

ORTAÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN ÖĞRENİLMİŞ GÜÇLÜLÜK DÜZEYLERİ VE AİLE İÇİ İLİŞKİLERİ

Yrd. Doç. Dr. Yemliha COŞKUN

KSÜ Eğitim Fakültesi

e-mail:ycoskun@ksu.edu.tr

ÖZET

Bu araştırma ile, bireyin kişilik gelişiminde önemli çevresel faktörlerden biri durumundaki aile içi ilişkilerin, ortaöğretim öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ile ilişkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini, 2006-2007 öğretim yılında İstanbul ili Anadolu yakasında resmi ve özel lise 10 ve 11. sınıflarında okumakta olan 357' si kız, 381' i ise erkek olmak üzere toplam 738 öğrenci oluşturmaktadır. Tarama modelindeki araştırmada veri toplama aracı olarak öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri hakkında bilgi toplamak için araştırmacı tarafından geliştirilmiş "Kişisel Bilgi Formu" nun yanında "Rosenbaum' un Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği" ve "Aile Değerlendirme Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, öğrencilerin öğrenilmiş güçlülükleri ile aile içi ilişkileri arasında anlamlı ilişkinin olduğu görülmüştür. Bunun yanısıra devlet okulunda okuyan öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin, özel okullarda okuyan öğrencilerininkinden; kız öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin ise erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmüştür.

Anahtar kelimeler: Öğrenilmiş Güçlülük, Aile İçi İlişkiler.

ABSTRACT

In this research, it is aimed to determine the relationship between the learned resourcefulness and psychological patterns within family of high school students. The population comprises the students of 10 th and 11 th classes of private and state schools educating in the Anatolian side of İstanbul in the academic year of 2006-2007. Using random sampling method, 12 schools (6 of them are public, 6 of them are private school) selected for the study. 738 students from these schools were determined by randomly. 357 of them are females, 381 of them are males. The questionnaire which is developed by the researcher to collect information about sociodemographic features of the students, 'Rosenbaum's Learned Resourcefulness Schedule', 'McMaster Family Assessment Device' are used as the type of this survey study. The results of this study show that there is significant correlation between learned resourcefulness of the high school students and their psychological relationship patterns within family. Also, the learned resourcefulness scores of the students of the public schools are higher than private school'; the learned resourcefulness scores of the female students are higher than the male students';

Key words: Learned resourcefulness, family relations.

Giriş

Bireyler, davranışlarına, inançlarına, iletişim tarzlarına yansıyan birçok temel şeyi aile çevrelerinden öğrenmelerinden dolayı (Vural, 2004) aile içi psikolojik ilişki örüntüsü, gençlerin öğrenilmiş güçlülük kişilik özellikleri geliştirmelerinde önemli bir etkiye sahiptir.

Rosenbaum tarafından bireyin günlük yaşam aktivitelerini yerine getirirken hedef davranışa ulaşmasını engelleyen bilişsel, duygusal ve duyusal içsel olaylarını düzenlenmesi için sahip olduğu davranış repertuarı ve yetenekler toplamı olarak tanımlanan (Rosenbaum, 1983; 1990) 'öğrenilmiş güçlülük', sadece bir inanış değil, aynı zamanda yetenekler ve özkontrol davranışdır. Bireylerdeki bu kişilik özelliğinin okullarda eğitim programlarıyla olduğu gibi (Rosenbaum, 1983), bireyin doğumdan sonraki fiziksel ve sosyal çevresiyle olan etkileşimi sonucunda, model almasıyla, bilgi ve yönergelerle, formel eğitim olmaksızın da, elde edilebileceğini belirten Rosenbaum, bunun sonucu olarak kişilerin farklı derecelerde öğrenilmiş güçlülüğe sahip olduklarını ve bunun bireylerin sahip olduğu zeka durumu gibi kararlı bir özellik olduğunu vurgulayarak (Rosenbaum, 1988) öğrenilmiş güçlülüğün, bilişsel yapının uyum fonksiyonunu etkilediğini belirtmektedir (Rosenbaum, 1990).

Bilişsel yetenekler dağarcığı olup, esas amacı içsel yaşam olaylarının düzenlenmesi olan ve çoğu zaman direkt olarak gözlenemeyen öğrenilmiş güçlülüğün, entelektüel ve sosyal güçlülük olarak değerlendirilmemesi gerektiğini vurgulayan Rosenbaum, kavram üzerinde yaptığı çalışmalarda, bir davranış istendik hedeflere ulaşmada, içsel yaşam olaylarının bozucu etkisini ortadan kaldırıyor veya en aza indiriyorsa bu davranışın öğrenilmiş güçlülük kategorisinde değerlendirilebileceğini bunun da bireyin içsel olayları kendi kendine izleyebilme ve onları sözlü olarak ifade edebilme gibi bazı yeteneklere sahip olmasıyla mümkün olacağını belirtmiştir (Rosenbaum, 1983).

Dağ (1991), tarafından başa çıkma stratejileri dağarı olarak ifade edilen öğrenilmiş güçlülük, eğer bireyde yüksek düzeyde ise, dağarında her tür başa çıkma ve özkontrol becerilerinin yaygın biçimde bulunduğu anlamına gelmektedir. Bu özelliklere sahip olan bir birey, stresli yaşam olayları karşısında daha az etkilenmekte ve psikolojik sorunlarla karşılaşma oranı azalmaktadır. Diğer taraftan, düşük öğrenilmiş güçlülük düzeyindeki bireyler ise, stresli yaşam olayları karşısında psikolojik sorunlar yaşayabilmekte, zorluklarla karşılaştıklarında başarıma çabasından kolayca vazgeçebilmekte, başarılarının şans eseri olduğunu düşünürlerken, başarısızlıklarının ise kendi yetersizliklerinden kaynaklandığına inanmaktadırlar (Rosenbaum ve Ben-Ari, 1985).

Kişilik gelişimi ile ilgili bilgilere bağlı olarak, öğrenilmiş güçlülük davranışının oluşumunda yaşamın ilk yıllarından itibaren bireyin içinde yaşadığı kültürel çevre ve aile ortamı yaşantılarının niteliğinin çok önemli olduğu belirtilebilir. Küçük yaşlardan itibaren informal yollarla öğrenilen bilişsel beceri olan öğrenilmiş güçlülük, farklı ortamlarda yetişen bireylerde farklı gelişmektedir. Bu anlamda özellikle ergenlik dönemi içerisinde bulunan bireylere, yaşadıkları stresi idare edebilmeleri için öğrenilmiş güçlülük düzeyini yükseltici kişilik özelliklerinin kazandırılmasının ve gerekli becerilerin öğretilmesinin, gelecek yaşamlarında çeşitli psikiyatrik

bozukluklardan suçlu davranışlara kadar uzanan geniş bir dağılımdaki olumsuz sonuçların ortadan kaldırılması ya da en aza indirilmesinde ve yaşam sürecinin verimli, mutlu kılınmasında etkisi olacağı düşünülmekte (Basut ve Erden, 2005), bu konuda aile ortamlarının sağlıklı yapıya kavuşturulması oldukça önem kazanmaktadır.

Aile, bireylerin içinde büyüdüğü, geliştiği en küçük sosyal topluluk olarak, ruhsal gelişimde oldukça önemli bir etkiye sahiptir. Bebeklikten itibaren sosyalleşmeyi, yani toplumla kaynaşmayı, toplumun bir üyesi olmayı aile içerisinde öğrenen bireyin, aynı zamanda anne-babanın psikolojisine bağlı olarak ta kişilik yapısı biçimlenir (Sonuvar, 1988). Konuyla ilgili, Zauszniewski ve arkadaşlarının (2002) okul çağı **çocuklarının** öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ile ilgili yaptıkları çalışmada annelerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin yüksekliğinin, çocukların öğrenilmiş güçlülüğünde önemli bir gösterge olduğunu ortaya koymuştur. Kliewer ve Lewis'in (1995), hasta çocuklar ve ergenler üzerinde yaptıkları çalışmada da, çocukların başa çıkma yetenekleriyle ailenin uyumluluğu arasında ilişki olduğu belirtilirken, Lohman ve Jarvis'in (2000), ergenlerle yaptıkları çalışmada, ergenlerin stresli durumlarla başa çıkmaları ile aile dinamiklerinin ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

Tüm bu açıklamalarda da belirtildiği gibi, bireyler davranışlarına, inançlarına, iletişim tarzlarına yansıyan birçok temel şeyi aile çevrelerinden öğrendikleri için, çocuğun kişiliğine saygı duyan, onu anlamaya çalışarak dinleyen ve kendini yönlendirmesi yolunda fırsat veren anne-baba, çocuğun gelişimine önemli katkıda bulunmuş olur. Dolayısıyla, çocuğun ilk deneyimleri kazandığı ve davranış biçimlerini öğrendiği en önemli sosyal kurum olarak aile çocuğunun duygusal, fiziksel ve zihinsel özelliklerini iyi tanımalı ve bu özelliklere uygun davranmalıdır (Vural, 2004).

Bütün aileler farklı şekillerde de olsa stres ve kaygı yaratan durumlarla ve problemlerle karşılaşır (Kerimoğlu, 1996). Bazı ailelerde gerek dış dünyadan kaynaklanan streslerin aile hayatına yansıyan olumsuz etkileri, gerekse aile bireylerinin kendi aralarındaki ilişkilerinden kaynaklanan çatışmalar, hem aile hayatını, hem de ailedeki kişilerin sağlığını tehdit ederken, bazı aileler de bunun tersi olmakta, dış dünyayla sorunsuz bir ilişki sürdürürken, kendi ilişkilerini de sağlıklı ve çatışmasız sürdürmektedirler (Baltaş, 1993). Bu durum, ailelerin sağlıklılık durumlarının birbirinden farklılaştığını göstermektedir (Fidaner, 1995). Literatürde, genelde bu ayrım en kısa şekli ile, işlevsel olan aile "sağlıklı", işlevsel olmayan aile de "sağlıksız" aile olarak nitelendirilmektedir ki, ailenin sağlıklı veya sağlıksız olması; sosyo-ekonomik özellikleri, toplumda aileye sunulan hizmet, destek ve olanaklar, aile üyelerinin kalıtsal özellikleri, kişilik yapıları, aile içi ilişkilerin niteliği ve dinamik yapısı gibi çeşitli faktörler tarafından etkilenebilmektedir (Özgüven, 2000).

Ailelerin psikolojik sağlık açısından gösterdikleri bu farklılaşmanın, ilişkili olarak çocukların kişilik yapısı üzerindeki etkisi kaçınılmaz olacaktır. Bu duruma bağlı olarak, ortaöğretim öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin, ailelerin sağlıklı olup, olmayışıyla ilişkisi konusunda yapılacak bu çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı; özel ve resmi genel liselerde okuyan 10 ve 11. sınıf öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ile aile içi psikolojik ilişki örüntüleri arasındaki ilişkiyi saptamaktır. Araştırmanın genel amacı çerçevesinde, şu sorulara cevap aranmaya çalışılmıştır.

1. Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ile aile içi psikolojik ilişki örüntüleri (problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü, genel fonksiyonlar) arasında ilişki var mıdır?

2. Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri okul türüne (genel, resmi ve özel ortaöğretim kurumları) göre farklılaşmakta mıdır?

3. Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri sınıf düzeyine (lise 10, lise 11) göre farklılaşmakta mıdır?

4. Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?

Yöntem

Ortaöğretim öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük kişilik özelliği ile aile içi psikolojik ilişki örüntüleri ilişkisinin incelendiği bu araştırma, ilişkisel tarama modelinin kullanıldığı bir çalışmadır.

Örneklem

Araştırmanın evrenini, 2006-2007 öğretim yılında İstanbul ili Anadolu Yakası'nda eğitim veren, resmi ve özel liselerin 10 ve 11. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır.

Araştırmanın örnekleminin belirlenmesinde, 2006-2007 öğretim yılında İstanbul ili Anadolu yakasındaki resmi ve özel liselerde öğrenim görmekte olan 10 ve 11. sınıf öğrencileri iki ayrı okul grubu olarak (özel, resmi) birer küme kabul edilmiş, oranlı küme örnekleme yöntemiyle random (tesadüfi) olarak yapılan seçimle okullar belirlenmiştir.

Araştırmaya 792 öğrenci katılmıştır. Uygulama sonrasındaki veri girişinde, hatalı doldurulmuş formlar araştırma kapsamından çıkartılmıştır. Bu anlamda, araştırma resmi lise 10. sınıflardan 185, 11. sınıflardan 192; özel lise 10. sınıflardan 183, 11. sınıflardan 178 olmak üzere toplam 738 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak, öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri hakkında bilgi toplamak için araştırmacı tarafından geliştirilmiş "Kişisel Bilgi Formu" ile birlikte "Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği (Rosenbaum, 1980)" ve "Aile Değerlendirme Ölçeği (Epstein, Bolwin ve Bishop, 1983)" kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmanın bağımsız değişkenleri hakkında veri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu öğrencilerin demografik özelliklerini belirlemeye yönelik toplam 3 sorudan (okul türü, sınıf düzeyi, cinsiyet) oluşmaktadır.

Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği (RÖGÖ): Orijinal formu M. A. Rosenbaum (1980) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçeye uyarlanması, güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları Ayşe Siva (1991) tarafından yapılmıştır. Bu ölçek stres yaratan yaşam olayları ile ne kadar etkili bir biçimde baş edildiğini değerlendirmeyi amaçlamaktadır (Savaşır ve Şahin, 1997). Ölçeğin güvenilirlik katsayıları iç tutarlık ve test tekrar-test yöntemi ile hesaplanmıştır. Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .78 olarak bulunmuştur. 5 ve 21. maddeler $p < .01$ düzeyinde; diğer maddeler ise $p < .001$ düzeyinde anlamlı korelasyon gösteren ölçeğin, madde toplam korelasyonları .11 ile .51 arasında değişen değerlerde anlamlı bulunmuştur (Dağ, 1991).

Ölçeğin geçerlik çalışması ise, ölçüt bağımlı geçerlik ve yapı geçerliği yöntemi ile hesaplanmıştır. Ölçüt bağımlı geçerlilikte: Ölçeğin kendini denetleme becerilerini ölçtüğü dikkate alınarak, özgün formun da geçerliliğinin araştırılmasında kullanılan 'Rotter iç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği' ile korelasyonu hesaplanmış ve -.29 değeri bulunmuştur. Ölçeğin yapı geçerliliğini belirlemek amacıyla uygulanan 'Temel Bileşenler Analizi' sonucunda, ölçekten toplam varyansın % 58,2'sini açıklayan 12 faktör elde edilmiştir. Bu faktörler, planlı davranma (33, 32, 34, 41), ruh hali denetimi (13, 5, 17, 15), istenmeyen düşüncelerin denetimi (6, 35, 21, 9, 4), dürtü denetimi ve planlı davranma (27, 26, 28, 3, 7, 12), yeterli olma ve kendini yatırma (24, 25, 16, 12), ağrı denetimi (31, 23), erteleme (29, 22, 30, 18), yardım arama (14,19, 7), İyiye yorma (1, 2, 4), dikkati yönlendirme (10, 36, 11), esnek planlama (20, 21) ve denetleyici aramadır (8, 9, 11,16). Bu faktörler ve örüntüler, ölçeğin orijinalinden elde edilen bulgulara büyük ölçüde benzerlik göstermiştir (Dağ, 1991).

36 maddeden oluşmakta olan ölçekte 36 ile 180 arasında değişen puanlar alınabilmektedir. Yükselen puanlar kendini denetleme becerilerinin yüksekliğine; bir diğer deyişle ölçekte temsil edilen başa çıkma stratejilerinin sıklıkla uygulandığına işaret etmektedir (Savaşır ve Şahin,1997).

Aile Değerlendirme Ölçeği (ADÖ): Orijinal formu Amerika Birleşik Devletlerinde Brown Üniversitesi ve Butler Hastanesi tarafından Aile Araştırma Programı çerçevesinde geliştirilmiş olup, Türkçe'ye uyarlanması, güvenilirlik ve geçerlik çalışması Bulut (1990) tarafından yapılmıştır. 12 yaş üzeri aile bireyleri tarafından doldurulan ve aileleri, problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verme, duygusal katılım, davranış kontrolü (davranış kurallarına uyma) ve genel işlevler boyutlarında değerlendirmeyi amaçlayan ölçeğin puan ortalaması alınarak aile puanı hesaplandığı gibi, her bireyin puanını ayrı olarak değerlendirmek de mümkündür (Kılıç, Uslu, Erden ve Kerimoğlu,1999).

Ölçeğe ilişkin bulgular, hemen tüm konularda ölçeğin orijinalinde yapılan çalışmalardan elde edilen bulguları destekler niteliktedir (Bulut, 1990). Ölçek sorun çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, duygusal katılım, davranış kontrolü ve

genel fonksiyonlar alt boyutlarından oluşmaktadır. Ölçeğin güvenilirliği problem çözme alt boyutunda .90; iletişimde .84; rollerde .82; duygusal tepki verebilmede .78; gereken ilgiyi göstermede .62; davranış kontrolünde (davranış kurallarına uyma) .80 ve genel fonksiyonlarda .89 olarak saptanmıştır. İç tutarlılıkta Cronbach alfa değerleri problem çözme için .80; iletişim için .42; duygusal tepki verebilme için .59; gereken ilgiyi gösterme için .38; davranış kontrolü için .52 ve genel fonksiyonlar için .86 olarak belirlenmiştir. Geçerlilik çalışmasında ise, yapı geçerliliği için boşanma sürecinde (N=25) bulunan kadınlara ve normal evliliklerini sürdüren (N=25) çiftlerden birine uygulanan ölçek puan ortalamaları arasındaki fark, t testinde tüm alt testler için .001 ile .01 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Ölçüt bağımlı geçerlik için ise evli olan 25 kişiye ‘Aile Değerlendirme Ölçeği’ ile birlikte ‘Evlilik Yaşam Ölçeği’ uygulanmış birincinin genel fonksiyonlar alt testi ile aralarındaki ilişkiye bakılmış, Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayısının .66 düzeyinde ve anlamlı ($p < .001$) olduğu görülmüştür (Öner, 1994).

Verilerin Analizi

Bu bölümde, ‘Kişisel Bilgi Formu’, ‘Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği’ ve ‘Aile Değerlendirme Ölçeği’ ile elde edilen veriler, öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin, aile içi psikolojik ilişki örüntüleriyle ilişkisi var mıdır? Temel problemi doğrultusunda analiz edilmiştir. Toplanan verilerin analizinde SPSS 11.5 paket programı kullanılarak örneklemin n sayıları, ortalama ve standart sapmaları hesaplanarak, öğrencilerin algıladıkları aile içi psikolojik ilişki örüntüleri ile öğrenilmiş güçlülükleri arasında ilişkinin olup olmadığı incelendikten sonra, gruplar arasında öğrenilmiş güçlülük düzeyi açısından farklar olup olmadığı belirlenmiştir. Anlamlılık kontrolü için farklılıklar arası hata payı .05 manidarlık düzeyinde sınanmıştır.

Araştırma Bulguları

Yapılan veri analizi sonucunda elde edilen bulgular sırasıyla aşağıdaki tablolarda verilmiştir.

Tablo 1. Öğrencilerin Okul Niteliği ve Cinsiyet Değişkeni Frekans ve Yüzde Değerleri

Faktör	Değişkenler	f	%
Okul Türü	Devlet 10.Sınıf	185	25,1
	Devlet 11.Sınıf	192	26,0
	Özel 10. Sınıf	183	24,8
	Özel 11. Sınıf	178	24,1
Cinsiyet	Kız	357	48,4
	Erkek	381	51,6

Tablo 1’de görüldüğü gibi, okul türü değişkenine göre örneklem grubunun 185’i (% 25,1) devlet okulu lise 10. sınıf öğrencisi, 192’si (% 26,0) devlet okulu lise 11. sınıf öğrencisi, 183’ü (%24,8) özel okul lise 10. sınıf öğrencisi ve 178’i (% 24,1) özel okul lise 11. sınıf öğrencisidir. Cinsiyet değişkenine göre ise, örneklem grubunun 357’si (% 48,4) kız öğrencilerden oluşurken, 381’i (% 51,6) erkek öğrencilerden oluşmaktadır.

Tablo 2. Öğrencilerin Öğrenilmiş Güçlülük Puanları ve Aile İçi Psikolojik İlişki Örüntüsü Alt Boyut Puanlarının Aritmetik Ortalama ve Standart Sapmaları

Değişkenler	N	\bar{X}	s.s
Öğrenilmiş Güçlülük	738	114,86	16,05
Sorun Çözme	738	2,18	,64
İletişim	738	2,06	,55
Roller	738	2,17	,43
Duygusal Tepki Verebilme	738	2,05	,62
Gereken İlgii Gösterme	738	2,08	,51
Davranış Kontrolü	738	1,92	,45
Genel İşlevler	738	1,89	,58

Tablo 2’de görüldüğü gibi öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük aritmetik ortalaması 114.86, standart sapmasının 16.05 olduğu görülmektedir. ‘Aile Değerlendirme Ölçeği’, sorun çözme alt boyutu aritmetik ortalaması 2.18, standart sapması ise .64; iletişim alt boyutu aritmetik ortalaması 2.06, standart sapması .55; roller alt boyutu aritmetik ortalaması 2.17, standart sapması .43; duygusal tepki verebilme alt boyutu aritmetik ortalaması 2.05, standart sapması .62; duygusal katılım aritmetik ortalaması 2.08, standart sapması .51; davranış kontrolü aritmetik ortalaması 1.92, standart sapması .45; genel işlevler aritmetik ortalaması 1.89, standart sapmasının .58 olduğu görülmektedir. Bu saptamadan sonra araştırmanın temel amacı doğrultusunda örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin öğrenilmiş güçlülükleri ile aile içi psikolojik ilişki örüntüleri alt boyutlarının ilişkisini belirlemek üzere ‘Pearson Korelasyon Katsayısı’ tekniğinden yararlanılmış ve sonuçlar Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3. Öğrencilerin Öğrenilmiş Güçlülük ve Aile İçi Psikolojik İlişki Örüntüsü Puanlarının Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Sonuçları

Değişkenler	Aile Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutları							
	Öğrenilmiş Güçlülük	Problem Çözme	İletişim	Roller	Duygusal Tepki Verebilme	Gereken İl. Gösterme	Davranış Kontrolü	Genel İşlevler
Öğrenilmiş Güçlülük	-	-,288	-,330**	-,313**	-,276**	-,183**	-,302**	-,319**
Problem Çözme		-	,548**	,447**	,474**	,153**	,417**	,642**
İletişim			-	,523**	,654**	,443**	,471**	,730**
Roller				-	,541**	,454**	,571**	,623**
Duygusal Tepki Vereb.					-	,490**	,413**	,690**
Gereken İlgiyi Göster.						-	,454**	,525**
Davranış Kontrolü							-	,576**
Genel İşlevler								-

N=738

**p<.01

Tablo 3'te görüldüğü gibi, öğrencilerin öğrenilmiş güçlülükleri ile algıladıkları aile içi psikolojik ilişki örüntüleri tüm alt boyutları .01 düzeyinde anlamlı bir ilişki göstermektedir. Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülükleri, ailelerin problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü ve genel işlevler alt boyutlarıyla ters ilişki gösterirken, aile içi psikolojik ilişki örüntüleri alt boyutlarından her biri kendi arasında doğrusal ilişki göstermektedir.

Değişkenler arasındaki ilişkinin test edilmesinden sonra ortaöğretim öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülüklerinin demografik özelliklerine (okul türü, sınıf düzeyi, cinsiyet) göre farklılığı incelenerek aşağıdaki tablolarda sırayla gösterilmiştir.

Tablo 4. Öğrenilmiş Güçlülük Puanlarının Okul Türü Değişkenine Göre Bağımsız Grup t-testi Sonuçları

Okul Türü	N	\bar{X}	s.s	sd	t	p
Devlet	377	116,89	14,99	736	3,54	,000
Özel	361	112,73	16,85			

Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin okul türüne göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemeden önce, Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojenliği test edilmiş, sonuçta varyanslarının homojen olduğu ($L=0,811;p>.05$) görülmüştür. Daha sonra ortalamalar arasındaki farkın belirlenmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 4'de görüldüğü gibi, öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerin, okul türü değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonuçlarına göre, devlet ve özel okul türlerindeki öğrencilerin, öğrenilmiş güçlükleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($t=3,54;p<.05$). Bu sonuca göre, devlet okulunda okuyan öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin ($\bar{X}=116,89$), özel okulda okuyan öğrencilere göre ($\bar{X}=112,73$) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 5. Öğrenilmiş Güçlülük Puanlarının Sınıf Seviyesi Değişkenine Göre Bağımsız Grup t-testi Sonuçları

Sınıf Seviyesi	N	\bar{X}	s.s	sd	t	p
Lise 10. Sınıf	368	113,98	15,64	736	-1,47	,140
Lise 11. Sınıf	370	115,73	16,43			

Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin sınıf seviyesine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemeden önce, Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojenliği test edilmiş, sonuçta varyanslarının homojen olduğu ($L=1,673;p>.05$) görülmüştür. Daha sonra ortalamalar arasındaki farkın belirlenmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 5'te görüldüğü gibi, öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerin, sınıf seviyesi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonuçlarına göre, lise 10. ve lise 11. sınıf düzeyindeki öğrencilerin, öğrenilmiş güçlükleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($t=-1,47;p>.05$). Bu sonuca göre, özel ve devlet okulu lise 10. sınıf seviyesinde okuyan öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ($\bar{X}=113,98$), ile özel ve devlet lise 11. sınıf düzeyinde okuyan öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin ($\bar{X}=115,73$), anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir.

Tablo 6. Öğrenilmiş Güçlülük Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Bağımsız Grup t-testi Sonuçları

Cinsiyet	N	\bar{X}	s.s	sd	t	p
Kız	357	117,75	15,94	736	4,81	,000
Erkek	381	112,14	15,70			

Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemeden önce, Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojenliği test edilmiş, sonuçta varyanslarının homojen olduğu ($L=1,711;p>.05$) görülmüştür. Daha sonra ortalamalar arasındaki farkın belirlenmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 6'da görüldüğü gibi, kız ve erkek öğrencilerin, öğrenilmiş güçlükleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($t=4,81;p<.05$). Bu sonuca göre, kız öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin ($\bar{X}=117,75$), erkek öğrencilere göre ($\bar{X}=112,14$) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tartışma ve Sonuçlar

Gençlerin stresli durumlar karşısında başa çıkma yeteneklerini geliştirecek bilişsel ve davranışsal özelliklere sahip olmaları, psikolojik sağlıklarını korumaları adına oldukça önemlidir. Birçok araştırmanın sonucunda, öğrenilmiş güçlülük düzeyi yüksek olan bireylerin yaşam olaylarının istenmedik etkisi karşısında, psikolojik ve fizyolojik sağlıklarını korumada, sürdürmede daha etkili başa çıkma davranışları sergiledikleri görülmüştür. Bu durum bireylerin öğrenilmiş güçlülük bilişsel davranış dağarcığının genişletilmesi veya düzeyinin yükseltilmesinin önemini göstermektedir. Öğrenilmiş güçlülük kavramının teorik yapısı analiz edildiğinde, sosyal öğrenme kuramında da belirtildiği gibi, bireylerin başa çıkma dağarcığının doğumdan itibaren, içinde yaşadıkları çevrenin etkisiyle informal yollarla öğrendikleri görülmektedir ki, bu durum bireylerdeki öğrenilmiş güçlülük davranış dağarcığı için ailenin etkisini ön plana çıkarmaktadır. Aile bir çok konuda bireylerin kişilik yapısını etkilediği gibi aynı şekilde öğrenilmiş güçlülük dağarcığının gelişmesini de, kendi iç dinamiklerine bağlı olarak farklı şekillerde etkilemektedir. Farklı ana-baba tutumlarının çocukların her yönüyle gelişimi üzerinde farklı etkide bulunduğu bilinen gerçeği ile, hangi aile stillerinin ya da ana-baba tutumlarının, bireydeki öğrenilmiş güçlülük düzeyini olumlu ya da olumsuz şekilde etkileyeceğinin bilinmesi, bu bilişsel davranış yeteneğinin çocuklara kazandırılmasında, ailelere bilgilendirici ve yönlendirici etkisi olacaktır. Aksi takdirde, istendik bir şekilde oluşturulamayan aile yapısının tesadüfi etkisiyle, çocukların öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin düşük oluşu onlarda çaresizlik duygularını geliştirilip, günlük yaşamda yetersiz performans göstermelerine, olumsuz düşünceler üretmelerine ve depresyona girmelerine neden olabilir.

Araştırmanın bulgularına göre, ortaöğretim öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük puanlarının orta düzeyde olduğu görülmektedir. Aile içi psikolojik ilişkiler açısından ise ortaöğretim öğrencilerinin sorun çözme alt boyutundan en yüksek puanı aldığı, bunu roller, duygusal katılım, iletişim, duygusal tepki verebilme, davranış kontrolü ve genel işlevler alt boyutlarının takip ettiği görülmektedir. Bu durum ortaöğretim öğrencilerinin algıladıkları aile içi psikolojik ilişki örüntülerinin davranış kontrolü ve genel işlevler alt boyutu harici sağlıklı olduğunu düşündürmektedir.

Diğer yandan, ortaöğretim öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülükleri ile aile içi psikolojik ilişki örüntüleri arasında anlamlı ve orta düzeyde bir ilişkinin var olduğu görülmektedir. Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülükleri, ailelerin problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü (davranış kurallarına uyma) ve genel işlevler alt boyutlarıyla ters yönde ilişki göstermektedir. Ters yönde olan ilişki türüne göre, öğrencilerin algıladıkları aile içi psikolojik ilişki örüntüleri alt boyutlarındaki sağlıklılık durumu arttıkça öğrenilmiş güçlülük düzeylerinde de artış olduğu görülmektedir. Ölçme araçları bölümünde de belirtildiği gibi 'Aile Değerlendirme Ölçeği (Epstein, Bolwin ve Bishop, 1983)' her bir alt boyutundan alınan puanın yükselmesi o alt boyutun sağlıksızlığına işaret ederken, öğrenilmiş güçlülük puanlarının yükselmesi tam tersine bireylerin başa çıkma becerilerinin gelişmişliğini göstermektedir ki, bu anlamda öğrenilmiş güçlülük puanları yükselirken, 'Aile Değerlendirme Ölçeği (Epstein, Bolwin ve Bishop, 1983)' alt boyut puanlarının düşmesi beklenen bir durum olarak araştırmanın teorik temeliyle örtüşen bir özellikte, ters ilişki göstermektedir.

Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülüklerinin okul türüne göre anlamlı farklılık gösterip göstermedikleri araştırıldığında, devlet okulunda okuyan öğrenciler ile özel okullarda okuyan öğrenciler arasında farklılık bulunmuştur. Devlet okulunda okuyan öğrencilerin lehine olan bu farklılığa göre, devlet okulunda okuyan öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin, özel okulda okuyan öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinden yüksek olduğu söylenebilir. Özel okulda okuyan öğrencilerin göreceli olarak daha iyi sosyo ekonomik şartlara sahip ailelerden geldikleri varsayımı kabul edilecek olunursa, ailelerin bu şartları sağlama ve sürdürme çabasında genellikle hem anne, hemde babanın aktif olarak ev dışında çalışmaları aile yaşamlarında daha iyi ekonomik şartlara sahip olmalarını sağlarken, çocuklarıyla olan birlikteliklerinin süresi nitelik ve nicelik olarak azalmaktadır. Buna bağlı olarakta, gençlerin sorunlu durumlar karşısında çözüm üretmede rol modellerinden yoksun kalmalarının, öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin daha düşük olmasına sebep olabileceği düşünülmektedir. Boyraz ve Aydın'ın da (2003), belirttiği gibi daha zor ve daha kötü koşullarda yetişen bireylerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin daha düşük olması beklenebilirse de yapılan araştırmalardan elde edilen sonuçların genelde bunun aksini gösterdiği görülmüştür. Örneğin, Edwards ve Riordan'ın (1994) Güney Afrika'da yaptıkları araştırmada, birtakım ekonomik ve sosyal haklardan yoksunluk ve politik baskıların sonucunda daha düşük öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip olması beklenen zenci öğrencilerin, beyaz öğrencilerden daha yüksek düzeyde öğrenilmiş güçlülüğe sahip oldukları, hatta araştırma kapsamında düşük öğrenilmiş güçlülük düzeyinde zenci öğrencinin olmadığı görülmüştür. Yine Sarıcı'nın (1999), üniversite öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri, ben durumları ve sosyo-ekonomik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, orta sosyo-ekonomik düzeyden gelen bireylerin öğrenilmiş güçlülük

düzeylerinin, üst sosyo-ekonomik düzeyden gelenlere göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülüklerinin sınıf seviyesine göre farklılık gösterip göstermedikleri araştırıldığında, devlet okulunda ve özel okulda okuyan lise 10. sınıf ve lise 11. sınıf öğrenciler arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Bu sonuca göre öğrencilerin lisede okudukları 10 ve 11. sınıf seviyesinin onların öğrenilmiş güçlülük düzeylerinde bir etkiye sahip olmadığı söylenebilir. Ancak Sarıcı'nın (1999) üniversite öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ile ilgili çalışmasında 4. sınıf öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin, diğer alt sınıflarinkinden daha yüksek olduğu görülürken, Sürük'ün (1994), yine üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmasında birinci, ikinci ve üçüncü sınıf öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin dördüncü sınıftaki öğrencilerinkinden yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu bulgular, sınıf düzeyinin tek başına öğrenilmiş güçlülükle ilişkilendirilmesinin olanaksız olduğunu, başka etkenlerin de söz konusu olabileceğini düşündürmektedir.

Öğrencilerin öğrenilmiş güçlülüklerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermedikleri incelendiğinde, kız öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin, erkek öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinden yüksek olduğu söylenebilir. Bu duruma bağlı olarak, kız ve erkek eğitim görme istatistiklerindeki erkeklerin lehine olan sonuçlar düşünüldüğünde, daha dezavantajlı imkanlarla lise seviyesine kadar eğitim şansına sahip olabilmiş kız öğrencilerin karşılaştıkları yaşam güçlüklerinin olumsuz etkileriyle başa çıkmada daha deneyimli ve başarılı oldukları düşünülmektedir. Bu bulguyu destekler şekilde Lewinsohn ve Alexander (1990)'ın öğrenilmiş güçlülük ile depresyon ilişkisini araştırmak için 573 yetişkin ve yaşlı üzerinde yaptıkları araştırma sonucunda da kız deneklerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin erkeklerinkinden yüksek olduğu görülmüştür. Ancak Türkiye'de Boyraz ve Aydın'ın (2003) yetiştirme yurdu ve ana-baba yanında kalan ergenlerle yaptıkları araştırmada kızlarla erkeklerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinde bir farklılık olmadığı, yine Sarı'nın (2004) üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öğrenilmiş güçlülük düzeylerini incelediği araştırmasında da cinsiyet açısından bir farklılığa rastlanmadığı görülmüştür.

Yapılan araştırma kapsamında aşağıdaki önerileri sunmak mümkündür:

Bireylerin psikolojik ve fiziksel yaşam kalitelerinin arttırabilmeleri için farkında olmaları gereken bir çok konuda olduğu gibi, öğrenilmiş güçlülük konusunda da bilinçlenmesi gerekmektedir. Bu amaçla, anne ve babaların çocuk yetiştirme süreçlerini tesadüflerin etkisine bırakmayarak sağlıklı bir aile yapısı oluşturmaları için gerekli bilgiye ulaşmalarında eğitim olanaklarından olabildiğince yararlanmalarını sağlayacak kurumsal yapıların oluşturulması gerekmektedir. Diğer yandan, yarının anne-babalarını yetiştirecek örgün eğitim kurumlarının program içeriklerinin öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerini olabildiğince arttırıcı niteliğe dönüştürülmesinin yarar sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Baltaş, A. (1993).Eğitim Başarısını Yükseltmede, Sağlıklı ve Mutlu İnsanlar Yetiştirmede Ailenin Rolü. *Ana-Baba Okulu*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 4. Baskı.
- Basut, E; Erden, G. (2005). Suça Yönelen ve Yönelmeyen Ergenlerin Stres Belirtileri ve Stresle Başa Çıkma Örüntüleri Yönünden İncelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 12 (2), 48-55.
- Boyras, G. ve Aydın, G.(2003). Yetiştirme Yurdu ve Anne-Baba Yanında Kalan Ergenlerde Öğrenilmiş Güçlülük. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, II (20), 59-64.
- Bulut, I. (1990). *Aile Değerlendirme Ölçeği*. Ankara: Özgüneliş Matbaası.
- Coşkun, Y. (2007). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Öğrenilmiş Güçlülükleri ve Aile İçi İlişkileri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Dağ, İ. (1991). Rosenbaum'un Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği'nin Üniversite Öğrencileri İçin Güvenirliği ve Geçerliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2 (4), 269-274.
- Edwards, D. ve Riordan, S. (1994). Learned Resourcefulness in Black and White South African University Students. *The Journal of Social Psychology*, 134(5), 665-675.
- Epstein, N. B., Baldwin, L. M. ve Bishop, D.S. (1983). The McMaster family assesment device. *Journal of Marital and Family Therapy*, 9 (2): 171-180.
- Fidaner, H.(1995). *Ruh Sağlığı Hizmetinde Aileye Yaklaşım*. İzmir: Sevdı Matbaacılık.
- Kılıç, E. Z., Uslu, R. İ., Erden, G. ve Kerimoğlu, E. (1999). Çocuklarda Travma Sonrası Stres Bozukluğu Belirtilerini Sürdüren Ailesel Etmenler. *Kriz Dergisi*, 7(2),1-8.
- Kerimoğlu, E. (1996). *Aile Tedavileri*. Ankara: Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Yayınları.
- Kliwer, W. ve Lewis, H. (1995). Family Influences on Coping Processes İn Children and Adolescents With Sickle Cell Disease. *Journal Of Pediatric Psychology*, 20(4), 511-525.
- Krech, D. ve Crutchfield, R. S. (1965). *Sosyal Psikoloji* (Çev:Erol Güngör), İstanbul: Baha Matbası.

- Lohman, B.J ve Jarvis, P.A. (2000). Adolescent stressors, coping strategies, and psychological health studied in the family context. *Journal Of Youth And Adolescence*, 29,15-43.
- Öner, N. (1994). *Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, 1. Baskı.
- Özgüven, İ. E.(2000). *Evlilik ve Aile Terapisi*. Ankara: PDREM Yayınları.
- Rosenbaum, M. (1980). A Schedule for assessing self-control behaviors: Preliminary findings. *Behaviors Therapy*, 11, 109-121.
- Rosenbaum, M. (1983). Learned resourcefulness as a behavioral repertoire for the self-regulation of internal events:Issues and speculations. In M. Rosenbaum, C. M. Franks, ; Y. Jaffe (Eds.). *Perspectives on behavior therapy in the eighties*. (pp.54-73). New York: Springer.
- Rosenbaum, M. (1988). Learned resourcefulness, stres, and self-regulation. In S. Fisher ; J. Reason (Eds.). *Handbook of life stres, cognition, and health* (pp. 483-496). Chichester, UK: John Wiley; Son.
- Rosenbaum, M. (1990). The role of learned resourcefulness in the self-control of hestlh behavior. In M. Rosenbaum (Ed.), *Learned resourcefulness: On coping skills, self-control, and adaptive behavior* (pp. 3-30). New York: Springer Publishing Co.
- Rosenbaum, M. ve Ben-Ari, K. (1985). Learned helplessness and learned resourcefulness: Effects of noncontingent success and failure on individuals differing in self-control skills. *Journal of Personality and Social Psycgology*, 48, 198-215.
- Sarı, T. (2004). Üniversite Öğrencilerinde Bazı Değişkenlere göre Öğrenilmiş Güçlülük (Özet Kitabı). *XIII. Ulusal Psikoloji Kongresi ‘Toplumsal Barış: Dün, Bugün ve Yarın’ Kongre Kitabı* (s.260-261). İstanbul: Bilgi Üniversitesi.
- Sarıcı, S. (1999).*Üniversite Öğrencilerinin Öğrenilmiş Güçlülük Düzeyleri, Ben Durumları ve Sosyo-Ekonomik Düzeyleri Arasındaki İlişkileri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Savaşır, I. ve Şahin, N. H. (1997). *Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Siva, N. A. (1991). *İnfertilite’de Stresle baş etme, Öğrenilmiş Güçlülük ve Deprosyonun İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Nörolojik ve Psikiyatrik Bilimler Enstitüsü.

- Sonuvar, B. (1988). Aile İçi İlişkiler ve Tutumlar. *Bazı Önemli Psikiyatrik Sorunlar Simpozyumu Kitabı*. (Yayın Sorumlusu: Orhan Doğan). Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi yayınları.
- Sürük, N. (1994). *Üniversite Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Vural, B. (2004). *Öğrencinin Başarısı İçin Aile-Okul Birlikteliği*. İstanbul: Hayat Yayınları.
- Zauszniewski, J. A., Chung, C., Chang, H. ve Krafcik, K. (2002). Predictors of resourcefulness in school-aged. *Issues In Mental Health Nursing*, 23 (4), 385-401.