitim düzeylerine göre üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ($\chi^2_{(5)}= 954, p= .966$) ve akılcı olmayan inanç ($\chi^2_{(5)}= 4.213, p= .519$) puanlarına ait ortalama sıraları arasında anlamlı farklılaşma bulunmamıştır. Anne eğitim düzeyine göre umutsuzluğa ait puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmadığını gösteren çalışma sonuçları bizim araştırma bulgularımızı desteklemektedir (Tekin ve filiz, 2008; Şahin, 2009). Bu durum üniversite öğrencisinin üzerinde artık annenin etkisinin çok fazla olmaması ile açıklanabilir. Ayrıca çalışma grubunun niteliğinin farklı olması ile de ilişkili olabilir.

Çivitçi (2006) tarafından yapılan çalışma sonucuna anne eğitim düzeylerine göre akılcı olmayan inançlar arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmazken; Altıntaş (2006) tarafından yapılan araştırma sonucunda anne eğitim düzeylerine göre akılcı olmayan inançlar arasında anlamlı farklılaşma bulunmuştur.

Baba Eğitim Düzeylerine Göre İncelenmesi

Baba eğitim düzeylerine göre üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ve akılcı olmayan inanç puanlarına ait ortalama sıraları arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını tespit etmek amacıyla Kruskal Wallis testi uygulanmış ve sonuçları Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7. Üniversite Öğrencilerinin Baba Eğitim Düzeylerine Göre Umutsuzluk ve Akılcı Olmayan İnanç Puanlarına Ait Ortalama Sıraları ve Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Bağımlı değişken	Baba eğitim düzeyleri	N	Ortalama sıra	χ^2	p
Umutsuzluk	Okur yazar değil	3	128.00	2.687	.748
	İlkokul	89	94.91		
	Ortaokul	28	109.04		
	Lise	45	106.98		
	Yüksekokul	15	101.70		
	Üniversite	22	103.61		
Akılcı olmayan inançlar	Okur yazar değil	3	111.67	3.852	.571
	İlkokul	89	103.17		
	Ortaokul	28	116.20		
	Lise	45	97.84		
	Yüksekokul	15	83.57		
	Üniversite	22	94.36		

Baba eğitim düzeylerine göre üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ($\chi^2_{(5)}=2.687$ p=.748) ve akılcı olmayan inanç ($\chi^2_{(5)}=3.852$ p=.571) puanlarına ait ortalama sıraları arasında anlamlı farklılaşma bulunmamıştır. Tümkaya, Aybek ve Çelik (2010) tarafından yapılan araştırma sonuçları babanın eğitim düzeylerine göre umutsuzluk puanları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamasına rağmen farklılaşmanın anlamlı bulunduğu araştırmalarda söz konusudur (Tümkaya, 2005).

Bu durum, üniversite öğrencilerinin üzerinde aile etkisinin çok fazla olmaması ile açıklanabilir. Bir diğer ifadeyle üniversite öğrencileri artık kendi ayakları üzerinde durmaya çalışmakta, farklı arkadaşlık ortamlarına girmekte ve

kendini sürekli geliştirmektedir. Bu nedenle ailesinden ziyade artık kendisine özgü düşünceleri hakim olması ile açıklanabilir.

Yapılan bir araştırma sonucunda ise baba eğitim düzeyine göre akılcı olmayan inançlar açısından anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur (Çivitçi, 2006).

IV.Sonuç ve Tartışma

Bayburt Üniversitesinde sınıf öğretmenliği ve fen bilgisi öğretmenliği anabilim dallarında öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk ve akılcı olmayan inançları çeşitli değişkenlere göre incelendiğinde bu çalışma sonunda şu sonuçlara ulaşılmıştır.

Araştırma sonucunda öğrencilerin umutsuzluk ve akılcı olmayan inançlar puanları açısından cinsiyet, öğrenim gördükleri anabilim dalları ve algıladıkları yaşam kalitesine göre anlamlı farklılaşma bulunmasına rağmen sosyo-ekonomik düzey ve anne-baba eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir.

Bireyin düşünceleri, kişinin hissettiği duygular ve doğal olarak psikolojik sağlığı açısından oldukça önemli bir yere sahiptir. Bu düşünceleri değerlendirirken, “düşüncenin rasyonel olup olmadığı, gerçekçi temeller üzerine oturup oturmadığı” belirlenmelidir. Birey, düşündüğü şeyin doğruluğu ve geçerliği önemli olduğu gibi, eğer bireyin düşüncesi rasyonel değilse bireyin buna ne kadar inandığı da değerlendirilmelidir (Ağır, 2007). Üniversite öğrenimine devam eden öğrencilerin de yaşadığı deneyimlere yanlış anlamlar yükleyebileceği, gelecekleri ile ilgili umutsuzluklar ve sıkıntılar yaşayabileceği, sorunlarına çözüm bulmada yaşadıkları sıkıntıların onları umutsuzluğa sürükleyebileceği düşünülmektedir (Şahin, 2009).

Ergenlikten yetişkinliğe geçişte ara süreç olan bu dönem geleceğe ilişkin önemli kararlar alınması açısından önemlidir (Kapçı, 2007). Ayrıca son ergenlik dönemini yaşayan ve zorlu bir sınav süzgecinden geçerek üniversiteye gelen gençler, bu dönemin verdiği sorumlulukları yerine getirme, yetişkinliğe hazırlanma sorumluluklarının yanı sıra alışmış olduğu çevreden ayrılmaya, yeni arkadaşlıklar edinme, kalacak yer ayarlama, liseden farklı bir ortama sahip olan üniversiteye ayak uydurma, mesleği ile ilgili gelecek kaygısı taşıma, ekonomik sıkıntılarla karşılaşma gibi zorluklarla da mücadele etme zorunda kalacaktır.

Bu dönem içerisinde üniversite gençlerinin yaşadıkları olaylara farklı anlamlar yüklemesi, karşılaştığı sorunlara çözüm bulmada yaşadıkları zorluklar ya da çözüm bulmada yaşanan başarısız deneyimler bireyin akılcı olmayan inançlarının artmasına ve bunun sonucu olarak da umutsuzluğa düşmesine yol açabilecektir. Öğrencilerin umutsuzluğa kapılmamaları için onlara gerekli desteğin verilmesi, onların geleceğe güvenle bakmalarının sağlanması önemlidir. Bunun için gerek bireylere gerek ailelere yönelik bilgilendirme toplantıları yapılabilir. Ayrıca üniversiteye yerleşmeden önce bireye meslekler ve bu süreçte karşılaşılabileceği sorunlar hakkında gerekli bilgilerin verilmesine yönelik rehberlik hizmeti de sunulabilir.

Bu çalışma Bayburt Eğitim Fakültesi Fen Bilgisi Öğretmenliği ve Sınıf Öğretmenliği Anabilim dallarında öğrenime devam eden birinci ve ikinci öğretim öğrencilerinin umutsuzluk ve akılcı olmayan inançlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi açısından sınırlıdır. Bu nedenle farklı ana bilim dallarında okuyan öğrencilerin sınıf düzeyleri de dikkate alınarak bu çalışmada daha geniş gruplara yapılabilir.

KAYNAKLAR

ALTINTAŞ, Gökhan (2006). *Liseli Ergenlerin Kişiler Arası İletişim Becerileri İle Akılcı Olmayan İnançları Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.

AĞIR, Meral (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Bilişsel Çarpıtma Düzeyleri İle Problem Çözme Becerileri Ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki*.Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

BURGER, Jerry, M (2006), *Kişilik* (Çev. İ. D. Erguvan Sarıoğlu), Kaknüs Yayınları, İstanbul.

COREY, Gerald (2008), *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram Ve Uygulamaları*. (Yedinci baskı). (Çev. T.Ergene), Mentis Yayıncılık, Ankara (Orijinal çalışma basım tarihi 2005).

ÇELİKEL-ÇAM, Feryal; ERKORKMAZ, Ünal (2008). “Üniversite Öğrencilerinde Depresif Belirtiler Ve Umutsuzluk Düzeyleri İle Etkili Etmenler”, *Nöropsikiyatri Arşivi*, Cilt 45, Sayı 4.

ÇİVİTÇİ, Asım (2006), “Ergenlerde Mantıkdışı İnançlar: Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Bir İnceleme”, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19, s.9-19.

DEVECİ, Süleyman Erhan., ULUTAŞDEMİR, Nilgün., AÇIK, Yasemin (2011), “Bir Mesleki Eğitim Merkezi Öğrencilerinde Umutsuzluk Düzeyi Ve Etkileyen Faktörler”, *Dicle Tıp Dergisi*, Cilt 38, Sayı 3, s.312-317.

DURAK, Ayşegül., PALABIYIKOĞLU, Refia (1994),“ Beck Umutsuzluk Ölçeği Geçerlilik Çalışması”, *Kriz Dergisi*, Cilt 2, Sayı 2, s.311-319.

ERKAN, Serdar, ÖZBAY, Yaşar, CİHANGİR-ÇANKAYA, Zeynep, TERZİ, Şerife (2012), “Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemler ve psikolojik yardım arama gönüllülükleri”, *Eğitim ve Bilim*, Cilt 37, Sayı 164, s.95-107.

FROMM, Eric (1995), *Sevgi Ve Şiddetin Kaynağı* (Çev. S. Budak), Öteki Yayınevi, Ankara.

HAMARTA, Erdal, ARSLAN, Çoşkun., SAYGIN, Yeliz. ve ÖZYEŞİL, Zümra (2009). “Benlik Saygısı Ve Akılcı Olmayan İnançlar Bakımından Üniversite Öğrencilerinin Stresle Başaçıkma Yaklaşımlarının Analizi”, *Değerler Eğitimi Dergisi*, Cilt 7, Sayı 18, s.25-42.

HARAN, Seda., AYDIN, Orhan (1995), “Depresyon, Umutsuzluk, Sosyal Beğenirlik Ve Kendini Kurgulama Düzeyinin İntihar Fikirleri İle İlişkisi”, *Kriz Dergisi*, Cilt 3, Sayı 1-2, s. 218-222.

KÜÇÜK, Yazgül., ARIKAN, Duygu (2006), “ İştme Engelli Çocukların Topluma Uyum Sağlama Sorunlarının İncelenmesi”, *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, Cilt 9, Sayı 4, s.22-30.

ÖZGÜVEN, İ. Ethem (1992), “Üniversite Öğrencilerinin Sorunları Ve Baş Etme Yolları”, *H.Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı 7, s.5-13.

ÖZMEN, Dilek, DÜNDAR-ERBAY, Pınar, ÇETINKAYA, Aynur Ç., TAŞKIN, Oryal ve ÖZMEN, Erol (2008), “Lise Öğrencilerinde Umutsuzluk ve Umutsuzluk Düzeyini Etkileyen Etkenler”, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 9, s.8-15.

SEBER, Gülten, DİLBAZ, Nesrin, KAPTANOĞLU, Cem, TEKİN, Durmuş (1993), “Umutsuzluk Ölçeği: Geçerlilik ve Güvenirliği”, *Kriz Dergisi*, 1, s.139-142.

STEINBERG, Laurence (2007), *Ergenlikte Psikososyal Sorunlar* (Çev. E.G.Kapçı), İmge Kitabevi Yayıncılık, Ankara.

STEINBERG, Laurence (2007), *Ergenlikte Psikososyal Sorunlar* (Çev. F. Çok), İmge Kitabevi Yayıncılık, Ankara.

ŞAHİN, Cengiz (2009) “Eğitim Fakültesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Umutsuzluk Düzeyleri”, *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı 27, s.271 -286.

TEKİN, Murat, FİLİZ, Kemal (2008), “Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarının Antrenörlük Eğitimi ve Spor Yöneticiliği Bölümlerinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranış Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi”, *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, Cilt 6, Sayı 1, s.27-37.

TURAN, Ahmet Fırat (2010), *Üniversite Öğrencilerinin İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalarını Yordamada Yalnızlık, Benlik Saygısı, Yaşı, Cinsiyet ve Romantik İlişki Yaşama Durumunun Rolü*, Yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

TÜMKAYA, Songül (2005). “Ailesi Yanında ve Yetiştirme Yurdunda Kalan Ergenlerin Umutsuzluk Düzeylerinin Karşılaştırılması”, *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, Cilt 3, Sayı 4, s.445-457.

TÜMKAYA, Songül, AYBEK, Birsal, ÇELİK, Metehan (2010), “Yoksul ailelerden gelen ergenlerde psiko-sosyal bir olgu olarak umutsuzluk ve boyun eğici davranışların incelenmesi”, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. <http://www.insanbilimleri.com>.

TÜRKCAPAR, M.Hakan (2011), *Bilişsel Terapi*, HYP Yayın, Ankara.

ÜNGÜREN, Engin, EHTİYAR, Rüya (2009), “Türk Ve Alman Öğrencilerin Umutsuzluk Düzeylerinin Karşılaştırılması Ve Umutsuzluk Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi: Turizm Eğitimi Alan

Öğrenciler Üzerinde Bir Araştırma”, *Journal of Yasar University*, Cilt 4, Sayı 14, s.2093-2127.

YURTAL-DİNÇ, Filiz (1999). “Üniversite Öğrencilerinin Akılcı Olmayan İnançlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi”, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.

www.tdk.gov.tr (2 Temmuz 2012).