

ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER
ANABİLİM DALI

11910

HEPPNER'İN PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİNİN
UYARLAMA, GÜVENİRLİK VE GEÇERLİK
ÇALIŞMALARI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SABAHAT TAYLAN

11810

DANIŞMAN: DOÇ.DR. FÜSUN AKKOYUN

ANKARA, NİSAN-1990

Y. G.
Yükseköğretim Kurulu

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	IV
TABLolar LİSTESİ.....	V

I. BÖLÜM

Problem.....	1
Amaç.....	9
Önem.....	10
Sayıtlılar.....	10
Tanımlar.....	11

II.BÖLÜM

II.PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ.....	12
Aşamaları.....	21
Problem Çözme ve Bandura'nın Kendine Yeterlik Modeli....	29
Problem Çözme Becerisini Geliştirme.....	34

III. BÖLÜM

III. YÖNTEM.....	36
Araştırma Grupları.....	36
Verilerin Toplanması.....	38
Kullanılan Araçlar.....	38
Verilerin Çözümlemesi.....	45

IV. BÖLÜM

IV. BULGULAR VE YORUM.....	46
Güvenirlik Çalışmaları.....	46
Geçerlik Çalışmaları.....	48

V. BÖLÜM

V. ÖZET, SONUÇ ve ÖNERİLER.....	52.
Özet.....	52
Sonuç.....	54
Öneriler.....	56
KAYNAKÇA.....	57
EK-Problem Çözme Envanteri.....	62



ÖNSÖZ

Günümüzde endüstrileşme ve teknolojinin hızla gelişmesi, bireyi, yeni problemler ve bu problemleri çözme durumuyla karşı karşıya bırakmaktadır. Birey, problemlerini çözebildiği sürece kendine güveni artmakta, yeni problemleri çözebilme gücünü kendinde bulabilmektedir. Çözülemeyen problemlerin sayısı arttıkça ise, yeni problemlerle uğraşmak için gerekli enerjiyi bulamamakta ve artan problemler karşısında ruh sağlığı tehlikeye girebilmektedir.

Ülkemizde problem çözme ile ilgili bir araştırmaya rastlanmamıştır. Oysa, bireylerin problemlerini çözebilmeye yardımcı olabilmek için, problem çözme becerilerini değerlendirmede kullanılacak bir araca ihtiyaç vardır. Özellikle psikolojik danışma alanında danışanın problem çözme becerisini arttırmak önemlidir. Bu çalışmada Türkçe'ye uyarlanan Problem Çözme Envanteri'nin bu ihtiyaca cevap verebileceği düşünülmektedir.

Sabahat Taylan

TABLÖLAR LİSTESİ

1. Araştırma Grubu 3'deki Öğrencilerin Okul, Sınıf ve Cinsiyete Göre Dağılımı..... 37
2. İngilizce ve Türkçe Uygulamalarından Elde Edilen Ortalama Puanlar ve Test-Tekrar Test Güvenirlik Katsayıları.....46
- 3 .PÇE ve Alt Ölçekleri ile Sürekli Kaygı ve Kendini Kabul Envanteri Puanları Arasındaki İlişkiler.....48
- 4 .PÇE Puanları Bakımından Cinsiyet, Sınıf ve Programa Göre Varyans Analizi..... 49
5. Sınıf ve Program Bakımından Varyans Analizi Sonuçları....50
6. Birinci Sınıflar İçin Programlar Arasındaki t Testi Sonuçları.....50

I. B Ö L Ü M

Problem

Günümüz insanı, giderek karmaşıklaşan toplum içinde kendini sürekli problem durumu ile karşı karşıya bulmaktadır. Bu problem durumları, sabah hangi kıyafeti giyeceğine karar verme gibi az çatışmalı bir durumdan amirle, eşle veya arkadaşla çatışmaya kadar değişmektedir. Günlük yaşantılarımızda karşılaştığımız hemen her durumun bir problem çözme işlemini gerektirdiği görülmektedir.

Her insanın hayatı boyunca çeşitli sorunlarla karşılaşması ve bu sorunların üstesinden gelmek için uygun çözüm yolları aramaya çalışması doğaldır ve bu, yaşam boyunca sürmektedir. Sorunlarla karşılaşmak ve bunlara çözüm bulmaya çalışmak belli bir yaş dönemine özgü değildir. İnsanlar her yaş döneminde çözülmesi gereken özel sorunlarla karşılaşır. Gerek günlük yaşantılardan, gerekse yaşam dönemlerinden kaynaklanan tüm sorunlar, insanların yaşamlarını etkin bir şekilde sürdürebilmeleri için problem çözme becerilerini kullanmalarını gerektirmektedir.

Problem kavramı çok geniş kapsamlıdır. Bir öğrenci için derslerinde başarısız olması problem oluşturduğu gibi, bir bilim adamı için de halihazırda bulunan ve araştırılacak olan konular, gelecek için yapılacak birçok buluşlar birer problem olarak ortaya çıkmakta ve çözüm gerektirmektedir.

Morgan'a (1985) göre problem, temelde, bireyin bir hedefe ulaşmada engellenme ile karşılaştığı bir çatışma durumu-

dur. Binbaşıoğlu'na (1982) göre problem, bireyin karşılaştığı içinden çıkılmaz gibi görünen "yeni durumlar"dır. Köhler (1925) ise "engel", "labirent" ya da bir hedef için "netleştirilmiş bir yol"un eksikliği gibi bazı hususlar bakımından tanımlamaktadır (Alıntı kaynak; Heppner ve Krauskopf, 1987). Heppner ve Krauskopf (1987) ayrıca, bu tanımların problem çözmedeki ilerlemeleri ve gelişimsel farklılıkları içermediğini ve problemlerin zorluğu üzerinde odaklaştığını, kolay problemleri ve bunları çözmenin nasıl öğrenildiğinin gözardı edildiğini belirtmektedir.

D'Zurilla (1971) ise problemi, bireyin i ya da dış görevlere (demands) tepki vermede güçlük çektiği bir durum olarak tanımlamaktadır. Verilen tepkinin yoğunluğu, içinde bulunulan duruma göre değişmektedir. Bu tanım daha geniş kapsamlıdır ve işsizlik, depresyon, evlilikteki uyuşmazlık gibi açıkça gözlenebilen problemler kadar, işte terfi beklentisinin gerçekleşmemesi, meslek arzularını yerine getirememesi gibi problemleri de içermektedir.

Problem aynı zamanda, insanların farkına varmadıkları problemleri de içermektedir. Bir problem, çözüm için basit bir tepki gerektirirken, bir diğeri geniş bir problem çözme sürecini gerektirebilir. Karmaşık problemler hem psikolojik gelişme için bir olanak sağlayabilir, bazen de psikolojik rahatsızlıklara neden olabilirler.

Bir durumun problem niteliği kazanması için, o durumun kişinin kendisi tarafından problem olarak algılanması gerekir. Eğer kişi, karşılaştığı olumsuz bir durumu problem olarak algılamazsa, bu durum onu rahatsız etmeyecek ve bu yüzden çözüm bulma çabası ortaya çıkmayacaktır.

Problem çözüme, yalnızca kişi bazı düzeylerde tepki vermesi gerektiğini algıladığı zaman başlayabilir. Ayrıca, bireyin bir hedefinin olması gerekir ki, böylece elde etmek istediği hedefe ulaşma yollarını bulmak için çaba sarfetsin.

Bir problem kişiye dışarıdan (kişinin çevresindeki biri tarafından) empoze edilmiş olabilir ya da kişinin içsel yapısından türeyebilir (Örneğin; paranoyada olduğu gibi D'zurilla, objektif bakıştan ziyade algılama tarzı bakımından problemlere yaklaşmanın önemli olduğunu belirtmektedir)(Alıntı kaynak, Heppner ve Krauskopf, 1987).

Problemler alışılmış olmaları ve yaratıcılık gerektirmeleri bakımından da farklılaşmaktadırlar (Anderson,1980). Alışılmış problemler, bir kişinin tipik olarak bir tepkiye hazır olduğu durumlardır. Örneğin; bir arkadaşına telefon edip etmemekte tereddüt, yemek ısmarlarırken, bir giysi satın alırken renk veya model bakımından kararsız kalma gibi. Bu gibi görevler genelde bir problem olarak düşünülmediği gibi, zorlukları da farkedilmez, alışılmış şekilde yerine getirilirler.

Problemlerden bazıları öncelikle yeni ya da yaratıcı tepkiler gerektirirler. Bu problemlerle karşılaşıldığında çözümü için düşünmek, yeni çözüm yolları aramak gerekir. Örneğin; derslerinde başarısız olan bir öğrenci, bunun nedenlerini aramak, yeni ders çalışma yöntemleri geliştirmek zorundadır.

İnsanlar farklı problemlere farklı tepkiler vermektedirler. Problemin zorluk derecesi de kişiden kişiye değişir. Bir kişiye çözümü kolay gelen bir problem, bir başkasına çözümü imkânsız gibi görünebilir. Örneğin; bir birey için insanlarla iletişim kurmak kolay ve zorlanmadan yaptığı bir davranım iken bir diğeri için son derece zor ve ürkütücü bir durum olabilir.

Bir problemi çözümedeki başarı, problemin ciddilik derecesi ya da karmaşıklık düzeyi ile bunların ele alınış biçiminin etkililiğine bağlıdır. Problemin ele alınış biçimi de kişiden kişiye değişmektedir. Klinik olarak "anormal davranış" ya da "duygusal rahatsızlık" olarak kabul edilen davranışlar etkisiz davranışın sonucu olarak görülürler.

Burada birey, etkisiz davranışlarının sonucu olarak yaşamındaki kişisel ve durumsal problemleri çözmekte yetersiz kalmakta ve yetersiz atılımlar yapmaktadır. Böylece çevresinde gittikçe artan problemler, kaygı ve depresyon gibi sonuçlara da yol açabilmektedir(D'zurilla ve Goldfried, 1971).

Birey problemini çözümede başarısız kaldıkça ve çözülmeyen problemler biriktikçe ruh sağlığı tehlikeye girebilmektedir. Bireyin ruh sağlığının yerinde olması problemlerini etkili bir şekilde çözebilmesine bağlı görülmektedir.

Son yıllarda problem çözme ve uyum arasındaki ilişki birçok araştırmacı tarafından araştırılmıştır. Bu araştırmalarda genellikle problem çözme envanteri ve psikolojik uyumu ölçen MMPI, SCL-90 gibi testler kullanılmıştır.

Depresyonla ilgili çalışmalar depresif bireylerin kişilerarası ya da sosyal problemleri etkili olarak çözme yeteneklerinde eksiklikler olduğunu göstermiştir.

Problem çözme ve depresyon arasındaki ilişki birçok araştırmacı tarafından (Gotlib ve Asarnow, 1979; Nezu,1985; Heppner ve ark., 1985; Nezu ve Ronan, 1985; Nezu,1986; Nezu ve ark., 1986) incelenmiştir. Bu araştırmaların sonucunda,

a) Problem çözümede etkili olanların; daha az depresyon, daha az durumluk ve sürekli kaygı ve daha fazla içsel kontrol yönelimi, daha az problem ifade ettikleri,

- b) Problem çözüme ile uzun ve kısa süreli depresyonun özellikle de uzun süreli depresyonun ilişkili olduğu,
- c) Olumsuz yaşam stresi ve problemleri çözememenin depresif semptomlara neden olduğu,
- d) Depresif bireylerin problemlerini çözümede daha az etkili, problem çözerken daha az sistematik oldukları,
- e) Depresif bireylerin problemler üzerinde kişisel kontrollerinin az olduğu,
- f) Problemlerini etkili olarak çözenlerin olumsuz yaşam durumları karşısında depresif semptomlara daha az eğilimli oldukları bulunmuştur. Bu sonuçlara göre problem çözmenin önemli yaşam değişikliklerini izleyen farklı depresif ruh durumlarını açıklamada önemli bir değişken olduğu düşünülebilir.

Heppner ve Anderson (1985), kolej öğrencilerinin problem çözme becerileri ve psikolojik uyumları arasında ilişki olup olmadığını incelemişlerdir. Sonuçları, problem çözme yeteneği ile psikolojik uyum arasında ilişki olduğunu göstermiştir. Problemlerini etkili olarak çözemeyenlerin diğerlerine göre;

- a) Daha fazla duygusal problemleri olduğu ve problemlerini yardımsız çözemedikleri,
- b) Yaşamdan daha doyumsuz ve daha düşük benlik kavramına sahip oldukları,
- c) Başkalarının beklenti ve niyetlerini anlamada güçlükleri olduğu,
- d) Daha fazla kaygılı, endişeli, güvensiz ve aşırı duyarlı oldukları,
- bulunmuştur. Problemlerle etkili olarak başa çıkmanın

psikolojik uyumla ilişkili olduğu görülmektedir.

Platt ve Spivack (1974), duygusal rahatsızlığı olan ergenlerle normal ergenler üzerinde yaptıkları araştırmada problemlerin boyutlarını incelemişlerdir. Sonuçta, hasta olmaya (çevrelerine doyum verici bir uyum yapmış oldukları varsayılan ergenlerin,

a) Kişilerarası ilişkilerde hedeflerini ve etkili iletişim yöntemlerini belirleyebildikleri,

b) Bir duruma başka insanların bakışı açısından bakabildikleri bulunmuştur. Bu sonuçlar problemlerle etkili olarak başa çıkabilmenin kişilerarası ilişkilerde başarıyla ilişkili olduğunu göstermektedir.

Platt ve arkadaşları(1972), yetişkin psikiyatrik hastalar ve normal kontrol grubu arasında problem çözme bilincindeki farklılıkları incelemişlerdir. Sonuçta, psikiyatri kriterlerine göre zayıf davranışsal uyum gösterenlerin gerçek yaşam problemlerinde, normallere göre, kendilerini daha az yönlendirebildikleri ve bu gibi durumlarla özdeşleşmiş amaçları için daha az etkili tepki gösterebildikleri bulunmuştur.

Heppner ve arkadaşları (1987), kişinin genel olarak problem çözmede kendini değerlendirmesi ile fiziksel ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Sonuçlar, problemleri çözme yeteneğini değerlendirme ve psikolojik uyumun yönü (SCL-9 ile ölçülen) arasında ilişki olduğunu göstermiştir. Problemleri çözmede kendini başarısız olarak değerlendirenler daha fazla sıkıntılı, kişilerarası ilişkilerde aşırı duyarlı, depresif ve obsesif-kompulsif davranışlara sahip bulunmuşlardır. Ayrıca bunlar daha fazla düşmanlık göstermişlerdir. Fiziksel sıkıntılara

bakımından gruplar arasında fark bulunamamıştır.

İntihara teşebbüs etmiş ergenlerde problem çözme davranışı Levenson ve Neuringer(1971) tarafından araştırılmıştır. Araştırmada problem çözme yeteneği ve kendini yıkıcı davranışlar (self-destructive behavoir) arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Kendini-yıkıcı davranış gösterenlerin problem çözme kapasitesinde büyük eksiklik olduğu düşünüldüğünden intihara teşebbüs eden ergenler üzerinde odaklaşmıştır. Sonuçta, intihara teşebbüs eden ergenler kendilerine verilen problemleri çözmede psikiyatrik ve normal gruplara göre daha fazla başarısız olmuşlardır.

Marchioni ve arkadaşları(1985) ise, hapse girmiş erkeklerin problem çözme yeteneğini araştırmış ve sabıkalı olanların problemli durumlarda daha içtepsel (impulsive) davrandıklarını bulmuşlardır. Ayrıca MMPI'nin bazı alt ölçekleri ile (F, L, Re, Do, D) Problem Çözme Envanteri puanlarında normallerle bu gruptaki erkeklerin puanları arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Problem çözmeye ilgili olarak yapılan araştırmalar çoğunlukla üniversite öğrencileri üzerinde ve Problem Çözme Envanteri (Heppner, 1982) kullanılarak yapılmıştır. Bu araştırmaların sonuçları, problem çözme ve psikolojik uyum arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Etkin olarak problem çözenin kendine güven, problemleri çözmek için çaba gösterme ve kişisel kontrolle ilişkili olduğu görülmüştür.

Alıştığı çevresinden ve ailesinden ayrılıp üniversiteye başlayan öğrenciler, kendilerini alışılmadık bir ortamda bulmakta yepyeni problemlerle karşı karşıya kalmaktadırlar. Bu problemlerle başa çıkamayacaklarına inandıkları zaman ise büyük bir kaygı yaşamaktadırlar. Üniversite öğrencileri ile yapılan bazı

araştırmalarda öğrencilerin kaygı düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur (Güney, 1985; Akkoyun ve Dökmen, 1988).

Ülkemizde öğrencilerin sorunlarının nedeni ile ilgili olarak yapılmış araştırmalar ise oldukça azdır. Akkoyun ve Dökmen (1988), bu sorunların nedenini kendini gerçekleştirme basamaklarında karşılaşılan engellerle açıklamaya çalışmaktadırlar. Ancak bu sorunların nedeni, problem çözme beceri düzeylerinin düşük olması ile de ilgili olabilir. Bu durumda üniversite öğrencilerinin problem çözme becerilerini inceleyen bir araştırmaya gerek duyulmaktadır.

Son yıllarda bazı yazarların psikolojik danışma sürecinde, problem çözme üzerinde odaklaştıkları ve psikolojik danışmayı, danışanın problemlerini çözmesine yardım süreci olarak gördükleri dikkati çekmektedir (Heppner ve Krauskopf, 1987). Danışmanın amacı, danışanların problemlerini çözme ve karar verme yeteneklerini arttırmak olarak ele alınmaktadır. Problem çözmede başarısız olan ve yardıma gereksinim duyan bireyler psikolojik danışma merkezlerine başvurmaktadırlar. Bu da psikolojik danışmada danışanın problem çözme becerisinin değerlendirilmesinin önemini göstermektedir.

Bireylerin problem çözme becerisini ölçmek için araştırmacılar değişik yöntemler kullanmışlardır. Örneğin; bazı araştırmalarda fizik konusundaki problemler kullanılırken, bazı araştırmalarda kişilerarası problem çözmeyi ölçen MEPS (Means-Ends Problem Solving Procedure) kullanılmıştır. Ancak bu yöntemler tek yönlü ölçüm yapmakta ve ayrıntılı bilgi vermemektedirler.

Problem Çözme Envanteri (Problem Solving Inventory) ise

Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilmiştir. Bu envanter (PÇE), bireyin genel olarak problem çözme becerisini değerlendirmesiyle ilgili bilgi vermekle kalmaz, aynı zamanda bireyin problem çözümede kendine güveni olup olmadığı, problemleri çözmek için yaklaşma ya da kaçınma davranışından hangisini gösterdiği ve problemleri durumlarda karşısında kişisel kontrolünün olup olmadığı konusunda da bilgi verir. Bu bilgiler ise danışanı tanıma ve problemlerine yardımcı olmak açısından oldukça önemlidir.

PÇE, bireyin başa çıkma tarzı konusunda bilgiye gereksinim duyulduğu her zaman (örneğin; danışmada, tıpta, eğitimde, araştırmalarda) kullanılabilir.

A m a ç

Bu araştırmanın amacı Heppner'in (1982) geliştirmiş olduğu Problem Çözme Envanterini Türkçe'ye uyarlamak ve bir grup üniversite öğrencisi üzerinde güvenilirlik ve geçerliği ile ilgili bilgiler elde etmektir. Bu amaçla şu sorulara yanıt aranmıştır:

1) İngilizce ve Türkçe PÇE ve alt ölçek puanları arasında anlamlı ilişkiler var mıdır?

2) PÇE'nin iç tutarlılığı var mıdır?(Problem Çözme Güveni ile Kendini Kontrol, Problem Çözme Güveni ile Yaklaşma Kaçınma Tarzı ve Yaklaşma Kaçınma Tarzı ile Kendini Kontrol puanları arasında anlamlı ilişkiler var mıdır?)

3) PÇE puanları bir ay ara ile kararlılık göstermekte midir?

4) PÇE'nin halihazır geçerliği var mıdır? (PÇE puanları ile Sürekli Kaygı ve PÇE puanları ile Kendini-Kabul puanları

arasında anlamlı ilişkiler var mıdır?

5) Ankara Üniversitesi öğrencileri arasında PÇE puanları bakımından cinsiyet, sınıf(1.ve 4.sınıf) ve öğrenim programı(fen, sosyal ve Türkçe/sosyal puanla öğrenci alan programlar) bakımından anlamlı farklılıklar var mıdır?

Önem

Bu araştırma, problem çözme becerisi konusunda ülkemizde yapılacak ilk araştırma olması nedeni ile önemli görülmektedir. Elde edilecek veriler, bundan sonra öğrencilerin problem çözme becerisinin artırılması ile ilgili olarak yapılacak çalışmalara ışık tutabilir.

Problem çözme psikolojik danışmada esas konuyu oluşturmaktadır. Problemlerini çözmede başarısız olan ve bu nedenle sorunları gittikçe büyüyen öğrenciler, bu sorunlarının çözümünde yardıma gereksinim duymaktadırlar. Bu öğrencilerin problem çözme becerilerinin değerlendirilmesi onlara daha etkili yardım etme olanağı sağlayacaktır. Bu nedenle öğrencilerin problem çözme becerilerini değerlendirmede kullanılacak bir araca gereksinim vardır.

Bu araştırma böyle bir aracı danışmanların yardımına sunması nedeniyle de önemlidir.

Sayıtlar

Bu çalışmada Ankara Üniversitesini temsil etmek üzere şu sayıtlar kabul edilmiştir:

1. Fen Fakültesi Kimya Mühendisliği programında okuyanlar fen programında okuyanları temsil etmektedir.

2. Basın-Yayın Yüksekokulu Gazetecilik programında okuyanlar Türkçe sosyal programda okuyanları temsil etmektedirler.

3-Eğitim Bilimleri Fakültesi Eğitim Programları ve Öğretim Bölümü programında okuyanlar sosyal programda okuyanları temsil etmektedirler.

Tanımlar

Problem çözme: Etkili tepki seçeneklerinin ortaya konması ve bu değişik seçenekler arasında daha etkili tepkiyi seçme ve karar verme gibi kapsamlı bilişsel bir davranışsal süreçtir(D'Zurilla ve Goldfried, 1971).

Problem: Bireyin bir hedefe ulaşmada engellenme ile karşılaştığı bir çatışma durumudur(Morgan, 1986).

II. BÖLÜM

II. PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ

Günlük yaşantımızda pekçok durumda problem çözmeye yönelik olarak düşünmek zorunda kalmaktayız. Bu işlem bilişsel, duyuşsal ve davranışsal etkinlikleri içeren karmaşık bir süreçtir.

Problem çözme, herşeyden önce belli bir amaca erişmek için karşılaşılan güçlükleri ortadan kaldırmaya yönelik bir dizi çabayı içermektedir. İçinde bulunulan şartlara uymak, engelleri azaltmak ve sonunda organizmayı bir iç dengeye kavuşturmak gibi etkinlikler hep bu sürecin kapsamına girmektedir.

Problem çözme bir zaman, çaba, enerji ve alıştırma işidir. Bireyin ihtiyaç, amaç, değer, inanç, beceri, alışkanlık ve tutumları ile ilgili olması ve aynı zamanda yaratıcı düşünce ile zekâ, duygu, irade ve eylem gibi unsurları kendinde birleştirmesinden dolayı da çok yönlüdür. Problemleri çözmeye yönelmek bir cesaret, istek ve kendine güven duygusu ile başlamaktadır(Oğuzkan, 1985; sf:127).

Problem çözme ile ilgili olarak çeşitli tanımlar bulunmaktadır.

Gagné ve Duncan (1959), problem çözmeyi "öğrenme ortamları" ya da bilişsel stratejiler işlemini içeren eğitim yaşantısının bir transferi olarak görmektedirler(Alıntı kaynak; D'Zurilla ve Goldfried, 1971).

D'Zurilla ve Goldfried'a (1971) göre ise problem çözme, problemlili bir durumla başa çıkabilmek için etkili tepki seçenekleri oluşturma ve bu seçeneklerden en etkili olacağı düşünülen birini seçmeyi içeren bilişsel ve davranışsal bir süreçtir.

Anderson (1980), öncelikle bilişsel işlemler üzerine odaklanmış ve problem çözmeyi, bilişsel işlemleri sırayla bir hedefe

yöneltmek olarak tanımlamıştır. Dewey (1933), D'Zurilla ve Goldfried (1971), Urban ve Ford (1971) ise problem çözmeyi bir durumu düzenleme modeli olarak ele almaktadırlar(Heppner ve Krauskopf 1987). Bu tanımların gerçek yaşamdaki karmaşık problem çözme sürecini tanımlamaktan daha çok bir eğitim(training) programında yapılacak işleri belirlediği görülmektedir. Heppner ve Krauskopf(1987) kişisel problem çözmenin oldukça karmaşık olduğunu ve bu tanımların yeterince açıklık getiremediğini belirtmektedirler.

Heppner (1982) in problem çözme tanımı ise bazı yönlerden bu tanımlardan farklıdır. Heppner, problem çözmeyi, problemlerle başa çıkma kavramı ile eş anlamlı olarak kullanmaktadır. Gerçek yaşamda kişisel problem çözme, burada, iç ya da dış istekler ya da çağrılara uyum sağlamak amacıyla davranışsal tepkilerde bulunma gibi bilişsel ve duyuşsal işlemleri sırayla bir hedefe yöneltmek olarak tanımlanmıştır. Bu tanım daha kapsamlıdır, bu nedenle araştırmada bu tanımın kullanılması tercih edilmiştir.

Heppner'e göre (1987), psikolojik danışmaya başvuran danışanların danışma sürecinde getirdikleri problemler ise problem çözme tepkilerini yerine getirmede zorluklarının olması ile ilgilidir. Bunlar, problemlerini çözmek için planlar yapma ve bu planları uygulamada başarısızdırlar. Çünkü, bunları yerine getirmek için gereken sosyal beceriye sahip değildirler; ya da aşırı kaygılı olmaları nedeniyle problemleri çözmeleri engellenmektedir. Bazen danışanlar çözüm yapmak için yeterince sebat etmezler ve çözemedikleri için de depresyona girebilirler; burada sorun çözüm yapmak için gösterdikleri çabayı yetersiz olarak algılamalarıdır. Danışma sırasında başa çıkma zorlukları-

nın daha fazla genellenmesini önlemek için problem çözmenin çeşitli yönleri üzerinde durmak yararlı olabilir (Alıntı kaynak: Heppner ve Krauskopf, 1987).

Wickelgren (1979) ise her problem için bir hedef, veriler ve işlemler belirlenebileceğini belirtmektedir. Veriler; hedefe ulaşmak için kullanabileceğimiz gerçekler, sözcükler, kavramlar ve işlemlerdir. İşlemler (operations) hedefe ulaşabilmek için verileri manipüle etme yollarıdır. Hedef ise, problemi çözmektir. Problem çözme hedefe ulaşmak için veriler üzerinde işlemler yapmayı içermektedir (Alıntı kaynak; Morris, 1979).

Problemleri çözerken insanlar genellikle içgüdülerden yararlanma, sınıma-yanılma, başkalarının yaşantılarından yararlanma ve uslamlama yöntemlerini kullanmaktadırlar (Binbaşıoğlu, 1982).

Enç'e göre (1982), bireyin problem çözümünü öğrenmesini etkileyen etmenler şunlardır: a) Gelişim ve olgunlaşma düzeyi, b) Yetenek düzeyindeki ayrıcalıklar, c) Güdülenme, d) Yetişilen sosyo-kültürel çevre, e) Alınan eğitim ve öğretim.

Bir danışanın problem çözme davranışlarını değerlendirmede; eyleme geçme şekli, eylemlerinde niçin başarısız olduğu, davranışının işlevsel sonucu ve danışanın sebatı olmak üzere dört unsur önemli olmaktadır (Heppner ve Krauskopf, 1987).

Heppner ve Krauskopf, 1987), problemleri çözmeye kullanılan başa çıkma stratejilerini şu şekilde sıralamaktadırlar:

a) Problemlerini yeniden yapılandırma: Başa çıkmada önemli olan bilişsel aktivitenin bir şekli; problemi küçümsemek için, içinde bulunduğu problemlerini algısal olarak yeniden düzenlemeye çalışmak, bunun için de bilişsel başa çıkma stratejilerinden yararlanmaktır. Bu stratejiler problemlerin getirdiği

tehlikeyi etkisiz bırakmak için kullanılabilir. Bu nedenle danışma sürecinde danışanın problemlerle ilgili görüşleri ya da değerlendirmelerin nasıl olduğunu incelemek yararlı olacaktır. Örneğin; danışan problemi olduğundan büyük ya da küçük algılayabilir.

b) Bilişsel rasyonalizasyon: Bu stratejinin daha çok yetişkinler tarafından kullanıldığı bulunmuştur. Burada kişi, problemleri çözme gücüne mantıki nedenler bularak, problemleriyle başa çıkamamanın verdiği kaygıdan kurtulmaya çalışır.

c) Başka bir bilişsel başa çıkma stratejisi de danışanların eylemlerini, özellikle kendilerine empoze edilen hedefler, standartlar, kendi çıkardığı sonuçlar, planları, benlik durumları ve özellikle de kendini pekiştirme ve kendini cezalandırma bakımından nasıl düzenledikleri ile ilgilidir.

Danışanlar; pasif kabul, istekli düşünme, ümitsizce boyun eğme, duyguları çözümlene ve ahlaki (manevî) destek gibi çeşitli duyuşsal başa çıkma stratejilerini kullanabilmektedirler.

Ilfeld (1980), yaptığı araştırmada yetişkinlerin kullandığı duyuşsal başa çıkma davranışının çoğunlukla stresli durumun kabulü şeklinde olduğunu bulmuştur (Alıntı kaynak; Heppner ve Krauskopf, 1987).

Heppner ve arkadaşları (1987), başa çıkma stratejilerinde, danışmanlar için kritik bir değerlendirme sorusunun danışanın problemleri çözümedeki duyuşsal tepkilerinin uzun ve kısa sürede uyumlu ya da uyumsuz olması ile ilgili olduğunu belirtmektedirler. Bu durumda danışanın varolan problemi üzerinde duyuşsal başa çıkma stratejisinin ne derece etkili olduğunu kesin olarak bilmek yararlıdır. Danışanın problemi iyiye mi gidiyor yoksa kötüye mi? Problemin zamanla ortadan kalkacağına inanmak için bir neden var mı?

Duygusal boşalım ve başa çıkmadan kaçınma tarzları çok ciddi depresyonla bağlantılıdır (Billings ve Moos, 1982) . Bunun tersine, duygularla ilişkili olan stresi kontrol etmek için doğrudan çaba göstermek, daha az rahatsızlık ve daha az depresyona neden olmaktadır.

Danışanın duygusal tepkilerinin yüksek düzeyde kaygı, korku, utanç, depresyon gibi ketleyici, ya da ümit, doyum, heyecan, övünç gibi kolaylaştırıcı olması da önemlidir. Örneğin; insanlarla iletişim kurma güçlüğü olan kişi için bu durum, etkileşim öncesinde veya etkileşim sırasında ketleyici olabilir. Tam tersine, bir ümit duygusu intihar tehlikesinde olan bir öğrenciye çok yardımcı olabilir. Bu nedenle başa çıkma sürecinde danışanın duygusal tepkilerinin işlevselliğini araştırmak yararlıdır. Kısaca duygusal tepkiler değişik problem çözme faaliyetleri sırasında danışanların nasıl düşündükleri ve davrandıkları konusunda önemli bir rol oynamaktadır.

Son yıllarda problem çözme becerisinin birçok araştırmaya konu olduğunu görüyoruz.

Ho (1981), 8 ve 10 yaşları arasındaki 95 çocuk üzerinde yaptığı araştırmada cinsiyet, cinsiyet rol tipi ve problem çözme davranışını incelemiştir. Sonuçlar problem çözme performansında cinsiyet rol grupları arasında farklılıklar olduğunu göstermiştir.

Vliestra(1980) 4 ve 8 yaşındaki çocuklarile üniversite öğrencilerinin oluşturduğu bir grup üzerinde yaş farklılıkları ve dikkati araştırmıştır. Doğru olan seçeneği işaretlemeye yaşla birlikte tek düzeliğin de arttığı, yalnızca genç yetişkinlerin gözlenen davranışla ilgili seçicilik gösterdikleri bulunmuştur. 4 ve 8 yaşındakilerin görev boyunca tüm uyarılar karşısında dikkatleri dağılmıştır. Ancak büyük yaş düzeylerinde belirsiz

uyaranların etkisi azalmıştır.

Bloom ve Broder (1950), üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları bir çalışmada başarılı problem çözümlerinin, başarısızlara göre problem çözmede yeteneklerine daha fazla güvendiklerini bulmuştur. Başarısız olarak algılayanların ise kendilerini itici ve hasta gördükleri ve problemi çözmek için çaba göstermekten kolayca vazgeçtikleri bulunmuştur (Alıntı kaynak, Heppner ve Krauskopf, 1987).

Heppner ve arkadaşları (1982), yaptıkları benzer bir araştırmada problem çözmede kendilerini başarılı ve başarısız olarak algılayan öğrenciler arasındaki farklılıkları incelemiştir. Sonuçta kendilerini başarılı olarak algılayanların diğerlerine göre,

a) Kendilerini problem çözmeye karşı daha güdümlü, daha başarılı gören,

b) Problemleri çözmede yeteneklerinin ve gösterdikleri çabanın önemli rol oynadığına (şansın öneminin az olduğuna) inanan,

c) Kendilerini daha tutarlı, sistematik ve daha az içtepkisel (impulsive) davranan,

d) Problemleri hayatın bir parçası olarak gören ve çözüm yapmaktan kaçınmayan,

e) Daha çok başkalarını gözlemleyerek öğrenen,

f) Daha kararlı, dikkatli ve sezgili,

g) Kişilerarası ilişkilerde daha güvenli ve çevresel değişiklikleri daha çok yapan,

kişiler olarak değerlendirdikleri bulunmuştur.

Problem tipine bakıldığında ise problem çözmede kendini

başarılı olarak algılayanlar, kişisel problemlerin daha çok içsel nedenleri olduğunu ve kişilerarası ilişkilerde bunun tersine daha çok dışsal nedenlerin rol oynadığını bildirmişlerdir.

Aynı araştırmada deneklerin cinsiyetleriyle ilgili iki önemli istatistiksel fark bulunmuştur. Erkekler kadınlara göre kişisel problemlerin çözümünde şansın daha önemli rol oynadığını bildirmişlerdir. Kişilerarası problemlerde kadınlar daha çok "konuşmayı", erkekler ise "düşünmeyi" sıklıkla kullandıkları bir strateji olarak belirtmişlerdir. Problem çözmede başarısız kadınların problemlerine ciddi bir yaklaşma eğilimi göstermedikleri, başarısız erkeklerin ise başarılılara göre çabadan çok şansa önem verdikleri bulunmuştur.

Heppner, Reeder ve Larson (1983), kendini problem çözücü olarak değerlendirmede bilişsel farklılıkları incelemiştir. Sonuçlar, kendini etkili problem çözme becerisine sahip görenlerin; a) daha olumlu benlik kavramına sahip oldukları, b) kendilerini daha iyi tanıdıkları ve daha az eleştirdikleri görülmüştür.

Başarısız olarak algılayanların ise; a) çeşitli mantık dışı inançlarının kaygıyla aşırı ilgilenme ve problemden kaçma gibi olduğu, b) kendilerini daha işe yaramaz buldukları, c) bilişsel etkinlikleri içeren davranışları ayarlama da oldukça fazla gerçek dışı da olabilecek şekilde bazı standartlara uydukları bulunmuştur. Bunun da kendini olumsuz değerlendirmeden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Araştırmada ayrıca, etkili ve etkisiz problem çözücülerin ne düşündükleri değil, nasıl düşündükleri (bilişsel süreçler) bakımından farklı oldukları görülmüştür. Birinci gruptakiler

düşünmekten hoşlandıklarını ve buna zaman ayırdıklarını, dünyayı kendi deneyimleriyle anlamaya gereksinim duyduklarını belirtirken; etkisiz problem çözücü olarak değerlendiren ikinci gruptakilerin, problem durumlarında probleme daha az odaklaşmaları ve kendilerini daha fazla sıklıkla suçlama eğilimi gösterdikleri anlaşılmaktadır. Bu bilgiler, yaşam problemlerinin çözümünü anlamanın ve danışma ilişkisi içinde müdahalelerin düzenlenmesi ile ilgili olarak oldukça önemlidir.

Phillips ve Paziienza (1984), problem çözme ve karar verme tarzları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuçlar, kendini problem çözmede değerlendirme ve karar verme tarzlarının ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca; a) problematik durumlara kaçınmaktan ziyade yaklaşma tarzı gösteren bireylerin akılcı karar verme stratejilerine başvurdukları, b) başkalarının onayına bağlı karar stratejilerini kullanan bireylerin de problematik durumlara yaklaşma eğilimi gösterdikleri ancak, problem çözme yeteneklerine güvenmedikleri görülmüştür.

Larson ve arkadaşları(1989), bir grup hasta erkek alkolikte problem çözme becerilerini incelemiştir. Hasta alkolik erkeklerin problem çözme becerilerinin aynı yaştaki yetişkinlerden farklı olduğu, ancak alkolikler ile ergenlerin başa çıkma stratejilerinin benzer olduğu görülmüştür. Bu bulgu daha önceki araştırma sonuçlarını desteklemektedir. Alkoliklerin duygusal olarak olgunlaşmadıkları ve bu yönden ergenlere benzedikleri düşünülmektedir. Ayrıca alkoliklerin gerçek performanslarıyla, değerlendirmeleri arasında bir uyumsuzluk bulunmuştur. Bu da savunma mekanizmalarını aşırı olarak kullanmaları ile açıklanabilir.

Skorkey ve arkadaşları(1985), anababanın cezalandırma şiddetinin, ailelerin problem çözme tutumları ile ilişkili olduğu hipote-

zini test etmişlerdir. Sonuçlar, ana babanın cezalandırma şiddeti ile problem çözme tutum ve davranışları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Başarılı problem çözücü ana babaların cezalandırırken şiddete çok daha az başvurdukları görülmektedir.

Baumgardner ve arkadaşları(1986), problem çözme ve nedensel yükleme arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Sonuçta, başarılı problem çözücülerin kişisel ve kişilerarası problemleri için içsel, değişken ve kontrol edilebilir nedensel yüklemeler yaptıkları görülmüştür. Bu kişilerin ayrıca, başarılarını daha çok içsel nedenlere, başarısızlığı ise akranlarına göre daha çok dışsal nedenlere yükledikleri bulunmuştur.

Aynı araştırmanın bulguları, problem çözmeye etkisiz olanlara göre etkili olanların problemlerini çözmek için daha fazla çaba sarfettiklerini gösteren diğer araştırmaları desteklemiştir. Çaba yüklemeleri kişisel kuvvetlilik duygusuna bağlamaktadır. Sarfettikleri çaba yüzünden problemi çözdüklerine inanan bireylerle ilgili sonuçlara baktığımızda, bunların daha kuvvetli bir kişisel kontrol duygusu, daha büyük motivasyon ve bundan dolayı problemi çözerken daha büyük sebat gösterdikleri görülmektedir. Başarılı durumda kendine güvenleri desteklenmekte; başarısızlık olsa bile kendine güven devam etmektedir.

Mesleki kimlik ve problem çözme arasındaki ilişki Heppner ve Krieschok (1983) tarafından incelenmiş ve mesleki planlama sürecini içeren değişkenlerin kişisel problem çözme değişkeni ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Özellikle başarılı problem çözücülerin mesleki servislerden daha fazla yararlandıkları ve daha fazla doyum sağladıkları görülmüştür. Ayrıca sonuçlar, bu kişilerin mesleki kimliklerini daha iyi şekillendirdik-

lerini göstermektedir.

Araştırmaların sonuçlarından da görüldüğü gibi problem çözmeye başarılı kimseler kendilerine daha çok güvenmekte ve kendilerini daha başarılı olarak algılamaktadırlar (Heppner ve Peterson, 1982).

Etkili problem çözme becerileri, kişisel ve kişilerarası problemlerin itici etkisini yok etmede, duygusal stresin etkisini azaltmada önemli bir başa çıkma mekanizması olarak görev yapabilir. Ayrıca, bireylerin çevreleri ve yaşamları üzerinde daha büyük bir kontrol duygusu sağlayabilir.

Aşamaları

Problem çözme becerisi psikolojide birçok araştırmaya konu olmuştur. Bazı araştırmacılar (D'Zurilla ve Goldfried, 1971), problem çözme sürecindeki aşamaları incelemişler ve problem çözme sürecinin; a) genel yaklaşım, b) problemin tanımı, c) seçeneklerin yaratılması, d) karar verme, e) değerlendirme olmak üzere beş aşamadan oluştuğunu ortaya koymuşlardır.

Heppner (1978), bu aşamaları psikolojik danışma ile ilişkisi içinde şu şekilde incelemektedir:

a) *Genel yaklaşım*: Problem çözme sürecinin bu ilk aşaması bireyin genel ya da zihinsel yöneliminin nasıl olduğunu göstermektedir.

Danışanın karşılaştığı gerçek problem durumları normal yaşamın bir parçasını oluşturur ve kişi problemleri ile etkili olarak başa çıkma olasılığı varmış gibi davranır. Yapılan araştırmalar, çevrelerini kontrol

etmede yeteneklerine güvendiklerini ifade eden insanların daha iyi problem çözmeye eğilimli olduklarını göstermiştir. Yine araştırma sonuçları iyi problem çözümlerinin dürtüsel davranmadıklarını ve birçok problem çözme davranışıyla sistematik olarak ilgilendiklerini göstermiştir (Alıntı kaynak; Heppner, 1978).

Ellis (1962), çok sayıda bireyin mantıksız düşüncelere eğilimlerini incelemiştir. Bireylerde sürekli "olmalı" ya da "olmamalı" gibi kesin düşüncelerin olmasının, bu kişilerde hayal kırıklığı, engellenme, duygusal bozulma ve hasta davranış oluşturduğu iddia edilmektedir. Çökme tepkisi (reaksiyonu), "Benim için mutluluk bu şeyleri daima yapmaktır" türü tepkidir ki, gerçekte birey problematik durumları "normal" kabul etmede başarısızdır ve enerjisini bu yönde harcamaktadır. Bu da problem çözmeye başarısızlıkla sonuçlanmaktadır (Alıntı kaynak; D'Zurilla ve Goldfried, 1971).

Bireylerin problemleri durumlarına genel yaklaşımı (yaklaşma ya da kaçınma tarzı, kontrol edip edememesi ve yeteneklerine güvenip güvenmemesi) problemlerini başarıyla çözme ve başa çıkma becerisini etkilemektedir.

b) Problemin tanımı: Bu aşama problemi tanıma ve biçim vermeyi içermektedir.

Yapılan bazı çalışmalar, kişinin bir problem konusunda fazla bilgi sahibi olmasının problem çözmeyi kolaylaştırdığını ve başarılı problem çözümlerinin kullandıkları ilk adımın tüm bilgiyi ve gerçekleri toplamak olduğunu göstermiştir (Alıntı kaynak; Heppner, 1978).

Yapılan bazı araştırmalarda da başarılı problem çözümler-

lerin belirsiz ya da aşına olmadıkları terimleri daha sade, daha somut terimlere çevirme eğiliminde oldukları bulunmuştur. Böylece, başarılı problem çözücülerin bilgiyi toplama, belirsiz öğeleri işleme ve çevresel olaylar arasındaki ilişkileri belirleme (ki bu, problemi daha doğru anlamayı kolaylaştırır) gibi özellikler gösterdikleri görülmektedir (Alıntı kaynak; Heppner, 1978).

Bazı bireyler gerekli birçok becerilerin kendilerinde olmaması nedeniyle bir problemi uygun bir biçimde tanımlamayabilir. Örneğin; kendilik durumları ve duygularını belirlemeyi, ilgili bilgileri toplamayı, kavramayı, problemin öğeleri arasındaki ilişkileri belirlemeyi beceremeyebilir.

Kişi bir problemi uygun şekilde tanımlayabilmek için hiç olmazsa üç alanla ilgili öğeleri inceleyebilmelidir(Heppner, 1978).

a) kendini, davranışlarını, bilgisini, heyecanlarını ve problematik durumla ilgili duygularını (bu olayların sonuçları gibi) değerlendirme,

b) kişinin problematik durumla ilgili çevresini değerlendirme,

c) problematik durumu açıklığa kavuşturma, hedefler, beklentiler ve çatışmalar gibi olayları görme.

Bir problemin tanımlanması bazı spesifik becerileri gerektirir. Bir danışman bu alandaki beceri eksikliğini düzeltmek için bir danışana nasıl yardım edebilir?

Danışmanlar, danışanların kendileri ya da durumları konusundaki bilgiyi kavramlaştırılmalarına yardımcı olmak için örneğin; yansıtma, özetleme, yorumlama ve danışanı problemin değişik görünüşleri konusunda aydınlatma gibi teknikler

kullanabilirler. Bu teknikler bilgi toplama aracı olarak da iş görürler. Bir başka yöntem olarak da danışana "ev ödevi verme" yöntemi kullanılabilir. Bu teknik de olasılıklar ve farklı uyarılar konusunda bilgi toplanmasına yardımcı olabilir.

Freud'un problemi tanımlama yöntemi danışanın gereksinimlerine ve çatışmalarına yön vermek için bireyin geçmişteki ve bilinçdışı süreçlerinin analizini ve sonra da danışanın getirdiği bu içeriğin farkına varmasını içerir. Benzer olarak Gestalt terapistleri (Perls ve ark.,1965) "bitirilmemiş işler"le ilişki kurması için (sözel olmayan işaretler, duygular, heyecanlar ve durumlar gibi) şimdi ve buradaki olaylara dikkat çekerler.

Transactional analizciler (Berne, 1961) problemi tanımlamak için etkileşimlerin analizi ve yapısal değişikliğin farkına varmayı kolaylaştırmakla uğraşırlar. Kısaca bazı yaklaşımlar danışanın bilgisinin farkına varmasını arttırmaya başvururlar. Tüm bu teknikler problem durumu ile birleşmiş olayları, uyarıları ve olaylar arasındaki ilişkileri açıklığa kavuştururlar.

300.

Değişik problem tanıma tekniklerinin görece etkililiğini değerlendirmek için araştırmalara gereksinim vardır. Bu konudaki bir çalışma (Arnkoﬀ ve Stewart, 1975) model almanın danışana daha fazla bilgi toplamayı öğretmede etkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca videotape'le geribildirim vermenin de yararlı olduğu görülmüştür.

c) *Seçeneklerin yaratılması*: Bu aşama seçeneklerin oluşturulması, problemin çözülebilmesi için olası tepkilerin bir liste halinde oluşturulmasını içermektedir.

Seçenekler oluşturmak kolay gibi görünse bile etkisiz davranışa yol açabilmektedir. Bireyler bazı durumlarda seçenekler oluşturamayabilirler; çünkü, bu tesadüfi bir işlem değil, hedefe yönelmektir ve bir seçme işlemini gerektirmektedir. Yapılmış bazı araştırmalar, bu seçimin bireyin geçmiş yaşantılarının basit bir fonksiyonu olmadığını, ama kişinin geçmiş yaşantılarını kullanma yeteneği olduğunu göstermiştir.

Yetenek ve performans arasında mantıki bir ayırım vardır ve danışanlar problemlerini çözmek için gereken yeteneğe sahip olduklarını düşünebilirler; ama, ortaya çıkan performans yeterli olmayabilir. Yapılan çalışmalar kişinin ilk tepkilerinin sınırlı bir tepki olduğunu, sonradan yararlı bir seçenek oluşturmada başarısızlığa neden olduğunu ve bazı ilk yaşantıların sonraki problem çözme yeteneğini engelleyebileceğini göstermiştir (Alıntı kaynak; Heppner, 1978).

Oluşturulan seçeneklerin sayısı, kişisel problemlerin duygusal ögeler taşınması nedeni ile az olabilir. Kısaca, danışanların düşündükleri seçeneklerin sayısı; olumsuz transferin etkileri, duygusal unsurlar ya da bir probleme bakış açısının darlığı yüzünden azalabilir. Bu durumda problem çözme becerisi kişinin yeteneklerinden maksimum düzeyde yararlanması için yeteneklerini ustalıkla kullanmaya yönelterek kazandırılabilir.

Seçenekler oluşturmak için kullanılan en önemli yöntem "brainstorming" tekniğidir. Bu teknikte, eğer birey yeterli ve uygun seçenekler listesini oluşturuncaya kadar değerlendirmeyi ertelerse daha iyi tepkiler oluşturabileceği düşüncesi vardır. Buna göre davranan bir birey değerleri, kabul edebilirliği ya da uygunluğu ile ilgili olarak endişelenmeden, bir seçenektan sonra başka bir seçenek üretmeyi deneyebilir.

Brainstorming tekniğinde başka bir düşünce de seçenekler ürettikçe çözüm için en iyi fikirlere ulaşma potansiyelinin artacağıdır (D'Zurilla ve Goldfried, 1971).

Brainstorming, yaratıcı tepki seçenekleri geliştirmek için psikolojik danışmada da genellikle kullanılan bir tekniktir. Danışma analizleri göstermiştir ki, danışanın çevresini algılama biçiminin yeniden düzenlenmesi bir problem durumu için alternatif çözümler oluşturmada kullanılan ortak bir stratejidir. Örneğin;

Gestalt yaklaşımı, danışanın "farkında olma" sistemini değiştirerek, danışanların kendileri hakkında sahip oldukları bilgi miktarını arttırmayı ve benzer olayları ayırdetme yollarını öğretmeyi dener.

Rogerian danışma, danışanın duyguları, onları kabul etmesi ve özellikle içsel değerlendirme odağını destekleme üzerinde yoğunlaşır; böylece, danışanın dünyayı algılamasını değiştirir.

Transactional analistler, farklı etkileşim yollarını ele alarak, yapıcı prensipler sağlayarak, dünyayı yeni algılama yollarını tanımayı danışana öğretirler.

Laboratuvar ortamındaki deneyler, günlük durumlarda gerekli olduğu zaman bireylerin bu tekniği kullandıklarını göstermiştir. Bir problem durumuyla karşılaştığında danışanın ilk aşamada, seçenekler oluşturmak için davranışını kontrol altında tutması, sonra seçenekler üretmesi gerekir. Yapılan araştırmalar başarılı problem çözümlerinin sık sık problemlerini geçici olarak bir tarafa koyduklarını ve sonra bunlara tekrar döndüklerini göstermiştir. Mantıki olarak bir süre için proble-

mi düşünmeyi bırakmanın ve sonra tekrar buna dönülmesinin uyarıcının duygusal ve diğer göze çarpan rahatsız edici sonuçlarını azaltabileceğini belirtmektedir.

d) Karar verme: Bu aşama; eyleme yönelik olarak oluşturulan seçeneklerden birini seçme süreci olarak tanımlanabilir.

Kuzgun'a göre (1988), karar verme; bir güçlüğü gidermede şu ya da bu seçeneğe yönelme meselesidir. Karar verme, problem çözme işleminin en önemli aşamasını oluşturmaktadır. Bazı konularda verilen kararlar bütün hayatı etkileyecek güce sahip olabilir. Böyle dönemlerde insan kaygı ve bunalım yaşayabilir.

Psikolojik danışmanın bakışı açısından karar verme sürecinin hedefi, bir seri davranışla uğraşan danışana yardım etmektir; bu da danışanın aldığı kararlardan doyum sağlama olasılığını artırır. Danışma içinde karar verme süreciyle ilgili araştırmalar incelenmiş ve karar verme için; a) bilgi toplama, b)olasılıkları doğru değerlendirme, c) kararın yararlı ya da üstün yönlerini değerlendirme, d) değişik seçeneklerin sonuçlarını değerlendirme gibi bazı becerilerin gerekli olduğu görülmüştür (Alıntı kaynak; Heppner, 1978).

Problem çözme, problemi tanımlama, seçenekler oluşturma ve karar verme gibi aralıklı aktivite işlemlerini göstermektedir. Karar verme ise (D'Zurilla ve Goldfried, 1971), olasılıkları değerlendirme ve sonuçları tartma gibi spesifik aktiviteleri içermektedir (Heppner ve Krieschok, 1983).

e) *Değerlendirme*: Bu aşama eylem planını test etme ve bazı standartlar içinde tepkinin sonucunu karşılaştırmayı içerir. Eğer birey eylemlerini karşılaştırır ya da verilmiş bir standartla uygunluğuna bakarsa (test etme) birey bu aktivitelerden yeni sonuçlar üretir ya da eylemlerini durdurur. Tersine, eğer eylemleri bir standartla uyumsuzsa, kişi "işlemine" devam eder ya da uygun problem çözme davranışlarını araştırır.

Değerlendirme, problem çözmenin son aşamasında, seçilen eylem yerine getirildikten sonra olur ve gerçek sonucu değerlendirmek için düzenlenmiştir. Bu aşama olmazsa birey sıkıntıları için doğru çözüm keşfetmek yerine hareket yönü yetersiz bir performansta ısrar edebilir(D'Zurilla ve Goldfried, 1971)

Kısaca problem çözme işleminde başarı, herşeyden önce, problemin doğru bir biçimde tanımlanmasına bağlıdır. Kişiyi huzursuz eden durumun ne olduğu kesin bir biçimde tanımlanmazsa çözümü için doğru yaklaşım da bulunamaz. Güçlüğün doğru tanımlanması yanında, sorun ile ilgili konuda yeterli bilgi sahibi olunamazsa bulunacak çözümler etkisiz kalabilir. Yeterli bilgi toplandıktan sonra, güçlüğü gidereceği düşünülen davranış tarzları formüle edilir ve en iyi çözüme götüreceği düşünülen seçenekten başlanarak, mevcut seçenekler uygulanmaya konur ve sonra değerlendirmesi yapılır. Başarılı olunmuşsa, o yolda devam edilir; başarısız olduğunda başka seçenek uygulanmaya konur (Kuzgun, 1988).

Problem Çözme ve Bandura'nın Kendine Yeterlik Modeli

Problem çözme kavramına, farklı bakış açılarından yaklaşılmaktadır. Bandura (1977), Sosyal-Öğrenme Kuramında bireylerin problem çözmeyi çevrelerindeki insanların davranışlarını taklit yoluyla öğrendiklerini ileri sürmektedir. Seligman'ın (1978) öğrenilmiş çaresizlik madeline, insanların bir problemi çözmeye uğradıkları başarısızlığı, diğer problemlere genellemesinin çaresizlik davranışını geliştirdiği ve çabanın ortaya çıkmasını engellediği, bunun da depresyona neden olduğu düşünülmektedir. Bandura'nın (1977), kendine-yeterlik (self-efficacy) modeli ise, insanların yeteneklerine ve başa çıkma becerilerine inançlarının problem çözme becerisini etkilediğini belirtmektedir. Bireylerin problem çözme becerilerini algılarının, gösterecekleri çabanın miktarını ve sebatlarını etkilediği kabul edilmektedir.

Problem çözme becerisi ve kendine yeterlik arasında bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Yapılan çeşitli araştırmalar (Heppner 1982) bu ilişkiyi desteklemektedir. Bu nedenle Heppner (1988) problem çözme becerisini kuramsal olarak Bandura'nın (1977) kendine-yeterlik modeline dayandırmaktadır. Bu araştırmada bireylerin problem çözme becerilerini nasıl algıladıkları üzerinde odaklaşıldığından burada Bandura'nın kendine-yeterlik modeli üzerinde durulmasının yerinde olacağı düşünülmüştür.

Bireylerin kişisel problemleriyle başa çıkma yollarını açıklığa kavuşturma oldukça karmaşık bir süreçtir. Kişinin bir durumla başarıyla başa çıkamayacağına inanması, birey için bir problem yaratır. Kaygı ve diğer benzer duygusal uyarılma biçimleri, öncelikle başa çıkma olasılığının olmayabileceği bir

tehlikenin ortaya çıkmaya başlamasının işaretleri olarak görülürler (Hall, Lindzey, 1978).

Yaşamın gereklerine tepki vermede kritik önemi olan kaynaklar, muhtemelen bireyin kendi yetenekleri ve becerileridir. Bunun kadar önemli olan bir unsur da kişinin inançları ya da başa çıkma yeteneklerini değerlendirmesidir. Bandura(1977) burada bireylerin kendilerine olan inançları üzerine odaklaşmaktadır. Bireylerin kendileri ve yetenekleri konusundaki genel inançları, kendileri konusunda olduğu kadar, başkaları hakkındaki beklentileri ve değerlendirmelerinin oluşma biçimi, yaşadıkları çevredeki sayısız kişisel yaşantıları üzerine temellenmektedir (Heppner, 1988)

Bandura'nın sözünü ettiği kendine-yeterlik beklentileri, kişinin bir görev ya da davranışı başarıyla yerine getirme yeteneğine olan inancını gösterir. Kendine yeterlik beklentilerinin, kişinin davranışsal ortamları seçimini ve bir engelle karşılaştığında eyleme geçme yönünde ne kadar uzun süre sebat edebileceği ve ne kadar çaba sarfedebileceği gibi etkinliklerini etkilediği düşünülmektedir (Lent, Brown, Larkin, 1986).

Bandura'ya göre (1977), bilişsel süreçler yeni davranışlar kazanma ve bunları öğrenmede önemli rol oynamaktadır. Birey bir tepkide bulunduğu zaman bunun sonucuna, başkalarının verdiği karşı tepkiye göre bu davranışı yapmayı ya sürdürür ya da bırakır. Uygun davranış, başkaları tarafından sağlanan örneklerden ziyade kişinin eylemlerinin etkililiğini gözlemesi ile yavaş yavaş yapılanmaktadır.

Davranışın belirleyicilerinden biri de pekiştireçlerdir. Davranış, mevcut sonuçları tarafından kontrol edilir. Birey ey-

lemlerini değerlendirir, çevreden örnek alır ve çok uzun zamandır sürüp giden olaylardan gelen geribildirim işler ve sentez eder; bu da istenen sonuçları elde etmek için gereklidir. Sonuçlar, düşüncenin etkisi doğrultusunda davranışı etkilediğinden, pekiştirici programlara olan inançlar pekiştiren kendisine göre davranış üzerinde daha fazla etkili olabilmektedir. Eğer birey, pekiştiren inanmazsa olumlu pekiştirme bile yapılırsa davranışın oluş derecesi arttırılamaz.

İnsanlar kendilerine bir hedef saptar ve o doğrultudan hareket ederler. Eğer hedefleri ile performansları arasında bir uyumsuzluk varsa bu durum doyumsuzluk yaratır ve davranışın değiştirilmesi için olumlu yönde güdüler. Başarıdan beklenen doyum sağlama arzusu ve performansın olumsuz olarak değerlendirilmesi eyleme geçme dürtüsünü ortaya çıkarır. Bireyler verilmiş bir performans düzeyine ulaşmaktan genellikle uzun süreli doyum sağlamazlar ve daha yüksek bir başarı düzeyine ulaşmak için kendilerini ödüllendirerek ilerleme kaydederler. Problem zmeyle ilgili araştırmalar da, problem zme performansını olumlu olarak değerlendirenlerin yaptıkları işlerden daha fazla doyum sağladıklarını ve problemlerini zmek için daha fazla çaba sarfettiklerini, böylece problemleri zme yönünde gdlendiklerini göstermiştir.

Bandura'ya göre (1977), kişilerin yeterlik beklentileri hem davranışın başlayışını hem de başa çıkmanın devam etmesini etkiler. Kişilerin kendi yeterliliklerine olan inançlarının gücü muhtemelen belirli durumlarda başa çıkmayı deneyip denemeyeceklerini belirler. Bu başlangıç düzeyinde, kişisel yeterliklerini algılamaları davranışsal seçimlerini de etkilemektedir.

İnsanlar tehlikeli durumlardan kaçınma ve korkma eğilimlerini, başa çıkma becerileriyle yeneceklerine inanırlar. Ancak çok yüksek başarı beklentileri, kişinin gözünü yıldırır ve başa çıkma çabalarını etkiler. Yeterlik beklentileri, insanları itici yaşantılar ve engeller karşısında ne kadar enerji harcayacaklarını da belirler. Güçlü kişisel yeterlik algısı, çabaları daha etkin hale getirir. Böylece öznel olarak korku verici etkinliklerde bulunan kişi -ki bu gerçekte doğru yaşantılar kazanacağına güven duymakla ilişkilidir ve etkililik duygusunu pekiştirir- sonunda savunucu davranışlarda bulunmayı bırakır. Bu da korkularını ve yüksek beklentilerini kendi kendine yenmesini sağlamaktadır.

Beklenti tek başına davranışın belirleyicisi değildir. Beklenti, yeteneklerin bir parçası eksik olduğunda istenen performans üretmeyecektir. Ayrıca, insanların başarıyla yapabilecekleri ya da yerine getiremeyecekleri birçok olay vardır; bu nedenle fazla dürtüsel davranamazlar. Verilmiş uygulama becerileri ve yeterli dürtülere rağmen, yeterlik beklentileri insanların etkinlikleri seçimini, ne kadar çaba harcayacaklarını ve stresli durumlarla meşgul olmada ne kadar dayanma gücü bulacaklarını büyük ölçüde etkilemektedir.

Başa çıkma becerisinde başarılı olduklarına inanan insanlar, geçmişte sorunlarını yenmişlerdir. Eğer kişi uzun süre tehlikeli bir stresle karşılaşmışsa ve problemlerle başa çıkmada uzun bir başarısızlık öyküsü varsa, her ne kadar üstünlük beklentileri olsa da yaşantılar bu beklentileri desteklemeyince, kolayca üstünlük duygusu yok olmaktadır.

Stresli ve sıkıntılı durumlar genellikle duygusal uyarılma sağlarlar; bu da tehlikeli durumlarla başa çıkmada kendine yeterliği algılamayı etkileyebilir. Yüksek uyarılma genellikle

performansı zayıflatır; insanlar itici uyaranlarla karşılaşmadıkları zaman daha fazla başarı beklerler. Oysa, stresli etkinliklerden kaçınma başa çıkma becerilerinin gelişimini etkilemektedir. Ancak durumla ilgili olarak yapılan bilişsel değerlendirmeler heyecansal uyarılmayı azaltıp, çevreyi kontrol gücünü arttırabilmektedir.

Kişinin davranışlarının sonuçları için başvurduğu neden-sonuç ilişkileri de kendine yeterlik algısında önemlidir. İnsanlar, halihazır olaylara otantik anlamları içinde bütünlük kazandırabilirler ama kontrolleri altındaki olayları yanlış değerlendirmeleri nedeniyle başarılarını yeteneklerinden ziyade dışsal faktörlere yükleyebilirler. Eğer birey, başarılı performansını dışsal yardımların değil kendi becerilerinin sonucu olarak algılayorsa kendine-yeterlik artabilir. Tersine, başarısızlıklar yararsız durumsal olaylardan ziyade kendi yeteneklerine yüklediği zaman kendine-yeterlikte büyük azalmalara neden olur. En küçük çabayla elde edilen başarı yeteneğe yükleme yapmayı destekler; bu da güçlü bir kendine yeterlik duygusunu pekiştirir.

Bandura'nın savunduğu bu görüşleri destekleyen birçok olay vardır. Örneğin; bir problemle karşılaştığı zaman yeteneklerinden emin olmayanlar genellikle ya çabalarını azaltır ya da vazgeçerler, oysa daha fazla çaba sarfetmeye yönelebilirler. Ayrıca, kendilerini etkisiz olarak algılayanlar belirli çevresel isteklerle karşılaştıklarında kişisel eksiklikleri üzerinde durmaya yönelirler. Kısaca, pekçok olay göstermiştir ki kendi fonksiyonunun etkisini algılama problem çözme sürecinin önemli bir belirleyicisidir(Heppner, 1988).

Bandura (1977) bireylerin, problemlerin açıkça belli olduğu durumlarda çözüm için ne yapacaklarını bildiklerini,

oysa belirsiz problem durumlarında bundan daha çok etkilenip, genelleme yaptıklarını belirtmektedir.

Problem Çözme Envanteri ile yapılan araştırmalar, kişinin kendini etkili ya da etkisiz problem çözücü olarak algıladığı genel benlik kavramının, anksiyete düzeyini, problem çözme tarzını ve tehlikelere meydan okuma gibi problemlerle ilgili görüşünü etkilediğini göstermiştir(Heppner, 1988).

Problem Çözme Becerilerini Geliştirme

İnsanlar problem çözmeyi çeşitli yollardan öğrenmektedirler. Örneğin; başkalarını gözlemleyerek, kendi davranışlarının sonuçlarından aldıkları geribildirimleri değerlendirerek, problem çözmeyle ilgili kendilerine verilen bilgileri işleyerek öğrenmektedirler.

Problem çözme becerisiyle ilgili yapılan araştırmalar (Dixon ve ark.,1979; Kelly ve Scott, 1985; Mendonca ve Siess, 1976), problem çözme eğitiminin bireylerde problem çözme becerisini arttırdığını göstermektedirler.

Bu eğitim genellikle 4-5 kişilik küçük gruplar halinde verilmekte ve 1,5'ar saatlik 5 oturumda tamamlanmaktadır. Bu oturumlarda problem çözme beş aşamada ele alınmaktadır:

- a) Problemi tanımlama,
- b) Hedefin seşilmesi,
- c) Strateji seçimi,
- d) Stratejinin yerine getirilmesi,
- e) Değerlendirme.

Eğitim sürecinde, 10-15 dakika, bu aşamaların didaktik bir şekilde sunulması ve açıklanmasına ayrılmaktadır. Bunu

grup tartişmaları izlemektedir. Gruba katılanlara daha sonra, önceden belirlenmiş olan çeşitli problemler verilmekte ve bunlar üzerinde durulmaktadır. Burada liderin, üyelere geri bildirim vermesi ve bu problemlere uygun bir bakış açısı geliştirmelerine yardımcı olması önemlidir.

Eğitim sırasında sık sık ev ödevleri verilmekte ve böylece üyelerin grup dışı yaşamlarında problem çözme davranışları izlenmektedir. Ancak bu grupların etkili olabilmesi için küçük olması gerektiği konusu vurgulanmaktadır(Heppner, 1978)

Problem çözme eğitimiyle ilgili yapılan araştırmalarda(Dixon ve ark., 1979) problem çözme güçlüğü olan danışanlarla yapılan çalışmalarda oldukça yararlı olduğu görülmüştür.

Problem çözme eğitimi alan bu kişiler hem grupta bazı yeni davranışları denemişler hem de problem çözme davranışları konusundaki algılarını değiştirmişlerdir.

Bu çalışmaların sonuçları, problem çözme becerisinin eğitimle artırılabilceğini ve bu eğitimin bireylerin becerilerini algılamalarını da etkilediğini göstermektedir.

III. BÖLÜM

YÖNTEM

Arastırma Grupları

Arastırmada üç değişik gruptan yararlanılmıştır.

Grup 1:

İngilizce ve Türkçeyi iyi bildiği kabul edilen 14 kişiden oluşmaktadır. PÇE'nin çeviri güvenilirliğini saptamak amacıyla birer hafta ara ile önce envanterin İngilizce formu, sonra Türkçe formu bireysel olarak uygulanmıştır.

Grup 2:

Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesinin Eğitimde Psikolojik Hizmetler ve Eğitim Yönetimi ve Planlaması Bölümlerinde, 1988-89 öğretim yılı birinci yıl, birinci sönestrede okuyan öğrencilerden oluşmaktadır. Bu sınıflara Problem Çözme Envanteri'nin (PÇE) güvenilirlik (test yeniden test ve iç tutarlılık) ve geçerlik (halihazır geçerlik) çalışmalarını yapmak amacıyla, PÇE, Kendini Kabul Envanteri (KKE) ve Sürekli Kaygı Envanteri (SKE) grup olarak uygulanmıştır. Uygulanan envanterin eşleştirilmesiyle her üç envanteri de eksiksiz dolduran 36 kız, 24 erkek toplam 60 öğrenciden yararlanılmıştır.

Grup 3:

Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, ^{Fak.} ve Basın-Yayın Yüksekokulu'nun birinci ve dördüncü sınıflarında 1988-89 öğretim yılında ikinci sönestrede okuyan toplam 226 öğrenciden oluşmaktadır.

Arastırmanın 5.amacı Ankara Üniversitesinde, değişik programlarda okuyan öğrencilerin problem çözme becerilerini karşılaştırmak olduğundan Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Sınavında

sosyal puanla (Eğitim Bilimleri Fakóltesi, Eğitim Programları ve Öğretimi Bölümü) Fen puanıyla (Fen Fakóltesi, Kimya Mühendisliği Bölümü) ve Türkçe-Sosyal puanla (Basın Yayın Yüksekokulu, Gazetecilik Bölümü) öğrenci alan üç program seçilmiştir. Problem çözme becerisinin sınıf ve alınan eğitim programına göre değişip değişmediğini incelemek amacı ile araştırmaya birinci ve dördüncü sınıf öğrencileri alınmıştır.

Bu gruptaki öğrencilere ayrı ayrı gruplar halinde PÇE ve kısa bir anket formu uygulanmıştır. Uygulamalar bir ders saati içinde, o anda sınıfta bulunan tüm öğrencilere test verilerek yapılmıştır. Testler değerlendirilirken yönergeye uygun şekilde doldurulmayanlar değerlendirme dışı bırakılmış ve sonuçta 226 öğrenci kalmıştır. Bu gruba giren öğrenci sayısı ve okullara göre dağılımı Tablo I'de gösterilmiştir.

Tablo I: Araştırma Grubu 3'deki öğrencilerin Okul, Sınıf ve Cinsiyete Göre Dağılımı

Program	Cinsiyet	Sınıf	Sınıf Mevcudu	Araştırma Grubu	%
F e n	K	1	50	25	50
		4	25	15	60
	E	1	30	15	50
		4	16	12	75
Türkçe sosyal	K	1	48	24	50
		4	33	20	60
	E	1	34	18	53
		4	22	12	54
Sosyal	K	1	18	12	66
		4	28	15	53
	E	1	70	35	50
		4	46	23	50
Toplam			420	226	54

Tabloda araştırma grubunu temsil eden hücrelerdeki öğrenci sayısı % 50 ile % 75 arasında değişmektedir. Ortalama olarak aldığımızda, asıl öğrenci grubunun % 54'ünün araştırma kapsamına girdiğini görmekteyiz.

Verilerin Toplanması

Bu çalışmada veriler, Kendini Kabul Envanteri (KKE), Sürekli Kaygı Envanteri (SKE) ve Problem Çözme Envanteri (PÇE) uygulanarak toplanmıştır.

Kullanılan Araçlar

3-Problem Çözme Envanteri: Bu envanterin amacı, bir bireyin problem çözme ile ilgili davranış ve tutumlarını nasıl algıladığını değerlendirmektedir. Burada "Problem" kavramı depresyon, arkadaşlarla geçimsizlik, bir meslek seçme, eşinden boşanıp boşanmayacağına karar verme gibi kişisel problemleri ifade etmektedir. Envanter, bireyin problem çözme yeteneklerini ya da tarzını değerlendirmesi ve farkına varmasını yansıtır. Bireyin problem çözme yeteneklerini nasıl algıladığını değerlendirmekte; gerçek problem çözme becerilerini değerlendirmemektedir (Heppner, 1988).

PÇE, Heppner ve Petersen (1982) tarafından 35 maddeden oluşan 6'lı likert tipi bir ölçek olarak geliştirilmiştir. Yapılan faktör analizleri envanterin 3 farklı ölçekten oluştuğunu göstermiştir. Bunlar, kişinin yeni problemleri çözme yeteneğine olan

inancını ifade eden problem çözme güveni (PÇG); gelecekte başvurmak için ilk problem çözme çabalarını yeniden gözden geçirmek ve değişik alternatif çözümler için aktif bir biçimde araştırma yapmayı ifade eden yaklaşım-kaçınma (YKT) ve problemlı durumlarda kişilel kontrolünü sürdürme yeteneğini belirten kişisel kontrol(KK)'dür(Phillips ve Pazienna,1984).

Envanter; psikolojik danışmada, tıpta ya da eğitim ortamlarında bireyin problem çözme ya da başa çıkma tarzını belirleyebilmek için kullanılabilmektedir(Heppner,1988).

Envanterin geçerlik çalışmasında hali hazır geçerliğı araştırılmıştır. Ölçeğin halihazır geçerlik çalışmasında öğrencilerin problem çözme becerileri ve bu becerilerinden sağladıkları doyumun düzeyini değerlendirmeleri ile toplam PÇE puanı ve üç ölçek puanları arasındaki korelasyona bakılmış ve tüm korelasyonlar istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur(Heppner, 1988).

Ayırdedici geçerlik çalışmasında problem çözme becerisi ile zekâ ve sosyal beğenilirlik arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır(Heppner, 1988).

Yapı geçerliğı ile ilgili birçok araştırma bulunmaktadır. Bu çalışmalardan biri PÇE ve Rotter İç ve Dış Denetim Odağı Ölçeğı kullanılarak yapılmış ve korelasyonlar istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bu çalışmada problem çözme becerisini olumlu olarak değerlendirenlerin iç denetim odağına sahip oldukları görülmüştür(Heppner, 1988).

Problem çözme eğitimi verilen bir grupta, eğitim verilmeyen kontrol grubunun karşılaştırıldığı bir başka çalışmada deney grubundaki denekler PÇE'de kontrol grubuna göre kendilerini daha olumlu olarak değerlendirmişlerdir. Sonuçta envanterin eğitim

alan grupla almayan grubu birbirinden ayırdedebildiği görülmüştür (Heppner, 1988).

Envanterde düşük ve yüksek puan alanlar arasındaki farklılıkların araştırıldığı çalışmalarda ise (Heppner ve ark., 1982; Nezu, 1985; Nezu ve Ronan, 1985) düşük puan alanların yani problem çözme becerilerini olumlu olarak değerlendirenlerin, yüksek puan alanlara göre daha fazla motivasyona sahip, başarı beklentisi daha fazla, daha az içtepisel ve çekingen, daha sebatlı ve sistematik, daha az alkol ve uyuşturucu kullanan olarak değerlendirdikleri görülmüştür.

Psikolojik sağlık ile problem çözme becerisi arasındaki ilişkiye bakılmış ve ikisi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Heppner, Reeder ve Larson, 1983; Neal ve ark., 1986; Larson ve ark., 1989; Phillips ve Paziienza, 1984).

Evlilik uyumu ve envanter puanları arasındaki ilişkinin araştırıldığı bir çalışmada ise problem çözme becerisini olumsuz olarak değerlendirenlerin (yüksek puan alanlar) yüksek düzeyde evlilikle ilgili stres, ilişkide problemlerin artması, eşlerin ilgi alanlarında daha az anlaşma bulunmuştur. Mesleki kararlılık ve problem çözme becerisi arasındaki ilişki araştırıldığında ise düşük puan alanların mesleki karar verme yeteneği ve mesleki potansiyellerine daha fazla güvendikleri ve mesleklerin gerektirdiği yeteneklere sahip oldukları bulunmuştur. Tüm bu araştırmalar aracın geçerliği için birer kanıt olarak kabul edilmiştir (Heppner, 1988).

PÇE'nin güvenilirlik çalışmasında ise içtutarlılık korelasyonuna bakılmış ve Problem Çözme Güveni (PÇG) ile Yaklaşma-Kaçınma Tarzı(YKT) arasında .49; Problem Çözme Güveni ile

Kişisel Kontrol (KK) arasında .49; Yaklaşma-Kaçınma şekli ile Kişisel Kontrol arasında .38 değerinde korelasyon katsayıları bulunmuştur. Envanterin, test-tekrar test güvenilirliklerinin de üç hafta ara ile .77 ve .81 arasında değiştiği görülmüştür (Heppner, 1988, s.10).

Likert tipi geliştirilen bu envanterde altılı cevap şıkkı bulunmaktadır. Bunlardan (1) tamamen katılımı, (6) ise tamamen katılmamayı gösterir. Bazı maddelerin olumsuz olarak ifade edilmesinden dolayı bu maddeleri puanlarken 1=6, 5=2, 4=3, 2=5 ve 6=1 şeklinde tersine çevirmektedir.

Envanteri cevaplayacak olan kişinin maddeyi okuduktan sonra o maddeye katılıp katılmadığına karar vermesi ve sonra bu katılımın derecesini envanter üzerinde işaretlemesi gerekmektedir. Puanlamada düşük puanlar problemleri çözmede etkiliği, yüksek puanlar ise problemler karşısında etkili çözümler bulamamayı göstermektedir. Cevaplamada zaman sınırı yoktur; ortalama cevaplama süresi 15 dakikadır.

Envanterin çeviri çalışması komite yaklaşımıyla yapılmıştır. Doç.Dr.Fusun Akkoyun ve Arş.Gör. Nedret Öztan tarafından İngilizceden Türkçeye birbirlerinden bağımsız olarak ayrı ayrı çevrilmiştir. Sonra Türkçe çeviriler karşılaştırılmış ve uzlaşma sağlanmaya çalışılmıştır. Çeviriye en son şeklini vermek üzere, envanterdeki maddelerin anlaşılabilirliği, akıcılığı ve Türkçe'ye uygunluğu bakımından Prof.Dr. Yıldız Kuzgun'un görüşlerinden yararlanılmıştır.

1-Kendini Kabul Envanteri: Kılıççı (1985) tarafından üniversite öğrencilerinin kendini kabul düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş ve daha sonra Temuge (1987) tarafından lise öğrencilerine uyarlanmıştır. Bu araştırmada lise formu kullanılmıştır. Bunun nedeni, üniversite öğrencileri için kullanılan formun dört sınıf için puan ortalamalarının aynı olması, lise formunda ise üç sınıf için puanların değişmesi ve üniversite birinci sınıf öğrencilerine birinci sömestrede uygulama yapıldığından, lise son sınıf düzeyine daha yakın olmalarıdır.

Kritik 116 davranıştan oluşan bu envanterle bireyin kendisini algılaması değerlendirildiğinden ve Problem Çözme Envanterinde kendini algılamaya dayandığından halihazır geçerlik ölçütü olarak kullanılabilceği düşünülmüştür.

Aracın lise formunun geçerlik çalışmaları iki aşamada ele alınmıştır. İlk olarak yapısal geçerliğini saptamak amacıyla üniversite öğrencileri için geliştirilmiş olan orijinal formundaki "ölçüt ve sorular ruh sağlığı ve gelişim psikolojisinde uzman 20

kişiye verilmiştir. Yüzde 75 uzman katılımına göre envanterin üniversite öğrencileri formundan 10 soru çıkartılarak, lise formu 116 sorudan oluşturulmuştur(Temuge, 1987).

İkinci olarak bu form hastaneye başvuran lise düzeyinde 30 ergenle, bir grup (140 kişi) lise öğrencisine uygulanmış ve sonuçta iki grubun aritmetik ortalamaları arasındaki fark $P < .05$ önemlilik düzeyinde anlamlı bulunmuştur(Temuge, 1987).

Envanterin güvenirlik çalışması ise bir grup lise öğrencisine 15 gün ara ile test tekrar test uygulama yöntemiyle yapılmıştır. Güvenirlik katsayısı bütün lise grubu için .74; 1. sınıf için .79; 2. sınıf için .68 ve 3. sınıf için .69 olarak bulunmuştur. Sonuçlar envanterin her üç sınıf düzeyinde de kendini kabul kararlı bir biçimde ölçülebildiğini göstermektedir (Temuge, 1987).

Envanterin cevaplandırılmasında, zaman sınırı yoktur. Cevaplayıcı önce her maddede belirtilen niteliğe sahip olup olmadığı konusunda kendi kendine bir karara varmakta, sonra da bu kararını Evet/Hayır sütunlarından birini işaretleyerek belirlemektedir. Cevaplayıcının daha sonra envanter maddesi ile ilgili kişilik özelliğinden ne ölçüde kendinden memnun ya da şikayetçi olduğunu belirlemek için evet ya da hayır sütunlarının altında bulunan "memnunum (m)", "şikayetçiyim (ř)" için ayrılan cevap aralıklarının birini işaretlemesi gerekmektedir. Kesin bir karar veremediği durumlarda ise "Kararsızım (K)" sütununu işaretlemektedir. Puanlama cevap anahtarı ile yapılmakta ve her memnunum cevabına +1, her şikayetçiyim cevabına -1, kararsızım seçeneğine ise 0 puan verilmektedir. Envanterde yüksek puanlar yüksek kendini kabul, düşük puanlar ise düşük kendini kabul göstermektedir. Ölçekte en düşük puan (-56), en yüksek puan ise 100'dr.

2-Sürekli Kaygı Envanteri: Spielberger'in İki Faktörlü Kaygı Kuramından kaynaklanarak, Spielberger ve arkadaşları (1970) tarafından durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini ayrı ayrı saptamak amacıyla Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri olarak geliştirilmiştir. Ölçek, Necla Öner ve Ayhan Le Compte tarafından (1985) Türkçe'ye uyarlanmıştır. Problem çözme becerileri düşük olan öğrencilerin sürekli kaygılarının yüksek olacağı düşünüldüğünden, halihazır geçerlik ölçütü olarak kullanılabileceği düşünülmüştür.

Envanterin geçerlik çalışmasında önce kuramsal geçerliği saptanmış ve sürekli kaygı puanlarının durumuna göre değişmediği, aynı kaldığı görülmüştür. Kriter geçerliğini saptamak amacıyla normallerle psikiyatri hastaları arasında yapılan bir karşılaştırmada psikiyatri hastalarının sürekli kaygı puanlarının normallerden yüksek olduğu bulunmuştur(Öner, 1985).

Aracın güvenirlik çalışmasında Alpha güvenirlikleri Sürekli Kaygı için .83 ile .87 arasındadır. Madde güvenirliği korelasyonu .34 ile .72 arasındadır. Bu da maddelerin güvenilir olduğuna işaret etmektedir. Ayrıca aracın test-tekrar test güvenirliği ise .71 ile .86 arasında değişmektedir. Bu sonuçlar ölçeğin madde homojenliğinin, yüksek iç tutarlılığının ve zamana karşı güvenirliğinin olduğunu göstermektedir(Öner, 1985).

Sürekli Kaygı Envanteri kısa ifadelerden oluşan bir özdeğerlendirme anketidir. Envanterde 20 madde vardır ve hem grup, hem de bireysel olarak uygulanabilmektedir. Ölçekte cevap seçenekleri dörder tanedir. Cevaplayıcı, soruyu okuduktan sonra bu seçeneklerden kendine en uygun olanı işaretlemektedir. Bu seçeneklerin ağırlık dereceleri 1'den 4'e kadar değişmektedir. Ölçeğin toplam puan değeri 20 ile 80 arasında değişmektedir. Puanın yüksek olması kaygı seviyesinin yüksek olduğuna işaret

eder. Seçenekler; (1) hemen hiçbir zaman, (2) bazen, (3) çok zaman ve (4) hemen her zaman şeklindedir.

Ölçekte iki tür ifade bulunur; doğrudan ifadeler ve tersine dönmüş ifadeler. Doğrudan ifadeler, olumsuz duyguları; tersine dönmüş ifadeler ise olumlu duyguları dile getirir. Bu ikinci tür ifadeler puanlanırken 1 ağırlık değerinde olanlar 4'e, 4 ağırlık değerindekiler ise 1'e dönüşmektedir.

Puanlamada doğrudan ifadeler ve tersine ifadelerin herbiri için iki ayrı anahtar hazırlanmıştır. Doğrudan ifade edilen toplam ağırlıklı puandan ters ifadelerin toplam ağırlıklı puanı çıkarılır, buna önceden saptanmış sabit bir değer olan 35 eklenir. Böylece elde edilen değer bireyin kaygı puanıdır. Uygulamalarda saptanan ortalama puanlar 36 ile 41 arasında değişmektedir(Öner, 1985).

Verilerin Çözümlemesi

Verilerin çözümü ve yorumlanmasında korelasyon katsayısı, t testi ve bağımsız gruplar varyans analizinden yararlanılmıştır.

IV. BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde PÇE'nin güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları ile ilgili olarak elde edilen verilerin istatistiksel değerlendirme sonuçları ile ilgili bulgular ve yorumuna yer verilmiştir.

Güvenirlik Çalışmaları

PÇE'nin güvenilirlik çalışmaları üç aşamada ele alınmıştır.

1) Envanterin çeviri güvenilirliği çalışmasını yapmak amacıyla (Araştırma grubu I) İngilizce ve Türkçe formların test-yeniden test uygulamalarından elde edilen veriler arasındaki ilişkiler, toplam test puanı ve alt ölçekler için hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo II'de verilmiştir.

Tablo II: İngilizce ve Türkçe Uygulamalardan Elde Edilen Ortalama Puanlar ve Test-Tekrar Test Güvenirlik Katsayıları

	İngilizce \bar{x}	Türkçe \bar{x}	r
PÇE	73.14	68.43	.86
PÇG	22.28	22.71	.86
YKT	36.92	33.21	.64
KK	13.92	12.64	.73

N=14

Bulunan korelasyon katsayıları .64 ile .86 arasında değişmektedir. Bunlardan toplam puan için elde edilen, katsayısı en yüksek olanıdır ve oldukça yüksektir. Testin İngilizce ve Türkçe olarak alınmasıyla elde edilen puanlar arasında olumlu ve yüksek

bir korelasyonun olması, İngilizce ve Türkçe forlarından elde edilen puanlar arasında bir tutarlılık olduğunu göstermektedir. Ayrıca, iki uygulamadan elde edilen PÇE toplam puanı ortalamaları arasındaki farkın manidar olup olmadığını saptamak amacıyla yapılan istatistiksel karşılaştırmada da ($t=2.08$) .05 düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Böylece iki formun oldukça eş değerde olduğunu söyleyebiliriz.

2) PÇE'nin araştırma grubu 2'ye uygulanmasından elde edilen veriler üzerinde alt ölçekler arasındaki tutarlılıkların hesaplanmasında PÇG ve YKT için .46, PÇG ve KK için .36 ve YKT ile KK için .18, korelasyon katsayıları bulunmuştur.

Envanterin orijinal ölçekler arası tutarlılık verileri ise, aynı sırayla .49; .49 ve .38 olarak bulunmuştur (Heppner, 1988, s.9).

PÇG ve YKT arasındaki ilişkiler her iki formda da oldukça benzerdir. PÇG ve KK arasındaki ilişkiler çok benzer olmamakla beraber bulunan ilişkilerin yeterli olduğu düşünülmektedir. YKT ve KK arasındaki ilişkiler karşılaştırıldığında ise oldukça önemli farklılıklar görülmektedir. Türkçe formundan elde edilen ilişkiler oldukça düşüktür. Bu bulgu YKT ve KK alt testlerinin Türk kültüründe çok iyi işlemediği şeklinde bir düşünceye yol açmaktadır.

Bu araştırma grubundan elde edilen veriler üzerinde ayrıca, PÇE toplam puanı ile alt ölçekler arasındaki ilişkiler hesaplanmıştır. PÇE ve PÇG için .82; PÇE ve YKT için .81; PÇE ile KK için .58 korelasyon katsayıları bulunmuştur. Türkçe PÇE toplam puanı ve alt ölçekler arasındaki ilişkiler oldukça yüksektir. Ölçeğin sonuçları, YKT ve KK alt öl-

çeklerinin Türk kültüründe tek başlarına çok iyi işlemedikleri, ancak toplam PÇE puanına oldukça önemli katkıda buldukları düşünülmektedir.

3) Envanterin kararlılık katsayısı test-yeniden test yöntemiyle hesaplanmıştır. Kararlılık katsayısı PÇE toplam puanı için .66 olarak bulunmuştur. Güvenirlik katsayısı alt ölçekler için de ayrı ayrı hesaplanmış ve PÇG için .84; PKT için .47 ve KK için .48 olarak bulunmuştur. Envanterin orijinal kararlılık katsayıları ise toplam puan için .81, alt ölçekler için aynı sırayla .78, .77 ve .81 olarak bulunmuştur (Heppner, 1988, s.10). Türkçe uygulamalarda YKT ve KK kararlılık katsayılarının oldukça düşük olduğu görülmektedir. Bu nedenle yalnızca elde edilen Türkçe PÇE ve PÇG puanlarının kararlı olduğu düşünülmektedir.

Türkçe PÇE'nin güvenirlilik çalışmaları, araçtan elde edilen toplam puana güvenileceğini alt ölçeklerden özellikle YKT ve KK için ayrıca ek çalışmaların yapılmasına gerek olduğunu göstermektedir.

Türkçe PÇE güvenirlilik çalışmaları ile ilgili genel bulgular kendi gruplarından elde edilen veriler üzerinde faktör analizi yapılması gerektiğinin ortaya çıkarmıştır.

Gecerlik Çalışması

1) İlk olarak halihazır geçerlik çalışması yapılmıştır. Bu çalışmanın sonuçları tablo III'te verilmiştir.

Tablo III: PÇE ve Alt Ölçekleri ile Sürekli Kaygı ve Kendini Kabul Envanteri Puanları Arasındaki İlişkiler

<u>Ö l ç e k l e r</u>	<u>r</u>
PÇE - K.K	- 0.44
PÇG - K.K	- 0.44
YKT - K.K	- 0.29
KK - K.K	- 0.26
PÇE - S.K	0.51
PÇG - S.K	0.56
YKT - S.K	0.21
KK - S.K	0.35

PÇE ve PÇG puanları ile Kendini Kabul ve SKE puanları arasında orta düzeyde ilişkilerin olduğu görülmektedir. Genel olarak bireylerin problem çözme becerileri arttıkça Kendini Kabul puanlarının da arttığı, Sürekli Kaygı Puanlarının ise düştüğü görülmektedir. Ancak, güvenilirlik çalışmasında da daha önce görüldüğü gibi YKT ve KK alt ölçekleri bakımından ilişkilerin daha düşük olduğu dikkati çekmektedir. Bu geçerlik katsayılarının düşük olması, güvenilirliklerinin düşük olmasının getirdiği bir sınırlılığın sonucudur.

2) Son olarak da PÇE'nin toplam puan bakımından elde edilen verilerin, aracın orijinalinden elde edilen verilerle belli gruplarda benzer sonuçları verip vermediğinin test edilmesi amaçlanmıştır. Ortaya koyucu geçerlik çalışması olarak nitelendirebileceğimiz bu çalışmada Ankara Üniversitesi'ndeki öğrenciler arasında PÇE toplam puanları bakımından cinsiyet, sınıf (birinci ve son sınıf) ve öğrenim programları (Fen, Türkçe-Sosyal ve Sosyal Puanla öğrenci alan programlar) bakımından farklılık olup olmadığı 3x2x2 bağımsız gruplar varyans analizi ile incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar Tablo IV'te verilmektedir.

Tablo IV: PÇE Puanları Bakımından Cinsiyet, Sınıf ve Programa Göre Varyans Analizi

Değişme kaynağı	KT	Sd	Ortalama Kare	F
Toplam	42058.03	225		
A(Program)	2483.22	2	1241.61	7.36*
B(Cinsiyet)	114.6	1	114.6	0.68
C(Sınıf)	501.77	1	501.77	2.97
AXB	407.97	2	203.98	1.21
AXC	2148	2	1074	6.36*
BXC	114.34	1	1.71	0.01
AXBXC	187.77	2	93.88	0.56
Hata	36100.36	214	168.69	

Yapılan analiz sonucunda cinsiyet ve sınıf bakımından anlamlı farklılıkların olmadığı, ancak programlar bakımından ve ayrıca sınıf ve program birlikte alındığında anlamlı farklılıkların olduğu görülmüştür. Bu nedenle program ve sınıf bakımından ek analizin yapılması gerekmektedir.

Sınıflar arasındaki farklılıkları test etmek için tek değişkenli bağımsız gruplar varyans analizi incelemesi yapılmıştır. Bu sonuçlar Tablo 5'te verilmektedir.

Tablo V: Sınıf ve Program Bakımından Varyans Analizi Sonuçları

Sınıf / Program	F e n		Türkçe-Sosyal		Sosyal		F
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
1. Sınıf	73.4	8.52	78.04	13.70	87.53	14.72	13.71*
4. Sınıf	78.03	12.94	76.00	12.92	77.23	12.63	0.18

P < .01

Dördüncü sınıflar arasında anlamlı farklılıkların olmadığı, farklılığın birinci sınıflarda olduğu görülmektedir. Bu durumda birinci sınıflardaki programlar arasındaki farklılıkları inceleyebilmek için ayrıca t testi yapılmıştır. Analizin sonuçları Tablo VI'da verilmektedir.

Tablo VI. : Birinci Sınıflar İçin Programlar Arasındaki t Testi Sonuçları

	Fen-Türkçe	Sosyal	Türkçe Sosyal	Sosyal	Sosyal fen
t	1.78		2.94*		5.08*

P < .01

Birinci sınıflarda Sosyal/Fen ve Sosyal/Türkçe-Sosyal programlarda okuyan öğrenciler arasında problem çözme becerileri bakımından anlamlı farklılıkların olduğu görülmüştü. Tablo V'te de Sosyal programlar birinci sınıfta

okuyan öğrencilerin problem çözme becerilerinin en düşük olduğu görülmektedir.

PÇE ile ilgili olarak Amerikan kültüründe üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmalarda (Neal, 1983; Alıntı kaynak, Heppner, 1988) üniversite birinci ve son sınıf öğrencileri arasında cinsiyet ile Fen ve Sosyal programlar arasında farklılıklar bulunmamıştır. Bu araştırmada elde edilen veriler, bu verileri cinsiyet bakımından desteklemekte, sınıf ve programlar olarak bakıldığında birinci sınıf sosyal programda okuyanların puanlarının anlamlı olarak farklı olması nedeniyle desteklememektedir. Bu durum ülkemizde sosyal programlara alınan öğrencilerin bazı özelliklerinden kaynaklanmış olabilir. Bu programa alınan öğrencilerin problem çözme becerileri düşük olabileceği gibi tesadüfen bu araştırma grubuna giren öğrencilerin durumunu da yansıtıyor olması beklenebilir. Bu durumun başka bir araştırma ile incelenmesi gerekmektedir. Ayrıca dikkati çeken bir diğer husus, birinci ve son sınıf sosyal programda okuyan öğrencilerin arasında görülen farklılıklardır. Birinci sınıf öğrencilerinin problem çözme becerileri çok düşük iken, son sınıf öğrencilerinde programlar bakımından anlamlı bir farklılık yoktur. Birinci ve son sınıf sosyal program öğrencileri aynı grup olmadığından istatistikî karşılaştırma yapılmamıştır. Ancak buradan sosyal programlarda okuyan öğrencilerin problem çözme becerilerinin artabileceği şeklinde, başka bir araştırmada denenmek üzere bir hipotez de çıkarabiliriz.

V. BÖLÜM

Ö Z E T

Bu araştırmanın amacı Heppner'in(1982) geliştirmiş olduğu Problem Çözme Envanterini Türkçe'ye uyarlamak ve bir grup üniversite öğrencisi üzerinde geçerlik ve güvenilirliği ile ilgili bulgular elde etmektir.

Problem çözme becerisi ile ilgili yurt dışında pekçok araştırma yapılmasına karşın, ülkemizde bu konu ile ilgili araştırmaya rastlanmamıştır. Oysa, problem çözme günlük yaşantımızda her an karşılaştığımız bir durumdur.

Günümüzde endüstrileşmenin artması ve teknolojinin hızla gelişmesi, bireyi yeni ve artan problem durumlarıyla karşı karşıya bırakmaktadır. Hem kişisel, hem sosyal, hem de sağlık ve iş problemlerini çözmek zorunda kalan birey bu problemlerini çözdükçe kendine güveni artacak ve yeni problemleri çözebilecek gücü kendinde bulabilecektir. Oysa, sürekli olarak çözemediği problemlerle uğraşan bireyin kendine güveni sarsılır ve yeni problemleri çözmek için gereken enerjiyi bulamadığından, problemleri çözmekten kaçınma çabası içine girebilir. Psikolojik danışmanın amacı bu bireylere yardım etmektir. PÇE, danışmanlar tarafından danışanın genel problem çözme becerisini değerlendirmesine yardımcı olacaktır. Ayrıca, ülkemizde bu alanda yapılacak araştırmalarda da kullanılabilir.

Araştırmada üç araştırma grubundan yararlanılmıştır. Birinci grup 14 kişiden oluşmuş ve bu grup üzerinde envanterin çeviri güvenilirliği yapılmıştır. İkinci grup toplam 60 öğrenciden oluşmuştur ve envanterin güvenilirlik ve

halihazır geçerlik çalışmasını yapmak amacıyla bu gruba PÇE, KKE ve SKE uygulanmıştır. Üçüncü grup Ankara Üniversitesi Fen Fakültesi Kimya Mühendisliği; Basım-Yayın Yüksekokulu Gazetecilik Bölümü ve Eğitim Bilimleri Fakültesi Eğitim Programları ve Öğretimi Bölümü birinci ve dördüncü sınıf öğrencisi olan toplan 226 öğrenciye PÇE uygulanmıştır.

Araştırma için gerekli olan bilgiler çeşitli araçlarla sağlanmıştır. Bunlar:

1) Türkçe'ye uyarlanma, çeviri, güvenilirlik ve geçerlik çalışması yapılması amaçlanan Problem Çözme Envanteridir.

2) PÇE'nin halihazır geçerlilik çalışmasını yapmak amacıyla Kendini Kabul Envanteri ve Sürekli Kaygı Envanteridir.

Araştırmada veriler, korelasyon katsayısı, t testi ve varyans analizi ile çözümlenmiştir.

S O N U Ç

Problem Çözme Envanterinin güvenilirlik çalışması üç aşamada yapılmıştır.

Envanterin önce çeviri güvenilirliği çalışması yapılmış ve envanterin İngilizce ve Türkçe uygulamalarından elde edilen korelasyon katsayısının yüksek olduğu bulunmuştur. İki uygulamadan elde edilen PÇE toplam puanı ortalamaları arasında da anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Bu da iki formun eş değerde olduğunu göstermiştir.

Envanterin alt ölçekleri arasındaki tutarlılıklar hesaplanmış ve sonuçta PÇG ve YKT ile PÇG ve KK arasındaki ilişkilerin yeterli olduğu, YKT ile KK arasında ilişkinin düşük olduğu görülmüştür. Ayrıca, PÇE toplam puanı ve alt ölçekler arasındaki ilişkiler hesaplanmış ve PÇG ve YKT ile toplam puanlar arasında yüksek korelasyon katsayıları bulunmuştur. Bu sonuçlardan PÇE toplam puanının Türk kültüründe oldukça iyi işlediği, alt ölçeklerinin ise iyi bir şekilde işlenmediği anlaşılmaktadır. Ancak bu alt ölçekler PÇE toplam puanı ile birlikte anlamlı olmaktadır. Bu nedenle ülkemizde faktör analizi çalışmasının yapılması gerekmektedir.

Test-yeniden test yöntemi ile hesaplanan kararlılık katsayısı sonuçları ise yalnızca toplam puanı ve PÇG alt testine güvenilebileceğini, YKT ve KK alt testlerinin ise kararlılık katsayılarının düşük olduğunu göstermiştir.

Kendini Kabul Envanteri, Sürekli Kaygı Envanteri ve Problem çözme envanteri kullanılarak yapılan halihazır geçerlik çalışması sonucunda toplam PÇE puanı arttıkça, kendini kabulün de arttığı, sürekli kaygı puanının ise düştüğü bulunmuştur. Ancak YKT ve KK alt testlerinin güvenilirlik katsayılarının düşük olması, geçerlik katsayılarının da düşük olması sonucunu getirmiştir.

Ankara Üniversitesi öğrencileri arasında PÇE puanları bakımından cinsiyet, sınıf ve program bakımından farklılık olup olmadığı varyans analizi ile incelenmiştir. Programlar bakımından anlamlı farklılıklar görüldüğünden tek değişkenli varyans analizi yapılmış ve farklılığın birinci sınıflarda olduğu görülmüştür. Yapılan t testi ile Sosyal programda okuyan birinci sınıf öğrencilerinin problem çözme becerilerinin anlamlı olarak düşük olduğu bulunmuştur. Ölçeğin Amerikan üniversite öğrencilerine uygulanmasından elde edilen sonuçlar cinsiyet bakımından desteklenmiş, Sosyal programda okuyan öğrenciler bakımından desteklenmemiştir.

Bu sonuçlar yalnızca, PÇE toplam puanının Ankara Üniversitesi öğrencilerinde araştırma ve psikolojik danışma amaçlarıyla kullanılabileceğini göstermiştir.

ÖNERİLER

1. Türkçe'ye uyarlanan PÇE'nin güvenilirlik ve geçerlik çalışması sonuçları PÇE toplam puanının kullanılabilceğini, alt ölçeklerin ise toplam puana katkıları olmasına rağmen tek başlarına iyi işlemediklerini göstermiştir. Ülkemizde problem çözme becerisinin faktör yapısının incelenmesi gerekmektedir. Böylece ölçek ülkemizde yerinde ve geniş bir kullanım alanına sahip hale gelebilir.

2. Envanter yalnızca Fen, Türkçe Sosyal ve Sosyal programda okuyanlar üzerinde uygulanmıştır. Diğer programlarda (Örn., Güzel Sanatlarda) okuyanlara da uygulanarak bu programlarda okuyanların problem çözme becerisi ile ilgili bilgiler elde edilebilir.

3. PÇE ile ilgili veriler yalnızca Ankara Üniversitesi öğrencileri ile ilgilidir. Diğer üniversitelerde de uygulanarak bu üniversite öğrencilerinin problem çözme becerisiyle ilgili bilgiler elde edilebilir.

KAYNAKÇA

- Akkoyun, F.-Ü.Dökmen(1988), Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Problem Alanları ve Sürekli Kaygı Düzeyleri, Yükseköğretimde Rehberlik ve Psikolojik Danışma Toplantısı, A.Ü.E.B.F. Dergisi, Ankara.
- Anderson, J.R.(1980) Cognitive Psychology and its Implications, San Francisco: Freeman.
- Arnkoff, D.B., ve J.Stewart (1975) The Effectiveness of Modeling and Videotape Freedback on Personal Problem Solving. Behavior Research and Therapy; 13.127-133.
- Bandura, A.(1977), Self Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change, Psychological Rewiew, 84, 191-215.
- Baumgardner, A.H., P.P. Heppner ve R.M.Arkin (1986), Rol of Causal Attribution in Personal Problem Solving, Journal of Personality and Social Psychology, 50,636-643.
- Berne, E.(1961), Transactional Analysis is Psychotherapy: a Individual and Social Psychiatry, New York: Grove Press.
- Billings, A.G. ve R.H.Moos (1982), Psychosocial Theory and Research on Depression: An Integrative Framework and Rewiew. Clinical Psychology Rewiew, 2,213-237.
- Binbaşıoğlu, C.(1982), Eğitim Psikolojisi, Binbaşıoğlu Yayınevi, Ankara.
- Dixon, D.N., P.P.Heppner, C.H.Petersen ve R.R.Ronning (1979), Problem-Solving Workshop Training, Journal of Counseling Psychology, 26, 133-139.
- D'Zurilla, T.J. ve M.R.Goldfried (1971), Problem Solving and Behavoir Modification, Journal of Abnormal Psychology, 18, 407-426.
- Enç, M.(1982), Eğitim Ruhbilimi, İnkılâp ve Aka Kitabevleri Koll.Şti., İstanbul.

- Gotlib, I.H., R.F., Asarnow (1979), Interpersonal and Impersonal Problem-Solving Skills in Mildly and Clinically Depressed University Students, Journal of Consulting and Clinical Psychology, 47, 86-95.
- Güney, M.(1985), Üniversite Öğrencileri Arasında Depresyon ve Problem Alanlarının Akademik Başarı İle İlişkisi, A.Ü. Yay., No:92, Ankara.
- Hall, C.S., G.Lindzey (1978), Theories of Personality, U.S.A.
- Heppner, P.P..(1978), A Review of the Problem Solving Literature and It's Relationship to the Counseling Process, Journal of Counseling Psychology, 25, 366-375.
- Heppner, P.P., J.Hibel, G.W.Neal, C.L.Weinstein ve F.E. Rabinowitz (1982), Personal Problem-Solving: A Descriptive Study of Individual Differences, Journal of Counseling Psychology 29, 580-596.
- Heppner, P.P., ve C.H., Petersen(1982), The Development and Implications of a Personal-Problem Solving Inventory, Journal of Counseling Psychology, 29, 66-75.
- Heppner, P.P., ve T.S. Krieshok (1983), An Applied Investigation of Problem-Solving Appraisal, Vocational Identity and Career Service Requests, Utilization and Subsequent Evaluations, The Vocational Guidance Quarterly, 240-249.
- Heppner, P.P., B.L.Reeder ve L.M. Larson(1983), Cognitive Variables Associated With Personal Problem-Solving Appraisals Implications for Counseling, Journal of Counseling Psychology, 30, 537-545.
- Heppner, P.P., A. Baumgardner, J.Jackson(1985), Problem-Solving Self Appraisal, Depression and Attributional Style=Are They Related? Cognitive Therapy and Research, 9.105-113.
- Heppner, P.P. ve W.P.Anderson (1985), The Relationship Between Problem-Solving Self-Appraisal and Psychological Adjustment, Cognitive Therapy and Research, 4, 415-427.

- Heppner, P.P., M.Kampa ve L.Brunning(1987), The Relationship Between Problem-Solving Self-Appraisal and Indices of Physical and Psychological Health, Cognitive Therapy and Research, 11, 155-168.
- Heppner, P.P. ve K.J. Krauskopf (1987), An Information Processing Approach to Personal Problem Solving, The Counseling Psychologist, 15, 371-447.
- Heppner, P.P.(1988), The Problem Solving Inventory, Manual, Consulting Psychologist Press.
- Ho, R.(1981). Sex, Sex-Role Typing and Childrens Problem Solving Behaviour, Journal of Social Psychology, 115, 219-226.
- Kelly, L.M., W.O.Scott, D.M.Prue ve R.G.Rychtarik(1985), A Component Analysis of Problem-Solving Skills Training, Cognitive Therapy and Research, 9, 429-441.
- Kılıççı, Y.(1985), Kendini Kabul Envanteri, El Kitabı, Ankara.
- Kuzgun, Y.(1988), Rehberlik ve Psikolojik Danışma, ÖSYM Eğitim Yay., Ankara.
- Larson, L.M., P.P.Heppner(1989), Problem-Solving Appraisal in an Alcoholic Population, Journal of Counseling Psychology, 36, 73-78.
- Lent, R.W., S.D.Brown ve K.C.Larkin(1986), Self-Efficacy in the Prediction of Academic Performance and Perceived Career Options, Journal of Counseling Psychology, 33, 265-269.
- Levenson, M. ve C.Neuringer(1971), Problem-Solving Behaviour in Suicidal Adolescents, Journal of Counseling and Clinical Psychology, 37, 433-436.
- Marchioni, P.,J.C.Ingram, B.Hill, E.C.Ramos (1985), Recidivism Perceived Problem-Solving Abilities, MMPI Characteristics and Violence, Journal of Clinical Psychology, 41, 425-432.
- Mendonca, J.D. ve T.F. Siess(1976), Counseling for Indesiveness: Problem-Solving and Anxiety Management Training, Journal of Counseling Pspchology, 4,339-347.
- Morgan, T.C.(1986), Psikolojiye Giriş, Meteksan Yay., Ankara.

- Morris, C.G.(1979), Psychology an Introduction, Printice Hall, U.S.A.
- Neal, G.W. ve P.P.Hepner(1986), Problem-Solving Self-Appraisal Awareness and Utilization of Campus Helping Resources, Journal of Counseling Psychology, 33,39-44.
- Nezu, A.M., G.F. Ronan (1985), Life Stress, Current Problems, Problem-Solving and Depressive Symptoms: An Integrative Model, Journal of Consulting and Clinical Psychology, 53, 693-697.
- Nezu, A.M.(1985), Differences in Psychological Distress Between Effective and Ineffective Problem Solvers,Journal of Counseling Psychology, 32, 135-138.
- Nezu, A.M.(1986), Cognitive Appraisal of Problem-Solving Effectiveness, Journal of Clinical Psychology, 42, 42-48.
- Nezu, A.M., C.M.Nezu, L.Saraydirian, K.Kalmar, ve G.T.Ronan(1986), Social Problem Solving as a Moderating Variable Between Negative Life-Stress and Depressive Symptoms, Cognitive Therapy and Research, 10,489-498.
- Oğuzkan, F(1985), Orta Dereceli Okullarda Öğretim,Amaç,İlke,Yöntem ve Teknikler, Emel Matbaacılık, Ankara.
- Öner, N. ve A. Le Compte (1985), Süreksiz Durumluk/Sürekli Kaygı Envanteri, El Kitabı, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, No:333, İstanbul.
- Perls, F.S., R.E. Hefferline, P.Goodman(1965), Gestalt-Therapy, New York: Dell.
- Phillps, S.D., N.J. Paziienza ve H?H.Ferrin (1984), Decision Making Styles and Problem-Solving Appraisal,Journal of Counseling Psychology, 4, 497-502.
- Platt, J.J. ve G. Spivack(1972), Problem Solving Thinking of Psychiatric Patiens,Journal of Consulting and Clinical Psychology, 39, 148-151.
- Platt, J.J., G. Spivack, N.Altman ve D.Altman(1974), Adolescent Problem-Solving Thinking, Journal of Consulting and Clinical Psychology, 42, 787-793.

- Seligman, M.E.P., L.Y.Abramson,A. Semmel, C.V.Baeyer(1979),
Repressive Attributional STyle, Journal of Abnormal Psycho-
logy, 88, 242-247.
- Shorkey, C.T., R.G. McRoy ve J.Armendariz (1985), Intensity
of Parental Punishments and Problem-Solving Attitudes
and Behaviors,Psychological Reports, 56, 283-286.
- Temuge, T.(1987), Kendini Kabul Envanterinin Lise Öğrencilerine
Uyarlanması, H.Ü., Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Vliestra, A.G.(1980), Age Changes in Problem-Solving and Attention,
The Journal of Psychology, 185, 21-28.



PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ

Formu

Paul P. Heppner

Adı Soyadı.....

Tarih.....

CinsiyetiK(),E()

Yaş.....

Sınıf.....

PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİYLE İLGİLİ AÇIKLAMA

İnsanlar kişisel sorunlara farklı tepkilerde bulunurlar. Bu envantere verilen ifadeler de insanların kişisel sorunlarına ve günlük hayattaki problemlerine nasıl tepkilerde buldukları ile ilgilidir. Buradaki "problem" sözcüğünden herkesin zaman zaman yaşadığı depresyon, arkadaş bulmada güçlük çekme, meslek seçimi veya boşanıp boşanmamaya karar verme gibi sorunlar kastedilmektedir. Lütfen aşağıdaki maddelere olabildiğince dürüst olarak sizin bu gibi problemlerinizi nasıl halletmeye çalıştığınızı gösterecek şekilde tepkide bulununuz. Verdiğiniz tepkiler sizin sorunlarınızı çözerken gerçekten ne yaptığınızı göstermeli, nasıl çözülmesi gerektiği hakkındaki düşüncelerinizi yansıtmalıdır. Bir maddeyi okuduğunuzda kendinize şu soruyu sorunuz: Gerçekten böyle mi davranıyorum? Lütfen her maddeyi cevaplayınız.

Her bir ifadeyi okuyarak, verilen ifade ile ne kadar uzlaştığının veya uzlaşmadığının derecesini yanındaki ölçek üzerinde işaretleyiniz. Cevaplarken her bir ifadenin yanındaki rakamlardan birinin üzerine çarpı işareti koyunuz.

	1	2	3	4	5	6
	Tamamen	Kısmen	Çok az	Çok az	Kısmen	Tamamen
	Katılıyorum	Katılıyorum	Katılıyorum	Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılmıyorum
1. Bir sorunun çözümünde başarısızlığa uğradığımda neden böyle sonuçlandığını düşünmem.....	1	2	3	4	5	6
2. Karmaşık bir problemle karşılaştığımda zaman, sorunun ne olduğunu belirlememe yardımcı olacak bilgileri toplamak için bir strateji geliştirmeye vakit ayırmam.....	1	2	3	4	5	6
3. Bir sorun çözümede ilk çabalarım başarılı olmazsa, sorunumla başa çıkabilme yeteneğimden kuşkulana-maya başlarım.....	1	2	3	4	5	6
4. Bir sorunu çözdükten sonra, neyin yanlış neyin doğru gittiğini analiz etmem (düşünmem).....	1	2	3	4	5	6
5. Genellikle sorunlarımı çözebilmek için yaratıcı ve etkili seçenekler bulabilirim.....	1	2	3	4	5	6
6. Bir sorunu çözmek için belli bir yol izledikten sonra, beklediğim sonuçla ortaya çıkan sonucu karşı-laştırırım.....	1	2	3	4	5	6
7. Bir sorunum olduğunda, sorunu çözmek için geçitli seçenekleri artık aklıma başka bir yol gelmeyince-ye kadar düşünürüm.....	1	2	3	4	5	6
8. Bir sorunla karşılaştığımda, problem durumu ile ilgili olarak neler olup bittiğini anlamak için sürekli olarak duygularımın ne olduğunu anlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6
9. Bir sorun aklıma karıştırdığında, belirsiz düşünce ve duygularım üzerinde düşünerek bunları somut bir şekilde açıklığa kavuşturmaya çalışırım.....	1	2	3	4	5	6
10. Başlangıçta çözümü mümkün gibi görünmese bile pek çok sorunu çözebilmek yeteneğim vardır.....	1	2	3	4	5	6
11. Karşılaştığım sorunların çoğunun çözümü, bana çok zor gelir.....	1	2	3	4	5	6

1	2	3	4	5	6	
Tamamen Katılıyorum	Kısmen Katılıyorum	Çok az Katılıyorum	Çok az Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Tamamen Katılmıyorum	
12. Bir sorunla karşılaştığımda sorunu çözmek için aklıma ilk gelen şeyi yapma eğilimindeyimdir.....	1	2	3	4	5	6
13. Bir problemi çözerken kararlar alırım ve sonunda bunlardan mutlu olurum.....	1	2	3	4	5	6
14. Küçük ya da büyük olsun sorunlarımı çözmek için zaman ayırmam, herşeyi olurlarına bırakırım.....	1	2	3	4	5	6
15. Bir soruna çözüm yolları düşünürken, tek tek her seçeneğin başarılı olma şansını gözönüne alarak değerlendirme yapmam.....	1	2	3	4	5	6
16. Bir sorunla karşılaştığım zaman, ondan sonraki adımın ne olacağına karar vermeden önce üzerinde düşünürüm.....	1	2	3	4	5	6
17. Bir problemi çözerken genellikle aklıma ilk gelen fikri uygulamam.....	1	2	3	4	5	6
18. Bir karar verirken, seçenekleri karşılaştırırım ve her birinin diğerine göre sonuçlarını tartarım.....	1	2	3	4	5	6
19. Bir sorunu çözmek için plan yaptığımda, bu planın işe yarayacağından oldukça emin olurum.....	1	2	3	4	5	6
20. Küçük ya da büyük olsun bir sorunu düşünürken aklıma pek fazla seçenek gelmez.....	1	2	3	4	5	6
21. Belli bir davranışın sonucunu tahmin etmeye çalışırım.....	1	2	3	4	5	6
22. Bir sorunu çözmeye çalışırken sıklıkla başvurduğum bir yol, geçmişteki benzer problemleri düşünmektir....	1	2	3	4	5	6
23. Yeterli çaba gösterdiğimde ve zamanım olduğunda, karşılaştığım bütün sorunları çözebileceğime inanırım.....	1	2	3	4	5	6
24. Değişik bir durumla karşılaşsam da ortaya çıkabilecek problemleri halledeceğimden eminim.....	1	2	3	4	5	6

1	2	3	4	5	6	
Tamamen Katılıyorum	Kısmen Katılıyorum	Çok az Katılıyorum	Çok az Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Tamamen Katılmıyorum	
25.	Bir sorunu çözmek için uğraşırken bazen körükörüne dolandığımı, asıl konuya bir türlü ulaşamadığımı hissedirim.....					1 2 3 4 5 6
26.	Bir sorunla karşılaştığımda, ani kararlar veririm ve sonra yaptığımdan pişman olurum.....					1 2 3 4 5 6
27.	Yeni ve zor sorunları çözme yeteneğime güvenirim.....					1 2 3 4 5 6
28.	Seçenekleri karşılaştırmak ve karar vermek için sistematik bir yöntem kullanırım.....					1 2 3 4 5 6
29.	Bir problemi halletme yollarını düşünürken işe yarayacak bir çözümü bulmak için değişik seçeneklerdeki fikirleri nadiren birleştiririm.....					1 2 3 4 5 6
30.	Bir sorunla karşılaştığım zaman, çevremdeki dış etmenlerin bu soruna ne gibi katkıları olduğunu nadiren düşünürüm.....					1 2 3 4 5 6
31.	Bir sorunla karşılaştığım zaman, genellikle ilk yaptığım şey ilgili bilgileri toparlamak ve durumu gözden geçirmektir.....					1 2 3 4 5 6
32.	Bazen duygusal bakımdan öyle yüklü olurum ki, belli bir sorunu çözmeme yarayacak seçenekleri göremem.....					1 2 3 4 5 6
33.	Bir karar verdikten sonra, beklediğim sonuçla gerçekleşen sonuç genellikle aynıdır.....					1 2 3 4 5 6
34.	Bir sorunla karşılaştığımda, bunu çözebileceğimden pek emin olamam.....					1 2 3 4 5 6
35.	Bir sorun olduğunu farketdiğimde, yaptığım ilk şeylerden birisi, sorunun ne olduğunu tam olarak anlamaya çalışmaktır.....					1 2 3 4 5 6