
ÖĞRENCİLERİN SOSYO-KÜLTÜREL ÖZELLİKLERİ, DURUMLUK-SÜREKLİ KAYGI DÜZEYLERİ VE BASA ÇIKMA BECERİLERİNİN İNCELENMESİ

INVESTIGATION OF THE COPING SKILLS AND THE LEVEL OF STATE-TRAIT ANXIETY, SOCIA-CULTURAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS

Aysegül BİLGE

Ilknur PEKTAS

E.Ü. İzmir Atatürk Sağlık Yüksekokulu 35100 Bornova / İZMİR

Anahtar Sözcükler: Öğrenci, kültür, kaygı, basa çıkma
Key Words: Student, culture, anxiety, coping

ÖZET

Bu araştırma, öğrencilerin sosyo-kültürel özellikleri, kaygı düzeyleri ve basa çıkma becerilerini belirlemeyi amaçlamaktadır.

Tanımlayıcı bir araştırmadır. Öğrencilere sosyo-kültürel özelliklerini içeren anket formu, durumluk-sürekli kaygı ölçeği ve basa çıkma stratejileri ölçeği (RÖGÖ) uygulanmıştır. Verilerin değerlendirilmesi için yüzdelik değerleri ve ANOVA kullanılmıştır.

Öğrencilerin sürekli kaygı yaşadığı ve sürekli kaygıları ile basa çıkabildikleri belirlenmiştir. Ayrıca öğrencilerin kardeş sayısının durumluk kaygıyla basa çıkmayı etkilediği belirlenmiştir. Bulgular ilgili literatür çerçevesinde tartışılmıştır.

SUMMARY

This study aims to investigate of students of the coping skills and the level of state-trait anxiety , socia -cultural characteristics.

It was held descriptif study. The research instrument constituted a questionnaire based on demographic variables plus two scales to elicit responses state, trait anxiety and coping strategies (RÖGÖ). The percentage, ANOVA have been used for the evaluation and analysis of the data.

It was determined that students develop trait anxiety and coping with trait anxiety. Besides it was determined that the number of sibling of students effect coping with state anxiety. In the study, the findings referred to above are discussed within the framework of relevant literature.

GİRİŞ

İnsanoglu bedensel, ruhsal, toplumsal yetileri ve becerileri öğrenmesi, bunları kullanması ve sonraki kuşaklara aktarması gibi özellikleri

olan bir varlıktır. Bunların tümü insanların diğer canlılardan farklı olarak bir kültür yaratabilme özelliğiyle özetlenebilir. Kültür ;insanların yaşamları boyu, yiyip, içmesini, giyinmesini, dilini, dinini, insani ilişkilerini, fiziksel, biyolojik, toplumsal çevresini ve değerlerini, davranış kalıplarını öğrenmesini sağlar (Dogan 1998).

Fromm, Sullivan ve Horney gibi bilim adamlarının öncülüğünü yaptığı sosyolojik ekolde kültürün insani şekillendirdiği, kişilerarası ilişkilerini ve kişiliğini etkilediği görüşü savunulmuştur (Kentner 1991). Agresyonun etyolojisini anlamak için sosyokültürel teorileri anlamak gerektiği vurgulanmıştır. Çünkü birey sosyal çevreden etkilenmektedir. Sosyokültürel teorilerde bireysel siddeti açıklamak için sistemlerin uygulamalarını, kurumsal organizasyonları, değerleri, normları ve sosyal yapıları bilmek gerektiği belirtilmiştir (Kentner 1991).

Shwap (1978), sosyal psikiyatrinin temel anlamlarını tanımlarken; sosyal nedenlerin, akıl sağlığını etkileyen sosyo-kültürel etmenler ile genetik etmenlerin birlikte veya ayrı, diğer etmenleri ne kadar etkilediğini vurgulamıştır (Frisch ve Frisch 2002). Bu bağlamda yıllardır kültürel etmenlerin insanın duyu, düşünce ve davranışına nasıl bir etki yaptığı araştırılmıştır.

Kültürün, insanın duygusal yapısına etkisini inceleyebilmek için temel olan duygularını anlamlandırmak gerekmektedir. İnsanın öfke, mutluluk, üzüntü, korku ve nefretten oluşan beş temel duygusu vardır. Bireyin planları, istek ve ihtiyaçları engellendiğinde ve haksızlık, adaletsizlik durumlarında, kendi benliğine yönelik bir tehdit algıladığında ya da tam tersi kendine göre olumlu gelişmeler yaşadığında duygular açığa çıkar. Birey sonuç olarak yaşanan olumlu veya olumsuz yaşam olayları ardından duygusal yüklülükle, anksiyete yaşar. Anksiyete dilimizde kaygı, sıkıntı kelimelerine karşılık gelmektedir. Çocuk için; sevdiği bir objeyi kaybederken veya ailesinden ayrılırken, adölesanlar için; üniversiteyi kazanırken, erişkinler için yaşlılık ve ölüm düşünüldüğü zaman anksiyete yaşanabilir (Gümüş 2003).

Harry Stack Sullivan, anksiyetenin kaynağını erken çocukluk döneminde çocuk ile anne arasındaki ilişkilere bağlar. Annenin anksiyetesinin çocuğa geçtiğini ileri sürer (<http://www.hipnoz.com/rgenel.html>). Bilimsel bakış açisi ile ilgili araştırmalar, yaşamlarında stresli olayları kontrol edemeyen kişilerin kaygı yaşama olasılıklarının, stres verici olaylar üzerinde kontrole sahip olduklarına inanan kişilerden daha yüksek kaygı yaşadıklarını göstermektedir (Morris 2002).

Bunların sonucunda birey anksiyeteden kurtulmak için kendince etkili veya etkisiz bası çıkma yolları dener. Görüldüğü üzere insanın duygusal yapısı ve çevresi bir bütün olarak işlev görmektedir.Çözüm

yollarında da bütüncüllüğü devam etmektedir. Bu araştırma, bireylerin sosyo-kültürel özellikleri (yaşı, eğitim durumu, yaşadığı bölge, inançları ve değerleri gibi özellikleri), kaygı ve baskı çıkma düzeylerini incelemek amacıyla planlanmış, tanımlayıcı tipte bir araştırmadır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma Ege Üniversitesi İzmir Atatürk Sağlık Yüksekokulu Müdürlüğü'nden gerekli izin alınarak yürütülmüştür. Araştırmanın evrenini 2002-2003 eğitim-öğretim döneminde Ege Üniversitesi İzmir Atatürk Sağlık Yüksekokuluna kayıtlı 400 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise olasılıksız örneklem yöntemi ile seçilmiş, evrenin % 33'ünü kapsayan 132 öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırma verilerinin toplanmasında 3 bölümden oluşan anket formu kullanılmıştır. I. bölüm: Araştırmacılar tarafından gerekli literatür araştırılarak oluşturulmuş öğrencilerin sosyo-kültürel özelliklerini içeren 17 maddelik bir formdur.

II. bölüm: "Durumluk Sürekli Kaygı Ölçeği"; 40 maddeden oluşmaktadır. İlk 20 madde durumluk kaygı, diğer 20 madde sürekli kaygı durumlarını tespit etmektedir. Türkiye için geçerliliği ve güvenilirliği Necla Öner ve Ayhan Lecompte (1977) tarafından yapılmıştır. Sürekli kaygı ölçeği kuder-richardson alfa katsayısı 0.83-0.87 arasında, durumluk kaygı ölçeği kuder richardson alfa katsayısı 0.94-0.96 arasında olduğu bulunmuştur. Puanlama 4'lü likert tipi puanlamadır. Yüksek puan, yüksek kaygıyı gösterir. Ölçekte iki tür ifade vardır; bunlar doğrudan ve tersine dönmüş ifadelerdir. Tersine dönmüş ifadeler: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20, 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39 uncu maddelerdir. Durumluk kaygı alt ölçeği için değişmeyen değer 50, Sürekli kaygı için değişmeyen değer 35'tir. Böylece her bir alt ölçekten toplam 20 ile 80 arası bir puan elde edilmektedir (Öner ve LeCompte 1983).

III. bölüm: Rosenbaum'un Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği (RÖGÖ); 36 maddeden oluşmaktadır. Geçerliliği ve güvenilirliği Ayşe Siva ve İhsan Dağ (1991) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin cronbach alfa katsayısı 0.79 olarak bulunmuştur. Puanlama 5'li likert tipi puanlamadır. Ancak 4, 6, 8, 9, 14, 16, 19, 21, 29, 35. maddeler ters yönde hesaplanmaktadır. Böylece 36 ile 180 arasında bir toplam puan elde edilmektedir. Yükselen puanlar kendini denetleme becerisinin yüksekliğine, bir diğer deyişle ölçekte temsil edilen baskı çıkma stratejilerinin sıklıkla uygulandığına işaret etmektedir (Savasir ve Şahin 1997). Veriler, sayı ve % dağılımları alınarak SPSS programında değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Öğrencilerin Sosyo-Kültürel Özelliklerine Göre Dağılımları

Sosyo-kültürel özellikler	n	%
Yas durumu		
19	6	4.5
20	21	15.9
21	22	16.7
22	83	62.9
Doğum yeri (bölge olarak)		
Marmara böl.	17	12.7
Ege böl.	41	31.2
Akdeniz böl.	16	12.1
İç Anadolu böl.	15	11.3
Karadeniz böl.	12	9.1
Güneydoğu Anadolu böl.	9	6.7
Doğu Anadolu böl.	7	5.3
Yurt dışı	10	7.6
Cevapsız	5	3.8
Kimlerle yaşadığı		
Sadece ailesiyle	112	84.8
Aile,büyükanne büyükbaba	14	10.6
Yakın akraba	1	0.8
Yalnız	5	3.8
Kardes sayısı		
Tek kardes	1	0.8
İki kardes	49	37.1
Üç kardes	40	30.3
Dört ve üstü kardes	42	31.8
Mezun olduğu lise		
Düz lise	103	78
Sağlık Meslek Lisesi	16	12.1
Anadolu, fen, süper lise	8	6.1
İmam Hatip Lisesi	4	3
Öğretmen Lisesi	1	0.8
Annenin eğitim durumu		
Okur- yazar değil	18	13.6
İlkokul	90	68.2
Lise	18	13.6
Üniversite	6	4.5
Babanın eğitim durumu		
Okur- yazar değil	2	1.5
İlkokul	79	59.8
Lise	33	25
Üniversite	18	13.6
Gelirini karşılama durumu		
Kendisi karşılıyor	15	11.4
Ailesinden	112	84.8
Yakın akrabasından	2	1.5
Sadece burs	3	2.4
Yaşadığı mekan durumu		
Evde	78	59.1
Yurtta	54	40.9
Aylık harcadığı para durumu		
50-149 milyon TL	1	0.8
150-200 milyon TL	49	37.1
201-250 milyon TL	40	30.3
250-501 milyon TL	42	31.8
TOPLAM	132	100.00

Tablo 1'de öğrencilerin sosyo-kültürel özelliklerinin dağılımları görülmektedir. Araştırma bulgularına göre öğrencilerin %62.9'u 22 yaşında olup, %31.2'si Ege Bölgesinden gelmiştir. %84.8'i ailesi ile beraber yaşamaktadır. Öğrencilerin %37.1'i iki kardestir. %78'si düz liseden mezun olmuştur. %59.1'i evde kalmaktadır ve % 84.8'i para gereksinimini ailesinden karşılamaktadır. Öğrencilerin % 37.1 'i ise 150-200 milyon T.L. ile geçmektedir.

Tablo 2. Öğrencilerin Sosyo-Kültürel Özelliklerine Göre Dağılımları

Sosyo-kültürel özellikler	n	%
Bos zamanini değerlendirme durumu		
Okumak, gezmek	66	49.7
Okumak ve sanatla uğrasmak	21	15.9
Birileri ile olmak	18	13.6
Uyumak, dinlenmek	10	7.6
Spor, doğa yürüyüşü yapmak	8	6.1
Araştırma yapmak, bilgisayar kul.	3	2.4
Ev isi yapmak	3	2.4
Yalnız kalmak	2	1.5
Bos vaktim yok	1	0.8
Geleceğinden umut duyulan birey durumu		
Kendi geleceğimden umutluyum	83	62.1
Ailemin geleceğinden umutluyum	35	27.3
Türk ulusunun geleceğinden umut.	11	8.2
Umutsuzum	3	2.4
Sorun yasama sikligi olan birey		
Annemle sorun yasarim	18	13.6
Babamla sorun yasarim	29	22
Karsi cinsle sorun yasarim	38	30.3
Öğretim elemanlari ile sorun yasarim.	7	5.3
Ev /oda arkadasıyla sorun yasarim	8	5.1
Sorun yasamam	32	24.3
TOPLAM	132	100.00

Tablo 2'de öğrencilerin sosyo-kültürel özelliklerinin dağılımları görülmektedir. Araştırma bulgularına göre öğrencilerin %49.7'si bos zamanlarını okuyarak ve bazen de gezerek geçirmektedir. Ayrıca % 62.1'i kendi geleceğinden umutludur. Ancak % 30.3'i karşı cinsiyet ile olan ilişkilerinde sorun yaşamakta olduğunu ifade etmişlerdir.

Tablo 3. Öğrencilerin Durumluk ,Sürekli Kaygi ve Basa Çıkma (RÖGÖ) Puan Ortalamalarının Dağılımları

	N	\bar{X}	SS	Min	Max
Durumluk kaygi alt ölçegi	132	43.4	4.8	34	55
Sürekli kaygi alt ölçegi	132	48.6	5.2	37	65
Basa çıkma ölçegi	132	122.7	14.8	68	165

Tablo 3'de Öğrencilerin durumluk -sürekli kaygi ve basa çıkma puan ortalamalarının dağılımları görülmektedir. Öğrencilerin durumluk kaygi toplam puan ortalaması \bar{X} :43.4 ±4.8, sürekli kaygi toplam puan

ortalaması \bar{X} : 48.6±5.2 ve basa çıkma düzeyleri toplam puan ortalaması \bar{X} : 122.7± 14.8 olarak bulunmuştur.

Tablo 4. Öğrencilerin Durumluk, Sürekli Kaygı ve Basa Çıkma (RÖGÖ) Puan Ortalamalarının, Kardes Sayısına Göre Analizi

Ölçekler, altölçekler	Bir kardes		İki kardes		Üç kardes		Dört kardes		F	P
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS		
Durumluk kaygı alt ölçek toplam puanı	36	-	44.6	4.6	44	4.8	41.6	4.5	4.140	*0.008
Sürekli kaygı alt ölçek toplam puanı	45	-	48.7	4.5	48	5.7	49	5.5	0.392	0.759
RÖGÖ genel toplam puanı	132	-	121.9	16.2	123.8	16.1	122.5	12	0.247	0.864

* **P<0.05**

Tablo 4'te öğrencilerin durumluk-sürekli kaygı ve basa çıkma (RÖGÖ) puan ortalamalarının, kardes sayısına göre dağılımları görülmektedir. Öğrencilerin durumluk kaygı puanları ile kardes sayısı arasında, istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Araştırma bulgularına göre öğrencilerin diğer sosyo-kültürel özellikleri ile kaygı ve basa çıkma puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

TARTISMA

Araştırma grubuna giren üniversite öğrencilerinin durumluk kaygı toplam puan ortalaması \bar{X} :43.4 ±4.8, sürekli kaygı toplam puan ortalaması \bar{X} : 48.6±5.2 ve basa çıkma toplam puan ortalaması \bar{X} :122.7± 14.8 olarak bulunmuştur. Öğrencilerin sürekli kaygı puanı daha yüksek olmasına rağmen basa çıkma puanları yüksek olduğu için kaygıları ile basedebildikleri düşünülmektedir (Tablo 3).

Nigro (1996), yaptığı araştırmada bireyin basa çıkma yeteneğinin yasanılan kaygı düzeyine göre nitelik kazandığını belirtmiştir. Bu çalışmanın bulguları ile paralellik göstermektedir.

Spielberger, eğitim düzeyi ile kaygı seviyesinin ters ilişki gösterdiğini belirtmiştir. Ayrıca eğitim düzeyi yüksek olan bireylerin stres ile basa çıkmada etkin beceriler geliştirdikleri ifade edilmiştir (Öner ve Lecompte 1983).

Fuatai ve Soon-Schuster (2001), araştırmalarında üniversite öğrencilerinin farklı kültürlerden gelen öğrencilerin bulunduğu eğitim merkezleri olduğu ve bu durumun öğrencilerin kaygı düzeyini artırıcı bir etki yaptığı ve basa çıkma yeteneğini etkilediğini vurgulamışlardır.

Schreier ve Abramovitch (1996), araştırmalarında İsrail'de eğitim gören Amerikalı tip öğrencilerinin kaygı ve stres düzeylerinin yüksek olduğu bunun öğrencilerin bilişsel süreçlerini etkilediği ve farklı kültürel çevrede eğitim almalarının etkili olduğunu bildirmişlerdir.

Öğrencilerin durumluk-sürekli kaygı puanları ve basa çıkma puanları ile kardeş sayısı arasında, tek çocuk olanların durumluk ve sürekli kaygı puan ortalamaları diğer öğrencilerden düşük ve basa çıkma becerileri ise daha yüksek olup yapılan istatistiksel analizlerinde ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($P>0.05$). Ayrıca, öğrencilerin durumluk kaygı puanları ile kardeş sayısı arasında, istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($F: 4.140, p<0.05$) (Tablo 4).

Türkiye Nüfus Sayımı Araştırması (TNSA) sonuçlarına göre (1999) ülkemizde ortalama hane halkı büyüklüğü 4.3 olarak tespit edilmiştir.

Cambaz ve ark. (2001), yaptıkları çalışmada kardeş sayısı durumluk-sürekli kaygı puanları arasında istatistiksel olarak bu çalışmanın aksine anlamlı ilişki olmadığı; doğum sırası ile durumluk kaygı puanları arasında negatif iyi derecede ve sürekli kaygı puanları arasında ,negatif çok zayıf ilişki olduğunu saptamışlardır (Cambaz 2001). Bu çalışmada öğrencilerin doğum sırası araştırılmamıştır. Ancak kardeş sayısının kaygıya etkisinin kardeş ve ebeveyn tutumları ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Odacı ve Kalkan (2004), araştırmalarında öğrencilerin çeşitli stresle basa çıkma tekniklerini bilmelerinin stresle basa çıkma biçimlerinden olan kültürel özelliklerle gelişen sosyal destek arama, soruna yönelme ve sorunla uğraşmaktan kaçınma düzeyleri üzerinde etkili olduğunu ifade etmişlerdir.

Tolan ve Soygüt (2004), araştırmalarında farklı kaygı düzeyleri ve kişilerarası semaların çeşitli boyutları arasında anlamlı farklılıklar olduğunu gözlemlemişlerdir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Kültürün bireyin tüm gelişim dönemlerine farklı boyutlarda etkisi vardır. Üniversite öğrencileri ergenliğin son dönemini yaşayan bireylerdir. Tedavi edici ve koruyucu ruh sağlığı hizmetlerinde doğru kararlar verilebilmesi için ergenlik dönemi hakkındaki kalıp yargılar yerine her

kültürde kendi kosullarini inceleyip özümsemis bir modelin gerekliligi açıktir. Sosyo-kültürel kosullar ergenin karsilastigi sorunlarin sayisini arttirabilir, azaltabilir veya bu sorunla karsilasma sirasini etkileyebilir. Sorunlarin artisi, ergenin basa çikma becerilerine ve sosyal çevre ile etkilesimine bagli olarak kaygi artisi degisik olumsuz duygularin artisi veya kendini olumsuz degerlendirme olarak karsimiza çikabilir. Ergenlik döneminde özellikle çalkanti yasayan kisilerde dis olaylar kadar bu basa çikma becerilerinin de ele alinip incelenmesi yararli olacaktır. Ancak bu tarzda çok faktörlü yaklasimlarla gelisim dönemlerinde cinsiyete, yasa ve çalisma durumuna göre hangi özel sikintilarla karsilastiklari ve bunlari nasil çözdükleri incelenebilir. Bu kavramlarin dogrultusunda;

Öğrencinin gelisim potansiyelini arttirmak açısından; üniversite-lerin mediko-sosyal saglik merkezlerinin rehberlik bölümlerinde, gençlerin sosyo-kültürel özellikleri, kaygi düzeyleri ve basa çikma becerilerinin belirlenmesi ve bu konuda öğrenci danismanlari ile isbirliğinin saglan-masi önerilmektedir.

KAYNAKLAR

1. Cambaz S, (2004). samsun çiraklik eğitim merkezi'ne devam eden çiraklarin durum-luk-sürekli kaygi düzeylerinin degerlendirilmesi-2 <http://www.dicle.edu.tr/~halks/yedi2.htm> e.t.:26-07-2004.
2. Dogan O, (1998). Saglik alanında davranis bilimleri. 1. baski , Sivas, dilek ofset
3. Frisch NC, Frisch L E, (2002). Psychiatric mental health nursing. Second ed. Colombia
4. Fuatai L, Soon-Schuster F, (2001). Anxiety, stress and coping strategies among University of South Pacific students.
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=12017843 Pac Health Dialog.;8(1):83-93. e.t: 9-8-2004
5. Gümüs A, (2003). Anksiyete. Yayimlanmamis ders notlari, izmir: Ege Üniversitesi Saglik Bilimleri Ens.Psikiyatri Hemsireligi Doktora Programi, 2-5.
6. Kentner, (1991). Psyciatric nursing, second ed.
7. Morris, CG, (2002). Psikolojiyi Anlamak. Belgin Ayvasik, Melike Sayil (çev.), Türk Psikologlar Dernegi Yayinlari, No: 23, 1. basim, Ankara, 491-495
8. Nigro G, (1996). Coping strategies and anxiety in Italian adolescents.
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=8969091 Psychol Rep.; 79 (3 Pt 1): 835-9. e. t: 9-8-2004
9. Odaci H, Kalkan M, (2004). Çesitli stresle basa çikma teknikleri öğretiminin üniversite öğrencilerinin stresle basa çikma düzeyleri üzerindeki etkisi 3P dergisi cilt: 12 sayi: 2
10. Öner N, LeCompte A, (1983). Durumluk-sürekli kaygi envanteri el kitabı, Bogaziçi Üniversitesi yayinlari, 1. baski, Istanbul.
11. <http://www.hipnoz.com/rgenel.html>

12. Savasir I, Sahin, N(1997). Bilissel –Davranisçi Terapilerde Degerlendirme: Sik Kullanilan Ölçekler, Türk Psikologlar Dernegi Yayinlari, Özyurt Matbaacilik, Ankara, sy: 86-93
13. Schreier AR, Abramovitch H, (1996). American medical students in Israel: stress and coping.
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=9217908 Med Educ.; 30 (6): 445-52 e.t: 2004
14. TNSA, (1999). Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü, Nüfus ve Sağlık Arastirmasi 1998
15. Tolan Ö, Soygüt G, (2004). Üniversite Öğrencilerinde Kaygi Belirtileri ve Baglanma Biçimleri ile Kisilerarasi Semalar Arasindaki Iliskiler <http://www.metu.edu.tr/~psi/obildiri.htm>