

LİSE SON SINIF ÖĞRENCİLERİNİN UMUTSUZLUK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Doç. Dr. Korkmaz Yiğiter
Düzce Üniversitesi
korkmazyigiter@gmail.com

Öğrt. Mihaç Kuru
Şahin Özel Okulları

Özet

Bu çalışmanın amacı, Özel Şahin Okulları'nda öğrenim gören lise son sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin incelenmesidir. Bu kapsamda, 15 kız ve 17 erkek olmak üzere toplam 32 lise son sınıf öğrencisi araştırmaya gönüllü olarak katılmıştır. Öğrencilerin umutsuzluk düzeylerini tespit etmek için Beck ve Steer tarafından 1987 yılında geliştirilmiş olan Beck Umutsuzluk ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 17.0 programında analiz edilmiş ve anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır. Verilerin analizinde deneklere dair bilgilerin elde edilmesinde frekans analizleri, grup karşılaştırmalarında ise t testi kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, lise son sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin orta düzeyde olduğu gözlemlenmiştir. Bunun yanı sıra, kız ve erkek öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Anahtar Sözcükler: Psikoloji, Umutsuzluk düzeyi, Lise Öğrencileri.

INVESTIGATING THE HOPELESSNESS LEVEL OF THE STUDENTS ATTENDING FINAL YEAR OF THE HIGH SCHOOL

Abstract

The purpose of this study is to investigate hopelessness level of the students attending to final year of the high school. For that purpose, 15 female and 17 male students 32 students totally participated in the study voluntarily. Beck Hopelessness scale developed by Beck And Steer (1987) was used in the study. All data of the study were analyzed with SPSS 17.0 Package Program. Frequency analysis were used to determine the information regarding participants, and also, t test was used to compare participant in terms of the gender. Level of significance was determined to be 0.05. According to results of the study, hopelessness levels of the students were determined at moderate level. Moreover, there was not a significant statistically difference between male and female students in terms of the hopelessness level ($p>0.05$).

Keywords: Psychology, Hopelessness, High School Students.

GİRİŞ

Son yıllarda toplumsal olarak yaşanan negatif ve kitlesel etkiye sahip olayların yanı sıra lise öğrencilerinin sınav kaygılarının bulunması lise öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin incelenmesini ve bu incelemelerde tespit edilen sorunlara ve durumlara yönelik çeşitli öneriler getirilmesini gerektirmektedir. Geleceğe yönelik olarak olumlu beklentilere sahip olma duygusunu belirten umut, insana gelecekte karşılaşılabileceği olumsuz yaşantılarla baş edebileceği duygusunu vererek ruh sağlığını olumlu etkilemektedir (TDK, 2008; Şahin, 2009). Umutsuzluğun varoluş nedeni umudun yokluğudur. Bu bağlamda umutsuzluğun anlaşılabilmesi için öncelikli olarak umudun tanımlanması gerekir. Umudun kısaca "İyi olma duygusu veren ve kişiyi harekete geçirmek için güdüleyen bir özellik" olarak tanımlanmaktadır (Kemer ve Atik, 2005;). Buna karşın, umutsuzluk, bir iş, bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan az olan olumsuz beklentiler şeklinde tanımlanır. Umudun ve umutsuzluğun karşıt beklentileri simgeler. Umutta, amaca ulaşmak için uygulamaya konulan planların başarılacağı öngörüsü varken; umutsuzlukta başarısızlık yargısı vardır. Bu iki uç beklenti kişiden kişiye, durumdan duruma beklenen sonucun

ne zaman ve nasıl gerçekleştireceğine bağlı olarak değişiklik gösterir (Dilbaz ve Seber, 1993). Ayrıca, umutsuzluk depresyonun temel özelliklerinden biri olarak değerlendirilmektedir (Beck, Weissman, Lester ve Trexler, 1974; Baş ve Kabasakal, 2013). Belirli bir olumsuz duruma ilişkin çıkarsamalar umutsuzluk geliştirme olasılığını arttırmakta ve böylece, bir birey umutsuzluk geliştirdiği zaman, kaçınılmaz bir biçimde umutsuzluğa bağlı depresyon da geliştirebilmektedir (Abela ve Seligman, 2000; Yenilmez, 2010). Depresyona yatkınlığı olan kişiler, kendilerini dış dünyayı ve geleceklerini olumsuz değerlendirmektedirler. Depresif kişi kendini yetersiz, değersiz ve kusurlu bulur. Yaşamı, engeller ve zorlayıcı olaylarla dolu olarak görür, geleceğinden umutsuzdur (Durak, 1994). Umutsuzluk sürecinde, üzüntü, geleceğe yönelik olumsuz beklentiler, umutsuzluk ve kötümserlik ile ilgili duygusal bozukluklar etkili olabilmektedir. Kişi kendini dış dünyayı ve geleceğini olumsuz değerlendirebilmekte, yaşamı engeller ve zorlayıcı olaylarla dolu olarak görebilmektedir. Bu yaşantının sonucu olarak da umutsuzluk yaşanabilmektedir (Durak, 1994). Hem umut hem de umutsuzluk, bireyin gelecekteki gerçek amaçlarına ulaşma olanaklarının olası yansımalarıdır. Umut ve umutsuzluk karşıt beklentileri simgeler. Umutta amaca ulaşmak için uygulamaya konan planların başarılacağı öngörüsü varken, umutsuzlukta başarısızlık yargısı vardır. Umudun karşıtı olan umutsuzluk, bireyin ruh sağlığını olumsuz etkilemesinin yanı sıra, depresyon ve intihar gibi ruhsal sorunlara yol açan ve bu klinik tabloların bir parçası olarak yer alan bir duygudur (Dilbaz & Seber, 1993). Yukarıda yapılan açıklamalar göz önünde bulundurulduğunda, umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi ve öneriler getirilmesi, insanların yaşam kalitelerinde, geleceğe umutla bakmalarında ve gelecek kaygılarının düşmesinde, sosyal yaşamlarında ve hatta kendi hayatlarını dahi kurtarmada, yani, intihar eğilimini engelleme konusunda çok önem arz etmektedir. Bu nedenle, bu araştırma lise son öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi ve sonuçlarla ilgili çeşitli önerilerin ilgili kurumlara iletilmesi amacıyla yapılmıştır.

MATERYAL VE METOD

Katılımcılar ve prosedür

Araştırma Sakarya ilinde Özel Şahin Okullarında yürütülmüştür. Araştırmaya yaş 17-18 olan toplam 32 lise son sınıf öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara uygulanan bilgi formu ve umutsuzluk ölçeği sınıf ortamında uygulanmıştır. Özel Şahin Okulları'nın yönetiminden araştırmayı yürütmek için gerekli görüşmeler yapılmış ve izinler alınmıştır.

Veri toplama aracı

Beck Umutsuzluk Ölçeği (1961) Beck tarafından, umutsuzluk düzeylerini belirlemek için geliştirilmiş olan bir envanterdir. Bu envanter ergen ve yetişkinlere uygulanabilir. Beck Umutsuzluk Ölçeği, 20 maddeden oluşan, 0-1 arası puanlanan, bireylerin kendi kendilerine cevaplandırabilecekleri, uygulanışı kolay bir ölçektir. Testte bireyden kendisi için uygun gelen ifadeleri "evet", uygun olmayanları ise "hayır" olarak işaretlemesi istenir. Maddelerin 11 tanesinde "evet" seçeneği, 9 tanesinde ise "hayır" seçeneği 1 puan alır. 1, 3, 5, 6, 8, 10, 13, 15 ve 19. sorularda "hayır"; 2, 4, 7, 9, 11, 12, 14, 16, 17, 18 ve 20. sorulara ise "evet" yanıtı için birer puan verilir. Puan aralığı 0-20'dir. Alınan puanlar yüksek olduğunda bireydeki umutsuzluğun yüksek olduğu varsayılır (Beck et al.,1990). Envanterin türkçe adaptasyonu Seber ve arkadaşları (1993) tarafından yapılmıştır (Senol-Durak et al., 2006). 37 depresif hasta üzerinden saptanan Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0,86 olarak belirlenmiştir. Normal grup ve psikiyatrik hastalar olmak üzere toplam 373 kişilik bir örneklem grubu üzerinden hesaplanan Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0,85 olarak belirtilmiştir. Ölçeğin her bir maddesinden alınan puanlar ile tüm ölçekten alınan puanlar arasındaki madde-toplam puan korelasyonları 0,07 ile 0,72 ve 0,31 ile 0,67 arasında bulunmuştur (Durak,1994; Savaşır ve Şahin,1997).

Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen verilerinin analizi 17.0 SPSS paket programında yapılmıştır. Katılımcı grubun yaş cinsiyet gibi demografik özelliklerini belirlemek için betimsel istatistiksel uygulamalar ve cinsiyet farkına bakılması için t testi kullanılmış ve anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

BULGULAR

Araştırmaya gönüllü olarak katılan öğrencilerin umutsuzluk ölçeğine dair elde edilmiş olan veriler tablo şeklinde gösterilmiştir.

Tablo 1: Yaş ve Cinsiyete Göre Katılımcıların Dağılımı

		Yaş		Toplam	
		17 yaş	18 yaş		
Cinsiyet	Erkek	Sayı	13	4	17
		Cinsiyet %	76,5	23,5	100,0
	Kız	Sayı	8	7	15
		Cinsiyet %	53,3	46,7	100,0
Total		Sayı	21	11	32
		Cinsiyet %	65,6	34,4	100,0

Betimsel test sonuçlarına baktığımızda ankete katılan 32 öğrenciden 17 sinin erkek, 15 nin kız olduğu, yine ankete katılan öğrencilerin 21 tanesinin 17 yaşında, 11 tanesinin de 18 yaşında olduğu görülmektedir. Bu 17 erkek öğrencinin 13 tanesi 17 yaşında, 4 tanesi ise 18 yaşında olduğu, Kız öğrencilerinin ise 8 tanesinin 17 yaşında, 7 tanesinin de 18 yaşında olduğu görülmektedir.

Tablo 2: Cinsiyete Göre Umutsuzluk Düzeylerinin Karşılaştırılması

Kategori	N	Yaş Ort.	Umutsuzluk Ort.	P	
Erkek	17	17,65	8,53	,456	p>0.05
Kız	15	15,20			

Yapılan Kruskal Wallis testinde umutsuzluk düzeyleri ile öğrencilerin cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. $U(sd=1, n=32) = ,557, p>0,05$.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada, Sakarya ilinde öğretim faaliyeti gösteren Özel Şahin Okulları'nda Eğitim-Öğretim'e devam eden öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Literatür incelendiğinde, umutsuzluk düzeyleri ile ilgili birçok araştırmanın yapıldığı görülmektedir. Bazı araştırmalar ile güncel araştırmanın sonuçları karşılaştırılarak tartışılmıştır.

Özmen ve arkadaşları (2008) ergenlerde umutsuzluk düzeyinin belirlenmesi ve umutsuzluk düzeyinin sosyo demografik değişkenler, depresyon ve benlik saygısı ile ilişkisini araştırmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, erkek, anne ve babalarının eğitim düzeyi daha düşük, kırsal kökenli, ailesinin geliri giderini karşılamayan, ailesini yoksul olarak algılayan, depresyonu olan, benlik saygısı düşük, yaşam kalitesini kötü olarak algılayan ve sağlığından hoşnut olmayan öğrencilerin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden daha yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Öğrencilerin %12.8'inin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin 'geleceğe umut ve coşku ile bakıyorum' maddesini 'hayır' ve %16.6'sının 'geleceğimi karanlık görüyorum' maddesini 'evet' şeklinde yanıtladıkları belirlenmiştir. Bulgular ülkemizde kentsel kesimde yaşayan ergen öğrencilerin gelecekte umutlu olduklarını; fakat umutsuz olanların oranının da az olmadığını ve sosyoekonomik düzeyi düşük ailelerin çocuklarının daha umutsuz olduğunu göstermektedir. Araştırma sonuçları, genel olarak çok düşük olmasa da umutsuzluk düzeylerinin değerlendirilmesi gerektiğini göstermektedir. Araştırma sonuçlarımız benzer şekilde öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin orta düzeyde olduğunu göstermiştir. Yenilmez (2010) ortaöğretim öğrencilerinin matematik dersine yönelik umutsuzluk düzeylerini bazı demografik değişkenler açısından incelemiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre; cinsiyet açısından matematik dersine yönelik umutsuzluk düzeyi ile ilgili olarak farklılık bulunmadığı belirlenmiştir. Araştırmanın amacı, matematik dersine ilişkin umutsuzluk düzeyleri olsa da, cinsiyet farkı açısından sonuçları incelendiğinde, araştırmamız ile sonuçları örtüşmektedir. Farklı amaçlar ve değişkenlere değerlendirilerek umutsuzluk düzeyi araştırılmış birçok benzer araştırmada umutsuzluk düzeyleri ile cinsiyet arasında bir ilişki ya da fark bulunmamıştır (Aras, 2011; Durak, 1994; Ersoy ve ark., 2010; Gençay ve Gençay, 2011; Kırmıoğlu, 2010; Oğuztürk, 2011; Şahin, 2002). Araştırmamızda uygulanan umutsuzluk ölçeği birçok araştırma için kullanılan

geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmış bir anket olması açısından umutsuzluk düzeylerinin doğru tespiti açısından önemlidir. Fakat buna karşın, araştırmamızın örneklem açısından çok küçük bir gruba sahip olması, sonuçların genellenebilir olma niteliğini zayıf kılmaktadır. Bu sebeple, gelecek araştırmaların devlet ve özel liselerdeki öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması konusunda çalışabilecekleri önerilebilir. Bununla birlikte, örneklem sayısını ve değişken sayısının artması daha güven verici sonuçlar elde edilmesini sağlayabilir.

Umutsuzluğun depresyon ve intihar davranışlarıyla yakından ilişkili olduğu ve intihar davranışına zemin hazırlayan önemli bir risk faktörü olduğu belirtilmektedir (Şimşek ve ark., 2015; Minkoff ve ark., 1973; Heisel ve ark., 2003). Bu nedenle, özellikle ergenlerin ve yetişkinliğe geçiş dönemindeki insanların umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi ve eğer problem oluşturabilecek durumda olan, potansiyel umutsuzluk eğilimi gösteren kişiler varsa, sorunların çözümüne ilişkin öneriler getirmek ve tespit edilen kişilerin umutsuzluk düzeylerini düşürmek için kurs, seans ve benzeri programların uygulanması, psikolojik olarak umut düzeyleri yüksek bir nesil oluşturmak açısından önemli sayılabilir.

Not: Bu çalışma 27- 29 Ekim 2016 tarihlerinde Antalya'da 7 ülkenin katılımıyla düzenlenen World Conference on Educational and Instructional Studies- WCEIS'de bildiri olarak sunulmuştur.

KAYNAKÇA

Abela, J.R.Z. ve Seligman, M.E.P. (2000). The hopelessness theory of depression: a test of the diathesis-stress component in the inter-personal and achievement domains. *Cognitive Therapy and Research*, 24(4), 361-378.

Akçöltekin, A. (2015). Türkiye Üniversitelerindeki Biyoloji Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Değişkenler Bakımından Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, (24)2, 689-702.

Aras, A. (2011). Müzik bölümü lisans öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi: Hacettepe Üniversitesi ankara devlet konservatuvarı örneği. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (31)2, 509-524.

Baş, A. U. ve Kabasakal, Z. (2013). Öğretmen adaylarında umutsuzluk ve algılanan sosyal destek. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, (2)1.

Beck, A.T., Weissman, A., Lester, D., ve Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism: The hopelessness scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 6, 861-865.

Beck, A.T., Freeman, A., Pretzer, J., Davis, D.D., Fleming, B., Ottavani, R., Beck, J., Simon, K. M., Padesky, C., Meyer, J. ve Trexler, L. (1990). *Cognitive Therapy of Personality Disorders*. New York: Guilford Press.

Dilbaz N, Seber G. Umutsuzluk kavramı: Depresyon ve intiharda önemi. *Kriz Dergisi*, 1(3), 134-8.

Durak A. (1994). Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9, 1-11.

Ersoy, E., Küçükkaragöz, H., Deniz, H. & Karataş, E. (2010). Öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin bazı değişkenlere göre belirlenmesi, *e-Journal of New World Sciences Academy*, (5)4, 1534-1542.

Gençay, S. ve Gençay, Ö. A. (2011). A comparison of the life satisfaction and hopelessness levels of teacher candidates in Turkey. *Educational Research and Reviews*, (6)2, 182-186.

Kemer, G., ve Atik, K. (2005). Kırsal Ve İl Merkezinde Yaşayan Lise Öğrencilerinin Umut Düzeylerinin Aileden Algılanan Sosyal Destek Düzeyine Göre Karşılaştırılması. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi Sayı 21*, 161-168.

Kırımoğlu, H. (2010). Türkiye'deki beden eğitimi ve spor yüksek okulu son sınıf öğrencilerinin istihdam sorunu açısından umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi, Kastamonu Eğitimi Dergisi, (18)1, 37-46.

Minkoff, K., Bergman, E., Beck, A.T. & Beck, R. (1973). Hopelessness, depression and attempted suicide. American Journal of Psychiatry. 130(4), 455-459.

Heisel MJ, Flett GL, Hewitt PL. (2003). Social Hopelessness and College Student Suicide Ideation. Archives of Suicide Research. 7, 221-235.

Oğuztürk, Ö., Akça, F. & Şahin. G. (2011). Üniversite öğrencilerinde umutsuzluk düzeyi ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin bazı değişkenler üzerinden incelenmesi. Klinik Psikiyatri, 14, 173-184.

Özmen, D., DüNDAR, E. P., Çetinkaya, A. Ç., Taşkın, O., ve Özmen, E. (2008). Lise Öğrencilerinde Umutsuzluk ve Umutsuzluk Düzeyini Etkileyen Etkiler. Anadolu Psikiyatri Dergisi, 9, 8-15.

Üngüren, E. ve Ehtiyar, R. (2009). Türk ve Alman öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması ve umutsuzluk düzeylerini etkileyen faktörlerin belirlenmesi: turizm eğitimi alan öğrenciler üzerinde bir araştırma. Journal of Yaşar University, 4(14), 2093-2127.

Şahin, A. (2002). İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeyleri Üzerine Bir Araştırma. Selçuk Üniversitesi İlahiyat Dergisi, 13, 143-157.

Şahin, C. (2009). Eğitim Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri. Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi, 27, 271 -286.

Savaşır, İ. ve Şahin N. H. (1997). Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler. Ankara:Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Seber, G., Dilbaz N., Kaptanoğlu C. ve Tekin D., (1993). Umutsuzluk Ölçeği; Geçerlilik ve Güvenirliliği. Kriz Dergisi, 1(3), 139-142.

Şimşek, N; Akça, N.K. ve Şimşek, M. (2015). Lise öğrencilerinde umutsuzluk ve internet bağımlılığı. TAF Preventive Medicine Bulletin, 14(1), 7-14.

TDK. (2008). <http://www.tdk.gov.tr/tr/sozbul> (12.06.2008).