

Yrd.Doç.Dr.T.Fikret KARAHAN
Arş.Gör.Hatice EPLİKOÇ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN STRESLE BAŞAÇIKMA TARZLARININ UZUN SÜRELİ YAŞADIKLARI YERLEŞİM BİRİMİNE VE ALGILADIKLARI ANNE-BABA TUTUMLARINA GÖRE İNCELENMESİ

Yrd.Doç.Dr.T.Fikret KARAHAN
O.M.Ü. Eğitim Fakültesi
PDR Anabilim Dalı,
Kurupelit/SAMSUN
tfikretkarahan@hotmail.com

Arş.Gör.Hatice EPLİKOÇ
O.M.Ü. Eğitim Fakültesi
PDR Anabilim Dalı,
Kurupelit/SAMSUN
eplikoc@hotmail.com

ÖZET

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin stresle başaçıkma tarzlarının, uzun süreli yaşadıkları yerleşim birimine ve algıladıkları anne-baba tutumuna göre değişip değişmediği incelenmiştir. Çalışmanın evreni Ondokuz Mayıs Üniversitesi'ne bağlı Samsun il merkezinde bulunan fakültelerin 1., 2., 3. ve 4. sınıflarında öğrenim gören 12939 öğrenciden oluşmaktadır. Çalışmanın örnekleme Oranlı Küme Örnekleme Yöntemi kullanılarak belirlenmiş olup, örneklem toplam 1346 öğrenciden oluşmaktadır. Öğrencilerin stresle başaçıkma tarzları, orijinali Folkman & Lazarus (1980) tarafından geliştirilmiş olan, Türkiye uyarlaması ise Şahin ve Durak (1995) tarafından yapılmış olan "Stresle Başaçıkma Tarzları Ölçeği" ile ölçülmüştür. Öğrencilerin algıladıkları anne-baba tutumlarını ve uzun süreli olarak yaşadıkları yerleşim birimini saptama amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Verilerin analizinde Tek Yönlü Varyans Analizi ve Tukey Testi teknikleri kullanılmıştır. Çalışmada elde edilen bulgular; uzun süreli olarak illerde ve büyük şehirlerde yaşayan öğrencilerin stresle başaçıkma tarzlarına kendine güvenli yaklaşımı diğer öğrencilere göre daha çok kullandıkları ($p<0.01$); uzun süreli olarak köylerde, ilçelerde ve illerde yaşamış olan öğrencilerin ise stresle başaçıkma tarzlarına çaresiz yaklaşımı büyük şehirlerde yaşamış olan öğrencilere göre daha çok kullandıklarını ($p<0.001$) göstermektedir. Çalışmada ayrıca anne tutumlarını, ilgisiz ve otoriter olarak algılayan öğrencilerin stresle başaçıkma tarzlarına çaresiz yaklaşımı diğer öğrencilere göre daha çok kullandıkları ($p<0.01$); baba tutumlarını otoriter ve koruyucu olarak algılayan öğrencilerin ise stresle başaçıkma tarzlarına çaresiz yaklaşımı daha çok kullandıkları ($p<0.001$) saptanmıştır. Sonuç olarak, üniversite öncesi yaşantılarının büyük bölümünü köylerde ve ilçelerde yaşamış olan ve üniversite öğrenimi için kent merkezlerine gelen ve ayrıca anne baba tutumlarını ilgisiz, otoriter ve koruyucu olarak algılayan öğrencilerin, stresle başaçıkma tarzlarına psikolojik desteğe daha çok ihtiyaç duydukları ileri sürülebilir.

Anahtar Sözcükler: Kendine Güvenli Yaklaşım, Çaresiz Yaklaşım, Anne Tutumu, Baba Tutumu, Yerleşim Birimi, Üniversite Öğrencisi.

ABSTRACT

This study investigated the changing of the coping styles of 19 Mayıs University students with stress in different faculties, according to the students' duration in the centre of population and perceived attitude of parent. The sample was consisted of 1346 students in terms of with pile sampling. Coping styles of university students were measured by "Stress Coping Styles Scale" which was originally developed by Folkman and Lazarus (1980) and adopted to the Turkish sample by Şahin and Durak (1995). One way Anova and Tukey test techniques were used in analyzing data. The findings of the study; students who were located long term in village and town, using self-hopelessness approach, in stress management ($p<0.001$); students who were located in cities or big cities, using self-reliance approach in stress management ($p<0.01$). In this study another findings; students who were perceive their mothers' attitude authoritarian, indifferent, and protective using self-hopelessness approach in stress management ($p<0.01$); students who were perceive their fathers' attitude authoritarian, indifferent, and protective using self-hopelessness approach in stress management ($p<0.001$); students who were perceive their mothers' and fathers' attitudes democratic using self-reliance approach in stress management ($p<0.001$). It was concluded that students who were come from village and town to the big cities for university education and perceive their parents' attitude indifferent will be need psychological support in stress management.

Key Words: Self-Reliance Approach, Self-Hopelessness Approach, Perceived Attitude of Parent, Centre of Population, University Students.

GİRİŞ

Stres kavramının insan yaşamının her alanında yaygın olarak kullanılması, stres ve stresle başaçıkma ilişkili araştırmaları da beraberinde getirmektedir. Son yıllarda birçok ruhsal ve fiziksel hastalığın altında yatan en önemli etken olarak stres görülmektedir (Aydın, 2002; Fisher, 1994; Şahin, 1994; Ertekin, 1993). Stres kavramı ilk kez tıp alanında 19. yüzyılın ikinci yarısında Bernard tarafından kullanılmış ve organizmanın dengesini bozan uyarılar olarak tanımlanmıştır (Akt.: Köknel, 1998). Bernard'ın tanımlamasından yaklaşık elli yıl sonra Cannon stresi; organizmayı tehdit eden uyarılara karşı verilen, organizmanın varlığını

sürdürmesine yönelik savaşma ya da kaçma tepkisi olarak tanımlamıştır (Akt.: Selye, 1956).

Stresle ilgili araştırmalar incelendiğinde; araştırmaların sosyoloji, antropoloji, psikoloji, endokrinoloji ve tıp gibi bilim dalları tarafından desteklendiği ve çalışmaların iki temel yaklaşıma dayandığı görülmektedir. Bu yaklaşımlardan birincisi biyolojik, diğeri ise psikolojik perspektiften gelişmektedir (Fleming, Baum & Singer, 1994). Biyolojik perspektifin öncülerinden Selye (1974) stresi; vücudun herhangi bir isteğe yönelik olarak ürettiği spesifik olmayan tepki olarak tanımlamış ve strese karşılık geliştirilen tepkileri üç aşama içinde Genel Uyum Sendromu olarak adlandırmıştır. Bu aşamalardan Alarm

Dönemi'nde; organizma bir dış uyarı stres olarak algılamakta ve biyo-kimyasal tepkiler harekete geçmektedir. Bu durumda organizma kaçarak ya da mücadele ederek kendini korumaya çalışmaktadır. İkinci aşama olan Direnç Dönemi'nde organizma tehdit karşısında kendini korumaya yönelmekte ve varsa stresin yarattığı yıkımları onarmaya çalışmaktadır. Stresin ortadan kalkmadığı durumlarda ise Tükenme Dönemi olarak adlandırılan üçüncü aşamaya geçilmekte olup; bu aşamada tükenme ve bitkinlik görülmekte, sürecin uzaması sonucunda ise organizmanın dengesi bozulabilmekte ve fiziksel ya da ruhsal rahatsızlıklar gelişebilmektedir.

Psikolojik perspektifin en önemli isimlerinden Lazarus ve Folkman (1984) ise stresi; bireyin iyilik durumunu tehlikeye sokan, kapasitelerini zayıflatan ve uyumda zorlanmaya neden olan, kişi ve çevresi arasındaki etkileşim olarak tanımlamaktadır. Stresi benzer şekilde psikolojik perspektiften ele alan Snyder ve Ford da (1987), bireylerin stresle uğraşmak için kullandıkları tepkileri savunma ve başa çıkma tepkileri olarak iki düzeyde ele almaktadır. Savunma kavramı savunmaya yönelik daha sınırlı tepkiler için kullanılırken, başa çıkma kavramı ise strese ilişkin işlevsel başa çıkma stratejilerini kapsayan daha geniş tepkiler için kullanılmaktadır. Olumsuz yaşam olayları ile başa çıkma üzerine yapılan ilk araştırmalarda başa çıkma, savunma düzenekleri ve bilinç dışı süreçlerle ilişkilendirilerek değerlendirilmiştir. Son yıllarda ise başa çıkma, dış kaynaklı olumsuz veya stres yaratan olaylar karşısında verilen bilinçli tepkiler (Endler & Parker, 1990) ve iç ve dış çevreden organizmaya yönelen istek ve çatışmaları kontrol etmek için sergilenen bilişsel ve davranışsal çabalar (Folkman & Lazarus, 1985) olarak tanımlanmıştır.

Birey herhangi bir olayı temel olarak iki aşamada değerlendirmektedir. İlk aşamada herhangi bir yaşantı ya da durumun olumlu, olumsuz ya da stres yaratıcı olup olmadığı konusunda bireyde bir yargı oluşmaktadır. Bu aşamada stres yaratan yaşantı korku, kızgınlık, kırgınlık gibi olumsuz duyguların etkisi altında birey tarafından; zarar, kayıp, tehlike ya da mücadeleye davet biçiminde değerlendirilebilmektedir. İkinci aşamada ise birey ne yapabilirim sorusunu kendisine sorarak ilk aşamada ortaya çıkan tehdit edici durumlara yönelik eyleme geçirebileceği seçenekleri değerlendirmektedir. (Coyne, Aldwin & Lazarus, 1981; Folkman, 1984). Böylece her iki aşamada da, stres karşısında kullanılan

başa çıkma stratejileri devreye girmekte ve uyumu yakından etkilemektedir. Bu açıdan bakıldığında; Folkman ve Lazarus'un (1980), stresle başa çıkma stratejilerini duygu-odaklı ve problem-odaklı olmak üzere iki grupta ele aldığı görülmektedir. Probleme odaklanan başa çıkma daha aktif bir strateji olup; bilgiye dayalı, planlı eyleme giden, aktif, bilinçli ve durumu değiştirmeye yönelik mantıksal çabaları içermektedir. Duyguya odaklanan başa çıkma ise ortamdaki uzaklaşma, durumu kabullenme ve sosyal destek arama (Endler & Parker, 1990) gibi çabaları içeren pasif bir stratejidir ve istenmeyen bir olaya bağlı olarak oluşan duyguları ortadan kaldırmaya yöneliktir. Bireylerin başa çıkma örüntülerinde bu iki strateji birlikte bulunmaktadır ve kullanılan strateji duruma göre değişiklik göstermektedir. Folkman ve Lazarus' un ortaya koyduğu ve temelde iki gruba ayrılan başa çıkma stratejileri daha sonra birçok araştırmacı tarafından da kabul görmüş ve araştırmalarda kullanılmıştır (Glyshaw, Cohen & Towbes, 1989; Carver, Scheier & Weintraub, 1989; Halstead, Johnson & Cunningham, 1993; Bowman & Stern, 1995; Chang, 1998; Sun, Cheung, Fung & Mak, 1999).

Organizma stres yaratan bir olayı öncelikle bilişsel süreçlerden geçirecek değerlendirilmeye almakta ve daha sonra başa çıkma süreçlerini kullanmaya yönelmektedir. Bu süreçler psikolojik sağlığı ve uyumu yakından etkileyebilmektedir. Başa çıkma ve değerlendirme süreçleri hem bireyden bireye, hem de aynı birey için durumdan duruma farklılık gösterebilmektedir. Üniversite öğrencileri ise aileden ayrılmaya, eğitim yaşantıları, yeni bir sosyal çevre, değişen otorite figürleri ve aile bireyleriyle ilişkiler (Lazarus & DeLongis, 1983); meslek faaliyetine hazırlanma ve mesleğe yönelme (Şahin, 1994) gibi konularda da çeşitli stres kaynaklarıyla karşı karşıya kalmaktadırlar. Bu görüşlere paralel olarak Bean'de (1982), üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin, ilk sömestreden itibaren üniversite ortamına uyum sağlayabilmeleri için, bir takım başa çıkma becerilerine sahip olmaları gerektiğini belirtmektedir. Genel olarak bakıldığında üniversite öğrencileri; yeni bir akademik ve sosyal ortama girerek uyum sağlama ve yaşamın bütün sorumluluklarını üstlenmek zorunda kalma (Mallinckrodt, Gerdes, 1994) gibi yaşantılarla karşı karşıya kalmaktadır. Diğer yandan; ekonomik zorluklar, yalnızlık, sağlık problemleri, kişilerarası çatışmalar, değişime uyumda zorluk yaşama ve kişisel özerkliğin gelişmemesi (Hoffman, 1984) gibi durumlar da üniversite öğrencilerinde

gerilim, rahatsızlık ve zorlanmaya neden olabilmektedir. Bu açıdan bakıldığında, üniversite öğrencilerinin çok yönlü stres kaynaklarının etkisi altında oldukları ve stresle başa çıkma problem odaklı stratejileri kullanmaya ihtiyaç duydukları ileri sürülebilir. Burada bireyin şimdiki zamanda kullandığı stresle başa çıkma stratejileri değerlendirilirken, geçmiş yaşantıların da belirleyici olduğunu vurgulamak gerekir. Bu konuyla ilgili olarak Power (2004) yaptığı çalışmada; anne-babaların stresle başa çıkma kullandıkları stratejilerin, çocukların stresle başa çıkma stratejilerini etkilediğini saptamıştır. Problem geçmiş yaşantılar açısından ele alındığında ise bireyin yaşadığı aile ortamı ve yerleşim birimi gündeme gelmektedir. Burada açıklanan düşünceye dayalı olarak da üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarının, algılanan anne-baba tutumları ve üniversite öğrenimi öncesinde uzun süre yaşadıkları yerleşim birimine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği'nin Kendine Güvenli Yaklaşım ve Çaresiz Yaklaşım alt ölçekleri puanlarının; uzun süreli olarak yaşadıkları yerleşim birimi ve algıladıkları anne ve baba tutumuna göre değişip değişmediği incelenmiş ve şu sorulara cevap aranmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinin uzun süreli yaşadıkları yerleşim birimine göre Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği puanları arasında anlamlı farklar var mıdır?
2. Üniversite öğrencilerinin uzun süreli yaşadıkları yerleşim birimine göre Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği puanları arasında anlamlı farklar var mıdır?
3. Üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne tutumuna göre Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği puanları arasında anlamlı farklar var mıdır?
4. Üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne tutumuna göre Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği puanları arasında anlamlı farklar var mıdır?
5. Üniversite öğrencilerinin algıladıkları baba tutumuna göre Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği puanları arasında anlamlı farklar var mıdır?
6. Üniversite öğrencilerinin algıladıkları baba tutumuna göre Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği puanları arasında anlamlı farklar var mıdır?

YÖNTEM

Evren

Araştırmanın evreni, 2004–2005 öğretim yılında Ondokuz Mayıs Üniversitesi'ne bağlı fakültelerden; Eğitim, Fen-Edebiyat, İlahiyat, Mühendislik, Ziraat, Tıp ve Diş Hekimliği fakültelerinde öğrenim gören, 8127'si kız, 9020'si erkek olmak üzere toplam 17147 öğrenciden oluşmaktadır.

Örneklem

Araştırmanın örnekleme, Oranlı Küme Örneklem Yöntemi (Karasar, 1986) kullanılarak belirlenmiştir. Buna göre 2004–2005 öğretim yılında Ondokuz Mayıs Üniversitesi'ne bağlı fakültelerden; Eğitim, Fen-Edebiyat, İlahiyat, Mühendislik, Ziraat, Tıp ve Diş Hekimliği Fakültelerinde öğrenim gören ve uygulama yapılırken sınıfta bulunan 710'u kız, 636'sı erkek olmak üzere toplam 1346 öğrenciden oluşmaktadır. Bu fakültelerden Eğitim Fakültesi'nden 625 öğrenci, Fen-Edebiyat Fakültesi'nden 319 öğrenci, İlahiyat Fakültesi'nden 39 öğrenci, Mühendislik Fakültesi'nden 132 öğrenci, Ziraat Fakültesi'nden 82 öğrenci, Tıp Fakültesi'nden 123 öğrenci ve Diş Hekimliği Fakültesi'nden 26 öğrenci uygulamaya katılmıştır. Örneklem alınan öğrencilerin dağılımı Tablo-1'de verilmiştir.

Tablo-1. Örneklem Alınan Öğrencilerin Fakültelere Göre Dağılımları

Fakülte	Evren	Örneklem
Eğitim Fakültesi	6186	625
Fen-Edebiyat Fakültesi	3050	319
Mühendislik Fakültesi	1317	132
Ziraat Fakültesi	768	82
İlahiyat Fakültesi	303	39
Tıp Fakültesi	1088	123
Diş Hekimliği Fakültesi	227	26
Toplam	12939	1346

Veri Toplama Araçları

Araştırmada verilerin toplanması amacıyla, “Stresle Başaçıkma Tarzları Ölçeği” ve “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu’nda örnekleme alınan öğrencilerin, algıladıkları anne-baba tutumları ve uzun süre yaşadıkları yerleşim birimi ile ilgili sorulara yer verilmiştir. Veri toplama araçları, örneklemedeki öğrencilere araştırmacılar tarafından uygulanmıştır.

Stresle Başaçıkma Tarzları Ölçeği (SBTÖ)

Folkman ve Lazarus (1980) tarafından geliştirilmiş olan “Stresle Başaçıkma Yolları Envanteri”, stresle başaçıkma konusunun incelendiği araştırmalarda sıklıkla kullanılan, duruma yönelik ve 66 maddelik, 4’lü Likert tipi bir ölçektir. Türkiye’de Şahin ve Durak (1995) tarafından üniversite öğrencilerine uyarlaması yapılan yeni adıyla “Stresle Başaçıkma Tarzları Ölçeği” 30 maddeden oluşmaktadır. Her bir maddeye verilebilecek tepkiler, bana hiç uygun değil (% 0); bana uygun değil (%30); bana uygun (%70); bana çok uygun (%100) biçiminde dağılım göstermektedir. Ölçek; Kendine Güvenli Yaklaşım (7 Madde), İyimser Yaklaşım (5 Madde), Çaresiz Yaklaşım (8 Madde), Boyun Eğici Yaklaşım (6 Madde), Sosyal Desteğe Başvurma (4 Madde) olmak üzere toplam 5 alt ölçekten oluşmaktadır. Alt ölçekler birbirinden bağımsız ve ayrı ayrı puanlanabilmektedir. Ölçekte 1. ve 9. maddeler ters puanlanmakta, diğer maddeler ise 0 ile 3 arasında puanlanmaktadır. Bu araştırmada “Kendine Güvenli Yaklaşım” ve “Çaresiz Yaklaşım” alt ölçekleri kullanılmıştır. Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği’nden alınabilecek puanlar 0-21 puan arasında; Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği’nden alınabilecek puanlar ise 0-24 puan arasında değişmektedir. Alt ölçeklerden alınan puanların yüksek oluşu, stresle başa çıkmada o alt ölçekteki yaklaşımın daha çok kullanıldığını göstermektedir.

Ölçeğin Şahin ve Durak (1995) tarafından yapılan güvenilirlik çalışmasında, ölçek üç aşamalı faktör analizine tabi tutulmuştur. İlk faktör analizi çalışması üniversite öğrencileri üzerinde(N=575) Ana Eksenler (Principal Axis) yöntemiyle yapılmış ve 8 faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Aynı örnekleme üzerinde Grafik Yöntemlere (Screen Test) göre yapılan faktör analizi sonucunda ise ölçeğin 5 faktöre indirgenebileceği görülmüştür. İkinci faktör analizi çalışması, özel ve kamu bankalarında çalışan (N=426) kişiler üzerinde

Ana Eksenler Yöntemi ile yapılmış ve 7 faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Üçüncü faktör analizi çalışması ise yaşları 14-45 arasında değişen (N=232) kişiler üzerinde Ana Eksenler Yöntemi ile yapılmış ve öz değeri 1’in üzerinde olan beş faktör bulunmuştur. Ölçeğin üç çalışmadaki faktör analizlerine bağlı olarak elde edilen alt ölçeklerin güvenilirlik katsayıları, Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı ile saptanmış ve “İyimser Yaklaşım” alt ölçeği için elde edilen güvenilirlik katsayıları $\alpha=0.68$ ile $\alpha=0.49$ arasında bulunmuştur. “Kendine Güvenli Yaklaşım” alt ölçeği için bu değer $\alpha =0.62$ ile $\alpha = 0.80$ arasında, “Çaresiz Yaklaşım” alt ölçeği için bu değer $\alpha=0.64$ ile $\alpha=0.73$ arasında, “Boyuneğici Yaklaşım” alt ölçeği için ise $\alpha=0.47$ ile $\alpha=0.72$ arasında bulunmuştur. Son olarak “Sosyal Desteğe Başvurma” alt ölçeği için de bu değer $\alpha =0.47$ ile $\alpha = 0.45$ arasında değiştiği saptanmıştır. Bu sonuca göre beş alt ölçeğin güvenilirlik katsayılarının 0.45 ile 0.80 arasında değiştiği gözlenmiştir. Ölçeğin bütününe yönelik güvenilirlik katsayısı ise 0.68 olarak saptanmıştır.

Ölçeğin Şahin ve Durak (1995) tarafından yapılan geçerlik çalışmasında; psikolojik sorun belirtileriyle ilişkilerine, daha sonra çeşitli kişilik boyutları ve durumsal değişkenlerle ilişkileri ve farklı ölçümlere göre ayrılmış karşıt grup karşılaştırmaları yapılmıştır. Psikolojik sorunlarla ilişkiler “Sosyal Desteğe Başvurma” dışındaki tüm alt ölçekler, üç çalışmada da çeşitli belirti ölçümleriyle anlamlı ilişki içinde çıkmıştır. Ölçeğin çeşitli kişilik boyutlarıyla ilişkilerini belirleme amacıyla yapılan geçerlik çalışmasında; “Strese Yatkinlik” , “A-Tipi Kişilik” , “Genel İyimserlik” , “Yaşam Doyumu” ve “Gelecekte Umut” gibi değişkenlerle ilişkilerine bakılmıştır. Strese yatkinlik puanı ile sosyal desteğe başvurma dışındaki tüm alt ölçekler arasında anlamlı korelasyonlar bulunduğu saptanmıştır. A-Tipi Kişilik açısından bakıldığında ise A-Tipi davranışlar arttıkça, iyimser ve kendine güvenli yaklaşımların azaldığı, çaresiz yaklaşımın ise arttığı saptanmıştır. Yaşam Doyumu, Genel İyimserlik ve Gelecekte Umut puanları birer kişilik boyutu olarak ele alındığında, puanlar arttıkça iyimser ve kendine güvenli yaklaşımı kullanma sıklığının arttığı; çaresiz ve boyun eğici davranışları kullanma sıklığının ise azaldığı görülmüştür. Alt ölçeklerin durumsal değişkenlerle olan ilişkisini belirleme amacıyla üç ayrı çalışma yapılmış ve sonuçta elde edilen korelasyonların anlamlı olduğu saptanmıştır.

Çalışmanın son aşamasında ölçeğin geçerliğini belirleme amacıyla, Karşıt Gruplar Karşılaştırmaları yapılmıştır. Bu amaçla stresle başaçıkma dereceleri değişen 4 farklı grup oluşturulmuş ve SBTÖ'nin alt ölçekleriyle ölçülmeye çalışılan başaçıkma tarzlarının bu gruplarda nasıl değiştiğine bakılmıştır. Bu amaçla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonucunda “Sosyal Desteğe Baş Vurma” dışındaki tüm alt ölçeklerde gruplar arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Sonuç olarak elde edilen bulgular SBTÖ'nin alt ölçeklerinin etkili ve etkisiz olmak üzere iki boyutta toplandığını; bu iki alt boyutun ise kendi içinde, “Kendine Güvenli Yaklaşım”, “İyimser Yaklaşım”, “Çaresiz Yaklaşım”, “Boyun Eğici Yaklaşım” ve “Sosyal Desteğe Başvurma” olmak üzere beş alt boyuta ayrıştırılabileceğini göstermiştir.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu'nda; üniversite öğrencilerinin uzun süreli olarak yaşadıkları yerleşim birimini ve geçmişten şimdiki zamana dek anne-babalarının kendilerine yönelik tutum ve davranışlarını nasıl algıladıklarını saptamaya yönelik sorulara yer verilmiştir. Algıladıkları anne ve baba tutumlarını saptama amacıyla “Çocukluk yıllarınızdan şimdiki zamana dek, annenizin/babanızın size yönelik tutum ve davranışları aşağıdakilerden hangi seçeneğe uymaktadır? Seçenekler dışında yazmak istediğiniz bir düşünce varsa boşluğa yazınız.” sorusu yöneltilmiştir. Bu soru altında verilebilecek tepkiler; “demokratik”, “otoriter”, “koruyucu” ve “ilgisiz” şeklinde sıralanmış ve ayrıca “başka belirtiniz....” seçeneği verilmiştir. Öğrencilerin çocukluk yıllarından itibaren uzun süreli olarak yaşadıkları yerleşim birimini belirleme amacıyla “Çocukluk yıllarınızdan şimdiki zamana dek, hayatınızı en uzun süre geçirdiğiniz yerleşim birimi aşağıdakilerden hangisine uymaktadır?” sorusu yöneltilmiştir. Bu soruya verilebilecek tepkiler ise “köy”, “ilçe”, “il: büyükşehir belediyesi bulunmayan” ve “büyükşehir: büyükşehir belediyesi bulunan” şeklinde sıralanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada kullanılan Stresle Başaçıkma Tarzları Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu araştırmacılar tarafından örneklemdaki öğrencilere uygulandıktan sonra, elde edilen puanlar istatistiksel işlemler yapmak üzere bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 11.0 paket programı kullanılmış olup, Tek Yönlü Varyans Analizi ve Tukey Testi tekniklerinden yararlanılmıştır. Sonuçların yorumlanmasında ise 0.05 anlamlılık düzeyi üst değer olarak alınmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde üniversite öğrencilerinin Kendine Güvenli Yaklaşım ve Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçekleri'nden aldıkları puanların, uzun süreli yaşadıkları yerleşim birimine ve algıladıkları anne ve baba tutumuna göre anlamlı düzeyde değişme gösterip göstermediğine ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Araştırmada Stresle Başaçıkma Tarzları Ölçeği'nin stresle başaçıkma problem odaklı yaklaşımı ölçen “Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği” ile stresle başaçıkma duygu odaklı yaklaşımı ölçen alt ölçeklerden ise sadece “Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği” kullanılmıştır. Duygu odaklı yaklaşımı ölçen; “İyimser Yaklaşım”, “Boyun Eğici Yaklaşım” ve “Sosyal Desteğe Başvurma” alt ölçekleri kullanılmamıştır.

Kendine Güvenli Yaklaşım ile Uzun Süreli Yaşadığı Yerleşim Birimi Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Öğrencilerin Kendine Güvenli Yaklaşım (KGY) Alt Ölçeği puanlarının, uzun süreli yaşadığı yerleşim birimine göre değişip değişmediğini test edebilmek amacıyla; uzun süreli olarak köy, ilçe, il ve büyük şehirlerde yaşamış olan öğrencilerin Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farklılığın anlamlı olup olmadığı test edilmiştir. Bu amaçla uygulanan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo – 2. Uzun Süreli Yaşadığı Yerleşim Birimine Göre Üniversite Öğrencilerinin Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Tek-Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Yerleşim Birimi	n	KGY Alt Ölçeği Puan Ortalamaları x	Ss	Kaynak	KT	Sd	KO	F	Önem Düzeyi
Köy	194	13.01	3.75	Gruplar Arası	212.68	3	70.89	4.97	Önemli p<0.01
İçe	409	13.69	3.61	Gruplar İçi	19141.35	1342	14.26		
İl	428	14.00	3.91	Toplam	19354.03	1345			
Büyükşehir	315	14.27	3.80						
Toplam	1346								

Tablo 2’de yer alan istatistiksel veriler, uzun süreli yaşanan yerleşim birimine göre Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farklılığın 0.01 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. Uygulanan Tukey Testi sonucunda ise bu anlamlı farklılığın; Köy-İl ve Köy-Büyükşehir grupları arasındaki farklılıktan kaynaklandığı saptanmıştır. Elde edilen bu sonuç, uzun süre köylerde yaşamış olan öğrencilerin stresle başaçıkma kendine güvenli yaklaşımı diğerlerine göre daha az kullandıklarını; uzun süre büyük şehirde yaşamış olan öğrencilerin ise daha çok kullandıklarını göstermektedir.

Çaresiz Yaklaşım ile Uzun Süreli Yaşadığı Yerleşim Birimi Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Öğrencilerin Çaresiz Yaklaşım (ÇY) Alt Ölçeği puanlarının, uzun süreli yaşadığı yerleşim birimine göre değişip değişmediğini test edebilmek amacıyla; uzun süreli olarak köy, ilçe, il ve büyük şehirlerde yaşamış olan öğrencilerin Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farklılığın anlamlı olup olmadığı test edilmiştir. Bu amaçla uygulanan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo – 3. Uzun Süreli Yaşadığı Yerleşim Birimine Göre Üniversite Öğrencilerinin Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Tek-Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Yerleşim Birimi	n	ÇY Alt Ölçeği Puan Ortalamaları x	Ss	Kaynak	KT	Sd	KO	F	Önem Düzeyi
Köy	194	12.89	4.07	Gruplar Arası	1200.74	3	400.24	21.02	Önemli P<0.001
İçe	409	11.39	4.24	Gruplar İçi	25545.61	1342	19.03		
İl	428	10.77	4.52	Toplam	26746.36	1345			
Büyükşehir	315	9.84	4.45						
Toplam	1346								

Tablo 3’te yer alan istatistiksel veriler, uzun süreli yaşanan yerleşim birimine göre Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farklılığın 0.001 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. Uygulanan Tukey Testi sonucunda ise bu anlamlı farklılığın Köy-İlçe; Köy-İl; Köy-Büyükşehir; İlçe-Büyükşehir; İl-Büyükşehir grupları arasındaki farklılıktan kaynaklandığı saptanmıştır. Elde edilen bu sonuç, uzun süre büyük şehirlerde yaşamış olan öğrencilerin stresle başaçıkma çaresiz yaklaşımı diğerlerine göre daha az; köylerde

yaşamış olan öğrencilerin ise daha çok kullandıklarını göstermektedir.

Kendine Güvenli Yaklaşım ile Algılanan Anne Tutumu Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Öğrencilerin Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği puanlarının, algılanan anne tutumuna göre değişip değişmediğini test edebilmek amacıyla; annelerini demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz olarak algılayan öğrencilerin

Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farklılığın anlamlı olup olmadığı test edilmiştir. Bu amaçla uygulanan

Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo – 4. Algılanan Anne Tutumuna Göre Üniversite Öğrencilerinin Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Tek-Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Algılanan Anne Tutumu	n	KGY Alt Ölçeği Puan Ortalamaları x	Ss	Kaynak	KT	Sd	KO	F	Önem Düzeyi
Demokratik	353	14.59	3.61	Gruplar Arası	291.00	3	97.00	6.82	Önemli P<0.001
Otoriter	45	13.46	3.94	Gruplar İçi	19063.03	1342	14.20		
Koruyucu	889	13.58	3.78	Toplam	19354.03	1345			
İlgisiz	59	13.15	4.27						
Toplam	1346								

Tablo 4'te yer alan istatistiksel veriler, algılanan anne tutumuna göre Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farklılığın 0.001 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. Uygulanan Tukey Testi sonucunda ise bu anlamlı farklılığın; Demokratik-Koruyucu ve Demokratik-İlgisiz grupları arasındaki farklılıktan kaynaklandığı saptanmıştır. Elde edilen bu sonuç; annelerini ilgisiz ve koruyucu algılayan öğrencilerin stresle başa çıkmada kendine güvenli yaklaşımı diğerlerine göre daha az, demokratik olarak algılayan öğrencilerin ise daha çok kullandıklarını göstermektedir.

Çaresiz Yaklaşım ile Algılanan Anne Tutumu Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Öğrencilerin Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği puanlarının, algılanan anne tutumuna göre değişip değişmediğini test edebilmek amacıyla; annelerini demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz olarak algılayan öğrencilerin Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farklılığın anlamlı olup olmadığı test edilmiştir. Bu amaçla uygulanan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo – 5. Algılanan Anne Tutumuna Göre Üniversite Öğrencilerinin Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Tek-Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Algılanan Anne Tutumu	n	ÇY Alt Ölçeği Puan Ortalamaları x	Ss	Kaynak	KT	Sd	KO	F	Önem Düzeyi
Demokratik	353	10.51	4.45	Gruplar Arası	288.09	3	96.03	4.87	Önemli P<0.01
Otoriter	45	12.42	4.45	Gruplar İçi	26458.26	1342	19.71		
Koruyucu	889	11.10	4.42	Toplam	26746.36	1345			
İlgisiz	59	12.35	4.55						
Toplam	1346								

Tablo 5'te yer alan istatistiksel veriler, algılanan anne tutumuna göre Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farklılığın 0.01 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. Uygulanan Tukey Testi sonucunda ise bu anlamlı farklılığın; Demokratik-Otoriter ve Demokratik-İlgisiz grupları arasındaki farklılıktan kaynaklandığı saptanmıştır. Elde edilen bu sonuç, annelerini

ilgisiz ve otoriter algılayan öğrencilerin stresle başa çıkmada çaresiz yaklaşımı diğerlerine göre daha çok; demokratik algılayan öğrencilerin ise daha az kullandıklarını göstermektedir.

Kendine Güvenli Yaklaşım ile Algılanan Baba Tutumu Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Öğrencilerin Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği puanlarının, algılanan baba tutumuna göre değişip değişmediğini test edebilmek amacıyla; babalarını demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz olarak algılayan öğrencilerin

Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farklılığın anlamlı olup olmadığı test edilmiştir. Bu amaçla uygulanan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo – 6. Algılanan Baba Tutumuna Göre Üniversite Öğrencilerinin Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Tek-Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Algılanan Baba Tutumu	n	KGY Alt Ölçeği Puan Ortalamaları x	Ss	Kaynak	KT	Sd	KO	F	Önem Düzeyi
Demokratik	493	14.61	3.66	Gruplar Arası	505.14	3	168.38	11.94	Önemli P<0.001
Otoriter	277	13.37	3.90	Gruplar İçi	18922.86	1342	14.10		
Koruyucu	525	13.31	3.66	Toplam	19428.01	1345			
İlgisiz	51	13.98	4.57						
Toplam	1346								

Tablo 6'da yer alan istatistiksel veriler, algılanan baba tutumuna göre Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farklılığın 0.001 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. Uygulanan Tukey Testi sonucunda ise bu anlamlı farklılığın; Demokratik-Otoriter ve Demokratik-Koruyucu grupları arasındaki farklılıktan kaynaklandığı saptanmıştır. Elde edilen bu sonuç, babalarını otoriter ve koruyucu algılayan öğrencilerin stresle başaçıkmanda kendine güvenli yaklaşımı daha az kullandıklarını; demokratik algılayan öğrencilerin ise daha çok kullandıklarını göstermektedir.

Çaresiz Yaklaşım ile Algılanan Baba Tutumu Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Öğrencilerin Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği puanlarının, algılanan baba tutumuna göre değişip değişmediğini test edebilmek amacıyla; babalarını demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz olarak algılayan öğrencilerin Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farklılığın anlamlı olup olmadığı test edilmiştir. Bu amaçla uygulanan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo – 7. Algılanan Baba Tutumuna Göre Üniversite Öğrencilerinin Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği Puanlarına İlişkin Tek-Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Algılanan Baba Tutumu	n	ÇY Alt Ölçeği Puan Ortalamaları x	Ss	Kaynak	KT	Sd	KO	F	Önem Düzeyi
Demokratik	493	10.34	4.31	Gruplar Arası	410.09	3	136.69	6.96	Önemli P<0.001
Otoriter	277	11.64	4.56	Gruplar İçi	26336.26	1342	19.62		
Koruyucu	525	11.33	4.47	Toplam	26746.36	1345			
İlgisiz	51	11.78	4.29						
Toplam	1346								

Tablo 6'da yer alan istatistiksel veriler, algılanan baba tutumuna göre Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği puan ortalamaları arasındaki farklılığın 0.001 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. Uygulanan Tukey Testi sonucunda ise bu anlamlı farklılığın; Demokratik-Otoriter ve Demokratik-Koruyucu

grupları arasındaki farklılıktan kaynaklandığı saptanmıştır. Elde edilen bu sonuç, babalarını otoriter ve koruyucu algılayan öğrencilerin stresle başaçıkmanda çaresiz yaklaşımı daha çok; demokratik algılayan öğrencilerin ise daha az kullandıklarını göstermektedir.

TARTIŞMA VE YORUM

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarının, geçmiş yaşantılarından etkilenebileceği düşüncesinden hareket edilerek; öğrencilerin üniversite öğrenimi öncesi uzun süreli olarak yaşadıkları yerleşim birimi ve çocukluk yıllarından şimdiki zamana kadar algıladıkları anne/baba tutumlarına göre stresle başa çıkma tarzlarının değişip değişmediği incelenmiştir. Araştırmada elde edilen bulgular, yaşamlarının büyük bölümünü küçük yerleşim birimlerinde geçiren ve üniversite öğrenimi için kent merkezlerine gelen öğrencilerin Çaresiz Yaklaşım Alt Ölçeği puanlarının, diğer öğrencilere göre daha yüksek olduğunu göstermektedir. Yaşamlarının büyük bölümünü büyük yerleşim birimlerinde geçirmiş olan üniversite öğrencilerinin ise Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Ölçeği puanlarının diğer öğrencilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Büyük yerleşim birimlerinde iş yaşamının geniş bir alana yayılması ve sosyal ilişkilerin küçük yerleşim birimlerine oranla daha zayıf olması ve beraberinde daha karmaşık stres kaynaklarıyla karşı karşıya getirmesi, bireylerin karşılaştıkları stres yaşantılarına karşı daha etkili başa çıkma tarzları geliştirmelerine neden olmuş olabilir. Kent ortamının kendine özgü karmaşıklığının stres kaynakları açısından daha yoğun olduğu ve bu durumun da bireylerde stres yaratan durumlara karşı direnç kazandırdığı ileri sürülebilir. Ayrıca üniversite yaşamı ile birlikte küçük yerleşim birimlerinden ayrılarak büyük yerleşim birimlerinde yaşamaya başlayan öğrencilerin, içinde buldukları kentsel ortama ve farklı kültürel yapıya uyum sağlama konusunda sorun yaşamaları ve bu sorunların çözümünde kendilerini yetersiz hissetmeleri sonucunda etkisiz başa çıkma yöntemlerine başvurdukları ileri sürülebilir. Başka bir açıdan bakıldığında ise, küçük yerleşim birimlerinde sosyal yaşam alanının sınırlı olması ve bireye yaşamsal sorunlarla mücadele etme konusunda sunulan yaşantıların sınırlı oluşu, kentsel yaşama katıldıklarında bu bireylerin etkisiz başa çıkma stratejilerini daha sık kullanmalarına neden olduğu ileri sürülebilir. Diğer yandan yaşamlarının büyük bir kısmını küçük yerleşim birimlerinde geçirmiş olan öğrencilerin kent ortamında yaşadıkları zorlanma ve çatışma durumlarında, aile ve yakın arkadaş desteğini yeterli düzeyde bulamamaları da bu bireylerin pasif başa çıkma yöntemlerini kullanmalarında etkili olabilir.

Yerleşim birimine göre stresle başa çıkma tarzları konusunda Türkiye’de ulaşılabilen iki

araştırmada elde edilen bulgular incelendiğinde bu araştırmanın bulgularını desteklediği gözlenmektedir. Bunlardan Doğan (1999), yaşamlarının büyük çoğunluğunu küçük yerleşim birimlerinde geçiren üniversite öğrencilerinin, duygu odaklı etkisiz başa çıkma yöntemlerini daha çok kullandıklarını saptamıştır. Diğer bir araştırmada ise Yöndem (1998), yaşamlarını uzun süre küçük yerleşim birimlerinde geçiren hükümlü kadınların, duygu-odaklı etkisiz başa çıkma yöntemlerine daha sık başvurduklarını saptamıştır.

Yurtdışında yapılan araştırmalar incelendiğinde de bu araştırmada elde edilen bulguları desteklediği görülmektedir. Bunlardan Hays ve Zouari'nin (1995) yaptığı araştırmada, kasabalarda yaşayan kadınların stres yaratan durum karşısında kendilerine yol göstereceğine inandıkları din büyüklerine yöneldikleri, şehirlerde yaşayan kadınların ise genellikle sorunlarını eşleri ile paylaşarak çözüme odaklandıklarını saptanmıştır. Benzer şekilde Elgar, Arlett & Groves de (2003), şehirli erkeklerin kırsal kökenli erkeklere göre stres yaratan durumlar karşısında daha mücadeleci başa çıkma yöntemlerini kullandıklarını tespit etmişlerdir. LeSergent ve Haney de (2005), kırsal bölge hastanelerinde çalışan hemşirelerin, stresle başa çıkmada duygu-odaklı başa çıkma stratejilerine daha fazla başvurduklarını saptamışlardır. Atkins ve Krantz (1993) ise bu bulguların aksine, kırsal ve kentsel bölgelerde yaşayan 8-13 yaş çocuklarında stresle başa çıkma stratejilerinin farklılık göstermediğini saptamışlardır. Çocuklarda elde edilen bulgularla yetişkin popülasyonda elde edilen bulguların karşılaştırılabilmesi için yeni araştırmalara ihtiyaç olduğu belirtilebilir. Ayrıca çocuklarla yetişkinlerin stres kaynaklarını algılama düzeylerinin, gelişim özellikleri nedeniyle farklı olduğu ileri sürülebilir.

Araştırmada üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne-baba tutumu ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkiye yönelik bulgular incelendiğinde; anne ve babasını demokratik olarak algılayan üniversite öğrencilerinin kendine güvenli yaklaşıma daha çok başvurdukları, anne-babalarını ilgisiz, otoriter ve koruyucu olarak algılayan üniversite öğrencilerinin ise çaresiz yaklaşıma daha çok başvurdukları saptanmıştır. Bu konuda ulaşılabilen bir araştırmada, anne-babalarını demokratik olarak algılayan üniversite öğrencilerinin kendine güvenli yaklaşım stratejilerine daha çok başvurduklarını; anne-babalarını otoriter, koruyucu ve ilgisiz olarak

algılayan öğrencilerin ise stresle baş etmede çaresiz yaklaşımı daha çok kullandıkları (Akbağ, 2000) saptanmıştır. Elde edilen bu sonuç, anne-baba tutumlarının üniversite öğrencilerinin olumlu benlik algısı ve sağlıklı bir kişilik yapısı geliştirmelerinde önemli bir etkisi olduğunu rapor eden araştırma bulgularıyla da tutarlılık göstermektedir (Alisinanoğlu, 1995; Akbağ, 1994; Karadayı, 1994; İşmen, 1993; Can, 1991).

Anne-baba tutumları üzerine yapılan araştırmalarda da benzer bulguların elde edildiği görülmektedir. Bunlardan Richter, Richter & Eiseman (1991), reddedici ve koruyucu anne-baba tutumlarının; Meesters & Muris (2004), ilgisiz anne-baba tutumlarının; McIntyre & Dusek de (1995), otoriter anne-baba tutumlarının, stres yaratan olaylar karşısında pasif başaçıkma stratejilerinin daha çok kullanılmasına neden olduğunu saptamışlardır.

Yavuzer (1998), anne-baba tarafından kabul anlayışı ile yetiştirilen çocukların genellikle sosyalleşme sürecinde başarılı, işbirliğine hazır, arkadaş canlısı, duygusal açıdan dengeli ve mutlu bireyler olduğunu; reddedilen ya da ilgisiz tutumlarla yetiştirilen çocukların ise yardım duygusundan uzak, sinirli ve duygusal sorun yaşama eğiliminde olduklarını belirtmektedir. Kulaksızoğlu da (2000) benzer biçimde, demokratik ve eşitlikçi bir ortamda yetişen çocukların özgüven düzeylerinin yüksek ve sosyal ilişkilerde daha başarılı olduğunu belirtmektedir. Bu açıdan bakıldığında ilgisiz, otoriter ve koruyucu anne-baba tutumlarıyla yetiştirilen çocukların demokratik tutuma sahip ailede yetişen çocuklara göre, yetişkin yaşamda stresle başaçıkma pasif-duygu odaklı tutumlara daha yatkın oldukları ve bu açıdan risk altında oldukları ileri sürülebilir.

Sonuç olarak, küçük yerleşim birimlerinde uzun süre yaşayan ve daha sonra kentsel yaşama katılan öğrencilerle; anne ve babasını ilgisiz, otoriter ve koruyucu olarak algılayan öğrencilerin stresle başaçıkma pasif-duygu odaklı davranarak çaresiz yaklaşımı daha çok kullandıkları ve diğer öğrencilere göre psiko-sosyal desteğe daha çok ihtiyaç duydukları ileri sürülebilir. Araştırmada elde edilen bu sonuç doğrultusunda şu öneriler getirilebilir:

1. Küçük yerleşim birimlerinden gelen üniversite öğrencilerinin stres kaynakları araştırılabilir.

2. Küçük yerleşim birimlerinden gelen üniversite öğrencilerine yönelik psiko-sosyal uyum programları uygulamaya koyulabilir.
3. Küçük yerleşim birimlerinde öğrenim gören lise öğrencilerinin, üniversite yaşamına hazırlanması açısından okul rehberlik servisleri daha işlevsel duruma getirilebilir.
4. Üniversite öğrencilerine etkili stresle başaçıkma becerilerini kazandırma amacıyla eğitici seminerler verilebilir.
5. Yükseköğretim kurumlarında psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri daha etkili düzeyde yaygınlaştırılabilir.

KAYNAKÇA

- Akbağ, M. (1994). *Liseli ergenlerin anne-baba tutumlarını algılamaları ile uyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Akbağ, M. (2000). *Stresle başaçıkma tarzlarının üniversite öğrencilerinde olumsuz otomatik düşünceler, Transaksyonel Analiz, Ego Durumları ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Doktora Tezi.
- Alisinanoğlu, F. (1995). *Üniversite öğrencilerinin ben (ego) durumları ile ana-baba tutumlarını algılamalarını etkileyen bazı değişkenlerin incelenmesi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi.
- Atkins, F.D. & Krantz, S. (1993). Stres and coping among Missouri rural and urban children. *The Journal of Rural Health*, 9(2), 149-156.
- Aydın, İ. P. (2002). *İş yaşamında stres*. 2. Baskı, Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Bean, J. (1982). Student attrition, intentions and confidence: interaction effects in a path model. *Research in Higher Education*, 17, 291-321.
- Bowman, G. D. & Stern, M. (1995). Adjustment to occupational stress: the relationship of perceived control to effectiveness of coping strategies. *Journal of Counseling Psychology*, 42(3), 294-303.
- Can, G. (1991). Lise öğrencilerinin benlik kavramlarını etkileyen ailesel değişkenler. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1-2), 7-19.
- Carver, C. S., Weintraub, J. K. & Scheier, M. F. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based a

- approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Chang, E. (1998). Hope, problem-solving ability and coping in a college population: some implications for theory and practice. *Journal of Clinical Psychology*, 54(7), 953-962.
- Coyne, J. C., Aldwin, C. & Lazarus, R. S. (1981). Depression and coping in stressfull episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 90(5), 439-447.
- Doğan, T. (1999). *Başkent Üniversitesi öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Elgar, F. J., Arlett, C. & Groves, R. (2003). Stress, coping and behavioural problems among rural and urban adolescent. *Journal of Adolescence*, 26(5), 574-585.
- Endler, N. S. & Parker, J. D. A. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 844-854.
- Ertekin, Y. (1993). *Stres ve yönetim*. Ankara: Türkiye ve Ortadoğu Amme İdaresi Enstitüsü Yayınları.
- Fisher, S. (1994). *Stres in academic life. The mental assembly line*. London: Open University Press.
- Fleming, R., Baum, A. & Singer, J. E. (1984). Toward on integrative approach to study of stres. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 939-949.
- Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219-239.
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: a theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 839-852.
- Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1985). If it changes, it must be a process: study of emotion and coping during three stages of collage examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170.
- Glyshaw, K., Cohen, L. H. & Towbes, L. C. (1989). Coping strategies and psychological distress: prospective analyses of early and middle adolescents. *American Journal of Community Psychology*, 17(5), 607-623.
- Halstead, M., Johnson, S. B. & Cunningham, W. (1993). Measuring coping in adolescents: an application of the ways of coping checklist. *Journal of Clinical Child Psychology*, 22(3), 337-344.
- Hays, P. A. & Zouari, J. (1995). Stres, coping and mental health among rural, village and urban women in Tunisia. *International Journal of Psychology*, 30(1), 69-90.
- Hoffman, J. A. (1984). Psychological separation of late adolescents from their parents. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 170-178.
- İşmen, A. E. (1993). *Duygusal istismarın liseli ergenlerin kendini kabul seviyelerine etkisi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Karadayı, F. (1994). Üniversite gençlerinin algılanan anababa tutumları, anababıyla ilişkileri ve bunların bazı kişilik özellikleri ile bağıntısı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(32), 15-25.
- Karasar, N. (1986). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar, ilkeler, teknikler*. Ankara: Bilim Kitap Kırtasiye Ltd. Şti. 120-121.
- Köknel, Ö. (1998). *Zorlanan İnsan*. 4. Basım, İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Kulaksızoğlu, A. (2000). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Lazarus, R. S. & DeLongis, A. (1983). Psychological stress and coping in aging. *American Psychologist*, 38, 245-254.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- LeSergent C. M. & Haney, C. J. (2005). Rural hospital nurse's stressors and coping strategies: a survey. *International Journal of Nursing Studies*, 42(3), 315-324.
- Mallinckrodt, B. & Gerdes, H. (1994). Emotional social and academic adjustment of college students: a longitudinal study of retention. *Journal of Counseling and Development*, 72,281 - 287.
- McIntyre, J. G. & Dusek, J. B. (1995). Perceived parental rearing practices and styles of coping. *Journal of Youth and Adolescence*, 24(4), 499-509.
- Meesters, C. & Muris, P. (2004). Perceived parental rearing behaviours and coping in young adolescents. *Personality & Individual Differences*, 37(3), 513-522.
- Power, T. G. (2004). Stres and coping in childhood: the parents' role. *Parenting: Science & Practise*, 4(4), 271-317.
- Richter, J., Richter, G. & Eisemann, M. (1991). Perceived parental rearing, depression and coping behavior. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 26, 75-77.
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York: Mc Graw-Hill.
- Selye, H. (1974). *Stress without distress*. New York: Harper & Row, Publishers, Inc.
- Snyder, C. R. & Ford, C. E. (1987). *Coping with negative life events. clinical and social psychological perspectives*. New York: Plenum Press.
- Sun, S. Y. K., Cheung, S., Fung, W. & Mak, Y. (1999). Sociotrophy/autonomy and differential effects of coping styles on psychological well-being. *Psychologia*, 42, 16-27.
- Şahin, N. H. ve Durak, A. (1995). Stresle başa çıkma tarzları ölçeği: üniversite öğrencileri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 56-73.
- Şahin, N. H. (1994). *Stresle başa çıkma olumlu bir yaklaşım*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Yrd.Doç.Dr.T.Fikret KARAHAN
Arş.Gör.Hatice EPLİKOÇ

Yavuzer, H. (1998). *Çocuk psikolojisi*. 15. Basım. İstanbul:
Remzi Kitabevi.

Yöndem, Z. D. (1998). *Hükümlü kadınların stresle
başaçıkma stratejilerinin bazı değişkenler açısından
incelenmesi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal
Bilimler Enstitüsü Doktora Tezi.