

# ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNE VERİLEN SORUN ÇÖZME BECERİLERİ DERSİNİN ÖĞRENCİLERİN SORUN ÇÖZME BECERİLERİ VE BAZI DEĞİŞKENLERİ ÜZERİNE ETKİSİ\*

*THE EFFECT OF PROBLEM SOLVING COURSE GIVEN TO UNIVERSITY STUDENTS ON PROBLEM SOLVING SKILLS AND SOME OTHER VARIABLES OF STUDENTS*

Hülya Arslantaş<sup>1</sup>, Mehmet Eskin<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Aydın Adnan Menderes Üniversitesi,  
Hemşirelik Fakültesi,  
Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği  
Anabilim Dalı  
ORCID ID: 0000-0002-3018-2314

<sup>2</sup> Koç Üniversitesi,  
İnsani Bilimler ve Edebiyat Fakültesi,  
Psikoloji Bölümü  
ORCID ID: 0000-0001-9916-9268

#### Yazışma Adresi:

Prof. Dr. Hülya Arslantaş  
Aydın Adnan Menderes Üniversitesi,  
Hemşirelik Fakültesi,  
Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Ab. D.  
Adnan Menderes Üniversitesi  
Merkez Kampüsü, Kepez Mevkii Efeler,  
AYDIN/TÜRKİYE  
E-Posta: hulyaars@yahoo.com

**Gönderim tarihi:** 31 Ekim 2018  
**Kabul Tarihi:** 25 Aralık 2018

**Balikesir Sağlık Bilimleri Dergisi**  
**ISSN: 2146-9601**  
**e-ISSN: 2147-2238**

**bsbd@balikesir.edu.tr**  
**www.bau-sbdergisi.com**

\*Bu çalışma 29 Haziran-1 Temmuz 2017 tarihleri arasında Aydın'da gerçekleştirilmiş olan Adnan Menderes Üniversitesi 1. Uluslararası Sağlık Bilimleri Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

#### **ÖZ**

**AMAÇ:** Bu araştırma üniversite öğrencilerine verilen sorun çözme becerileri dersinin öğrencilerin sorun çözme becerileri ve bazı değişkenleri üzerine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

**YÖNTEM:** Araştırma ön test-son test düzende yarı deneysel olarak yapılmış olup araştırmanın evrenini 2014-2015 bahar döneminde batıda bir ilde bir üniversitenin ortak seçmeli ders havuzundan "Sorun Çözme Becerileri" dersini alan 63 öğrenci oluşturmuştur. Üniversitenin ortak seçmeli ders havuzundan "Sorun Çözme Becerileri" dersini alan öğrencilerden araştırmaya katılmaya gönüllü olanlar (n=57) örnekleme oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında "Kişisel Bilgi Formu" ve "Gözden Geçirilmiş Sosyal Sorun Çözme Envanteri", "Beck Depresyon Ölçeği", "İntihar Olasılığı Ölçeği", "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği" ve "Süreklilik Kaygı Ölçeği" kullanılmıştır.

**BULGULAR:** Öğrencilerin yaş ortalaması 19.91±2.15, %73.7'si erkek, %94.7'si gelir durumunu orta olarak tanımlamıştır. Öğrencilere verilen sorun çözme becerileri dersinin; gözden geçirilmiş sosyal sorun çözme envanterinin alt ölçekleri olan olumlu sorun yönelimi, olumsuz sorun yönelimi, akılcı sorun çözme tarzı, kaçınan sorun çözme tarzı, dürtüsel-dikkatsiz sorun çözme tarzı ile gözden geçirilmiş sosyal sorun çözme envanteri toplam puan ortalamalarına etki etmediği bulunmuştur. Sorun çözme becerileri dersinin öğrencilerin depresyon, intihar olasılığı, benlik saygısı ve süreklilik kaygı düzeyi puan ortalamalarını da etkilemediği bulunmuştur (p>0.05).

**SONUÇ:** Sorun çözme becerileri eğitiminin öğrencilerin sosyal sorun çözme becerilerine, depresyon risklerine, intihar olasılıklarına, benlik saygılarına ve sürekli kaygılarına etki etmediği bulunmuştur. Öğrencilere sistemli bir şekilde ve ihtiyaçları doğrultusunda sorun çözme basamaklarının uygulanması önerilebilir.

**ANAHTAR KELİMELE:** Üniversite öğrencisi, sorun çözme becerisi, eğitim.

#### **ABSTRACT**

**OBJECTIVE:** This study was carried out to determine the effect of problem-solving course given to students on problem-solving skills and some other variables of the students.

**METHODS:** This study was conducted in a semi-experimental pre-test post-test design and 63 students consisted of the target population of the study who registered "Problem Solving Skills" course from the common course pool of the university in 2014-2015 academic year spring term at a university in western Turkey. The sample consisted of voluntary students for the study (n=57) who registered to "Problem-Solving Skills" course from the common course pool of the university. "Personal Information Form", "Revised Social Problem Solving Inventory", "Beck Depression Inventory", "Suicide Possibility Scale", "Rosenberg Self-esteem Scale" and "Trait Anxiety Scale" were used in data collection.

**RESULTS:** Mean age of students was 19.91±2.15, 73.7% were male, 94.7% had middle income. The problem-solving skills course given to students was investigated with reviewed social problem-solving inventory sub-scales including positive problem orientation, negative problem orientation, rationale problem-solving style, avoidant problem-solving style, impulsive-careless problem-solving style and no significant effect was found between the mean of reviewed social problem-solving inventory total score. In addition, no significant effect was found between problem-solving skills course and students' mean scores of depression, suicide possibility, self-esteem, trait anxiety levels (p>0.05).

**CONCLUSION:** It was concluded that problem-solving skills course had no effect on problem-solving skills, depression risk, suicide possibility, self-esteem, trait anxiety of the students. Applying steps of problem-solving to students systematically and in accordance with their requirements can be recommended.

**KEY WORDS:** University student, problem-solving skill, education.

## GİRİŞ

Türk Dil Kurumuna göre (TDK) sorun "Araştırılıp öğrenilmesi, düşünülüp çözümlenmesi, bir duruma bağlanması gereken durum, mesele, problemdir." D'Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares ise "Sağlıklı bir işlevsellik için bireyden bir tepki gerektiren fakat kişinin karşılaştığı engeller yüzünden o an için etkili bir tepkinin olmadığı günlük yaşam ile ilgili bir durum veya iş" olarak tanımlamaktadırlar. İnsanların gündelik yaşamda karşılaştıkları sorunların dört grupta toplandığı görülmektedir. Bunlar: Kişisel sorunlar, insanlar arası sorunlar, kişisel olmayan sorunlar ve toplumsal sorunlardır. TDK çözüm'ü "Bir sorunun çözülmesinden alınan sonuç, hal", D'Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares ise sorun çözme bağlamında çözüm'ü "Bir sorun durumun çözümüne yönelik gerçekleştirilen problem çözme sürecinin sonucu olan bir başatma davranış örüntüsüdür." olarak tanımlamaktadırlar<sup>1,2</sup>. Heppner ve Krauskopf'a göre sorun çözme "Kişinin kendisi ve çevresi kaynaklı gereklilik ve zorluklara uyum sağlayabilmesi için gerekli olan bilişsel ve duyuşsal işlemler silsilesi ve davranışsal tepkiler" dir. Sorun çözme kişinin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal tepkilerinin düzenlenmesi olarak değerlendirilmektedir. Sorun çözme, kişi için gerek kendisi ve gerekse çevresi tarafından oluşturulan taleplere uyum sağlamak için yapılan işlemlerin toplamı olarak ele alınmaktadır<sup>3</sup>. Sorun çözme terapisi (SÇT), insanın günlük hayatta karşılaştığı problemler veya sorun durumlar karşısında zorlanmasından ve bu zorlanmanın sonucu gelişen bir takım ruhsal durumların çözümlenmesinde kullanılabilen bir sağaltım yöntemidir. SÇT bilişsel davranışçı bir psikoterapi yaklaşımıdır<sup>4</sup>. Birçok alanda yapılan çalışmalar sorun çözme eğitiminin bireylerin sorun çözme becerilerini arttırmaya katkısı olduğunu göstermektedir. Öztaban ve Adana lise öğrencisi erkek ergenlerde problem çözme eğitiminin; öğrencilerin sorun çözme becerilerini arttırdığını, kişilerarası iletişimlerini geliştirdiğini ve öfke duyguları ile baş etmelerine yardımcı olduğunu bildirmişlerdir<sup>5</sup>. Yaş ortalaması 9.6 yıl olan çocuklardaki aşırı öfke, saldırganlık ve yıkıcı davranışları azaltmak amacı ile üç ay süresince yapılan sosyal problem çözme eğitimi ve sosyal beceri eğitiminin çocuklardaki saldırganlığı, davranış problemlerini ve kızgınlık ifadesinin sıklığını azalttığı bulunmuştur<sup>6</sup>. Diyaliz hastalarına uygulanan sorun çözme eğitiminin depresyon düzeylerine ve sorun çözme becerilerine etkisini belirlemek amacıyla deney ve kontrol gruplarını içeren deneysel bir çalışma olarak planlanan çalışmada diyaliz hastalarına sekiz seanslık "Sorun çözme becerilerini geliştirme programı" uygulanmış, kontrol grubuna herhangi bir eğitim verilmemiştir. Sorun çözme

becerilerini geliştirme programı uygulanan olguların, sorun çözme becerilerinin gelişmesine paralel olarak depresif belirti düzeylerindedeki azalma olduğu saptanmıştır<sup>7</sup>. Çocuk suçlularda sosyal problem çözme eğitim programının etkinliğini araştırmak amacı ile yapılan müdahale ve kontrol gruplu bir çalışmada müdahale grubuna yapılan sosyal problem çözme eğitiminin eğitim öncesi ve sonrası puan ortalamaları karşılaştırıldığında müdahale grubunun saldırgan davranışlarında kontrol grubu ile karşılaştırıldığında azalma olduğu bulunmuştur<sup>8</sup>. Öğrencilerin probleme temellenmiş eğitim ve geleneksel öğretim metodları ile eğitim görmelerinin akademik başarı, kavramsal gelişim ve bilimsel süreç becerilerine katkısının karşılaştırıldığı bir çalışmada probleme temellenmiş eğitimin öğrencilerin kavramsal gelişimine katkısının geleneksel öğretim metoduna göre daha etkili olduğu bulunmuştur<sup>9</sup>. Şizofrenik hastalara uygulanan sorun çözme becerilerini geliştirme programının yaşam kalitesine etkisini araştırmak amacı ile yapılan bir çalışmada uygulanan 6 haftalık sorun çözme becerilerini geliştirme programı ile şizofrenik bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin yükseldiği belirlenmiştir<sup>10</sup>. Yıldız ve Eşkişu<sup>11</sup> problem çözme becerisi geliştirme programının 9. sınıf öğrencilerinin problem çözme becerisi üzerindeki etkisini belirlemek amacı ile yaptıkları çalışmada problem çözme becerilerini geliştirmeye yönelik eğitime katılan öğrencilerin problem çözme becerilerinin eğitim almayanlara göre anlamlı düzeyde yükseldiğini bildirmişlerdir. Depresyon ve intihar potansiyeli olan adolesanlar ve genç yetişkinlerde, problem çözme terapisinin etkinliğini araştırmak amacıyla müdahale ve kontrol gruplu olarak yapılan bir çalışmada müdahale grubunda depresyon ve intihar riski puanlarının kontrol grubuna göre azaldığı, problem çözme terapisi uygulanan grupta depresyon skorunda %77.8'lik, kontrol grubunda ise %15.8'lik bir iyileşme olduğu bildirilmiştir<sup>12</sup>. Malouff ve ark.<sup>13</sup> akıl ve fiziksel sağlık problemlerini azaltmada problem çözme terapisi etkinliğini araştırmak amacıyla 31 çalışmayı kapsayan bir meta analiz çalışmasında problem çözme terapisinin hiç tedavi olmama, her zamanki tedaviyi alma ve plasebo alanlara göre akıl ve fiziksel sağlık problemlerini azaltmada daha etkili olduğunu bulmuşlardır. Üniversite öğrencilerinin problem çözme becerilerini geliştirip ruh sağlığını korumak, bu konuda yardıma ihtiyacı olanları belirlemek ve olumsuzlukları ortadan kaldıracak önlemleri almak son derece önemlidir. Problem çözme becerisi yüksek olan bireyler, olumsuz duygu ve düşüncelerle baş edebilir, sağlıklı çözüm yolları üretebilir ve sundukları eğitim hizmetinin kalitesini artırabilirler.

Üniversite öğrencilerinin problem çözme ve problem çözmeye etki eden faktörlerinin belirlenmesi, var olan olumsuz düşüncelerinin erken tanınması ve uygun başa çıkma tarzlarının öğretilmesi için ders içeriklerinin geliştirilmesine yardımcı olacaktır. Bu nedenle bu araştırmada amaç üniversite öğrencilerine verilen sorun çözme becerileri dersinin öğrencilerin sorun çözme becerileri ve bazı değişkenleri üzerine etkisini belirlemektir.

## GEREÇ ve YÖNTEM

### Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırma ön test-son test düzende yarı deneysel olarak tasarlanmıştır. Derse kayıtlı öğrenci sayısı 63 olup araştırmada örneklem hesabına gidilmemiş, 2014-2015 bahar döneminde üniversitenin ortak seçmeli ders havuzundan "Sorun Çözme Becerileri" dersini alan öğrencilerden araştırmaya katılmaya gönüllü olanlar (n=57) örnekleme oluşturmuştur. Batıda bir ilde bir üniversitenin Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik ve Ebelik Bölümü Öğrencileri dışında Fen Edebiyat Fakültesi, Eğitim Fakültesi ve Tıp Fakültesi öğrencileri de üniversitenin ortak seçmeli ders havuzundan "Sorun Çözme Becerileri" dersini almışlardır. İlk hafta tanışma haftası olduğu için ikinci ders haftasında formlar uygulanmıştır. Örneklem evrenin % 90.5'ini temsil etmektedir. Araştırmaya alma kriteri olarak araştırmaya katılmaya gönüllü olmak ve daha önce sorun çözme becerileri dersine benzer ya da aynı içerikte ders almamış olmak olarak belirlenmiştir. Öğrencilere bahar döneminin ikinci ders haftasında eğitim öncesi formlar uygulanmış ve 12 hafta süren eğitimden 2 hafta sonra final haftasında ölçek uygulaması tekrarlanmıştır. Eğitim toplam 12 hafta sürmüş olup eğitimde "Sorun Çözme Terapisi" adlı kitabın<sup>4</sup> konuları olan; Sorun nedir? Çözüm nedir? Sorun çözme nedir? Sorun çözme ve çözümü uygulama arasındaki fark nedir? Sorun çözme terapisi nedir? Dayanıklılık ve başatma nedir? Sorun çözmeye kuramsal yaklaşımlar, sorun çözme basamakları ve sorun çözme terapisi uygulanan vaka örneklerinden oluşmuştur.

### Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında "Kişisel Bilgi Formu" ve "Gözden Geçirilmiş Sosyal Sorun Çözme Envanteri", "Beck Depresyon Ölçeği", "İntihar Olasılığı Ölçeği", "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği" ve "Süreklilik Kaygı Ölçeği" kullanılmıştır.

### Kişisel Bilgi Formu

Öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerini sorgulayan bir form olup araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda hazırlanmıştır. Toplam sekiz sorudan (yaş, cinsiyet, ekonomik durum, anne-babanın eğitimi, anne-babanın çalışması ve öğrencinin not ortalaması) oluşmaktadır<sup>4,2,11</sup>.

### Gözden Geçirilmiş Sosyal Sorun Çözme Envanteri (SSÇE)

D'Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares<sup>14</sup> tarafından 2002 yılında ölçeğin Psikometrik araştırmaları yapılmış olup, Türkçe'ye uyarlanması Eskin ve Aycan<sup>15</sup> tarafından 2009 yılında yapılmıştır. Gözden Geçirilmiş Sosyal Sorun Çözme Envanteri 0 "Benim için hiç doğru değil" ve 4 "Benim için çok doğru" arası puanlanan 5 basamaklı Likert tipi 52 maddeden oluşmaktadır. Tr-SSÇE-G, sosyal sorun çözme sürecinin farklı yönlerini değerlendiren beş alt ölçekten oluşmaktadır: (1) Olumlu sorun yönelimi (2) Negatif sorun yönelimi (3) Akılcı sorun çözme tarzı (4) Dürtüsel-dikkatsiz sorun çözme tarzı ve (5) Kaçınan sorun çözme tarzı. Yirmibeş maddelik Tr-SSÇE-G'nin kısa formu (Tr-SSÇE-G-K) bir önceki tümcede sayılan ve her biri beş maddelik ölçeklerden oluşmaktadır. Tr-SSÇE-G'nin uzun formu için ölçek puanları 0 ile madde sayısının 4 katı arasında değişmekteyken, kısa formu için 0 ile 20 arasında değişmektedir. Yüksek puanlar daha iyi problem çözme yeteneğine işaret etmektedir. Alt ölçeklerinin iç tutarlık katsayıları, 0.62 ile 0.92 arasında değişirken, test-tekrar test güvenilirlik katsayılarının 0.60 ile 0.84 arasında değiştiği bulunmuştur.

Tr-SSÇE-G-K'nın Türk örneklemlerde sosyal problem çözme becerisini ölçmede kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu bildirilmiştir. Bu araştırmada ölçeğin alt ölçeklerinin Cronbach Alpha değerleri 0.63 ile 0.94 arasında bulunmuştur.

### Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)

Beck<sup>16</sup> tarafından 1961 yılında geliştirilen Beck Depresyon Ölçeği 21 maddeden oluşmakta ve depresyon belirtilerinin şiddetini ölçmektedir. Beck Depresyon Ölçeği Türkçe'ye Hisli<sup>17</sup> tarafından 1988 yılında uyarlanmış ve ölçeğin yeterli düzeyde psikometrik özelliklere sahip olduğu gösterilmiştir. Yanıtlayan kişi depresyon belirtilerinin şiddetini 0 ile 3 arasında 4'lü bir ölçek üzerinde derecelendirmektedir. Beck Depresyon Ölçeği toplam puanları 0 ile 63 arasında değişmekte ve yüksek puanlar şiddetli depresyona işaret etmektedir. Bu araştırmada ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0.93 olarak bulunmuştur.

### İntihar Olasılığı Ölçeği (İÖÖ)

Cull ve Gill tarafından 1988 yılında geliştirilen İÖÖ 36 maddeden oluşmaktadır ve "hiçbir zaman ya da nadiren", "bazen", "sık sık" ve "çoğu zaman ya da her zaman" gibi 4'lü Likert tipi ölçek üzerinden cevaplanmaktadır. Ölçekten 2 tür puan elde edilmektedir: Ağırlıklı puan ve standardize T puanı. T-puanları ile el kitabındaki tablodan hem toplam puan hem de alt ölçek puanları için bir kişinin istatistikî olarak öldürücü intihar girişiminde bulunan kişiler grubunda yer alma olasılığını bildiren bir olasılık puanı elde edilir. Bu çalışmada ölçek toplam puanı her soru için 1 ile 4 arasında değişerek derecelendirilmiş bir puanlama anahtarı kullanılarak hesaplanmaktadır. Buna göre ölçekten alınacak toplam puan 36 ile 144 arasında değişmektedir<sup>18</sup>. Türkçe geçerlilik güvenilirliği ilk olarak Eskin tarafından 1993 yılında yapılan ölçeğin klinik örneklemdeki çalışması Atlı ve ark. tarafından yapılan çalışmanın Cronbach Alpha Güvenirlik analizi sonuçlarına göre İÖÖ'nün tüm örneklem için güvenirlilik katsayısı 0.89; alt ölçekler için 0.70 ile 0.89 arasında bulunmuştur. Buna göre gerek psikiyatrik hasta grubu için gerekse tüm örneklem için en uygun kesme noktasının 110 olduğu düşünülmüştür<sup>19,20</sup>. Bu çalışmada ölçeğin alt ölçeklerinin Cronbach Alpha değerleri 0.72 ile 0.91 arasında bulunmuştur.

### Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)

1965 yılında Rosenberg tarafından ergenlere yönelik benlik saygısı ölçüm aracı olarak geliştirilmiştir<sup>21</sup>. Çuhadaroğlu 1985 yılında ölçeği Türkçe'ye çevirmiş, geri çevirisi ve lise öğrencilerinde geçerlik güvenilirlik çalışmalarını yaparak Türkiye'deki ergenlerde de kullanılabilecek hale getirmiştir<sup>22</sup>. Rosenberg Amerikadaki ergenlerde yaptığı çalışmada benlik saygısını çeşitli başka özelliklerle birlikte değerlendirmek amacıyla başka küçük alt ölçeklerden de yararlanmıştır. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmasına bunlar da alınmıştır. Ama her bir alt ölçeğin ölçtüğü özellikler ve değerlendirmeleri farklıdır. Ölçekte 1., 2. ve 3. sorular, 4. ve 5. sorular, 9. ve 10. sorular birlikte değerlendirilmektedir. İlk üç sorudan herhangi ikisinden puan alıyorsa (2/3) bu kümeden bir puan almış olur. 4. ve 5. sorudan herhangi birinden puan alan şıklardan birini işaretlemişse yine bu kümeden de bir puan alır. 9. ve 10. sorular da 4. ve 5. gibi değerlendirilir. 6., 7. ve 8. soruların herbiri kendi başlarına puan alır. Böylece testi dolduran kişi tüm sorulardan puan aldığı zaman maksimum puanı 6 olmaktadır. 0-1 puan yüksek, 2-4 puan orta ve 5-6 puan düşük benlik saygısı düzeyi

olarak saptanmıştır. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0.82 olarak bulunmuştur.

### Süreklilik Kaygı Ölçeği (SKÖ)

Spielberg ve arkadaşları<sup>23</sup> tarafından 1983 yılında normal ve normal olmayan bireylerin sürekli ve durumluk kaygı düzeylerinin ölçülmesi amacıyla geliştirilen ölçek Türkçeye Öner ve Le Compte<sup>24</sup> tarafından 1983 yılında uyarlanmıştır. Bireyin kendini genellikle nasıl hissettiğini belirlemek için kullanılmaktadır. Süreklilik Anksiyete Ölçeğinin yanıtlanmasında maddelerin ifade ettiği duyuş, düşünce ya da davranışların sıklık derecesine göre "hemen hiçbir zaman" (1), "bazen" (2), "çok zaman" (3) ve "hemen her zaman" (4) seçeneklerinden birinin işaretlenmesi istenir. Toplam 20 maddeden oluşmaktadır. Bu bölümde yedi tane tersine dönmüş ifade bulunmakta olup bunlar: 1,6,7,10,13,16,19. maddelerdir. Doğrudan ifadelerin toplam puanından, tersine dönmüş ifadelerin toplam puanı çıkarılarak süreklilik anksiyete ölçeğinin değişmez değeri olan 35 sayısı eklendiğinde bireyin süreklilik anksiyete puanı elde edilmektedir. Ölçeğin değerlendirilmesinde 0-19 puan anksiyete yok, 20-39 puan hafif anksiyete, 40-59 puan orta derecede anksiyete, 60-79 puan ağır anksiyete, 80 puan panik olarak değerlendirilmektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0.91 olarak bulunmuştur.

### Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırma öncesi herhangi bir ön uygulama yapılmamıştır. Araştırma için Adnan Menderes Üniversitesi Aydın Sağlık Yüksekokulu Okul İdaresinden onay ve anket formu uygulamasından önce öğrencilerden yazılı onam alınmıştır. Formlar sınıf ortamında ve gözlem altında doldurulmuştur. Ayrıca öğrencilere bu araştırmanın dersi geçmede hiçbir etkisinin olmayacağı vurgulanmıştır.

### İstatistiksel Analiz

Veriler SPSS istatistik paket programında (Version 18, Chicago IL, USA) değerlendirilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde; temel istatistiksel analizler, bağımsız gruplarda t testi ve korelasyon analizi teknikleri kullanılmıştır. Sonuçlar %95'lik güven aralığında, anlamlılık p<0.05 düzeyinde değerlendirilmiştir.

### BULGULAR

Öğrencilerin yaş ortalaması 19.91±2.15 (Min:18-Max:31), %73.7'si erkek, %94.7'si gelir durumunu orta olarak tanımlamakta, %63.2'sinin annesi, %47.4'ünün babası ilkökul mezunu, %82.5'inin annesi çalışmamakta, %100'ünün babası çalışmaktadır. Öğrencilerin not ortalaması 76.50±9.57'dir (Min:60-Max:90).

Öğrencilere verilen sorun çözme becerileri dersinin; Gözden Geçirilmiş Sosyal Sorun Çözme Envanterinin alt ölçekleri olan Olumlu Sorun Yönelimi ( $t=0.666$ ;  $p=0.507$ ), Olumsuz Sorun Yönelimi ( $t=0.256$ ;  $p=0.799$ ), Akılcı Sorun Çözme Tarzı ( $t=0.754$ ;  $p=0.453$ ), Kaçınan Sorun Çözme Tarzı ( $t=0.610$ ;  $p=0.543$ ), Dürtüsel-Dikkatsiz Sorun Çözme Tarzı ( $t=-0.210$ ;  $p=0.834$ ) ile Gözden Geçirilmiş Sosyal Sorun Çözme Envanteri toplam puan ( $t=0.269$ ;  $p=0.788$ ) ortalamalarına etki etmediği bulunmuştur (Tablo 1).

**Tablo 1.** Sorun Çözme Becerileri Dersi Alan Öğrencilerin Gözden Geçirilmiş Sosyal Sorun Çözme Envanteri Toplam ve Alt Ölçekleri Ön Test Puanları ile Son Test Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçeğin alt ölçek ve toplam puanı	Ön Test				Son Test				t	p
	Min	Max	Ort	SS	Min	Max	Ort	SS		
Olumlu sorun yönelimi	11	25	18.69	3.52	11	25	18.21	3.99	0.666	0.507
Olumsuz sorun yönelimi	11	44	24.00	8.22	11	40	23.61	7.53	0.256	0.799
Akılcı sorun çözme tarzı	40	100	72.23	14.85	45	99	70.09	14.81	0.754	0.453
Kaçınan sorun çözme tarzı	9	23	14.79	3.65	7	25	14.35	3.82	0.610	0.543
Dürtüsel dikkatsiz sorun çözme tarzı	12	37	22.35	5.69	10	35	22.60	6.67	-0.210	0.834
Toplam Puan	7.56	17.93	12.60	2.34	8.08	17.95	12.48	2.59	0.269	0.788

Sorun çözme becerileri dersinin Beck Depresyon Ölçeği ( $t=0.122$ ;  $p=0.903$ ), İntihar Olasılığı Ölçeği ( $t=-0.002$ ;  $p=0.998$ ), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ( $t=0.550$ ;  $p=0.584$ ) ve Süreklilik Kaygı Ölçeği ( $t=-0.235$ ;  $p=0.815$ ) puan ortalamalarını etkilemediği bulunmuştur (Tablo 2).

**Tablo 2.** Sorun Çözme Becerileri Dersi Alan Öğrencilerin Beck Depresyon, İntihar Olasılığı, Rosenberg Benlik Saygısı ve Süreklilik Kaygı Ölçeği Ön Test Puanları ile Son Test Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçek Puanları	Ön Test				Son Test				t	p
	Min	Max	Ort	SS	Min	Max	Ort	SS		
Beck Depresyon Ölçeği	0	37	8.40	8.09	0	32	8.21	8.46	0.122	0.903
İntihar Olasılığı Ölçeği	41	100	63.73	14.26	40	102	63.74	16.53	-0.002	0.998
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	20	40	32.53	4.65	21	40	32.00	5.08	0.550	0.584
Süreklilik Kaygı Ölçeği	23	57	41.75	7.80	24	62	42.14	9.48	-0.235	0.815

Yapılan korelasyon analizinde öğrencilerin sosyal sorun çözme becerileri arttıkça; depresyonlarının ( $r=-0.485$ ;  $p=0.000$ ) ve intihar olasılıklarının azaldığı ( $r=-0.734$ ;  $p=0.000$ ), benlik saygılarının arttığı ( $r=-0.743$ ;  $p=0.000$ ), kaygılarının azaldığı ( $r=-0.740$ ;  $p=0.000$ ); depresyonları arttıkça; intihar olasılıklarının arttığı ( $r=0.689$ ;  $p=0.000$ ), benlik saygılarının azaldığı ( $r=-0.598$ ;  $p=0.000$ ) ve kaygılarının arttığı ( $r=0.679$ ;  $p=0.000$ ); intihar olasılıkları arttıkça; benlik saygılarının azaldığı ( $r=-0.734$ ;  $p=0.000$ ) ve kaygılarının arttığı ( $r=0.791$ ;  $p=0.000$ ); benlik saygıları arttıkça kaygılarının azaldığı ( $r=-0.779$ ;  $p=0.000$ ) bulunmuştur (Tablo 3).

**Tablo 3.** Sorun çözme Becerileri Dersi Alan Öğrencilerin Beck Depresyon, İntihar Olasılığı, Rosenberg Benlik Saygısı ve Süreklilik Kaygı Ölçeği Puanları Arasındaki İlişki

	Beck Depresyon Ölçeği	İntihar Olasılığı Ölçeği	Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Süreklilik Kaygı Ölçeği
Sorun Çözme Becerileri toplam puan	$r=-0.485$ ; $p=0.000$	$r=-0.734$ ; $p=0.000$	$r=-0.743$ ; $p=0.000$	$r=-0.740$ ; $p=0.000$
Beck Depresyon Ölçeği	-----	$r=0.689$ ; $p=0.000$	$r=-0.598$ ; $p=0.000$	$r=0.679$ ; $p=0.000$
İntihar Olasılığı Ölçeği	-----	-----	$r=-0.734$ ; $p=0.000$	$r=0.791$ ; $p=0.000$
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	-----	-----	-----	$r=-0.779$ ; $p=0.000$

## TARTIŞMA

Öğrencilere verilen sorun çözme becerileri dersinin; gözden geçirilmiş sosyal sorun çözme envanteri toplam puanına ve alt ölçek puanlarına etki etmediği bulunmuştur. Öztaban ve Adana<sup>5</sup> lise öğrencisi erkek ergenlere verilen problem çözme eğitiminin öğrencilerin sorun çözme becerilerini arttırdığını, kişilerarası iletişimlerini geliştirdiğini ve öfke duyguları ile baş etmelerine yardımcı olduğunu bildirmişlerdir. Yaş ortalaması 9.6 yıl olan çocuklardaki aşırı öfke, saldırganlık ve yıkıcı davranışları azaltmak amacı ile üç ay süresince yapılan sosyal problem çözme eğitimi ve sosyal beceri eğitiminin çocuklardaki saldırganlığı, davranış problemlerini ve kızgınlık ifadesinin sıklığını azalttığı bulunmuştur<sup>6</sup>. Çocuk suçlularda sosyal problem çözme eğitim programının etkinliğini araştırmak amacı ile yapılan müdahale ve kontrol gruplu bir çalışmada müdahale grubuna yapılan sosyal problem çözme eğitiminin eğitim öncesi ve sonrası puan ortalamaları karşılaştırıldığında müdahale grubunun saldırgan davranışlarında kontrol grubu ile karşılaştırıldığında azalma olduğu bulunmuştur<sup>8</sup>. Öğrencilerin probleme temellenmiş eğitim ve geleneksel öğretim metodları ile eğitim görmelerinin akademik başarı, kavramsal gelişim ve bilimsel süreç becerilerine katkısının karşılaştırıldığı bir çalışmada probleme temellenmiş eğitimin öğrencilerin kavramsal gelişimine katkısının geleneksel öğretim metoduna göre daha etkili olduğu bulunmuştur<sup>9</sup>. Yıldız ve Eşkisü<sup>11</sup> problem çözme becerisi geliştirme programının 9. sınıf öğrencilerinin problem çözme becerisi üzerindeki etkisini belirlemek amacı ile yaptıkları çalışmada problem çözme becerilerini geliştirmeye yönelik eğitime katılan öğrencilerin problem çözme becerilerinin eğitim almayanlara göre anlamlı düzeyde yükseldiğini bildirmişlerdir. Akpınar ve Barlas<sup>25</sup> yapmış oldukları çalışmada yoğun bakım servislerinde çalışan hemşirelere verilen sorun çözme eğitiminin hemşirelerin sorun çözme becerilerini geliştirmede etkili olduğunu bildirmişlerdir. Demirbağ<sup>26</sup> sorun çözme terapisinin, daha kısa ve grup formatında psiko eğitim şeklinde uygulanmasının depresyon belirtilerini azaltmada etkili olup olmadığını araştırmıştır. SCID-I'e göre depresyon tanısı alan 24 hastaya, 4 grup olarak, 4 hafta boyunca sorun çözme eğitimi uygulamış ve hastalardan, kabul ölçümü, eğitim

öncesi ölçüm, eğitim sonrası ölçüm ve izlem ölçümü olmak üzere 4 ölçüm almıştır. Hastaların eğitim sonrası ve izlemede ölçülen depresyon ve anksiyete düzeylerinin, kabul ve eğitim öncesine göre anlamlı oranda daha düşük olduğunu, hastaların eğitim sonrasında ve izlemede ölçülen sorun çözme beceri düzeylerinde, kabul ölçümüne göre anlamlı oranda bir yükselme olduğunu bulgulamış ve sorun çözme eğitiminin depresyonun tedavisinde etkili bir yol olduğunu bildirmiştir. Molnár ve Csapó<sup>27</sup> 9-18 yaş aralığındaki 4371 öğrenciyi kapsayan araştırmalarında eğitim hayatları boyunca çeşitli yaklaşımlara göre sorun çözme becerileri eğitimi verilen ergenlerin sorun çözme becerilerinin arttığını bildirmişlerdir. Argaw ve arkadaşları<sup>28</sup> probleme temellenmiş öğrenme yöntemi ile fizik dersinin öğrencilerin öğrenme motivasyonu ve problem çözme becerileri üzerine etkisini değerlendirmek amacı ile yaptıkları girişimsel çalışmada kontrol grubunda yer alan öğrencilere göre müdahale grubunda yer alan öğrencilerin öğrenme motivasyonunun ve problem çözme becerilerinin olumlu yönde arttığını bulgulamışlardır. Alanyazın çalışma bulgularının aksine bizim yaptığımız çalışmada sorun çözme becerileri dersinin öğrencilerin sorun çözme becerilerine etki etmediği bulunmuştur. Bunun nedeninin dersin basamaklandırılarak ve terapi formatında değil teorik bilgi şeklinde işlenmiş olmasından kaynaklanmış olabileceği düşünülmüştür. Ayrıca dersin öğrencilerin ihtiyacına göre değil genel olarak aynı eğitim standardında işlenmiş olması ve bireyselleştirilmiş olmaması da sonucun bu şekilde çıkmasına neden olmuş olabilir. Sorun çözme becerileri dersinin öğrencilerin depresyon risklerine, intihar olasılığına, benlik saygılarına ve süreklilik kaygı puan ortalamalarına etki etmediği bulunmuştur. Diyaliz hastalarına uygulanan sorun çözme eğitiminin depresyon düzeylerine ve sorun çözme becerilerine etkisini belirlemek amacıyla deney ve kontrol gruplarını içeren deneysel bir çalışma olarak planlanan çalışmada diyaliz hastalarına sekiz seanslık "Sorun çözme becerilerini geliştirme programı" uygulanmış, kontrol grubuna herhangi bir eğitim verilmemiştir. Sorun çözme becerilerini geliştirme programı uygulanan olguların, sorun çözme becerilerinin gelişmesine paralel olarak depresif belirti düzeylerindedeki azalma olduğu saptanmıştır<sup>7</sup>.

Depresyon ve intihar potansiyeli olan adölesanlar ve genç yetişkinlerde, problem çözme terapisinin etkinliğini araştırmak amacıyla müdahale ve kontrol gruplu olarak yapılan bir çalışmada müdahale grubunda depresyon ve intihar riski puanlarının kontrol grubuna göre azaldığı, problem çözme terapisi uygulanan grupta depresyon skorunda %77.8'lik, kontrol grubunda ise %15.8'lik bir iyileşme olduğu bulunmuştur<sup>12</sup>. Malouff ve ark.<sup>13</sup> akıl ve fiziksel sağlık problemlerini azaltmada problem çözme terapisi etkinliğini araştırmak amacıyla 31 çalışmayı kapsayan bir meta analiz çalışmasında problem çözme terapisinin hiç tedavi olmama, her zamanki tedaviyi alma ve plasebo alanlara göre akıl ve fiziksel sağlık problemlerini azaltmada daha etkili olduğunu bulmuşlardır. Alanyazın çalışma bulgularının aksine bizim yaptığımız çalışmada sorun çözme becerileri dersinin öğrencilerin depresyon risklerine, intihar olasılığına, benlik saygılarına ve süreklilik kaygı puan ortalamalarına etki etmediği bulunmuştur. Bunun nedeni yukarıda sorun çözme becerileri dersinin öğrencilerin sorun çözme becerilerine etki etmemesine bağlı yapılan açıklamaların yanısıra seçmeli dersleri öğrencilerin gerçekten ihtiyaçları olduğu için değil ders kredilerini doldurmak amacı ile seçiyor olmaları, hangi ders açılırsa açılın dersin boş kontenjanının olmasının veya ders saatlerinin öğrenci açısından almaya uygun olması nedeniyle dersi seçiyor olmaları da bu sonuçları açıklıyor olabilir. Yapılan korelasyon analizinde öğrencilerin sosyal sorun çözme becerileri arttıkça; benlik saygılarının arttığı, depresyonlarının, intihar olasılıklarının ve kaygılarının azaldığı, depresyonları arttıkça; intihar olasılıklarının ve kaygılarının arttığı, benlik saygılarının azaldığı, intihar olasılıkları arttıkça; benlik saygılarının düştüğü ve kaygılarının arttığı, benlik saygıları arttıkça kaygılarının azaldığı bulunmuştur. Tezel ve ark.<sup>29</sup> yapmış oldukları çalışmada öğrencilerin problem çözme becerileri ile depresyon düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu, depresyonu olmayan öğrencilerin problem çözme becerilerinin, depresyonu olan öğrencilerin problem çözme becerilerinden yüksek olduğunu bildirmişlerdir. Ünüvar<sup>30</sup> yapmış olduğu çalışmada benlik saygısı yüksek ergenlerin daha olumlu problem çözme becerisine sahip olduğunu bulgulamıştır. Çekici ve Güçray<sup>31</sup> sosyal problem çözme beceri eğitiminin öğrencilerin dünyaya yönelik öfke düşüncelerini olumlu yönde etkilediğini ve sürekli kaygı puanlarını azalttığını bildirmişlerdir.

#### ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Sorun çözme becerileri eğitiminin öğrencilerin sorun çözme becerilerine ve diğer değişkenleri üzerine etkisini

inceleyen yapılmış girişimsel çalışma çok fazla olmadığı için giriş ve tartışma bölümündeki literatür bilgisi konu ile ilgili ancak başka örneklem gruplarında yapılmış olan çalışmalarla desteklenmek zorunda kalmıştır.

#### SONUÇ ve ÖNERİLER

Sorun çözme becerileri eğitiminin öğrencilerin sosyal sorun çözme becerilerine, depresyonlarına, intihar olasılıklarına, benlik saygılarına ve sürekli kaygılarına etki etmediği bulunmuştur. Öğrencilerin sosyal sorun çözme becerileri arttıkça; benlik saygılarının arttığı, depresyonlarının, intihar olasılıklarının ve kaygılarının azaldığı, depresyonları arttıkça; intihar olasılıklarının ve kaygılarının arttığı, benlik saygılarının azaldığı, intihar olasılıkları arttıkça; benlik saygılarının düştüğü ve kaygılarının arttığı, benlik saygıları arttıkça kaygılarının azaldığı bulunmuştur. Öğrencilerin seçmeli dersleri gerçekten ihtiyacı olduğu alanlarda almaları yönünde danışmanları tarafından yönlendirilmeleri, öğrencilere sistemli bir şekilde ve ihtiyaçları doğrultusunda sorun çözme basamaklarının uygulanması, bu tarz derslerin az sayıdaki öğrencilerle ve grup terapi formatında işlenmesi önerilebilir.

#### KAYNAKLAR

1. Türk Dil Kurumu. <http://www.tdk.gov.tr> Erişim tarihi: 08.01.2018.
2. D'Zurilla TJ, Nezu AM, Maydeu-Olivares A. Social Problem Solving: Theory and Assessment. In: Social Problem Solving: Theory, Research, and Training. Edward C. Chang, Thomas J. D'Zurilla, and Lawrence J. Sanna. 1. baskı, s. 276, American Psychological Association; 2004.
3. Heppner PP, Krauskopf CJ. An information-processing approach to personal problem solving. *The Counseling Psychologist*. 1987; 15(3): 371-447.
4. Eskin M. Sorun Çözme Terapisi. Ankara: Hekimler Yayın Birliği; 2009.
5. Öztaban Ş, Adana F. Lise öğrencisi erkek ergenlerde problem çözme eğitiminin; problem çözme becerisi, kişilerarası ilişki tarzı ve öfke kontrolü üzerine etkisi. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*. 2015; 17(1): 21-36.
6. Sukhodolsky DG, Golub A, Stone EC, Orban L. Dismantling anger control training for children: A randomized pilot study of social problem-solving versus social skills training components. *Behavior Therapy*. 2005; 36: 15-23.
7. Küçük L, Işıl Ö. Diyaliz olgularına uygulanan sorun çözme eğitiminin depresyon düzeylerine ve sorun çözme becerilerine etkisi. *Türkiye Klinikleri J. Med. Sci.* 2009; 29(6): 1638-49.
8. Ang RP. Social problem-solving skills training: Does it really work? *Child Care in Practice*. 2003; 9(1): 5-13.

9. Taşoğlu AK, Bakaça M. The effects of problem based learning and traditional teaching methods on students' academic achievements, conceptual developments and scientific process skills according to their graduated high school types. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 2010;2:2409–13.
10. Akpınar Ş, Kelleci M. Şizofrenik hastalara uygulanan sorun çözme becerilerini geliştirme programının yaşam kalitesine etkisi. *Klinik Psikiyatri*. 2008; 11: 180-190.
11. Yıldız SA, Eşkisü M. Problem çözme becerisi geliştirme programının 9. sınıf öğrencilerinin problem çözme becerisi üzerindeki etkisi. *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2011;13(1):189-206.
12. Eskin M, Ertekin K, Demir H. Efficacy of a problem-solving therapy for depression and suicide potential in adolescents and young adults. *Cogn. Ther. Res*. 2008; 32: 227–45.
13. Malouff JM, Thorsteinsson EB, Schutte NS. The efficacy of problem-solving therapy in reducing mental and physical health problems: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*. 2007; 27: 46–57.
14. D'Zurilla TJ, Nezu AM, Maydeu-Olivares A. Manual for the Social Problem Solving Inventory-revised (SPSI-R). North Tonawanda: Multi-Health Systems; 2002.
15. Eskin M, Aycan Z. Gözden geçirilmiş sosyal sorun çözme envanteri'nin Türkçe'ye (Tr-SSÇE-G) uyarlanması güvenilirlik ve geçerlik analizi. *Türk Psikoloji Yazıları*. 2009;12(23): 1-10.
16. Beck AT. An inventory for measuring depression. *Arch. Gen. Psychiatry*. 1961; 4:561-571.
17. Hisli N. Beck Depresyon Envanteri'nin geçerliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Dergisi*. 1988;6 (22):118-22.
18. Cull JG, Gill WS. Suicide probability scale. Western Psychological Services;1988.
19. Eskin M. Reliability of the turkish version of the perceived social support from friends and family scales, scale for interpersonal behavior, and suicide probability scale. *Journal of Clinical Psychology*. 1993; 49 (4): 515–22.
20. Atlı Z, Eskin M, Dereboy Ç. İntihar olasılığı ölçeğinin (İÖÖ) klinik örneklemede geçerlik ve güvenilirliği. *Klinik Psikiyatri*. 2009; 12: 111-24.
21. Rosenberg M: Society and the Adolescent Self-Image,1.baskı, s.112-126, Princeton University Press.,Princeton (1965).
22. Çuhadaroğlu F. Adolesanlarda Benlik Saygısı [Uzmanlık Tezi]. Hacettepe Üniversitesi; 1986.
23. Spielberger CD, Gorsuch RL, Lushene R, Vagg PR, Jacobs GA: Manual for the State-Trait Anxiety Inventory,1.baskı,s.68-73, CA: Consulting Psychologists Press., Palo Alto (1983).
24. Öner N, Le Compte A: Süreksiz Durumluk/Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı, 2. baskı,s.14-15, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları., İstanbul (1985).
25. Akpınar H, Barlas. Yoğun bakım servislerinde çalışan hemşirelere uygulanan sorun çözme eğitiminin hemşirelerin sorun çözme becerilerine etkisi. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Tıp Dergisi*. 2015; 2(3): 12-7.
26. Demirbağ E. Depresyonun Sağaltımında Sorun Çözme Eğitiminin Etkililiği [Yüksek Lisans Tezi]. Adnan Menderes Üniversitesi; 2013.
27. Molnár G, Csapó B. The efficacy and development of students' problem-solving strategies during compulsory schooling: Logfile analyses. *Front. Psychol*. 2018; 9:302.
28. Argaw AS, Haile BB, Ayalew BT, Kuma SG. The effect of problem-based learning (PBL) instruction on students' motivation and problem-solving skills of physics. *EURASIA Journal of Mathematics Science and Technology Education*. 2017; 13(3):857-71.
29. Tezel A, Arslan A, Sevban A, Topal M, Aydoğan Ö, Koç ve ark. Hemşirelik öğrencilerinin problem çözme becerileri ve depresyon düzeylerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*. 2009; 12: 4.
30. Ünüvar A. Çok yönlü algılanan sosyal desteğin 15-18 yaş arası lise öğrencilerinin problem çözme becerisine ve benlik saygısına etkisi [Yüksek Lisans Tezi]. Selçuk Üniversitesi; 2003.
31. Çekici F, Güçray S. Problem çözme terapisine dayalı beceri geliştirme grubunun üniversite öğrencilerinin sosyal problem çözme becerileri, öfkeyle ilişkili davranış ve düşünceler ile sürekli kaygı düzeylerine etkisi. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 2012; 21(2): 103-28.