

Üniversite Öğrencilerinde Stres Faktörleri: Kişilerarası İlişki Tarzları ve Problem Çözme Becerileri Açısından Bir Değerlendirme*

Stress Factors Among University Students: A Study on Interpersonal Relationship Style and Problem Solving Abilities

Ayşegül DURAK BATIGÜN**, Aliye ATAY KAYIŞ***

ÖZ: Bu çalışmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinde stres oluşturuvcu faktörleri belirlemek ve bunlar ile kişilerarası ilişki tarzları ve sosyal problem çözme becerileri arasındaki ilişkileri saptamaktır. Ayrıca stres faktörleri ile cinsiyet ve öğretim türü gibi demografik değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek de araştırmanın diğer bir amacını oluşturmaktadır. Yapılan analizler sonucunda, pek çok stres oluşturuvcu faktör alt ölçeğinde kadınların erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek puan aldıkları görülmüştür. Ayrıca, "akademik sorunlar" alt boyutunda da I. öğretimdeki öğrencilerin, II. öğretimdeki öğrencilerden daha yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Bazı demografik değişkenler ve problem çözme yaklaşımları ile bazı kişilerarası ilişki tarzlarının öğrencilerin stres puanlarını yordadığı saptanmıştır. Elde edilen bulguların, sağlık merkezlerinde ve/veya psikolojik danışma merkezlerinde gençlere yönelik olarak verilecek olan birtakım eğitim ve danışmanlık hizmetlerinde kullanılabilceği düşünülmektedir. Bu merkezlerde öğrencilere yönelik olarak verilecek olan "problem çözme becerileri" ve "iletişim becerileri" yönündeki eğitimler, koruyucu ruh sağlığı açısından da önemli olacaktır.

Anahtar sözcükler: üniversite öğrencileri, stres, problem çözme becerileri, kişilerarası ilişki tarzları

ABSTRACT: The main objective of this study is to determine the stress forming factors of college students and to determine the relationship between their social problem-solving abilities and interpersonal style. The further object of research is to contribute to a better understanding of relationship between stress factors of students and their various demographic variables such as gender and type of education. The results of analysis revealed that in many stress-forming-factor subscales, women's score were significantly higher than men's. Also, it was determined that, in the "academic issues" subsection, students from first-education scored significantly higher than those from second education. Students' stress scores were predicted by some demographic variables, and problem-solving approaches, and some interpersonal styles. It is considered that the findings can be used for some educational training and counseling services given by the health centers and/or psychological counseling for youths. Specially, "problem-solving skills" and "communication skills" training programs which are offered in these centers will be very important in terms of preventive mental health for students.

Keywords: university students, stress, problem solving abilities, interpersonal relationship skills

1. GİRİŞ

Üniversiteye başlamak, öğrenciler için kritik bir geçiş dönemidir. Bu yeni dönem kişi için yeni beklentilerin ortaya çıkmasına yol açmakta ve çeşitli güçlükleri de beraberinde getirmektedir. Öğrenciler üniversiteye ilk girdiklerinde, genellikle birçok uyum problemi yaşamaktadırlar. Yapılan bir araştırmada, üniversite öğrencilerinin hayatında stres yaratan faktörlerin sırasıyla ekonomik problemler, üniversite çevresinin gerektirdikleri ve üniversiteye kayıt aşaması sorunları olduğu bulunmuştur (Bojuwoye, 2002). Hong ve Wengboey (2002)'in, üniversite yaşamında öğrencilerin yaşadıkları temel stres faktörlerini ve bu faktörlerin türlerini araştırdıkları bir çalışmada da; en temel stres faktörleri, akademik zorlanmalar ve olumsuz yaşam olayları olarak bulunmuştur. İngiltere'de yapılan bir araştırmada, ekonomik problemlerin depresyon ve kaygıda aşırı artışa neden olduğu; dönem ortasında yaşanan depresyon ve maddi

*Bu çalışma Süleyman Demirel Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri (BAP) tarafından desteklenmiştir. (Proje No: 26-23-M-11)

** Prof. Dr., Ankara Üniversitesi, Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi, Ankara-Türkiye, e-posta: batigun@ankara.edu.tr

*** Yrd. Doç. Dr., Süleyman Demirel Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Isparta-Türkiye, e-posta: aliyekayis@sdu.edu.tr

sıkıntılarının da sınav performansında anlamlı bir düşüşe neden olduğu bulunmuştur (Andrews ve Wilding, 2004).

Üniversitede öğrenci olmak ve üniversite yaşamı, genelde ülkemizde de kaygı ve stres üretecek bir ortam niteliği taşımakta, konuya ilişkin çeşitli çalışmalar yapılmaktadır (Erkan ve ark., 2012; Koç, 2004; Bilgin, 2000; Şahin ve ark., 1989; Özgüven, 1989). Bu çalışmalarda, üniversite düzeyindeki öğrencilerin zihinsel ve akademik gelişmelerine ağırlık verildiği; buna karşın beden gelişimi, sosyal gelişim ve boş zamanlarını değerlendirme, bireysel ihtiyaçlarını karşılama için sağlanan imkanların ise sınırlı olduğu vurgulanmaktadır.

Üniversitelerde hizmet vermekte olan psikolojik danışma ve rehberlik merkezleri, öğrencilerin öğrenim boyunca karşılaşılabilecekleri problemler ile ilgilenmekte ve yaşayabilecekleri uyum sorunlarını en aza indirmeyi amaçlamaktadır. Böyle bir merkeze başvuran 338 erkek ve 232 kız öğrenciden elde edilen bulgulara göre öğrenciler, mesleki (gelecek kaygısı) ve akademik kaygılar, maddi, kişiler arası ve cinsel sorunlar, benlik ve kimlik gelişimi ile ilgili sorunlar konularında yardım talep ettiklerini belirtmişlerdir. Söz konusu bu sorunların, öğrencilerin hangi fakültede olduklarına, burslu olup olmadıklarına göre de çeşitlilik gösterdiği bulunmuştur (Şahin ve ark., 1989).

Şahin ve ark. (1992)'in, Türk üniversite öğrencilerindeki stresle ilişkili etmenleri ve stresle başa çıkmak için kullandıkları yöntemleri belirlemek amacıyla 575 öğrenci üzerinde yaptıkları bir başka çalışmada da, öğrencilerin en çok stresli gördükleri konunun derslerle ilgili olduğu, en az stresli gördükleri konunun ise madde bağımlılığı olduğu görülmüştür. Işıklı (1998)'da, üniversite öğrencilerindeki stres, sosyal destek ve girişkenlik düzeylerini boylamsal bir çalışma içerisinde incelemek amacı ile ODTÜ'de okumakta olan 335 öğrenci ile çalışmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, öğrencilerin strese bağlı olarak yaşadıkları sıkıntılarını; sosyal destek, girişkenlik ve stres düzeyleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Sosyal destek ve girişkenlik düzeyi stresin olumsuz etkilerini bir yere kadar engellemektedir. Ayrıca, stres durumunda öğrencilerin kendileri ile aynı değerleri ve ilgileri paylaşan kişilerle kurdukları ilişkilerin, girişken olan öğrencileri stresin olumsuz sonuçlarından koruyabildiği sonucuna ulaşılmıştır.

Yukarıda belirtilen araştırmalardan da anlaşılacağı üzere, üniversite öğrencilerinde stres yaratan faktörler belirlenirken, stresle yakından ilişkili olduğunu bildiğimiz bazı değişkenler de devreye girmektedir. Bu değişkenlerden önemli olabilecek iki tanesi, iletişim becerileri ve sosyal problem çözme becerileridir. Birçok yaşamsal zevk ve mutluluk, diğer insanlarla kuracağımız ilişkilere bağımlıdır ve ne kadar iyi bir iletişim kurduğumuza göre değişmektedir (Matthews, 1993). Etkili iletişim hayatın her alanında kişinin içinde bulunduğu durum ve koşullara uyum sağlamasında çok özel bir yere sahiptir. İletişim insanlığın en önemli gereksinimlerinden birisi olmakla beraber, insanlar arasında etkili bir iletişimin söz konusu olduğunu söylemek oldukça güçtür. Kişilerarası ilişkilerdeki becerilerin yetersiz olması ise yalnızlık, aile problemleri, mesleki yetersizlik, tatminsizlik, stres ve fiziksel hastalıklar gibi birçok yaşamsal alanımızı olumsuz etkileyebilmektedir (Bolton, 1986). İletişim engellerinin etkileri her ne kadar çeşitlilik gösterse ve duruma göre değişebilse de sıklıkla karşılaşılan problem, kişinin stres düzeyinde artışa neden olması ve başa çıkma becerilerini olumsuz etkilemesidir.

Sosyal problem çözme becerileri de konu ile yakından ilişkili diğer bir değişkendir. Problem çözme becerisindeki herhangi bir noksanlığın, yetersiz psikolojik uyum ve psikopatoloji ile ilişkili olduğu vurgulanmaktadır (Nezu ve ark., 1989). Yüzelli üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, yüksek stres altında bulunan fakat etkili problem çözme becerilerine sahip bireylerin, aynı düzeyde strese sahip fakat etkisiz problem çözme becerilerine sahip bireylere oranla daha düşük depresyon puanları aldıkları bulunmuştur (Nezu ve Ronan, 1988). Benzer bir bulgu, Nezu (1985)'nin gerçekleştirmiş olduğu bir çalışmada da mevcuttur. İkiyüz üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilen bu çalışmada da kendilerini etkili problem çözücü olarak gören öğrencilerin, kendilerini etkisiz problem çözücü

olarak gören öğrencilerle karşılaştırıldıklarında, problemle ilgili olarak daha az depresyon ve daha az durumluk ve sürekli kaygı yaşadıkları, bununla beraber kendilerini daha fazla içsel kontrol yönelimli, daha az problemlili ve sıkıntılı algıladıkları bulunmuştur.

Üniversite öğrencileri, genel psikiyatrik hastalar ve intihar girişimi bulunan psikiyatrik hastaların problem çözme becerileri, umutsuzluk ve intihar riskinin araştırıldığı bir başka çalışmada da, problemin çözümüne olumsuz olarak odaklanma ve kaçınan bir problem çözme tarzını kullanmanın üniversite öğrencilerinde de yüksek olduğuna dikkatler çekilmektedir (D’Zurilla ve ark., 1998).

Özetle, üniversite öğrencileri üzerinde etkili olan stres faktörleri ve bunlarla yakından ilişkili olabilecek bazı değişkenlerin belirlenmesi önem taşımaktadır. Bu çalışmanın temel amacı da, üniversite öğrencilerinde stres oluşturuçu faktörleri belirlemek ve bunlar ile kişilerarası ilişki tarzları ve sosyal problem çözme becerileri arasındaki ilişkileri saptamaktır. Ayrıca stres faktörleri ile cinsiyet ve öğretim türü gibi demografik değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek de araştırmanın diğer bir amacıdır.

2. YÖNTEM

2.1. Çalışma Grubu

2.1.1. Çalışma Grubunun Özellikleri

Araştırmaya 2011-2012 eğitim-öğretim yılında Süleyman Demirel Üniversitesi’nin çeşitli fakültelerinde (İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Mühendislik Fakültesi, Teknik Eğitim Fakültesi, Ziraat Fakültesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Orman Fakültesi) öğrenim görmekte olan 18-30 yaş aralığında toplam 2057 (%55.8 kadın, %44.2 erkek) öğrenci katılmıştır. Yaş ortalaması 20.95’ dir (ss= 2.01) ve %68.4’ü birinci öğretim, %31.5’i ikinci öğretim öğrencisidir. Her sınıfı (1., 2., 3.ve 4. sınıf) temsil eden öğrenci sayısı birbirine çok yakındır. Öğrencilerin %60.6’sının annesi ilkökul-ortaokul, %31.4’ünün annesi lise, %7.8’inin annesi ise üniversite mezunudur.

2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Öğrencilere ilişkin yaş, cinsiyet, okumakta oldukları fakülte, sınıf, gelir düzeyi, anne-baba eğitimi, barındıkları yer, üniversite yaşamından memnuniyet vb. türden demografik özellikleri belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır. Formun başında araştırmanın amacı yer almaktadır ve değerlendirmenin bireysel değil toplu halde yapılacağı belirtilerek isim yazmamaları istenmektedir.

2.2.2. Stres Oluşturuçu Faktörler Ölçeği (SOFÖ)

Şahin ve ark.(2005) tarafından, üniversite öğrencilerinde strese yol açan faktörleri belirlemek amacıyla kültürümüze özgü olarak geliştirilmiştir. Toplam 973 kişilik örneklem ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda “*Kendilikle İlgili Sorunlar*” ($\alpha=.94$), “*Sorumluluklar*” ($\alpha=.90$), “*Toplumsal Sorunlar*”($\alpha=.90$),“*Akademik Sorunlar*” ($\alpha=.91$), “*Geleneksel Değerlere Aykırı Davranışlara Bağlı Sorunlar*” ($\alpha=.80$),“*Ekonomik Sorunlar*” ($\alpha=.85$),“*Yakın İlişkililerle İlgili Sorunlar*” ($\alpha=.86$),“*Yakınlardan (aile, arkadaş) Uzak Olmayla İlgili Sorunlar*” ($\alpha=.82$) olmak üzere 8 faktör bulunmuştur. Bu faktörler ile Kısa Semptom Envanterinin alt ölçekleri ve toplam puanı arasındaki korelasyon katsayılarının .32 ($p< .001$) ile .72 ($p< .001$) arasında; yine bu faktörler ile Strese Yatkınlık Ölçeği alt ölçekleri ve toplam puanı arasındaki korelasyon katsayılarının ise .59 ($p< .001$) ile .35 ($p< .001$) arasında değiştiği belirtilmektedir (Şahin ve ark. 2005).

2.2.3. Kişilerarası Tarz Ölçeği (KITÖ)

Bireylerin kişilerarası ilişki tarzlarını belirlemeyi amaçlayan, 60 maddelik bir ölçektir. Şahin ve arkadaşları (2007) tarafından bir dizi çalışma sonucunda kültürümüze özgü olarak geliştirilmiştir. 1-5 Likert tipi puanlanmaktadır ve ölçekten alınan yüksek puanlar kişilerarası ilişki tarzında olumsuzluğa işaret etmektedir. Toplam 490 kişi üzerinden yapılan faktör analizi sonucunda “Baskın Tarz” ($\alpha=.88$), “Kaçınan Tarz” ($\alpha=.79$), “Öfkeli Tarz” ($\alpha=.79$), “Duygudan Kaçınan Tarz” ($\alpha=.77$), “Manipülatif Tarz” ($\alpha=.74$), “Küçümseyici Tarz” ($\alpha=.67$) olmak üzere 6 faktör bulunmuştur. Ölçeğin tümü için elde edilen güvenilirlik katsayısı ise .92’dir. Ölçeğin Yaşam Doyumu Ölçeği ile korelasyonu $-.22$ ($p<.001$), Gelecek Beklentisi Ölçeği ile $-.16$ ($p<.01$), İnsan ilişkileri ile $-.26$ ($p<.01$) olarak belirtilmektedir (Şahin ve ark., 2007).

2.2.4. Problem Çözme Envanteri (PÇE)

Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen ve bireyin problem çözme becerileri konusunda kendini algılayışını ölçen, 35 maddelik kendini değerlendirme (self-report) türü bir ölçektir. 1-6 arası Likert tipi puanlanmaktadır ve ölçekten alınan toplam puanların yüksekliği, bireyin problem çözme becerileri konusunda kendini yetersiz olarak algıladığını gösterir. Ölçeğin Türkiye uyarlaması, Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından yapılmıştır. Toplam 244 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilen faktör analizi sonucunda ölçeğin “aceleci yaklaşım” ($\alpha=.78$), “düşünen yaklaşım” ($\alpha=.76$), kaçınan yaklaşım” ($\alpha=.74$), “değerlendirici yaklaşım” ($\alpha=.69$), “kendine güvensiz yaklaşım” ($\alpha=.64$) ve plansız yaklaşım” ($\alpha=.59$) olmak üzere 6 faktörden oluştuğu bulunmuştur. Ölçeğin toplam puanı ile Beck Depresyon Envanteri arasındaki korelasyon katsayısı $.33$ ve STAI-T toplam puanı arasındaki korelasyon katsayısı ise $.45$ olarak belirlenmiştir (Şahin ve ark., 1993).

2.3. İşlem

Uygulama, ilgili Fakülte dekanlıklarından izin alınarak, ders saatleri içerisinde sınıflarda toplu olarak yapılmıştır. Öncelikle öğrencilere araştırmanın amacı ve ölçekleri nasıl dolduracaklarına ilişkin bilgi verilmiş, araştırmaya katılımın gönüllülük esasına dayandığı, istemeyen öğrencilerin katılmama hakkına sahip oldukları özellikle vurgulanmıştır. Uygulama 30-40 dk. sürmüştür. Bulguların değerlendirilmesinde 0.05 anlamlılık düzeyi temel alınmıştır.

3. BULGULAR

Araştırmanın amacı doğrultusunda önce öğrenciler üzerinde en yüksek ve en düşük stres yaratan faktörler belirlenmiştir. Daha sonra ise demografik değişkenlere yönelik analizler, uç grup karşılaştırmaları ve regresyon analizi yapılmıştır.

3.1. En Yüksek ve En Düşük Stres Yaratan Faktörler

Çalışmada, SOFÖ’nin her bir maddesinden alınan puan ortalamaları hesaplanmış ve öğrencilerin en yüksek ve en düşük stres oluşturuca faktör olarak belirledikleri maddeler sıralanmıştır. Sonuçlar Tablo 1’de verilmektedir.

Tablo 1: Öğrencilerin En Yüksek ve En Düşük Puan Aldıkları Stres Faktörleri

(4 puan üzerinden)		
En yüksek puan alınan stres faktörleri	x	ss
1. Kendi hedeflerinize ilgili sorumluluklarınız	2.89	1.10
2. Ders yükü ve yoğunluğu	2.81	1.13
3. Mezuniyetten sonra iş bulamama kaygısı	2.61	1.40
4. Başarılı olmak zorunda hissetmek	2.55	1.29
5. Aileye karşı sorumluluk duygusu	2.53	1.32
En düşük puan alınan stres faktörleri	x	ss
1. İstenmeyen hamilelik durumu	.30	.83
2. Alkol bağımlısı olabileceğinizle ilgili endişeler	.39	.91
3. Madde bağımlısı olabileceğinizle ilgili endişeleriniz	.40	.96
4. Cinsel sıkıntılarının olması	.42	.92
5. Sevgilinizin/Nişanlılığınızın ailesiyle yaşanan sorunlar	.58	1.07

Tablo 1’de görüldüğü gibi, “kendi hedeflerinize ilgili sorumluluklarınız”, “ders yükü ve yoğunluğu” ve “mezuniyetten sonra iş bulamama kaygısı” en çok stres oluşturan faktörler arasında yer alırken; “İstenmeyen hamilelik durumu” ve “alkol bağımlısı olabileceğinizle ilgili endişeler” maddeleri en az stres yaratan faktörler olarak karşımıza çıkmıştır.

3.2. Demografik Değişkenlere Yönelik Bulgular

Çalışmada cinsiyet (kadın, erkek) ve öğretim türü (I. öğretim, II. öğretim) değişkenlerinin stres oluşturu faktörler üzerindeki etkilerini belirleyebilmek amacıyla 2x2 desenine uygun çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) yapılmıştır. Analiz sonucunda Wilks’ Lambda değeri cinsiyet (Wilks’ $\lambda = .85$, $sd= 2049$, $F= 44.45$, $p< .001$) ve öğretim türü (Wilks’ $\lambda = .97$, $sd= 2049$, $F= 7.30$, $p< .001$) açısından anlamlı farklar olduğuna işaret etmektedir.

Cinsiyet değişkeni açısından baktığımızda, kendilik ile ilgili sorunlar ($F_{1,2049}= 14.61$, $p< .001$, $\mu^2 = .007$), sorumluluklar ($F_{1,2049}= 76.00$, $p< .001$, $\mu^2 = .036$), toplumsal sorunlar ($F_{1,2049}= 4.67$, $p< .05$, $\mu^2 = .002$), akademik sorunlar ($F_{1,2049}= 7.14$, $p< .01$, $\mu^2 = .003$), geleneksel değerlere aykırı davranışlara bağlı sorunlar ($F_{1,2049}= 93.30$, $p< .001$, $\mu^2 = .004$), ekonomik sorunlar ($F_{1,2049}= 8.44$, $p< .01$, $\mu^2 = .004$) ve yakınlardan uzak olmayla ilgili sorunlar ($F_{1,2049}= 23.35$, $p< .001$, $\mu^2 = .011$) alt ölçeklerinde anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir. Kadın ve erkek öğrencilerin bu alt ölçeklerden almış oldukları puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 2’de verilmektedir.

Tablo 2: Kadın ve Erkek Öğrencilerin SOFÖ Alt Ölçeklerinden Almış Oldukları Puan Ortalamaları ve Standart Sapmaları

SOFÖ Alt Ölçekleri	Kadın N= 1145		Erkek N= 908	
	x	ss	x	ss
Kendilik ile ilgili sorunlar	48.50	24.85	43.71	24.72
Sorumluluklar	45.75	14.68	40.07	14.18
Toplumsal sorunlar	33.78	14.66	32.53	15.21
Akademik sorunlar	42.67	18.54	39.93	18.56
Geleneksel değerlere aykırı davranışlara bağlı sorunlar	6.87	7.30	10.45	8.87
Ekonomik sorunlar	20.26	8.81	19.19	8.38
Yakınlardan uzak olmayla ilgili sorunlar	19.42	9.29	17.45	9.17

** $p< .001$

Tablo 2’de görüldüğü gibi, geleneksel değerlere aykırı davranışlara bağlı sorunlar alt ölçeği dışındaki bütün alt ölçeklerden kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek puanlar aldıkları gözlenmiştir. Geleneksel değerlere aykırı davranışlara bağlı sorunlar alt ölçeğinden ise erkekler daha yüksek puan almışlardır.

Öğretim türü değişkeni açısından bakıldığında, yalnızca akademik sorunlar ($F_{1,2049} = 16.57$, $p < .001$, $\mu^2 = .008$) alt ölçeğinde anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. İkinci öğretime devam eden öğrenciler ($x = 42.63$, $ss = 18.74$) birinci öğretime devam eden öğrencilerden ($x = 38.87$, $ss = 18.03$) daha yüksek puan almışlardır. Yapılan bu MANOVA analizi sonucunda, hiçbir alt ölçekte etkileşim etkisine rastlanmamıştır.

3.3. Uç Grup Karşılaştırmaları

Stres faktörleri düşük ve stres faktörleri yüksek öğrencilerin, Kişilerarası İlişkiler Ölçeği ve Problem Çözme Envanteri'nden almış oldukları puanları karşılaştırmak amacıyla, SOFÖ'nden ortalamanın ($x = 231$) bir standart sapma ($ss = 94$) altında ($SOFÖ < 138$) ve üzerinde ($SOFÖ > 325$) puan alanlar belirlenerek iki uç grup oluşturulmuştur. Yapılan t-test analizi sonuçları Tablo 3'de verilmektedir.

Tablo 3: Stres Faktörleri Düşük ve Stres Faktörleri Yüksek Öğrencilerin Diğer Değişkenlerden Aldıkları Puanlar Açısından Karşılaştırılması

	Stres Faktörleri Düşük (SOFÖ < 138) N=370		Stres Faktörleri Yüksek (SOFÖ > 325) N=352		t
	x	ss	x	ss	
KTÖ Toplam Puan	115.06	27.84	151.45	33.95	15.71***
Baskın tarz	22.59	7.79	31.23	11.22	11.97***
Kaçınan tarz	20.30	6.11	28.12	7.60	15.19***
Öfkeli tarz	20.06	6.04	26.74	6.71	14.02***
Duyarsız tarz	21.02	6.03	25.69	6.99	9.62***
Manipulative tarz	20.91	6.05	27.10	6.38	13.37***
Alaycı tarz	10.18	3.67	12.57	4.34	8.02***
PÇE Toplam puan	88.96	18.30	97.94	15.73	7.05**
Aceleci yaklaşım	29.50	8.30	33.25	6.94	6.57***
Düşünen yaklaşım	12.41	5.11	13.66	4.80	3.38***
Kaçıngan yaklaşım	13.26	3.86	14.43	3.38	4.31***
Değerlendirici yaklaşım	7.79	3.37	7.99	3.45	.75
Kendine güvensiz yaklaşım	16.86	4.25	17.89	4.22	3.28***
Plansız yaklaşım	9.13	3.94	10.71	3.958	5.39***

*** p < .001; ** p < .01

Tablo 3'de görüldüğü gibi, stres faktörleri yüksek olan bireyler, KTÖ'nin tüm alt ölçeklerinden stres faktörleri düşük olan bireylere göre anlamlı düzeyde daha yüksek puanlar almıştır. Başka bir deyişle, stres faktörleri yüksek olan bireylerin kişilerarası ilişki tarzları da diğer bireylere göre daha olumsuzdur. Benzer bir sonuç problem çözme becerileri için de geçerlidir. Stres faktörleri yüksek olan bireylerin, değerlendirici yaklaşım alt ölçeği dışındaki diğer tüm alt ölçeklerden stres faktörleri düşük bireylere göre anlamlı düzeyde daha fazla puan aldıkları gözlenmiştir. Başka bir deyişle, stres faktörleri yüksek olan bireylerin problem çözme becerileri diğer gruba göre daha düşüktür.

3.4. Regresyon Analizi

Araştırmanın amacı doğrultusunda stres faktörlerini yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla aşamalı hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Bu amaçla denkleme ilk sırada "cinsiyet", "öğretim türü", "anne eğitimi" ve "öğrencilerin ellerine geçen aylık gelir"; ikinci sırada "öğrencinin algıladığı başarı durumu" ve "üniversiteden memnuniyet düzeyi"; üçüncü

aşamada PÇE alt ölçekleri (Aceleci yaklaşım, Düşünen yaklaşım, Kaçınan Yaklaşım, Değerlendirici yaklaşım, Kendine güvensiz yaklaşım ve Plansız yaklaşım) ve son aşamada ise KTÖ alt ölçekleri (Baskın tarz, Kaçınan tarz, Öfkeli tarz, Duyarsız tarz, Manipülatif tarz ve Alaycı tarz) girilmiştir. Sonuçlar Tablo 4’de verilmektedir.

Tablo 4: Stres Faktörlerini Yordayan Değişkenler

Değişkenler	R2	Uyarlanmış R2	Beta	t	F
Ele geçen aylık toplam gelir	.009	.008	-.081	-3.957***	17.608***
Cinsiyet	.011	.010	-.097	-4.743***	11.572***
Anne eğitimi	.013	.012	-.048	-2.359**	9.046***
Üniversite yaşamından memnuniyet	.062	.060	-.148	-7.306***	33.080***
Ders başarı durumu	.065	.063	-.030	-1.466	27.725***
Aceleci yaklaşım	.089	.086	.069	3.383***	32.585***
Plansız yaklaşım	.100	.097	.122	4.975***	31.791***
Değerlendirici yaklaşım	.104	.101	-.087	-3.580***	29.041***
Kaçınan tarz	.196	.192	.165	6.061***	53.998***
Öfkeli tarz	.218	.214	.152	6.113***	55.649***
Manipülatif tarz	.227	.222	.123	4.677***	53.109***

***p< .001; **p< .01

Tablo 4’den de anlaşılacağı gibi, denkleme ilk sırada aylık gelir girmiştir. İkinci sırada denkleme giren cinsiyet değişkeni, aylık gelir değişkeni ile birlikte toplam varyansın %1’ini açıklamaktadır. Üçüncü sırada anne eğitimi, dördüncü sırada üniversite yaşamından memnuniyet ve beşinci sırada ise ders başarı durumunun denkleme girdiği gözlenmektedir. Bu beş değişken toplam varyansın yaklaşık %7’sini karşılamaktadır. Altıncı, yedinci ve sekizinci sırada denkleme giren Aceleci, Plansız ve Değerlendirici yaklaşım değişkenleri ile birlikte açıklanan toplam varyans %10’u geçmektedir. Daha sonra denkleme giren Kaçınan tarz değişkeninin ise kendi başına varyansa katkısı %9 civarındadır. 10. ve 11. sıralarda denkleme giren öfkeli tarz ve manipülatif tarz değişkenleriyle birlikte açıklanan toplam varyans yaklaşık olarak %23’e ulaşmaktadır. Ders başarı durumu ($t= 1.466$, $p > .05$) dışındaki tüm değişkenlerin t değerleri de anlamlıdır. Başka bir deyişle, başarı durumu dışındaki tüm değişkenlerin varyansa bağımsız katkıları da mevcuttur.

4. TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu çalışmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinde stres oluşturucu faktörleri belirlemek ve bunlar ile kişilerarası ilişki tarzları ve sosyal problem çözme becerileri arasındaki ilişkileri saptamaktır. Bu amaçla ilk önce öğrencilerin SOFÖ’nden en yüksek ve düşük puan aldıkları maddeler belirlenmiştir. En fazla stres yaratan faktörlerin ülkemizde yapılan diğer çalışma bulguları ile örtüştüğü görülmektedir (Şahin ve Durak, 1994; Bilgin, 2000; Erdoğan ve ark., 2005; Sencar ve Yıldız, 2010).

Yapılan regresyon analizi sonucunda öğrencinin eline geçen aylık gelir, cinsiyet, annenin eğitim düzeyi, üniversite yaşamından memnuniyet ve ders başarı durumu, stres faktörlerini yordayıcı demografik değişkenler olarak karşımıza çıkmıştır. Ayrıca yapılan MANOVA analizleri sonucunda da, “geleneksel değerlere aykırı davranışlara bağlı sorunlar” dışındaki tüm alt ölçeklerde kadınların erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek puanlar aldıkları; birinci öğretime devam eden öğrencilerin de “akademik sorunlar” boyutunda ikinci öğretim öğrencilerine göre daha yüksek puan aldıkları gözlenmiştir. Konuya ilişkin olarak yapılan başka çalışmalarda da benzer bulgular mevcuttur. Örneğin Türkiye çapında yapılan bir araştırmada öğrencilerin en büyük sorunları arasında eğitimin niteliği, ekonomik zorluklar ve iletişim sorunları yer almaktadır (Yazıcı ve ark., 2003). Yapılan dört ayrı çalışmada da, öğrencilerin ekonomik sorunlar ve akademik başarı konularında yoğun sıkıntı dile getirdikleri vurgulanmaktadır (Şahin ve Durak, 1994; Bojuwoye, 2002; Türküm ve ark., 2004; Bilgin, 2000).

Bizim çalışmamızda da olduğu gibi, pek çok çalışmanın ortak yönü, öğrencilerin temel stres faktörü olarak akademik başarı (dersler, notlar, sınavlar) konusunu vurguluyor olmalarıdır (Shaikh ve ark., 2004; Şahin ve ark., 1992; Şahin ve Durak, 1994; Sencar ve Yıldız, 2010). Ayrıca öğrencilerin ekonomik problemleri arttıkça, dile getirdikleri sıkıntılarda da artış olduğuna ilişkin bilgiler de mevcuttur (Yazıcı, 2001). Öğrencilerin beklentilerinin yüksek, memnuniyetlerinin ise düşük olduğu vurgulanmaktadır (Ekinci ve Burgaz, 2007). Akdeniz Üniversitesi öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada, üniversite yaşamıyla ilgili memnuniyetsizliğin ilk sırada yer aldığı, aile, gelecek ve kişilik ile ilgili sorunları kadınların erkeklerden daha fazla yaşadıkları vurgulanmaktadır (Dedeoğlu ve ark., 2007). Bir başka çalışmada da, cinsiyet ile öğrenci problemleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve kadınların yaşadığı problemlerin erkeklerinkinden daha fazla olduğu saptanmıştır (Saraçoğlu, 1993). Bizim çalışmamızda da pek çok stres oluşturuç faktör boyutunda kadınların erkeklerden daha yüksek puanlar aldıkları görülmektedir. Ayrıca cinsiyet regresyon denkleminde de yordayıcı değişkenlerden biri olarak karşımıza çıkmıştır. Kadınların stres oluşturuç tüm faktörlerden anlamlı düzeyde daha yüksek puan alırken, “geleneksel değerlere aykırı davranışlara bağlı sorunlar” alt ölçeğinden daha düşük puan almış olmaları, toplum içerisindeki konumları ve yetiştiriliş tarzları ile ilgili olabilir.

Araştırma bulgularına göre, ikinci öğretime devam eden öğrenciler “akademik sorunlar” alt ölçeğinden, birinci öğretime devam eden öğrencilere göre daha fazla sorun bildirmektedirler. Ülkemizde yapılan bir başka çalışmada da benzer bulguya rastlanmıştır (Dedeoğlu ve ark., 2007). Bu durum, ikinci öğrenime kayıtlı olan öğrencilerin üniversiteye giriş puanlarının daha düşük olmasından kaynaklanıyor olabilir. Düşük puanlarla üniversiteye giren öğrencilerin, derslerde daha çok zorlanıyor olmaları olasıdır. Ayrıca, II. öğretim derslerinin akşam saatlerinde yapılması ve öğrencilerin II. Öğretim programı sebebiyle günlük yaşam düzenlerinin (uyuma, yeme-içme, dinlenme vs.) farklılık göstermesinin de başarılarını etkiliyor olabileceği düşünülebilir. Bu durum, eğitimde II. öğretimin etkinliğinin araştırılmasına bir vurgu yapılabilir.

Araştırmanın amacı doğrultusunda yapılan regresyon analizi sonucunda, Kişilerarası Tarz Ölçeği'nin kaçınan tarz, öfkeli tarz ve manipulatif tarz alt ölçeklerinin; Problem Çözme Envanteri'nin de aceleci yaklaşım, plansız yaklaşım ve değerlendirici yaklaşım alt ölçeklerinin stres faktörlerini yordadığı bulunmuştur. Başka bir deyişle; kişilerarası ilişkilerinde kaçınan, öfkeli ve manipulatif tarzı kullanan ve problem çözümünde de aceleci, plansız ve değerlendirici yaklaşımı kullanan bireylerin algıladıkları stres faktörleri yoğun olmaktadır. Literatürde de, problemlerin çözümünün, kişilerarası etkileşimin iyi olup olmamasına bağlı olduğu vurgulanmaktadır. Eğer bireyler etkili iletişim becerisine sahip olup bunları kullanırlarsa, karşılaştıkları problemleri daha etkin bir şekilde çözebileceklerdir. Ayrıca, başarılı problem çözücü olmak, özellikle sosyal becerilerde iyi olmayı ve etkili iletişim becerilerine sahip olmayı gerektirmektedir (Çam ve Tümkaya, 1995; Çam, 1999). Bir başka çalışmada da, kendini problem çözmede yeterli olarak algılayanların kişilerarası ilişkilerde daha girişken, daha olumlu benlik algısına sahip oldukları ve akademik açıdan daha uygun çalışma yöntemleri ve durumu sergiledikleri saptanmıştır (Derin ve Serin, 2008). Dolayısıyla, hem regresyon bulguları hem de uç grup karşılaştırmaları bu çalışmalarla uyum içerisinde görülmektedir. Şöyle ki; bizim bulgularımızda da, problem çözme becerileri ve iletişim becerileri yetersiz olan bireylerin daha fazla stres faktörü bildirdikleri gözlenmektedir. Hem iletişim becerilerindeki hem de problem çözmedeki noksanlığın, yetersiz psikolojik uyum ve psikopatoloji ile ilişkili olabileceğine ilişkin pek çok çalışma mevcuttur. Örneğin, Priester ve Clum (1993), orta derecede stres yaratan bir yaşam olayı öncesi ve sonrasında, üniversite öğrencilerinin problem çözme becerilerini saptamaya çalışmışlardır. Buna göre, yaşanan olay ile ilişkili olarak üretilen çözümlerin sayısı intihar düşüncesinin düzeyi tarafından anlamlı biçimde yordanmaktadır. Kişilerarası ilişkilerdeki becerilerin yetersiz olmasının ise, yalnızlık, aile problemleri, stres ve fiziksel hastalıklar gibi birçok yaşamsal alanımızı olumsuz etkilediği vurgulanmaktadır (Bolton, 1986). Örneğin

Horowitz ve ark. (1993), yapılan görüşmeler sırasında, hastaların bildirdikleri en yaygın şikayetler arasında kişilerarası problemlerin bulunduğunu bildirmektedirler.

Buradan hareketle, mevcut çalışmanın bulgularının oldukça önemli olduğu söylenebilir. Şöyle ki, mevcut çalışmada problem çözme becerileri ve iletişim becerileri düşük bireylerin stres faktörleri yüksektir. Ayrıca, “ketleyizi” olarak adlandırabileceğimiz türdeki iletişim becerileri ve “etkisiz” olarak adlandırabileceğimiz türdeki problem çözme becerileri ile cinsiyet, anne eğitiminin ve öğrenci gelirinin düşük olması, okul başarısızlığı ve üniversite yaşamından memnuniyetsizlik, stres faktörlerini yordayıcı olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bulguların Sağlık Merkezlerinde ve/veya Psikolojik Danışma Merkezlerinde gençlere yönelik olarak verilecek olan birtakım eğitim ve danışmanlık hizmetlerinde kullanılabileceği düşünülmektedir. Bu merkezlerde öğrencilere yönelik olarak verilecek olan “problem çözme becerileri” ve “iletişim becerileri” yönündeki eğitimler, koruyucu ruh sağlığı açısından da önemli olacaktır. Bu tür eğitimlerin uygulanması ile gençler stresli olaylar karşısında problemleri nasıl çözeceklerini ve etkili bir iletişimi nasıl kuracaklarını öğrenebilirler. Bu becerilerin gelişmesi ise zaten stresle etkili bir biçimde başa çıkabilmelerini sağlayarak, birtakım psikolojik durumların (depresyon, anksiyete, umutsuzluk, intihar vb.) ortaya çıkmasını engelleyebilir. Ayrıca bu merkezlere başvuran öğrencilerin, cinsiyet (kız), eline geçen aylık gelir (düşük), anne eğitimi (düşük), okul başarısı (düşük) gibi özelliklerinin de değerlendirme aşamasında göz önünde bulundurulmasında yarar olacağı söylenebilir. Şöyle ki; tüm bu özellikleri taşıyan öğrenciler, aynı zamanda yetersiz kişilerarası iletişim becerilerine ve yetersiz problem çözme becerilerine de sahiptirler algıladıkları stres faktörlerinin yoğun olacağı tahmin edilebilir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları mevcuttur. Öncelikle çalışma yalnızca Süleyman Demirel Üniversitesi öğrencileri üzerinde yürütülmüştür. Ayrıca çalışmada kullanılan ölçme araçları oldukça çok sayıda soruyu içermektedir ve bu durum öğrencilerin soruları cevaplamaları esnasında motivasyonlarını kırıncı bir rol oynamış olabilir. Tüm bunlara ek olarak, çalışmanın ilişki (korelatif) bir çalışma olduğu, elde edilen bulguların neden-sonuç ilişkisi olarak yorumlanmaması gerektiği unutulmamalıdır. Bulguların değerlendirilmesinde, tüm bu kısıtlılıklar göz önünde bulundurulmalıdır.

5. KAYNAKLAR

- Andrews, B. & Willing, J.M. (2004). The relation of depression and anxiety to life-stress and achievement in students. *British Journal of Psychology*, 95, 509-521.
- Bilgin, M. (2000). Üniversite öğrencilerinin sorunları ile değerleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, 18-25.
- Bojuwoye, O. (2002). Stressful experiences of first year students of selected universities in South Africa. *Counselling Psychology Quarterly*, 15(3), 277-290.
- Bolton, R. (1986). *People Skills: How to assert yourself, listen to others, and resolve conflicts*. New York: Touchstone Book.
- Çam, S. (1999). “İletişim Becerileri Eğitimi Programının Öğretmen Adaylarının Ego Durumları ve Problem Çözme Becerisi”, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(12), 16-27.
- Çam, S., Tümkaya, S. (1995) “Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin (KPÇE) Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 95-111.
- D’Zurilla, T.J., Chang, E.C., Nottingham, E. E. & Faccini, L. (1998). Social problem-solving deficits and hopelessness, and suicidal risk in college students and psychiatric inpatients. *Journal of Clinical Psychology*, 54(8), 1091-1107.
- Dedeoğlu, N., Akman, M., Çabuk, G., Güleğöz, M., Gürpınar, E., Işık, A. ve diğerleri (2007). *Akdeniz Üniversitesi Öğrenci Sorunları*. Akdeniz Üniversitesi Sosyal Hizmetler Eğitim, Araştırma ve Uygulama Merkezi, Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı, Antalya.
- Derin, R, Serin, N.B., (2008). İlköğretim öğrencilerinin kişilerarası problem çözme becerisi algıları ve denetim odağı düzeylerini etkileyen faktörler. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*,5(1), 1-18.

- Derogatis, L.R. (1992). *The Brief Symptom Inventory (BSI), Administration, scoring and procedures manual= II*. Clinical Psychometric Research Inc.
- Ekinci, C.E. ve Burgaz, B. (2007). Hacettepe Üniversitesi öğrencilerinin bazı akademik hizmetlere ilişkin beklenti ve memnuniyet düzeyleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 120-134.
- Erdoğan, S., Şanlı, H.S. ve Bekir, H.Ş. (2005). Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencilerinin üniversite yaşamına uyum durumları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 13(2), 479-496.
- Erkan, S., Özbay, Y., Çankaya, ZC. ve Terzi, Ş. (2012). Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemler ve psikolojik yardım arama gönüllükleri. *Eğitim ve Bilim*, 37(164), 94-107.
- Heppner, P.P. & Petersen, C.H. (1982). The development and implications of a personal problem solving inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 29, 66-75.
- Hong, L. & Wengboey, K. (2002). Types and characteristics of stress on college campus. *Psychological Science (China)*, 25(4) (138), 398-401.
- Horowitz, L.M., Rosenberg, S.E., ve Bartholomew, K. (1993). Interpersonal problems, attachment styles and outcome in brief dynamic psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61 (4), 549-560.
- Işıklı, S. (1989). *A prospective study of life stress, social support and assertiveness among Turkish university students*. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.
- Koç, M., Avşaroğlu, S. ve Sezer, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin akademik başarıları ile problem alanları arasındaki ilişki. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11, 483-489.
- Matthews, D.W. (1993). *Relationship Basics*. North Carolina: North Carolina Cooperative Extension Service.
- Nezu, A.M. & Ronan, G.F. (1988). Social problem solving as a moderator of stress related depressive symptoms: A prospective analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 35(2), 134-138.
- Nezu, A.M. (1985). Differences in psychological distress between effective and ineffective problem solvers. *Journal of Counseling Psychology*, 32(1), 135-138.
- Nezu, A.M., Nezu, C.M. & Perri, M.G. (1989). *Problem solving therapy for depression: Theory, research and clinical guidelines*, John Wiley & Sons Ltd.
- Özgüven, İ. (1989). Üniversite öğrencilerinin uyum sorunları ve bşetme yolları. *Üniversite Gençliğinde Uyum Sorunları Sempozyumu Bilimsel Çalışmaları*. Bilkent Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Araştırma Merkezi, Ankara.
- Priester, M.J. & Clum, G.A. (1993). Perceived problem solving ability as a predictor of depression, hopelessness, and suicide ideation in a college population. *Journal of Counseling Psychology*, 40(1), 79-85.
- Saraçoğlu, Ş. (1993). *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencilerinin belli başlı problemleri*. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Rehberlik ve Psikolojik Danışma Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.
- Schotte, D.E. & Clum, G.A. (1982). Suicide ideation in a college population: A test of a model. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 690-696.
- Sencar, Ö. ve Yıldız, S. (2010). *Üniversite gençliği araştırması. Türkiye'deki üniversite gençliği'nin profili*. Milli Türk Talebe Birliği, İstanbul.
- Şahin, N., Rugancı, N., Taş, Y., Kuyucu, S. ve Sezgin, N. (1992). *Üniversite öğrencilerinin stresle ilişkili gördükleri faktörler, stres belirtileri ve başa çıkma yöntemleri*. Yayınlanmamış Araştırma Raporu. Bilkent Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Araştırma Merkezi, Ankara.
- Şahin, N., Sezgin, N., Taş, Y. ve Rugancı, N. (1989). *Bilkent Üniversitesi öğrencilerinin Psikolojik Danışma araştırma Merkezi'nden beklentileri*. Üniversite Gençliğinde Uyum Sorunları Sempozyumu Bilimsel Çalışmaları. Bilkent Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Araştırma Merkezi, Ankara.
- Şahin, N., Şahin, N.H. & Heppner, P.P. (1993). Psychometric properties of the Problem Solving Inventory in a group of Turkish university students. *Cognitive Therapy and Research*, 17(4), 379-396.
- Şahin, N.H., Akgiray, A., Alkan, E., Arı, Ö., Beyazıt, S., Kent, S., Öker, İ. ve Utku, Ç. (2005). Üniversite öğrencilerinde stres faktörleri: Özgün bir ölçek. II. Işık Savaşır Klinik Psikoloji Sempozyumu, Ankara.
- Şahin, N.H., Çeri, Ö., Düzgün, G. ve ark. (2007). *Kişilerarası Tarz Ölçeği*. Ankara: Yayınlanmamış Çalışma.

- Şahin, N.H. ve Durak, A. (1994). Üniversite öğrencilerinde stres: Kişilik, olaylar, belirtiler. *VIII. Ulusal Psikoloji Kongresi*, 21-23 Eylül, İzmir, Sözel Bildiri.
- Türküm, A.S., Kızıldaş, A. ve Sarıyer, A. (2004). Anadolu Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezi hedef kitlesinin psikolojik ihtiyaçlarına ilişkin ön çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 21(3), 15-27.
- Yazıcı, E. (2001). *Üniversite gençliğinin sosyo-kültürel profile üzerine bir alan araştırması. Gazi Üniversitesi örneği*. Gazi Üniversitesi Basımevi, Ankara.
- Yazıcı, E. (2003). *Türk üniversite gençliği araştırması*. Gazi Üniversitesi Yayınları, Ankara.

Extended Abstract

The main objective of this study is to determine the stress forming factors of college students and to determine the relationship between their interpersonal relationship skills and social problem-solving abilities. The further object of the research is to contribute to a better understanding of relationship between stress factors of students and their demographic variables such as gender and type of education. In that purpose, Stres Forming Factors Scale (SFFS) developed to determine the stress factors of our national college students, Problem Solving Inventory (PSI) and Interpersonal Style Scale (ISS) were used. Validity and reliability findings of these scales are existed in the literature.

The results of statistical analysis showed that students received the highest scores on the following scale items: "responsibilities for your own goals", "course intensity and difficulty" and "job anxiety after graduation".

In terms of gender variety, expect for "a problems related to behaviors which are contrary to traditional values", it was observed that women get higher scores than men. Also in the sub-scale "academic achievement", students from second-education scored higher than students from first-education.

In order to understand the relation between stress factors and problem solving abilities, and interpersonal relation styles, Interpersonal Style Scale and Problem Solving Inventory scores of the students with low and high stress factors are compared. Two extreme groups –lower and higher stress groups-- are classified as the group with SFFS scores lower than 138 (SFFS < 138) which is the point that one standard deviation (ss= 94) below the mean (x= 231) and the group with SFFS scores higher than 325 (SFFS > 325) which is the point that one standard deviation above the mean respectively. According to results of independent samples t-test analysis, it was considered that in all sub-scales of ISS, students with high stress factors scored higher than the student with low stress factors. In other words, students who have high stress factors have more negative interpersonal characteristics than other students. A similar result applies for the problem solving skills. In all sub-scales except for monitoring approach, students with high stress factors scored significantly higher than the student with low stress factors. That is to say, students who have high stress factors have lower problem solving abilities than the other group.

In this study, hierarchical regression analysis was performed to determine predictors of stress factors. For this purpose, in the first step, the gender, education type, mother's education and student's monthly income; in the second step, the academic standing and satisfaction level of university; in the third step, sub scales of PSI (impulsive approach, reflective approach, avoidant approach, monitoring approach, unconfident approach, unplanned approach) and in the last step, sub scales of ISS (dominant style, avoidant style, angry style, insensitive style, manipulative style and belittling style) variables were entered into the regression equation. According to the results of the analysis, it was observed that the variables "monthly income" which was entered the equation first and "gender" which was entered the equation second explained 1% of the total variance. It was also observed that, "mother's education" entered the equation in third, "satisfaction level of university" in fourth and "academic standing" in fifth step respectively. These five variables, all together, explained the 7% of total variance. "Impulsive", "unplanned" and "monitoring" approaches were entered in the equation in the sixth, seventh and eighth place respectively so that at least 10% of the total variance explained by these variables. "Avoidant style" was entered the equation latter and its contribution to variance by itself was almost 9%. With "Angry style" and "manipulative style" which were entered in the tenth and eleventh step respectively, the explained total variance approximately reached to 23%. Except for "academic standing" (t= 1.466, p > .05), all variables had significant t values. In other words, except for academic standing, all variables affects the variance independently.

All findings obtained as a result of this study are in harmony with many studies in both Turkey and abroad. These findings could be used in training and consulting services for youth in the Health Centers and/or Psychological Counseling Centers. In these centers “problem solving” and “communication skill” trainings will be given to students and that will be important about the mental health. Because of these trainings, students may learn how to deal with problems and how to communicate efficiently with others. These skills will help them about handling the stress problems and prevent some psychologic diseases (depression, anxiety, hopelessness, suicide, etc.). Student’s features like gender (female), income (low), mather’s education (low), and school performance (low) must be considered while they are applying these centers. Namely; if students with all these characteristics have insufficient interpersonal communication skills and inadequate problem-solving abilities, their perceived stress-factors can be expected to be intense.

The study has some bounds. First of all, the study carried on only the Süleyman Demirel University students. Also the scales which are used in the study have lots of questions and it may cause decreasing on the students motivation while they are answering the questions. Furthermore, it must be remarkable that the study is correlative and the findings must not be interpreted as cause-effect relation. While evaluating the findings, all these restrictions must be considered.

Kaynakça Bilgisi

Durak-Batigün, A. ve Atay-Kayış, A. (2014). Üniversite öğrencilerinde stres faktörleri: kişilerarası ilişki tarzları ve problem çözme becerileri açısından bir değerlendirme. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi [Hacettepe University Journal of Education]*, 29(2), 69-80.

Citation Information

Durak-Batigün, A., & Atay-Kayış, A. (2014). Stress factors among university students: a study on interpersonal relationship style and problem solving abilities. [in Turkish]. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi [Hacettepe University Journal of Education]*, 29(2), 69-80.