

ANKARA'DA SOSYAL HİZMET EĞİTİMİ ALAN DÖRDÜNCÜ SINIF ÖĞRENCİLERİNİN ÖZ-DUYARLIKLARININ SOSYO-DEMOGRAFİK DURUMUNA GÖRE İNCELENMESİ

Melike TEKİNDAL¹

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, Hacettepe, Ankara ve Başkent Üniversitelerinde sosyal hizmet eğitimi alan dördüncü sınıf öğrencilerinin öz-duyarlık becerilerinin sosyo-demografik özelliklerine göre incelenmesidir. Araştırma da nicel araştırma modeli kapsamında, kesitsel tarama modeli uygulanmıştır. Araştırmanın evrenini Ankara'da sosyal hizmet bölümü dördüncü sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklemi ise Ankara, Başkent ve Hacettepe Üniversitelerinde sosyal hizmet eğitimi alan dördüncü sınıf öğrencileri meydana getirmektedir.

Araştırma kapsamında öğrencilere Neff (2003) tarafından geliştirilen ve Akın, vd. (2007) tarafından Türkçeye adaptasyonu gerçekleştirilen Öz-duyarlık ölçeği ve çeşitli sosyo-demografik değişkenleri barındıran Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Değişkenler tanımlanırken ortalama±standart sapma, yüzde ve frekans değerleri kullanılmıştır. Birden fazla yanıtı değişkenler, çoklu yanıt (Multiple Response) yöntemi ile değerlendirilmiştir. Bağımsız iki ve üç grup karşılaştırması yapılmıştır. Testlerin anlamlılık düzeyi için $p<0,05$ değeri kabul edilmiştir.

Sonuç olarak, araştırmada sosyo-ekonomik değişkenlerden yaş, cinsiyet, okunulan üniversite, barınılan yer, insanlarla olan iletişim değerlendirmesi, kendi öz-duyarlık değerlendirmeleri, üniversitenin öz-duyarlığa etkisi ve katılımcıların öz-duyarlıklarının beceri derslerinin öz-duyarlıklarını etkileme durumları anlamlı bulunmuştur. En uzun süre yaşanan yer, aylık gelir, kardeş sayısı ve ebeveynlerin medeni durumlarının ise öz-duyarlık üzerinde herhangi bir etkisi görülmemiştir.

¹ Yrd. Doç.Dr. İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü. E-Posta: melike.tunc@ikc.edu.tr

Anahtar kelimeler: Sosyal hizmet eğitimi, üniversite öğrencisi, öz duyarlılık

AN ANALYSIS OF THE SOCIO-DEMOGRAPHIC STATUS OF SELF-COMPASSION OF FOURTH-GRADE STUDENTS WITH SOCIAL WORKEDUCATION IN ANKARA

ABSTRACT

The aim of this research is to examine the self-compassion skills of fourth-year students who have received social work education in Hacettepe, Ankara and Başkent Universities according to their socio-demographic characteristics. In the context of the research quantitative research model, a cross-sectional survey model was applied. The universe of research is the fourth grade students in social work department in Ankara. The sample is the fourth grade students who take social work education in Ankara, Başkent and Hacettepe Universities.

Under investigation, "Personal Information Form" including self-compassion scale and several sociodemographic variables, improved by Neff (2003b), which was adapted to Turkish by Akın et.al. (2007), was applied to the students. After completing research data, data analyzes were done. The mean \pm standard deviation, percent, and frequency values are used when variables are defined. Multiple response variables were assessed by the Multiple Response methods. Independent two and three group comparisons were made. For the significance level of the tests, $p < 0.05$ was accepted.

At the end of analyzing, it was significant that age, sex, university, residing, evaluating of communication with people, self-compassion evaluation, the self-compassion effect of the university and the effect of participants' self-compassion on self-compassion skill courses that are one of the socioeconomic variables. But it could not be seen the effect of the number of siblings, parents' marital status, the longest-lived place and monthly income on self-compassion.

Keywords: Social work education, university students, self-compassion

GİRİŞ

Sosyal hizmet, merkezinde sosyal adalet, insan hakları ve farklılıklara saygı ilkesini barındıran, yaşam zorluklarıyla ilgilenen, sosyal refahı geliştirmek için sosyal bilimlerden yararlanan bir alan; sosyal değişim ve gelişimi teşvik eden akademik bir disiplin ve bireylerin güçlendirilmesini amaçlayan uygulama odaklı bir meslektir (IFSW, 2014). Sosyal hizmet eğitiminin amacı, sosyal hizmetlerin planlaması örgütlenmesi ve uygulanmasında rol alacak mesleğin evrensel ilke, değer ve bilgisiyyle donanmış içinde yaşadığı toplumun yapısı ve özellikleri hakkında yeterli bilgiye sahip profesyonel meslek elemanları yetiştirmektir. Mesleğin evrensel ilke, değer ve bilgisiyyle toplumsal yapıya ilişkin bilgilerin sürekli gelişme içinde olduğu düşünüldüğünde, eğitimin bu dinamizmini yakalayacak biçimde örgütlenmesi gerekir.

Sosyal hizmet kuramı bilgi, beceri ve değer olmak üzere üç temel unsur üzerine inşa edilmektedir. Nitelikli ve etkili bir sosyal hizmet için yeterli bilgiye, bilgiyi uygulamaya dönüştürebilmek için de yetkinliğe yani beceriye sahip olmak gerekir. Dolayısıyla yetişen ve yetismekte olan sosyal hizmet uzmanlarının beceri anlamında kendilerini her daim yetiştirmek ve geliştirmek sorumluluğu vardır. Çünkü bir meslek ve disiplin olarak sosyal hizmette sürecin en önemli bileşeni ve kaynaklarından biri sosyal hizmet uzmanının kendisi olmakta ve sosyal hizmet uzmanı da müdahalenin bir aracı olmaktadır.

Sosyal hizmet çok geniş bir çalışma alanına sahiptir. Her müracaatçı farklı olduğu için kullanılacak bilgi, beceri ve değerlerde farklı olacaktır. Bu nedenle yaratıcılık ön planda olmalıdır. Bu yaratıcı yön, sosyal hizmetin sanat yönünü oluşturur (Johnson,1995). Uygulamada bilgi, değer ve beceriler yaratıcı bir şekilde birleştirilir ve profesyonel sosyal hizmet ortaya çıkar. Yardım sürecinde bilgi, değer ve beceriyi uygun ve yaratıcı biçimde bir araya getirmek sosyal hizmet uzmanının en önemli özelliğidir. Alanda çalışan sosyal hizmet uzmanlarının mesleği tam anlamıyla yerine getirebilmek ve müracaatçıyı anlayıp, ona yardımcı olabilmek için bazı becerilere sahip olması gerekir. Bu beceriler sayesinde uzman müracaatçıyı daha iyi analiz eder, onunla daha sağlıklı iletişim kurar ve profesyonel bir biçimde ona yardımcı olur. Bundandır ki becerilerin sosyal hizmet eğitimindeki yeri kesinlikle yadsınamaz. Sosyal hizmet mesleği bireylerle, gruplarla ve örgütlerle çalışan bir disiplindir. Bu çalışmayı bireylerle yaparken öncelikle sorunu doğru analiz etmeli, müracaatçı ile iletişimini sağlıklı bir biçimde kurmalı, sorunun çözümüne yönelik planlama, ön

değerlendirme yapmalı, müdahale ve hizmet sunmalıdır. Tüm bunları uygulamada gerçekleştirebilmek için ise kapsamlı bir eğitime ihtiyaç duyulur.

Bu bağlamda sosyal hizmet uzmanının direkt olarak insanla çalışan bir meslek elemanı olduğu düşünülürse sahip olması gereken becerilerin ne denli önemli olduğu anlaşılır. Sosyal hizmet uzmanı kendi yaşam deneyimlerine bakış açısı, kendisine karşı anlayış sahibi olması, hizmet almak isteyen bireye vereceği hizmetin etkili olması ile bağlantılıdır.

Beceri temelinde yer alan duyarlılık geliştirilmesi gereken bir noktadır. Bu da insanın öz-duyarlılığını geliştirmesi ile başlayacaktır. Bununla birlikte sosyal hizmet uzmanının öz-duyarlılığın yüksek olması müracaatçısıyla olan iletişiminin gücüne de yansır. Sosyal hizmet uzmanı müracaatçısına karşı kendi duygu düşünce ve davranışlarını yapıcı bir şekilde iletebilmek için öz-duyarlılık becerisine ihtiyaç duyar. Öz-duyarlılık kişinin kendine karşı beslediği bireysel farkındalığını, anlayışını, hayatın ona yaşattığı deneyimleri kabullenmesini, kötü deneyimler karşısında hayata karşı soyutlanmamasını içeren bir kavramdır (Tedeschi ve Calhoun, 2004). Bu kavramı içselleştiren bireyin benlik saygısı da artacaktır ve iyilik hali süreklilik kazanacaktır. Bunun üzerine sosyal hizmet uzmanı, kendine, çevresine ve özellikle de müracaatçı gruplarına bu becerilerini yansıtacak tutumlarda bulunur. Öz-duyarlılık sosyal hizmet uzmanının nitelikli müdahalede bulunabilmesi için destekleyici bir beceridir. Bu sebeplerden dolayı sosyal hizmet mesleğini icra edecek meslek elemanlarının öz-duyarlılıklarının gelişmiş olması son derece önemlidir.

Başka insanları nasıl etkilediğimiz ve diğer insanların bizim üzerimizde nasıl bir etkisi olduğu üzerine sabit ve yerleşik olmayan bir bakış açısı geliştirmek için kişi kendini tanımalı ve yönetebilmedir. Ayrıca farklı sistemlerde sosyal hizmet eğitimi veren kurumların verdikleri eğitimde bilgi, beceri ve değer üçlemesinin sorgulanması, bunları öğrencilerin içselleştirmeleri ve hayatlarına uygulamaları bazında önemlidir. Bu farklı sistemlerde eğitim almış öğrenciler farklı becerilere odaklanabilir ya da becerilerini geliştirme olanaklarına sahip olamayabilirler. Bu durumda alana çıktıklarında da eksik kalabilir ve hata yapabilirler. Sonuç olarak insan hakları ve sosyal adalet temelinde uygulama yapabilmek, müracaatçıları tanıyabilmek adına öncelikle sosyal hizmet uzmanlarının kendilerini tanımaları gerekmektedir. Kendilerini tanımaları da öz-duyarlılık becerilerinin gelişmesi ile paralellik göstermektedir. Bu

sebepten Ankara'da eğitim alan sosyal hizmet bölümü dördüncü sınıf öğrencilerinin öz-duyarlıklarının incelenmesi bir gereklilik olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bu araştırmanın amacı Ankara'da eğitim alan dördüncü sınıf sosyal hizmet bölümü öğrencilerinin öz-duyarlıklarının sosyo-demografik özelliklerine göre öz-duyarlık düzeylerine olan etkisini araştırmaktadır.

Bu nedenle öncelikle öz-duyarlığın ne olduğuna, bileşenlerine, sosyal hizmet beceri temelinde öz-duyarlığın yerine yer verilmektedir. Makalenin ikinci bölümünde de yöntem, analiz ve bulgulara yer verilmiştir. Üçüncü bölümünde ise tartışma, sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

Öz-Duyarlık Tanımı

Öz-duyarlık tanımı temelde duyarlık kavramıyla bağlantılıdır. Başkasının sorun yaşadığı ya da sıkıntılı olduğu durumlarda onunla bağlantıda olma, yaşadığı sıkıntıların sonucu ortaya çıkan duygularını kabullenmesi için ona destek olma, güçlendirme, hoşgörülü yaklaşma, kabullendirme duyarlı olmayı içerir. Duyarlık sağduyulu ve doğru yargılama gücüne sahip olmayı da içerir. Duyarlı olmak, destek olunacak kişiye önyargısız olmayı gerektirir. Ayrıca onun diğer bütün insanlar gibi hata yapma hakkına sahip olduğunu hissettirmek de bu gerekliliklerdendir. Bu bağlamda Öveç (2007)'in de belirttiği gibi duyarlık kapsamında yargılamadan anlamaya çalışmak, sabırlı olmak, sevecen olmak ve anlayışlı olmak yer almaktadır.

Öz-duyarlık, duyarlık kavramının daha özelleştiği ve daraldığı bir kavramdır. Duyarlık kişinin bir başkasına karşı sağduyulu olması iken öz-duyarlık kendine karşı anlayış sahibi olması, hoşgörülü olması, kendine özenli davranmasıdır. Kendine karşı tutumu yargılayıcılıktan ve mükemmeliyetçilikten uzak olmalıdır. Ancak böyle bir durumda benlik saygısı gelişebilir ve kendini olduğu gibi kabullenebilir. Bu sayede hatalarından dolayı kendini toplumsal yaşamdan soyutlamaz (Neff, vd., 2005; Neff, vd., 2007).

Öz-duyarlık süreci, kişilerin benliği ile ve diğer bireyler ile ilişkili deneyimleri kavramasına izin vermekte olan bilişötesi aktivite ile meşgul olmasını gerektirmektedir. Bu süreç kişinin kendisi ile aşırı bir şekilde ilgilenmesi ve özdeşleşmesini ve sosyal ilişkilerin kopmasına sebep olabilecek benmerkezci yabancılaşmayı engeller. Ayrıca şahısların, kişisel deneyimlerini daha geniş bir perspektiften ele almasına ve yaşanmakta olan sıkıntı ve acı dolu deneyimlerin boyutlarını daha net bir şekilde yardım eder (Neff, 2003a).

Değişim ve gelişim insanlığın doğasında vardır. Öz-duyarlık da kişilerin kendilerinin, çevrelerinin değişim ve gelişimlerine katkı sağlar. Kişi hayatındaki sıkıntı veren durumlara olan bakışını onlardan kaçmak ya da görmezden gelmek yerine onları doğal karşılama ve kabullenme yoluna giderek sorunlarına karşı bakış açısını değiştirebilir. Bu yeni bakış açısı kişiye kendini cesaretlendirme ve farkındalık olarak geri döner.

Öz-Duyarlık Bileşenleri

Neff (2003a:85-102; 2003b:223-250) Öz-Duyarlığın üç temel bileşenden oluştuğunu belirtmektedir: 1. Öz-yargılamaya (self-judgment) karşı özsevecenlik (self kindness), 2. İzolasyona (isolation) karşı paylaşımların bilincinde olma (common humanity) ve 3. Aşırı özdeşleşmeye (over identification) karşı bilinçlilik (mindfulness) (Neff, 2003a:85-102; Neff vd. , 2007: 139-154; Neff, 2009: 211-214). Öz- duyarlığın bu üç alt boyutu kavramsal olarak birbirinden farklıdır ancak bu üç kavram birbirleriyle etkileşim içindedir, birbirlerinin oluşumlarına yardımcı olurlar ve birbirlerini desteklerler.

İlk bileşen olan öz-sevecenlik bireyin yaşamında karşılaştığı sıkıntılar ve başarısızlıklar karşısında kendine karşı hoşgörülü, sevecen, nazik ve yargısız davranmasıyla mümkün olur (Neely, vd., 2009: 88-97). Öz-sevecenlik düzeyleri yüksek bireyler olumsuz deneyimleri karşısında benliklerine zarar vermeyecek, kendine karşı ılımlı, öz- yargılama ve kendini sert şekilde eleştirmeyen tutumlar içindedirler. Öz-sevecenlik düzeyi düşük bireyler ise yetersizliklerini ve başarısızlıklarını kabullenemez ve mükemmeliyetçiler tavrı takınırlar. Bu bireyler yaşadığı olumsuz deneyimler karşısında kendini affedemez, özüne karşı acımasızca eleştirilerde bulunur ve benliklerine zarar verirler. Öz sevecenlik kişinin gerçekleri kabul etmesini kolaylaştırır ve herhangi zor bir durumla karşılaşıldığında etkili bir şekilde cevap verilme kapasitesini güçlendirir (Neff, 2003a).

İkinci bileşen, paylaşımların bilincinde olma ise bireyin, yaşamın insanlığa sunduğu deneyimlerin –mutlulukların, başarıların, üzüntülerin, zorlukların, sıkıntılarının, hataların- tümünün yalnızca kendisi için sunulmuş deneyimler olmadığını, bu deneyimlerden tüm insanların yaşamlarının farklı evrelerinde farklı şekillerde pay aldığını bilmesi demektir. Paylaşımların bilincinde olan bir birey yaşadığı olumsuzlukları yalnızca kendi hikayesinin bir parçasıymış gibi algılamaz, bunların insan yaşamının doğal bir parçası olduğunun ve yaşadığı duygusal deneyimlerin yalıtıcı olmadığını bilincindedir, izole olmaz, bağlantılıdır. Paylaşımların bilincinde

olmayan bir birey ise her insanın hata yapabileceğinin farkında değildir. Yaptığı her hatada, yaşadığı her sıkıntı ve acıda “neden ben?” diye sorar, bu soru karşısında da kendini toplumdaki uzaklaştırır, yabancılaşır ve izolasyona uğrar. Bu şekilde izolasyon yaşayan birey yaşadığı her olumsuz duygulanımda diğer bireylerin mutlu olduğunu ve bu olumsuzluğun yalnızca kendi başına geldiğini düşünerek kahrolur (Kirkpatrick, 2005).

Diğer bir bileşen olan bilinçlilik ise öz-duyarlılık kavramından önce de kullanılan bir terimdir. Bilinçlilik bireylerin, istemsiz bir şekilde ortaya çıkan düşüncelerinden, alışkanlıklarından ve sağlıksız davranış örüntülerinden kurtulmasında etkili olabilir ve bu yolla psikolojik iyi olma ile doğrudan ilişkili olan kabullenilmeyen davranışların düzenlenmesi konusunda anahtar rol oynayabilir (Ryan ve Deci, 2000:68-78). Bu bağlamda bilinçliliği kişinin kendi, çevresi ve yaşadıklarıyla ilgili duygu, düşünce ve davranışlarının farkında olması olarak tanımlayabiliriz. Bilinçliliğin sağladığı dengeli bir bakış açısı benliğin kendisini izole etmesi ve kişinin kendisini diğer insanlardan farklı (ayrı) görmesini engeller, böylelikle kişi diğer insanlarla olan bağlarını artırmış olur (Elkind, 1969, akt.:Neff, 2003b:89). Bununla birlikte bilinçlilik diğer iki kavrama da direkt olarak katkıda bulunmaktadır. Öncelikle yargılayıcı olmayan bilinçlilik durumu öz-eleştiriye azaltarak, bireyin kendini anlamasını kolaylaştırır ve böylece direkt olarak öz-sevecenliğin gelişmesine yardımcı olur. Aynı zamanda dengeli bir bilinçlilik bakış açısına sahip olma, bireyin sosyal izolasyon ve yabancılaşma duyguları yaşamamasına neden olan ben merkezci tutumlarıyla mücadele edebilmesini ve sosyal ilişkilerini güçlendirmesini sağlar (Elkind, 1969).

Birey başkalarına karşı duyarlı olabilmek için öncelikle kendine karşı duyarlı olabilmelidir. Bu bağlamda sosyal hizmet insanlarla çalışan, insan ilişkilerini irdeleyen, insanların sorun ve ihtiyaçlarına odaklanan, bunları çözmeye, iyileştirmeye yönelik müdahale planları belirleyen ve sosyal bilimlerin nitelikleri taşıyan bir meslek ve disiplindir. Bu mesleğin çalışanları da mesleğin gereklerini yerine getirebilmek için bireylere, gruplara ve toplumlara karşı duyarlı olmalıdır. Meslek çalışanlarının bu duyarlılığı gösterebilmesi için de öncelikle kendine duyarlı olabilmemesi ve iyilik halini sağlayabilmesi gerekir. Bu yoldan hareketle, meslek çalışanlarının başkalarına karşı duyarlılığının kendi öz-duyarlığından geçtiğini söylemeyebilmemiz mümkündür.

Öz-duyarlığın Sosyal Hizmet Beceri Temelindeki Yeri

Sosyal hizmet bilim ve mesleği üç temel unsura dayanır: bilgi, beceri ve değer. Bilgi temeli sosyal hizmet kavram, araç ve tekniklerinin bir arada olduğu teoriler örüntüsüdür. Sosyal hizmet müdahalesinin temelinde bilgi yatar. Beceri ve değer bilgi temeli üzerine inşa edilir. Bu üç temel aynı zamanda birbirinin tamamlayıcıdır. Sosyal hizmet değer temeli ise sosyal hizmet uzmanlarının müracaatçılara her zaman etik değerler çerçevesini koruyarak müdahalede bulunmasını içerir. Sosyal hizmet bağlamında değer temeli daha çok uzmanın üstlendiği ahlaki ve etik ilkelerdir. Bu etik ilkelerin saçıyağını sosyal adalet, insan hakları ve eşitlik oluşturur. Beceri temeli ise bilgi temelinden edindiği teorilerin uygulamada kullanırken sosyal hizmet uzmanına yol gösterir.

Sosyal hizmet beceri temeli şunları içerir; iletişim, öz-farkındalık, analitik, duyguların yönetilmesi, öz-yönetim, sunum, koordinasyon, duyarlılık ve gözlem, düşünme, yaratıcılık, hızlı düşünüp doğru tepki vermek, alçakgönüllülük, dirençlilik, birlikte çalışma, hayatta kalma, çatışma yönetimi (Thompson, 2013). Bu beceriler birbirinden ayrı düşünülemez. Beceriler bütünlük içinde sosyal hizmet uzmanlarının uygulama alt yapısını oluşturur. Uygulamayı destekleyen teorik temelde eğitimle sağlanır. Sosyal hizmet eğitimi insanı anlama, tanıma, iletişim becerilerini etkin şekilde kullanma ve ihtiyaçlara yönelik uygulamalar ve çözümler üretme çabası içerisinde. Sosyal hizmet insan ve toplumlar üzerine odaklanır, doğru bir sosyal hizmet insanı ve insan yaşamını tanımaktan geçer.

Bu yolda sosyal hizmet eğitiminde verilen derslerden *İnsan Davranışları ve Sosyal Çevre* insanın yaşam boyu gelişim dönemlerini ele alarak biyo-psiko-sosyal boyutlarda insanın incelenmesini içermektedir, *Sosyal Hizmete Giriş* dersi ve *Müracaatçı Sistemlerini Tanıma* dersi ise sosyal çalışmacının kimlerle çalışmalar yürüteceği, müracaatçı kavramını kim olduğunu incelemektedir. Eğitimde *Kuram ve Müdahalesi*, *Etik* dersleri insanlara ve çevrelerine yönelik bütüncüllüğü ile tutarlı olarak pek çok odağıyla öz-duyarlığın temellerini oluşturur. Sosyal hizmet toplumda var olan engelleri, eşitsizlikleri ve adaletsizlikleri ele alır. Krizlere ve acil durumlara olduğu kadar, günlük kişisel ya da sosyal sorunlara da yanıt verir, *Müracaatçı Sistemlerini Tanıma*, *Yoksulluk ve Sosyal Hizmet*, *Sivil Toplum Örgütleri* derslerinde sosyal değişme sürecinde kişilerin var oldukları toplumda sosyo-ekonomik ve demografik özelliklerinin farkındalığı işlenmektedir. Beceriler iç içe geçmiş durumdadır, insan ilişkilerinde beceriler alınan eğitimle geliştirilebilir, değiştirilebilir.

Hacettepe, Başkent, Ankara Üniversitelerinde iletişim becerileri kapsamında *Oyunla İletişim, İletişim Becerileri, Görüşme İlke Teknikleri* dersleri, bireyin öz-farkındalığının gelişimi ve özgürleşmesi için *Yaratıcı Drama, Animasyon* dersleri önem arz etmektedir. Sosyal hizmet eğitiminde verilen derslerin genel hedefinde farkındalık yaratma amacı güdülmektedir.

Sosyal hizmet uzmanının kendi yaşam deneyimlerine bakış açısı, kendisine karşı anlayış sahibi olması, hizmet almak isteyen bireye vereceği hizmetin etkili olması ile bağlantılıdır. Sosyal hizmet uzmanının bu yeterliliğe sahip olmasının yolu da öz-duyarlılığını geliştirmekten geçer.

Öz-duyarlık ile sosyal hizmet becerilerinden; duyguların yönetilmesi, kendinin farkında olma ve kendini yönetmeyi ilişkilendirmek mümkündür. İfade edilen bu beceriler bireyin kendi duygularını anlama, duygularını yönetme ve başkalarının duygu ve düşüncelerini anlayarak empati geliştirme becerisi olarak öz-duyarlığın öz sevecenlik, paylaşımların farkında olma ve bilinçlilik bileşenleriyle örtüşmektedir. Bireyin duygusal farkındalığını, kabullenmeyi ve duyguların yönetilmesini içeren beceriler bireyin kendine karşı anlayışlı olma, kendini acımasızca eleştirmeme, diğer insanlarla benzer deneyimler yaşadığının farkında olma öz-duyarlılığın boyutlarıyla ilişkilendirilebilir. Kendine karşı anlayışlı ve kibar bir tutumu olması öz sevecenlikle; güç deneyimlerin başka insanlarla paylaştığının ve kimsenin mükemmel olmadığını farkında olması paylaşımların farkında olma bileşeniyle; sıkıntılı olduğu durumu olduğu gibi kabul etme ve bu duruma kendini aşırı kaptırmama aşırı özdeşleşmeyle paraleldir.

Öz-duyarlık Alanında Yapılmış Çalışmalar

Öz-duyarlık kavramı kendini kabul, iyimserlik, kişisel gelişim, özerklik, yaşam doyumu gibi birçok kavramla iç içe olması nedeniyle araştırmacıların ilgisini yoğun bir şekilde çekmekte ve araştırmalara sık sık konu edilmektedir. Literatürde öz-duyarlık kavramına sadece sosyal hizmet araştırmalarında değil, sosyal bilim araştırmalarında da sıkça rastlanmaktadır. Yapılan bu çalışmalar uygulanacak farklı örneklemelere, ölçeklere ve beraber değerlendirileceği durumlara göre çeşitlilik göstermektedir.

Öz-duyarlık; üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu (Tel, 2011), duygusal zekası (İkiz ve Totan, 2012), empatik becerileri (Nazik ve Arslan, 2011), boyun eğici davranışları (Akın, 2009), özgüvenleri (Eraydın, 2010), duyarlı sevgi düzeyleri (Eker,

2011), karar verme stilleri (Tatlıoğlu, 2010) ile araştırılmıştır. Ayrıca; ortaöğretim öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeyleri (Akkaya, 2011) ile, bireylerin öz duyarlıkları travma sonra gelişimleri (Çolakoğlu, 2013), sosyal istenirliği (Alp, 2012), iş tatminleri (Arda, 2012), öğretmenlerin sürekli kaygı düzeyleri (Soyer, 2010), öz bilinç ve depresyon (Öveç, 2007), psikolojik iyi olma (Akın, 2009), öğretmen adaylarının kaynaştırma eğitime yönelik tutumları (Kuzu, 2011) ile de yapılmış farklı araştırmalar mevcuttur.

Literatürde sosyal hizmet ve öz-duyarlık becerisini birlikte ele alan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Birbiriyle oldukça bağlantılı olan bir beceri ve meslek alanının birlikte araştırılmamış olması dikkat çekicidir. Bu araştırma sosyal hizmet ve öz-duyarlık becerisini beraber ele alması bağlamında literatüre katkı sağlamaktadır.

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, veri toplama süreci ve araçları, verilerin işlenmesi ve çözümlenmesi, süre ve olanakları yer almaktadır. Araştırma kesitsel araştırma modeli kapsamında, tabakalı örnekleme yöntemi uygulanmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Ankara'da Sosyal Hizmet Bölümü dördüncü sınıf öğrencileri meydana getirmektedir. Bu kapsamda araştırmamızın örneklemini Ankara, Başkent ve Hacettepe Üniversitelerinde sosyal hizmet eğitimi alan dördüncü sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Bu araştırma nicel araştırma tasarımıyla yapılacak olup, dördüncü sınıf mevcutları: Ankara Üniversitesi 80, Başkent Üniversitesi 40, Hacettepe Üniversitesi 139 kişidir. Üç üniversitede dördüncü sınıf öğrenci toplam 259'dur.

Tabakalı Örneklem

Tabakalı örnekleme, sınırları belirlenmiş bir evrende alt tabakalar veya alt birim gruplarının var olduğu durumlarda kullanılır. Burada önemli olan, evren içindeki alt tabakaların varlığından yola çıkarak evren üzerinde çalışmaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2005). Tabakalı örnekleme yöntemiyle ulaşılan örneklem aşağıdaki gibidir.

Tablo 1. Örneklem Tablosu

Bölüm	Evren	Tabaka ağırlığı W_h	Örneklem n_h
Ankara Üniversitesi	80	0,309	48
Başkent Üniversitesi	40	0,154	24
Hacettepe Üniversitesi	139	0,537	83
Toplam	259	1	155

Tablo 1’de de görüldüğü gibi araştırmanın evreni 259 öğrenci, örnekleme 155 öğrencidir. Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümünden 48, Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümünden 24, Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümünden 83 öğrenci araştırmaya dahil olmuştur.

Veri Toplama Süreci

Ankara’da sosyal hizmet eğitimi alan dördüncü sınıf öğrencilerinin öz-duyarlıklarının sosyo-demografik durumuna göre incelenmesi amacıyla öz-duyarlık ölçeğinin aracılığıyla Hacettepe, Ankara, Başkent Üniversiteleri öğrencilerine bir anket çalışması uygulanmıştır. Araştırmanın uygulama bölümünde veri toplamaya Şubat 2015 tarihinde başlanılmış, Mart 2015 tarihine kadar veriler toplanmıştır. Toplanan veriler Mart-Nisan 2015 tarihleri arasında bilgisayar ortamına aktarılmış ve ardından veri analizleri yapılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Öğrenci bilgi formu: Kişilerin sosyo-demografik özellikleri yaş, cinsiyet, eğitim, yaşadığı yer, aylık gelir, geldiği yerleşim yeri, eğitimde alınan beceriye yönelik dersler çerçevesinde incelenmiştir.

Öz-duyarlık ölçeği: The Self-Compassion Scale (SCS) Kristin Neff (2003) tarafından hazırlanmış 26 maddeden oluşan Likert tipi beşli derecelendirme türünde bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe formunda da orijinal formda olduğu gibi 26 madde bulunmaktadır. Ölçek Akın ve diğerleri (2007) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Öz-duyarlık ölçeğinde bireyin her bir alt ölçekten elde ettiği puanların yüksek olması bireyin ilgili alt ölçeğin değerlendirdiği özelliklere sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin puanlanması her bir alt boyut için ayrı yapılmaktadır. Ayrıca ölçek toplam bir öz-

duyarlık puanı da vermektedir. Bu işlem üç aşamada gerçekleştirilir:1. Negatif alt ölçekler olan; öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşmenin ortalamaları 6'dan çıkarılır. (6 – Öz-yargılama $\bar{X} = ___$, 6 – İzolasyon $\bar{X} = ___$, 6 – Aşırı özdeşleşme $\bar{X} = ___$). 2. Altı alt ölçeğin ortalamaları toplanır: Öz-sevecenlik + Öz-yargılama + Paylaşımların bilincinde olma + İzolasyon + Bilinçlilik + Aşırı özdeşleşme. 3. Toplam öz-duyarlık ortalaması elde edilir. (Toplam ortalama 6'ye bölünerek). Toplam puan için ikinci yöntem: Negatif alt ölçekler olan Öz-yargılama, İzolasyon ve Aşırı özdeşleşme maddeleri ters kodlanır ve altı alt ölçeğin ortalamaları toplanır. Toplam öz-duyarlık ortalaması elde edilir. Toplam puanın yorumlanması: 1-2.5 arası puanlar düşük, 2.5-3.5 arası puanlar orta ve 3.5-5 arası puanlar yüksek düzeyde öz-duyarlığı göstermektedir.

Verilerin İşlenmesi ve Çözülmesi

Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 20 (IBM Corp. Released, 2011) istatistik paket programı kullanılmıştır. Değişkenler ortalama±standart sapma, yüzde ve frekans değerleri kullanılmıştır. Değişkenler normallik, varyansların homojenliği ön şartlarının kontrolü yapıldıktan sonra (ShapiroWilk ve Levene Testi) değerlendirilmiştir. Veri analizi yapılırken, iki grup karşılaştırması için Bağımsız 2 grup t testi (Student's t test), önşartlar sağlamadığında ise Mann Whitney-U testi, üç ve daha fazla grup karşılaştırması için Tek Yönlü Varyans Analizi ve çoklu karşılaştırma testlerinden Tukey HSD testi ile sağlanmadığında ise Kruskal Wallis ve çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni-Dunn testi kullanılmıştır. Testlerin anlamlılık düzeyi için $p < 0,05$ ve $p < 0,01$ değeri kabul edilmiştir.

BULGULAR

Bu bölümde öğrencilerin sosyo-demografik tanıtıcı bilgileri; cinsiyete, yaşa, eğitim görülen üniversiteye, en uzun süre yaşanan yere, aylık gelire, şu an barınılan yere, insanlarla olan iletişimi değerlendirme durumuna, öz-duyarlılıklarının ne düzeyde olduğuna ve sosyal hizmet eğitimi kapsamında alınan beceri temelli derslerin öz duyarlık düzeyine olan etkisine yönelik bulgular yer almaktadır. Ayrıca birlikte; sosyal hizmet eğitimi kapsamında beceri temelli alınan dersler ve alınan sosyal hizmet eğitimi kapsamında geliştirilen beceriler yer almaktadır.

Tablo 2. Öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri

		N	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	93	60
	Erkek	62	40
Yaş	21	13	8,4
	22	35	22,6
	23	46	29,7
	24	32	20,6
	25	20	12,9
	26+	9	5,8
Okuduğunuz üniversite	Hacettepe Üni.	83	53,5
	Başkent Üni.	24	15,5
	Ankara Üni.	48	31
En uzun süre yaşadığınız yer	Büyükşehir	47	30,3
	İl	49	31,6
	İlçe	39	25,2
	Kasaba	6	3,9
Aylık gelir	Köy	14	9
	0-300	14	9
	300-600	59	38,1
	600-900	47	30,3
	900+	35	22,6
Şu an barınılan yer	Aile yanı	31	20
	Akraba yanı	3	1,9
	Arkadaş yanı	47	30,3
	Yurt	62	40
	Evde tek başına	12	7,7
Kardeş sayınız	1	16	10,3
	2	46	29,7
	3	52	33,5
	4+	41	26,5
Kaçınıcı çocuksunuz?	İlk	62	40
	İkinci	56	36,1
	Üçüncü	18	11,6
	Dördüncü ve üstü	19	12,3
Anne-baba medeni durumu	Evli birlikte	126	81,3
	Boşanmış	14	9
	Anne sağ baba ölü	12	7,7
	Baba sağ anne ölü	2	1,3
	Anne baba ölü	1	0,6
İnsanlarla olan iletişiminizi nasıl değerlendiriyorsunuz?	Çok iyi	29	18,7
	İyi	100	64,5
	Orta	26	16,8
	Kötü	0	0
	Çok kötü	0	0
Öz-duyarlık düzeyiniz	Çok iyi	24	15,5
	İyi	96	61,9
	Orta	32	20,6
	Kötü	3	1,9
	Çok kötü	0	0
Okuduğunuz üniversitenin öz-duyarlılığınıza katkısı var mı?	Evet	124	80
	Hayır	31	20
Beceri dersleri öz-duyarlılığı etkiliyor mu?	Evet	137	88,4
	Hayır	18	11,6
	Toplam	155	100

Tablo 2’de görüldüğü üzere örnekleme oluşturan Ankara’da sosyal hizmet eğitimi gören 155 öğrencinin 93’ü (%60) kadın 62’si (%40) erkekten oluşmaktadır. Ayrıca

öğrencilerin 13'ü (%8,4) 21 yaşında, 35'i (%22,6) 22 yaşında, 46'sı (%29,7) 23 yaşında, 32'si (%20,6) 24 yaşında, 20'si (%12,9) 25 yaşında, 9'u (%5,8) 26 yaş ve üstündedir. Sosyal hizmet eğitimi alan bu öğrencilerin 83'ü (%53,5) Hacettepe Üniversitesi'nde, 24'ü (%15,5) Başkent Üniversitesi'nde, 48'i (%31) Ankara Üniversitesi'nde eğitim görmektedir. Öğrencilerin 47'si (%30,3) en uzun süre yaşadığı yeri büyükşehir, 49'u (%31,6) il, 39'u (%25,2) ilçe, 6'sı (%3,9) kasaba, 14'ü (%9) köy olarak belirtmiştir. Katılımcıların 14'ünün (%9) aylık geliri 0-300 TL, 59'unun (%38,1) 300-600 TL, 47'sinin (%30,3) 600-900 TL, 35'inin (%22,6) 900 TL ve üstüdür. Aile yanında yaşayan öğrenci sayısı 31 (%20) , akraba yanında 3 (%1,9), arkadaş yanında 47 (%30,3), yurttan 62 (%40) kişi iken evde tek başına yaşayan öğrenci sayısı 12 (%7,7) olarak tespit edilmiştir. Öğrencilerin 16'sı (%10,3) tek kardeş, 46'sı (%29,7) iki kardeş, 52'si (%33,5) üç kardeş, 41'i (%26,5) dört ve üstü kardeşe sahiptir. Katılımcı öğrencilerin 62'si (%40) ailenin ilk çocuğu, 56'sı (%36,1) ikinci, 18'i (%11,6) üçüncü, 19'u (%12,3) dördüncü ve üstü çocuktur. Öğrencilerin anne- baba medeni durumuna bakıldığında ise, öğrencilerin 126'sının (%81,3) anne babasının evli ve birlikte, 14'ünün (%9) boşanmış, 12'sinin (%7,7) anne sağ-baba ölü, 2'sinin (%1,3) baba sağ-anne ölü, 1'inin (%0,6) anne ve babasının ölü olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin 29'u (%18,7) insanlarla olan iletişimlerini çok iyi düzeyde değerlendirirken, 100'ü (%64,5) iyi düzeyde, 26'sı (%16,8) orta düzeyde değerlendirmiştir. Öğrencilerin 24'ü (%15,5) öz-duyarlık düzeyini çok iyi, 96'sı (%61,9) iyi, 32'si (%20,6) orta, 3'ü (%1,9) kötü olarak belirtmiştir. Öğrencilerin 124'ü (%80) okuduğu üniversitenin öz-duyarlığına katkısı olduğunu düşünmektedir. Öğrencilerin 137'si ise (%88,4) beceri derslerinin öz-duyarlığı etkilediğini düşünmektedir.

Tablo 3.Sosyal hizmet eğitimi kapsamında beceri temelli alınan dersler

	N	Yüzde	Bağımsız madde bazlı %
Özel sosyal hizmet kuruluşları ve yönetimi	151	2,90%	97,40%
Gönüllülük ve sosyal sorumluluk	148	2,90%	95,50%
Evde bakım hizmetleri ve sosyal hizmet	148	2,90%	95,50%
Spor ve sosyal hizmet	146	2,80%	94,20%
Toplumsal cinsiyet ve sosyal hizmet	144	2,80%	92,90%
Müracaatçı sistemlerini tanıma	144	2,80%	92,90%
Aile tedavileri	142	2,80%	91,60%
Baskı karşıtı uygulama	142	2,80%	91,60%
İşaret dili	141	2,70%	91,00%
Feminist sosyal hizmet	140	2,70%	90,30%
Yerel yönetimler ve sosyal hizmet	139	2,70%	89,70%
Sokak sosyal hizmeti	138	2,70%	89,00%

Krize müdahale ve sosyal hizmet	137	2,70%	88,40%
Afetlerde sosyal hizmet	136	2,60%	87,70%
Endüstriyel sosyal hizmet	134	2,60%	86,50%
Göçmen ve sığınmacılarla sosyal hizmet	134	2,60%	86,50%
Kentleşme, kent sorunu ve sosyal hizmet	133	2,60%	85,80%
Vaka tartışmaları	132	2,60%	85,20%
Animasyon	131	2,50%	84,50%
Çocuk koruma ve bakım sistemleri	130	2,50%	83,90%
Oyunla iletişim	127	2,50%	81,90%
Sanat ve sosyal hizmet	126	2,40%	81,30%
Sivil toplum örgütleri ve sosyal hizmet	124	2,40%	80,00%
Sosyal hizmet stratejilerinde plan ve proje geliştirme	123	2,40%	79,40%
Madde bağımlılığı ve sosyal hizmet	120	2,30%	77,40%
Çocuk suçluluğu ve sosyal hizmet	115	2,20%	74,20%
Okul sosyal hizmeti	113	2,20%	72,90%
Çocuklarla sosyal hizmet	110	2,10%	71,00%
Sosyal hizmette görüşme ilke ve teknikleri	109	2,10%	70,30%
Yaratıcı drama	106	2,10%	68,40%
Adli sosyal hizmet	104	2,00%	67,10%
Engellilerle sosyal hizmet	102	2,00%	65,80%
Yoksulluk ve sosyal hizmet	102	2,00%	65,80%
Gençlerle sosyal hizmet	99	1,90%	63,90%
Psikiyatrik sosyal hizmet	99	1,90%	63,90%
Yaşlılarla sosyal hizmet	94	1,80%	60,60%
İnsan hakları ve sosyal hizmet	91	1,80%	58,70%
Ailelerle sosyal hizmet	84	1,60%	54,20%
İletişim becerileri	77	1,50%	49,70%
Sosyal politika ve planlama	56	1,10%	36,10%
Sosyal hizmet yönetimi	52	1,00%	33,50%
Rapor yazma ve sunum becerileri	52	1,00%	33,50%
Sosyal hizmet kuram ve müdahalesi	50	1,00%	32,30%
Sosyal hizmette etik	39	0,80%	25,20%
Sosyal hizmete giriş	34	0,70%	21,90%
Sosyal hizmet uygulaması	30	0,60%	19,40%
İnsan davranışı ve sosyal çevre	30	0,60%	19,40%
Toplam	5158	100,0%	3327,7%

Tablo 3'e göre öğrencilerin sosyal hizmet eğitimi kapsamında beceri temelli olarak aldıklarını düşündükleri en çok işaretlenen dersler sıralanmaktadır. Bu sıralamaya göre Özel Sosyal Hizmet Kuruluşları ve Yönetimi, Gönüllülük ve Sosyal Sorumluluk, Evde Bakım Hizmetleri ve Sosyal Hizmet, Spor ve Sosyal Hizmet, Toplumsal Cinsiyet ve Sosyal Hizmet, Müracaatçı Sistemlerini Tanıma, Aile Tedavileri, Baskı Karşıtı Uygulama, İşaret Dili, Feminist Sosyal Hizmet dersleri en çok işaretlenen dersler arasında yer almaktadır.

Tablo 4. Sosyal hizmet eğitimi kapsamında geliştirilen beceriler

	N	Yüzde	Bağımsız madde bazlı %
Analitik	109	9,60%	79,00%
Hayatta kalma	106	9,40%	76,80%
Dirençlilik	102	9,00%	73,90%
Hızlı düşünüp doğru tepki vermek	90	8,00%	65,20%
Yaratıcılık	87	7,70%	63,00%
Koordinasyon	86	7,60%	62,30%
Çatışma yönetimi	85	7,50%	61,60%
Alçakgönüllülük	84	7,40%	60,90%
Öz yönetim	78	6,90%	56,50%

Sunum	60	5,30%	43,50%
Duyguların yönetilmesi	53	4,70%	38,40%
Düşünme	52	4,60%	37,70%
Birlikte çalışma	48	4,20%	34,80%
Duyarlılık ve gözlem	40	3,50%	29,00%
Öz farkındalık	35	3,10%	25,40%
İletişim	15	1,30%	10,90%
Toplam	1130	100,0%	818,8%

Tablo 4'e göre öğrencilerin sosyal hizmet eğitimi kapsamında geliştirdiklerini düşündükleri beceriler içerisinde en çok işaretlenen beceriler sırasıyla; analitik, hayatta kalma, dirençlilik, hızlı düşünüp doğru tepki vermek, yaratıcılık, koordinasyon, çatışma yönetimi, alçakgönüllülük, öz yönetim, sunum, duyguların yönetilmesi, düşünme, birlikte çalışma, duyarlılık ve gözlem, öz farkındalık ve iletişim becerileridir.

Tablo 5. Öz-duyarlılığın cinsiyete göre karşılaştırılması

Cinsiyet	Kadın	Erkek	P
	n=93	n=62	
ÖZ SEVECENLİK	3,33±0,73	3,3±0,83	0,840
ÖZ YARGILAMA	3,85±0,82	3,57±0,89	0,049*
PAYLAŞIMLARIN BİLİNCİNDE OLMA	3,5±0,78	3,39±0,78	0,370
İZOLASYON	3,69±0,78	3,45±0,93	0,080
BİLİNÇLİLİK	3,58±0,76	3,48±0,85	0,460
AŞIRI ÖZDEŞLEŞME	3,51±0,91	3,56±1,02	0,750
ÖZ-DUYARLIK TOPLAM	3,58±0,6	3,46±0,73	0,260

Tablo 5'e göre cinsiyet değişkeni kategorileri arasında özyargılama puanı bakımından istatistik olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,05$). Kadın öğrenciler ($3,85±0,82$) erkek öğrencilere ($3,39±0,78$) göre daha çok öz yargılama yapmaktadırlar.

Tablo 6. Öz-duyarlılığın yaşa göre karşılaştırılması

Grup	21	22	23	24	25	26+	P
Yaş	n=13	n=35	n=46	n=32	n=20	n=9	
ÖZ SEVECENLİK	3,6±0,65	3,23±0,64	3,33±0,82	3,42±0,89	3,04±0,8	3,44±0,34	0,341
ÖZ YARGILAMA	3,31±1,16	3,56±0,8	3,94±0,77	3,76±0,91	3,7±0,88	4,07±0,61	0,118
PAYLAŞIMLARIN BİLİNCİNDE OLMA	3,96±0,56	3,49±0,8	3,43±0,85	3,34±0,72	3,24±0,8	3,64±0,45	0,130
İZOLASYON	3,29±1,22	3,38±0,75	3,77±0,69	3,55±0,94	3,76±0,85	3,83±0,84	0,185
BİLİNÇLİLİK	3,83±0,96	3,46±0,61	3,53±0,81	3,49±0,99	3,48±0,73	3,83±0,38	0,631

AŞIRI ÖZDEŞLEŞME	3,21±1,2 1 ^a	3,26±0,9 2 ^a	3,72±0,8 4 ^a	3,41±0,9 8 ^a	3,61±0,9 4 ^a	4,33±0,4 8 ^b	0,019
ÖZ-DUYARLIK TOPLAM	3,53±0,8 2	3,4±0,57	3,62±0,6 5	3,5±0,76	3,46±0,5 9	3,85±0,3 6	0,443

Tablo 6'ya göre yaş değişkeni kategoriler arasında aşırı özdeşleşme puanı bakımından istatistik olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p < 0,05$). 26+ yaş grubu istatistik olarak anlamlı şekilde diğer yaş gruplarından farklıdır. 26 yaş ve üzerinde olanlar ($4,33 \pm 0,48$) daha yüksek aşırı özdeşleşme puanı almışlardır. 26 yaş ve üzerinde olan öğrenciler diğer yaş gruplarına göre daha aşırı özdeşleşme yaşamaktadırlar.

Tablo 7. Öz-duyarlığın eğitim görülen üniversiteye göre karşılaştırılması

Grup	Hacettepe	Başkent	Ankara	p
Değişken	n=83	n=24	n=48	
ÖZ SEVECENLİK	3,31±0,82	3,37±0,85	3,31±0,64	0,95
ÖZ YARGILAMA	3,77±0,86 ^a	4,17±0,76 ^b	3,48±0,83 ^a	0,001**
PAYLAŞIMLARIN BİLİNCİNDE OLMA	3,38±0,77	3,49±0,85	3,57±0,75	0,38
İZOLASYON	3,72±0,87 ^a	3,71±0,94 ^a	3,33±0,68 ^b	0,03*
BİLİNÇLİLİK	3,55±0,82	3,56±0,8	3,52±0,77	0,97
AŞIRI ÖZDEŞLEŞME	3,66±0,99	3,55±0,96	3,29±0,84	0,100
ÖZ-DUYARLIK TOPLAM	3,56±0,7	3,65±0,68	3,42±0,55	0,29

Tablo 7'ye göre eğitim görülen üniversite değişkeni kategorileri arasında öz yargılama ($p < 0,01$) ve izolasyon puanları bakımından istatistik olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p < 0,05$). Başkent Üniversitesinde eğitim alan öğrencilerin ($4,17 \pm 0,76$) öz yargılama puanları Hacettepe ($3,77 \pm 0,86$) ve Ankara Üniversitesi ($3,48 \pm 0,83$) Sosyal Hizmet Bölümünde eğitim alan öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p = 0,001$). Başkent üniversitesinde eğitim alan Sosyal Hizmet Bölümü öğrencileri daha fazla öz yargılayıcıdır.

Ankara Üniversitesinde eğitim alan öğrencilerin ($3,33 \pm 0,68$) izolasyon puanları Hacettepe ($3,72 \pm 0,87$) ve Başkent Üniversitesi ($3,71 \pm 0,94$) Sosyal Hizmet Bölümünde eğitim alan öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p = 0,03$). Ankara Üniversitesinde eğitim alan Sosyal Hizmet Bölümü öğrencilerinin izolasyon puanları diğer üniversitelere göre daha düşüktür. Ankara Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümünde eğitim alan öğrenciler daha az izolasyon yaşamaktadırlar.

Tablo 8. Öz-duyarlığın en uzun süre yaşadığınız yere göre karşılaştırılması

Grup	Büyükşehir	İl	İlçe	Kasaba	Köy	p
Değişken	n=47	n=49	n=39	n=6	n=14	
ÖZ SEVECENLİK	3,28±0,72	3,33±0,75	3,29±0,71	3,57±0,66	3,37±1,17	0,931
ÖZ YARGILAMA	3,83±0,82	3,69±0,82	3,69±0,87	3,33±1,02	3,96±1,04	0,554
PAYLAŞIMLARIN BİLİNCİNDE OLMA	3,47±0,73	3,43±0,75	3,52±0,73	3,5±1,04	3,32±1,08	0,944
İZOLASYON	3,65±0,89	3,49±0,79	3,56±0,83	3,42±0,65	3,95±0,99	0,465
BİLİNÇLİLİK	3,62±0,72	3,45±0,75	3,54±0,71	3,88±0,66	3,46±1,17	0,704
AŞIRI ÖZDEŞLEŞME	3,54±0,82	3,43±0,82	3,56±0,87	3,42±1,02	3,82±1,04	0,738
ÖZ-DUYARLIK TOPLAM	3,56±0,73	3,47±0,75	3,52±0,73	3,51±1,04	3,65±1,08	0,921

Tablo 8'e göre en uzun süre yaşanan yer değişkeninin kategorileri arasında öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme ve öz duyarlık toplam puanları bakımından istatistik olarak anlamlı bir farklılık yoktur ($p>0.05$). Aralarındaki fark tesadüften ileri gelmektedir.

Tablo 9. Öz-duyarlığın aylık gelire göre karşılaştırılması

Grup	0-300 TL	300-600 TL	600-900 TL	900+ TL	p
Değişken	n=14	n=59	n=47	n=35	
ÖZ SEVECENLİK	3,26±0,81	3,37±0,78	3,34±0,74	3,23±0,79	0,86
ÖZ YARGILAMA	3,49±0,8	3,63±0,87	3,77±0,85	3,99±0,85	0,16
PAYLAŞIMLARIN BİLİNCİNDE OLMA	3,48±0,96	3,46±0,78	3,59±0,72	3,27±0,76	0,35
İZOLASYON	3,36±0,71	3,65±0,85	3,6±0,9	3,59±0,82	0,71
BİLİNÇLİLİK	3,54±0,98	3,63±0,76	3,47±0,82	3,49±0,76	0,74
AŞIRI ÖZDEŞLEŞME	3,32±0,77	3,58±0,87	3,47±1	3,61±1,09	0,74
ÖZ-DUYARLIK TOPLAM	3,4±0,73	3,55±0,65	3,54±0,68	3,54±0,61	0,90

Tablo 9'a göre aylık gelir değişkeninin kategorileri arasında öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme ve öz duyarlık toplam puanları bakımından istatistik olarak anlamlı bir farklılık yoktur ($p>0.05$). Aralarındaki fark tesadüften ileri gelmektedir.

Tablo 10. Öz-duyarlığın şuan barınmakta olduğunuz yere göre karşılaştırılması

Grup	Aile	Akraba	Arkadaş	Yurt	Evde tek	p
Değişken	n=31	n=3	n=47	n=62	n=12	
ÖZ SEVECENLİK	3,43±0,71	3,93±0,64	3,23±0,82	3,34±0,73	3,1±0,86	0,374
ÖZ YARGILAMA	4,03±0,69 ^a	4,33±0,42 ^a	3,55±0,93 ^b	3,65±0,88 ^b	4,07±0,7 ^a	0,048*
PAYLAŞIMLARIN BİLİNCİNDE OLMA	3,56±0,77	3,75±1	3,43±0,73	3,46±0,79	3,21±0,87	0,694
İZOLASYON	3,79±0,77	4,67±0,14	3,48±0,95	3,53±0,79	3,65±0,79	0,097

BİLİNÇLİLİK	3,71±0,67	4,08±0,88	3,44±0,89	3,52±0,8	3,48±0,67	0,461
AŞIRI ÖZDEŞLEŞME	3,61±0,9	4,08±1,15	3,35±1,09	3,58±0,87	3,65±0,88	0,522
ÖZ-DUYARLIK TOPLAM	3,69±0,58	4,14±0,63	3,41±0,7	3,51±0,66	3,53±0,51	0,191

Tablo 10'a göre şu an barınılan yer değişkeni kategoriler arasında öz yargılama puanı bakımından istatistik olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p<0,05$). Arkadaşları ile birlikte ve yurtda yaşayan öğrencilerin öz yargılama puanları daha düşüktür ($p=0,048$). Arkadaşları ile birlikte ($3,55±0,93$) ve yurtda ($3,65±0,88$) yaşayan öğrenciler, aile ($4,03±0,69$), akraba ($4,33±0,42$) ve evde tek yaşayan ($4,07±0,7$) öğrencilere göre daha az öz yargılayıcıdır.

Tablo 11. Öz-duyarlılığın insanlarla olan iletişim durumuna göre karşılaştırılması

Grup	Çok iyi	İyi	Orta	p
Değişken	n=29	n=100	n=26	
ÖZ SEVECENLİK	3,92±0,69 ^a	3,25±0,71 ^b	2,92±0,71 ^c	0,001**
ÖZ YARGILAMA	4,01±0,97	3,73±0,85	3,51±0,72	0,09
PAYLAŞIMLARIN BİLİNCİNDE OLMA	3,84±0,68 ^a	3,46±0,75 ^b	3,01±0,78 ^c	0,001**
İZOLASYON	3,81±0,84	3,59±0,87	3,38±0,71	0,16
BİLİNÇLİLİK	4,04±0,78 ^a	3,51±0,75 ^b	3,11±0,7 ^c	0,001**
AŞIRI ÖZDEŞLEŞME	3,9±0,85 ^a	3,58±0,96 ^b	2,95±0,79 ^c	0,001**
ÖZ-DUYARLIK TOPLAM	3,92±0,64 ^a	3,52±0,62 ^b	3,15±0,58 ^c	0,001**

Tablo 11'e göre öğrencilerin diğer insanlarla olan iletişim durumu değişkeni kategorileri arasında *öz sevecenlik*, *paylaşımların bilincinde olma*, *bilinçlilik*, *aşırı özdeşleşme*, *öz duyarlık toplam puanı* bakımından istatistik olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p<0,001$).

Diğer insanlarla olan iletişimini "çok iyi" olarak nitelendiren öğrencilerin *öz sevecenlik puanı* "iyi" ve "orta" olarak nitelendiren öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p=0,001$). İletişimini "çok iyi" olarak nitelendiren öğrencilerin puanı ($3,92±0,69$), "iyi" ($3,25±0,71$) ve "orta" ($2,92±0,71$) olarak nitelendirenlere göre daha yüksektir. Diğer insanlarla "çok iyi" iletişim kurduğunu düşünen öğrencilerin öz sevecenlikleri en yüksek düzeydedir. Aynı şekilde diğer insanlarla iletişimini "iyi" ($3,25±0,71$) şekilde nitelendiren öğrenciler "orta" ($2,92±0,71$) olarak nitelendirenlere göre daha çok öz sevecendir. Diğer insanlarla olan iletişimini iyi olarak düşünmek öğrencilerin öz sevecenliklerini olumlu yönde etkilemektedir.

Diğer insanlarla olan iletişimini "çok iyi" olarak nitelendiren öğrencilerin *paylaşımların bilincinde olma puanı* "iyi" ve "orta" olarak nitelendiren öğrencilerin puanlarından

farklıdır ($p=0.001$). İletişimini “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin puanı ($3,84\pm 0,68$), “iyi” ($3,46\pm 0,75$) ve “orta” ($3,01\pm 0,78$) olarak nitelendirenlere göre daha yüksektir. Diğer insanlarla “çok iyi” iletişim kurduğunu düşünen öğrencilerin paylaşımlarının bilincinde olma en yüksek düzeydedir. Aynı şekilde diğer insanlarla iletişimini “iyi” ($3,46\pm 0,75$) şekilde nitelendiren öğrenciler “orta” ($3,01\pm 0,78$) olarak nitelendirenlere göre daha çok paylaşımlarının bilincindedir. Diğer insanlarla olan iletişimini iyi olarak düşünme öğrencilerin paylaşımlarının bilincinde olma düzeyini olumlu yönde etkilemektedir.

Diğer insanlarla olan iletişimini “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin *bilinçlilik puanı* “iyi” ve “orta” olarak nitelendiren öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p=0.001$). İletişimini “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin puanı ($4,04\pm 0,78$), “iyi” ($3,51\pm 0,75$) ve “orta” ($3,11\pm 0,7$) olarak nitelendirenlere göre daha yüksektir. Diğer insanlarla “çok iyi” iletişim kurduğunu düşünen öğrencilerin bilinçlilik düzeyi en yüksektir. Aynı şekilde diğer insanlarla iletişimini “iyi” ($3,51\pm 0,75$) şekilde nitelendiren öğrenciler “orta” ($3,11\pm 0,7$) olarak nitelendirenlere göre daha bilinçlilik düzeyi daha yüksektir. Diğer insanlarla olan iletişimini iyi olarak düşünmek öğrencilerin bilinçlilik düzeyini olumlu yönde etkilemektedir.

Diğer insanlarla olan iletişimini “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin *aşırı özdeşleşme puanı* “iyi” ve “orta” olarak nitelendiren öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p=0.001$). İletişimini “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin puanı ($3,9\pm 0,85$), “iyi” ($3,58\pm 0,96$) ve “orta” ($2,95\pm 0,79$) olarak nitelendirenlere göre daha yüksektir. Diğer insanlarla “çok iyi” iletişim kurduğunu düşünen öğrencilerin aşırı özdeşleşme düzeyi en yüksektir. Aynı şekilde diğer insanlarla iletişimini “iyi” ($3,58\pm 0,96$) şekilde nitelendiren öğrenciler “orta” ($2,95\pm 0,79$) olarak nitelendirenlere göre aşırı özdeşleşme düzeyi daha yüksektir. Diğer insanlarla olan iletişimini iyi olarak düşünmek öğrencilerin aşırı özdeşleşme düzeyini etkilemektedir.

Diğer insanlarla olan iletişimini “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin *öz duyarlık toplam puanı* “iyi” ve “orta” olarak nitelendiren öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p=0.001$). İletişimini “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin puanı ($3,92\pm 0,64$), “iyi” ($3,52\pm 0,62$) ve “orta” ($3,15\pm 0,58$) olarak nitelendirenlere göre daha yüksektir. Diğer insanlarla “çok iyi” iletişim kurduğunu düşünen öğrencilerin öz duyarlığı en yüksektir. Aynı şekilde diğer insanlarla iletişimini “iyi” ($3,52\pm 0,62$) şekilde nitelendiren öğrenciler

“orta” (3,15±0,58) olarak nitelendirenlere göre daha öz duyarlık düzeyi daha yüksektir. Diğer insanlarla olan iletişimini iyi olarak düşünmek öğrencilerin öz duyarlığını olumlu yönde etkilemektedir.

Tablo 12. Öz-duyarlığın öğrencilerin kendi öz-duyarlık değerlendirmelerine göre karşılaştırılması

Grup	Çok iyi	İyi	Orta	Kötü	p
Değişken	n=24	n=96	n=32	n=3	
ÖZ SEVECENLİK	3,69±0,67 ^a	3,41±0,74	2,86±0,64 ^b	2,2±0,2 ^b	0,001**
ÖZ YARGILAMA	3,74±0,82	3,81±0,91	3,53±0,77	3,73±0,31	0,47
PAYLAŞIMLARIN BİLİNCİNDE OLMA	3,77±0,63 ^a	3,52±0,79 ^a	3,09±0,72 ^b	2,83±0,38 ^b	0,001**
İZOLASYON	3,64±0,6	3,62±0,9	3,48±0,88	3,75±0,25	0,83
BİLİNÇLİLİK	3,73±0,8 ^a	3,63±0,75 ^a	3,2±0,85 ^b	2,83±0,38 ^b	0,01*
AŞIRI ÖZDEŞLEŞME	3,7±0,9	3,63±0,96	3,12±0,91	3,33±0,52	0,04
ÖZ-DUYARLIK TOPLAM	3,71±0,53 ^a	3,61±0,68 ^a	3,21±0,59 ^b	3,1±0,08 ^b	0,01*

Tablo 12’ye göre öğrencilerin kendi öz-duyarlık değerlendirme değişkeni kategorileri arasında *öz sevecenlik*, *paylaşımların bilincinde olma*, *bilinçlilik*, *öz duyarlık toplam puanı* bakımından istatistik olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p<0.05$, $p<0.001$).

Kendi öz-duyarlığını “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin *öz sevecenlik puanı* “orta” ve “kötü” olarak nitelendiren öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p=0.001$). Öz-duyarlığını “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin puanı (3,69±0,67), “orta” (2,86±0,64) ve “kötü” (2,2±0,2) olarak nitelendirenlere göre daha yüksektir. “Çok iyi” öz-duyarlığa sahip olduğunu düşünen öğrencilerin öz sevecenlikleri en yüksek düzeydedir. Kendisini öz-duyarlığa sahip olarak düşünmek öğrencilerin öz sevecenliklerini olumlu yönde etkilemektedir.

Kendi öz-duyarlığını “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin *paylaşımların bilincinde olma puanı* “orta” ve “kötü” olarak nitelendiren öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p=0.001$). Öz-duyarlığını “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin puanı (3,77±0,63), “orta” (3,09±0,72) ve “kötü” (2,83±0,38) olarak nitelendirenlere göre daha yüksektir. “Çok iyi” öz-duyarlığa sahip olduğunu düşünen öğrenciler daha fazla paylaşımlarının bilincindedir. Kendi öz-duyarlığını “iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin *paylaşımların bilincinde olma puanı* “orta” ve “kötü” olarak nitelendiren öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p=0.001$). Öz-duyarlığını “iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin puanı (3,52±0,79), “orta” (3,09±0,72) ve “kötü” (2,83±0,38) olarak nitelendirenlere göre

daha yüksektir. Kendisini öz-duyarlığa sahip olarak düşünmek öğrencilerin paylaşımlarının bilincinde olmasını olumlu yönde etkilemektedir.

Kendi öz-duyarlığını “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin *bilinçlilik puanı* “orta” ve “kötü” olarak nitelendiren öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p=0.01$). Öz-duyarlığını “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin puanı ($3,73\pm 0,8$), “orta” ($3,2\pm 0,85$) ve “kötü” ($2,83\pm 0,38$) olarak nitelendirenlere göre daha yüksektir. “Çok iyi” öz-duyarlığa sahip olduğunu düşünen öğrencilerin bilinçlilik düzeyleri en yüksektir. Kendi öz-duyarlığını “iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin *bilinçlilik puanı* “orta” ve “kötü” olarak nitelendiren öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p=0.01$). Öz-duyarlığını “iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin puanı ($3,63\pm 0,75$), “orta” ($3,2\pm 0,85$) ve “kötü” ($2,83\pm 0,38$) olarak nitelendirenlere göre daha yüksektir. Kendisini öz-duyarlığa sahip olarak düşünmek öğrencilerin bilinçlilik düzeylerini olumlu yönde etkilemektedir.

Kendi öz-duyarlığını “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin *öz-duyarlık toplam puanı* “orta” ve “kötü” olarak nitelendiren öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p=0.01$). Öz-duyarlığını “çok iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin puanı ($3,71\pm 0,53$), “orta” ($3,21\pm 0,59$) ve “kötü” ($3,1\pm 0,08$) olarak nitelendirenlere göre daha yüksektir. “Çok iyi” öz-duyarlığa sahip olduğunu düşünen öğrencilerin öz-duyarlık düzeyleri en yüksektir. Kendi öz-duyarlığını “iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin *öz-duyarlık toplam puanı* “orta” ve “kötü” olarak nitelendiren öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p=0.01$). Öz-duyarlığını “iyi” olarak nitelendiren öğrencilerin puanı ($3,61\pm 0,68$), “orta” ($3,21\pm 0,59$) ve “kötü” ($3,1\pm 0,08$) olarak nitelendirenlere göre daha yüksektir. Kendisini öz-duyarlığa sahip olarak düşünmek öğrencilerin öz-duyarlığını olumlu yönde etkilemektedir.

Tablo 13. Öz-duyarlığın sosyal hizmet eğitimi kapsamında alınan beceri temelli derslerin öz duyarlık düzeyine olan etkisine göre karşılaştırılması

Grup	Evet	Hayır	p
Değişken	n=137	n=18	
ÖZ SEVEGENLİK	3,37±0,75	2,9±0,79	0,010*
ÖZ YARGILAMA	3,74±0,85	3,76±0,94	0,940
PAYLAŞIMLARIN BİLİNCİNDE OLMA	3,51±0,77	3,03±0,72	0,010*
İZOLASYON	3,63±0,84	3,35±0,86	0,180
BİLİNÇLİLİK	3,59±0,79	3,15±0,77	0,030*

AŞIRI ÖZDEŞLEŞME	3,54±0,93	3,44±1,12	0,680
ÖZ-DUYARLIK TOPLAM	3,56±0,65	3,28±0,68	0,080

Tablo 13'e göre öğrencilerin sosyal hizmet eğitimi kapsamında alınan beceri temelli derslerin öz duyarlık düzeyine olan etkisi ile *öz sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma, bilinçlilik* bakımından istatistik olarak anlamlı farklılık vardır ($p<0.05$).

Öğrencilerin sosyal hizmet eğitimi kapsamında alınan beceri temelli derslerin öz duyarlık düzeyine “etkisi var” diyen öğrencilerin *öz sevecenlik puanı* “etkisi yok” diyen öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p=0.01$). Sosyal hizmet eğitimi kapsamında alınan beceri temelli derslerin öz duyarlık düzeyine etkisi “etkisi var” ($3,37±0,75$) diyen öğrencilerin *öz sevecenlik puanı* “etkisi yok” ($2,9±0,79$) diyen öğrenciden daha yüksektir.

Öğrencilerin sosyal hizmet eğitimi kapsamında alınan beceri temelli derslerin öz duyarlık düzeyine “etkisi var” diyen öğrencilerin *paylaşımların bilincinde olma puanı* “etkisi yok” diyen öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p=0.01$). Sosyal hizmet eğitimi kapsamında alınan beceri temelli derslerin öz duyarlık düzeyine “etkisi var” ($3,51±0,77$) diyen öğrencilerin *paylaşımların bilincinde olma puanı*, “etkisi yok” ($3,03±0,72$) diyen öğrenciden daha yüksektir.

Öğrencilerin sosyal hizmet eğitimi kapsamında alınan beceri temelli derslerin öz duyarlık düzeyine “etkisi var” diyen öğrencilerin *bilinçlilik puanı* “etkisi yok” diyen öğrencilerin puanlarından farklıdır ($p=0.01$). Sosyal hizmet eğitimi kapsamında alınan beceri temelli derslerin öz duyarlık düzeyine “etkisi var” ($3,59±0,79$) diyen öğrencilerin *bilinçlilik puanı* “etkisi yok” ($3,15±0,77$) diyen öğrenciden daha yüksektir.

Tartışma ve Sonuç

Ankara’da sosyal hizmet eğitimi alan dördüncü sınıf öğrencilerinin öz-duyarlıklarının sosyo-demografik durumuna göre incelenmesi amacıyla yapılan bu araştırmadan elde edilen sonuçlar şu şekildedir: Araştırma örneklemini oluşturan 155 üniversite öğrencisinin 93’ü kadın, 62’si erkektir. Örnekleme dahil olan öğrencilerin %53.5’i Hacettepe Üniversitesi’nde, %15.5’i Başkent Üniversitesi’nde, %31’i ise Ankara Üniversitesi’nde eğitim görmektedir. Araştırmaya katılan öğrencilerden hiçbiri insanlarla olan iletişimini kötü ve çok kötü düzeyde bulmamıştır. Örnekleme oluşturan öğrencilerin %61.9’u öz-duyarlık düzeylerini iyi, %1.9’u kötü olarak değerlendirmiştir.

Katılımcıların hiçbiri öz-duyarlık düzeylerini çok kötü olarak değerlendirmemiştir. Bu sonucun elde edilmesinde sosyal hizmet eğitim programının beceri odaklı yapısının etkisi olduğu savunulabilir. Bir şekilde öğrenciler eğitim hayatları boyunca iletişim becerilerine yönelik aktivitede buldukları söylenebilir. Araştırma örneklemini oluşturan öğrencilerin çoğu okuduğu üniversitesinin öz-duyarlık düzeyine etkisi olduğunu düşünürken, çok azı da üniversitenin herhangi bir etkisi olduğunu düşünmemektedir. Burada karşımıza üniversitelerin öğrencilere sundukları imkanlar ön plana alınabilir. Çünkü sosyalleşme ve etkileşim gruplarının varlığı, sosyal etkinliklere katılım gibi durumlar öğrencilerin öz duyarlıkları üzerinde etkili olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmada sosyo-ekonomik değişkenlerden yaş, cinsiyet, okunulan üniversite, barınılan yer, insanlarla olan iletişim değerlendirmesi, kendi öz-duyarlık değerlendirmeleri, üniversitenin öz-duyarlığa etkisi ve katılımcıların öz-duyarlıklarının beceri derslerinin öz-duyarlıklarını etkileme durumları öğrencilerin öz-duyarlıkları üzerinde anlamlı etkisi vardır. En uzun süre yaşanan yer, aylık gelir, kardeş sayısı ve ebeveynlerin medeni durumlarının ise öz-duyarlık üzerinde herhangi bir etkisi bulunmamaktadır. Literatür incelendiğinde de Neff vd. (2007)'nin yapmış oldukları çalışmada Taylandlı üniversite öğrencilerin ortalama öz duyarlık puanları 3,41, Tayvanlı üniversite öğrencilerin puanı 2,92, Amerikalı öğrencilerin puanı 3,14'tür. Ankara'da sosyal hizmet eğitimi alan öğrencilerin puan ortalaması ise kadınlarda 3,58, erkeklerde 3,46'dır. Her iki ülkeye göre Ankara'daki öğrencilerin aldıkları puanlar yüksektir. Sonuçlara göre Ankara'da sosyal hizmet eğitimi alan kadın öğrenciler erkek öğrencilere göre daha fazla öz yargılama yapmaktadır. Tel (2011)'in üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada; öz-duyarlığın bilinçlilik alt boyutunda kadınların erkeklere göre düşük puan aldığı, aşırı özdeşleşme boyutunda ise erkeklerin kızlara göre daha yüksek puan aldığı belirlenmiştir. Kuzu (2011)'e göre de katılımcıların öz-duyarlık düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı fark bulmuştur. Bundan farklı olarak İkiz ve Totan (2011)'in yaptığı araştırmada cinsiyetler arasında özduyarlık puanları arasında fark bulunmamıştır.

26 yaş ve üzerinde olanlar diğer yaş gruplarına göre daha yüksek aşırı özdeşleşme puanına sahiptir. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalamalarının öz-duyarlık ve alt bileşenleri ile anlamlı olduğu saptanmıştır. Soyer (2010)'e göre de katılımcıların

öz-duyarlık düzeylerinin yaş değişkenine göre ve sosyo-demografik değişkenlere göre anlamlı fark bulunmuştur.

Başkent Üniversitesinde eğitim alan öğrenciler, Hacettepe ve Ankara Üniversitesine göre daha fazla öz-yargılayıcıdır. Ankara Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümünde eğitim alan öğrenciler daha az izolasyon yaşamaktadırlar. Arkadaşları ile birlikte ve yurttan dışarıda yaşayan öğrenciler, aile, akraba ve evde tek yaşayan öğrencilere göre daha az öz yargılayıcıdır. Diğer insanlarla olan iletişimini iyi ve çok iyi olarak düşünmek öğrencilerin öz sevecenliklerini, paylaşımlarının bilincinde olma düzeyini, bilinçlilik düzeyini, aşırı özdeşleşme düzeyini ve öz duyarlılığını olumlu yönde etkilemektedir. Tatlıoğlu (2010) tarafından yapılan araştırmada da, üniversite öğrencilerinin öz-anlayış düzeylerine, cinsiyet ve sınıf değişkenine, üniversiteye giriş puan türüne, yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yere, aile yapısı değişkenine, anne baba tutumlarına göre karar vermede özsaygı ve karar verme stilleri açısından anlamlı düzeyde farklılaşma görülmüştür.

Kendisini öz-duyarlığa sahip olarak düşünmek öğrencilerin öz sevecenliklerini, paylaşımlarının bilincinde olmasını, bilinçlilik düzeylerini olumlu ve öz-duyarlılığını olumlu yönde etkilemektedir.

Öğrencilerin sosyal hizmet eğitimi kapsamında alınan beceri temelli derslerin öz duyarlık düzeyine etkisi olduğunu düşünmeleri; öz sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma, bilinçlilik düzeylerini olumlu yönde etkilemektedir. Fakat Nazik ve Arslan (2011) tarafından hemşirelik öğrencileri ile yapılan araştırmada empatik beceriyle öz-duyarlık arasında negatif bir ilişki belirlenmiştir.

Araştırmaya özel sonuçlar incelendiğinde sosyal hizmet eğitimi süresince öğrencilere anlayış, sevecenlik, iletişim becerisi, empatik iletişim kurabilme konusunda gelişimlerini sağlayabilmek, öğrencilerin öz duyarlılığını arttıracakları düşünülmektedir. benzer şekilde Nazik ve Arslan (2011) tarafında da ders içeriklerinin empatik iletişim kurma ve özduyarlığı geliştirme yönünde planlanması gerektiğini belirtmiştir. Bununla birlikte öğrencilerin buldukları yaş grubu öz duyarlıklarında etkilidir. Bu nedenle üniversiteye başladıkları andan itibaren beceri gelişimi formasyonu ön planda tutulmalıdır. Bu şekilde mezun konumunda olduklarında öz duyarlık düzeyleri daha iyi konumda olsun.

Öneriler

Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda, ileride yapılacak araştırmalara ışık tutabilecek ve alanda çalışan sosyal hizmet uzmanlarına, sosyal hizmet eğitimi veren akademisyenlere ve sosyal hizmet öğrencilerine yardımcı olabilecek öneriler şu şekilde sıralanmıştır:

- Bu araştırmanın örneklemini Ankara'da eğitim gören dördüncü sınıf sosyal hizmet öğrencileriyle sınırlıdır. Öz-duyarlığı araştıran çalışmaların diğer illerde de yoğunlaşması faydalı olacaktır.
- Öz-duyarlık inceleyen araştırmaların sadece sosyal hizmet alanıyla sınırlı kalmayıp diğer üniversite bölümlerinde de yaygınlaştırılması gereklidir.
- Beceri temelli dersler sosyal hizmet eğitimi kapsamında daha çok yer almalı, çeşitlendirilmeli ve uygulamalı olarak hayata geçirilerek desteklenmelidir.
- Öğrencilerin öz-duyarlık düzeylerini artırmaya yönelik öğrenci merkezli eğitim yaklaşımlarının kullanılması sağlanmalıdır.
- Bu araştırmanın daha büyük gruplarla tekrarlanması sonuçların genelleme olasılığını artıracaktır. Bu anlamda yapılacak bir çalışma fayda sağlayabilir.
- Öz-duyarlık ve sosyo-demografik özelliklerin incelendiği bu araştırmada kullanılan yöntem, farklı bir metot kullanılarak uygulandığında farklı bulguların elde edilmesine yardımcı olabilir ve yeni bakış açıları ortaya konulabilir.

KAYNAKÇA

- Akın, A. (2009). Öz-duyarlık ve Boyun Eğici Davranış. *Eğitim ve Bilim*, 34(152), 138-147.
- Akın, Ü., Akın, A., & Abacı, R. (2007). Öz-Duyarlık Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33 (1),01-10.
- Akın, A. (2009). *Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi Odaklı Grupla Psikolojik Danışmanın Psikolojik İyi Olma ve Öz-duyarlık Üzerindeki Etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Sakarya Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

- Akkaya, Ç. (2011). *Ortaöğretim Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek ve Öz-duyarlık Düzeyleri*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Alp, Z. (2012). *Çalışanların ve Emeklilerin Sosyal İstenirlik ve Öz-duyarlık Açısından Karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Arda, D. (2012). *Beyaz Yakalı Çalışanlarda Öz-duyarlık ve İş Tatmini Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çolakoğlu, T. (2013). *Kalp Krizi Geçirmiş Bireylerde Travma Sonrası Gelişim ile Öz-Duyarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Eker, H. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Öz-duyarlık ve Duyarlı Sevgi Düzeylerinin Ebeveyn Tutumları Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Elkind, D. (1969). Developmental studies of figurative perception. In *Advances in child development and behavior*, 4, 1-28.
- Eraydın, Ş. (2010). *Farklı Müfredat Programlarında Öğrenim Gören Hemşirelik Öğrencilerinin Öz-duyarlık, Öz Güven ve Boyun Eğici Davranışlarının İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Cumhuriyet Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American psychologist*, 56(3), 218.
- IBM Corp. Released, (2011). IBM SPSS Statistics for Windows, Version 20.0. Armonk, NY: IBM Corp
- IFSW. (2014). *Global agenda for social work and social development*. First report, 3-16.
- İkiz, E.,& Totan, T. (2012). Üniversite Öğrencilerinde Öz-Duyarlık ve Duygusal Zekanın İncelenmesi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(1),51-71.
- Johnson, L. (1995), *Social Work Practice. A Generalist Approach* Allyn and Bacon A Paramount Communications Com. United States of America.
- Kirkpatrick, L. A. (2005). *Attachment, evolution, and the psychology of religion*. Guilford Press.

- Kuzu, S. (2011). *Öğretmen Adaylarının Kaynaştırma Eğilimlerine Yönelik Tutumları ve Öz-duyarlık Düzeylerinin Karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Nazik, E., & Arslan, S. (2011). Hemşirelik Öğrencilerinin Empatik Becerileri ile Öz-Duyarlıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 14(4), 69-75.
- Neely, M. E., Schallert, D. L., Mohammed, S. S., Roberts, R. M., & Chen, Y. J. (2009). Self-kindness when facing stress: The role of self-compassion, goal regulation, and support in college students' well-being. *Motivation and Emotion*, 33(1), 88-97.
- Neff, K.D. (2003a). Self-compassion: An alternative conceptualization of healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-102.
- Neff, K.D. (2003b). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250.
- Neff, K., Hsieh, Y. & Dejitterat, K. (2005). Self-compassion, achievement goals, and coping with academic failure. *Self and Identity*, 4, 263 – 287.
- Neff, K. D., Rude, S. S. & Kirkpatrick, K. L. (2007). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of Research in Personality*, 41, 908 – 916.
- Neff K.D., Pisitsungkagarn K, & Hsieh Y.P. (2008). Self-compassion and self-construal in the United States, Thailand, and Taiwan. *Journal of cross-cultural psychology*, 39:267–85.
- Neff, K.D., & McGehee, P. (2009). *Self-compassion and Psychological Resilience Among Adolescents and Young Adults*. USA: University of Texas at Austin.
- Öveç, Ü. (2007). *Özduyarlık ile Özbilinc, Depresyon, Anksiyete ve Stres Arasındaki İlişkilerin Yapısal Eşitlik Modeliyle İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55 (1), 68-78.
- Soyer, U. (2010). *Özel Eğitim Öğretmen Adaylarının Öz-duyarlık ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Tatlıoğlu, K. (2010). *Farklı Öz-anlayış Düzeylerine Sahip Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar Verme Stilleri ve Kişilik Özelliklerinin*

Melike Tekindal

Değerlendirilmesi. (Yayımlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.

Tel, F.D. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumu ve Öz-Duyarlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi.* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.

Thompson, N. (2013). *Sosyal Hizmeti Anlamak.* Dipnot Yayınevi

Yıldırım, A.,& Şimşek, H. (2005). Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri. *Ankara: Seçkin Yayıncılık.*

Bilgi Notu

Bu araştırma Hacettepe Üniversitesi, İİBF, Sosyal Hizmet Bölümü, 2014-2015 Eğitim-Öğretim yılı, SHO316 Uygulamalı Araştırma dersi kapsamında hazırlanmıştır. Araştırma grubunda Zeynep ADIBELLİ, Nazlı DEMİRKIRAN, Gizem KAYIKÇI, Serenat KESKİN, Burak KÖŞECİ yer almaktadır. Araştırmanın makale haline getirilmesi Dr. Melike TEKİNDAL tarafından gerçekleştirilmiştir. Araştırma grubunda yer alan kişilerden makalenin yayınlanması için izin alınmıştır.