



ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

**LİSE ÖĞRENCİLERİNİN PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ VE
YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ**

Didem KARAHAN

Danışman

Doç. Dr. Ayşenur BÜYÜKGÖZE KAVAS

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mayıs, 2018

TELİF HAKKI

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren(.....) ay sonra tezden fotokopi çekilebilir.

YAZARIN

Adı : Didem

Soyadı : Karahan

Bölümü : Eğitim Bilimleri

İmza :

Teslim Tarihi :

TEZİN

Türkçe Adı : Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerileri ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi

İngilizce Adı : Examination of the Problem Solving Skills and Life Satisfaction of High School Students

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

Yazar Adı Soyadı: Didem Karahan

İmza:

KABUL VE ONAY

Didem Karahan tarafından hazırlanan “**Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerileri ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi**” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği/oy çokluğu ile Ondokuz Mayıs Üniversitesi **Eğitim Bilimleri** Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Doç. Dr. Ayşenur Büyükgöze Kavas

(Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Ondokuz Mayıs Üniversitesi)

Üye: Doç. Dr. Müge YILMAZ

(Psikoloji Anabilim Dalı, Avrasya Üniversitesi)

Üye: Dr. Öğrt. Üyesi Esat ŞANLI

(Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Ondokuz Mayıs Üniversitesi)

Bu tezin **Eğitim Bilimleri** Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans/ Doktora tezi olması için şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Tarihi: __/__/____

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

(İmza ve Mühür)

Annem Zehra KARAHAN' a



TEŞEKKÜRLER

Yüksek lisans tez çalışmamda sevdiğim ve saygı duyduğum birçok insanın katkısı olmuştur. Öncelikle lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca almış olduğumuz derslerle bizimle yakından ilgilenen sorunlarımıza yol gösterici olan ve destekleyen Prof. Dr. Kurtman ERSANLI başta olmak üzere Prof. Dr. Seher BALCI ÇELİK' e, Prof. Dr. Melek KALKAN' a, Doç. Dr. Hatice KUMCAĞIZ' a, Doç. Dr. Müge YILMAZ' a, Yrd. Doç. Dr. Mehmet Emin SARDOĞAN' a ve Yrd. Doç. Dr. Yaşar BARUT' a teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek lisans eğitimimin tez aşamasında tanıştığım ve benim motivasyonumu artırma konusunda çok sabırlı, her zaman rehberlik edici ve iyileştirici konuşmaları olan değerli tez danışmanım Doç. Dr. Ayşenur BÜYÜKGÖZE KAVAS' a en içten teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım.

Yüksek lisans eğitimim süresince çalıştığım kurumdaki okul müdürüme ve öğretmen arkadaşlarıma; ayrıca uygulama yaptığım okullarda ellerinden gelen yardımı esirgemeyen okul idarelerine ve öğretmenlerine teşekkür ederim.

Tüm eğitim hayatım boyunca bana destek olan, iyiye ve doğruya yönlendiren, yüreklendiren ve her zaman yanımda olan sevgili anneme, babama ve kardeşlerime minnettarım.

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ VE YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ

Yüksek Lisans Tezi

Didem Karahan

ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Mayıs, 2018

ÖZ

Bu çalışmada lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiş ayrıca cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği araştırılmıştır. Bunun için Samsun ilinde bulunan çeşitli türdeki liselerde eğitim gören öğrencilere araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyum Ölçeği ve Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen Problem Çözme Envanteri uygulanmıştır. Katılımcılar tarafından gönüllülük esasına dayalı olarak doldurulan 762 ölçeğin analizi gerçekleştirilmiştir. Araştırmada verilerin çözümlenmesi amacıyla *t*-testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmış olup SPSS 20 paket programından yararlanılmıştır. Denencelerin test edilmesinde gözlenen sayısal farkların anlamlı olup olmadığı .05' lik hata payı dikkate alınarak belirlenmiştir. Araştırma sonucunda lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ile yaşam doyumları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin problem çözme becerileri ile yaşam doyumlarının anlamlı bir farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir.

Anahtar Kelimeler :Yaşam Doyumu, Problem Çözme Becerisi, Lise Öğrencileri

Sayfa Sayısı : 74

Danışman : Doç. Dr. Ayşenur Büyükgöze Kavas

İkinci Danışman :

EXAMINATION OF THE PROBLEM SOLVING SKILLS AND LIFE SATISFACTION OF HIGH SCHOOL STUDENTS

MS Thesis

Didem Karahan

ONDOKUZ MAYIS UNIVERSITY

GRADUATE SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES

May, 2018

ABSTRACT

In this study, the relationship between problem solving skills and life satisfaction levels of high school students was investigated and it was investigated whether they showed a meaningful difference according to sex. For this purpose, the personal information form prepared by the researcher for the students in various kinds of high schools in Samsun, the Life Satisfaction Scale developed by Diener et al. (1985) and the Problem Solving Inventory developed by Heppner and Petersen (1982) were applied. An analysis of 762 scales, filled out by volunteers on the basis of volunteerism, was conducted by the participants. The *t*-test and one-way ANOVA were used to analyze the data in the study and SPSS 20 package program was used. Whether the numerical differences observed in testing the tests are significant or not is determined by considering the error margin of .05. As a result of the research, there was a significant negative correlation between problem solving skills and life satisfaction of high school students. Furthermore, according to the gender variable, the result of the problem solving skills and life satisfaction did not show any significant difference

Key Words : **Life Satisfaction, Problem Solving Skills**

Number of Pages : **74**

Advisor : **Assoc. Prof. Dr. Ayşenur Büyükgöze Kavas**

Co-advisor :

İÇİNDEKİLER

TELİF HAKKI.....	II
ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI.....	III
KABUL VE ONAY	IV
TEŞEKKÜRLER	VI
ÖZ.....	VII
ABSTRACT	VIII
TABLolar LİSTESİ.....	XI
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
I. GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu	4
1.1.1. Alt Problemler	5
1.1.2. Denenceler.....	5
1.2. Araştırmanın Amacı	5
1.3. Araştırmanın Önemi.....	5
1.4. Sayıtlar	6
1.5. Sınırlılıklar	6
1.6. Tanımlar	7
İKİNCİ BÖLÜM	8
II. KURAMSAL ÇERÇEVE.....	8
2.1. Problem Çözme Becerileri ile İlgili Kuramsal Bilgiler	8
2.2. Problem Çözme Becerileri ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	17
2.3. Problem Çözme Becerileri ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	20
2.4. Yaşam Doyum ile İlgili Kuramsal Bilgiler	28
2.5. Yaşam Doyum İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	35
2.6. Yaşam Doyum ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar ...	38
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	48
III. YÖNTEM.....	48
3.1. Araştırmanın Modeli	48

3.2. Örneklem	48
3.3. Veri Toplama Araçları	49
3.3.1. Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ).....	49
3.3.2. Problem Çözme Envanteri (PÇE)	50
3.5. Veri Analizi.....	50
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	51
IV. BULGULAR.....	51
BEŞİNCİ BÖLÜM.....	54
V. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER.....	54
KAYNAKÇA	59
EKLER.....	69

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1: Katılımcılara ait Demografik Bilgiler.....	51
Tablo 2: Değişkenlere ait ortalama, standart sapma ve korelasyon katsayısı değerleri	52
Tablo 3: Cinsiyete göre Problem Çözme Becerileri <i>t</i> -testi Sonuçları.....	53
Tablo 4: Cinsiyete göre Yaşam Doymumu <i>t</i> -testi Sonuçları	53



SİMGELER VE KISALTMALAR

MEB	Milli Eğitim Bakanlığı
YÖK	Yüksek Öğretim Kurumu
YDÖ	Yaşam Doyumu Ölçeği
PÇBE	Problem Çözme Becerileri Ölçeği



BİRİNCİ BÖLÜM

I. GİRİŞ

İnsanoğlu biyokültürel ve sosyal bir varoluşa sahiptir. Ekonomik ve kültürle ilgili koşullar içinde toplumsal ilişkiler ve roller bireyi çepeçevre kuşatmaktadır. Birey doğumdan ölüme değin geçen tüm yaşamını çevresel faktörlere uyum sağlamaya çalışarak geçirir. Birey doğuştan getirdiği özellikleri ile toplumdan gelen etkilerin bir sentezini oluşturarak toplumsal gelişimini sürdürmektedir (Yavuzer,1996). Topluma ilişkin değişimlerin hızı arttıka, birbirini takip eden nesiller arasında tekrar eden uyum sağlama süreci de o ölçüde zorlaşmaktadır. Son dönemlerde gençlik çağının uzaması gençlere, bireysel özgürlük, ekonomik güvenlik, düşünsel araştırma açılarından toplumu ve topluma ait değerleri sorgulamaya zaman ve imkân sağlamaktadır (Onur, 2006).

Çocukluk dönemi ile erişkinlik dönemi arasında bir geçiş devresi olarak tanımlanan ergenlik, “adolescence” sözcüğünün dilimizdeki karşılığı olarak kullanılmakta; büyüme, gelişme, olgunluğa erişme anlamını taşımaktadır. Ergenlikte çocukluk çağından erişkinliğe geçişte çeşitli bedensel, ruhsal, duygusal ve sosyal değerimler, gelişimler meydana gelmektedir. Bu değerim ve gelişimler ergenin bugününün ve gelecekteki yaşamının nasıl olacağını belirlemektedir. (Yiğit,2010).

Ergen bu dönemde düşünce ve duygusal yapısında köklü değerimler yaşar. Bedensel açıdan olduğu kadar, zihinsel açıdan da ortaya çıkan değerimler, dikkat çekecek bir düzeye ulaşır. Önceleri olayları yorumlarken sebep sonuç ilişkilerini sadece somut işlemler çerçevesinde ve düz bir mantık işleyişiyle kavrayan genç, olayları değerik açılardan ele alarak analiz, sentez, transfer ve genelleme gibi üst düzey bilişsel bir yaklaşımla açıklamak için gerekli olan düzeye gelmiştir (Ersanlı, 2005).

Her yaştan bireyin, günlük yaşamında pek çok problem çözmesi gerekmektedir. Özellikle ergenlik dönemindeki lise öğrencilerinin, içinde buldukları gelişim döneminin getirmiş olduğu hızlı değerimler sonucu görülen sorunlarla başa

çıkabilmeleri, aynı zamanda günlük hayatta karşılaştıkları problemleri çözmeleri ve bu konuda deneyim sahibi olmaları gerekmektedir. Tüm bunlar gençlerin dönemin getirdiği gelişim görevlerinin gerçekleştirmelerini sağlamalarıyla mümkündür. Ancak bu problemlerin çözümü için problemi çözmek istemek ve gerekli zihinsel yeteneklere sahip olmak tek başına yeterli olmamakta, kişilerin etkili problem çözme becerilerini kullanmaları gerekmektedir (Açık, 2013).

Bireyin problem çözme becerisinin gelişmesinde geçmiş yaşantılarda elde edilen deneyimlerin rolü oldukça önemlidir. Bununla birlikte ergenlikte bireyin yaşadığı problemler, içindeki dönemin özelliği ile ilgili olarak da daha karmaşık bir hal alabilmektedir. Bu nedenle ergen, geçmiş yaşantılarına ilave olarak yeni problem çözme stratejileri geliştirmek durumundadır. Gelişen birey, yapıcı ve kalıcı bazı değişimlere uğramakta, sorunlarıyla kendisi baş edebilen, üretken ve başarılı bir birey olarak yaşamını sürdürmektedir. Bireyler başarı sağladıklarında mutluluk, huzur, kendine ve çevresine güven ve kişisel haz; başarısızlık yaşadıklarında ise mutsuzluk, düş kırıklığı, stres ve depresyon gibi duygusal davranışlar göstermekte ve bu duygular başarı-başarısızlık sebeplerinin birey tarafından algılanış şekline bağlı olarak farklılaşmaktadır (Keskin ve Sezgin, 2009).

Çocukluk ve gençlik döneminde psikolojik sağlamlık ile birlikte problemlerle baş edebilme becerisi eğitimde büyük öneme sahiptir. Gerek sosyal, gerek eğitim ile ilgili sorunlarına çözüm bulmada yetersiz olan ve bu sebeple problemleri git gide büyüyen öğrenciler çeşitli konularda yardıma ihtiyaç duyabilmektedirler. Ayrıca lise dönemi ile ergenlik yıllarının örtüşmesi ve ergenlik dönemindeki öğrencinin hem bedensel gelişim ve değişimlere uyum sağlaması hem de ailevi ve okul hayatındaki bir takım görevlerini yerine getirme gayreti içinde olması ergenin olumsuz duygusal süreçler yaşamasına sebep olabilmektedir. Ergen kendisinden beklenen sorumluluklar karşısında yoğun stres ve kaygı yaşayabilir, bu sebeple de umutsuzluğa kapılabilir (Tümekaya, Çelik ve Aybek, 2011).

Lise çağında birey olma yolunda ilerleyen ergenler kendilerini sosyal, cinsel ve ideolojik kimlik krizi, sosyal istekler ve beklentiler, kuşak çatışması, akran ilişkileri, otonomi ve özgürlük isteği, yakınlık kurma çabası gibi pek çok karmaşık sürecin ve bu karmaşaya çözüm arandığı fırtına ve stres durumlarının içinde bulurlar (Onur,

2006). Bu dönemde yaşanan çeşitli değişimler ve gelişimler ergenin duygusal iyilik halini etkilediği düşünülmektedir.

İnsanın mutlu ve mutsuz olma durumlarını sağlayan şartların neler olduğu çok eski dönemlerden beri merak konusu olmuştur. Son yıllarda bireyin mutluluğu konusu, psikolojik iyi oluş, öznel iyi oluş, yaşam kalitesi, yaşam doyumu ve olumlu duygulanım gibi kavramlar kapsamında araştırılmakta ve incelenmektedir (Tuzgöl Dost, 2007).

Neugarten tarafından 1961 yılında ilk kez ortaya atılan yaşam doyumu kavramı, bir insanın beklentileriyle, elinde olanların karşılaştırılması sonucu elde edilen durum ya da sonuç olarak tanımlanmıştır. Yaşam doyumu, bir bireyin kendisi tarafından oluşturulan ölçütleri baz alarak tüm yaşamına olumlu değer atfetmesi olarak tanımlanmıştır (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin,1985; Veenhoven, 1996). Yaşam doyumu öznel iyi oluşun kognitif bileşenidir ve bireyin kendisine sarf ettiği ölçütler ile içinde bulunduğu yaşam şartlarına yüklediği anlam arasındaki karşılaştırmalı değerlendirmesi, dolayısıyla kendi yaşamı hakkında değer biçmesini içermektedir (Deniz, 2006).

Çocuk ve ergenlerin yaşam doyumlarına tesir eden etmenler üzerinde yapılacak araştırma çalışmaları büyük önem taşımaktadır. Çünkü Gilman ve Huebner' in (2006), 6.-12. sınıf seviyesinde eğitim gören öğrenciler üzerinde yapmış oldukları araştırma sonuçlarına göre, ergenlerin genel yaşam doyumu düzeyleri yükseldikçe kaygı ve depresyon düzeyleri düşmekte, benlik saygısı ve umut düzeyleri ise yükselmektedir. Aynı çalışmaya göre yaşam doyum düzeyleri yüksek olan ergenler akranları ve anne- babaları ile daha yapıcı iletişim kurmakta, okul ortamlarına ve öğretmenlerine karşı daha olumlu tutumlar geliştirmekte ve eğitsel olarak daha başarılı olmaktadırlar (Akt.Çivitci, 2009). Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyleri ve yaşam doyumları ile ilgili araştırmalar yurt dışında sık sık karşımıza çıkmaktadır. (Young ve Miller;1995, Shek;1999) Ülkemizde ise yaşam doyumu, ergenler ve üniversite öğrencileri üzerinde (Köker, 1991; Tuzgöl Dost, 2007; Ünal ve Şahin, 2013) çeşitli araştırmalar yapılmıştır ancak yeterli düzeyde olmadığı düşünülmektedir.

Ergenlik döneminde değişim süreci ve bu değişmeye karşı gösterilmesi gereken uyum çabası ne kadar yüksek düzeyde olursa bireyin bu değişim sürecini algılaması ve yorumlaması sonucu ortaya çıkacak stres ve kaygı tepkisi de o oranda yüksek olacaktır. Lise dönemi ergenlik döneminin tipik özelliklerinin içinde bulundurması sebebiyle, önleyici psikolojik danışma ve rehberlik programlarının uygulanması açısından uygun bir dönem olarak karşımıza çıkmaktadır. Liselerde özellikle, psikolojik danışma ve rehberlik servislerinde görev yapan psikolojik danışman ve rehber öğretmenlere bu konuda çok önemli görevler düşmektedir. Son dönemlerde tıbbi modellere seçenek olarak psikolojik danışma ve rehberlik alanında önleyiciliğe dikkat eden, bireylerin bütüncül ruh sağlıklarını geliştirmeye destek olacak öznel iyilik hali modelleri geliştirilmiştir. Uzmanlar tarafından uygulanan psikolojik danışma yaklaşımlarının gelişim süreci ve felsefesi ile uyumlu olan, önleyici olduğu kadar koruyucu olan bu modeller, danışan bireylerin yaşam standartlarını iyileştirmeye yardımcı olmayı ve yaşamdan aldıkları doyumlarını yükseltmeyi hedeflemektedir. Toplumun temel yapı taşı olan bireylere fiziksel, duygusal ve sosyal açılardan işlevsellik sağlayacak programlar ve bu modelleri temel alan psikolojik danışma yaklaşımları oluşturabilmek ve geliştirebilmek için ilk olarak bireylerin öznel iyi oluş halinin ve doyum kaynaklarının değerlendirilmesi ihtiyacı söz konusudur (Doğan, 2006).

Ergenlik döneminde birçok sorunla karşılaşan gençlerin problem çözme becerileri üzerine gerek yurt içinde, gerekse yurt dışında çok sayıda araştırma yapılmıştır ancak literatürde lise öğrencilerinin yaşam doyum düzeyleri ile problem çözme becerilerini beraber inceleyen araştırmaların oldukça sınırlı olduğu görülmüştür. Bu araştırma ile lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ve yaşam doyum düzeyleri incelenmesinin eğitimciler ve araştırmacılara yol göstereceği düşünülmektedir.

1.1. Problem Durumu

Bu araştırmada lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ve yaşam doyum düzeyleri incelenmektedir. Araştırmada ayrıca cinsiyete göre lise öğrencilerinde yaşam doyumunu ve problem çözme becerileri puanlarının anlamlı düzeyde değişip değişmediği de incelenmektedir.

1.1.1. Alt Problemler

Yukarıda belirtilen problemin araştırılabilmesi için bu çalışmada şu sorulara cevap aranmıştır.

1. Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ile yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Lise öğrencilerinin cinsiyete göre problem çözme becerileri arasında anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
3. Lise öğrencilerinin cinsiyete göre yaşam doyumları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.1.2. Denenceler

1. Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ile yaşam doyumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.
2. Lise öğrencilerinin cinsiyete göre Problem Çözme Envanteri puanları arasında anlamlı farklar vardır.
3. Lise öğrencilerinin cinsiyete göre Yaşam Doyumu Ölçeği puanları arasında anlamlı farklar vardır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada lise öğrencilerinde yaşam doyumu ve problem çözme becerilerinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmada ayrıca cinsiyete göre lise öğrencilerinde yaşam doyumu ve problem çözme becerileri puanlarının anlamlı düzeyde değişip değişmediğinin de incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırma bulgularına bağlı olarak, lise öğrencilerinin becerilerinin geliştirilmesine yönelik okullarda çalışan psikolojik danışmanlara, eğitimcilere öneriler getirilmesi hedeflenmektedir. Ayrıca araştırmacılara da bulgular doğrultusunda çeşitli öneriler getirilmesi amaçlanmaktadır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Mayers (1978), bireylerin problem çözme becerilerinin psikolojik sağlımlıkları bakımından önem teşkil eden bir faktör olduğunu vurgulamıştır. Bireylerin problem çözme becerilerini, yaşam deneyimleri, kavrama güçleri, olaylar karşısındaki

davranışları, kişisel değer ve inançları, karakteristik özellikleri büyük ölçüde etkilediği sonucuna varılmıştır (Akt: Özlek, 2003).

Yaşam doyumu, bireyin kişisel beklentilerinin, içinde bulunduğu gerçek durumla kıyaslanması sonucu ortaya çıkan sonuçtur. Yaşam doyumu, genel anlamda bireyin tüm yaşamını ve bu yaşamın içinde bulunan çeşitli süreçleri kapsamaktadır. Yaşam doyumu kavramı, belirli bir durum ile sınırlandırılmış bir süreç değil, genel olarak yaşamın tamamından alınan doyum olarak tanımlanır (Özer ve Karabulut, 2003).

Lise öğrencilerinin yaşam doyumu ve problem çözme becerileri açısından incelenerek ilgili alanda önleyici ve müdahale edici çalışmaların yapılması ve psikolojik danışma hizmetlerinin verilmesi önemlidir. Lise öğrenim yıllarında, ergenlik gibi kritik bir gelişim döneminde yapılacak uygun müdahaleler ve önleyici çalışmalar ile sorunların ortaya çıkması engellenebilir.

Türkiye’de yaşam doyum çalışmaları incelendiğinde; Yaşam Doyum ile ilişkili olduğu düşünülen Problem Çözme Becerileri ile ilgili lise öğrencileri üzerinde yapılmış bir çalışma bulunmadığı görülmüştür. Bu çalışmanın alana bir yenilik getireceği ve yaşam doyum ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin daha iyi anlaşılmasına yönelik katkı sağlayacağı umulmaktadır.

1.4. Sayıtlar

Bu araştırmanın sayıtları şöyledir:

1. Veri toplama aracı olarak kullanılan, Yaşam Doyumu Ölçeği, Problem Çözme Envanteri ve Kişisel Bilgi Formunda bulunan maddelere her öğrencinin içtenlikle cevap verdikleri kabul edilmiştir.
2. Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının ölçülmek istenen özellikleri ölçtüğü varsayılmıştır.

1.5. Sınırlılıklar

Bu araştırmanın sınırlılıkları şunlardır:

1. Bu araştırmanın evreni Samsun ilinde bulunan liselerde öğrenim gören öğrenciler ile sınırlıdır.

2. Araştırmada öğrencilerin problem çözüme becerilerini ölçmek amacıyla P.P. Heppner ve Peterson (1982) tarafından geliştirilen Nail Şahin, Nesrin H. Şahin ve Paul Heppner (1993) tarafından Türkçeye uyarlanan Problem Çözme Envanteri' nin (PÇE) ölçtüğü özellikler ile sınırlıdır.

3. Araştırmada, öğrencilerin yaşam doyumları, Diener ve arkadaşları tarafından 1985 yılında geliştirilen ve kültürümüze uyarlaması Köker (1991) tarafından yapılan Yaşam Doyum Ölçeği'nin (YDÖ) ölçtüğü özellikler ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Bu araştırma kullanılan kavramlar aşağıda belirtildiği gibi tanımlanmıştır.

Yaşam Doyumu: Kişinin yaşamını kendi kurduğu veya seçtiği standartlara göre genel anlamda değerlendirmesiyle elde edilen durum ya da sonuçtur (Pavot, Diener, Colvin ve Sandvik, 1991).

Problem çözme: Bireyin yaşamı boyunca karşısına çıkabilecek, engel yaratan, onu strese sokan, çözüm bekleyen sorunları ortadan kaldırmak amacıyla oluşturduğu, bir dizi bilişsel, duygusal ve davranışsal etkinliği içeren karmaşık bir süreç olarak ele alınmaktadır (Heppner ve Krauskopf, 1987).

İKİNCİ BÖLÜM

II. KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde problem çözme becerileri ve yaşam doyumu ile ilgili kuramsal bilgilere, yurt dışında ve yurt içinde yapılan yayın ve araştırmalara yer verilmiştir.

2.1. Problem Çözme Becerileri ile İlgili Kuramsal Bilgiler

Latince bir kavram olan problem kavramı probella (öne çıkan engel) sözcüğünden türetilmiştir. Günümüz Türkçesinde “sor” kökünden türetilen “sorun” sözcüğüne karşılık gelmektedir (Güçlü, 2003).

Türk Dil Kurumu’na (TDK) ait Türkçe sözlükte sorun, araştırılıp öğrenilmesi, düşünülüp çözümlenmesi, bir sonuca bağlanması gereken durum olarak açıklanmaktadır. TDK’ ya göre problem, teoremler veya kurallar yardımıyla çözülmesi istenen soru veya mesele olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2015).

Literatür incelendiğinde problem kavramının anlamı ile ilgili farklı birçok tanımlamaların olduğu görülmektedir.

Problem, kişinin ulaşmak istediği bir hedefin gerçekleşmesine ket vuran engeller var olduğu zaman ortaya çıkan durumlar olarak tanımlanmıştır (Cüceloğlu, 2006).

Her tür problemde bulunan üç önemli nitelik vardır:

- 1) Kişinin aklında yaklaşık olarak belirli bir hedef vardır.
- 2) Kişinin hedefe ulaşmaya çalışırken önüne bir şekilde bazı engeller çıkar.
- 3) Kişi, kendisini amaca ulaşmaya isteklendiren içten gelen bir gerginlik duyar (Bingham, 1971).

Giderilmek istenen her güçlük problemdir. Güçlüğün giderilmek istenmesi için insanı fiziksel ya da düşünsel yönden rahatsız etmesi (sezilmesi) gerekmektedir. O halde problem insanoğlunu rahatsız eden bir durumdur (Karasar, 2012).

Problemler, çoğunlukla belirgin olmayan, doğruluk ve sahiciliğinden emin olunmayan durumlardan, içinde güçlük bulunduran sorular ve bağlantılardan meydana gelir. Diğer bir deyişle problem, dengesizlik, gerginlik, belirsizlik ve uyumsuzluk durumudur. Durumları problem haline getiren de zaten bu özellikleri içinde barındırmalarından ileri gelmektedir (Kalaycı, 2001).

Öğülmüş (2001), problem içeren durumun özelliklerini şöyle özetlemiştir:

- 1) “Mevcut durum ile olması gereken durum arasında (olanla olması gereken ya da ideal durum arasında) bir fark olması.
- 2) Kişinin bu farkı fark etmesi ya da algılaması.
- 3) Algılanan farkın kişide gerginliğe yol açması.
- 4) Kişinin gerginliği ortadan kaldırmak amacıyla girişimlerde bulunması.
- 5) Kişinin gerginliği ortadan kaldırmaya yönelik girişimlerinin engellenmesi.

Problemler uzun süren, kısa süren, basit düzeyde veya karmaşık durumlar içeren şekillerde karşımıza çıkabilir. Problemler duygusal, ekonomik ve bedensel durumlarda olabilir. Birbirinden değişik problem türleri birbirleri içine karışarak daha büyük ve karmaşık problemler haline gelebilirler (Cüceloğlu, 2006).

Problem çözenin çok çeşitli tanımlamaları yapılmıştır. Budak, psikoloji sözlüğünde problem çözmeyi; “önceden kazanılmış bilgileri yeni ve bilinmeyen durumlara uygulama; bir problem olduğunu görme, problemi tanımlama, geçici çözümler (varsayımlar) üretme ve bu çözümlerin doğruluğunu sınama gibi yüksek bilişsel süreçlerin toplamı” olarak tanımlamıştır (Budak, 2003, s.611).

Problem çözümü, var olan durumdan özlenen duruma ulaşmak olarak tanımlanmıştır (Karasar, 2012). Problem çözme bireyin problemi fark edişinden, bu probleme çözüm yolu buluncaya kadar geçirdiği sürecin tamamı olarak tanımlanmıştır (Güçlü, 2003).

Problem çözmeye, bir sorunu çözebilmek için daha önceki yaşantılar sonucu elde edilen bilgiler aracılığıyla öğrenilen çözüm yollarının basit bir şekilde uygulamaya

dökülmesinden öte, git gide yeni çözüm yolları bulabilme ve geliştirebilme olarak tanımlanır. Problem çözme zihinsel becerilerin yanı sıra duygusal ve davranışsal nitelikleri de içinde barındıran oldukça karmaşık bir süreç olarak tanımlanmıştır (Korkut, 2002).

Problem çözme, bir problem karşısında ne yapılması gerektiğinin bilinmediği durumlarda yapılacak olanı bilmektir. Bu tanımlamaya göre problem çözme süreci açık bir biçimde tasarlanan ancak hemen ulaşılamayan bir amaca varmak için bilinçli bir şekilde gösterilen alıştırmaları içerir (Altun, 2002).

Problem çözmeyi bireyin bir hedefe ulaşırken karşısına çıkan zorlukların üstesinden gelme süreci olarak tanımlamıştır. Bu süreçte birey, koşullara uyum sağlamak veya zorlukları azaltmak yolu ile gergin olma durumundan kurtulmanın ve vücudu bir iç uyuma ulaştırmanın yöntemlerini arar. Problem çözme, bilişsel anlamda öğrenilmesi ve geliştirilmesi gereken bir kabiliyettir. Daima geliştirilmesi ve değiştirilmesi gereken bir durumdur (Bingham,1971).

Problem çözme, herhangi bir sorunu çözmek için belirli bir mantığa dayalı ardışıklığı olan basamakların iradeli olarak izlendiği zihinsel ve davranışsal bir süreç olarak tanımlanmıştır (Kalaycı, 2001). Etkili problem çözme kısaca; sınırları çizilmiş bir zorluk durumunun üstesinden gelme, zorlukla alakalı bilgileri bir araya getirme, zorlukla ilgili öğrenilmesi gereken veriyi belirleme, çözüm yolları üretme, üretilen çözüm yollarını deneme, problemlerin daha basit bir dille ifade edilmiş biçimlerini bulma becerilerini içerir (Yavuz, 2009).

Pek çok insan için problem çözme bizzat düşüncüyü özetler. Bireyler problem çözerken bir amaca varmak için çabalamaktadır, ancak amaca ulaşmak için gereken araçlar elinde bulunmamaktadır. Bireylerin hedefi alt parçalara ve bu alt parçaları da daha alt parçalara bölmesi gerekmektedir ve bu süreç uygun araç oluşturulacak seviyeye kadar devam etmektedir (Alagon,2002).

Problemin çözümü, problemin çeşidi ve içinde barındırdığı alt boyutlara göre değişiklik göstermektedir. Bazı problemler tamamen mantık kullanılarak çözülürken, bazı problemler de duygusal olgunluğu gerektirmektedir. Bazı problemler ise karşı karşıya kalınan olaylara farklı bir algılama açısından bakmayı gerektirmektedir.

Problem çözümlerinin arasındaki ortak yön hedefe varmayı engelleyen süreçleri ortadan kaldırmaktır (Cüceloğlu,2006).

Problem ne kadar çok boyutlu ve güç olursa olsun birey gereken bilgilere ve becerilere sahipse problemin çözümünü sağlayacak en doğru yöntemi bulabilecektir. Burada en çok dikkat edilmesi gereken nokta problemi çözüme götüren basamakların özenli bir şekilde seçilerek planlanmasıdır (Şirin ve Güzel, 2006).

Problem çözme becerisi, kişilerin ve grupların içinde yaşadıkları çevreye aktif bir biçimde uyum sağlamasına yardımcı olur. Tüm kuşaklar yaşadıkları toplumsal çevreye aktif uyum sağlayabilmek amacıyla problem çözme becerisini kazanmak zorundadır. Bazı problemlerin doğru cevapları veya net çözüm yolları vardır. Belirli stratejik teknikleri kullanarak doğru çözümlere ulaşmak mümkündür ancak bazı problemlerin cevapları kesin ve net değildir. Tek doğru çözüm yolu yoktur. Bu problemlerin cevabı, farklı disiplinler arası bilgileri, çok yönlü olarak düşünmeyi ve yaratıcılığı gerektirmektedir (Senemoğlu, 2010).

Problem çözmenin dört aşamada gerçekleşmektedir. Bu aşamalar tanıma (familiarization), üretme (production), kuluçka (incubation) ve değerlendirme (evaluation) aşamaları olarak adlandırılır. Tanıma aşamasında, birey karşılaştığı problemin oluşturduğu durumu ve engelleri tanımlamaya çalışır. Üretme aşamasında farklı çözüm yolları aramaya başlanır. Bulunan seçenekler uygulanır ve etkileri değerlendirilir. Denenen uygulamalardan her hangi biri bireye çözüm getirmiyorsa o zaman, bir süre kuluçka aşamasına girilir, problem bir kenara bırakılır, başka durumlarla meşgul olunur ve daha sonrasında probleme yeniden dönüş yapılır. Birey tekrar değerlendirme yapar ve sorunu bir çözüme varıncaya dek, bu basamakları tekrar tekrar uygular (Cüceloğlu, 2006).

Problem çözme işleminin basamakları sırası ile şu şekilde belirtilmiştir:

- 1) Problemi tanımlamak ve onunla mücadele etme ihtiyacı duymak.
- 2) Problemi ifade etmeye, özelliklerini, alanını tanımaya ve problemle ilgili alt problemleri anlamaya çalışmak.
- 3) Problemle alakalı bilgi ve verileri toplamak.

- 4) Problemin özüne uygun düşecek bilgileri ayırt etmek ve düzenlemek.
- 5) Bulunmuş verilerin ve problemle ilişkili bilgiler baz alınarak farklı bir çok muhtemel çözüm yöntemlerini saptamak.
- 6) Çözüm yöntemlerini değerlendirmek ve problem durumuna uygun olan çözümler arasından en iyisini belirlemek.
- 7) Belirlenen ve netleşen çözüm yolunu denemek.
- 8) Denenen problem çözme yönteminin sonuçlarını değerlendirmek (Bingham, 1971).

Hopper ve diğerleri (1991), problem çözme basamaklarını şu şekilde belirtmiştir:

- 1) Problemi tanımlayın(ortaya koyun ve sınırlarını belirleyin)
- 2) Olası çözüm yollarını düşünün, önerin (Bunun için bilgi toplamanız gerekebilir.)
- 3) Her çözüm yolunu tartışın ve değerlendirin.
- 4) En uygun, en iyi bulduğunuz bir çözüm yolunu seçin.
- 5) Uygulamak için bir eylem planı geliştirin.
- 6) Planınızı uygulamaya koyun.
- 7) Sonucu değerlendirin. Eğer problem çözülmedi veya sonuç sizi tatmin etmediyse üçüncü basamağa dönün (Akt. Yeşilyaprak, 2003).

Bireyler problem çözme konusunda şu dört aşamayı izleme eğiliminde olmuştur:

- Hazırlık (Preparation): Bu basamakta problemin gerçekte nasıl olduğu ortaya konmaya çalışılır ve problemle ilişkili bulunan bilgi, malzeme toplanır. Bundan sonra problem çözülmeye çalışılır. Eğer problem çözülemezse, ilerleyen dönemde daha başarılı olunacağı umut edilir, bir süre çözüm arama ertelenir ve diğer aşamaya geçilir.

- Kuluçka (incubation): Bu basamakta, öncesinde çözümü ulaşmayı engelleyen bazı düşünceler kaybolmaya başlar. Problemin çözümünü sağlayacak başka şeyler denenir ya da öğrenilir. Bu aşamada bilinçaltı (unconscious) süreçler de vardır.
- Kavrayış ya da aydınlanma (insight or illumination): Bu basamakta bir kavrayış söz konusudur. Yeni ve aniden ortaya fikirler çıkar. Bu aşamada, bilişsel yolla yeni bir çözüm yolu üretilir. Çoğu kişi böyle bir yaşantıyı deneyimlemiştir.
- Değerlendirme ve düzeltme (evaluation and revision): Son basamakta birey düşüncesinin gerçekten çalışıp çalışmadığını deneme yoluna gider. Bazen bulduğu çözüm yolu hedefe götürmez ve yeniden başlangıç aşamasına döner. Bazen de düşünce doğrudur, ancak bazı küçük değişiklikler ya da diğer ufak tefek problemlerin çözüme kavuşturulması gerekebilir (Morgan, 1999).

Birey için karşılaşılan problemin çözüme kavuşturulması veya kavuşturulamaması birçok etkenle ilişkili olabilir. Problemin bireyin yaşına uygun oluşu, problemin çözümü için yeterli bilgi veya eğitime sahip olunması, bireyin kabiliyeti, sağlık durumu, tutumu, çözümün bireye getireceği avantaj, kişilik özellikleri gibi faktörler problemi çözmeye etkin role sahiptir (Gelbal,1991).

Problem çözme becerisine sahip olan kişilerin özellikleri şunlardır:

- 1) Tercih ve kararlarını ifade eder.
- 2) Yaratıcıdır ve verimlidir.
- 3) Cesur ve maceraperesttir.
- 4) Fikir ve düşüncelerinde esneklik görülür.
- 5) Orijinal düşünceler üretir.
- 6) Kendine güven duyar ve kendine yetebilen bir karakteri vardır.
- 7) İlgi alanları geniştir.
- 8) Yeni durumlara kolaylıkla uyum sağlar

- 9) Olaylara ve durumlara nesnel ve mantıklı bakar.
- 10) Rahat ve duygusaldır.
- 11) Enerjik ve aktiftir.
- 12) Sorumluluk duygusu gelişmiştir.
- 13) Olaylara eleştirel bir bakış açısıyla yaklaşır. (Koberg, Bağnalı,1981; Akt. Terzi, 2000).

Dinklage (1967) gençler üzerine bu konuda yaptığı gözlem ve araştırmalar sonucunda problem çözme konusunda farklı tipler saptamıştır. Bu tipler:

- İçtepisel davrananlar: Bu karar verme biçimini benimseyen kişiler, önlerine çıkan ilk seçeneğe yönelirler, kararları birden bire olup tamamen duygulara ve isteklere dayalıdır. İçtepisel karar verme belirsiz durum yaşamaya dayanamamaktan ileri gelmiş olabilir.
- Kaderciler (Fatalistic): Bu gruptaki bireyler problemin çözümünü veya verilen kararı çevresel olaylara ve kadere bırakırlar. “İnsanın elinden hiç bir şey gelmez, nasıl olsa her şey kaderdeki gibi olur” diye düşüncelere sahiptirler.
- Boyun eğenler (Compliant): Bu gruptaki bireyler karar verme aşamasında bir başka kişinin planlarına veya tekliflerine boyun eğler, kendi kararlarını kendileri veremezler.
- Erteleyenler (Delaying): Karar verme sürecini erteleyenler problemi askıya alırlar, problemin üzerinde düşünmeyi ve çözmek için harekete geçmeyi ileri bir tarihe ertelerler.
- Kendine Eziyet Edenler (Agonizing): Bu grupta bulunanlar çözüm yolları üzerine bilgi elde etmeye ve onlar üzerine düşünmeye çok fazla vakit harcarlar ve topladıkları bilgilerin içinde kaybolurlar.
- Plan Yapanlar (Planing): Bu yöntemi kullanan bireyler, belli bir amaca ulaştıracak yöntemleri belirli bir plana uyararak inceler ve kişinin istekleri ve olanaklar arasında bir denge oluşturacak en mümkün yöntemi bulmaya gayret eder.

- Sezgisel Davrananlar (Intuitive): Bu karar tarzını kullanan bireyler, karar verme durumuna kısmen mistik bir bakış açısıyla, kısmen de bilinçaltı süreçlere ağırlık veren bir yaklaşımla bakarlar.
- Donup Kalanlar (Paralysis): Bu grupta bulunan bireyler, karar verme sorumluluğunu hissederler ancak ona yaklaşma gücünü ve güvenini kendilerinde bulamazlar, bir karar verme planı yapamazlar, başka bir tarihe erteleme kararını da alamazlar; problemle ilgili bilgi toplamaktan, çözüm yöntemleri üzerinde düşünmekten kaçınırlar ancak karar vermeleri gerektiğinin de farkındadırlar (Akt.Kuzgun, 2009).

Karataş (2009)' a göre öğrenciler üç yoldan bilgi edinirler ve bu üç yola göre farklı problem çözme yöntemleri vardır. Buna göre:

- Görsel öğrenciler: Yönergeleri okur, problem durumlarını sıraya dizer, düşünceleri düzenlerken grafiksel materyallerden yararlanır. Akış kartları kullanır, kâğıt üzerinde grafiksel çalışmaları görür ve akıldan canlandırma yapar.
- İşitsel öğrenciler: Tartışmalardan, konuşmalardan hoşlanır, seçenekler üzerinde konuşur, bir problem durumunda ne yapılabileceğini, o durumu yaşayan kişilere sorar, hedefi sözel olarak ifade eder, sözlü tekrarlar yapar.
- Kinestetik öğrenciler: Harekete geçer, daha sonrasında elde ettiği sonuçlara bakarak plan yapar, problemleri fiziksel güç kullanarak çözüme kavuşturmak ister. Büyük ölçüde bedensel güç gerektiren çözümler arar. Problemleri bireysel veya küçük gruplarla çalışarak çözüme kavuşturmayı tercih eder.

Problem çözmeyi etkileyen durumları araştırmacılar, farklı şekillerde değerlendirmişlerdir. Fakat problem çözmeyi etkileyen süreçleri genel olarak şu şekilde sıralayabiliriz:

1. Bireysel Faktörler:

(a) güdülenme

(b) zeka

(c) kurulum (ön bilgi)

(d) işleve takılma

2. Toplumsal Faktörler:

(a) çocuğun toplumsal gelişimi ve içinde bulunduğu sosyo -ekonomik durumu

(b) ailedeki anne-baba tutumları ve ailelerin çocuk yetiştirme uygulamaları

(c) sınıflardaki öğrenci yoğunluğu ve okulların genel fiziki şartları (Saygılı, 2000).

Problem çözme, kişilerin sağlıklı ve iyileştirici sosyal ilişkiler oluşturabilmesinde önemli bir faktördür. Bireylerin günlük hayatlarında karşı karşıya kaldıkları sosyal problemlerini etkili yöntemlerle çözebilmeleri için bu konuda yönlendirilmeleri, edindikleri bilgileri problem anında uygulamaları için ortam hazırlanması ve problem çözümlerinin basamaklarını kullanmanın önemini fark etmelerine yardımcı olunması gerekmektedir. Aile ve yakın çevre ile başlayan sosyal gelişim süreci çocuğun okul ortamına girmesi ile hızlanmaktadır. Bu sebeple çocukların problem çözme becerilerindeki gelişmelerin çocuklara sağlayacağı yarara ilişkin farkındalık oluşturmanın aileler kadar okulların ve öğretmenlerin de önemli bir etkisi olduğu unutulmamalıdır (Tuncel ve Demirel, 2010).

Sonmaz' a (2002) göre, problem çözme üç boyuttan oluşmaktadır:

- Bilişsel Boyut: Problem çözümlerinin bilişsel boyutunda, birey tarafından problemin anlamlandırılarak ana problemin ortaya çıkarılması, gereksiz bilgi ve ayrıntıların atılarak problemin esas bileşenleri üzerine analizler yapılması, çözüm yöntemlerinin üretilmesi, çözümler uygulanırken hangi engellerle karşılaşılacağı düşünülür. Mümkün olan tüm ihtimallerin gözden geçirilmesi, bilinen çözüm yöntemlerinin veya yeni çözüm yollarının denenmesi ve en uygun çözüm yöntemine mantık yoluyla karar verilmesi gibi işlem basamaklarının sırasıyla gerçekleştirilmesini gerektirdiğinden, kapsamlı ve çok boyutlu bir süreçtir. Bu süreç her denemede fizyolojik anlamda yeni sinir yolları oluşturduğundan, düşünme becerisinin gelişmesini sağlamakta ve her denemede daha ustaca ürünler ortaya çıkarılabilmektedir.

- Duygusal Boyut: Problem durumlarında birey hedefe yöneldiği anda bir engelle karşılaşması organizma için bir gerginlik ve kaygı oluşturmaktadır. Bu gerginliğin aşılabilmesi için bireyin çözüme ulaşma anına kadar azimle mücadele etmesi ve gerginlikle baş edebilmesi gerekir. Çözüme ulaşıldığında organizmanın aldığı doyum kişinin içsel dengesinin tekrar sağlanmasına yardımcı olmaktadır.

- Sosyal Boyut: Sosyal boyuttan problem çözmeye bakıldığında tanımlar “problemin bireysel ve öznel” olduğunu düşündürmektedir. Ancak birey, bilinen çözüm yollarını ararken çevresindeki başka kişilerin neler yaptığını ve daha önce denenmiş çözüm yollarını aramak problem çözmenin sosyal yönüdür. Uzmanlara danışmak veya yazılı kaynaklara başvurmak problem çözmenin bireysel değil sosyal bir boyutudur. Bunun yanında problemi başarıyla çözebilen bireyler toplum içinde yeni bir statü elde ederler.

Ergenin karşılaştığı problemleri çözememesi durumunda kendisinde bir yetersizlik duygusu gelişir. Zihni sürekli problem ile uğraşır, çözüme kavuşturamadığı sürece kendinde güvensizlik, engellenme gibi duyguları yoğun olarak hisseder, kalıcı psikolojik örselenmeler oluşabilir, öfkeli ve saldırganca davranışlarda bulunabilir. Ergenin karşılaştığı problemleri çözmeye başarılı olması onun sağlıklı bir yaşam sürmesinde ve toplum içinde yer edinmesinde önemli bir faktördür. Ergen çok yıpranma yaşamadan problemlerini çözüme kavuşturursa kendine güven duygusu gelişir ve artar, yeterlilik duygusu gelişir, psikolojik olarak rahatlama yaşar (Gökbüzoğlu, 2008).

Ergen bir taraftan belki de ilk defa karşılaştığı problemlerle baş etmeye çalışmakta, diğer taraftan psikolojik, sosyal ve biyolojik değişimlere uyum sağlayarak kendine toplum içerisinde yer edinmeye çalışmaktadır. Ergenin karşılaştığı bu problemleri çözümedeki başarısı onun sağlıklı bir yaşam sürdürmesinde ve toplum içerisinde yer edinmesinde önemli role sahiptir (Danışık, 2005).

2.2. Problem Çözme Becerileri ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Heppner ve Anderson (1985) araştırmalarında problem çözme becerisi ile psikolojik uyum arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın örneklem grubu altı yüz yetmiş bir öğrenciden oluşturulmuştur. Araştırmada psikolojik uyum ölçeği ile

problem çözüme envanteri kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda bireylerin problem çözüme becerileri ile psikolojik uyumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Schatte and Clum (1987) intihara meyilli hastaların problem çözüme becerilerini incelemiştir. Araştırmacılar stres, umutsuzluk modeli ve problem çözüme becerilerini araştırmışlardır. Araştırmada intihara meyilli kişilerin problem çözüme becerisinin analizlerini olabildiğince genişletilmiştir. İntihar önlemleri alınmış hastanede yatan elli hasta ile ayakta tedavi olan elli hasta üzerinde başarılı bir karşılaştırma yapılmıştır. İntihara meyilli grup kontrol grubuna göre (bir dizi önlem alınarak) daha eksik problem çözüme becerisine, daha fazla stresli deneyime ve daha fazla umutsuzluğa sahip oldukları gibi farklılıklar bulunmuştur.

Chang (1998) çalışmasında iki yüz on bir kolej öğrencisi üzerinde problem çözüme becerisi, umut etkisi, stresli akademik etki ve kişiler arası durumları incelemiştir. Umut düzeyi yüksek öğrencilerin problem çözüme becerilerinin, umut düzeyi düşük öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Umut düzeyi yüksek öğrenciler aynı zamanda umut düzeyi düşük öğrencilerden stresli akademik durumlardan uzaklaşma stratejilerini daha az kullandıkları sonucu bulunmuştur. Stresli kişiler arası durumlar ile ilgili umut düzeyi yüksek ve umut düzeyi düşük öğrencilerin stratejileri arasında bir fark bulunamamıştır. Ayrı hiyerarşik regresyon analizleri umudun aktivitelerden bağımsız olarak hem akademik hem de kişilerarası yaşam doyumu önemli bir yordayıcısı olduğunu göstermiştir.

Marcotte, Alain ve Gosselin (1999) yapmış oldukları çalışmalarında problem çözüme becerileri, stresli yaşam olayları ve cinsiyet özellikleri ile ilgili olarak ergenlerdeki depresif belirtilerin farklılıklarını incelemiştir. Araştırmada lisede okuyan üst orta sınıf ailelerden yüz kırk iki erkek ve yüz altmış dört bayandan oluşan toplam üç yüz altı beyaz Fransız katılımcı yer almıştır. Katılımcıların yaşları on dört ile on yedi arasında değişmektedir ve yaş ortalaması 15,3' tür. Katılımcılar Beck Depresyon anketinin (BDI) Fransızcasını, Cinsiyet rolü Envanterini (BSRI), Problem Çözüme Envanterini (PSI) ve Yaşam Olay Ölçeğini (REQ) sırasıyla doldurmuşlardır. Depresif katılımcılar kendilerini tüm değişkenlerde anlamlı farklılık ile depresif olmayan katılımcılardan ayırmışlardır.

Spence, Sheffield ve Donovan (2002) yapmış oldukları araştırmalarında yaşları on iki ve on dört arasında olan bir topluluktan örnek seçilen yedi yüz otuz üç ergeni bir yıllık süre zarfında takip etmişlerdir. nceki on iki ay içindeki olumsuz yaşam olayları (NLES), bağlanma stilleri(AS), olumsuz problem zme yönelimi (NPSO) ve NLES ile NPSO arasındaki ilişki bir yıllık takipte depresif belirtileri ve depresyon belirtilerini öngörmüştür. Yüksek NLES, NPSO depresif semptomlarda artışa sebep olmuştur. Aksine kötümser AS, NLES oluşumunu hesaba katmaksızın depresyondaki gerçekleşecek yükselişi yordamıştır. Bulgular, olumsuz problem zme yönelimi NPSO için depresyonun gelişmesinde bilişsel stres modelini desteklemiştir.

Grawitch, Munz, Eliot ve Adam (2003) yapmış oldukları araştırmalarında elli dört niversite öğrencisinin duygu durumları (pozitif ve negatif) ve problem zme becerileri incelemişlerdir. Yapılan analizler sonucunda, özerklik duygu düzeyi yüksek olan öğrencilerin, özerklik duygu düzeyi düşük olan öğrencilere göre etkili problem zme becerilerine sahip olduğu tespit edilmiştir (Akt. Yılmaz, 2013).

D’Zurilla, Chang ve Sanna (2003) araştırmalarında iki yüz beş niversite ğrencisi üzerinde benlik saygısı, sosyal problem zme ve saldırganlık arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Benlik saygısı ve sosyal problem zme aynı zamanda llrken, saldırganlık altı ila yedi hafta sonra llmştr. Düşük benlik saygısının saldırganlık alt boyutlarından öfke ve düşmanlık ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Sosyal problem zmenin problem zme alt boyutu ile saldırganlığın öfke, düşmanlık ve fiziksel saldırganlık alt boyutları ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Jaffee ve Zurilla (2003) yapmış oldukları çalışmalarında ergenlerin ve ebeveynlerin sosyal problem zme becerileri, saldırganlık ve sululukları incelemişlerdir. Yüz on yedi lise ğrencisi, seksen üç anne ve yetmiş üç baba revize edilmiş sosyal problem zme envanterini doldurmuştur. Ergenlerin problem zme becerisi ebeveynlerinininkinden anlamlı derecede düşük bulunmuştur. Ayrıca ergenlerin problem zme becerisi annelerinin becerileri ile anlamlı derecede ilişkili iken babalarınınki ile ilişkili bulunmamıştır. Diğer sonuçlar, problem zmenin madde kullanımı ve riskli otomobil kullanımı ile ilişkili olabileceğini öne sürmüştür. Ebeveynlerin problem zme becerilerinin ergenlerin dışsallaştırılmış sorunları ile en

az ilişkili olduğu görülmüştür. Annelerin problem çözme becerilerinin kontrolünden sonra ergenlerin problem çözme becerilerinden en çok dışsallaştırılmış önlemler sorumludur. Annelerin ise babalara göre anlamlı düzeyde problem çözme becerilerine sahip olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Triplett ve Payne (2004) yapmış oldukları çalışmalarında madde kullanan ergenlerin problem çözme becerilerini incelemiştir. Yaşları on bir ile on yedi arasında değişen bin yedi yüz yirmi beş öğrenciye ulaşılmıştır. Ergenlerin madde kullanım oranları ve toplumsal ilişkileri araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında madde kullanan ergenlerin problem çözme becerilerinin anlamlı düzeyde düşük çıktığı görülmüştür. Araştırma sonucunda ergenlerin problem çözme becerilerinin geliştirilmesi ile, madde kullanımının azalacağı düşüncesi ileri sürülmüştür.

Brad (2011) lise öğrencilerinin problem çözme davranışlarındaki bilişsel yeteneklerini ve kullandıkları stratejileri tanımlamak amacıyla araştırma yapmıştır. 9., 10., 11. ve 12.sınıftan oluşan seksen öğrenci ile yapılan araştırmada, öğrencilerin temel stratejileri kullanmalarına karşın, karşılıklarına çıkan problemlerde deneme yanılma yolunu seçtikleri ve bir zorlukla karşılaştıklarında ise vazgeçtikleri tespit edilmiştir.

2.3. Problem Çözme Becerileri ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Budak (1999) araştırmasında lise öğrencilerinde problem çözme becerileri ile algılanan sosyal destek düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemiş ve şu sonuçlara ulaşmıştır: lise öğrencilerinin aile ve arkadaşlardan algıladıkları sosyal destek düzeyi ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu, problem çözme becerisinin öğretmenlerden algılanan sosyal destek ile ilişkili olmadığı sonucuna varılmıştır.

Güçray (2001) araştırmasında ergenlerde problem çözme becerileri, karar verme davranışları ve öz-saygı algısı arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla iki yüz yetmiş altısı kız, iki yüz otuz beşi erkek toplam beş yüz on bir lise öğrencisinden oluşan bir örneklem grubuna Problem Çözme Envanteri, Karar Verme Davranışları ve Öz-Saygı Envanteri uygulamıştır. Ortaya çıkan bulgulara bakıldığında; karar verme davranışları ile öz-saygı ve problem çözme arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler ortaya konmuştur. Problem çözme becerileri ve öz-saygı algısının karar verme

davranışlarını anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Diğer bir bulguya göre ise karar verme davranışları üzerinde okul türü, cinsiyet ve baba mesleği gibi değişkenlerin ilişkilerinin anlamlı olmasıdır.

Korkut (2002) çalışmasında Ankara’ da bir devlet lisesinde eğitim görmekte olan iki yüz otuz dokuz kız, yüz elli beşi erkek olmak üzere toplam üç yüz doksan dört öğrencinin problem çözme becerilerini incelemiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre cinsiyet, yaş, okul türü, babanın işi, öğrencilerin problemlerini paylaştıkları ve anlaşıldıkları kişilerin kimler olduğu değişkenleri problem çözme beceri düzeylerinde anlamlı düzeyde fark oluşturmaktadır. Öğrencilerin annelerinin mesleği, anne ve babalarının eğitim düzeyleri değişkenlerinin ise problem çözme becerilerini değerlendirmelerinde anlamlı düzeyde fark olmadığı sonuçları elde edilmiştir.

Düzakın (2004) çalışmasında lise öğrencilerinin problem çözme becerilerini bazı değişkenler açısından incelemiştir. Araştırmanın örneklem grubu Ankara ilinde dokuzuncu ve onuncu sınıfta öğrenim gören sekiz yüz otuz altı lise öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmada problem çözme envanteri ile anne- baba tutumları ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen sonuçlara bakılacak olursa; öğrencilerin anne tutumuna göre problem çözme becerileri farklılaşmazken, baba tutumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı bulgusuna ulaşılmıştır. Kız öğrencilerin problem çözme becerileri erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Diğer değişkenler olan, kardeş sırası, sınıf düzeyi ve doğum sırasına göre problem çözme becerilerinin anlamlı düzeyde bir fark bulunmamıştır.

Danışık (2005) Bolu Atatürk Lisesinde eğitim gören üç yüz on biri kadın, iki yüz on dördü erkek olmak üzere toplam beş yüz elli beş ergenin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ile problem çözme beceri puanları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Ergenlerin problem çözme ile psikolojik semptom, sosyal paylaşım ve toplumsal cinsiyet değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş; araştırmada bu değişkenlerin etkisi kontrol edildikten sonra ergenlerin problem çözme becerileri ile öfke kontrolleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir.

Kapıkıran ve Fiyakalı (2005) araştırmalarında Anadolu Lisesi, Genel Lise ve Meslek Lisesi olmak üzere üç farklı lise türünde yüzde kırk altısı kız, yüzde elli dördü erkek

olan toplam üç yüz yetmiş beş öğrencinin üzerinde akran baskısı ve problem çözme becerilerini bazı değişkenlere göre incelemişlerdir. Elde edilen bulgulara göre mezuniyeti lise olan annelerin çocuklarının güvenli problem çözme yaklaşımına da sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Mezuniyeti ilkokul olan annelerin çocuklarının daha düşük problem çözme beceri puanlarına sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Akran baskısına ve dolaylı akran baskısına uğrayan öğrencilerin problem çözmede kişisel kontrollerini daha fazla algıladıkları bulunmuştur. Akran baskısına ve doğrudan akran baskısına uğrayan öğrencilerin aceleci problem çözme yaklaşımını kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır. Akran baskısına ve doğrudan akran baskısına uğrayan öğrencilerin annelerinin eğitim düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. İlkokul mezunu olan annelerin çocuklarının daha az baskıya maruz kaldıkları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada problem çözme yaklaşımı açısından elde edilen bulgulara göre, eğitim düzeyi lise olan annelerin çocuklarının güvenli problem çözme yaklaşımına da sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Eğitim düzeyi İlkokul olan annelerin çocuklarının ise daha düşük problem çözme yaklaşımına sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

Çetinkale (2006) araştırmasında lisede eğitim gören on ikinci sınıf öğrencilerinin problem çözme becerileri, denetim odakları ve algılanan ana-baba tutumları arasındaki ilişkiyi, cinsiyet ve akademik alan değişkenlerine göre incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 2004-2005 eğitim yılı Konya ili Meram Naciye Mumcuoğlu lisesinde eğitim gören yüz otuz altısı kız ve yüz kırk ikisi erkek olmak üzere toplam iki yüz yetmiş sekiz öğrenciden oluşmaktadır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında: cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin problem çözme becerileri, denetim odakları ve algılanan ana-baba tutumlarının farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiş, problem çözme becerilerinin alt boyutlarından düşünen yaklaşım, aceleci yaklaşım, kaçınan yaklaşım ve değerlendirici yaklaşım boyutlarında anlamlı düzeyde bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin problem çözme beceri düzeyleri denetim odaklarına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin algılanan ana-baba tutumlarının alt boyutu otoriter tutum ile problem çözme becerilerinin alt boyutu aceleci yaklaşım, koruyucu- istekçi anne baba tutumu alt boyutu ile kaçınan yaklaşım, koruyucu anne baba tutumu alt boyutu ile düşünen

yaklaşım, koruyucu ana baba tutumu alt boyutu ile kendine güvenli yaklaşımı arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Develioğlu (2006) Hacettepe Üniversitesinde okuyan birinci ve dördüncü sınıftaki toplam dört yüz yirmi öğrencinin problem çözme becerilerini ve karar verme stratejilerini bazı değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma sonucunda problem çözme beceri düzeyinin ailenin aylık geliri, sınıf düzeyi, annenin eğitim düzeyi, babanın eğitim düzeyi ve cinsiyet değişkenlerine göre karar verme stratejilerine bakıldığında; problem çözme becerisi yüksek olan öğrencilerin mantıklı karar verme, problem çözme becerisi düşük olan öğrencilerin ise iç tepkisel karar verme ve kararsızlık stratejilerini kullandıkları saptanmıştır.

Gökbüzoğlu (2008) yapmış olduğu araştırmasında İstanbul ili Anadolu Yakasında okuyan yüz elli sekiz kız ve yüz kırk altı erkek olmak üzere toplamda üç yüz dört sekizinci sınıf öğrencisine yaptığı çalışmada saldırganlık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi bazı değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular, ergen öğrencilerin saldırganlık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Araştırma sonuçlarında, ergen öğrencilerin saldırganlık düzeyleri ile problem çözme becerisi alt boyutlarından problem çözme becerisine güven ve yaklaşma-kaçınma alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ergen öğrencilerin saldırganlık düzeyleri ile problem çözme becerisi kişisel kontrol alt boyutunda anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ayrıca demografik değişkenlerden cinsiyet değişkenine göre, saldırganlık düzeyinde anlamlı bir farklılığa neden olmazken, problem çözme becerisinin yaklaşma-kaçınma alt boyutunda anlamlı bir farklılığa sebep olmuştur; yaş değişkeni ise saldırganlık düzeyinde anlamlı bir farklılık oluştururken, problem çözme becerisinde bir farklılık sağlamamıştır. Anne-baba eğitim durumu değişkeni saldırganlık düzeyi ve problem çözme becerisi puanlarında anlamlı bir farklılık oluşturmazken, anne-baba tutumlarında yer alan anne tutumu problem çözme becerisinin alt boyutlarından problem çözme yeteneğine güven alt boyutunda anlamlı bir farklılığa sebep olmuştur.

Doğan (2009) araştırmasında lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ile duygusal zekâ düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemiştir. Araştırma, amacına

uygun olarak 2007-2008 bahar döneminde Muğla il merkezindeki Muğla Merkez Turgut Reis Lisesi, Anadolu Güzel Sanatlar Lisesi, Anadolu Lisesi, Anadolu Öğretmen Lisesi, Fen Lisesinde öğrenim gören ve tesadüfî küme örnekleme seçimi ile üç yüz yirmi öğrenci üzerinde (yüz otuz yedi kız; yüz seksen üç erkek) gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına bakıldığında, lise öğrencileri için duygusal zekânın alt boyutlarından “stres yönetimi” üzerinde cinsiyet değişkeninin; “uyum” üzerinde ebeveyn tutumlarının; “kişisel boyut”, “genel ruh hali” ve “uyum” üzerinde okul türlerinin; “uyum” üzerinde sınıf düzeylerinin; problem çözme alt boyutlarından “aceleci yaklaşım” üzerinde ebeveyn tutumlarının; “düşünen yaklaşım”, “aceleci yaklaşım”, ve “değerlendirici yaklaşım” üzerinde okul türlerinin arasında anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konmuştur. Problem çözme becerileri ile duygusal zekâ arasında düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır.

Çelikkaleli ve Gündüz (2010) araştırmalarında farklı türde ortaöğretim kurumlarında okumakta olan yüz kırk beşi kız, yüz on sekizi erkek toplam iki yüz altmış üç öğrenci üzerinde akademik, sosyal ve duygusal yetkinlik inançları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Elde edilen bulgulara bakıldığında, ergen öğrencilerin duygusal yetkinlik, akademik ve sosyal inançları ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca, duygusal yetkinlik ve akademik inançlarının problem çözme becerilerini anlamlı olarak yordadığı sonucuna varılmıştır. Diğer yandan, ergen öğrencilerin cinsiyet değişkeni problem çözme becerileri ve duygusal yetkinlik inançlarını anlamlı bir biçimde yordamaktadır.

Başa (2011) %55’ i kız ve %45’ i erkek olmak üzere toplam dört yüz üniversite öğrencisine yaptığı araştırmada problem çözme becerileri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın bulgularından elde edilen sonuçlara göre öğrencilerin problem çözme beceri düzeyi arttıkça bireylerde psikolojik belirti olarak paranoid düşünce belirtisinde bir artış gözlenmektedir. Öğrencilerin problem çözme yeteneğine güven arttıkça psikolojik belirtilere sahip olmada düşüş görülmüştür.

Özbulak, Aypay ve Aypay (2011) araştırmalarında İzmir’deki liselerin dokuzuncu sınıflarında eğitim gören iki yüz öğrencinin atılganlık düzeyleri ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Elde edilen bulgulara bakıldığında;

cinsiyete ve okul türüne göre genel problem çözme ve atılganlık becerilerinin anlamlı biçimde değişmediği, anne öğrenim durumuna göre farklılaştığı; anne ve baba öğrenim durumuna göre atılganlık becerisinin anlamlı biçimde farklılaştığı; anne öğrenim durumuna göre genel problem çözme becerisinin anlamlı biçimde farklılaştığı, baba öğrenim durumuna göre farklılaşmadığı; okul türüne, cinsiyete ve annenin öğrenim durumuna göre problem çözme alt becerilerinin anlamlı biçimde farklılaştığı ortaya konmuştur. Ayrıca bulgulara bakıldığında, atılganlık beceri düzeyinin hem genel problem çözme becerisi ile hem de aceleci ve değerlendirici problem çözme becerileri ile düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Çoklu regresyon analizi sonuçları düşünen, aceleci ve değerlendirici problem çözme becerilerinin atılganlık düzeyi ile anlamlı bir şekilde yordadığını ve atılganlık becerileri değişkenindeki değişimin yüzde on ikisini açıkladığını göstermiştir.

Sezen ve Paliç (2011) araştırmalarını lisede öğrenim gören öğrencilerin problem çözme beceri düzeylerini belirlemek amacı ile gerçekleştirmiştir. Örneklem grubu Rize ili, Çayeli ilçesinde bulunan bir anadolu lisesinde okuyan öğrencilerden seçilen iki yüz on sekiz öğrenciden oluşturulmuştur. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde, problem çözme becerileri açısından kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre kendilerini daha olumlu algıladıkları ortaya çıkmıştır. Bununla beraber, öğrencilerin problem çözme becerisi algıları üzerinde sınıf düzeylerinin anlamlı bir etkisinin olmadığı ortaya çıkmıştır.

Yıldırım, Hacıhasanoğlu, Karakurt ve Türkeş (2011) Erzincan il merkezinde bulunan on iki lisenin dokuzuncu, onuncu ve on birinci sınıf öğrencilerinden rastgele örneklem yöntemi ile seçilen toplam dokuz yüz on bir öğrenciye problem çözme becerileri ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi amacıyla araştırma yapmışlardır. Araştırma bulgularına bakıldığında kız öğrencilerin PÇB algıları erkek öğrencilerin PÇB algılarına göre daha yüksek bulunmuş ve cinsiyet değişkeninin PÇB puan ortalamalarını anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. On birinci sınıf öğrencilerinin PÇB puanları alt sınıf seviyesindeki öğrencilerinin PÇB puanlarına göre daha düşük bulunmuş ve aradaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin okul türüne göre PÇB algıları değerlendirildiğinde fen lisesinde eğitim gören öğrencilerin PÇB puanları anadolu lisesi ve düz lisede eğitim gören

öğrencilerin PÇB puanlarına göre yüksek bulunmuştur. Okul türü değişkeni ile problem çözme becerisi arasındaki ilişkinin anlamsız olduğu bulunmuştur. Anneleri üniversite mezunu ve memur olan öğrencilerin PÇB puanları, anneleri ev hanımı ve emekli olan ve anneleri ilk ve orta öğretim mezunu olan öğrencilerin PÇB puanlarına göre yüksek bulunmuş, ancak annenin eğitim durumu ve mesleği ile problem çözme becerisi arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Araştırmada babaları üniversite mezunu olan öğrencilerin PÇB puanları, babaları ilk ve orta öğretim mezunu olan öğrencilerin PÇB puanlarına göre yüksek bulunmuş ve babanın eğitim durumu ile problem çözme becerisi arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Babaları emekli olan öğrencilerin PÇB puanları babaları işsiz ve çalışan olan öğrencilerin PÇB puanlarına göre yüksek bulunmuş ve babanın mesleği ile problem çözme becerisi arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Ailenin aylık geliri değişkeninin öğrencilerin PÇB puanlarını etkilemediği tespit edilmiştir. Derslerine her gün düzenli çalışan ve okul başarısını iyi tanımlayan öğrencilerin derslerine çalışmayan ve okul başarısını düşük tanımlayan öğrencilere göre PÇB puanlarının daha yüksek olduğu ve bu farkın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu belirlenmiştir. Anne-baba tutumlarını demokratik algılayan öğrencilerin PÇB puanlarının daha iyi olduğu ve farkın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Kendini yalnız hissetmeyen ve kendine güvenen öğrencilerin PÇB puanları, kendini her zaman yalnız hisseden ve kendine güvenmeyen öğrencilerin PÇB puanlarından yüksek ve bu farklılığın anlamlı olduğu bulunmuştur. Sigara ve alkol kullanmayan öğrencilerin PÇB puanları, sigara ve alkol kullanan öğrencilerin PÇB puanlarından daha yüksek bulunmuş ve aralarındaki farkın anlamlı olduğu saptanmıştır.

Karataş (2011) araştırmasında Niğde Merkez ilçesinden seçilen pansiyonlu iki okulun pansiyonunda kalan yüz dokuz kız, doksan biri erkek toplam iki yüz öğrenci üzerinde kaygı ve problem çözme becerileri puanlarının cinsiyet ve sınıf düzeyleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığını, problem çözme beceri ve kaygı puanları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını incelemiştir. Bulgulara bakıldığında; öğrencilerin cinsiyet değişkeni açısından problem çözme ve kaygı puanlarının farklılaştığını, sınıf düzeyi değişkeni açısından anlamlı bir farklılaşma olmadığını saptamıştır. Ayrıca problem çözme becerileri ile kaygı arasındaki ilişkiye bakıldığında anlamlı bir ilişki bulunduğu saptanmıştır. Ergenlerin durumluk kaygı,

sürekli kaygı, problem çözme yeteneğine güven ve kişisel kontrol puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır.

Birel (2012) araştırmasında lise öğrencilerinin bazı değişkenlere göre rekabetçi tutumları, psikolojik belirtileri ve problem çözme beceri düzeylerini incelemiştir. Samsun iline bağlı 9 lisede 9., 10., 11., 12.sınıfta eğitim gören beş yüz otuz dokuz kız ve beş yüz bir erkek olmak üzere toplam bin kırk öğrenciye Rekabetçi Tutum Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri ve Problem Çözme Envanteri ile birlikte araştırma için hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Yapılan çalışmada öğrencilerin problem çözme becerileri ile rekabetçi tutumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken, psikolojik belirti düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Öğrencilerin problem çözme becerileri ile psikolojik belirti düzeyleri arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek problem çözme becerilerine sahip olduğu, öğrenim görülen sınıf düzeyine göre anlamlı bir fark bulunmuş ve en düşük problem çözme becerisinin 9.sınıflarda olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin problem çözme becerileri ile fiziksel görünümünü değerlendirmeleri arasında anlamlı bir fark bulunmuş, ailedeki doğum sırasına ve ekonomik düzeye göre anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Açık (2013) Bolu ve Bayburt illerinde öğrenim gören yüz yetmiş ikisi kız otuz üçü erkek toplam iki yüz beş lise öğrencisine yaptığı çalışmada öğrenme stilleri ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Öğrencilerin öğrenme stilleri ile yaşadıkları il, yaş, cinsiyet, anne ve babanın öğrenim durumu ve sahip oldukları kardeş sayısı durumları açısından anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Öğrencilerin problem çözme becerileri ile yaşadıkları il, yaş, anne ve babanın öğrenim durumu bağımsız değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Öğrencilerin problem çözme yeteneğine güven alt boyutu ile aktif yaşantı öğrenme biçimi arasında ve problem çözme becerisi toplam puanı arasında çok zayıf düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Yılmaz (2013) tarafından İstanbul ili Ümraniye ilçesinde bir anadolu lisesi, bir genel lise ve iki meslek lisesinden seçkisiz örnekleme yöntemlerinden tabakalı örnekleme yöntemi kullanılarak seçilen, dokuzuncu ve onuncu sınıfta eğitim gören yüz kırk yedi kız, iki yüz üç erkek toplam dört yüz lise öğrencisinin internet bağımlılık düzeyleri

ile problem çözme beceri düzeyleri arasındaki ilişki çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Bu araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, öğrencilerin problem çözme beceri puanları ile internet bağımlılık düzeyleri puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin ekonomik düzeye, cinsiyete, internet kullanım süresine ve amacına göre; problem çözme becerileri düzeylerinin ise okul türüne, interneti kullanım amacı ile süresine ve cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulgularına ulaşılmıştır.

Aktepe (2015) yapmış olduğu araştırmasında ergenlerin sahip oldukları değerler ile duygularını ifade etme ve problem çözme becerilerini incelemiştir. Araştırmanın örneklem grubunu üç yüz yirmi ikisi erkek, iki yüz yetmiş sekizi kız olan yaşları 13 ile 18 arasında değişen toplam beş yüz dokuz öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada elde edilen analiz sonuçlarına bakıldığında ergenlerin problem çözme becerileri ile duygularını ifade etme becerileri arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca öğrencilerin problem çözme beceri düzeyleri ile sahip oldukları değerler arasında da pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Yıldırım (2015) yapmış olduğu araştırmasında lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının yordayıcısı olarak anne- baba tutumları ve duygusal zekalarını incelemiştir. Örneklem grubu dört yüz yetmiş altısı kız, üç yüz yetmiş dokuzu erkek, her sınıf seviyesinden toplam sekiz yüz elli beş öğrenciden oluşmaktadır. Araştırma sonucunda elde edilen verilere bakıldığında genel yaşam doyumunu ile anne- babadan algılanan kabul- ilgi, psikolojik özerklik ve duygusal zeka puanı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Sarıca (2016) yapmış olduğu araştırmasında sağlık meslek lisesi öğrencilerinde intihar olasılığı, problem çözme becerileri ve ilişkili faktörleri incelemiştir. Aydın il merkezinde bulunan bir sağlık meslek lisesinde öğrenim gören dört yüz altmış üç öğrenci araştırmanın örneklemine oluşturmaktadır. Araştırmanın analiz sonuçlarına bakıldığında, öğrencilerin intihar olasılığı ölçeği puanları ile problem çözme becerileri puanları arasında negatif yönlü orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur.

2.4.Yaşam Doyum ile İlgili Kuramsal Bilgiler

İnsanın mutluluğu ve insana mutluluk getiren şartların neler olduğu çok eski dönemlerden beri dikkati çeken popüler bir konu olmuştur. Son zamanlarda bireyin

mutluluğu konusu, öznel iyi oluş, yaşam kalitesi, psikolojik iyi oluş, yaşam doyumu ve olumlu duygulanım gibi kavramlar da dâhil edilerek, bu çerçevede incelenmektedir (Dost, 2007).

Mutluluk geçmişten beri insanlık tarihinin peşinde koştuğu ve farklı birçok yöntemle elde etmeyi arzuladığı en önemli olgu olarak edebiyata, mitolojiye, felsefeye ve hemen hemen her türlü sanatsal dala dolaylı olarak veya doğrudan konu olmuştur. Mutluluğu ve kişinin mutluluğu nasıl elde edeceğini tanımlama çalışmaları ruh sağlığı ve insan davranışını inceleyen psikoloji gibi ilgili alanlarda yer alan çeşitli kuramlarda, akademik çalışmalarda ve araştırmalarda kendini göstermiştir (Sahraç, 2007).

Mutluluk, esenlik anlamlarını da beraberinde getirir. Bireyin hayatından, sahip olduklarından hoşnut olmasını da belirten bir kavramdır. Bir başka tanımlamada yaşam doyumu, bireyin sahip olduğu şeyleri düşünerek, kişisel olarak hoşnut kalma şeklinde de ifade edilebilir (Telman ve Ünsal,2004).

İyilik hali, kişinin doğal ve sosyal çevrede tam fonksiyonel bir biçimde varlığını sürdürmesi için zihinsel, bedensel ve ruhsal yönden bütünleşmiş optimal sağlık yönelimli bir yaşam biçimi ve iyi olma durumudur (Witmer ve Sweeney, 2002).

İyi oluş içinde yer alan yaşam doyumu, psikolojik ve öznel iyi oluş kavramları, mutluluk kavramları ile birlikte pozitif psikoloji içinde, farklı kuramsal yaklaşımlarla incelenen kavramlar, hatta kuramlar olarak göze çarpmaktadır (Sahraç, 2007).

Öznel iyi olma hali, kişinin öznel bakış açısından kendi yaşantısını değerlendirmesi anlamına gelmektedir. Kendi yaşantısını değerlendiren kişinin davranışları ve düşünceleri kişinin öznel iyi olma durumunu meydana getirmektedir. Bireyin kendi yaşantısıyla ilgili değerlendirmelerinin üç farklı ancak birbiriyle bağlantılı genel kapsam içerisinde sınıflanabileceği ifade edilmiştir. Bunlar, yaşam doyumu, olumlu duygu ve olumsuz duygudur. Yaşam doyumu, bireyin yaşamının genel durumuna ilişkin duygu, düşünce ve değerlendirmeleri oluşturmaktadır. Olumlu duygu kapsamında yaşanmış sevinçlerin, hazların ve hoş giden duygulanımların daha çok olması; olumsuz duygu kapsamında ise acı verici, hoş olmayan ve kötü

duygulanımların az olmasının öznel iyi olma hali açısından önemli olduğu düşünülmektedir (Yetim,2001).

Budak, psikoloji sözlüğünde doyumunu; “organizmada, açlık, susuzluk, cinsellik, vb gibi temel biyolojik ihtiyaçların ya da merak, sevgi, yakınlık, başarı, vb. gibi ruhsal ihtiyaçların giderilmesi sonucu denge durumunun yeniden kurulması” olarak tanımlamıştır (Budak, 2003, s.225).

Yaşam doyumunu, Neugarten, Havighurst ve Rubin (1961) tarafından ilk kez ortaya atılmıştır. Yaşam doyumunu genel olarak bireyin tüm yaşantısını ve bu yaşantının çeşitli alt boyutlarını içerir. Yaşam doyumunu denilince, belirli bir duruma, nesneye ilişkin doyum değil, genel anlamda bireyin tüm yaşantısındaki doyumunu anlaşılır. Mutluluk, moral gibi farklı açılardan bireyin öznel iyi olma hali olarak tanımlanır.

Yaşam doyumunu, bireyin sahip olmak istediği ile, elinde var olanları kıyaslaması sonucu elde edilen durum veya sonuçtur (Özer ve Karabulut, 2003).

Yaşam doyumunu, kişinin kendi yaşantılarının tümü olarak veya yaşanılan çevre, aile, arkadaş gibi belirlenmiş bazı yaşam boyutları bakımından memnun olup olmadığına ilişkin yapmış olduğu genel zihinsel değerlendirmeler olarak tanımlanmıştır (Suldo ve Huebner, 2006; Çivitçi,2009).

Yaşam doyumunu, bireyin mutluluğu ile ilgili olan kavramlar içinde öznel iyi oluşun zihinsel yönünü oluşturmaktadır. Öznel iyi oluş, bireyin kendi yaşantısını ruhsal ve zihinsel açıdan değerlendirme yapması olarak tanımlanmaktadır. Bu değerlendirme sonucu, olaylara ve durumlara verilen duygusal ve bilişsel tepkiler ile doyumun zihinsel açıdan değerlendirilmesini kapsamaktadır (Diener,1985).

Yaşam doyumunu ile örtüşen bir başka kavram ise mutlu olma durumudur. Kişi yaşamdan aldığı doyum neticesinde mutluluğu da yaşayacaktır. Bu hususta üç nokta vardır. Yaşamdan zevk alma, bireye yaşamın bir anlam ifade etmesi ve yaşam içerisinde bireyin kendisi için önem arz eden bir şeye bağlanması şeklindedir. Bireyin yaşamından alacağı tatmin aslında bu üç nokta ile uyum sağlamaktadır. Yaşam doyumunu ile mutlu olma arasında küçük bir farklılık söz konusudur. Mutlu olma durumu gelecek zamana dönükken, yaşam doyumunu ise şimdiki zamanda bireyin

yaşadığı bir durumdur. Ek olarak mutluluk kavramı yaşam doyumu kavramına nazaran daha soyut bir niteliğe sahiptir (Keser, 2003).

Yetim (1995) çalışmasında yaşam doyumu kavramı ile ilgili tanımlamaları üç grupta incelemiştir. Birinci grupta öznel iyi oluş, kutsallık, erdem, gibi kavramları baz alarak tanımlama yapılmış, ayrıca mutluluğun istenilen bir niteliğin elde edilişi ve buna sahip olunması ile ilgili yorumlamıştır. İkinci grupta ise bireylerin yaşamlarını pozitif bakış açısıyla değerlendirmelerini sağlayan etmenleri dikkate almış öznel iyi oluşu yaşam doyumu olarak isimlendirmiştir. Üçüncü grupta ise günlük yaşamda olumlu duyguların olumsuz duygulara egemen olması olarak belirtmiştir. Mutlu olan birey hoş duygular yaşayan birey olarak tanımlanmıştır.

Literatürde yaşam doyumu kavramıyla ilgili farklı tanımlar söz konusudur. Yaşam doyumunun her birey için farklı değerlendirilmesi durumuna bağlı olarak, kavramın tanımının yapılmasında ve kapsamının değerlendirilmesinde bazı belirsizlikler söz konusu olmaktadır. Bundan dolayı da yaşam doyumu ile ilgili farklı farklı yaklaşımlar vardır. Genel olarak bireylerin yaşam doyumlarını etkileyen etmenler aşağıdaki şekilde sıralanabilmektedir:

- 1) Gündelik yaşamdan mutluluk duymak,
- 2) Yaşamın birey için anlam ifade etmesi,
- 3) Hedeflere ulaşma konusunda uyum sağlama,
- 4) Olumlu kişisel kimlik geliştirme,
- 5) Fizyolojik bakımdan kişinin kendisini sağlıklı hissetmesi,
- 6) Ekonomik anlamda bireyin kendisini güvende hissetmesi,
- 7) Sosyal ilişkilerdir (Schmitter, 2003; akt. Keser, 2005).

Bir yaşamın iyi olabilmesi sağlıklı olmak ve mutlu olmakla ilişkili olması gibi bazı genel geçer durumlar söz konusu olsa da, bu durumlara bireylerin vermiş oldukları değerler farklılık gösterebilmektedir. Bu bakımdan değerlendirildiğinde yaşam doyumu bireyin kendi yaşamına yönelik zihinsel yargı ve değerlendirmelerini

içermektedir. Bu zihinsel yargılama bireyin içinde bulunduğu durumunu olması gerektiğini düşündüğü standartlarla yani kendisinin oluşturduğu kriterlerle kıyaslamasına bağlıdır (Diener ve diğerleri,1985).

Yaşam doyumunu etkileyen bir takım unsurlar bulunmaktadır. Bunlar; kişinin sahip olduğu fikirler, sosyalliği, ev ve aile yaşamı, çevresel ilişkileri, kişinin sahip olduğu aktif yaşam, siyasi anlamda sağlanan istikrar ortamı, otokontrol mekanizması, yaşadığı ortamın durumu olarak belirtilebilir (Khakoo, 2004; Dockery, 2004).

Yaşam doyumunu etkileyen faktörler ise şöyle sıralanabilmektedir:

- 1) Yakın çevre ile olan ilişkiler,
- 2) Özgüven,
- 3) Bir evlada sahip olma, onu yetiştirme,
- 4) Karı-koca ilişkilerindeki samimiyet,
- 5) Başkalarına faydalı olma,
- 6) Devlet düzeyinde yerel aktivitelere dahil olma,
- 7) Öğrenme sürecinde aktif olma,
- 8) Kendini anlama,
- 9) Devam ettiği bir işe sahip olma,
- 10) Sosyalleşme,
- 11) Eğlenceli faaliyetlerde bulunma (müzik dinleme, sinema, kitap okuma) şeklindedir (Flanagan,1978).

Yaşam doyumu ile ilgili birçok kuram olmasına rağmen, iki yaklaşım ön plana çıkmaktadır. Amaçsal yaklaşımlar bunlardan bir tanesidir. Bu yaklaşımda bireyin doyurulan ihtiyaçlarının mutluluğa, doyurulamayan ihtiyaçlarının ise mutsuzluğa sebep olduğunu ifade etmiştir. Bu kurama getirilen en önemli eleştiri, isteklerden ve amaçlardan hangilerinin daha önemli olduğu ve isteklerin birbiri ile ilişkisinin ne

çeşit olduğu sorusudur. Bunun yanı sıra bu kuramdaki önemli bir sorun da, mutluluğun isteklerin doyurulması ile mi yoksa arzu edilen nesneye ulaşma ile mi ilgili olduğudur. Bununla ilgili olarak Scitovsky (1976), bireyin amaçlarına ulaşma yolunda olmasının daha doyurucu olduğunu belirtmiştir. Amaçsal yaklaşımlar içinde önemli yaklaşımlar dikkat çeken konulardır:

- a) Maslow' un gereksinimler hiyerarşisi,
- b) Kişi- çevre uyum yaklaşımı,
- c) Yaşama planı yaklaşımı,
- d) Haz ve acı yaklaşımı (Telman,2001).

Bireylerin mutluluğunu ve iyilik halini açıklamaya çalışan bazı kuramlar bulunmaktadır. Bu kuramlardan bazıları, haz ve acı kuramı, ilişkilendirici kuram ve telik kuramıdır.

Haz ve acı kuramına göre, birey ihtiyaçları sürekli karşılandığında mutluluk, karşılanmadığı sürece ise mutsuzluk yaşar. Buna rağmen bireyin hedef ve isteklerinin sürekli karşılanması büyük mutluluk yaşamasını engelleyici bir durum da olabilir. Tekrar eden ihtiyaçların bir kısır döngü oluşturduğu ve bu döngü içinde bireye en ödüllendirici olan ihtiyacın kendini tekrarladığı ileri sürülmektedir (Diener, 1985). Haz ve acı kuramlarından biri olan “Karşıt Süreçler Kuramında”; kötü şeylerin kaybedilmesinin kişide mutluluğa, iyi şeylerin kaybedilmesinin ise mutsuzluğa sebep olacağı belirtilmektedir. Bireyler iyi veya kötü nesnelere alışırlar ve bu nesnelere sürekli karşılaşmaları durumunda duyarsızlaşırlar, bu sebeple daha az mutluluk veya mutsuzluk hissederler (Diener, 1984). “Aşağıdan yukarıya kuramına” göre mutluluk küçük hazların toplamı olarak tanımlanır. “Yukarıdan aşağı kuramında” ise bireyin olayları olumlu yönde yaşama eğilimi olduğu, yaşama pozitif yaklaşımının olduğu; dolayısıyla bireyin mutlu olduğu için hazlardan hoşlandığını veya tam tersinin de geçerli olduğu savunulur (Diener, 1984).

İlişkilendirici kurama göre bazı bireylerin mutluluğa daha eğilimli karaktere sahip oldukları üzerinde durulur. İyi olaylar kişinin içsel süreçlerine atfedilirse daha çok

mutluluk getirir. Bir diğerk olasılıkta ise iyi olarak algılanan durumların bireyin yaptığı yüklemelerden bağımsız olarak mutluluk getirmesidir (Diener, 1984).

Telik kuramına göre ise, bir ihtiyaç giderildiğinde veya bir amaç gerçekleştirildiğinde mutluluğa ulaşılır. İhtiyaçların doyurulması mutluluğa götürürken, doyurulmaması mutsuzluğa götürür (Diener, 1984).

Ergenlik dönemi, çocuktan yetişkinliğe bir geçiştir. Fiziksel, psikolojik ve sosyal anlamda önemli değişimlerin yaşandığı gelişimsel bir basamaktır. Bugün “fırtına ve stres” dönemi olarak adlandırılan ergenlik dönemi duygu değişimlerinin ve zorlu davranışların en uç biçimlerde ortaya çıktığı dönemdir. Bilişsel olgunlaşma, biyolojik değişim ve gelişimsel görevlere meydan okuma, ergenin iyilik halini etkilemekte ve büyük ölçüde strese neden olmaktadır (Ünsal, 2011).

Küresel dünyada yaşanan hızlı değişim ve gelişmeler bireylerin yaşamını olumlu ve olumsuz birçok açıdan etkilemektedir. Değişim süreci ve bu değişmeye bağlı olarak gösterilmesi gereken uyum ne kadar fazla ise kişinin bunu algılama ve yorumlama düzeyine göre ortaya çıkacak stres tepkisi de o oranda yüksek olacaktır. Bireyler, bu hızlı gelişme ve değişmeye uyum sağlamaya çaba gösterirken yaşam kaliteleri çoğu zaman etkilenmekte, bazen de kendi iyilik hallerini göz ardı edebilmektedirler (Ünsal, 2011).

Çocukların ve gençlerin mutlu olmasının, hiç şüphesiz toplumdaki her bireyin aynı fikirde olduğu bir konu olarak ifade edilmiştir. Bireylerin çocukluk dönemlerini mutlu geçirmeleri, ebeveynler başta olmak üzere, ruh sağlığı alanındaki uzmanlar, eğitimciler ve toplumun diğer kesimleri için istenilen bir durumdur. Çocuk ve ergenlerin yaşamlarından çoğunlukla hoşnut ve mutlu olmalarının, hem sosyal ve duygusal gelişim bakımından hem de ilerleyen zamanda yaşamlarını kolaylaştırabilecek pozitif bir güce sahip olmaları açısından önem taşımakta olduğu ifade edilmiştir (Çivitçi, 2009).

1946 yılında Dünya Sağlık Örgütü anayasasında sağlığın tanımını şu şekilde yapmıştır: “Sadece hastalığın ve sakatlığın olmaması değil, aynı zamanda tam bir fiziksel, sosyal ve ruhsal iyilik halidir.” Yetişkin adayı olan lise öğrencilerinin birçok farklı problemle karşı karşıya kaldıkları bu dönemde, yaşam doyumlarının yüksek

olması, sağlıklı bireylerin yetişmesindeki ön koşullardandır. Ülkemizde bu konu ile ilgili akademik çalışmaların yeterli olmadığı görülmesi, lise öğrencilerine yönelik böyle bir araştırma yapılmasında teşvik edici olmuştur.

2.5. Yaşam Doyum İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Sam (1998) yapmış olduğu araştırmasında Norveç' te bulunan göçmen ailelerden gelen gençlerin yaşam doyum düzeylerini incelemiştir. Vietnamlı, Pakistanlı, Şilili ve Türkiyeli beş yüz altı göçmen gence anket uygulanmıştır. Anketin içinde demografik bilgiler, yaşam doyum, kültürleşme stratejileri, etnik kimlik gibi konular da yer almıştır. Çalışmada kontrol grubu olarak iki yüz dokuz Norveçli genç yer almıştır. Bütün göçmen kökenli ergenler yaşamlarından oldukça memnun bulunmuştur. Göçmen ergenlerin yaşam doyum düzeylerinin Norveçli gençlerin yaşam doyum düzeylerinden farklı olmadığı görülmüştür. Şilililer en memnun grup olurken, Vietnamlılar ise en az memnun olan grup olduğu bulunmuştur. Demografik faktörler varyans analizi sonuçlarının sadece %4 ünü açıklarken, kişisel faktörlerin %20 sini açıkladığı görülmüştür. Etnik kimlik, yaşam doyumunun en önemli belirleyicileri olmuştur. Etnik homojen komşuluğun, yaşam doyumunu ile ilgili olduğu bulunmuştur. Algılanan ayrımcılığın ve kültürleşme stratejisi olarak entegrasyonun yaşam doyumunu ile ilgili olmadığı bulunmuştur.

Zullig, Valois, Huebner, Oeltman ve Drane (2001) yapmış oldukları çalışmalarında algılanan genel yaşam doyumunu ile seçilen madde kullanımının arasındaki ilişkiyi araştırmak için beş bin otuz iki genel lise öğrencisine ulaşmıştır. Araştırmada 1997 South Carolina Gençlik Risk Davranışı Anketi, Madde Kötüye Kullanımı Anketi ile yaşam doyum ile ilişkili değişkenler kullanmıştır. Sigara içimi, tütün, esrar çiğneme, kokain, düzenli alkol kullanımı, aşırı içme, enjeksiyon ilaç ve steroid kullanımı yaşam doyum ile anlamlı olarak ilişkili bulunmuştur ($P < .05$). Buna ek olarak ilk alkol içme yaşı, ilk esrar kullanımı, ilk kokain kullanımı ve ilk sigara kullanımı ile yaşam doyum arasında anlamlı olarak ilişkili bulunmuştur ($P < .05$).

Gilman (2001) yapmış olduğu araştırmasında ergen öğrencilerin arasında yaşam doyumunu, sosyal ilgi ve ders dışı faaliyetlere katılım arasındaki ilişkiyi belirlemiştir. Toplam üç yüz yirmi bir lise öğrencisine (sınıfları 9.-12. Arasında) çok boyutlu yaşam doyum ve sosyal ilgi ölçeği yöneltilmiştir. Ayrıca gençlerin lise boyunca

katıldıkları ders dışı aktivitelerin sayısını belirlemek için sorular sorulmuştur. Yüksek sosyal ilgi, hem aile ve arkadaş memnuniyetinin yanı sıra tüm memnuniyetin daha yüksek seviyedekileriyle anlamlı olarak ilişkilidir. Katılan gençlerden yapılandırılmış ders dışı aktiviteleri yüksek olanların, okul memnuniyetlerinin yüksek olduğu görülmüştür. Sosyal ilgi ile ders dışı aktivitelere gerçek katılım arasındaki ilişki göz ardı edilmiştir.

Valois, Zullig, Huebner ve Drane (2004) yapmış oldukları araştırmalarında 13- 18 yaş arasındaki dört bin yedi yüz elli sekiz lise öğrencisinin yaşam memnuniyeti, kötü zihinsel sağlık, intihar düşüncesi ve intihar davranışları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Analiz sonuçlarına göre, kötü zihinsel sağlık(son otuz gün), kötü zihinsel/ fiziksel sağlık(son otuz gün), ciddi intihar düşüncesi(son on iki ay) ve tıbbi bakım gerektiren intihar girişimi(son on iki ay) yaşam doyumunu ile anlamlı olarak ilişkili bulunmuştur.

Huebner, Suldo, Valois, Drane ve Zullig (2004) yapmış oldukları araştırmalarında genel liselerde okuyan 9.- 12. Sınıf seviyesindeki beş bin otuz dört ergene çok boyutlu yaşam doyum ölçeği uygulamışlardır. Öğrencilerin yaşam doyumları, ırk değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşırken, cinsiyet ve sınıf seviyesine göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Gilman ve Huebner (2006), yapmış oldukları çalışmalarında küresel yaşam doyum düzeyleri yüksek olan gençlerin özelliklerini araştırmışlardır. Toplam dört yüz seksen beş genç üzerinde Öğrenci Yaşam Memnuniyeti(SLSS) ölçeği uygulanmıştır. SLSS puanları baz alınarak öğrenciler üç gruba ayrılmıştır: düşük (dağıtım alt%20), ortalama (orta%50) ve yüksek (üst %20). Yüksek yaşam doyum grubundaki gençlerin tümünün düşük yaşam doyum grubundaki gençlerden daha uyumlu oldukları sonucu bulunmuştur. Ayrıca, yüksek yaşam doyum grubundaki gençlerde klinik psikolojik belirtiler bulunmamıştır. Klinik belirtiler ortalama grubunda %7, düşük yaşam doyum grubunda ise % 42 seviyesinde olduğu bulunmuştur.

Wang, Yuen ve Sloney (2009) yapmış oldukları çalışmalarında gözden geçirilmiş mükemmeliyetçilik ölçeğinin çince çevirisini (APS-R; Slaney, Mobley, Trippi, Ashby, Johnson ;1996) kullanarak Hong Kong'dan beş yüz dokuz Çinli lise öğrencisi üzerinde mükemmeliyetçiliğin kültürlerarası yapı geçerliliğini incelemiştir. Çince

APS-R' nin faktör yapısı, APS-R' nin alt ölçekleri arasındaki korelasyonlar, depresyonun önlemleri, yaşam doyum ve yalnızlık incelenmiştir. Katılımcılar üç küme halinde gruplanmıştır. Bunlar uyumlu ve uyumsuz mükemmelliyetçiler ve mükemmelliyetçi olmayanlar şeklindedir. Gruplar karşılaştırıldığında, uyumlu mükemmelliyetçilerin yaşam doyum puanları, diğer iki gruptan daha yüksek, depresyon ve yalnızlık puanlarının ise daha düşük olduğu bulguları elde edilmiştir.

Suldo ve diğerleri (2014) yapmış oldukları çalışmalarında altı yüz yirmi dört lise öğrencisinin yaşam doyumları ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya katılan öğrencilere küresel yaşam doyum ölçeği ve beş faktör modeli (dışadönüklük, nevrotizm, deneyimde açıklık, dürüstlük, hoşnutluk) ile uyumlu kişilik özellikleri ölçülmüştür. Analizler, öğrencilerin yaşam doyum puanlarının %47 varyansının beş büyük kişisel özellik seviyelerince açıklandığını göstermiştir. Nevrotizmin en güçlü belirleyici olduğu ortaya çıkmıştır. Açıklık, dürüstlük ve dışa dönüklük, yaşam doyumun önemli belirleyicileri olmuştur. Cinsiyete ilişkin farklılıklar, yaşam doyum düzeyi yüksek olan kızlarda hoşnutluk düzeyinin de yüksek olduğu ancak erkeklerde böyle bir durumun ortaya çıkmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Weber ve Huebner (2015) ABD' deki erken ergenlik döneminde bulunanların önemli kişilik özellikleri ile küresel yaşam memnuniyeti ve beş belirli etki(aile, arkadaş, okul, kendisi, yaşam ortamı) arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Üç yüz kırk dört yedinci sınıf öğrencisine Ergen Kişisel Stil Envanteri (Lounsbury ve arkadaşları tarafından 2003 yılında geliştirilmiştir ve beş faktör modeli; nevrotizm, dışa dönüklük, açıklık, uzlaşmacılık ve dürüstlük değerlendirir) uygulanmıştır. Ayrıca katılımcılara Öğrenci Yaşam Doyum Ölçeği (Huebner, Züllig ve Saha,2012) ve etki alanına özgü memnuniyet sırasıyla uygulanmıştır. Nevrotiklik (negatif) ve sorumluluk, geçimlilik ve dışadönüklük (pozitif) bir şekilde erken ergenlerin küresel yaşam doyum düzeyleri ile ilişkili bulunmuştur. Alana özel memnuniyet (doyum) nevrotiklik (ters) ve dürüstlük/vicdanlılık (pozitif) olarak benzersiz bir şekilde ilişkili bulunmuştur. Dışa dönüklük arkadaştan duyulan memnuniyet ve kendinden duyulan memnuniyet ile pozitif ilişkili bulunmuştur. Açıklık okuldan alınan doyumunu pozitif yönde güçlü bir şekilde açıklıyor. Uyumluluk, aile memnuniyeti ile pozitif ilişkili

olduğu bulunmuştur. Sonuçlar, nevrotikliğin erken ergenlerin yaşam doyumunu anlamada önemli olduğunu göstermiştir.

Crede, Wirthwein, McElvany and Steinmayr (2015) yapmış oldukları çalışmalarında ergenlerin akademik başarısı ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar çelişkili sonuçlar ortaya koymuş ve nedenleri tam olarak anlayamamıştır. Bu çalışmada ebeveynlerin eğitiminin ergenlerin akademik başarısı ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin yordayıcısı olarak rolü araştırılmıştır. Alman lise öğrencilerinin (N = 411) bir örneği, aile sosyo-ekonomik statüsünün bir göstergesi olarak ebeveynlerin eğitim durumlarını bildirmiş ve öğrencilerin akademik başarıları ile işlerlik kazanmıştır. Sonuçlar, yalnızca annelerin eğitiminin, akademik başarı ile öğrencilerin yaşam doyumları arasındaki ilişkinin yordayıcısı olarak işlev gördüğünü ortaya koymuştur. Bununla birlikte, babaların eğitim düzeyleri, ilgili ilişkinin önemli bir yordayıcısı değildir.

2.6. Yaşam Doyum ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Köker (1991) yapmış olduğu araştırmasında, normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyum düzeylerini incelemiştir. Araştırmada Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerle ve Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesine başvurmuş nörotik belirtiler gösteren ergenler denek grubu olarak örneklem grubunu oluşturmuştur. Yüz seksen üç kadın, yüz elli yedi erkek olmak üzere toplam üç yüz kırk denek araştırmaya katılmıştır. Araştırma bulgularına bakıldığında sorunlu ve nörotik grubun yaşam düzeyi puanları, normal grubun yaşam düzeyi puanlarından anlamlı düzeyde düşük çıkmıştır.

Gündoğar ve arkadaşları (2007) yapmış oldukları araştırmalarında üniversite öğrencilerinin okudukları bölümle ilgili düşünceleri, üniversite yaşantısının çeşitli boyutlarıyla ilgili hoşnutluk düzeyleri ve kendilerine göre bölümde okuma sebeplerinin yaşam doyum düzeyleri üzerindeki etkisini yordamak amacıyla toplamda üç yüz yetmiş üç üniversite öğrencisine Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ), Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ), Spielberger Durumluk- Sürekli Kaygı Ölçeği (sırasıyla SDKÖ ve SSKÖ), Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ), üniversite yaşantısını değerlendirme formu ve kişisel bilgi toplama formu uygulamışlardır. Yapılan analiz sonuçlarına göre; eğitim doyumunu, BUÖ puanı, SSKÖ puanı, kendisine göre ruh

sağlığı, bölüm isteği, kendisine göre bölümde okuma sebebi ve iş beklentisinin yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde yordadığı bulgusu elde edilmiştir. Öğrencilerden okuduğu bölüme açıkta kalmamak için girdiğini düşünenlerin eğitim doyumunu, yaşam doyumunu ve öğretim üyeleriyle ilişkilerinden hoşnutluk puanları, okuduğu bölümü istedikleri için okuduğunu düşünen öğrencilere göre daha düşük, BUÖ ve BDÖ puanları ise bu öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur.

Dost (2007) yapmış olduğu çalışmada üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeylerini algılanan akademik başarı, cinsiyet, algılanan anne-baba tutumu, algılanan ekonomik durum, dini inanç, gelecekte beklenen ve yalnızlık değişkenlerine göre incelemiştir. Araştırmanın örneklem grubunu, 2005-2006 eğitim-öğretim yılında Hacettepe Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde eğitimlerine devam etmekte olan dört yüz üç üniversite öğrencisinden oluşturulmuştur. Araştırma bulgularına bakıldığında üniversite öğrencilerinin algılanan akademik başarı, cinsiyet, gelecekte beklenen, algılanan ekonomik durum, dini inanç ve yalnızlık değişkenlerine göre yaşam doyumunu düzeyleri anlamlı bir biçimde farklılaşmaktadır.

Dönmez (2007) yapmış olduğu araştırmasında lise öğrencilerinin yaşam doyumunu ve duygularını ifade etme eğilimlerini atılganlık düzeylerine göre karşılaştırmıştır. Bu araştırmanın örneklemini Ankara İli, Yenimahalle İlçesinde bulunan Yenimahalle Anadolu Teknik ve Endüstri Meslek Lisesinde okuyan yirmi dokuz kız, üç yüz yetmiş üç erkek olmak üzere toplam dört yüz iki öğrenci üzerinde yapılmıştır. Analiz sonuçlarına bakılacak olursa; atılganlık düzeyleri düşük ve yüksek olan öğrencilerin yaşam doyumları karşılaştırılmış, atılganlık düzeylerine göre öğrencilerin yaşam doyumunu ölçeceği puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu, atılganlık düzeyi yüksek olan öğrencilerin, atılganlık düzeyi düşük olan öğrencilere göre yaşam doyum puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Gümüüşbaşı (2008) araştırmasında stresle başa çıkma eğitim programının ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri ve yaşam doyumunu üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırmanın örneklemini İzmir' de 6., 7. ve 8.sınıfta öğrenim gören 13 kız, 17 erkek toplam 30 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında deney (grup rehberliğine katılan öğrenciler) ve kontrol gruplarının yaşam doyum düzeylerinde anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur.

Kırtıl (2009) yapmış olduğu araştırmasında, ilköğretim altıncı, yedinci ve sekizinci sınıf öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri ile duygusal zeka düzeyleri arasındaki ilişkiyi İzmir ili örneklem grubu içinde incelemiştir. Öğrencilerin yaşam doyumu ve duygusal zeka düzeylerinin ailelere ilişkin değişkenlere ve bazı bireysel özelliklere ilişkin değişkenlere bağlı olarak aralarındaki anlamlı farklılıklar incelenmiştir. Araştırmanın evreni 2008–2009 eğitim yılında İzmir il merkezinde bulunan devlete bağlı ilköğretim okullarının altıncı, yedinci ve sekizinci sınıfında öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini yüz elli biri kız, yüz kırk ikisi erkek olmak üzere toplam iki yüz doksan üç öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın istatistiksel bulgularına bakılacak olursa, duygusal zeka alanları ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Cinsiyet değişkenine göre genel duygusal zeka puanları incelendiğinde kızların ortalama puanlarının erkeklerin ortalamasından anlamlı bir şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Anne-baba tutumu değişkenine göre genel duygusal zeka alanında anlamlı derecede farklılıkların olduğu bulunmuştur. Yaş, okul öncesi eğitimi alınıp alınmadığına, anne- baba eğitim düzeyi değişkenlerine göre genel duygusal zeka ortalamalarında ve yaşam doyumu ortalamalarında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı görülmüştür.

Dingiltepe (2009) yapmış olduğu çalışmasında, ailesi parçalanmış ve parçalanmamış olan ergenlerin yaşam kalite düzeylerini ve yaşam doyum düzeylerini incelemiştir. Araştırmanın örneklem grubu Adana ili Çukurova, Seyhan, Yüreğir ve Sarıçam ilçelerinde on dokuz farklı lisede öğrenim gören dokuzuncu, onuncu, on birinci ve on ikinci sınıflardan iki yüz otuz ikisi kız ve yüz kırk biri erkek ergenden oluşturulmuştur. Bu örneklem grubunda yüz doksan üç öğrencinin tam aileye, yüz seksen altı öğrencinin ise parçalanmış aileye sahip olduğu görülmüştür. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara bakıldığında; parçalanmış ailesi olan ergenlerin yaşam doyumları ile yaşam kalitelerinin fiziksel alan dışındaki diğer alt boyutları (sosyal ilişkiler, psikolojik ve çevre yaşam kalitesi), tam ailesi olan ergenlere göre anlamlı bir şekilde farklılaştığını göstermiştir. Parçalanmış aileye sahip ergenlerin yaşam doyum düzeyleri, tam aileye sahip ergenlerin yaşam doyum düzeylerine göre daha düşük olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Çivitci (2009) yapmış olduğu araştırmasında, ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin farklı alanlardaki (arkadaş, okul, aile, yaşanılan çevre ve benlik)

yaşam doyumlarının ve genel yaşam doyumlarının bazı kişisel ve ailesel özelliklere (sınıf düzeyi, kardeş sayısı, cinsiyet, algılanan anne ve baba tutumu, anne ve baba eğitim düzeyi, cep telefonuna sahip olma, evde ayrı odaya sahip olma harçlığını yeterli bulma ve algılanan akademik başarı) göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını incelemiştir. Araştırmanın örneklem grubu, Denizli ilindeki üç ilköğretim okulunun ikinci kademesinde okuyan üç yüz kırk beş öğrenciden oluşturulmuştur. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara bakıldığında; ilk ergenlik döneminde bulunan ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin bazı kişisel ve ailesel özelliklerinin en çok aile doyumunu ile ilişkili olduğu, bunu sırasıyla genel yaşam doyumunu, benlik, okul, arkadaş ve yaşanan çevre doyumunun izlediği bulunmuştur. Öğrencilerin algılanan anne-baba tutumları, algılanan akademik başarı ve sınıf düzeyi değişkenleri diğer bağımsız değişkenlere nazaran yaşam doyumunu boyutuyla daha fazla ilişkili olduğu görülmüştür.

Çivitci, Çivitci ve Fiyakalı (2009) yapmış oldukları araştırmalarında, anne-babası boşanmış ve boşanmamış olan lisede eğitim gören ergenlerin genel yaşam doyum düzeyleri ve yalnızlık düzeylerini incelemiştir. Araştırma örneklem grubu, Denizli merkezinde bulunan üç yüz seksen üçü anne-babası boşanmış ve dört yüz elli üçü anne-babası boşanmamış olan toplam sekiz yüz otuz altı lise öğrencisi üzerinde uygulanmıştır. Araştırma bulgularına bakıldığında, anne-babası boşanmış olan lise öğrencilerinde yalnızlığın yaşam doyumundaki olumsuz etkisinin daha fazla olduğu görülmüştür. Anne-babası boşanmış olan ergenler yalnızlık ve genel yaşam doyum düzeyi açısından, anne-babası birlikte olan ergenlere göre daha dezavantajlı olduğu anlaşılmıştır. Kardeş sayısına göre anne-babası boşanmış olan ergenlerin yalnızlık ve genel yaşam doyum düzeylerinde anlamlı fark bulunurken; sınıf, birlikte kaldığı ebeveyn, cinsiyet, diğer ebeveyni görme sıklığı ve ergenin anne-babası boşandığında bulunduğu yaş değişkenlerine göre gerek yalnızlık ve gerekse genel yaşam doyumunu düzeylerinde anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı görülmüştür.

Yiğit (2010) araştırmasında; ergenlik döneminin ilk yıllarında, ergenlerin benlik saygısı düzeylerini benlik saygıları ile ilişkili olabilecek değişkenler açısından anlamlı bir şekilde farklılık gösterip göstermediğinin araştırılmayı hedeflemiştir. Araştırmanın örneklem grubu, Sivas il merkezi içerisinde bulunan üç ilköğretim okulunun yedinci ve sekizinci sınıf düzeyinde eğitim gören ergenlerden tesadüfi

küme örnekleme yöntemiyle seçilen iki yüz altı kız ve iki yüz beş erkek olmak üzere toplam dört yüz on bir öğrenciden oluşmaktadır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında; 13-14 yaş grubunda bulunan ergenlerin anne eğitim durumuna, kardeş sayısına ve aile aylık gelir durumuna göre benlik saygısı puanlarında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. 13-14 yaş grubundaki ergenlerin doğum sırasına, anne çalışma durumuna, baba eğitim durumuna, cinsiyete ve baba çalışma durumuna göre benlik saygısı düzeylerinde anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı, yaşam doyumu puanlarının benlik saygısını anlamlı bir düzeyde yordadığı sonucu görülmüştür.

Tümkaya, Çelik, Aybek (2011) yapmış oldukları araştırmalarında lise öğrencilerinin otomatik düşünceler, umutsuzluk, boyun eğici davranışlar ve yaşam doyumlarını incelemişlerdir. Bu araştırma lise öğrencilerinin sınıf düzeyi, cinsiyet, anne-baba tutumu ve gelir düzeyi değişkenlerine göre otomatik düşünceler, boyun eğici davranışlar, umutsuzluk ve yaşam doyumlarının karşılaştırıldığı betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın örneklem grubu Adana merkez ilçelerinden farklı tür liselerde öğrenim gören yüz elli üçü kız, yüz yirmi biri erkek olmak üzere toplam iki yüz yetmiş dört gönüllü öğrenci oluşturulmuştur. Araştırmada elde edilen bulgulara bakıldığında; otomatik düşünceler, umutsuzluk ve boyun eğici davranışlar arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur. Cinsiyet değişkenine göre lise öğrencilerinin boyun eğici davranışlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Anne-baba tutumuna göre lise öğrencilerin boyun eğici davranışlarında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Sınıf düzeyi değişkenine göre, lise öğrencilerinin boyun eğici davranışlarında dördüncü sınıf öğrencileri lehine anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Lise öğrencilerinin gelir düzeyi değişkenine göre boyun eğici davranışlarında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Lise öğrencilerinin cinsiyete göre otomatik düşünce puanlarında anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir. Lise öğrencilerinin otomatik düşünce puanları anne-baba tutumuna göre anlamlı bir farklılaşma olduğu bulunmuştur. Lise öğrencilerinin otomatik düşünce puanlarında sınıf düzeyi değişkenine göre, birinci ve dördüncü sınıf öğrencileri lehine anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Lise öğrencilerinin otomatik düşünce puanlarında gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Lise öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin anne-baba tutumlarına, cinsiyete, sınıf ve gelir seviyesine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının cinsiyete

göre farklılaşmadığı görülürken, anne-baba tutumlarından demokratik anne-baba tutumu lehine göre yaşam doyumlarında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Ayrıca öğrencilerin yaşam doyumlarında sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık bulunmazken, gelir seviyesine göre ise yaşam doyumunda geliri 1001 TL ile 1250 TL arasında olan öğrencilerin lehine anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Aydiner (2011) araştırmasında üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının genel öz- yeterlilik, yaşam doyumu ve çeşitli değişkenlere göre incelemiştir. Araştırmanın örneklem grubunu Sakarya Üniversitesinde farklı bölümlerde öğrenim gören üç yüz seksen yedisi kız, yüz otuz dokuzu erkek toplam beş yüz yirmi altı öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın bulgularına bakıldığında yaşam amaçları ölçeği ile genel öz yeterlilik ölçeği arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Yaşam doyumu ile yaşam amaçları alt ölçeğinin kişisel gelişim, fiziksel görünüm, sosyal sorumluluk ve bireysel farkındalık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuş, maddi kazanç alt boyutunda ise negatif yönde ilişki bulunmuştur.

Ünal (2011) yapmış olduğu araştırmasında lise öğrencilerinin yaşam doyumlarını bazı değişkenlere göre incelemiştir. Araştırmada lise öğrencilerinin yaşam doyumları algılanan sosyal destek, bağlanma tarzları, cinsiyet, yaş, anne-babanın birlikte olma durumu, sınıf düzeyi, kardeş sayısı ve anne-babanın eğitim durumu gibi değişkenlere göre yordayıcı rolü incelenmiştir. Bulgulara bakıldığında cinsiyet, yaş ve anne- baba birlikteliği değişkenlerinin yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde yordamadığı sonucuna varılmıştır. Aile ve öğretmen sosyal desteğinin öğrencilerin yaşam doyumunu anlamlı olarak pozitif yönde yordadığı görülmüştür. Bağlanma stillerinden ise güvenli bağlanma tarzının, öğrencilerin yaşam doyum düzeylerini anlamlı bir şekilde yordadığı bulgusu elde edilmiştir. Kardeş sayısı ve sınıf düzeyi değişkenlerinin öğrencilerin yaşam doyumlarını yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ek olarak anne- babanın eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin yaşam doyum puanlarının da yükseldiği bulgusu elde edilmiştir.

Esen ve Siyez (2011) araştırmalarında ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenleri incelemiştir. Araştırmada internet bağımlılığını yordayıcı psiko-sosyal değişkenler içinde algılanan sosyal destek, yalnızlık, yaşam

doyumunu, akademik başarı, karşı cinsle romantik ilişki durumu ve cinsiyet değişkenleri yer almıştır. Araştırmanın örneklem grubuna 2009-2010 eğitim öğretim yılında İzmir ili Çeşme ilçesinde bulunan ortaöğretim kurumlarında dokuzuncu, onuncu, on birinci ve on ikinci sınıflarda okuyan üç yüz otuz üçü kız, üç yüz altmış yedisi erkek toplam yedi yüz öğrenci katılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular incelendiğinde; internet bağımlılığını akademik başarı, yalnızlık, cinsiyet ve aileden algılanan sosyal destek değişkenlerinin anlamlı bir şekilde yordadığı ancak arkadaşlardan algılanan sosyal destek, yaşam doyumu, karşı cinsten algılanan sosyal destek ve toplam algılanan sosyal destek değişkenlerinin internet bağımlılığını anlamlı bir biçimde yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Korkut (2012), araştırmasında lise öğrencilerinde çocukluk örselenme yaşantıları ve öfke ifade biçimleri ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklem grubunu farklı sınıf seviyelerinden 450 lise öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma bulgularına bakıldığında; geçmiş yaşantılarında fiziksel, cinsel, duygusal istismara uğrayan gençlerin, uğramayan öğrencilere kıyasla sürekli öfke, öfke dışı ve öfke içi puanları daha yüksek bulunmuş, öfke kontrol puanları ise daha düşük bulunmuştur. Ayrıca geçmiş yaşantılarında fiziksel, duygusal ya da cinsel istismara maruz kalmış öğrencilerin yaşam doyum ve benlik saygısı puanları, uğramayan öğrencilere göre daha düşük bulunmuştur.

Önder ve Yılmaz (2012) araştırmalarında ergenlerin anne- baba stillerinin ve yaşam doyumlarının kuraldışı davranışları düşük ya da yüksek düzeyde göstermede anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemiştir. Araştırmanın örneklem grubu dört yüz yetmiş biri kız, dört yüz onu erkek olmak üzere toplam sekiz yüz seksen bir lise öğrencisi oluşturmaktadır. Bu öğrenciler içinden kural dışı davranış gösterme düzeyi düşük olan iki yüz altmış iki (%52.2) öğrenci, kuraldışı davranış gösterme düzeyi yüksek olan iki yüz kırk (%47.8) öğrenci olmak üzere toplam beş yüz iki öğrenci (iki yüz kırk ikisi kız, iki yüz altmışı erkek) üzerinde çalışılmıştır. İstatistiki analiz sonuçlarına bakıldığında; kuraldışı davranışlarda aileden algılanan “kontrol/denetim” ile, “aile”, “okul” ve “benlik” den algılanan yaşam doyumu değişkenlerinin anlamlı bir düzeyde yordayan değişkenler olduğu görülmüştür.

Ünal ve Şahin (2013) yapmış oldukları araştırmada lise öğrencilerinin algılanan sosyal destek içerisinde yer alan değişkenlerin ve yaş, cinsiyet anne-babanın birlikte ya da ayrı olma durumu gibi demografik değişkenlere göre yaşam doyumlarını yordama gücünü ve öğrencilerin yaşam doyum düzeylerinin anne-babanın eğitim düzeylerine, sınıf seviyesine ve kardeş sayısına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini incelemiştir. Araştırma üç yüz yetmiş iki lise öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Sonuçlara bakıldığında; anne-baba birlikteliği, cinsiyet ve yaş değişkenleri yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde yordamamaktadır. Sınıf düzeyleri, kardeş sayısı ve anne-baba eğitim düzeyi farklı olan lise öğrencilerinin yaşam doyum puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ancak öğrencilerin yaşam doyum puanları arasında anne-baba eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı bir fark olduğu bulgusuna erişilmiştir. Lise öğrencilerinin anne ve babalarının eğitim düzeyi arttıkça yaşam doyum puanlarının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca lise öğrencilerinin yaşam doyumunu, aile ve öğretmen sosyal desteği değişkeni de anlamlı şekilde yordamaktadır.

Ay, Gökler ve Koçak (2013) yapmış oldukları araştırmalarında lise öğrencilerinin mizah tarzları ve yaratıcılık düzeylerinin yaşam doyum düzeyleri üzerindeki rolünü incelemiştir. Ayrıca okul türü, algılanan gelir durumu ve annenin çalışma durumu gibi çeşitli değişkenler açısından öğrencilerin yaratıcılık düzeyleri, mizah tarzları ve yaşam doyum düzeyleri incelenmiştir. Araştırmanın örneklem grubunu iki yüz biri kız öğrenci ve yüz seksen dokuz erkek öğrenciden oluşturularak yürütülmüştür. Yapılan istatistiki analiz sonuçlarına bakıldığında; öğrencilerin saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah, kendini geliştirici mizah ve katılımcı mizah ve yaratıcılık değişkenleri ile yaşam doyum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah ve yaratıcılık ile yaşam doyum arasındaki negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu anlaşılmıştır. Öğrencilerin mizah tarzları ölçeği alt boyutlarından saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah puanları ile yaratıcılık ölçeği puanları arttıkça yaşam doyum düzeylerinin azaldığı söylenebilir. Diğer taraftan öğrencilerin mizah tarzları alt boyutlarından katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah tarzları ile yaşam doyum düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Başka bir deyişle öğrencilerin katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah kullanımı arttıkça, yaşam doyumlarının

da arttığını söylemek yerinde olacaktır. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaratıcılık düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Bir başka deyişle öğrencilerin yaratıcılık düzeyleri arttıkça, yaşam doyum düzeylerinin düştüğü bulgusu farklı ve önemlidir. Bu bulgu çeşitli şekillerde yorumlanarak tartışılabilir. Yaratıcılık düzeyi yüksek olan bireylerin yaşamlarından beklentileri de yüksektir. Bu sebeple bireylerin yaşam beklentilerinin yüksek olması bu beklentileri karşılamada yaşanabilecek yetersizlikleri beraberinde getireceğinden yaşam doyum düzeylerinin de düşmesine sebep olabilir.

Sağar (2014), araştırmasında lise öğrencilerinin madde bağımlılığına ilişkin tutumları ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklem grubu Erzurum merkezdeki farklı liselerde öğrenim gören beş yüz altmış dokuz öğrenciden oluşmaktadır. Araştırma analiz sonuçlarına bakıldığında; öğrencilerin yaşam doyumları ile sigara, alkol, uyuşturucu madde bağımlılığına yönelik tutum ölçeklerinin alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Toprak (2014), çalışmasında ergenlerde mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlık ve psikolojik ihtiyaç doyumunu incelemiştir. Araştırmanın örneklem grubunu Karadeniz Ereğli' de altı farklı lisede öğrenim gören 10., 11. Ve 12. sınıf seviyesinden toplam dört yüz yetmiş yedi öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda; mutluluk ve yaşam doyumunu, psikolojik ihtiyaç doyumunun ve psikolojik sağlamlığın anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca demografik değişkenlere bakıldığında, cinsiyetin psikolojik sağlamlık ve ilişki ihtiyacı düzeylerinde, sosyo-ekonomik düzeyin mutluluk ve yaşam doyum düzeylerinde, annenin sağ olma durumunun mutluluk, yaşam doyum ve psikolojik ihtiyaç doyumunu, baba eğitim düzeyinin mutluluk, yaşam doyum ve psikolojik ihtiyaç doyumunu anlamlı olarak yordadığı sonuçlarına ulaşılmıştır.

Bedel ve Işık (2015) araştırmalarında iki ebeveynli ve tek ebeveynli olan lise öğrencilerinin yaşam doyum düzeyleri ile kişilerarası problem çözme beceri düzeylerini incelemişlerdir. Örneklem grubu olarak yüz yirmi sekizi iki ebeveynli, yüz yirmi sekizi tek ebeveynli iki yüz elli altı lise öğrencisine Yaşam Doyumu

Ölçeği (Diener, Emmons, Larsen& Griffin, 1985; Köker, 1991) ve Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (Çam & Tümkaya, 2008) uygulanmıştır. Araştırmanın bulgularına bakıldığında; iki ebeveynli öğrenciler ile tek ebeveynli öğrenciler karşılaştırıldığında, iki ebeveynli öğrencilerin problemlere daha olumsuz ancak ısrarcı ve sabırlı yaklaşmakta olduğu ve daha yapıcı problem çözme becerileri kullandıkları sonucu elde edilmiştir. Ek olarak iki ebeveynli öğrencilerin genel yaşam doyum düzeyleri tek ebeveynli öğrencilerden anlamlı bir düzeyde yüksek olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Soydan (2015) araştırmasında üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile depresyon ve yaşam doyum arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklem grubunu Haliç Üniversitesinde öğrenim gören yüz seksen dördü kadın, iki yüz dokuzu erkek toplam üç yüz doksan üç öğrenci katılmıştır. Veri analiz sonuçlarına bakıldığında, internet bağımlılığı ile depresyon arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki bulunurken, internet bağımlılığı ile yaşam doyumunu arasında zayıf ve negatif yönlü bir ilişki vardır.

Bölükbaşı (2017) araştırmasında lise öğrencilerinde kariyer uyumu, yaşam doyumunu ilişkisinde iyimserlik ve umudun aracılı rolünü incelemiştir. Adana il merkezindeki ilçelerde lisede öğrenim gören farklı sınıf seviyelerinden üç yüz yirmi bir kız, iki yüz doksan altı erkek öğrenci araştırmanın örneklem grubunu oluşturmuştur. Araştırma veri analizlerine bakıldığında, yaşam doyumunu, kariyer uyumu, iyimserlik ve umudun birbirleri ile pozitif anlamlı ilişkili olduğu görülmüştür.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

III. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları, verilerin analizi ve değerlendirilmesi ayrıntılı olarak sunulmuştur.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ile yaşam doyumu düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelendiği betimsel bir çalışmadır. Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ile yaşam doyumu düzeylerinin birbirleri ile ilişkisi incelenmiştir. Ayrıca cinsiyete göre öğrencilerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumlarının anlamlı bir düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılmıştır.

3.2. Örneklem

Örneklemin temsil gücünü arttırmak amacıyla her okul türünden bir adet araştırmaya dahil edilmiştir. Bu sebeple Samsun ili sınırlarında bulunan ortaöğretim kurumları öğretim türüne göre gruplandırılmıştır. Bu gruplamaya göre aşağıdaki dağılım ortaya çıkarılmıştır.

Genel Lise (1)

Anadolu Lisesi (1)

Fen Lisesi (1)

Anadolu İmam Hatip Lisesi ve İmam Hatip Lisesi (1)

Anadolu Güzel Sanatlar Lisesi (1)

Sosyal Bilimler Lisesi (1)

Mesleki ve Teknik Anadolu Liseleri (4)

Yukarıdaki dağılıma bağlı olarak her okul türünden en az bir okul örnekleme alınmıştır. Örneklem alınan ortaöğretim kurumlarının 9., 10., 11. ve 12. sınıflarından birer şube random örnekleme sistemi ile seçilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırma için gerekli veriler, doğrudan doğruya örnekleme alınan öğrencilerden gönüllülük esasına göre toplanmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkenlerinden olan yaşam doyumu puanlarını belirlemek amacıyla Yaşam Doyumu Ölçeği ve problem çözme becerilerini ölçmek amacıyla Problem Çözme Envanteri kullanılmıştır. Araştırmada bağımsız değişken olarak ele alınan cinsiyet, sınıf seviyesi ve anne-babanın öz/üvey olma durumları hakkında bilginin toplanabilmesi için araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

3.3.1. Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)

Diener ve arkadaşları (1985) tarafından genç yaş grupları için geliştirilen ve bireylerin yaşam doyum düzeylerini ölçmeyi amaçlayan Yaşam Doyumu Ölçeği' nin kültürümüze uyarlaması Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Ölçek toplam beş maddeden oluşmaktadır ve 1'den 7'ye kadar derecelendirme yapılmaktadır. Seçeneklerden; 1 "hiç uygun değil", 2 "uygun değil", 3 "biraz uygun değil", 4 "ne uygun ne uygun değil", 5 "biraz uygun", 6 "uygun", 7 "çok uygun" olmak üzere değer almaktadır (Köker, 1991). Ölçeğin tersten puanlanan maddesi bulunmamaktadır. Ölçekten elde edilen toplam puan 5-35 arasında değişmektedir. Alınan puanın yüksek olması yaşam doyumunun yüksek olduğunu gösterir.

Ölçek maddelerinin Türkçeye çevirileri ve geçerlik çalışmaları için, psikoloji alanında uzman beş kişi çalışmıştır. Ölçeği Türkçeye çevirerek ve ortak olarak ifade edilen cümleleri birleştirerek ölçeği oluşturmuşlardır. Geliştirilen formlar, küçük bir gruba uygulanarak anlama güçlüğü olup olmadığı incelenmiş, ölçeğin yönergesinde ve maddelerinde önemli bir farklılık yapılması gerekli görülmemiştir. Ülkemizde ölçeğin güvenilirlik çalışmalarında, test tekrar test yöntemi kullanılmıştır. Yüz elli kişi üzerinde ölçeğin uygulaması yapılmış, üç hafta sonra test tekrarlanmıştır. Uygulama sonucunda güvenilirlik katsayısı değeri .85 olarak bulunmuştur (Köker, 1991). Ölçeğin madde-test korelasyonu 75'i kız, 75'i erkek olmak üzere 150 deneğe ait veriler üzerinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon katsayısı hesaplanarak yapılmıştır. Maddelerin toplam puanla ilişkisinin .71 ile .80 arasında değiştiği görülmüştür. Madde sayısı az olmasına rağmen .46 korelasyon katsayısı oldukça yüksek çıkmış ve güvenle kullanılabilir bir ölçek olduğu görülmüştür (Selçukoğlu, 2001).

3.3.2. Problem Çözme Envanteri (PÇE)

Orijinal adı “Problem Solving Inventory, Form-A (PSI-A)” olan Problem Çözme Envanteri(PÇE), P.P. Heppner ve C.H. Petersen (1982) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 35 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, Nail Şahin, Nesrin H. Şahin ve Paul Heppner (1993) tarafından Türk kültürüne uyarlaması yapılmıştır. Ölçeğin orijinal formu 6’lı likert tipi olarak derecelendirilmiştir. Türkçe formunda da bu yapı aynı şekilde korunmuş ve “1: Her zaman böyle davranırım, 2: Çoğunlukla böyle davranırım, 3: Sık sık böyle davranırım, 4: Arada sırada böyle davranırım, 5:Ender olarak böyle davranırım, 6: Hiçbir zaman böyle davranmam.” olarak derecelendirilmiştir. Ölçek puanlaması yapılırken 9, 22. ve 29. maddeler puanlama dışındadır. 1, 2, 3, 4, 11, 13, 14, 15, 17, 21, 25, 26, 30. ve 34. maddeler ters olarak puanlanan maddelerdir. Ölçek toplam puanları 32 ile 192 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanların yüksekliği bireyin problem çözme becerileri konusunda kendini yetersiz olarak algıladığını göstermektedir (Şahin, Şahin ve Heppner, 1993). Problem çözme envanterinin, ölçek toplam puanı ve üç alt ölçekten elde edilen puanların, öğrencilerin problem çözme becerilerinin düzeyi ile korelasyonları sırasıyla -.46, -.44, -.29 ve -.43’ tür. Ölçeğin, öğrencilerin problem çözme becerilerinden memnuniyet dereceleri ile korelasyonları ise -.42, -.42, -.24, -.39 olarak bildirilmektedir. Ölçeğin SAT toplam puanı ile korelasyonu -.28, SAT sözel puanı ile -.19, SAT matematik puanı ile -.31 olarak bulunmuştur. Yapılan çalışmalar sonucunda ölçeğin “problem çözme yeteneğine güven” $\alpha = .85$, “yaklaşma-kaçınma” $\alpha = .84$, “kişisel kontrol” $\alpha = .72$ olmak üzere üç faktörden oluşmaktadır. Bu üç faktörün korelasyon katsayısı ise .38 ile .49 arasında değişmektedir. Ölçeğin alt ölçekleri ile test tekrar test güvenilirlik katsayıları .83 ile .89 arasında değişmektedir. Yapılan çalışmalara göre ölçeğin tümü için iç tutarlılık katsayısı .90, alt ölçekler için elde edilen katsayılar ise .72 ile .85 arasında değişmektedir (Şahin, Şahin ve Heppner, 1993).

3.5. Veri Analizi

Bu araştırmada verilerin çözümlenmesi amacıyla *t*-testi ve ANOVA kullanılmış olup SPSS 20 paket programından yararlanılmıştır. Denencelerin test edilmesinde gözlenen sayısal farkların anlamlı olup olmadığı .05’ lik hata payı dikkate alınarak belirlenmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

IV. BULGULAR

Bu bölümde denenceleri test etmek amacıyla yapılan istatistiksel verilere ve bu veriler sonucu elde edilen bulgulara yer verilmiştir. İlk olarak araştırmaya katılan öğrenciler ile ilgili betimsel istatistiklere yer verilmiştir. Daha sonra araştırmanın alt problemlerine ve denencelere göre istatistiksel analizleri yapılmış ve sonuçlar tablolar halinde verilmiştir.

Tablo 1: Katılımcılara ait Demografik Bilgiler

	F	%
Cinsiyet		
Kız	309	40.6
Erkek	453	59.4
Toplam	762	100
Sınıf seviyesi		
9.sınıf	305	40
10.sınıf	233	30.6
11.sınıf	171	22.4
12.sınıf	53	7
Toplam	762	100
Anne öz-üvey		
Anne öz	753	98.8
Anne üvey	9	1.2
Toplam	762	100
Baba öz-üvey		
Baba öz	759	99.6
Baba üvey	3	0.4
Toplam	762	100

Tablo 1 incelendiğinde araştırma kapsamına alınan öğrencilerin % 40.6' sını kadınlar, % 59.4' ünü erkekler oluşturmaktadır. Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin % 40'ını 9.sınıf öğrencileri, % 30.6' sını 10.sınıf öğrencileri, % 22.4' ünü 11.sınıf öğrencileri ve % 7 ' sini 12.sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin % 98.8' inin annesi öz, %1.2' si üveydir. Araştırmaya katılan öğrencilerin % 99.6 ' sının babası öz, % 0.4' ünün ise üveydir.

Denence 1: *Lise öğrencilerinin Problem Çözme Envanteri puanları ile Yaşam Doyum ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişki vardır.*

Araştırmanın birinci denencesini test etmek amacıyla öğrencilerin Problem Çözme Envanteri puanları ile Yaşam Doyum Ölçeği puanları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Bu ilişkiyi belirlemeye yönelik Pearson Korelasyon Analizi uygulanmış ve sonuçları Tablo 2' de verilmiştir.

Tablo 2: Değişkenlere ait ortalama, standart sapma ve korelasyon katsayısı değerleri

	\bar{x}	Ss	1	2
1. Problem Çözme	25.44	3.96	1	-.37**
2. Yaşam Doyumu	13.70	5.51	-.37**	1

Not. N = 762 p < .01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 2' deki veriler incelendiğinde öğrencilerin Problem Çözme Envanteri puanları ile Yaşam Doyum Ölçeği puanları arasında $p < .01$ düzeyinde negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Öğrencilerin Problem Çözme Envanterinden aldıkları puanlar yükseldikçe, Yaşam Doyum Ölçeği puanları düşmektedir. Problem Çözme Envanteri puanının yüksek olması kişilerin problem çözme becerilerini düşük olarak algıladıkları anlamına gelmektedir. Dolayısıyla, problem çözme becerilerini düşük olarak algılayan öğrencilerin yaşam doyumlarının da düşük olduğu söylenebilir.

Denence 2: *Cinsiyete göre lise öğrencilerinin Problem Çözme Envanteri puanları arasında anlamlı farklar vardır.*

Araştırmanın bu denencesini test edebilmek amacıyla cinsiyete göre Problem Çözme Envanteri toplam puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olup olmadığını incelemek amacıyla veriler üzerinde *t*-testi analizi yapılmış ve sonuçlar

Tablo 3’de verilmiştir. Bu bağlamda, Tablo 3’deki veriler incelendiğinde Problem Çözme Envanterinden cinsiyete göre alınan puanlar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 3: Cinsiyete göre Problem Çözme Becerileri *t*-testi Sonuçları

		N	\bar{x}	Ss	<i>t</i>	<i>p</i>
Problem Çözme	Kız	309	94.79	18.88	.718	.361
	Erkek	452	94.30	18.26		

p* < .05, *p* < .01

Denence 3: *Cinsiyete göre lise öğrencilerinin Yaşam Doyumu ölçeği puanları arasında anlamlı farklar vardır.*

Araştırmanın bu denencesini test edebilmek ve cinsiyete göre Yaşam Doyum Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olup olmadığını incelemek amacıyla veriler üzerinde *t*- testi analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 4’de verilmiştir. Buna göre, Tablo 4’deki veriler incelendiğinde cinsiyete göre Yaşam Doyum Ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 4: Cinsiyete göre Yaşam Doyumu *t*-testi Sonuçları

		N	\bar{x}	Ss	<i>t</i>	<i>p</i>
Yaşam Doyumu	Kız	309	23.69	5.90	1.335	.182
	Erkek	452	23.11	5.82		

p* < .05, *p* < .01

BEŞİNCİ BÖLÜM

V. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ve yaşam doyum düzeylerine ilişkin yapılan araştırmada elde edilen bulgular literatür ışığında tartışılarak yorumlanmıştır.

Araştırmanın birinci denencesine ait bulgulara göre lise öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri ile problem çözme becerileri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Öğrencilerin Problem Çözme Envanterinden aldıkları puanlar yükseldikçe, Yaşam Doyum Ölçeği puanları düşmektedir. Literatürdeki benzer çalışmalara bakıldığında; Kabasakal, Uz Baş (2013), öğretmen adayları üzerinde yapmış oldukları çalışmada problem çözmeye yeterlilik düzeyleri yüksek olan öğretmen adaylarının yaşam doyum puanlarının da yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Işık ve Bedel (2015) ergenlerde başa çıkma stratejileri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmalarında kullanılan başa çıkma envanterinin aktif başa çıkma alt boyutu ile yaşam doyumunu arasında orta düzeyde pozitif, olumsuz başa çıkma boyutu ile yaşam doyumunu arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki bulmuşlardır. Bulut (2007) okul psikolojik danışmanlarının yaşam doyumları, stresle başa çıkmada kullandıkları başa çıkma stratejileri ile olumsuz otomatik düşünceleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında yaşam doyumunu ile olumsuz otomatik düşünce ve kaçınma davranışı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulmuştur. Gümüş (2015) evli bireylerin algılanan sosyal destek düzeyleri ile yaşam doyumları arasında pozitif anlamlı bir ilişki bulmuştur, ayrıca evli bireylerin algılanan sosyal destek düzeyleri ile problem çözme becerileri arasında da pozitif anlamlı ilişki bulmuştur. Oktan (2008) ergenlerde psikolojik sağlamlık ve problem çözme becerileri arasında pozitif anlamlı ilişki bulmuştur. Cenkseven ve Akbaş (2007) üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarını inceledikleri araştırmalarında nevrozizm, dışadönüklük ve öğrenilmiş güçlülük çok önemli yordayıcıları olduğunu bulmuşlardır. Karababa ve Kapıkıran (2014), olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik düzeylerinin iş doyum düzeyi ile yaşam doyum düzeyini yordamadaki rolünü inceledikleri araştırmada, olumlu mükemmeliyetçilik düzeyinin iş doyumunu ve yaşam

doyumunu olumlu yönde yordadığı sonucuna ulaşmışlardır. Meral (2017) ortaöğretim öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının yalnızlık, yaşam doyumunu ve bazı değişkenler açısından incelediği araştırmasında öğrencilerin akıllı telefon kullanım süreleri arttıkça yaşam doyumlarının düştüğünün bulmuştur. Özkaya (2017) üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri, umutsuzluk ve yaşam doyum düzeylerini incelediği araştırmasında öğrencilerde yalnızlık düzeyi arttıkça yaşamdan alınan doyumun azaldığını bulmuştur. Esen ve Siyez (2011) ergenlerde internet bağımlılığını yordayan değişkenleri incelediği araştırmasında, yaşam doyumunun internet bağımlılığını yordamadığını bulmuştur. Derin ve Bilge (2016) ergenlerde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş düzeyi inceledikleri araştırmalarında, ergenlerin öznel iyi oluşun alt boyutu olan yaşam doyum puanları arttıkça internet bağımlısı olma olasılıklarının arttığı bulgusunu elde etmiştir.

Araştırmanın ikinci denencesinde lise öğrencilerinin cinsiyete göre problem çözme envanteri puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Literatürdeki çalışmalara bakıldığında; Çeşit (2011) sanat eğitimi alan ve almayan lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ile benlik saygısı düzeylerini incelediği araştırmasında cinsiyete göre problem çözme beceri düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Sarı (2016) lise öğrencisi ergenlerde (15-19) problem çözme becerileri ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında cinsiyete göre problem çözme beceri düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Deniz, Ertan, Hamarta (2014) lise öğrencilerinin problem çözme becerilerini çeşitli değişkenler açısından inceledikleri araştırmalarında problem çözme envanteri toplam puanları açısından cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamışlardır. Literatürde cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılıklar bulan çalışmalar da vardır. Yıldırım ve diğerleri (2011) lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ve etkileyen faktörleri inceledikleri araştırmalarında, kız öğrencilerin problem çözme beceri algılarını anlamlı düzeyde yüksek bulmuşlardır. Ay (2015) lise öğrencilerinin anne baba tutumlarının sosyal problem çözme becerilerine ve depresyon düzeylerine etkisini incelediği araştırmasında, erkeklerin problem çözme beceri düzeylerini kızlara oranla daha yüksek bulmuştur. Tezgören (2015) sekizinci sınıf öğrencilerinin bilimsel okuryazarlık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelediği

araştırmasında, problem çözme beceri düzeylerini kız öğrencilerin lehine yüksek bulmuştur.

Araştırmanın üçüncü denencesinde lise öğrencilerinin cinsiyete göre yaşam doyum ölçeğinden alınan puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Literatürdeki çalışmalara bakıldığında; Ünal, Şahin (2013) lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere yordanması isimli çalışmalarında cinsiyete göre yaşam doyum puanlarında anlamlı bir farklılık bulmamışlardır. Gündoğar ve arkadaşları (2007) üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenleri inceledikleri araştırmalarında cinsiyetin yaşam doyumunun yordayıcısı olmadığını bulmuşlardır. Çivitci (2009) ilköğretim öğrencilerinde yaşam doyumunu bazı kişisel ve ailesel özelliklerin rolünü incelediği araştırmasında yaşam doyumun okul alt boyutunda kızlar lehine anlamlı fark bulmuş; arkadaş, çevre, aile, benlik ve genel alt boyutlarında ise anlamlı bir fark bulmamıştır. Kabasakal, Uz Baş (2013) öğretmen adaylarının yaşam doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerilerini araştırdıkları çalışmalarında yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılaşmadığını bulmuşlardır. Yıldırım (2017) üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ile algılanan sosyal destek ve yaşam doymu arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmalarında kadınların yaşam doyum ölçeği puanlarını erkeklerin yaşam doyum ölçeği puanlarından anlamlı düzeyde yüksek bulmuştur. Güven (2015) üniversite öğrencilerinde yaşamın amacı ve anlamı ile yaşam doymu ve yakın ilişkilerini incelediği araştırmasında kadınların lehine yaşam doyum ölçeği puanlarında anlamlı farklılık bulmuştur.

Lise öğrencilerinin problem çözme becerilerinin ve yaşam doyumlarının incelendiği bu araştırmada çıkan sonuçları genel olarak özetleyecek olursak; lise öğrencilerinin yaşam doyum düzeyleri ile problem çözme beceri düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu, öğrencilerinin cinsiyete göre problem çözme beceri düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmadığı ve yine öğrencilerinin cinsiyete göre yaşam doyum düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmadığı söylenebilir.

Yapılan çalışmanın sonucunda eğitimciler ve araştırmacılara şu önerilerde bulunulabilir:

1- Bireylerin yaşam doyum düzeylerinin yükselmesinin bir yolu problem çözme becerilerinin geliştirilmesidir. Bu sebeple okul psikolojik danışma ve rehberlik servislerince öğrencilerin problem çözme becerilerini geliştirici çalışmaların yapılması ile öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri de iyileştirilebilir veya yükseltilebilir.

2- Problem çözme becerilerinin geliştirilmesi amacıyla yapılandırılmış programlar hazırlanabilir. Özellikle lise döneminde ergenlik sorunlarının belirginleşmesi sebebiyle, öğrencilerin problem çözme becerilerinin iyileştirilmesi, yaşam doyumlarının yükselmesine, bütüncül sağlıklarına da olumlu anlamda fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca eğitim sistemimizin problem çözme anlayışına dayalı olarak sentezlenmesi, problemlerini kendi çözebilen bireylerin yetişmesine olanak sağlayacağı düşünülmektedir. Bireylerin eğitim ortamlarında problem çözme becerilerini geliştirmeleri, koruyucu ruh sağlığı açısından da önem arz etmektedir.

3- Öğrencilerin yaşam doyumlarını ve problem çözme becerilerini etkileyen farklı değişkenleri belirlemek amacıyla çeşitli araştırmalar yapılabilir. Yapılan bu çalışmanın araştırmacılara yol gösterici nitelikte olduğu düşünülmektedir. Bu araştırma Samsun ilinde bulunan farklı lise türlerine uygulanmıştır. Buna benzer konularda yapılacak araştırmalar farklı illeri ve bölgeleri de kapsayacak şekilde gerçekleştirilebilir. Araştırma verileri mayıs ayında toplanmıştır. Bu durumdan ötürü, üniversite sınavına hazırlanan on ikinci sınıf öğrencilerin katılımı sınırlı düzeyde olmuştur. Her sınıf seviyesinden katılan öğrenci sayılarının dengeli bir dağılım göstermesi amacıyla bundan sonra yapılacak olan araştırmalarda uygulama takviminde bu duruma dikkat etmek faydalı olabilir. Ortaokul, üniversite gibi farklı eğitim kademelerinde ve farklı yaş gruplarındaki öğrencilere yönelik yaşam doyum ve problem çözme becerileri üzerine başka değişkenler de eklenerek araştırmalar yapılabilir. Öğrencilerin yaşam doyumunu ve problem çözme becerilerine ek başka değişkenleri de içeren betimsel ve deneysel araştırmalar yapılabilir.

4- İhtiyaç duyan öğrencilerle rehberlik servislerince yapılacak bireysel görüşmelerle yaşam doyum ve problem çözme becerileri geliştirilebilir. Yüksek yaşam doyumuna sahip olmak ruh sağlığını koruyucu bir etkiye sahiptir. Bu sebeple okulların rehberlik servislerince yaşam doyumları düşük öğrencilerin tespit edilerek, bu öğrencilerin

ihtiyaç duydukları alanlarda desteklenmeleri, bireysel ve grupla danışmalar uygulanması ile yaşam doyumlarının arttırılmasına katkı sağlayabilir.

5- Okul psikolojik danışmanları, okul yönetimleri ve öğretmenler ile öğrencilerin yaşam doyumlarını arttıracak çeşitli sosyal ve kültürel çalışmalar düzenlenebilir. Öğrencilere problem çözme becerilerinin basamakları ve yaşam doyumun anlamı ile ilgili seminer çalışmaları gerçekleştirilerek bu konuda onların farkındalık düzeyleri yükseltilebilir. Ayrıca okul rehberlik servislerince ve alanında uzmanlaşmış kişilerce, yaşam doyumunu ve problem çözme becerileri konularında lise öğrencilerine çeşitli eğitim, seminer ve konferanslar verilebilir.

6- Öğrencilerin yaşam doyumları ve problem çözme becerileri anne- babanın eğitim düzeyi, kardeş sayısı, okul türü gibi farklı faktörlerle incelenerek çeşitli araştırmalar yapılabilir, böylelikle okul rehberlik servislerince her yıl hazırlanan psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri planına öğrencilerin ihtiyaçları doğrultusunda daha gerçekçi uygulamalar ve çalışmalar eklenmesi konusunda yol gösterici olunabilir.

7- Araştırmacılar tarafından anne- babaların ve öğretmenlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumları üzerine araştırmalar yapılarak alana katkı sağlanabilir.

8- Araştırma sonucunda cinsiyete göre öğrencilerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumları anlamlı farklılık göstermemiştir. Bu bulgunun toplumsal cinsiyet eşitliğini destekler nitelikte olduğu düşünülmektedir. Yeni araştırmacılar öğrencilerin cinsiyete göre farklı değişkenleri üzerine çalışmalar yaparak, alana katkı sağlayabilirler.

KAYNAKÇA

- Açık, S. (2013). *Lise öğrencilerinin öğrenme stilleri ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Aktepe, Ü. (2015). *Ergenlerin sahip oldukları değerler ile duygularını ifade etme ve problem çözme becerileri arasındaki yordayıcı ilişkiler*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Altun, M. (2002). *Matematik öğretimi*. Bursa: Alfa Yayınevi.
- Anderson, J. R. (2002). *Psikolojiye giriş* (2.Baskı). Yavuz Alagon (Çev.). Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Ay, Ö., Gökler, R. ve Koçak, R. (2013). Mizah tarzları, yaratıcılık, yaşam doyumu: ortaöğretim öğrencileri üzerinde bir inceleme. *International Journal of Social Science*, 6(6), 739-762. Doi: <http://dx.doi.org/109761/JASS1538>
- Ay, T.R. (2015). *Lise öğrencilerinin anne baba tutumlarının öğrencilerin sosyal problem çözme becerilerine ve depresyon düzeylerine etkisinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aydiner, B.B. (2011). *Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının genel öz- yeterlik, yaşam doyumu ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Ayvaz Tuncel, Z. ve Demirel, M. (2010). İlköğretim öğrencilerinin sosyal sorun çözme becerilerinin geliştirilmesine ilişkin bir çalışma. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 21(1), 25-44.
- Başa, E. (2011). *Üniversite öğrencilerinin problem çözme becerileri ile psikolojik belirtileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Bedel, A. ve Işık, E. (2015). Tek ebeveyni olan ve iki ebeveyni olan öğrencilerin kişilerarası problem çözme ve yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması. *AKU Kurumsal Eğitim Bilim Dergisi*, 8(1), 70-85.
- Birel, S. (2012). *Lise öğrencilerinin bazı değişkenlere göre rekabetçi tutum, psikolojik belirtiler ve problem çözme beceri düzeyleri* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.

- Bingham, A. (1971). *Çocuklarda problem çözme yeteneklerinin geliştirilmesi*. Dr. A. Ferhan Oğuzkan (Çev.). İstanbul: Milli Eğitim Yayınevi.
- Bölükbaşı, A.(2017). *Lise öğrencilerinin kariyer uyumu ve yaşam doyumu ilişkisinde iyimserlik ve umudun aracı rolü*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Budak, B. (1999). *Lise öğrencilerinde algılanan sosyal destek düzeyi ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun).Erişim Adresi: <http://genclikbirikimi.org>
- Budak, S. (2003). *Psikoloji sözlüğü* (2.Baskı). Ankara: Bilim Sanat Yayınları.
- Bulut, N. (2007). Okul Psikolojik danışmanlarının yaşam doyumu, stresle başa çıkma stratejileri ve olumsuz otomatik düşünceleri arasındaki ilişkiler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 2-13.
- Cenkseven-Önder, F. Ve Yılmaz, Y. (2012). Ortaöğretim öğrencilerinde görülen kuraldışı davranışları yordamada yaşam doyumu ve anne-baba stillerinin rolü. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12(3), 1737-1748.
- Cenkseven, Fulya., Akbaş, T. (2007). Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 43-65.
- Cerede, J., Wirthwein, L., Mcelvany, N., Steinmayr, R. (2015). Adolescents' academic achievement and life satisfaction: the role of parents' education. *Front Psychol*, 6, 52.
- Chang, E. C. (1998). Hope, problem solving ability and coping in a college student population some implications for theory and practice. *Journal of Clinical Psychology*, 7, 953-962.
- Chow, H. P. H. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: a multivariate analysis . *Social Indicators Research*, 70, 139-150.
- Cüceloğlu, D. (2006). *İnsan ve davranışı* (15.Baskı). İstanbul: Remzi Yayınevi.
- Çelikkaleli, G., Bülent, Ö. (2010). Ergenlerde problem çözme becerileri ve yetkinlik inançları. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2, 361-377.
- Çetinkale, E. (2006). *On birinci sınıf öğrencilerinin denetim odakları, problem çözme becerileri ve algılanan anne-baba tutumları arasındaki ilişkinin cinsiyet ve akademik alan değişkenleri açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya). Erişim Adresi: <http://acikerisim.selcuk.edu.tr>

- Çeşit, C. (2011). *Sanat eğitimi alan ve almayan lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ve benlik saygı düzeylerinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Çivitci, A. (2009). İlköğretim öğrencilerinde yaşam doyumu: bazı kişisel ve ailesel özelliklerin rolü. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 29-52.
- Çivitçi, N., Çivitçi A., Fiyakalı, C. (2009). Anne-babası boşanmış ve boşanmamış olan ergenlerde yalnızlık ve yaşam doyumu. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9(2), 493-525.
- Danışık, N. D. (2005). *Ergenlerin sürekli öfke, öfke ifade ediş tarzları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Deniz, M. (2006). The relationships among coping with stress, life satisfaction, decision-making styles and decision self-esteem: an investigation with turkish university students. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 34, 1161-1170. DOI: <https://doi.org/10.2224/sbp.2006.34.9.1161>
- Deniz, D., Arslan, C., Hamarta, E . (2014). Problem solving skills of high school students. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 31 (31), 374-389.
- Derin, S., Bilge, F. (2016). Ergenlerde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş düzeyi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(46), 35-51.
- Develioğlu, M. (2006). *Problem çözme becerileri yüksek ve düşük olan üniversite öğrencilerinin karar verme stratejilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Diener, E. (1985). Subjective well- being. *Psychological Bulletin*, 95, 542- 575.
- Diener, E., Emmons,R.A., Larsen R.J., Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personalty Assessment*, 49, 71-75.
- Dingiltepe, T. (2009). *Parçalanmış ve tam aileye sahip ergenlerin yaşam doyum düzeyleri ile yaşam kalite düzeylerinin karşılaştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Doğan, T. (2006). Üniversite öğrencilerinin iyilik halinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30, 120-129.
- Doğan, U. (2009). *Lise öğrencilerinin duygusal zeka düzeyleri ile problem çözme becerilerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Muğla Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.

- Dönmez, M. M. (2007). *Meslek lisesi öğrencilerinin atılganlık düzeylerine göre yaşam doyumu ve duyguları ifade etme eğilimlerinin karşılaştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Düzakın, S. (2004). *Lise öğrencilerinin problem çözme becerilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- D’Zurilla, T. J., Chang, E. C. ve Sanna, L. J. (2003). Self-esteem and social problem solving as predictors of aggression in college students. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 22, 424-440.
- Ersanlı, K. (2005). *Davranışlarımız gelişim ve öğrenme*. Samsun: Eser Yayınları.
- Esen, E., Siyez, D. (2011). Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psikososyal değişkenlerin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 127-138.
- Gelbal, S. (1991). Problem çözme . *Hacattepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6, 167-173.
- Gilman, R. (2001). The relationship between life satisfaction, social interest and frequency of extracurricular activities among adolescent students . *Journal of Youth and Adolescence*, 30(6), 749-767.
- Gilman, R., Huebner, E.S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction . *Journal of Youth and Adolescence* ,35(3), 311-319.
- Gökbüzoğlu, B. (2008). *Ergenlerin saldırganlık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Güçlü, N. (2003). Lise müdürlerinin problem çözme becerileri. *Milli Eğitim Dergisi* , 160, 272-300.
- Güçray, S. (2001). Ergenlerde karar verme davranışının özsaygı ve problem çözme becerileri algısı ile ilişkisi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Bölümü Dergisi*, 8, 106-121.
- Gümüş, H. (2015). Evli bireylerin sosyal destek düzeyleri ile yaşam doyumları ve problem çözme becerileri arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 150-162.
- Gümüşbaş, B.(2008). *Stresle başa çıkma eğitim programının ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri ve yaşam doyumu üzerine etkisinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

- Gündoğar, D., Gül, S.S., Uskun, E., Demirci, S., Keçeci, D. (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10, 14-27.
- Güven, P. (2015). *Üniversite öğrencilerinde yaşamın amacı ve anlamı ile yaşam doyumu ve yakın ilişkiler*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Hepner, P.P., Anderson, W.P. (1985). The relationship between problem-solving self-appraisal and psychological adjustment. *Cognitive Therapy and Research*, 4, 415-427.
- Huebner, E.S., Suldo, S., Valois, R.F., Drane, J.W., Zullig, K. (2004). Brief multidimensional students' life satisfaction scale: sex, race, and grade effects for a high school sample. *Sage Journals Psychological Reports*, 94, 351-356.
- Işık, E., Bedel, A. (2015). Ergenlerde başa çıkma stratejileri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 34, 53-60.
- Jaffee, W. B., J. D'Zurilla, T. (2003). Adolescent problem solving, parent problem solving and externalizing behavior in adolescents. *Behavior Therapy*, 34, 295-311.
- Kabasakal, Z., Uz Baş, A. (2013). Öğretmen adaylarında yaşam doyumu yordayıcısı olarak problem çözme becerileri. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2:1, 27-35.
- Kalaycı, N. (2001). *Sosyal bilgilerde problem çözme ve uygulamalar*. Ankara: Gazi Yayınevi.
- Kapıkıran, N., Fiyakalı, C. (2005). Lise öğrencilerinde akran baskısı ve problem çözme. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 1-7.
- Karababa, A., Kapıkıran, N. (2014). Psikolojik danışmanlarda olumlu olumsuz mükemmeliyetçilik düzeylerinin iş ve yaşam doyumunu yordamadaki rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(42), 138-147.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (24.Baskı). Ankara: Nobel Akademik Yayınları.
- Karataş, N. (2009). *Çocuk gelişim psikolojisi*. İstanbul: Mozaik.
- Karataş, Z. (2011). Okul pansiyonunda kalan ergenlerin kaygı düzeyleri ve problem çözme becerilerinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21, 208-222.
- Keskin, G., Burcu, S. (2009). Bir grup ergende başarı durumuna etki eden etmenlerin incelenmesi. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 4(10), 3-18.

- Keser, A. (2003). *Çalışmanın anlamı, insan yaşamındaki yeri ve yaşam doyumu üzerinde bir uygulama* (Yayınlanmamış doktora tezi). Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Kırtıl, S. (2009). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin duygusal zeka düzeyleri ile yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Korkut, F. (2002). Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 177-184. Erişim Adresi: <http://dergipark.ulakbim.gov.tr>
- Korkut, S. (2012). *Lise öğrencilerinde çocukluk örselenme yaşantıları ve öfke ifade biçimleri ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Keser, A. (2005). İş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisi: otomotiv sektöründe bir uygulama. *Ekonomi ve Hukuk Dergisi*, 7, 77-96.
- Kuzgun, Y. (2009). *Meslek gelişimi ve danışmanlığı*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Marcotte, D., Alain, M., Gosselin, M.J. (1999). Gender differences in adolescent depression gender-typed characteristics or problem solving skills deficits. *Sex Roles*, 41(1/2), 1-2.
- Mcknight, C. G., Huebner, E.S., Suldo, S. (2002). Relationships among stressful life events, temperament, problem behavior and global life satisfaction in adolescents. *Psychology in the Schools*, 39 (6), 677-687.
- Meral, D. (2017). *Ortaöğretim öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığının yalnızlık, yaşam doyumu ve bazı kişisel özellikler bakımından incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Erzincan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzincan.
- Morsünbül, Ü. (2013). Benlik kurgularının ergenlerin yaşam doyumu ve depresyon düzeylerine olan etkisi. *Klinik Psikiyatri*, 16, 18-26.
- Morgan, C. T. (2005). *Psikolojiye giriş*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yayınları.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R.C., Tobin, S.S. (1961). The measurement of life Satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.

- Onur, B. (2006). *Gelişim psikolojisi yetişkinlik-yaşlılık-ölüm*. Ankara: İmge Yayınevi.
- Oktan, V. (2008). *Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik sağlıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz, Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Öğülmüş, S. (2001). *Kişilerarası sorun çözme becerileri ve eğitimi*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Özbulak, B., Aypay, A., Aypay, A. (2011). Ortaöğretim öğrencilerinin problem çözme ve atılganlık becerilerinin bazı değişkenlerle ilişkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 36, 77-93.
- Özer, Ö. K., Özlem, M. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu . *Geriatry Dergisi*, 6(2), 72-74.
- Özkaya, G. (2017). *Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile umutsuzluk ve yaşam doyumu arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sahranç, Ü. (2007). *Stres kontrolü genel öz- yeterlik, durumluk kaygı ve yaşam doyumu ile ilişkili bir akış modeli* (Yayınlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Sağar, M.E. (2014). *Lise öğrencilerinin madde bağımlılığına yönelik tutumları ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Sam, D. L. (1998). Predicting life satisfaction among adolescents from immigrant families in Norway. *Ethnicity & Health*, 3(1/2), 5-18.
- Sarı, B. (2016). *Lise öğrencisi ergenlerde (15-19) problem çözme becerileri ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sarıca, Melek (2016). *Sağlık meslek lisesi öğrencilerinde intihar olasılığı, problem çözme becerileri ve ilişkili faktörler*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Saygılı, H. (2000). *Problem çözme becerisi ile sosyal ve kişisel uyum arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Schotte, D. E., Clum, G.A. (1987). Problem solving skills in suicidal psychiatric patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55(1), 49-54.

- Seligman, M. (2002). *Gerçek mutluluk*. Semra Akbaş (Çev.). Ankara: Hyb Yayıncılık.
- Senemoğlu, N. (2010). *Gelişim, öğrenme ve öğretim* (18.Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayınevi.
- Sezen, G., Paliç, G. (2011). Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerisi Algılarının Belirlenmesi. *2nd International Conference on New Trends in Education and Their Implications*, 1689-1695.
- Shek, D. T. L. (1999). Parenting characteristics and adolescent psychological well being: A longitudinal study in a Chinese context. *Genetic, Social and General Psychology Monographs*, 125 (1), 27-55.
- Sonmaz, S. (2002). *Problem çözme becerisi ile yaratıcılık ve zeka arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Soydan, Z.M. (2015). *Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile depresyon ve yaşam doyumu arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Spence, S. H., Sheffield, J., Donovan, C. (2002). Problem solving orientation and attributional style: moderators of the impact of negative life events on the development of depressive symptoms in adolescence? . *Journal of Clinical Child Psychology*, 31(2), 219-229.
- Suldo, S.M., Savage, J.A., Mercer, S.H. (2014). Increasing Middle School Students' Life Satisfaction: Efficacy of a Positive Psychology Group Intervention. *Journal of Happiness Stud*, 15, 19-42.
- Terzi, Ş. (2000). *Altıncı sınıf öğrencilerinin kişiler arası problem çözme beceri algıları*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- TDK. (2015). *Güncel Türkçe Sözlük*. Erişim Adresi: <http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com-gts.&arama=gtsguid=TDK.GTS.5180a9aeao45.727.31624>
- Telman, Ü., Pınar, N. (2004). *Çalışan memnuniyeti*. İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Tezgören, I. (2015). *Sekizinci sınıf öğrencilerinin bilimsel okuryazarlık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

- Toprak, H. (2014). *Ergenlerde mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık ve psikolojik ihtiyaç doyumu*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Triplett, R. and Payne, B. (2004). Problem solving as reinforcement in adolescent drug use; Implications for theory and policy. *Journal of Criminal Justice*, 32, 617- 630.
- Tuzgöl-Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(2), 133.
- Tümkaya, S., Çelik, M., Aybek, B. (2011). Lise öğrencilerinde boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ve yaşam doyumunun incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(2), 77-94.
- Wang, K. T., Yuen, M., Sloney, R.B. (2009). Perfectionism, depression, loneliness and life satisfaction: a study of high school students in Honh Kong . *The Counseling Psychologist*, 37(2), 249-274.
- Weber, M., Huebner, E.S. (2015). Early adolescents' personality and life satisfaction: a closerlook at global vs. domain- specific satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 83, 31-36.
- Ünal, A. Ö., Şahin, M. (2013). Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması. *Cumhuriyet International Journal of Education- CTIE*, 2(3), 46-63.
- Ünal, A.Ö. (2011). *Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması*.(Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Veenhoven, R. (1996). Is happiness relative?. *Social Indicators Research*, 24, 1-34.
- Valois, R.F., Zullig, K.J., Huebner, H.S., Drane, J.W. (2004). Life satisfaction and suicide among high school adolescents. *Quality of Life Research on Children and Adolescents*, 66, 81-105.
- Witmer, J.M., Swenney, T.J. (1992). A hollistic model for wellness and prevention over the lifespan. *Journal of Counseling and Development*, 71, 140-148.
- Yavuz, K. E. (2009). *Hayatı bütünüyle kucaklayabilmek için çoklu zeka*. İstanbul: Hayat Yayınevi.
- Yeşilyaprak, N. (2003). *Eğitimde rehberlik hizmetleri gelişimsel yaklaşım*. Ankara: Nobel Yayınevi.

- Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan bireye mutluluk resimleri* (6.Baskı). İstanbul: Epsilon Yayınları.
- Yetim, Ü. (1995). İş ve meslek doyum ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Psikiyatri, Psikoloji ve Psikofarmakoloji (3P) Dergisi*, 2, 133-139.
- Yıldırım, A., Hacıhasanoğlu, R., Karakurt, P., Türkeş, S.. (2011). Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ve etkileyen faktörler. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 1, 906-921.
- Yıldırım, S. (2015). *Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının yordayıcısı olarak anne baba tutumları ve duygusal zeka*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Yıldırım, T. (2017). *Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ile algılanan sosyal destek ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, E. (2013). *Lise 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yiğit, H. (2010). *Ergenlerin benlik saygılarının yaşam doyumunu ve bazı özellik nitelikleri açısından incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Young, M. H. ve Miller, B.C. (1995). The effect of parental supportive behaviors on life satisfaction of adolescent Offspring. *Journal of Marriage and Family*, 57 (3), 813-822.
- Zullig, KJ., Valois, RF., Huebner, ES., Oeltmann, JE., Drane, JW. (2001). Relationship between perceived life satisfaction and adolescents' substance abuse. *J Adolesc Health*. 29(4):279-88.

EKLER

EK – 1

Kişisel Bilgi Formu

Sevgili öğrenciler,

Aşağıda sizin günlük yaşantılarınızdaki problemlerinize genel olarak nasıl tepki gösterdiğinizi belirlemeye yönelik sorular yer almaktadır. Cevaplarınızı, bu tür problemlerle karşılaştığınızda nasıl çözülmesi gerektiğini düşünerek değil, böyle durumlarda gerçekten ne yaptığınızı düşünerek vermeniz gerekmektedir. Soruların karşısında yer alan “1.2.3.4.5.6,” derecelerinden sizin için uygun olan kısmı işaretleyiniz. Formlara isim yazma zorunluluğu yoktur. Bu çalışma araştırma amacıyla yapılmaktadır. Katkılarınızdan dolayı şimdiden teşekkür ederim.

Didem KARAHAN

Yüksek Lisans Öğrencisi

Aşağıdaki boşluklardan kendinize uygun olan kısımları parantez içini işaretleyiniz.

Sınıf: 9. sınıf (.....) 10. sınıf (.....) 11. sınıf (.....) 12. sınıf (.....)

Cinsiyet: Kız (.....) erkek(.....)

Anne-Baba Durumu:

Anne-baba öz (.....)

Anne üvey-baba öz (.....)

Baba üvey-anne öz (.....)

Anne-baba üvey (.....)

Problem Çözme Envanteri

Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirin.

- | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| 1. Her zaman böyle davranırım. | 4. Arada sırada böyle davranırım. |
| 2. Çoğunlukla böyle davranırım. | 5. Ender olarak böyle davranırım. |
| 3. Sık sık böyle davranırım. | 6. Hiçbir zaman böyle davranmam. |

1. Bir sorunu çözmek için kullandığım çözüm yolları başarısız ise bunların neden başarısız olduğunu araştırmam.	1	2	3	4	5	6
2. Zor bir sorunla karşılaştığımda ne olduğunu tam olarak belirleyebilmek için nasıl bilgi toplayacağımı uzun boylu düşünmem.	1	2	3	4	5	6
3. Bir sorunu çözmek için gösterdiğim ilk çabalar başarısız olursa o sorun ile başa çıkabileceğimden şüpheye düşerim.	1	2	3	4	5	6
4. Bir sorunu çözdükten sonra bu sorunu çözerken neyin işe yaradığını, neyin yaramadığını ayrıntılı olarak düşünmem.	1	2	3	4	5	6
5. Sorunlarımı çözmek konusunda genellikle yaratıcı ve etkili çözümler üretebilirim.	1	2	3	4	5	6
6. Bir sorunu çözmek için belli bir yolu denedikten sonra durur ve ortaya çıkan sonuç ile olması gerektiğini düşündüğüm sonucu karşılaştırırım.	1	2	3	4	5	6
7. Bir sorunun olduğunda onu çözebilmek için başvurabileceğim yolların hepsini düşünmeye çalışırım.	1	2	3	4	5	6
8. Bir sorunla karşılaştığımda neler hissettiğimi anlamak için duygularımı incelerim.	1	2	3	4	5	6
9. Bir sorun kafanı karıştırdığında duygu ve düşüncelerimi somut ve açık seçik terimlerle ifade etmeye uğraşmam.	1	2	3	4	5	6
10. Başlangıçta çözümünü fark etmesem de sorunlarımın çoğunu çözüme yeteneğim vardır.	1	2	3	4	5	6
11. Karşılaştığım sorunların çoğu, çözebileceğimden daha zor ve karmaşıktır.	1	2	3	4	5	6
12. Genellikle kendimle ilgili kararları verebilirim ve bu kararlardan hoşnut olurum.	1	2	3	4	5	6
13. Bir sorunla karşılaştığımda onu çözmek için genellikle aklıma gelen ilk yolu izlerim.	1	2	3	4	5	6
14. Bazen durup sorunlarım üzerinde düşünmek yerine gelişigüzel sürüklenip giderim.	1	2	3	4	5	6
15. Bir sorunla ilgili olası bir çözüm yolu üzerinde karar vermeye çalışırken seçeneklerimin başarı olasılığını tek tek	1	2	3	4	5	6

değerlendirmem.						
16.Bir sorunla karşılaştığımda başka konuya geçmeden önce durur ve o sorun üzerinde düşünürüm.	1	2	3	4	5	6
17.Genellikle aklıma ilk gelen fikir doğrultusunda düşünürüm.	1	2	3	4	5	6
18.Bir karar vermeye çalışırken her seçeneğin sonuçlarını ölçer, tartar, birbirleriyle karşılaştırır, sonra karar veririm.	1	2	3	4	5	6
19.Bir sorunumu çözmek üzere plan yaparken o planı yürütebileceğime güvenirim.	1	2	3	4	5	6
20.Belli bir çözüm planını uygulamaya koymadan önce, nasıl bir sonuç vereceğini tahmin etmeye çalışırım.	1	2	3	4	5	6
21.Bir soruna yönelik olası çözüm yollarını düşünürken çok fazla seçenek üretmem.	1	2	3	4	5	6
22.Bir sorunumu çözmeye çalışırken sıklıkla kullandığım bir yöntem; daha önce başıma gelmiş benzer sorunları düşünmektir.	1	2	3	4	5	6
23.Yeterince zamanım olur ve çaba gösterirsem karşılaştığım sorunların çoğunu çözebileceğime inanırım.	1	2	3	4	5	6
24.Yeni bir durumla karşılaştığımda ortaya çıkabilecek sorunları çözebileceğime inancım vardır.	1	2	3	4	5	6
25.Bazen bir sorunu çözmek için çabaladığım halde, bir türlü esas konuya giremediğim ve gereksiz ayrıntılarla uğraştığım duygusunu yaşarım.	1	2	3	4	5	6
26.Ani kararlar verir ve sonra pişmanlık duyarım.	1	2	3	4	5	6
27.Yeni ve zor sorunları çözebilme yeteneğime güveniyorum.	1	2	3	4	5	6
28.Elimdeki seçenekleri karşılaştırırken ve karar verirken kullandığım sistematik bir yöntem vardır.	1	2	3	4	5	6
29.Bir sorunla başa çıkma yollarını düşünürken çeşitli fikirleri birleştirmeye çalışmam.	1	2	3	4	5	6
30.Bir sorunla karşılaştığımda bu sorunun çıkmasında katkısı olabilecek benim dışımdaki etmenleri genellikle dikkate almam.	1	2	3	4	5	6
31.Bir konuyla karşılaştığımda ilk yaptığım şeylerden biri durumu gözden geçirmek ve konuyla ilgili olabilecek her türlü bilgiyi dikkate almaktır.	1	2	3	4	5	6
32.Bazen duygusal olarak öylesine etkilenirim ki, sorunumla başa çıkma yollarından pek çoğunu dikkate bile almam.	1	2	3	4	5	6
33.Bir karar verdikten sonra, ortaya çıkan sonuç genellikle benim beklediğim sonuca uyar.	1	2	3	4	5	6
34.Bir sorunla karşılaştığımda, o durumla başa çıkabileceğimden genellikle pek emin değilimdir.	1	2	3	4	5	6
35.Bir sorunun farkına vardığımda, ilk yaptığım şeylerden biri sorunun tam olarak ne olduğunu anlamaya çalışmaktır.	1	2	3	4	5	6

EK- 3

Yaşam Doyum Ölçeği

Aşağıda beş tane madde yer almaktadır. Bu maddeleri dikkatlice okuyup, bunlara ilişkin aşağıdaki ifadelerden size en yakın geleni işaretleyiniz.

1.Yaşamım birçok yönüyle ideallerime yakın.

1	2	3	4	5	6	7
Hiç uygun değil	uygun değil	biraz uygun değil	ne uygun, Ne uygun değil	biraz uygun	uygun	çok uygun

2.Yaşam koşullarım çok iyi.

1	2	3	4	5	6	7
Hiç uygun değil	uygun değil	biraz uygun değil	ne uygun, Ne uygun değil	biraz uygun	uygun	çok uygun

3.Yaşamımdan hoşnutum.

1	2	3	4	5	6	7
Hiç uygun değil	uygun değil	biraz uygun değil	ne uygun, Ne uygun değil	biraz uygun	uygun	çok uygun

4.Şu ana kadar istediğim şeyleri elde ettim.

1	2	3	4	5	6	7
Hiç uygun değil	uygun değil	biraz uygun değil	ne uygun, Ne uygun değil	biraz uygun	uygun	çok uygun

5.Yeniden dünyaya gelseydim yaşamımdan hiçbir şeyi değiştirmezdim.

1	2	3	4	5	6	7
Hiç uygun değil	uygun değil	biraz uygun değil	ne uygun, Ne uygun değil	biraz uygun	uygun	çok uygun

EK- 4



T.C.
ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK
KURUL KARARLARI

KARAR TARİHİ	TOPLANTI SAYISI	KARAR SAYISI
21.03.2018	3	2018 / 76

KARAR NO: 2018 – 76
Üniversitemiz Eğitim Bilimleri Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Didem KARAHAN’ın Doç. Dr. Ayşenur BÜYÜKGÖZE KAVAS danışmanlığında “Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin Yaşam Doyum Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi” konulu yüksek lisans tezine ilişkin anket çalışması okunarak görüşüldü.

Üniversitemiz Eğitim Bilimleri Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Didem KARAHAN’ın Doç. Dr. Ayşenur BÜYÜKGÖZE KAVAS danışmanlığında “Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin Yaşam Doyum Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi” konulu yüksek lisans tezine ilişkin anket çalışmasının kabulüne oybirliği ile karar verildi.

ASLI GİBİDİR.

ÖZGEÇMİŞ

1988 yılında Samsun ili Lâdik ilçesinde doğdum. İlkokul, ortaokul ve lise eğitimimi Ladik'te tamamladım. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı'ndan 2010 yılında mezun oldum. 2010 yılında Samsun'un Kavak ilçesi Yaşar Doğu İlkokulunda göreve başladım. 2014 yılında zorunlu hizmet çalışma yükümlülüğümden dolayı Amasya Ezine Pazar Atatürk Ortaokuluna tayin oldum. 2017 yılı Ağustos ayında Samsun Havza Muzaffer Tahmaz Rehberlik ve Araştırma Merkezine tayin oldum. Halen burada görev yapmaktayım.