

Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri, Umutsuzluk, Çaresizlik ve Talihsizlik Düzeyleri ile Problem Çözme Yaklaşımları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

The Relationships Between, Personality Characteristics, Hopelessness, Helplessness Haplessness and Problem Solving Style in Turkish University Students

Sevginar Vatan¹

¹Uz.Dr., Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü, Ankara

ÖZET

Amaç: Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, umutsuzluk, çaresizlik, talihsizlik ile problem çözme yaklaşımları arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve problem çözme yaklaşımlarını yordayan değişkenlerin belirlenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Bu amaç doğrultusunda Hacettepe Üniversitesinde farklı bölümlerde eğitim gören toplam 165 öğrenci ile araştırma yürütülmüştür. **Bulgular:** Elde edilen bulgulara göre kontrol değişkenlerinden sadece "toplam gelir düzeyi" Değerlendirici ve Kendine Güvenen Yaklaşım ile anlamlı ilişki göstermiştir. Çalışmadaki demografik özelliklerden oluşan kontrol değişkenleri kontrol edildikten sonra "Sorumluluk" kişilik özelliği Aceleci ve Kaçınan Değerlendirici, Kendine Güvenen ve Planlı Problem Çözme Yaklaşımları ile anlamlı ilişki göstermiştir. "Olumsuz Değerlik" kişilik özelliği Düşünen Problem Çözme Yaklaşımı ve Kaçınan Yaklaşımla ilişkili bulunmuştur. "Gelişime Açıklık" kişilik özelliği Düşünen, Değerlendirici, Kendine Güvenen ve Planlı Problem Çözme Yaklaşımları ile anlamlı ilişki göstermiştir. "Nörotizm" kişilik özelliği ise sadece Planlı Problem Çözme Yaklaşımının yordayıcıları arasında yer almıştır. Ayrıca "Umutsuzluk", Düşünen ve Kendine Güvenen Yaklaşımlar ile anlamlı ilişkili bulunmuştur. "Çaresizlik" ise Kaçınan Yaklaşım ve Planlı Yaklaşım ile negatif ilişkili bulunmuştur. "Talihsizlik" ise sadece Aceleci Yaklaşımın yordayıcıları arasında yer almıştır. **Sonuç:** Bu bulgular ilgili literatür ışığında tartışılmış ve alan için önerilere yer verilmiştir.

Anahtar Sözcükler: Kişilik özellikleri, problem çözme, umutsuzluk, kontrol algısı,

SUMMARY

Objectives: The present study aimed at investigating variables related to problem solving styles in university students in Turkey. Accordingly, personality traits, hopelessness, helplessness and haplessness levels and their prediction power on problem solving styles are aimed to be examined. **Method:** For these purposes 165 university students completed questionnaires mentioned above. **Results:** Findings of the analyses revealed that income level was a predictor of Mindful and Self-confident Problem Solving Approaches. After demographic variables were controlled, significant relationship was found among "Conscientiousness" personality trait and Impatient, Avoidant, Self-confident and Planned Problem Solving Approaches. Moreover, a significant relationship was found among "Negative Valence" and Evaluative and Avoidance Problem Solving Approaches. Results also displayed that Openness was as a predictor of Mindful, Evaluative, Self-confident and Planned Problem Solving Approaches. Neuroticism was as a predictor of only Planned Problem Solving Approach. Beside all of these, significant relationship was found among Hopelessness and Mindful and Self-confident Problem Solving Approaches. Helplessness had a negative and significant relationship with Avoidance and Planned Problem Solving Approaches. Haplessness predicted only Impatient Problem Solving Approach. **Conclusion:** The results were discussed in the light of the related literature and dependent recommendations to the area were given.

Key Words: Personality traits, problem solving, hopelessness, perception of control.

(*Klinik Psikiyatri* 2013;16:88-97)

GİRİŞ

Problem çözme, bireyin yaşamda karşılaşılan güçlükler ile ilgili olarak kişinin tüm tutumlarını, bilişsel süreçlerini ve davranışlarını kapsayacak şekilde kullanılmakla birlikte, bir problem ile karşılaşıldığında bunun üstesinden gelmek için çeşitli alternatif çözüm yollarının üretilmesi, bunlar içerisinden en etkin olanın seçilebilmesi ve seçimin uygulanabilmesi olarak tanımlanmaktadır (D'Zurilla ve Goldfried 1971, D'Zurilla ve Nezu 1999).

Problem çözme kapasitesini, yeterliğini ve performansını etkileyen birçok biyolojik, psikolojik ve sosyal değişken olduğu düşünülmektedir (Kendler ve ark. 1991). Problem çözme ile ilişkili psikolojik değişkenlerin başında kişilik özellikleri gelmektedir. Psikolojik değişkenler içerisinde öne çıkan diğer değişkenler gelecek beklentisi, kontrol algısıdır.

Cinsiyet açısından ise kadın ve erkeklerin problem çözme süreçleri ve tarzları arasında anlamlı bir fark belirtilmezken, cinsiyet ve yaş değişkenlerinin etkileşim faktörü sonucu orta yaş grubundaki erkeklerin, genç erkeklerden daha fazla düzeyde rasyonel problem çözme tarzına sahip oldukları ve orta yaş grubundaki kadınların ise genç kadınlardan daha fazla düzeyde olumlu problem çözme yönelimine sahip oldukları belirtilmektedir (D'Zurilla ve ark. 1998).

Yukarıda belirtildiği üzere kişilerin problem çözme konusunda etkin ve etkin olmayan problem çözümleri olarak ayrılmasında bazı önemli kişilik özellikleri ortaya çıkmaktadır. Etkin problem çözen kişilerin, etkin olmayan kişilerden problemleri çözmeye daha motive oldukları, daha yüksek düzeyde başarı beklentisine sahip oldukları, daha az düzeyde dürtüsel ve kaçınan oldukları, daha sistematik, ısrarcı oldukları aynı zamanda problemleri daha iyi anladıkları ve tanımladıkları belirtilmektedir (Heppner ve ark. 1983). Ayrıca etkin problem çözen kişilerin etkin olmayan kişilerden daha iddialı, daha az endişeli (Nezu ve ark. 1998), daha olumlu kendilik değerine sahip oldukları, daha az işlevsel olmayan düşüncelere ve irrasyonel inançlara sahip oldukları (Heppner ve ark. 1983) rasyonel karar verme stratejilerini kullanmaya daha eğilimli oldukları (Phillips ve ark. 1984) gözlenmektedir.

Kişilik özellikleri arasında korku, kırgınlık, utanç gibi negatif duygulanımları içerisinde barındıran "Nörotizm" boyutu problem çözme ile ilgili değişkenler arasında sıklıkla vurgulanan önemli bir kişilik özelliğidir. Nörotizm özelliklerine sahip olan kişiler günlük yaşamlarında daha fazla sayıda probleme sahip olduklarını ve bunlarla baş edebileceklerine dair inançlarının az olduğunu belirtmektedir (Suls ve ark. 1998). Nörotizm özelliklerine sahip olan kişiler yaşadıkları zorlukları tehdit olarak algılama eğiliminde olduklarından Olumsuz Problem Yönelimine sahip oldukları, Dürtüsel-Dikkatsiz ve Kaçınan Problem Çözme Tarzlarını daha çok kullandıkları gözlenmektedir (D'Zurilla ve Nezu 2001).

Nörotizm kişilik özelliğinin dışında Dışadönüklük, Yeni Deneyimlere Açıklık (gelişime açıklık) ve Öz-Disiplin (Sorumluluk) kişilik özellikleri de problem çözme becerileri ile ilişkilidir (Suls ve ark. 1998). Dışadönüklük özelliği yüksek olan kişilerin pozitif duygulanıma daha yüksek düzeyde sahip oldukları, aktif ve rasyonel problem çözme yaklaşımlarını daha fazla kullandıkları ve problemleri karşısında sosyal desteğe daha fazla başvurdukları belirtilmektedir. Yeni Deneyimlere Açıklık kişilik özelliği ile problem çözme arasında orta düzeyde bir ilişkiden söz edilmektedir (Suls ve ark. 1998, Mc Murran ve ark. 2001). Yeni Deneyimlere Açıklık kişilik özelliği ile olumlu problem çözme yönelimi arasında ve rasyonel problem çözme yaklaşımı arasında pozitif, dürtüsel dikkatsiz özellikleri içine alacak şekilde aceleci yaklaşım arasında ise negatif bir ilişkinin olduğu belirtilmektedir (Mc Murran ve ark. 2001). Yeni yaşantıları deneyimleyebilme ve bu durumdan memnuniyet duyma özelliklerinin yüksek olduğunu belirten kişilerin problemleri kabullenmede ve problemlerini çözebileceklerine dair olan inançlarının daha yüksek olduğu gözlenmektedir. Öz-Disiplin kişilik özelliği ile ilgili yapılan çalışmaların farklı bulguları bulunmaktadır. Watson ve Hubbard çalışmalarında klinik olmayan örneklemde Öz-Disiplin kişilik özelliği ile aktif problem çözme arasında ve problem çözme yeteneğine güven arasında anlamlı ilişki olduğunu belirtmektedir (1996). Oysaki McMurran ve ark.'nın (2001) çalışmasında söz konusu değişkenler arasında bir ilişkiye rastlanmamıştır. Diğer kişilik özellikleri ile ilgili bulgular Nörotizm boyutu kadar kesin ve net sonuçlar belirtmemektedir.

Kontrol algısı ve umut düzeyi problem çözme ve kavramları ile ilişkili diğer özellikler arasında yer almaktadır. Umutsuzluk, kişinin gelecekle ilgili olumsuz, kötümser bir tutum içinde olması ve geleceğe dair motivasyonunu kaybetmesidir. Beck'in depresyon için geliştirdiği Bilişsel Model'de umutsuzluk kişinin kendisi ve dünya ile ilgili olumsuz tutumu ve olumsuz beklentileri olarak tanımlanmaktadır (1979). Çaresizlik; kişinin sosyal rollerde ve birçok durumda kendine güveninin olmaması, kişisel inisiyatifine inanmaması, yaşamı ve olayları kontrol edemeyeceğini düşünmesi ile karakterize olan güçlü bir inançtır (Alloy ve ark. 1984). Talihsizlik ise; kişinin yaşamını ve yaşadığı olayları kendisi dışında varolan kader, kötü şans gibi bazı güçlerin kontrol ettiğine dair inancıdır (Rotter 1954). Yapılan tanımlardan da anlaşılacağı üzere bu üç kavram bir biri ile ilişkili olumsuz duygu ve düşüncelerdir. Ayrıca her üç kavramın da kontrol algısı ve gelecek beklentisi ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Yaşanan umutsuzluk, çaresizlik ve talihsizlik düzeyinin kişinin problem çözme becerilerini kullanmasını güçleştirebileceği ve olumsuz problem çözme yönelimini arttırabileceği düşünülmektedir (Chang 1998, Folkman 1984).

Tüm bu bilgilerden yola çıkarak, bu araştırmada üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, umutsuzluk, çaresizlik ve talihsizlik ile problem çözme yaklaşımları arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve problem çözme yaklaşımlarını yordayan değişkenlerin belirlenmesi amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Katılımcılar

Bu çalışma, Hacettepe Üniversitesi'nde farklı bölümlerde eğitim gören toplam 177 öğrenci ile yürütülmüştür. Kayıp veriler ve uç değer analizleri sonrası 12 veri değerlendirme dışı tutulmuş ve 165 veri ile çalışma analizleri gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın yürütüldüğü sınıflardaki öğrencilere "hap-hazard" yöntemi ile ulaşılmıştır. Katılımcıların yaşları 18 ile 25 arasında değişmektedir (Ortalama =20.42, SS=1.27). Katılımcıların %59'u kadın ve %41'i erkek öğrenciden oluşmaktadır. Katılımcıların %43,6 sı Büyükşehirde, %40'ı şehirde, %7,9'u kasabada ve %8,5'i köyde yaşamlarının çoğunu geçirmişlerdir. Ayrıca %26,7'si aileleri ile birlikte,

%39,4'ü yurttta, %30,3'ü ev arkadaşları ile birlikte ve %3,6'sı akrabalarının yanında yaşadığını belirtmiştir.

Veri Toplama Araçları

Problem Çözme Envanteri (PÇÖ): PÇE, bireyin problem çözme becerilerini ve bu konuda kendisini algılayışını değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir (Heppner ve Peterson 1982). Faktör analizi sonucunda PÇE'nin Türkçe formu için "Aceleci Yaklaşım", "Düşünen Yaklaşım", "Kaçıngan Yaklaşım", "Değerlendirici Yaklaşım", "Kendine Güvenli Yaklaşım" ve "Planlı Yaklaşım" olmak üzere 6 faktör tanımlanmıştır (Şahin ve ark. 1993). Alt ölçeklerin alfa katsayıları sırasıyla .78, .76, .74, .69, .64 ve .59'dur (Şahin ve ark. 1993). Bu çalışmada ölçeğin alt faktörlerin Cronbach Alfa güvenirlik değerleri .59 ile .80 arasında değişmektedir.

Umutsuzluk Çaresizlik Talihsizlik Ölçeği (UÇTÖ): Ölçek umutsuzluğu ve çaresizliği ayrı ayrı ölçmek amacıyla umutsuzluk ölçeğinden (Beck ve ark. 1974) esinlenilerek ve bu ölçekte iç içe geçmiş durumda olan alt boyutları birbirinden ayırmak amacıyla geliştirilmiştir (Lester 2001). Ayrıca, ölçekte kontrol algısını (Rotter 1966, Levenson 1974) değerlendirmek amacıyla talihsizlik boyutu da eklenmiştir (Lester 2001). Her bir alt boyut için 10 madde olmak üzere ölçekte toplam 30 madde bulunmaktadır. Türkçe uyarlamasında tüm ölçek için Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .90, Umutsuzluk alt boyutu için iç tutarlık katsayısı .76, Çaresizlik alt boyutu için iç tutarlık katsayısı .81 ve Talihsizlik alt boyutu için iç tutarlık katsayısı .81 olarak bulunmuştur (Gençöz ve ark. 2006). Bu çalışmada alt ölçeklerin alfa katsayıları sırasıyla .77, .76 ve .68 olarak bulunmuştur.

Temel Kişilik Özellikleri Ölçeği: Ölçek kişilik özelliklerini değerlendirmek amacıyla Gençöz ve Öncül (2012) tarafından geliştirilmiştir. Kişilerin tanımlanmasında sıklıkla kullanılan 45 sıfattan oluşan kişilik özellikleri listesindeki sıfatlar 5'li Likert şeklinde puanlanmaktadır. 45 madde ile 5 temel kişilik faktörünün (dışadönüklük, sorumluluk, geçimlilik/uyumluluk, nörotizm, gelişime açıklık) ve "kişinin kendine olumsuz özellikler atfetmesi" olarak özetelenebilecek 6. faktör (olumsuz değerlik [negative valence]) değerlendirilmektedir. Ölçeğin

geçerlik güvenirlik çalışmasında 6 faktörün içtutarlılık katsayıları .89 ile .71 arasında değişmektedir. Bu 6 faktörün kendi içindeki madde-toplam test korelasyon katsayıları ise .32 ile .77 arasında değişmektedir. Elde edilen test-tekrar test güvenirlik katsayıları 6 faktör için .71 ile .84 arasında değişmektedir. Bu çalışmada ölçeğin alt faktörlerin Cronbach Alfa güvenirlik değerleri .57 ile .83 arasında değişmektedir.

İşlem Yolu

Çalışmaya başlamadan önce öğrencilerin eğitim gördükleri kurumların ilgili birimlerinden çalışmanın tarafımızca yürütülebilmesi için gerekli olan izinler alınmıştır. Araştırma ders sorumlularının uygun gördükleri zaman diliminde öğrencilere ders saatinin başlangıcından önce grup halinde uygulanmıştır. Veriler SPSS 18 istatistik programı ile değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Öncelikle, ölçek puanları arasındaki korelasyon analizleri aktarılmış ve Problem Çözme alt ölçeklerini yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla yürütülen çoklu regresyon analizlerine yer verilmiştir.

Korelasyon analizi sonuçları Tablo 1'de sunulmuştur.

Katılımcıların problem çözme, kişilik özellikleri, umutsuzluk, çaresizlik ve talihsizlik düzeyleri ile eşleşen değişkenlerin saptanması amacıyla hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Regresyon denkleminin ilk basamağında demografik değişkenler ikinci basamağında kişilik özellikleri (dışadönüklük, sorumluluk, geçimlilik, nörotizm, gelişime açıklık ve olumsuz değerlilik); üçüncü ve son basamağında gelecek beklentisi ve kontrol algısı ile ilgili değişkenler olarak ele alınan umutsuzluk, çaresizlik ve talihsizlik hiyerarşik olarak denkleme alınmıştır. Böylece örneklem sayısı da dikkate alınarak, bu değişkenlerin hepsi değil sadece bağımlı değişkenler ile anlamlı ilişki gösteren ölçümler yukarıda sözü edilen basamaklar sırasında hiyerarşik olarak denkleme girmiştir. Yapılan regresyon analizi sonuçları ise Tablo 2'de sunulmuştur.

Acelecı Yaklaşım ile yapılan regresyon analizi sonucuna göre kontrol değişkenlerinden hiçbirini denkleme girmemiştir. Kişilik Özellikleri arasından ise sadece "Sorumluluk", Acelecı Problem Çözme Yaklaşımı ile anlamlı ilişki göstermiştir. İlk adımda denkleme giren "Sorumluluk" bu yaklaşım ile negatif ilişki göstermiş ve bu değişken varyansın %9'unu açıklamıştır (F [1, 143] = 14.55, p<.001). Denkleme son olarak "Talihsizlik" düzeyi girmiş ve açıklanan toplam varyans %16'ya ulaşmıştır (F değişim [1, 142] = 13.31, p<.001).

Düşünen Yaklaşım ile yapılan regresyon analizi sonucuna göre kontrol değişkenlerinden hiçbirini bu yaklaşımla anlamlı ilişki göstermemiştir. Kişilik Özellikleri arasından ise öncelikle "Olumsuz Değerlilik", daha sonra "Gelişime Açıklık" Düşünen Problem Çözme Yaklaşımı ile anlamlı ilişki göstermiştir. Böylelikle ilk adımda denkleme giren "Olumsuz Değerlilik" kişilik özelliği bu yaklaşım ile negatif ilişki göstermiş ve bu değişken varyansın %8'ini açıklamıştır (F [1, 143] = 12.83, p<.001). "Gelişime Açıklık" ise ikinci olarak denkleme girmiş ve açıklanan toplam varyans %13'e yükselmiştir (F değişim [1, 142] = 10.05, p<.001). Üçüncü adımda "Umutsuzluk" düzeyi denkleme girmiş ve açıklanan varyans %19'a ulaşmıştır (F değişim [1, 141] = 10.82, p<.001).

Kaçıngan Yaklaşım ile yapılan regresyon analizi sonucuna göre kontrol değişkenlerinden hiçbirini bu yaklaşımla anlamlı ilişki göstermemiştir. Kişilik Özellikleri arasından ise öncelikle "Sorumluluk", daha sonra "Olumsuz Değerlilik" Kaçıngan Problem Çözme Yaklaşımı ile anlamlı ilişki göstermiştir. Böylelikle ilk adımda denkleme giren "Sorumluluk" kişilik özelliği bu yaklaşım ile negatif ilişki göstermiş ve bu değişken varyansın %10'unu açıklamış (F [1, 143] = 15.08, p<.001); "Olumsuz Değerlilik" ise ikinci olarak denkleme girmiş ve açıklanan toplam varyans %14'e yükselmiştir (F değişim [1, 142] = 11.31, p<.001). Son adımda "Çaresizlik" düzeyi denkleme girmiştir. Üç değişken varyansın %19'unu açıklamıştır (F değişim [1, 141] = 10.91, p<.001).

Değerlendirici Yaklaşım ile yapılan regresyon analizi sonucuna göre kontrol değişkenlerinden sadece "toplam gelir düzeyi" bu yaklaşımla anlamlı ilişki göstermiş ve bu değişken varyansın %4'ünü açıklamıştır (F [1, 143] = 7.04, p<.01). Kişilik Özellik-

Tablo 1. Değişkenler arasındaki korelasyon analizi sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1. Cinsiyet	1.00																
2. Yaş	.14	1.00															
3. Aceleci Y.	-.02	-.04	1.00														
4. Düşünen Y.	-.05	-.10	-.31**	1.00													
5. Kaçınan Y.	.01	.03	.44**	-.36**	1.00												
6. Değerlendirici Y.	-.11	-.03	-.13	.35**	-.24**	1.00											
7. Kendine güvenen Y.	.00	-.07	-.06	.43**	-.24**	.43**	1.00										
8. Planlı Y.	-.02	-.07	-.11	.52**	-.26**	.42**	.67**	1.00									
9. Dışa dönüklük	-.11	-.04	-.11	.22**	-.24**	.16*	.29**	.23**	1.00								
10. Sorumluluk	-.10	.11	-.31**	.27**	-.32**	.19*	.25**	.29**	.29**	1.00							
11. Geçimlilik	-.13	-.04	-.02	.25**	-.23**	.11	.23**	.26**	.27**	.38**	1.00						
12. Nörotizm	-.02	-.09	.19*	-.13	.11	-.02	-.22**	-.31**	-.19*	-.22**	-.24**	1.00					
13. Gelişime açıklık	.08	.05	-.10	.28**	-.20**	.26**	.52**	.45**	.49**	.20**	.24**	-.15	1.00				
14. Olumsuz değerlik	.09	.04	.13	-.31**	.23**	-.09	-.20**	-.31**	-.27**	-.28**	-.50**	.35**	-.19*	1.00			
15. Umutsuzluk	.09	.17*	.22**	-.40**	.31**	-.20**	-.45**	-.45**	-.40**	-.35**	-.29**	.19*	-.40**	.38**	1.00		
16. Çaresizlik	.05	.09	.32**	-.42**	.37**	-.11	-.42**	-.50**	-.45**	-.33**	-.24**	.30**	-.46**	.41**	.65**	1.00	
17. Talihsizlik	.03	-.03	.36**	-.20**	.22**	.04	-.16*	-.27**	-.11	-.27**	-.12	.17*	-.12	.37**	.55**	.58**	1.00

Not: ** p<.01, * p<.05

Tablo 2. Problem çözme yaklaşımlarını yordayan değişkenlerin saptanmasına yönelik uygulanan regresyon analizlerinin toplu özeti

Yordanan alt ölçek	Denkleme önerilme sırası	Denkleme giriş sırası	F değışim	sd	t	Beta	pr	R2
Aceleci Yaklaşım	2.Basamak	1.Sorumluluk	14.55*	1.143	-3.81*	-.30	-.30	.09
	3.Basamak	2.Talihsizlik	13.31*	1.142	3.32**	.26	.26	.16
	2.Basamak	1.Olumsuz D.	12.83*	1.143	-3.58*	-.28	-.28	.08
Düşünen Yaklaşım	3.Basamak	2.Gelişime Açıklık	10.05*	1.142	2.60*	.20	.21	.13
		3.Umutsuzluk	10.82*	1.141	-3.31**	-.29	-.27	.19
	2.Basamak	1. Sorumluluk	15.08*	1.143	-3.88*	-.31	-.31	.10
Kaçıngan Yaklaşım	3.Basamak	2.Olumsuz D.	11.31*	1.142	2.63*	.22	.22	.14
		3.Çaresizlik	10.91*	1.141	2.98**	.26	.25	.19
	1.Basamak	1.Gelir Düzeyi	7.04**	1.143	2.65**	.21	.21	.04
Değerlendirici Yaklaşım	2.Basamak	2.Sorumluluk	8.16*	1.142	2.98**	.24	.24	.10
		3.Gelişime Açıklık	7.60*	1.141	2.43***	.19	.20	.14
	1.Basamak	1.Gelir Düzeyi	7.84**	1.143	2.80**	.23	.23	.05
Kendine Güvenen Yaklaşım	2.Basamak	2.Gelişime Açıklık	28.84*	1.142	6.87*	.50	.50	.29
	3.Basamak	3. Sorumluluk	21.83*	1.141	2.41***	.18	.20	.32
		4.Umutsuzluk	20.59*	1.140	-3.44**	-.26	-.30	.37
	2.Basamak	1.Gelişime Açıklık	31.94*	1.143	5.65*	.43	.43	.18
Planlı Yaklaşım	3.Basamak	2.Nörotizm	22.40*	1.142	-3.26**	-.24	-.26	.24
		3. Sorumluluk	16.68*	1.141	2.06***	.16	.17	.26
	4.Çaresizlik		16.83*	1.140	-3.61*	-.30	-.29	.33

* (p) < .001, ** (p) < .01, *** (p) < .05

leri arasından ise öncelikle "Sorumluluk", daha sonra "Gelişime Açıklık" Değerlendirici Problem Çözme Yaklaşımı ile anlamlı ilişki göstermiştir. Böylelikle ikinci adımda denkleme giren "Sorumluluk" kişilik özelliği bu yaklaşım ile pozitif ilişki göstermiş ve bu değişken varyansı %10'a yükseltmiştir (F değişim [1, 142] = 8.16, $p < .001$); "Olumsuz Değerlilik" ise üçüncü olarak denkleme girmiş ve açıklanan varyans %14'e yükselmiştir (F değişim [1, 141] = 7.6, $p < .001$).

Kendine Güvenen Yaklaşım ile yapılan regresyon analizi sonucuna göre kontrol değişkenlerinden sadece "toplam gelir düzeyi" bu yaklaşımla anlamlı ilişki göstermemiş ve bu değişken varyansın %5'i açıklamıştır (F [1, 143] = 7.84, $p < .01$). Kişilik Özellikleri arasından ise öncelikle "Gelişime Açıklık", daha sonra "Sorumluluk" Kendine Güvenen Yaklaşımı ile anlamlı ilişki göstermiştir. İkinci adımda denkleme giren "Gelişime Açıklık" kişilik özelliği bu yaklaşım ile anlamlı ilişki göstermiş ve bu değişken ile birlikte varyans %29'a ulaşmıştır (F değişim [1, 142] = 28.84, $p < .001$); "Sorumluluk" üçüncü olarak denkleme girmiş ve açıklanan varyans %32'ye yükselmiştir (F değişim [1, 141] = 21.83, $p < .001$). "Umutsuzluk" düzeyi bu yaklaşım ile anlamlı ilişki göstermiştir ve böylece dört değişken varyansın %37'sini açıklamıştır (F değişim [1, 140] = 20.59, $p < .001$).

Planlı Yaklaşım ile yapılan regresyon analizi sonucuna göre kontrol değişkenlerinden hiçbiri bu yaklaşımla anlamlı ilişki göstermemiştir. Kişilik Özellikleri arasından ise öncelikle "Gelişime Açıklık", daha sonra "Nörotizm" ve en son olarak da "Sorumluluk" Planlı Yaklaşım ile anlamlı ilişki göstermiştir. Böylelikle ilk adımda denkleme giren "Gelişime Açıklık" kişilik özelliği bu yaklaşım ile anlamlı ilişki göstermiş ve bu değişken varyansın %18'i açıklamış (F [1, 143] = 31.94, $p < .001$); "Nörotizm" ikinci olarak denkleme girmiş ve açıklanan toplam varyans %24'e yükselmiştir (F değişim [1, 142] = 22.4, $p < .001$). Denkleme üçüncü adımda giren "Sorumluluk" değişkeni planlı yaklaşım ile pozitif ilişki göstermiş ve açıklanan toplam varyans %26'ya ulaşmıştır (F değişim [1, 141] = 16.68, $p < .001$). Son Olarak "Çaresizlik" düzeyi Planlı Yaklaşımı ile negatif ilişki göstermiştir. Toplam dört değişken varyansın %33'ünü açıklamıştır (F değişim [1, 140] = 16.83, $p < .001$).

TARTIŞMA

Bu çalışma, problem çözme yaklaşımları, kişilik özellikleri, umutsuzluk, çaresizlik ve talihsizlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmayı amaçlamıştır. Elde edilen sonuçlara göre; "Sorumluluk" kişilik özelliğinin Düşünen Yaklaşım dışındaki diğer beş problem çözme yaklaşımın yordayıcısı olduğu görülmektedir. Kişilerin sorumluluk özelliğinin Olumlu Problem Çözme Yaklaşımları (Değerlendirici, Kendine Güvenen, Planlı) ile pozitif Olumsuz Problem Çözme Yaklaşımları (Aceleci ve Kaçınan) ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, "Sorumluluk" özelliği arttıkça Olumlu Problem Çözme Yaklaşımlarına sahip olma ve kullanma eğilimlerinin arttığı ve Olumsuz Problem Çözme Yaklaşımlarına sahip olma ya da bunu kullanma eğilimlerinin azaldığına ilişkin bulgular (Watson ve Hubbard 1996, Burns ve D'Zurilla 1999) mevcut sonuçlarla tutarlıdır. Etkin problem çözen kişilerin, etkin olmayan problem çözümlerden problemleri çözmeye daha motive oldukları, daha sistematik, titiz ve ısrarcı oldukları aynı zamanda problemleri daha iyi anladıkları ve tanımladıkları belirtilmektedir (Nezu ve ark. 1998). Ayrıca etkin problem çözen kişilerin etkin olmayan kişilere göre problemlerin çözümünde daha aktif oldukları ve çözümde daha fazla sorumluluk aldıkları gözlenmektedir (Nezu ve ark. 1998). Problem Çözme Yaklaşımları çözümün etkin olup olmaması açısından önem taşımaktadır. Olumlu Problem Çözme Yaklaşımına sahip kişiler daha etkin problem çözümler olmakta ve bu kişilerin çözüm yolları daha fazla düzeyde etkin sonuçlara ulaşmaktadır. Ayrıca sonuca doğru ilerlemede kararlılığı sürdürme açısından kişinin öz-disiplinin olmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda elde edilen bulguların kişinin titiz, düzenli, çalışkan, azimli olma vb özelliklerini içeren "Sorumluluk" değişkeninin problem çözümdaki rolünü açıklamaya yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

"Gelişime Açıklık" kişilik özelliğinin ise, çalışmadaki tüm olumlu problem çözme yaklaşımlarını anlamlı olarak yordadığı görülmektedir. Gelişime Açıklık, bireylerin, yaşamlarında deneyimleyerek öğrenmeye ve değişime ne oranda açık oldukları ile ilişkindir. Gelişime Açıklığın düşük olması, durum bir değişim ihtiyacını gösterse de değişime direnç

göstermeyi ifade ederken, yüksek olması ise, açık fikirli olmayı, bir değişim sürecinde aktif olmayı, analitik düşünmeyi, eleştirel olmayı, bağımsız ve planlı düşünebilmeyi ve esnekliği yansıtmaktadır (Gençöz ve Öncül 2012). Yeni deneyimlere ve değişim süreçlerine açık kişilerin problem çözme süreçlerinde daha rahat olabildikleri ve yapıcı bir tarz benimsedikleri belirtilmektedir (Mc Murran ve ark. 2001). Ayrıca bu kişilerin daha az dürtüsel ve kaçınan davrandıkları ayrıca olumsuz durumlarla karşılaştıklarında bunun çözümü için daha yaratıcı ve daha fazla sayıda çözüm ürettikleri belirtilmektedir (Chang ve ark. 2002). Bu bilgiler dikkate alındığında olumlu problem çözme yaklaşımlarının beraberinde çok sayıda alternatif çözümler üretilebilmeyi ve etkili olmayan baş etmeler karşısında yeniden adapte olabilme özelliklerini taşıması sebebi ile söz edilen bulguların literatür bilgileri ile tutarlılık gösterdiği düşünülmektedir.

Nörotizm kişilik özelliği Beş Faktör modeli içerisinde problem çözme ile en çok ve en sık çalışılan kişilik özelliği olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalarda Nörotizm kişilik özelliğinin problem çözme sürecinde pasifliğin, ertelemenin, problemlerden zihinsel ve davranışsal kaçınmanın ayrıca etkin olmayan çözüm sonuçlarının önemli bir yordayıcısı olduğu belirtilmektedir (O'Brien ve DeLongis 1996). Dolayısı ile bu kişilik özelliğinin Problem çözme yaklaşımları içerisinde Olumsuz Problem Çözme Yaklaşımları ile olan ilişkisi ön plana çıkmaktadır. Ancak bu çalışmada Nörotizm özelliği ne Kaçınan Yaklaşımın ne de Aceleci Yaklaşımın açıklanmasında rol almamıştır. Bu kişilik özelliğinin Planlı Yaklaşımın yordanmasındaki rolü bu kişilik özelliğine sahip kişilerin daha fazla probleme sahip olduklarını belirttikleri, olumsuzlukları daha fazla düzeyde tehdit edici olarak algıladıkları ve problemler karşısında daha düşük düzeyde problem yönelimli oldukları belirtilmektedir (Endler ve Parker 1990). Bu gibi özellikler, problem çözme sürecinde Nörotizm boyutu yüksek kişilerin probleme odaklanamadıklarını, sorunları organize edemediklerini, çözüme giden süreçte planlama yapamamalarını açıklamaya yardımcı olabilir.

"Dışadönüklük" ve "Geçimlilik" özellikleri hiçbir problem çözme yaklaşımını yordamamıştır. Literatürde PÇE ile yapılan çalışmalarda problem

çözme ile "Dışadönüklük" özelliğinin ilişkisinin çok düşük olduğu ve "Geçimlilik" özelliğinin ise problem çözme ile ilgili hiçbir değişken ile ilişki göstermediği belirtilmektedir (Chang ve ark. 2002). Dolayısı ile bu çalışmanın bulguları literatür ile paralellik göstermektedir.

Orijinal beş faktör modelinde yer almayan ancak bu çalışmada kişilik özelliklerini değerlendirmek amacı ile kullanılan ölçekte ayrı bir boyut olarak yer alan "Olumsuz Değerlik" Düşünen ve Kaçınan Problem Çözme Yaklaşımlarının yordayıcıları arasında yer almıştır. "Olumsuz Değerlik" kişilik özelliği azaldıkça Düşünen Yaklaşımı kullanma ya da buna sahip olma özelliğinin arttığı görülmektedir. Diğer taraftan "Olumsuz Değerlik" kişilik özelliği artıkça Kaçınan Yaklaşımı kullanma ya da buna sahip olma özelliğinin arttığı görülmektedir. Kendilerine yönelik olumsuz algıları olmayan ya da daha az olan kişilerin problem çözme süreçlerinde daha rahat olabildikleri ve yapıcı bir tarz benimsedikleri belirtilmektedir (Heppner ve ark. 1983, Watson ve Hubbard 1996). Kişinin herhangi bir olumsuzluğu fark edebilmesi, bunun üzerinde düşünmesi ve sürece aktif katılabilmesi kendisine yönelik olumlu algısı ile doğrudan ilişkilidir (Bandura 1997). Kendine yönelik algı bu bağlamda kişinin bir problemle karşılaştığında bu süreçte bunun her yönünü ele alması, alternatifleri değerlendirmesi, alternatifler içerisinde uygun seçimi yapabilmesi ve uygulamasına katkıda bulunabilecektir. Diğer bir deyişle olumlu kendilik algısına sahip kişilerin problemlerden kaçınmadıkları aksine süreci düşünen değerlendiren rasyonel bir biçimde ele aldıkları söylenebilir.

Geleceğe dair beklentiler ve kontrol algısı ile ilişkili değişkenler açısından yaşam ve olaylar üzerinde kontrol kurabileceklerini düşünen, dışsal güçlerin kontrolünü daha az algılayan ve geleceğe daha pozitif bakan kişilerin daha fazla düzeyde olumlu problem çözme yaklaşımına sahip olduğu görülmektedir. Kişinin yaşamı ve olayları kontrol edemeyeceğini düşünmesi bu bağlamda problemlerden uzaklaşmasına, kaçınmasına ve çözüm için planlar oluşturamamasına katkıda bulunmaktadır. Ayrıca kişinin yaşamını ve yaşadığı olayları kendisi dışında var olan kader, kötü şans gibi bazı dışsal güçlerin kontrol ettiğine dair inancı doğrultusunda herhangi bir problemle karşılaştığında panikleme-

diği ve daha fazla tehdit algılaması sebebi ile süreçte aceleci, sınırlı ve tamamlanmamış teknik ve stratejileri benimsemiş olabileceği söylenebilir. Ancak söz edilen diğer değişkenlerin aracı rollerinin gelecek çalışmalarda incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Umutsuzluk düzeyi düşük kişilerin problemleri çözme konusunda daha fazla kendilerine güvendikleri ve rasyonel, düşünen, analiz eden bir yaklaşımı daha fazla kullandıkları bilgisi elde edilen bulgularla paralellik göstermektedir.

Umutsuzluk düzeyi; Düşünen ve Kendine Güvenen Yaklaşımın yordayıcıları arasında yer almaktadır. Umutsuzluk gibi negatif duygulanımların amaç yöneliminde, bu amaçlara ulaşmak için stratejiler geliştirmede ve amaca ulaşabileceklerine dair kendilerine güvende bozulmalar ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (Carver ve Scheier 2000). Problemliliği ile baş edebilme bu bağlamda bir amaç olarak görüldüğünde, motivasyonu kaybetmenin akılcı, önceden düşünülmüş, sistematik, ulaşmak istenilen hedeflerin netleştirildiği ve bu süreçte kendine güvenen uygulamaları içeren etkin problem çözme yaklaşımlarına sahip olma ve bunu kullanma eğiliminin azalmasında etkin olabileceği düşünülmektedir.

Çaresizlik Kaçınan ve Planlı Yaklaşımı anlamlı olarak yordamıştır. Çaresizlik düzeyinin artması ile kişilerin problemler karşısında bunlarla yüzleşmekten ve baş etmekten kaçındıkları ve aktif problem çözme süreci içerisine giremedikleri ve bu süreç için oldukça önemli olan planlamaları yapamadıkları düşünülmektedir.

Talihsizlik değişkeni ise sadece Aceleci yaklaşımın yordayıcıları arasında yer almıştır. Dışsallaştırma eğilimi ile ilişkili olduğu düşünülen Talihsizlik inancının kişinin algıladığı "İçsel kontrol odağını"

azaltması ile dürtüsel, dikkatsiz, aceleci, sınırlı ve tamamlanmamış teknik ve stratejileri içeren problem çözme yaklaşımını kullanma eğilimini artırmış olabileceği düşünülmektedir.

Çalışmanın bulguları genel olarak ele alındığında; Sorumluluk ve Gelişime Açık Olma gibi kişilik özelliği olanların daha etkin problem çözdüğü, Olumsuz Değerlilik özelliği yüksek bireylerin problemleri rasyonel olarak ele almada zorlandıkları ve kaçınan problem çözme yaklaşımını daha çok benimsedikleri, geleceğe dair beklentileri olanlar ve kontrol algısını içsel olarak algılayan bireylerin daha olumlu problem çözebildiği, umutsuzluk bileşeninin strateji geliştirmede kendine güveni azalttığı, çaresizlik bileşeninin aktif problem çözme sürecine girememeye neden olarak yüzleşme ve baş etmekten kaçınma olarak ortaya çıktığı şeklinde yorumlanabilir.

Demografik değişkenler içerisinde yer alan yaş, cinsiyet gibi özellikler problem çözme yaklaşımlarından hiçbirisini yordamamıştır. Literatürde yaş ve cinsiyetin problem çözme ve yaklaşımları üzerindeki etkileşimsel etkisinden söz etmektedirler. Dolayısı ile bu çalışmanın yaş ranjı açısından sınırlı olması sebebi ile bu değişkenlerin yordayıcı etkilerinin bulunmadığı düşünülmektedir. Daha geniş yaş ranjını içeren çalışmalarda bu değişkenlerin çalışılması önerilmektedir. Ayrıca elde edilen bulguların, kendini bildirim türü ölçekler ile elde edildiği düşünüldüğünde bu alandaki farklı ölçüm türleri ile elde edilecek verilerin daha ayrıntılı bilgilere ulaşılması açısından önem taşıdığı düşünülmektedir.

Yazışma adresi: Uz.Psk. Sevginar Vatan, Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü, Ankara, sevginarvatan@gmail.com

KAYNAKLAR

Alloy LB, Peterson C, Abramson LY ve ark. (1984) Attributional style and the generality of learned helplessness. *J Pers Soc Psychol*, 46: 681-687.

Bandura A (1997) Self-efficacy: The exercise of control. New York, WH Freeman.

Beck AT, Weissman A, Lester D ve ark. (1974) The measurement of pessimism. *J Clin Cons Psychol*, 42: 861-865.

Beck AT, Rush AJ, Shaw BF ve ark. (1979) Cognitive therapy for depression. New York, Guilford Press.

Burns LR, D'Zurilla TJ (1999) Individual differences in perceived information processing in stress and coping situations: development and validation of the Perceived Modes of Processing Inventory. *Cognit Ther Res*, 23: 345-371.

Carver CS, Scheier MF (2000) On the structure of behavioral self-regulation. M Boekaerts, PR Pintrich, M Zeidner, Handbook of self-regulation. New York, Academic Press.

Chang EC (1998) Hope, problem-solving ability, and coping in a college student population: Some implications for theory and practice. *J Clin Psychol*, 54: 953-962.

- Chang EC, D'Zurilla TJ, Sanna LJ (2002) *Social Problem Solving: Theory, Research and Training*. American Psychological Association, Washington, DC.
- D'Zurilla TJ, Goldfried MR (1971) Problem solving and behavior modification. *J Abnorm Psychol*, 78: 107-126.
- D'Zurilla TJ, Nezu AM (1999) *Problem-solving therapy: A social competence approach to clinical Psychology*, 2. Baskı, New York, Springer.
- D'Zurilla TJ, Nezu AM (2001) *Problem-solving therapies*. The handbook of cognitive-behavioral therapies, KS Dobson (Ed), 2. Baskı, New York, The Guilford Press.
- D'Zurilla TJ, Maydeu-Olivares A, Kant GL (1998) Age and gender differences in social problem solving ability. *Pers Individ Dif*, 25: 241-252.
- Endler NS, Parker JDA (1990) Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *J Pers Soc Psychol*, 58, 844-854.
- Folkman S (1984) Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Pers Soc Psychol*, 46:839-852.
- Gençöz T, Öncül Ö (2012) Examination of personality characteristics in a Turkish sample: Development of basic personality traits inventory. *J Gen Psychol*, 139:194-216.
- Gençöz F, Vatan S, Lester D (2006) Umutsuzluk Çaresizlik ve Talihsizlik Ölçeği'nin Türk Örnekleminde Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışması. *Kriz Dergisi*, 14 (1): 21-29.
- Heppner PP, Peterson CH (1982) The development and implications of a personal problem solving inventory. *J Counsel Psychol*, 29: 66-75.
- Heppner PP, Reeder BL, Larson LM (1983) Cognitive variables associated with personal problem-solving appraisal: Implications for counseling. *J Counsel Psychol*, 30: 537-545.
- Kendler KS, Kessler RC, Heath AC, ve ark. (1991) Coping: A genetic epidemiological investigation. *Psychol Med*, 21: 337-346.
- Lester D (2001) An inventory to measure hopelessness, helplessness and haplessness. *Psychol Rep*, 89: 495-498.
- Levenson H (1974) Activism and powerful others. *J Pers Assess*, 38: 377-383.
- McCrae RR, Costa PT, Piedmont RL (1993) Folk concepts, natural language, and psychological constructs: The California Psychological Inventory and the five-factor model. *J Pers*, 61: 1-26.
- Mc Murrin M, Egan V, Blair M ve ark. (2001) The relationship between social problem solving and personality in mentally disordered offenders. *Pers Individ Dif*, 3: 517-524.
- Nezu AM, Nezu CM, Friedman SH ve ark. (1998) *Helping Cancer Patients Cope: A Problem Solving Approach*. American Psychological Association, Washington, D.C.
- O'Brien TB, DeLongis A (1996) Coping with chronic stress: An interpersonal perspective. *Coping with chronic stress*, BH Gottlieb (Ed), New York, Plenum.
- Phillips SD, Paziienza NJ, Ferin HH (1984) Decision-making styles and problem-solving appraisal. *J Counsel Psychol*, 31: 497-502.
- Rotter JB (1954) *Social Learning and Clinical Psychology*, New York, Prentice-Hall.
- Rotter JB (1966) Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychol Monographs*, 80(1, Whole No.609).
- Suls J, Green P, Hillis S (1998) Emotional reactivity to everyday problems, affective inertia, and neuroticism. *Pers Soc Psychol Bull*, 24: 127-136.
- Şahin N, Şahin NH, Heppner PP (1993) Psychometric properties of the Problem Solving Inventory in a group of Turkish university students. *Cognit Ther Research*, 17: 379-396.
- Watson D, Hubbard B (1996) Adaptational style and dispositional structure: Coping in the context of the five-factor model. *J Pers*, 64: 737-774.