T.C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI

KREDİ VE YURTLAR KURUMU'NDA KALAN KADIN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARININ ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Nezire BAHADIR

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Sinan AKÇAY

KONYA-2019

ÖNSÖZ

Bu çalışmada Kredi ve Yurtlar Kurumu'nda kalan kadın üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzları çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Sadece kadın üniversite öğrencileri ile yürütülen bir çalışmadır. Yürütülen çalışma ile kadınlara ve gençlere verilen önemin artması ve gençlerle çalışan kitleye hitap etmesi açısından faydalı olacağını umuyorum.

Bu çalışmanın ortaya çıkmasında anket çalışmalarıma katılım sağlayan tüm kadın üniversite öğrencisi sevgili gençlere, desteğine başvurduğum Tuğba TÜRKOĞLU' na, desteğini hiç esirgemeyen güzel arkadaşım Canan ATA' ya ve kıymetli Nurcan OKUMUŞ' a katkılarından dolayı çok teşekkür ederim.

Süre boyunca sabırla bilgilerini benimle paylaşan, tezimin her aşamasında yanımda bulunan değerli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Sinan AKÇAY' a, savunma jürimde yer alarak tezimin gelişmesine katkı sağlayan değerli hocalarım Dr. Öğr. Üyesi Mehmet KIRLIOĞLU ve Doç.Dr. Nur Feyzal KESEN' e;

Bana daima yürekten inanan, sevgi ve şefkatini her zaman hissettiğim biricik annem Nefise ÖNGÜN' e, dağ gibi arkamda olan babam Vahit ÖNGÜN'e, canım kız kardeşim Zeynep ÖNGÜN' e, çalışma süresi boyunca maddi ve manevi her anlamda desteğini esirgemeyen evimizin babası, canım eşim Ahmet Arda BAHADIR' a, yaşama sevincim, ceylanım, kızım İpeğime, sonsuz sevgilerimi sunarım.

Nezire BAHADIR

KONYA - 2019

İÇİNDEKİLER

ÖZET ..... **vi**
SUMMARY ..... **vii**
1. GİRİŞ **1**
1.1. Üniversite ve Gençlik 1
1.1.1. Üniversite Öğrencilerinin Problemleri 2
1.1.2. Kadın Üniversite Öğrencilerinin Problemleri 5
1.2. Gençlik, Stres ve Stresle Başa Çıkma 8
1.2.1. Stresin Belirtileri 9
1.2.2. Stresle Başa Çıkma 10
1.2.3. Stresle Başa Çıkma Stratejileri 11
1.3. Toplumsal Cinsiyet 15
1.3.1. Toplumsal Cinsiyet Rolleri ve Tutumları 17
1.3.2. Toplumsal Cinsiyet Rolleri İle İlgili Kuramlar 18
1.3.3. Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Gelişimini Etkileyen Faktörler 20
1.3.4. Sosyal Hizmet Perspektifinden Toplumsal Cinsiyet Kavramı 21
1.4. Kredi ve Yurtlar Kurumu 23
1.4.1. Kredi ve Yurtlar Kurumu'nun Öğrencilere Yönelik Hizmetleri 23
1.4.2. Kredi ve Yurtlar Kurumu'nda Sosyal Hizmet Uygulamaları 27
2. GEREÇ ve YÖNTEM **30**
2.1. Araştırmanın Problemi 30
2.2. Araştırmanın Amacı 31
2.3. Araştırmanın Önemi 32
2.4. Araştırmanın Modeli 33
2.5. Evren ve Örneklem 33
2.6. Veri Toplama Araçları 34
2.6.1. Demografik Bilgi Formu 35
2.6.2. Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği 35
2.6.3. Toplumsal Cinsiyet Rolleri Tutum Ölçeği 36
2.7. Veri Toplama Süreci 38
2.8. Verilerin Değerlendirilmesi 38
2.9. Varsayımlar 40
2.10. Sınırlılıklar 40
2.11. Araştırmanın Etiği 40

3. BULGULAR 42

3.1. Kadın Üniversite Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Başa Çıkma Tarzlarına Yönelik Bulgular. 42

3.2. Kadın Üniversite Öğrencilerinin Yaşadıkları Sorunlara Göre Başa Çıkma Tarzlarına Yönelik Bulgular 55

3.3. Kadın Üniversite Öğrencilerinin Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumları ile Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular. 79

4. TARTIŞMA 82

5. SONUÇ VE ÖNERİLER 94

5.1. Sonuç 94

5.2. Öneriler 101

6. KAYNAKLAR 103

7. EKLER 110

EK- A: Katılımcılar İçin Aydınlatılmış Onam Formu 110

EK- B: Demografik Bilgi Formu 111

EK-C: Sorun Alanları Formu 113

EK-D: Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği 115

EK- E: Toplumsal Cinsiyet Rolleri Tutum Ölçeği 117

EK- F: Araştırma İzni 119

EK- G: Etik Kurul İzni 120

EK- H: Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Kullanım İzni 121

EK- I: Toplumsal Cinsiyet Rolleri Ölçeği Kullanım İzni 122

8. ÖZGEÇMİŞ 123

ÇİZELGELER LİSTESİ

Çizelge 2.1. Belirli evrenler için kabul edilebilir örnek büyüklükleri 34
Çizelge 2.2.Ölçeklerin normallik testi 39
Çizelge 2.2.Ölçeklerin çarpıklık ve basıklık değerleri..... 39
Çizelge 3.1. Kadın üniversite öğrencilerinin tanıtıcı özelliklerine göre dağılımı (n=390). 42
Çizelge 3.2. Kadın üniversite öğrencilerinin tanıtıcı özelliklerine göre dağılımı (n=390). 43
Çizelge 3.3. Katılımcıların stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puana ilişkin tanımlayıcı istatistikler. 45
Çizelge 3.4. Katılımcıların bazı sosyo-demografik özelliklerine göre stresle başa çıkma tarzlarına ait korelasyon analizi. 45
Çizelge 3.5. Katılımcıların yaşamını geçirdiği yer değişkenine göre stresle başa çıkma tarzlarının alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları: 46
Çizelge 3.6. Katılımcıların bulundukları sınıf değişkenine göre stresle başa çıkma tarzlarının alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları. 47
Çizelge 3.7. Katılımcıların akademik başarı durumlarına göre stresle başa çıkma tarzlarının alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları. 48
Çizelge 3.8. Katılımcıların daha önce profesyonel yardım alıp almama durumuna göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 49
Çizelge 3.9. Katılımcıların yurtta kalınan sürede psikososyal servise başvurma durumu değişkenine göre stresle başa çıkma tarzlarının alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları. 50
Çizelge 3.10. Katılımcıların aile ile görüşme sıklıklarının stresle başa çıkma tarzları ölçeği ile karşılaştırılması. 51
Çizelge 3.11. Katılımcıların kendilerine yakın hissettiği ve beraber vakit geçirmekten keyif aldığı arkadaşlarının varlığı durumuna göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 52
Çizelge 3.12. Katılımcıların herhangi bir öğrenci topluluğu veya derneğe üye olması durumuna göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 53
Çizelge 3.13. Katılımcıların sosyal faaliyetlere katılma sıklığına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 54
Çizelge 3.14. Katılımcıların sorun alanlarına ilişkin betimsel veriler. 55
Çizelge 3.15. Katılımcıların yaşadıkları sorunlara verdikleri yanıtların dağılımı. 56
Çizelge 3.16. Katılımcıların ekonomik sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 57
Çizelge 3.17. Katılımcıların sağlık sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 59
Çizelge 3.18. Katılımcıların psikolojik sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 61
Çizelge 3.19. Katılımcıların uyum sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 63
Çizelge 3.20. Katılımcıların aile ile ilgili sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 65

Çizelge 3.21. Katılımcıların romantik ilişkiler ile ilgili sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 67
Çizelge 3.22. Katılımcıların arkadaşlarla ilişkiler ile ilgili sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 69
Çizelge 3.23. Katılımcıların akademik sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 71
Çizelge 3.24. Katılımcıların boş zamanı değerlendirme sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 73
Çizelge 3.25. Katılımcıların gelecek kaygısı sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 75
Çizelge 3.26. Katılımcıların kötü alışkanlıklarla ilgili sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 76
Çizelge 3.27. Katılımcıların toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı sorunlar ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması. 78
Çizelge 3.28. Katılımcıların toplumsal cinsiyet rolleri ölçeğinden aldıkları puana ilişkin tanımlayıcı istatistikler. 79
Çizelge 3.29. Katılımcıların stresle başa çıkma tarzları ölçeği puanları ile toplumsal cinsiyet rolleri tutum ölçeği puanları arasındaki korelasyon. 80

ÖZET

T.C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Kredi ve Yurtlar Kurumu'nda Kalan Kadın Üniversite Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi

Nezire BAHADIR

Sosyal Hizmet Anabilim Dalı

YÜKSEK LİSANS TEZİ/KONYA-2019

Gençlik, yetişkinliğe atılan ilk adım ve birey olmanın başlangıç noktası sayılır. Böyle önemli bir dönemde karşılaşılan stres unsurları ve onlarla başa çıkma tarzları; hem gençlik dönemini hem de yetişkinlik dönemini kapsar. Kadın cinsiyetinin stresle başa çıkma tarzları ve toplumsal cinsiyet rollerini ortaya koymanın; hem gençlerle çalışan kitle hem de toplum açısından önemli olacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmada KYK' da kalan kadın üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda kız öğrenci yurdunda barınan 17- 32 yaş grubunda 390 kadın üniversite öğrencisi çalışmaya dâhil edilmiştir. Araştırmanın amacına uygun olarak Demografik Bilgi Formu, Sorun Alanları Formu, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Toplumsal Cinsiyet Rolleri Ölçeği kullanılarak bulgular elde dilmiştir. Verilerin analizinde; sıklık (frekans) analizi, Kolmogorov-Smirnov testi, QQ plot grafiği, parametrik hipotez testleri, bağımsız örneklem t testi, Pearson korelasyon analizi, ANOVA Tukey testi, Tamhane' s T2 testi uygulanmıştır.

Elde edilen bulgulara göre kadın üniversite öğrencilerinin başlıca probleminin gelecek kaygısı ve ekonomik problemler; daha az önem arz eden problemlerinin ise kötü alışkanlıklar ve romantik ilişkilerle ilgili sorunlar olduğu gözlemlenmiştir. Yakın arkadaşın varlığı, herhangi bir topluluğa üye olup olmama durumu, sosyal faaliyetlere katılmanın da stresle başa çıkma tarzlarında etkili değişkenler olduğu gözlemlenmiştir

Anahtar Kelimeler: Kadın Üniversite Öğrencileri; Stresle Başa Çıkma; Toplumsal Cinsiyet

SUMMARY

REPUBLIC of TURKEY

SELÇUK UNIVERSITY

HEALTH SCIENCES INSTITUTE

Investigation of coping of Coping Styles with Stress of Female University Students Staying at Higher Education Credit and Hostels Institution From the Point of Various Factors

Nezire BAHADIR

Department of Social Work

MASTER THESIS/ KONYA-2019

Youth is considered as a first step to adulthood and a starting point of being a person hood. Stress factors which are come across during such an important period and coping skills with the minvolve both youth and adulthood periods. Presenting feminine's coping skills and gender roles are thought to be important both from the point of people working with the young and the society.

In this study it is aimed to analyze the coping skills of female students staying at KYK, from the point of various factors. Accordingly,390 female students staying at sorority angaging between 17-32 are included in this study. By using Demographic Verse Form, Problem Areas Form ,Scale of Coping With Stress and Gender Roles Scale , findings were gotten for the aim of the study. In order to the analyze the data ,Frequency Analysis, Kolmogorov-Smimov Test, QQ Plot Graphic ,Parametric Hypothesis Tests,Unpaired t Test, Pearson Correlation Analysis, ANOVA Tukey Test and Tamhane's T2 Test were applied.

According to the findings it is observed that female university students' major problem is future anxiety and economic problems and their minör problems are bad habits and problems about romantic relationships. It was observed that income of the family, number of siblings entity of a close friend ,whether or not being a member of any group, frequency of attending social activities are effective factors on the coping skills of stress.

KeyWords: Coping Styles with Stress; Female University Students; Gender.

1. GİRİŞ

Stres birçok nedeni olan ve üniversite öğrencilerinin yaşamlarını etkileyen önemli bir unsurdur. Toplumsal cinsiyet açısından bakıldığında kadın üniversite öğrencileri toplumsal cinsiyet rolleri nedeniyle birçok stres durumuyla karşılaşmaktadır. Bu durum kadın üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarını önemli kılmaktadır.

Bu bağlamda tezin birinci bölümünde gençlik, üniversite ve gençlik, üniversite öğrencilerinin problemleri, kadın üniversite öğrencilerinin problemleri, stres, stresle başa çıkma, toplumsal cinsiyet rolleri, kredi ve yurtlar kurumu, kredi ve yurtlar kurumunun öğrencilere yönelik hizmetleri, stresle başa çıkma ve toplumsal cinsiyet bağlamında üniversite gençliği ile ilgili bilgi verilmiştir.

Tezin ikinci bölümünde ise araştırmanın problemi, amacı, önemi, modeli veri toplama araçları hakkında bilgi araştırmada kullanılan demografik bilgi formu, stresle başa çıkma tarzları ölçeği, toplumsal cinsiyet rolleri ölçeği ve bunların analizleri ile ilgili açıklamalara yer verilmiştir.

Tezin üçüncü bölümünde ise KYK'da kalan kadın üniversite öğrencilerinden toplanan veriler analiz edilerek stresle başa çıkma, toplumsal cinsiyet rolleri ile demografik değişkenler ve sorun alanları arasındaki ilişkiler tablolaştırılmıştır.

Tezin dördüncü bölümünde ise araştırma bulguları tartışılmıştır. Araştırmanın son bölümünde ise araştırma ile ilgili sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

1.1. Üniversite ve Gençlik

Gençlik; farkındalık kazanarak büyümenin ve sorumluluğun başladığı bir dönemdir. Kişiler bu dönemde toplumda bir yer edinme ve birey olmanın zamanı geldiğini fark ederler, yeni beceriler yeni deneyimler ve bilgiler edinmeye hazırdırlar (Bilhan 1996).

Başka bir tanıma göre gençlik; bazen bir geçiş süreci olarak görülürken, bazense çocukluk ve yetişkinliği birbirine bağlayan bir köprüdür. Gencin toplum tarafından kabul görüp yetişkinler arasındaki yerini alabilmesinde; gerekli görülen bilgi, beceri ve tecrübeyi edinmesi etkili olmaktadır (Yörükoğlu 2000).

Tire (2002)'ye göre, Üniversite gençliği; henüz üretim sürecine dâhil olmamış, bir alanda uzmanlaşma amacıyla toplanmış, bir disiplin içinde bulunan eleştirel düşünme gücü ve çeşitli alışkanlıkları bulunan genç insanlar topluluğudur. Tüm genç kitle arasında üniversite gençliği daha ayrıcalıklı bir yere sahiptir. İlerleyen zamanlarda ülke kalkınmasında ve üretimde aktif olarak yer alacaklardır. Üniversite gençliği, tüm gençlik kesimi içerisinde daha seçkin bir yere sahiptir. Bu doğrultuda bir ülkenin donanımlı ve dinamik gücünün önemli bir kısmı üniversite gençliğidir (akt. Kara 2009).

Ailesinden yeni ayrılmış, üniversiteyi başka şehirde kazanmış olan genç birey, çocukluktan getirdiği davranış örüntülerinin yanı sıra kendi olmaya kişiliğini bulmaya bu dönemde başlar. Ailesinin kızı-oğlu olan genç birey; artık okulda, yurtta, çevrede adı ile var olmaya başlar. Birilerinin kızı veya oğlu olmamak; yeni yaşam rollerini, yeni yaşam becerilerini, yeni deneyimleri ve yeni problemleri beraberinde getirmeye başlayacaktır.

Toplum kurallarına uyum sağlamaya çalışan genç, daha önce karşılaşmadığı ya da karşılaşmak zorunda bırakılmadığı yeni kuralları, eskiler ile bağdaştırmaya çalışmakta ve bu çabalama sırasında stresli ve riskli davranışlarda bulunabilmektedir.

Riskli ve stresli durumlarla nasıl başa çıkacağını bilmeyen ya da kendisinin farkında olmayan üniversite gençliği için tüm bu durumlar tehdit unsuru olabilmekte, onların yaşam düzenlerini ve psikolojik durumlarını değiştirebilmektedir. Birçok değişimi bir arada yaşayan genç için bu dönem; kazanacağı tecrübeler, kişiliğine katkıları, yaşam becerileri ve toplum açısından hayatında önemli bir yere sahiptir.

Üniversite gençliğinin ruhsal sağlığı, toplum sağlığın kayda değer bir bileşeni olmaktadır (Yurtsever 2009).

1.1.1. Üniversite Öğrencilerinin Problemleri

Üniversite öğrencileri; sosyal, kültürel, psikolojik, biyolojik ve akademik anlamda bir geçiş sürecine girmektedirler. Ülkemizde ve dünyada yaşanan değişimler tüm insanlığı etkilediği gibi gençliği de olumlu ya da olumsuz olarak etkilemektedir. Gençlerin kişilik özellikleri, aile yapıları, arkadaşlık ilişkileri ve stresle başa çıkma tarzları gibi birçok unsur onların karşılaştıkları stres unsuru ögelerin üstesinden gelmede etkili rol oynamaktadır.

Bilgin (2001), Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde 642 öğrenci ile Üniversite Öğrencilerinin Sorunları ve Değerleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi konulu bir çalışma gerçekleştirmiştir. Bu araştırmaya göre, üniversite öğrencilerinin en önemli sorunlarının başında; ailevi sorunlar gelmektedir. Akabinde ve sırasıyla ekonomik sorunlar, düşüncelerini ifade ile ilgili sorunlar, mesleki gelecek endişesi, istemediği yerde eğitim alma ile ilgili sorunlar olduğunu ifade etmiştir. Bu araştırma sonuçlarına göre Bilgin, ailevi sorunların ekonomik sorunlardan daha fazla olmasına özellikle dikkat çekmiş ve mevcut aile yapısının yeniden sorgulanmasının önemini vurgulamıştır (Bilgin 2001).

Yazçayır ve Ersay (2011), Gazi Üniversitesi'nde 914 öğrencinin katılımıyla bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmaya göre öğrencilerin öncelikli problemlerinin fakülte ve okulla ilgili olduğu, en az problemlerinin ise sağlıkla ilgili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Topkaya ve Meydan (2013), Üniversite Öğrencilerinin Problem Yaşadıkları Alanlar, Yardım Kaynakları ve Psikolojik Yardım Alma Niyetleri konulu bir araştırma yapmışlardır. Yapılan araştırmaya 459 üniversite öğrencisi katılım sağlamıştır. Araştırma bulgularına göre; üniversite öğrencilerinin en çok sorun yaşadığı alanların başında, duygusal sorunlar gelmekte ve en az cinsel sorunlar yaşamaktadırlar. Öğrencilerin profesyonel olmayan yardım kaynaklarının ise daha çok aileleri ve arkadaşları olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Koç ve İskender (1993)'e göre, sosyal ve kültürel açıdan gençlerin yaşadığı problemlerin başında ders dışında kalan serbest zamanın değerlendirilmesi gelmektedir. Gençlerin bu zamanı verimli ve etkin olarak değerlendirmesi, enerjilerini doğru etkinliklere yöneltmesi derslerdeki başarıyı da olumlu yönde etkilemektedir. Sınavlardan hemen önce çalışmayı alışkanlık edinen gençler için zaman yönetimi daha da önem kazanmaktadır. Ders dışında kalan zamanlarını sportif faaliyetlerle, sinema, tiyatro, müzik vb. kültür ve sanat dallarındaki etkinliklerle geçiren gençler, bu sayede zararlı ve riskli ortamlardan uzak kalacaktır. Bu noktada serbest zamanı değerlendirmek adına, üniversite ve yurttaki sosyal, kültürel ve sportif faaliyetlerin önemi ortaya çıkmaktadır (Akt. Kavak 2018).

Ailelerinden ayrılan kadın öğrenciler ekonomik durumlarına bağlı olarak maddi anlamda en uygun yerde barınmak durumunda kalmaktadırlar. Geldikleri

evden sonra barındıkları yer ile ilgili kaygıları: arkadaş ilişkileri, temizlik ve hijyen, gürültü, ortak alan ve eşya paylaşımı gibi konularda olabilmektedir.

Yine ailesinden uzakta belki de yaşadıkları ekonomik sorunlardan dolayı, gerekli şartları taşımayan sağlıksız ortamlarda beslenmek, gençlerin sağlığını tehdit etmektedir. Gençlerin sağlığını korumak için dengeli beslenmesi gerekmektedir. Aksi takdirde gençlerin fiziksel ve zihinsel becerileri olumsuz etkilenmektedir (Koç ve İskender 1993). Fiziksel ve zihinsel fonksiyonların olumsuz etkilenmesi ile kaygı ve stres düzeyinde artışlar olabilmektedir.

Birey üniversite döneminde, arkadaşları arasında kendini daha iyi ifade etmekte, yeni bilgi ve becerileri arkadaşlarıyla birlikte öğrenmektedir. Grup içerisinde bir rol ve statü elde edilirken bir yandan da çevreye uyum sağlama metotları öğrenilmektedir. Serbest zamanlar birlikte değerlendirilmekte, işbirliği yapmak, yardımlaşmak, grup içinde sorumluluk almak ve görgü kurallarını öğrenmek arkadaş çevresi içinde birlikte gerçekleşmektedir (Doğan ve Sapmaz 2009).

Üniversite öğrencilerinde uyum problemleri sık rastlanan bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Farklı bir şehirde yeni arkadaş çevresi ve birçok değişimle karşılaşan gençler kendilerini yalnız hissedebilmektedir. Özellikle birinci sınıf öğrencilerinde, yatay geçişle ya da Farabi vb. programlar ile gelen öğrencilerde en çok rastlanan problem uyum problemi olmaktadır. Birinci sınıf öğrencileri, hayatındaki birçok yenilikle bir arada mücadele etmek durumunda kalmaktadır. Bazı öğrencilere hayatındaki değişimlere uyum sağlamak ağır gelebilmektedir bununla birlikte onların; gerek yurda, gerek şehre, gerek okula olan uyumunu zorlaştırabilmektedir.

Ailesinde ilgi görmeyen ve baskı altında yetişen gençler, üniversitede aileden ayrı farklı bir şehirde yaşadıklarında boşluğa düşebilmektedir. Ailenin baskı ve kontrolünden uzak olmayı sınırsız bir özgürlük olarak algılamaktadır. Bu süreçte gençlerin zararlı alışkanlıklara yönelmeleri, olumsuz sosyal çevrelere girmeleri gibi riskler bulunmaktadır. Aileden ayrılıp kendini farklı bir şehirde bulan gençler, yeni ortam ve çevreye uyum sağlamada zorlanabilmektedir. Ailedeki eğitim seviyesi ve eğitime verilen önem ile ailenin sosyo-ekonomik yapısı da gençleri etkileyen faktörlerdendir (Kavak 2018).

Genel hatları ile öğrencilerin, üniversite yaşamına başladıkları andan itibaren karşılaşabileceği durumları aşağıdaki gibi sıralamak mümkündür.

- **Yeni konum ve yeni kimlik:** Yeni konum ve kimlik genç bireyde ona değer katan bir değişimdir. Bunun yanı sıra alınan yeni sorumluluklar kişide stres oluşturabilecek bir durum da olabilmektedir. Edindiği yeni kimliğine uyum, yurda, okula, arkadaşlarına, fiziki çevreye, hava koşullarına, trafiğe, yaşadığı yere vb. maruz kaldığı her şeye uyum sağlamak üniversite öğrencisini zorlayıcı olabilmektedir
- **Aile ve ev özlemi:** Genç bireyler özgürleşirken aynı zamanda bireyselleşmenin getirdiği sıkıntıları da beraberinde yaşayabilmektedir. Kendi ayakları üzerinde durmanın güzelliğini yaşarken, ailelerinden ilk kez ayrılıyor olmak genç bireyler için zaman zaman sıkıntılı bir durum olabilmektedir.
- **Yalnızlık duygusu ve arkadaşlık ilişkileri:** Kalabalık içinde yaşanan yalnızlık hissi ve yeni ortama adapte olamamaktan kaynaklı güven duygusu geliştirememe, arkadaş edinememe, yurt ve okul ortamındaki rekabet kişide stres kaynağı olabilmektedir.
- **Kendini geliştirme:** Mesleki ve kişisel gelişim önceliği, kendine saygı duyma, hedefler oluşturma, farkındalık kazanma, manevi tatmin ya da manevi boşluk kişi için olumlu ve olumsuz katkılar sağlayacak unsurlardır.
- **Akademik yeterlilik, başarı olamama kaygısı:** Şimdiye dek ailesinin yanında sadece ders çalışmakla sorumlu tutulan genç birey, artık hem ders çalışmalı hem de birçok ihtiyacını kendisi karşılamalıdır.
- **Sorun Çözme Yöntemleri:** Üniversiteli gencin karşılaşabileceği; okulda başarılı olamama kaygısı, sınav stresi, duygusal sıkıntılar, depresif duyguları tanıyıp tanıyamaması, duygu durumunun farkında olması, ya da direnç göstermesi gibi kaygılar olabilmektedir. Genç bireyi psikolojik sıkıntıya düşürecek konularda, sorunun tanınması ve sorun çözme yöntemleri ile ilgili donanımsızlık durumu onları daha güçlü ya da güçsüz yapacak bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır.

1.1.2. Kadın Üniversite Öğrencilerinin Problemleri

Kadınların belirli alanlarda sadece kadın olması sebebiyle birtakım engellerle karşılaştığı bilinen bir gerçektir. Şöyle ki kadının eğitim hayatında ya da aktif iş

yaşamında yer almak istemesi halinde birtakım olumsuzluklarla karşılaşabilmektedirler. Kadınların yaşamda bazı haklar edinebilmeleri uzun ve meşakkatli çabalardan ve süreçlerden geçmiştir (Koray 2000).

Kadınlar; eğitim hakkından istedikleri meslekte yer almak için gerekli olan olanakların eşitsiz olması halinde eğitim ve çalışma yaşamının dışında kalabilmektedirler. Aynı şekilde kadınlar ve erkekler arasındaki eşit olmayan uygulamalar ve faaliyetler sebebiyle eğitimde, istihdamda ve çalışma hayatında erkeklerin gerisinde kalmaktadırlar. Bu durum hayatın başka yönlerinde de kadınların aktif olmasını sınırlandıran sorunlar arasındadır (Çakır 2008). Örneğin; mühendislik, mimarlık isteyen kadın öğrenciler kimi zaman toplumun geleneksel söylemlerinden çekindikleri için kendileri, kimi zaman da ailesi ve çevresi sebebiyle istedikleri eğitimi almaları engellenebilmektedirler.

Toplumsal cinsiyet kaynaklı ayrımcılığın eğitim alanında olmasıyla, kadınlar eğitim hayatı boyunca ve çalışma yaşamında üst düzey pozisyonlarda çok fazla yer alamamaktadırlar. Başka bir deyişle eğitimde kadın-erkek fırsat eşitsizliği nedeniyle, kadınlar işgücü piyasasında aranan mesleki bilgi ve becerilerden yoksun olabilmektedirler. Bu durum beraberinde kadınların kayıt dışı istihdamda, iş sağlığı ve güvenliğinin olmadığı çalışma ortamlarında emeklerinin ziyan olmasına sebebiyet vermektedir (Erol 2015,Altan ve Ersöz 1994).

Üniversite eğitimini de kapsayan kadınların gençlik döneminde karşılaşılan önemli bir problem de psikolojik tacizdir. Psikolojik tacize maruz kalan kadının yaşadığı problemi ifade etmesi bazı hallerde sınırlanmaktadır. Kadın birtakım durumlarda eğitim ve iş imkânlarından dışlanmamak için psikolojik tacize uğradığını ifade edememektedir. Psikolojik tacize maruz kalan kadın, eğitimde ve işyerinde etkin ve üretken olamamaktadır (Tiryaki 2018). Bunun yanı sıra kadınları ilgilendiren en önemli sorunlardan birisi de cinsel tacizdir. Cinsel taciz, tarihsel süreç içerisinde varlığını koruyan en önemli sorun alanlarından bir tanesidir. Cinsel tacizi yok etmeye yönelik düzenlemeler ise kadınların daha fazla ücretli işgücü piyasasında görünür olmasıyla gerçekleşmiştir (Gerni 2001). Cinsel tacizi engellemede toplum duyarlılığını artırılması ve kişilerin bilinçlendirilmesi önem arz eden bir durumdur.

Erkek rolleri gereği, evin dışında çalışarak üretken olmakta ve toplum içerisinde belli bir değer kazanmaktadır. Buna rağmen kadınların üzerine yüklenen rollerin getirisi olduğu düşünülmemektedir. Ayrıca kadının erkekten bağımsız

olmadığı, erkek egemenliğinde yaşama anlayışı olduğundan kadınlar ikincil plana atılmaktadır. Toplumsal kabuller sebebiyle erkekler genellikle ev içerisindeki işlerden sorumlu tutulmamaktadırlar. Ev içerisindeki işlerin kadınlar tarafından yapılması gerektiği fikri, kadınların ev ve aile hayatındaki sorunları arasındadır. Geleneksel anlamda kadından beklenilenler ev işlerini ve çocuk bakımını eksiksiz yerine getirmesidir. Kadınlar çeşitli alanlardaki görevlerini yerine getirmeye çalışırken karşılaştıkları sıkıntılar onların eğitim ve iş yaşamından ayrılmasına da sebep olabilmektedir (Ecevit 2000).

Üniversiteli gencin en önemli problemlerinden biri ailenin geliri ve gence ayrılan miktarıdır. Kadın üniversite öğrencisi ve erkek üniversite öğrencisine ailenin yapısına bağlı olarak çifte standart uygulanabilmekte ve kadın üniversite öğrencisi az bir miktarla aylık geçimini sağlamaya çalışmak durumunda kalabilmektedir. Kendi bütçesini yönetmekte zorluk yaşanabilmektedir.

Üniversitede ailesinden ayrı yaşamaya başlayan genç birey, daha önce karşılaşmadığı stres ve problemlerle karşılaşabilmektedir. Bu noktada kadın cinsiyetinin hormonal değişimlerinin de onun psikolojisi üzerinde dönemsel etkilerinden söz edilebilir. Aksoy ve ark (2015), İnönü Üniversitesi Sağlık Yüksekokulunda Ebelik ve Hemşirelik Bölümünde öğrenim gören 365 kadın öğrencinin katıldığı Üniversite Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Menstrual Düzensizliğe Etkisi konulu bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Bu araştırmada her dört öğrenciden birisinin menstrual düzensizlik yaşadığı bulgusu elde edilmiştir. Menstrual düzensizlik yaşayan öğrencilerde stresle başa çıkma tarzlarından boyun eğici yaklaşımın diğerlerine göre daha az kullanıldığı bulgusuna ulaşılmıştır (Aksoy ve ark 2015).

Ailesinden şimdiye dek hiç ayrı yaşamayan kadın üniversite öğrencisi, farklı şehirde üniversite kazandığında ilk defa ayrılık olayını yaşamakta ve bu durum onun için serbest zamanını nasıl değerlendireceği konusundaki problemleri de beraberinde getirmektedir. Erkek üniversite öğrencileri, üniversite çağına kadar ailesinden kadın cinsiyetine göre daha çok ayrı kalmış ve ayrılık duygusu ile genelde tanışmış olarak üniversiteye başlamış olmaktadır. Bu sebepledir ki kadın üniversite öğrencilerinde bu süreç daha yoğun yaşanan bir dönem olabilmektedir.

Kadın üniversite öğrencilerinin yaşadığı değişimler silsilesinin sonrasında daha hassas ve zorlayıcı bir dönemde olmaları beklenebilir. Üniversite öğrencisi

üniversite yaşamına kadar karşılaştığı yoğun stres durumları ile mücadele ederken belki ailesi, belki kardeşlerinin desteğine başvurmaktadır. Fakat yeni yaşamlarında onların sürekli olarak yanında bulunmamaları ve öğrencilerin profesyonel anlamda kimden ya da hangi birimlerden destek alabileceği konusunda yeterli bilgiye sahip olmamaları; kendilerini yalnız hissedip psikolojik olarak ciddi sorunlar yaşamalarına neden olabilmektedir.

Birey toplumda yer edinmeye başlayıp kültürü, çevreyi ve değerleri tanıdıkça topluma uyum sağlamayı da öğrenmektedir. Sosyal uyum, bireyin yaşamı boyunca devam eden bir süreçtir (Kavak 2018). Kadınlar; sosyalleşme ve sosyal uyum sürecinde erkeklere nazaran yukarıda saydığımız gibi birçok alanda mücadele vermek durumunda bırakılmaktadırlar. Bu durum onların başa çıkma mekanizmalarını bazen güçlendirmekte bazen ise tükenmelerine sebebiyet vermektedir.

1.2. Gençlik, Stres ve Stresle Başa Çıkma

Gençler toplum içerisinde potansiyeli yüksek, çok hareketli ve dinamik bir gruptur. Gerek fiziksel gerek duygusal manada gençlerin yüksek olan enerji potansiyellerini doğru yönlendirmek hem kendileri hem toplum açısından önemlidir. (Büküşoğlu ve Bayturan 2005). Yaşamın tüm dönemlerinde olduğu gibi böyle yüksek potansiyel taşıyan bir kitle olan gençlik için de stres önemli bir yere sahiptir.

Kelime anlamı olarak incelendiğinde stres, gerilim, bunalma, zorlanma gibi anlamlara gelmektedir. Kavramsal olarak ele alındığında ise, stres kişinin fiziki ve sağlık şartlarını da etkileyen, daha çok insanın çevresi ile olan etkileşiminden kaynaklanan hissi gerginlikler olarak tanımlanmaktadır. Başka bir ifadeyle stres, herhangi bir dış çevre etkisinin, durum ve olayın organizmaya yansıyan psikolojik ve/veya fiziki olumsuz sonuçlarıdır (Özmutaf 2006).

Stres, kişinin sosyal ve fiziki çevresinin olumsuzlukları sebebiyle psikoloji ve bedensel limitlerini aşması ve buna bağlı çabasını içermektedir (Cüceloğlu2000). Başka bir tanıma göre ise stres; ruhsal ve bedensel sınırların tehlikeye girmesi ve zorlanması ile organizmada ortaya çıkan bir durumdur (Baltaş 2002). Bu durumda stres, kişinin iyilik halini zorlayıcı şekilde değerlendirilen çevre ve kişi arasındaki etkileşimdir. Genel olarak incelendiği zaman stres; duygusal düzeyde depresyon, öfke, kaygı, gerginlik, huzursuzluk gibi rahatsızlık veren bir duygu durumu

şeklindedir (Çoruh 2003). Stresin oluşumunda yaşam tarzı kişilik özellikleri gibi birçok faktör etkilidir.

Stres meydana gelmesi için bireyin hayatını sürdürdüğü ya da içinde bulunduğu çevre ve ortamda oluşan değişimlerin, insana belirli bir düzeyde etki etmesi gerekmektedir. Stres, bu duruma bağlı olarak, bireyin ortam değiştirmesinin ya da içinde bulunduğu ortam içerisinde oluşan bir değişimin, kişi üzerinde etki bırakması ile alakalıdır. Bununla beraber, çeşitli kişilik özellikleri kişiyi strese karşı daha duyarlı bir hale getirmekteyken, bazı özellikler ise strese karşı duyarlılığın azalmasına neden olmaktadır (Çoruh 2003).

1.2.1. Stresin Belirtileri

Günlük yaşam içerisinde karşılaştığımız stres unsuru olay ya da durumlara vücudumuzun verdiği tepkiler herkeste aynı şekilde seyretmeyebilir. Genel anlamda mide bulantısı, baş ağrısı, sindirim sisteminde yavaşlama ve nefes alıp-vermede güçlük stresin fiziksel belirtileri arasında gösterilmektedir (Pehlivan 1995). Bu ve buna benzer fiziksel belirtiler sonucunda stresin etkilediği kişide algı düşüklüğü unutkanlık gibi problemler de görülebilmektedir.

Pehlivan (1995), stresin çeşitli davranışsal belirtileri bulunduğunu bildirmektedir. Stresli insanın normal dışı davranışları gözlenebilmekte ve bu davranışlar bir süre sonra kendisine ve çevresine rahatsızlık verici olmaktadır. Başkalarının hatalarının bulunmaya çalışılması, başkalarıyla olan buluşmalara hiç gitmemek ya da buluşmaya yakın bir zamanda randevuyu iptal etmek, sözlü tartışmalara sıkça girmek, sosyal çevreyle olan kırgınlıkların artması, iş ya da evde çeşitli kazalarda artışın olması stresin davranışsal belirtileri arasında gösterilmektedir (Toydemir 2005). Diğer bir yandan endişe, dikkat eksikliği, karar mekanizmalarının etkin kullanılamaması, kişinin kendisinin normal olmadığını ve hasta olduğunu düşünmesi, bunalma, kontrol hissinin zayıflaması zihinsel ve psikolojik belirtiler arasında gösterilmektedir (Baltaş ve Baltaş1998).

Stresin duygusal etkilerinin varlığından da söz etmek mümkündür. Özgüven eksikliği ve bireyin kendisini güvensiz hissetmesi, kırılganlığın artması ve çevresel olaylara karşı aşırı hassas olma, öfke patlamalarının görülmesi, düşmanca ve saldırganca tutum, endişe ve anksiyete, kolay biçimde ağlama, depresif belirtiler,

duyguların hızlı biçimde değişimi, sinirlilik ve gerginlik, duygusal tükenmişlik stresin duygusal etkileri arasında gösterilmektedir (Braham 1998).

1.2.2. Stresle Başa Çıkma

Genel anlamda başa çıkma, psikolojik anlamda bireyin kendisini iyi hissedeceği sonuca ulaşmasına yönelik kullanacağı, uygun davranışsal yaklaşımları veya kendisini kötü hissetmesine engel olacak uygun kaçınma davranışlarını içerir (Stone 1984). Stres yönetimi veya stresle başa çıkma; beden ve ruh sağlığını korumak, verimli ve üretici bir hayat şeklini sağlar. Stresle başa çıkma, kişi ile stres veren durum arasında bulunan fenomenal karşı koyma bağlantısıdır, anksiyeteye neden olan durumlarla ilgili belirgin mücadele çabaları ve genel değerlendirmedir (Aldwin 1987). Başka bir tanıma göre, başa çıkma stratejileri, kişinin stresin olumsuz etkilerini azaltmak için kullandığı bilişsel veya davranışsal çabalardır (Catanzoro 1995).

Stres ile başa çıkma, seksenlerden itibaren kişilerin fiziksel ve kişisel sağlıklarıyla alakalı olarak psikolojinin yoğun bir şekilde üstünde durduğu konular arasındadır. Başa çıkma kavramı, bireylerin hayatlarını sürdürürken karşılarına çıkan zorluklar ile savaşma yolları ya da şekilleridir. Lazarus ve Folkman'a göre başa çıkma, dinamik bir süreçtir ve çevreyle kişi arasında bulunan stresli etkileşimlerin esnasında değişebilmektedir (akt.Türküm 1999).

Stresle başa çıkabilmek ruhsal ve bedensel sağlığın korunup, verimli bir yaşam sürdürebilmek için gerekli bir durumdur (Baltaş ve Baltaş, 1998). Stres yönetiminin amacı; strese yol açan ögelerden kaçmak değildir. Kişilerin yaşamlarına sağlıklı ve verimli bir şekilde devam edebilmeleri için stres yönetimi önemli bir unsurdur. Stresi dengede tutabilmek ve yaşam kalitesini düşürmesine izin vermemek stres yönetiminde temel amaçtır. Yaşamdaki biraz stres kişileri güdüleyen özel bir güç olabilir. Stresin başa çıkılabilir bir seviyede tutulması asıl hedeftir.

Başa çıkma bir insanın hissettiği stres düzeyinde önemli rol oynar. Başa çıkma etkinliği daha yüksek düzeyde iken stres düzeyleri düşme eğilimindedir. Buna karşın, başa çıkma herkese uygun hazır bir formül değildir (Gmelch ve Chan1994). Bireylerin etkin biçimde durumların üstesinden gelebilmeleri için bir dizi başa çıkma stratejisine gereksinimleri vardır. Birey, stresli durumu analiz etmeli ve bir kişinin

hissettiği stres miktarını etkin biçimde azaltacak başa çıkma stratejisini uygulamalıdır (Buss 2008).

Pek çok kişi stresli bir durumla karşılaştığında onunla nasıl başa çıkacağı bilgisine ve becerisine sahip değildir. Nitekim bazı insanlar kendilerini daha fazla strese sokan ters etki yapıcı davranışlar öğrenirler. Örneğin, bir insan alkol kullanmanın stresin azalmasına yardımcı olacağını düşünebilir. Hâlbuki kişi düzenli ve aşırı oranda alkol kullandığında sonuç alkolizm olabilir. Alkolizm aşırı derecede stresli olup kişinin azaltmaya çalıştığı esas stresten çok daha fazla stres yaratabilir. Ters etki yapan davranışların daha fazla stres yaratabileceği gerçeğinden ötürü, uzun vadede ters etki yaratmayacak bir başa çıkma becerisi belirlemek büyük ölçüde önem taşımaktadır (Gmelch ve Chan 1994).

Bir süreç olarak başa çıkma; dinamiktir, kendine özgü özellikler taşır, tesadüfi değildir. Başa çıkma, devam eden bilişsel değerlendirmeler, yeniden bilişsel yapılanmalar ile kişi-çevre arasındaki ilişkinin değişim sürekliliğini ifade eden fonksiyondur (Folkman 1984). Başa çıkma; bir süreç organizasyonudur, iş organizasyonu değildir (Altıparmak 2018).

1.2.3. Stresle Başa Çıkma Stratejileri

Kişilerin stresle başa çıkabilmek için kendilerince geliştirdiği birçok yol olabilir. Kişilik özellikleri, çevre koşulları, maddi imkânlar gibi birçok unsur stresle başa çıkma tarzlarında etkilidir. Ancak genel anlamda sınıflandırılmış olan stresle başa çıkma tarzlarına bakacak olursak; başa çıkma çabaları, duygu odaklı ve problem odaklı olarak 2 gruba ayrılmıştır. Folkman ve Lazarus, genellikle sorun odaklı başa çıkmayı değişebilir olarak değerlendirilen durumlarda; duygu odaklı olanıysa değişemez durum şeklinde değerlendirilen durumlarda daha fazla kullanıldığını ifade etmişlerdir (Türküm 1999). Folkman ve Lazarus (1980), stresli insanları gözleyerek sahip oldukları belirtilerden yola çıkmış, çeşitli stres durumlarında bireylerin hangi başa çıkma stratejisini kullandıkları araştırarak ve 4 genel strateji belirlemiştir. Bu stratejiler (Palancı 2000).

- Çevrenin ne beklediğini tahmin etmeye çalışarak davranma,
- Olayı kabul etme,
- Durumu yönetmeye yarayacak bilgiler toplama çabaları,

- Durumu değiştirme çabasıdır.

Birinci ve ikinci madde duygusal odaklı (pasif) başa çıkmayı; üç ve dördüncü madde ise problem odaklı (aktif) başa çıkma stratejisini ifade etmektedir.

Problem odaklı başa çıkma tarzları kendine güvenli, iyimser, sosyal desteğe başvurma gibi aktif ve işe yarayan faktörleri içerirken duygu odaklı yöntemler çaresiz ve boyun eğici gibi daha pasif, işe yaramayan faktörler içermektedir (Şahin ve Durak 1995).

Thoits (1995) bireylerin stres karşısında çeşitli başa çıkma tarzlarını bir arada kullanabildiğini bildirmektedir. Stresin yoğunluğuna göre, başa çıkma tarzlarında da artışlar olmaktadır. Algılanan stresin düzeyine göre herhangi bir zarara ya da kayba yol açacağı düşünülürse ona uygun başa çıkma mekanizmaları kullanılır. Stresin kontrol edilebileceği düşünüldüğünde problem merkezli başa çıkma kullanılırken; stresin kontrol altına alınamayacağının düşünülmesi duygu merkezli başa çıkmanın kullanılmasına neden olmaktadır (Kömür 2018).

Bireyin ruhsal ve bedensel sağlığını koruyup, verimli bir şekilde yaşamına devam edebilmesi stresin yönetilmesiyle mümkün olabilmektedir. Stres ile başa çıkmadaki asıl amaç, stresin tamamen ortadan kaldırılmasından ziyade, stresin düzeyini azaltmaktır. Stresi tamamen ortadan kaldırmak mümkün değildir, yaşamsal verimliliği düşüren unsurların etkisinin azaltılması ancak mümkün olabilmektedir. Stresle başa çıkmada kastedilen en önemli durum, duygusal gerilimin azaltılarak, duygusal ve davranışsal tepkileri güçlendirmektedir. Stresle başa çıkmada üç dönemli amaçlar vardır. Bunlar; kısa, orta ve uzun vadeli amaçlardır (Yaşar 2008). Kısa, orta ve uzun vadeli amaçlar:

Kısa Vadeli Amaçlar: Strese sebep olan unsurların değerlendirilmesi, nedenlerin sıralanması, stresin olası etkilerinin bilinmesi ve stresle başa çıkabilmek için gerekli tekniklerin öğrenilmesi, stresle başa çıkmadaki kısa vadeli amaçları oluşturmaktadır.

Orta Vadeli Amaçlar: Zarar verici düzeyde olan stresin nedenlerinin bilinmesi, uyaranların önceden görülebilmesi, stresi engelleyen yaşamsal düzenlemelerin gerçekleştirilmesi, olumlu stres kaynaklarının algılanması, kontrol mekanizmasının güçlendirilerek tepkilerin kontrol altına alınması, stresin artmasının engellenmesi ve ihtiyaç duyulduğunda stresi harekete geçirebilmek, stresle başa çıkmadaki orta vadeli amaçları oluşturmaktadır.

Uzun Vadeli Amaçlar: Huzura erişebilmek, düzenli ve sağlıklı bir yaşam sürmek, yaşam doyumunun artması, yaşamsal alanlarda verimliliği artırmak ve becerilerin gelişiminin sağlanması stresle başa çıkmadaki uzun vadeli amaçları oluşturmaktadır (Kömür 2018).

Problem merkezli başa çıkma, bireyin yaşadığı stresin kaynağını ortadan kaldırabilmek için bilgi elde etmesi ve bunu değerlendirebilmek için mantıklı analizler yapabilmesidir (Koç ve Kara 2009). Problem merkezli başa çıkma, stresin etkilerini azaltmak, ortadan kaldırmak ve kişilerin stres kaynağıyla ilişkisinin değiştirilmesine yönelik çabalardır. Strese yol açan faktörlerin net bir biçimde tanımlanması, değerlendirilebilmesi ve başa çıkabilmek için mantıklı analizlerin yapılabilmesi, etkin başa çıkma stratejisinin belirlenmesi, harekete geçmeyi sağlayan bilişsel-davranışsal eylemler, problem merkezli başa çıkma kapsamında değerlendirilmektedir (Folkman ve Lazarus 1984).

Kişi, bu tür başa çıkmayı kullanmak için ayrıca birisinden etkilenme ve dış yardım aramaya gerek duymadan, süreci kendisi işletebilmektedir (Karadeniz 2005). Benlik saygısına yönelik, kontrol edilemeyeceği düşünülen veya sosyal anlamda sonuçların kestirilemediği durumlarda, duygusal eğilimli başa çıkma çabaları artar. Ancak birey ne zaman durumla alakalı kişisel ve amaçlılık bir kontrol sağlama planına sahip olursa, problem odaklı başa çıkma çabalarında ve kaynakları benzer olan olumsuz uyaranlarla ilgili bilişsel çabalarda artış yaşanır (Palancı 2000).

Tehdit anlamına gelen bir olayın etkisini azaltma ya da ortadan kaldırma şeklinde işlem ve problem çözme yolları üstüne odaklanma gibi, stres veren durum etmenlerini direk olarak değiştirmeyle ilgili etkinlikleri içermektedir. Soruna yönelim, bireyin kendi sorunlarını çözme becerisi kadar, yaşadığı problemler ile alakalı, genelde neler hissettiği ve ne düşündüğünü tanımlayan, devamlı bir seri duygusal-bilişsel şemanın işlemesini içeren, güdüsel bir süreçtir. Problem odaklı başa çıkma, sorunun çözümü ve niteliğiyle ilgili neler yapılacağı üzerine odaklanır (Türküm 1999).

Duygusal odaklı başa çıkma, literatürde de genel kabul gördüğü anlamda; stres veren durumlara yönelik bilişsel süreçleri direkt duygusal tercihlere dönüştürerek durumu azaltmaya/küçültmeye yönelik stratejileri; kaçınma, basitleştirme, sadece bir yönü ile ilgilenme, olumlu karşılaştırmalar yapma, olumsuz

durumları olumlu olabilecek yönleri ile görmeye çalışma gibi açıklamaları içerir (Çoruh 2003).

Duygu merkezli başa çıkma tarzları pasif başa çıkma stratejileriyle açıklanmaktadır. Stresi oluşturan unsurları değiştirmeye yönelik hiçbir çabanın sarf edilmediği durumlarda duygu merkezli başa çıkma tarzları ortaya çıkar. Duygu merkezli başa çıkmayı kullanan bireyler, duygularını kontrol altına almaya çalışmakta, ilgi ve düşüncelerini ise farklı bir yöne yöneltmeyi amaçlamaktadırlar. Duygu merkezli başa çıkma, olumsuz olayların olumlu yönlerine odaklanma, kaçınma, uzaklaştırma ve problemli kabullenme öğelerinden oluşmaktadır (Folkman ve Lazarus1984).

Duygusal odaklı başa çıkma; olumlu yeniden yapılanma, durumu kabul etme, kaçma-kaçınma, sosyal destek arama, kişisel kontrol gücünü yetersiz hissetme, sorunu yok sayma gibi çabalardır. Durumun kontrol edilemez olarak değerlendirilmesi halinde sıklıkla kullanılır. Duygusal odaklı başa çıkma, kontrol etmekte zorlanılan durumlardan uzak durmaya ya da bunları inkâr etmeye çalışarak bireyi rahat tutmaya hizmet edecek yaklaşımları hazırlar (Anıl 1999).

Duygusal odaklı başa çıkma tarzında; başarılı bir şekilde düşünmekten kaçındığımız tehdit, geçici bir süre de olsa bizi bunaltmamaktadır. Problemden uzak durma ve inkâr, kişiye daha sakin bir şekilde probleme yaklaşma imkânı tanıdığı için, psikolojik stresin kontrol edilmesi konusunda güçlü olan tekniklerdir (Türküm 1999). Bu başa çıkma şeklinde kişi, yaşadığı süreçte bu durumun araçsal ve objektif özellikleriyle içerdeki tehditin doğasında olan gerçekliğe dikkat etmemektedir. Duyguda odaklaşan başa çıkma; egzersiz, yemek yeme, sempati arama gibi efektif düzenlemeler; inkâr, iyimser düşünce, tehdidin değerini azaltma, hayal kurma gibi dikkati tekrar yönlendirme çabalarını içeren 62 stratejiden oluşur. Yine bu başa çıkma tarzı; uzaklaşma, kendini kontrol etme, sosyal destek arama, olumlu değerlendirmeler, sorumluluk alma ve kaçınma olarak da görülebilmektedir (Aydın 2003).

Kişi stres unsuru bir duruma maruz kaldığında, başa çıkabilmek için kendine özgü bir başa çıkma tepkisi bulmalıdır. Gmelch ve Chan (1994), stresli durumlar için yedi başa çıkma tepkisi önermektedir: Durumdan bir espri çıkarmak, uyum sağlamanıza yardımcı olacak bir deyiminiz olması, gevşeyip durumu göz önüne almak, sorular sormak, surumu fırsatlarla dolu bir durum olarak görmek, yaratıcı

çözümler bulmak ve stresli durum içerisinde esnekliği korumak. Stresin en etkin biçimde yönetilmesine yardımcı olan unsurlar keşfedildiğinde tüm başa çıkma tepkileri bireyler için faydalı olabilir (Altıparmak 2018).

Bazı davranış özelliklerinin stresi azaltma ile bağlantısı bulunmaktadır. Güney Kaliforniya' nin iki binden fazla sakini üzerinde yapılan bir çalışmada aşağıdaki özellikler stres azaltıcı olarak tanımlanmıştır: Ilımlılık, sakinlik, iyimserlik, başkalarına ilgi gösterme, geleceğe dair umut; kişinin önündeki fırsatları görmesi (Buss 2008).

Stres ile başa çıkma yollarında kullanılan çeşitli bireysel yöntemler de şunlardır: Bedensel hareketler yapmak, solunum egzersizi, gevşeme, progressif gevşeme tekniği, meditasyon, biyolojik dönüt, beslenme, toplumsal destek, sosyal, kültürel ve sportif etkinliklere katılma, masaj, dua ve ibadet, zaman yönetimi, hayal kurma ve zihinsel canlandırma, uyku, olaylara bakış açısı, zihinsel yönlendirme tekniği, mizah, komiklik ve gülmek.

1.3. Toplumsal Cinsiyet

Toplumsal cinsiyet, kişinin doğuştan getirdiği cinsiyetinin sonucu olmak zorunda olmayan, toplumsal olarak kurulmuş erillik ve dişilik kavramları ile ilişkili bir olgudur (Giddens2008). Yani biyolojik cinsiyet doğumla belirlenirken toplumsal cinsiyet içinde yaşanılan kültür tarafından belirlenmektedir. Dolayısıyla, toplumsal cinsiyet farklılığı biyolojik cinsiyet gibi doğa tarafından oluşmadığı, sosyal yapılandırma ile meydana geldiği için toplumsal cinsiyet rollerine yönelik bakış açılarının değiştirilmesi de olasıdır. Toplumsal cinsiyet, kadın ve erkeğin toplumdaki statülerini, rollerini, görev ve sorumluluklarını, aynı zamanda toplumun bireye bakış açısını, algılarını ve bireylerden beklentilerini içine alır (Çalışır ve Çakıcı 2015).

Toplumsal cinsiyet rolleri, bireyden üstlenmesi beklenen, toplum tarafından anlamlandırılan doğuştan getirilen cinsiyete dayalı beklentileri ifade eder (Bhasin 2003). Aynı zamanda toplumsal cinsiyet rollerini, kadın ve erkeğin bireysel ve toplumsal anlamda davranış şekillerini etkileyen kültürel beklentiler olarak da tanımlayabiliriz. Toplumsal cinsiyet rolleri yani kadın ve erkek olmak çeşitli sosyalleşme bileşkeleriyle öğrenilen bir süreçtir, zamansal ve kültürel olarak değişkenlik göstermektedir. Erkek ve kadın olma süreci, ev içinde başlayarak, kreşte, anaokulunda, okulda, sporda, özel ilişkilerde, toplumsal kurumlarda,

örgütlenmelerde ve is yaşamında devam eder. Bu alanlar, cinsiyetin oluşturulmasında ve yeniden üretilmesinde önemli faktörlerdir; çünkü rol farklılıklarının ve cinsiyet ayrımlarının süreklilik göstermesi bu kurumlar sayesinde sağlanır (Çınar 2005).

Doğuştan getirdiğimiz cinsiyetlere içinde bulunulan kültürün etkisiyle, yüklenen anlamlar kişilik özellikleri gibi düşünülerek; bireylerden içinde bulundukları cinsiyete uygun davranışlar sergilemeleri beklenmektedir. İçinde bulunulan cinsiyete göre kadınlardan beklenen; sevecen, hassas, fedakâr, bağımlı ve pasif olmaları iken erkeklerin daha bağımsız, kudretli, saldırgan ve duygularını açığa vurmayan bireyler olduğu düşünülmektedir (Zeyneloğlu 2008). Toplum tarafından ortaya atılan, suni cinsiyet özellikleri ayrımında; bireyin doğuştan getirdiği özelliklerin yanı sıra yaşadığı çevreyle olan etkileşiminin de önemli olduğu kabul edilmektedir (Blakemore ve ark 2009).

Erkek rolleri sıklıkla erkeklerin baskın, güçlü, saldırgan olmaları ve kadınları kontrol etmeleri gerektiği şeklinde beklentiler içermektedir. Birçok geleneksel maskülen tanımlamalarına göre "gerçek erkek" tanımlamasında erkekler kadınları zihin ve duygulara göre değil fiziksel özelliklerine göre değerlendirmekte, uyumsal iletişim ve ilişkilere nadiren ilgi duymakta ve yaşamın birçok boyutunda ve çalışma hayatında kadınları erkeklere eşit kabul etmemektedir. Dolayısıyla geleneksel erkek rolü erkeklere; kadınları küçümsemesini, onlara karşı kaba olmalarını ve kadınlarla eşitlikçi ilişkileri reddetmelerini teşvik etmekte ve erkeklerin duygusal zekâ alanlarını aktif olarak kullanmamalarını teşvik etmektedir (Santrock 2014).

Kadın ya da erkek cinsiyetine dayalı bir kimliği taşıyan kişinin, toplumsal beklentilere kayıtsız olması mümkün değildir (Ersoy 2009). Toplumsal beklentilere aykırı davrananlarsa toplum tarafından farklı şekillerde cezalandırılabilir. Beklentilere göre davranmayan bireyler toplumdan dışlanma, psikolojik şiddet, duyarsız davranışlara maruz kalma vb. şekillerde toplumun ötekileştirmesi ile karşı karşıya kalabilirler.

Toplumsallaşma sürecinin etkisi ile erkek ve kadının cinsiyet rolleri ve sorumluluklarına yönelik davranış ve tutumları şekillenmektedir. Kadına farklı erkeğe farklı yüklenen roller, iki cinsiyet grubu arasında eşitsizliklerin ve tutum farklılıklarının ortaya çıkmasına neden olabilmektedir (Öztürk 2015).

Evlilikte ve kadın erkek ilişkilerinde toplumun beklentileri söz konusu olabilmektedir. Kadın, cinsiyeti aile içerisinde daha fazla sorumluluk sahibi, daha yapıcı ve alttan alan rolleri üstlenmektedir. Çocuk bakımı, yemek ve evin temizliği gibi işler kadının birincil görevi olarak görülmektedir. Erkek ise daha agresif, ev işlerinde sorumluluk almayan ve alttan almayan rollerdedirler. Erkekler hırslı, atılgan ve sert bir imaja bürünürlerken, kadınlar iletişime daha açık, duygularını daha iyi ifade edebilen ve daha naif yapıda görünüm sergilemektedirler (Kaplan 2015).

1.3.1. Toplumsal Cinsiyet Rolleri ve Tutumları

Toplumsal cinsiyet rolleri, sosyal ortamlarda kadınlık ve erkekliğin ne anlama geldiğini ve kültürel beklentileri içerir. Doğumla başlayan sosyalleşme sürecinde öğrenilen toplumsal cinsiyet rolleri; kişilerin içinde yaşadıkları toplum tarafından belirlenir. Yani toplumsal cinsiyet rolleri aslında "kadınlığı" ve "erkekliği" tanımlamaktadır. Toplumun kadınlarla ve erkeklerle özdeşleştirdiği; özellikler, beklentiler ve davranışlardır. Erkeksi davranış, erkekler için uygun olduğu düşünülen davranışlar; kadınsı davranış nişe kadınlar için uygun olduğu davranışlara verilen adlardır. Kişiler yaşamda belirli roller üstlenirken mevcut toplumsal yapının onlara yüklediği rollere uygun davranırlar (Dökmen 2014).

Toplumsal cinsiyet rolleri, doğmadan evvel anne karnında şekillenmeye başlayan bir süreçtir. Çocuk daha doğmadan; kendi cinsiyetine uygun kişilik özellikleri ve ona uygun davranış şekilleri, hangi oyuncaklarla oynayabileceği, hangi sıfatların ona uygun olduğu, hangi kıyafetleri giyip giyemeyeceği, cinsiyetine uygun olarak hangi meslekleri seçmesi gerektiği gibi konular yalnızca biyolojik özellikleri ile belirlenemeyecek unsurlardır. Fakat toplum tarafından bireylere uygun görülen davranışlar belirlenerek, bunlara uygun davranışlarda bulunmaları beklenmektedir (Bem 1983).

Toplumsal yapı; içeriği bakımından sürekli değişen, yenilenen dinamik bir yapıdır. Bu nedenle, toplumsal yapının bünyesinde var olan toplumsal değerler ve toplumsal ilişkiler de zaman içerisinde bu değişimden etkilenerek değişime uğramaktadır. Kadınların iş hayatında daha fazla rol alması, eğitim durumlarındaki yükselme, modern düşünce ve sahip oldukları sosyal imkânlar ile kadınların erken evlenme ve çocuk sahibi olmalarında azalmayı sağlamıştır.

Mevcut durum kadının üstlendiği ya da kadına yüklenen geleneksel rollerinde köklü değişiklikleri beraberinde getirmiştir (Tallichet1986). Kadınlar aile içerisinde alınan kararlarda daha etkili olmaya başlamış ve mevcut geleneksel rollerini de bazı toplumsal yapılara ya da kurumlara devretmişlerdir (Kaplan 2015).

Erkeksi cinsiyet rolü: Saldırganlık, bağımsız olma, kendine güven, hak savunma, yüksek öz saygı, liderlik, başarılı olmak, kontrol, atletik olmak, hırs, olarak karakterize edilmektedir (Curun 2006).

Kadınsı Cinsiyet Rolü: olarak kadın, şefkatli olma, bağlı olma, duygusal olma, utangaç olma, hassas olma, saf olma, sevmek, duyarlı olma, gibi niteliklerle ifade edilmektedir (Curun 2006).

Androjen cinsiyet rolü: Cüceloğlu (2006)'na göre erkeksi ve kadınsı özellikleri kişinin kendi benliğinde dengelemesidir.

1.3.2. Toplumsal Cinsiyet Rolleri İle İlgili Kuramlar

Toplumsal cinsiyet rolleri ve tutumlarını etkileyen pek çok kuram olmakla birlikte temel kuramlara aşağıda yer verilmektedir.

Psikanalitik Kuram

Toplumsal cinsiyetin gelişimiyle ilgili olarak ilk kuramsal ifadeler Sigmund Freud'a aittir. Freud, kişinin cinsel gelişimini beş aşamayla ele almıştır. Bu aşamalar; oral, anal, fallik, örtük ve genital dönem olmak üzere psikoseksüel aşamalardır. Freud'a göre, çocuklar cinsiyete bağlı kimliklerini, anne-babalarıyla ilişkilerindeki çatışmalı, kıskanç duygularını çözümleyerek kazanırlar (Özbay 2004).

Psikanalitik kuramlar, gelişimi esas alarak bilinçdışı (farkındalık ötesi) ve büyük ölçüde duygu ağırlıklı bir içerikle tanımlanır. Psikanalitik kuramlara göre davranış yüzeysel bir özelliktir ve gelişimi gerçek şekilde anlamanın yolunun davranışın sembolik anlamlarını ve zihnin derinliklerindeki işleyişi analiz etmekten geçtiğini savunur. Bu kuramlar ebeveynlerle erken dönemdeki etkileşimin, gelişimi büyük ölçüde şekillendirdiğini vurgular (Santrock 2014).

Bilişsel Gelişim Kuramı

Bilişsel gelişim yaklaşımında çocuğun öncelikle hangi cinsiyetten olduğunu öğrendiği vurgulanır. Yani çocuk bir cinsel kimlik geliştirir sonra da kendi

cinsiyetinden beklenen davranışı gösterir. En sonunda çocuk cinsiyete özgü davranış sergilemenin ödül getirdiğini kabul eder (Şıvgın 2015). Bilişsel gelişim kuramında cinsel kimliğin kazanılması için üç evreden bahsedilmektedir. Çocuğun yaş dönemlerine göre gruplandırılan bu evrelerde üç yaşında kendini doğru etiketleyebilir ve başkasının cinsini de belirli bir doğruluk ile belirler, dört yaşında cinsin değişmeyeceğine yönelik kısmi bilinç vardır, altı yaşına kadar ise öncelikle fiziksel cinsiyet ayrımına dayanan net bir cinsel kimlik kavramı kurulmamıştır (Onur 1995).

Kuramda, birinci dönem olan cinsiyeti etiketleme döneminde (2- 3,5 yaş arası); çocuklar kız ya da erkek olduklarını bilirler. Fakat cinsiyet kavramının değişmezliğinin henüz farkında değillerdir. Mesela; bir kız çocuğu büyüdüğünde baba olacağını düşünebilir, ifade edebilir. Cinsiyetin kararlılığı döneminde (3,5- 4,5 yaş arası) ise, çocuklar bir kişinin cinsiyetinin değişmezliğinin farkına varmaya başlamışlardır (Özcan 2012).

Sosyal Öğrenme Kuramı

Albert Bandura tarafından ortaya koyulan kurama ait iki süreç bulunmaktadır. Bunlar; edimsel koşullanma ve model alma ve taklittir. Birinci süreç olan edimsel koşullanma; pekiştirilen davranışın gelecekte de yüksek ihtimalle tekrarlanacağını öne sürer. Bir diğer süreç model alma ve taklit ile öğrenmede ise çocuklar; yetişkinlerin davranışlarını gözlemleyerek model alırlar ve bu davranışı öğrenirler, ödül ve ceza uygulamasıyla çocuklar cinsiyetlerine uygun davranışlarda bulunacaklardır (Dökmen 2009).

Erkekler erkek cinsiyet rolüyle örtüşen tutum ve davranışlarıyla, kızlar da kız cinsiyet rolüyle örtüşen tutum ve davranışlarıyla onay görüp ödüllendirilir. Tüm bu ödül ve ceza kalıpları bir süre sonra, çocukların geleneksel erkek ve kadın davranışları gösterme oranlarının yükselmesine neden olur (Burger 2006).

Kişiler, sosyal rolleri ile uyumlu davranışlar sergiler. Davranıştaki cinsiyet farklılıkları, bireylerin sosyal rolleri bakımından kadın ve erkek olarak ayrılmalarından kaynaklanır. Gerek aile gerekse iş yaşantısında kadınlar ve erkekler farklı roller üstlenirler. Erkekler evin dışında çalışırken yüksek ücret alırlar, otoriteyi, güç ve statüyü temsil ederler; kadınlar ise ev yaşamıyla daha çok ilgilidir (Anar 2011).

1.3.3. Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Gelişimini Etkileyen Faktörler

Toplumsal cinsiyet rollerinin oluşumunda aile; yadsınamayacak derece önemlidir. Çocukların ilk rol modelleri anne ve babalarıdır. Onların tutum ve davranışları, çocuklarına ne hissettirdikleri çocuklar üzerinde kalıcı bir etkiye sahiptir. Anne ve babalar çocuklarının kadınsı ya da erkeksi davranış örneklerini oluşturmaktadır. Gerek seçilen oyuncaklar, gerek kullanılan renkler, oyun oynama biçimi, oyun sitili ve daha birçok unsur ile anne ve babalar çocuklarının cinsiyet rollerinde pekiştireç görevi üstlenirler. Böylece ebeveynler farkında olmadan çocuklarının uygun davranışları ile cinsiyetlerini eşleştirmektedirler.

Aileler kız ve erkek çocuklarına; giyinme şekli, arkadaş seçimi, dışarıda bulunabilecekleri zaman gibi konularda cinsiyetlerine göre farklılaşan tutumlar sergilemektedirler. Bazen onları ödüllendirerek bazen ceza yöntemi ile kız çocuklarının kadınca, erkek çocuklarının erkekçe davranışlarını pekiştirmektedirler. Anne babanın sergiledikleri bu tutumlar çocuk yaşta davranış olarak onları ayrıştırmaktadır (Özcan 2012).

Çocukların büyürken sosyalleşmesinde ve kendisi dışındaki mevcut sosyal yapıyı algılayıp anlamlandırmasında oyun ve oyuncaklar çok önemli bir yere sahiptir. Çocukların öğrenme ve ifade etme şekillerinden birisidir; oyun ve oyuncaklar Bu şekilde algıladıkları ve öğrendikleri bilgiler onların hayatında kalıcı bir yer edinmektedir.

Oyuncak seçimi, ebeveynlerin cinsiyete uygun rol oynamasını sağlama yollarından birisidir. Çocukların oyuncak seçiminde toplumun etkisi büyüktür. Toplum cinsiyet rolü ile ilişkisi olmayan durumlarda dahi erkeklerin, hatta kızların ilgisini çeken oyuncakları, erkeksi ya da kadınsı olarak sınıflayabilmektedir. Örneğin elişi etkinlikleri kızların, blok oyunları erkeklerin etkinlikleridir seklinde yargılar bulunmaktadır. Okul öncesinde kızların ilgileri, oyuncak bebekler, ev eşyalarının minyatürleri, şapkalar, topuklu ayakkabılar gibi giysilere yönelmektedir. Erkekler ise silahlar, arabalar, kamyonlar, traktörler, yangın söndürme aletleri, marangozluk aletleri ve bloklarla meşgul olmaktadır (Çağlı ve Durukan 1989).

Toplumsal cinsiyet rollerinin gelişiminde aile ve oyuncaklar kadar okul ve öğretmenler de önemli bir yerdedir. Eğitim, toplumun değer yargılarını, düşüncelerini, yaşam pratiklerini vb. gelecek kuşaklara aktararak, içinde bulunduğu

toplumun kültürünün devamını sağlamaktır. Kız ve erkek öğrencilerin nasıl davranmaları, nasıl giyinmeleri gerektiği, toplumun onlardan ne beklenti içinde olduğu, hangi meslekleri seçmelerinin kendileri için daha iyi olduğu vb. toplumsal cinsiyet rolleri önce ailede öğretilmekte, sonra ise okullarda pekiştirilmekte ve devamı sağlanmaktadır (Özcan 2012).

Eğitim, ülkenin temel kurumlarından biri olduğundan ve diğer kurumlarla etkileşim içerisinde bulunduğundan dolayı "eğitimde cinsiyetçilik" çok boyutlu bir sorun olarak görülmektedir. Okullarda idareci, öğretmen, müfredat ve ders kitapları aracılığıyla sonraki nesillere bilgi ve beceriler aktarılırken aynı zamanda toplumsal cinsiyet rolleri de aktarılmaktadır (Arslan 2000, Batur 2010). Öğretmenlerin çocuklara karsı tutumlarında da cinsiyete göre farklılıklar görülmektedir. Erkek çocuklarda daha yıkıcı ve daha saldırgan davranışlar pekiştirilirken kız çocuklardaki bu davranışlar onay görmemektedir. Kız çocuklarından daha narin, daha kibar davranmaları beklenmektedir.

Hem okulda hem de yaşam alanlarındaki arkadaşlıklar da çocukluktan itibaren kişilik ve cinsiyet üzerinde çok etkili bir faktör olmaktadır. Arkadaşlarla oynanan oyunlar, oyuncak seçimi, oyun içindeki roller, gibi birçok unsurda kız ve erkek cinsiyeti ve uygun rolleri farkında olmadan belirlenmektedir. Çocukların ve gençlerin; mahallede ve okulda aynı cinsten olan arkadaşlarına kadınsı ve erkeksi cinsiyet rollerini öğretmeleri söz konusudur. Özellikle ergenlikte arkadaş grubunun onaylaması ya da onaylamaması cinsel tutum üzerinde çok etkilidir. Akranlar kendi cinsiyetlerine uygun davranışlar gösterenleri onaylayarak veya göstermeyenleri onaylamayarak cinsel rollere katkıda bulunurlar (Arslan 2000).

1.3.4. Sosyal Hizmet Perspektifinden Toplumsal Cinsiyet Kavramı

Uluslararası Sosyal Hizmet Uzmanları Federasyonu (IFSW) sosyal hizmet mesleğini, hak ve sosyal adalet kavramları doğrultusunda, birey, aile, grup ve toplulukların iyi olma durumlarını kollayan, mevcut iyi olma halini artırma amacı doğrultusunda, kişilerin özgürleşmelerini ve güçlenmelerini amaçlayan bir meslek olarak tanımlamaktadır (IFSW 2016). Gerek aile içerisinde gerek toplumda kadının iyilik halinin güçlendirilmesi ve özgürleştirilmesi ile mesleki ve toplumsal anlamda bir iyileşmenin varlığından söz edilebilir.

Sosyal hizmet uzmanı doğrudan insan ile çalışmak ile birlikte, hak kaybına yol açmayacak ve insan haklarını koruyacak şekilde çalışmalarını yürütmek durumundadır. Sosyal hizmet uzmanı çalışmalarında sadece ihtiyaç temelli değil hak temelli olarak bu ihtiyaçların karşılanması gerektiği bakış açısındadır (Küçükkaraca 2013). Sosyal hizmet uzmanı toplumda var olan ayrımcılığın karşısında duran bir meslektir. Sahip olduğu donanım ve becerilerle mesleki müdahalede bulunurken bu bakış açısını kullanır.

Kadınların cinsiyetlerinden kaynaklı olarak toplum içerisinde yaşadıkları ayrımcılık ve eşitsizlikler, kadının bireysel ve toplumsal olarak gelişiminin engellemesine neden olmaktadır. Sosyal hizmetin temel amacı var olan tüm eşitsizliklere karşı mücadele etmektir (Öztürk 2013). Özellikle aile içerisinde haksızlığa uğrayan kadın cinsiyetinin giderek pasifleştirilmesi sonucunda güçlü olmayan kendine yetemeyen, muhtaç bir anne modeli hâkim olacaktır. Ailenin varlığından söz ettiğimizde o ailede çocuk veya çocuklar varsa, model alma ve taklit yolu ile bazı davranış örüntüleri geliştiren çocuklar için bahsedilen anne modeli ile kendine yetebilen nesiller yetiştirme amacından uzaklaşılmaktadır.

Sosyal hizmet müdahalesinin kadınların aile içinde cinsiyetlerinden ötürü uğradıkları baskı ile baş etmek için güçlenmelerinde, cinsiyetçiliği güçlendiren ataerkil aile ideolojiye karşı hizmet kullanıcılarının bilinçlenmesine yardım ederek, bilinç yükseltme çalışmalarında etkili bir uygulama alanı olduğunun altı çizilmelidir (Kaylı 2016). Sosyal hizmet her ne kadar tüm insanlığın sosyal işlevselliği ile ilgilense de bir öncelikli kuralı toplumun en savunmasız üyelerine, sosyal adaletsizliğe, ayrımcılığa ve baskıya maruz kalan kesimlere öncelik vermektedir (Selçik ve Güzel 2016). Hem çekirdek ailede hem de geniş ailede karşımıza çıkan: Kadının sadece kadın olması sebebiyle uğradığı hak kaybına karşı neler yapılabilir, bunlar toplumla uyumlu hale nasıl getirilebilir önemli sorunlardandır.

Sosyal hizmet uzmanlarının en büyük sorumluluğu müracaatçı gruplarına, cinsiyet, yaş, dil, inanç, ırk, sınıf, renk, siyasal görüş, kültür, fiziksel ya da zihinsel olarak farklılıklar, cinsel yönelimlerine göre ayrımcılık yapmadan ve mesleki bilgisini kullanırken insani değerleri göz ardı etmeden müdahalelerini profesyonel olarak sunmaktır. Sosyal hizmet uygulamalarının toplumsal cinsiyet eşitliği çerçevesinde düzenlenmesinin amacı, kadınları ev içinde ve dışında güçlendirerek,

ötekileştirilmesinin ve yok sayıldığı baskıcı ideolojinin yok edilmeye çalışılmasındır (Karataş 2018).

1.4. Kredi ve Yurtlar Kurumu

Türkiye'de hizmet veren devlete bağlı yurtlar Gençlik ve Spor Bakanlığı bünyesinde Kredi ve Yurtlar Kurumu'na bağlı hizmet vermektedir. Kredi ve Yurtlar Kurumu yükseköğrenim öğrencilerine öğrenim kredisi ve burs sağlamak, barınma hizmeti vermek, yurtlarda barınmakta olan öğrencilere yönelik çalışmalar yapmaktır.

1.4.1. Kredi ve Yurtlar Kurumu'nun Öğrencilere Yönelik Hizmetleri

Psikososyal Servisler ve Uygulamaları

Kredi ve Yurtlar Kurumu'nda hizmet veren psikososyal servisler ilk kez 1984 yılında Ankara, İstanbul ve İzmir Bölge Müdürlüklerinde hizmet vermeye başlamıştır. 1986 yılında sosyal çalışmacılar ilk kez servislerde görev almışlardır. Kurumun psikososyal servislerinde hala 45 psikolog ve 73 sosyal çalışmacı görevini yürütmektedir. Yurt müdürlüklerinin kapasitesine ve büyüklüğüne göre uygun sayıda meslek elemanı çalışma yapaktadır (Yurtkur Performans Programı 2015).

Sosyal çalışmacı ve psikologlar KYK bünyesindeki psikososyal servislerde öğrencilerin sınav stresi, derse konsantre olamama, başaramama korkusu, mezun olma ve gelecek kaygısı, arkadaşlık ilişkileri, uyum problemleri, aile problemleri, ekonomik problemler ve bu problemlerin kişide yarattığı psikolojik durumlarına yönelik ve danışmanlık ve rehberlik hizmetleri vermektedir. Ayrıca; sosyal, kültürel ve sportif etkinlikler düzenleyerek öğrencilerin toplumun diğer ögeleri ile bir arada olup iletişimlerinin geliştirilmesine katkıda bulunmaktadır (Yurtkur Performans Programı 2017).

Halk eğitim merkezleri, Sivil toplum kuruluşları, gönüllü kuruluşlar ile imzalanan protokoller doğrultusunda kurslar açılmakta ve öğrencilere seminer, konferans gibi paylaşımlarla kişisel gelişim imkânları sağlanmaktadır. Öğrenci potansiyeli ve istekleri doğrultusunda açılan kurslar ve düzenlenen faaliyet programları ile öğrencilerin derslerinden arda kalan boş vakitlerini etkili ve verimli geçirmeleri amaçlanmaktadır.

Psikososyal servislerdeki meslek elemanları "Ekip Çalışması" ile anlayışı içerisinde görevlerini yürütmektedirler. Çalışmalar mesleki etik, mahremiyet ve gizlilik kurallarına uygun ve gizlilik ilkesi doğrultusunda yürütülmektedir (Eğitim Faaliyetleri 2018). Gerek sosyal çalışmacılar gerekse psikologlar; aldıkları eğitimin ilkeleri doğrultusunda çalışmalarını yürütmekte insan haklarını gözetmekte; güven, gizlilik ve mahremiyet gibi temel ilkelere bağlı kalarak çalışmalarını yürütmektedirler.

Psikososyal serviste verilen hizmetler şu şekilde özetlenebilir: Öğrencilerin yurt yaşamına ve çevreye uyumlarını kolaylaştırmak amacıyla uyum Programları yürütmek; öğrencileri tanımak ve ekonomik, psikolojik, fiziksel, sağlık vb. konulardaki risk gruplarını belirleyip takip edebilmek amacıyla Sosyal İnceleme Formu düzenlenmek; gençlerin başa çıkmakta zorlandıkları problemlerinin çözümüne yardımcı olmak amacıyla koruyucu ruh sağlığı hizmetleri vermek; psikolojik sorun yaşayıp sorunlarına kurum imkânları dâhilinde çözüm bulunamayan öğrencilerin sağlık kuruluşlarına, sosyal ve ekonomik sorun yaşayanların ise ilgili kurum ve kuruluşlara havalesini yapmak; öğrencilerin serbest zamanlarını verimli değerlendirebilmeleri amacıyla benzer yetenekleri olan öğrenciler için ilgi grupları oluşturmak ve sosyal, kültürel ve sportif faaliyetler organize etmek; öğrencilere danışmanlık ve rehberlik hizmetleri sunmaktır (Psikososyal Servisler 2016).

Uyum Programları

Yurtlara yeni kayıt yaptıran öğrenciler için uygulanan uyum programında tüm yurt personeli ekip halinde çalışır ve bu yeni gelen öğrencinin adaptasyon sürecinde çok önemli bir adımdır. Tüm yurt personeli işbirliği içerisinde öğrenciye; kurum ve yurt hakkındaki genel bilgileri aktarır, yurtta görevli personelin ne iş yaptığı ile ilgili görev ve yetkilerini belirtir. Yurdun genel fiziki yapısı (kaç bloktan oluşur, kaç kapasitelidir, tuvalet banyo yerleri, yemekhane, çalışma salonları, kütüphane televizyon odaları, çizim odaları, spor alanları nerelerde bulunur) ile ilgili bilgi verilir. Öğrenciyi daha yakından ilgilendiren izin işlemleri, izin alabileceği gün sayısı, resmi ve evci izni ve kullanım şekilleri, yurt ücretleri, ödemeleri yapabileceği yerler ve ayrıca kurum tarafından düzenlenen sosyal kültürel ve sportif faaliyetler hakkında öğrenciye bilgi aktarımında bulunulur.

Program kapsamında yurt müdürlüklerinde görev yapan sosyal çalışmacı ve psikologlar Öğrencileri: İnsan ve arkadaşlık ilişkileri, yalnızlık duygusu, akademik

başarı kaygısı, aileden uzak kalma ve aileye duyulan özlem, yurda okula yeni sosyal çevreye uyum, genel kaygılar; konusunda bilgilendirmektedirler. Öğrenciler ve ailesi ile ilgili ayrıntılı bilgileri içeren form doldurulup, dosyalarında muhafaza etmek üzere kendilerinden alırlar. Uyum programları; öğrencilerin kayıt dönemlerinden başlayarak yaklaşık olarak iki ay gibi bir süreyi kapsamaktadır. Bu süre içerisinde bazı öğrenciler hafta sonu kayda gelebilmektedir. Bu şekilde hafta sonu kayıt olan öğrencilere de psikososyal servisler hafta içerisinde ulaşmaya çalışmakta ve gerekli aktarımları kendilerine yapmaktadırlar. Bu uygulamada her yeni kayıtlı öğrenciye ulaşmak temel amaçtır. Öğrenciyi önce görmek tanımak, böyle bir birimin varlığından haberdar etmek, ihtiyaç duyduğu her an çekinmeden gelebileceği bilgisini aktarmak; öğrencinin ve ailesinin psikolojik rahatlamasını sağlamak açısından önemlidir.

Yürütülen uyum programı kapsamında öğrenciyle birebir görüşme yolu ile iletişime geçildiği için: ekonomik, fiziksel ve sağlık konularında dezavantajlı ve riskli grupları belirlemek ve kayıt altına almak psikososyal servislerin temel amaçlarından birisidir. İlerleyen zamanda aynı problemlerle psikososyal servise başvuran öğrencilerle grup çalışması yapabilmek adına da bu servislerde tutulan kayıtlar ve bu kayıtların gizliliği esastır.

Farkındalık konferansları, toplantıları

Öğrencileri daha yakından tanımak için dönem dönem iletişim toplantıları gerçekleştirilir. Yine bu toplantılarda amaç öğrenciyi daha yakından tanımak ve onun psikososyal servise ulaşabilirliğini kolaylaştırmaktır. Yüksek kapasiteli yurtlarda meslek elemanı yetersizliğinden her öğrenciye ulaşmak bazen mümkün olamayabiliyor. Bu sebeple yurtların kapasitesi göz önünde bulundurularak meslek elemanı sayısında artışa gidilmesi bir ihtiyaç olarak görülmektedir.

Aynı zamanda, gençlerde en çok önemsenen konulardan birisi olan “alkol ve madde bağımlılığı” konusunda Yeşilay gibi köklü ve alanında uzman kuruluşlarla yine işbirliği içerisinde yurt bünyesinde uygun alan varsa orada yoksa uygun bir alan temin edilerek bilinçlendirme toplantıları düzenlenmektedir. Bağımlılık nedir, nasıl başlar, nasıl bir döngüdür tüm bu konuları içeren sunumlar gerçekleştiriliyor. Bu sunumlar esnasında sunumların içeriğinin özendirici, merak uyandırıcı bir formda olmamasına dikkat edilmektedir.

Koruyucu Sağlık Hizmetleri Bilinçlendirme Toplantıları

Yurtta görev yapan hemşire varsa onunla koordineli çalışan meslek elemanı özellikle kadın öğrencileri yakından ilgilendiren; hijyen, meme kanseri ve korunma yolları, jinekolojik rahatsızlıklar, erken teşhis, kendi kendine muayene yöntemleri gibi konularda halk sağlığı kurumundan ya da alanında uzman kişilerden bu tür konferans ve toplantıları talep ederek öğrencilerin bilinç düzelerinin artırılması amaçlamaktadır.

Kurs ve Atölye Çalışmaları

Yurt müdürlükleri tarafından, fiziki yapıları elverdiği oranda öğrenciler için kurs ve atölyelerin gerçekleştirilebileceği uygun mekânlar düzenlendi. Halk Eğitim merkezleri, üniversiteler, sivil toplum kuruluşları ile iletişimde olan yurt psikososyal servisleri; öğrencilerin ihtiyaçları ve talepleri doğrultusunda boş zamanlarını değerlendirebilecekleri, stres atıp kendilerini geliştirebilecekleri kurslar ve atölyeler açmaktadır. İletişime geçilen kuruluşlardan gelen eğitimciler moderatörlüğünde öğrenciler için verimli zamanlar geçirilmesi amaç edinilmektedir. Bunlar: dil kursları, hobi kursları, sosyoloji, edebiyat atölyeleridir

Satranç ve Spor Turnuvaları

Spora yatkın, ya da profesyonel sporcu öğrencilerle önce yurt müdürlüklerinde takımlar kurulmakta, yurt bahçesi, kiralanan spor salonları gibi uygun alanlarda takım oyunları düzenlenmekte, müsabakalar planlanarak yapılmaktadır. Basketbol, voleybol, masa tenisi, badminton gibi spor dallarında önce yurt içerisinde müsabakaya katılan öğrenciler daha sonra Türkiye genelinde müsabakalarda yarışmaktadır. Turnuvalar; sporun ve fiziksel aktivitenin gençlerin enerjilerini doğru yöne kanalize etmelerinde, sağlam kafa sağlam vücutta bulunur anlayışıyla daha az stresli daha sağlıklı bir yaşam sürmelerindeki etkisi göz önünde bulundurularak düzenlenmektedir.

Gönüllülük esaslı çalışmalar

Yine farkındalık yaratmak, dikkat çekmek amacıyla öğrencilerin tamamen gönüllü katılımları esas alınarak gerçekleştirilen çalışmalar olmaktadır. Bunlar: şehit ve gazi yakınları ile ilgili çalışmalar, Lösev ziyareti ya da bağış kampanyaları, hayvanlarla ilgili çalışmalar vb. olabilmektedir.

1.4.2. Kredi ve Yurtlar Kurumu'nda Sosyal Hizmet Uygulamaları

Sosyal hizmet mesleği; mesleki değerleri, meslek etiği ve ilkeleri doğrultusunda çalışmalar yaparak birey, grup ve toplum refahını arttırmak amacıyla faaliyetlerde bulunur. Faaliyet alanlarına içinde bulundukları şartlarda dezavantajlı olarak tanımlanan; engelliler, yoksullar, yaşlılar, çocuklar, gençler, kadınlar, öğrenciler, aileler, şiddet mağdurları ve uygulayanlar gibi toplumu oluşturan birçok grup girmektedir (Kara 2018).

Sosyal hizmet, gerçekleştirdiği çalışmalarda ve uygulamalarda bazı yaklaşım ve kuramlardan yararlanarak çalışmalarının bilimsel ve sistematik olmasını hedeflemektedir. Bu yaklaşımlardan bazıları şunlardır:

Güçlendirme Yaklaşımı, "güç" ve "güçlendirme" kavramlarıyla ilgilidir. "Güç" kavramı; kişilerde farklı şekillerde meydana çıkan etki yapıcı ve biçimlendirici olan şey" olarak tanımlanabilir. Güçlendirme ise; kişilerin mevcut potansiyel güçlerinin farkına varıp onu kullanmalarına yardımcı olmayı amaçlayan mesleki bir uygulama sürecidir. Güçlendirme; bireyin kendisinde mevcut olan güçleri bulma, arttırma, destekleme ve geliştirme ile anlamdaş olarak kullanılabilir (Apak 2018).

Bu yaklaşım, yurt psikososyal servislerinde meslek elemanının kullandığı temel yaklaşımlardan birisidir. Öğrencilerin, zayıf ve kırılgan yanlarından önce güçlü ve başarılı oldukları alanlarda farkındalıklarını artırmak, yoğunlaşmalarını sağlamak onların daha güçlü ve başarılı hissetmeleri açısından önemlidir.

Sistem Yaklaşımı, Sistem yaklaşımı analitik bir çerçeve çizer ve çizdiği bu çerçeve ile sistemin bütününün parçaların toplamından daha farklı olduğunu, birbirine entegre olmuş alt sistemlerin işlevlerinin üst sistemin işlevleriyle birebir örtüşmeyebileceğini açıklamayı başarmıştır. Bu yaklaşım kapsamında sistemi oluşturan her bir parçanın birbiriyle olan etkileşiminin sebep ve sonuç gayesiyle değil nedensel olarak oluştuğu, parçaların etkileşimlerine, gelişimlerine ve dönüşümlerine odaklanarak mevcut sorunun daha kolay analiz edilebileceği ve çözülebileceği varsayılmaktadır (Kara 2018).

Ekolojik sistem yaklaşımı, sosyal hizmet mesleğinde profesyonel amaç ve görevlerin kavramsallaştırılmasında önemli bir yol olarak tanımlanabilir. Ekolojik sistem yaklaşımının temelinde, kişinin içinde bulunduğu çevre ile bir bütün olarak

ele alınması vardır. Bir başka deyişle ekolojik sistem yaklaşımı, farklı disiplinlerde ve özellikle sosyal hizmette, kişilerin çevrelerini tanıma ve çevreleriyle olan iletişimlerini ve bu iletişimin niteliğini anlamanın önemi üzerinde duran bir yaklaşımdır (Dağ 2017).

Yurda yeni kayıt yaptırıp, mezun olana kadar geçen süreçte öğrenci, psikososyal servis meslek elemanları tarafından ekolojik sistemin bir parçası olarak ele alınır ve tek başına asla düşünülemez. Üniversite dönemine kadar ait olduğu sistemler ve bundan sonra dâhil olacağı sistemler ile bir bütün olarak düşünülür.

Üniversiteye başlayan öğrencilerin sorunlarına yönelik olmak üzere sosyal, akademik ve duygusal yaşantılarını sağlıklı bir biçimde sürdürebilmeleri amacıyla sosyal hizmet alanında uygulanan başlıca çözüm yolları şu şekilde sıralanabilir (Altunöz 2014).

"Oryantasyon Çalışmaları: Her akademik yılın başında üniversiteye yeni kayıt yapan öğrencilere üniversitenin sunduğu sağlık, kültürel, sosyal ve sportif olanakları tanıtmak ve bu olanaklardan faydalanabilme yollarını göstermek.

Önyargıları Kırmak ve Farkındalık Geliştirme, Öğrencinin hedef, amaç ve ihtiyaçlarına yönelik bir bölümden bir üniversiteden ve bir şehirden beklentileri ile okuduğu bölüm, üniversite ve şehrin sunduğu olanaklar arasındaki durumu ortaya koymak, beklentilerle sahip olunan olanaklar arasındaki fark ve ortak yönleri ortaya koyabilmek, bu yolla öğrencinin okuduğu bölüme, üniversiteye ve şehre karşı var olan önyargıları ve olumsuz duygularıyla yüzleşip bunlarla baş etmesine yardımcı olmak,

Psikolojik Destek Sağlama, Gerçekleştirilecek bireysel görüşmeler sayesinde öğrenciye yalnız olmadığını, o ihtiyaç duyduğunda, gerektiğinde onu destekleyecek, yardımcı olabilecek olan güvenebileceği meslek elemanlarının olduğunu anlatmak, hissettirmek onunla ve olması muhtemel sıkıntıları ile ilgilenmek ve bu sıkıntılarla başa çıkması yönünde yüreklendirme ve harekete geçme yeteneğini geliştirmek,

Sosyal Grup Çalışmaları, Öğrencinin sıkıntılarıyla başa çıkabilmesi, kendini geliştirebilmesi amacıyla onunla benzer sıkıntıları yaşayan öğrencilerle birlikte bir grup sürecinde sosyal etkileşim, atılganlık, kendini tanıma, liderlik, iletişim vb. konularda paylaşım çalışmaları yapmak.

Yönlendirme, Öğrencilerin yetenekleri ve ilgi alanları ile ilgili alanlarda bulunmalarını sağlamak, faaliyet yapmak üzere oluşturulan öğrenci kollarına, kulüplere yönlendirmek.

Rehberlik Yapmak, Üniversitede ve şehirde var olan sosyal kültürel ekonomik ve sportif ortam ve olanaklar konusunda rehberlik etmek ve bu olanaklardan yararlanabilmeleri için yardımcı olmaktır (Altunöz 2014).

2. GEREÇ ve YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Problemi

Gençler, toplumun en önemli ögelerinden birisidir. Toplumlar ise günümüzde en önemli yatırımlarını gençler üzerine yapmakta, onların daha nitelikli ve daha iyi eğitilmesine yönelik çalışmalar gerçekleştirmektedir. Eğitim sürecinin verimli hale getirilmesi ve sonlandırılması, toplum yapısı ve sağlığı için çok önemlidir. Gençlerin ilgi ve odaklarının farklı ve tehlikeli alanlara yönelmemesi ve gençler üzerinde olumsuz etkileri olabilecek bireysel, çevresel dönemlerin en iyi şekilde atlatılmasını sağlamak birey ve toplum için büyük önem arz etmektedir (Genç ve ark 2015).

Yaşamda önemli bir zaman dilimini oluşturan üniversite dönemi, ergenlik çağı gibi önemli bir dönüm noktasının hemen ardından başlaması sebebiyle üzerinde durulması ve araştırma yapılması gereken bir dönemdir. Üniversite öğrencilerinin problemleri, ihtiyaçları, yaşam sorunları, kimlik gelişimleri ve karmaşaları, iletişim sorunları, üniversiteye ve bulunulan ortama uyum süreçleri, mesleki yatkınlık ve çabalarının farkında olunması ve onların daha iyi anlaşılması büyük önem taşımaktadır (Özbay 1997).

Üniversite döneminde gençlerin enerji potansiyelleri çok yüksektir. Belirli bir alana yönelirler ve bu alanda eğitimlerini sürdürürler. Aynı zamanda fiziksel, psikolojik, sosyal değişimleri yaşarlar. Söz konusu gelişmelerin yaşandığı bu dönem, her açıdan sağlıklı ve verimli geçirilmelidir (Kara 2018).

Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları sorunlarda toplumsal cinsiyetin önemli bir etkisi bulunmaktadır. Toplumsal cinsiyete dayalı sosyalizasyon sürecinden geçerek üniversite eğitimine devam eden gençler, bu süreçte hem karşılaştıkları sorunların niteliğinde hem de bu sorunlarla baş etme noktasında toplumsal cinsiyetin yansımaları ile karşılaşırlar. Toplumsal cinsiyet düzeninden kaynaklı olarak kadının ikincil konumda olması ve birçok ayrımcı uygulamalarla karşılaşması nedeniyle kadınların üniversite yaşamı da bu doğrultuda şekillenmektedir. Dolayısıyla kadın üniversite öğrencilerinin yaşadıkları sorunların ve stresle başa çıkma tarzlarının belirlenmesi önemli bir ihtiyaçtır. Söz konusu ihtiyaç üniversite gençliği ile mesleki çalışmalar yapan sosyal hizmet uzmanlarının toplumsal cinsiyete duyarlı sosyal hizmet uygulamalarının öneminin farkına varması ve çalışmalarına bu doğrultuda yön vermesi açısından önemlidir. Ancak ilgili literatür incelendiğinde kadın

üniversite öğrencilerinin karşılaştıkları sorunlara ve stresle başa çıkma tarzlarına odaklanan çalışmaların yeterli düzeyde olmadığı görülmektedir. Bu araştırmanın problemi de kadın üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarına ilişkin bilgi eksikliğidir.

2.2. Araştırmanın Amacı

Kredi ve Yurtlar Kurumu'nda kalan kadın üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Bu temel amaç doğrultusunda oluşturulan alt amaçlar aşağıda verilmiştir:

1. Kadın üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzları ölçeği puanlarısosyo-demografik özelliklerine göre farklılaşmakta mıdır?
   - Kadın Üniversite öğrencisinin başa çıkma tarzları;
     - Yaşa göre farklılaşmakta mıdır?
     - Kardeş sayısına göre farklılaşmakta mıdır?
     - Yaşamının çoğunluğunu geçirdiği yere göre farklılaşmakta mıdır?
     - Bulundukları sınıfa göre farklılaşmakta mıdır?
     - Akademik başarı durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
     - KYK'da kaldıkları yıla göre farklılaşmakta mıdır?
     - Ailenin aylık gelir durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
     - Daha önce profesyonel destek almaya göre farklılaşmakta mıdır?
     - Yurtta bulunan psikososyal servis'e başvurmaya göre farklılaşmakta mıdır?
     - Aileleri ile ne sıklıkta görüştüklerine göre farklılaşmakta mıdır?
     - Yakın hissedilen arkadaşın varlığına göre farklılaşmakta mıdır?
     - Herhangi bir topluluğa ya da derneğe üye olmaya göre farklılaşmakta mıdır?
     - Sosyal Faaliyetlere katılma sıklığına göre farklılaşmakta mıdır?
2. Kadın üniversite öğrencilerinin ile stresle başa çıkma tarzları ölçeği puanları yaşadıkları sorunlara göre farklılaşmakta mıdır?
   - Kadın Üniversite öğrencisinin başa çıkma tarzları;
     - Ekonomik sorunlara göre farklılaşmakta mıdır?
     - Sağlık Sorunlarına göre farklılaşmakta mıdır?
     - Psikolojik Sorunlara göre farklılaşmakta mıdır?

- Uyum Sorunlarına göre farklılaşmakta mıdır?
- Aile ile ilgili sorunlara göre farklılaşmakta mıdır?
- Romantik ilişkilerle ilgili sorunlara göre farklılaşmakta mıdır?
- Arkadaşlarla ilişkilerle ilgili sorunlara göre farklılaşmakta mıdır?
- Akademik sorunlara göre farklılaşmakta mıdır?
- Boş zamanı değerlendirme sorunlarına göre farklılaşmakta mıdır?
- Gelecek kaygısı sorunlarına göre farklılaşmakta mıdır?
- Kötü alışkanlıklarla ilgili sorunlara göre farklılaşmakta mıdır?
- Toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı sorunlara göre farklılaşmakta mıdır?

3. Kadın üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzları ölçeği puanları toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumlarına göre farklılaşmakta mıdır?

2.3. Araştırmanın Önemi

Üniversiteli olmak, gençlerin hayallerinde olan ve beklenen bir yaşam dönemidir. Üniversiteye yeni başlayan öğrencileri, onlar için farklı ve yabancı sayılacak bir ortam beklemektedir. Liseden farklı olarak daha özgür ve özerk bir yaşam alanına kavuşan öğrencileri yeni yaşamlarında, yeni arkadaşlıklar, yeni yaşam alanları, yeni bir yurt, mesleki dersler, üniversite öğrenciliği gibi yeni deneyimler beklemektedir (Kacur ve Atak 2011).

Üniversitede öğrenci olmak, üniversitenin kazanıldığı şehirde tek başına aileden uzakta kalarak yaşama devam etmek, genç bireyde stres ve kaygı oluşturacak bir ortamın oluşmasına sebep olabilmektedir. Üniversite öğrencisi çocukluk ve yetişkinlik arasında bir yerdedir. Çocukluktan gençlik ve yetişkinlik dönemine geçmenin beraberinde getirdiği sıkıntılarla başa çıkmak durumunda kalan bireydir (Özgüven 1992).

Yurt yaşantısına alışkın olmayan öğrencilerin ailelerinden de ayrı yaşamaya başlamaları ile alışkın olmayan bir yaşam tarzı ile tanışmaları nedeniyle karşılaşacakları problemlerin sayıca artacağı ve problemleri daha yoğun biçimde yaşayabilecekleri göz önünde bulundurulmalıdır. Özellikle yükseköğrenime yeni başlayan öğrencilerinin karşılaştıkları birçok sorun onların yaşamını uzun vadede

etkileyebilecek daha büyük sorunlara yol açması da olasıdır. Birey bu yeni durumda karmaşa içerisinde olabileceğinden psikolojik yardıma ihtiyaç duyabilir (Özbay 1997).

Ailenin en önemli kurucularından kadın cinsiyetini tanımanın, onun güçlü ve zayıf yanlarını bilmenin kadın cinsiyeti ve toplum açısından yararlı bir bilgi olacağı düşünülmektedir. Kadın cinsiyeti ve erkek cinsiyeti doğumdan itibaren farklı donatıldıkları için karşılaştıkları ve çözmek zorunda oldukları problemler de çok farklı olabilmektedir.

Türkiye'de nüfusun az bir bölümünü oluşturan üniversite öğrencileri yetişmiş insan gücünün büyük bir kısmını oluşturmaktadır. İşte bu nedenle üniversite öğrencilerini tanımak, onlarda strese yol açan durumları belirlemek, fiziksel ve psiko sosyal stres kaynaklı durumları yönetebilmek ve mevcut durumlarla başa çıkmayı öğrenmek, güçsüz, hassas ve kırılgan yanlarının farkında olmak sosyal hizmet mesleği açısından hem genç kitleyi, hem kadın öğrencileri tanımak açısından önemlidir. Bu araştırma bulgularının, danışmanlık hizmetleri, başa çıkma becerileri ve toplumda kadının yeri söz konusu olduğunda bize ışık tutan bir veri olacağı düşünülmektedir.

2.4. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma "tarama modeli" ile yapılmıştır. Tarama modelinde yapılan araştırmalar, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekilde betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırma konusu olay, birey, nesne, mevcut koşullarında değiştirilmeden tanımlanmaya çalışılır (Karasar 2009). Bu çalışmada tarama modeli ile üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzları, cinsiyet rolleri ve çeşitli değişkenler arasındaki ilişki incelenmiştir.

2.5. Evren ve Örneklem

Araştırmanın çalışma evrenini Ankara ilindeki yükseköğretim kurumlarında öğrenim görmekte olan Kredi ve Yurtlar Kurumu bünyesinde barınan kadın öğrenciler oluşturmaktadır. Ankara ilinde, Kredi ve Yurtlar Kurumu'na bağlı kız

öğrenci yurtlarında barınan ve çeşitli fakültelerin farklı bölümlerinde ve sınıflarında öğrenim gören 18.773 kadın öğrenci çalışmanın evrenini oluşturmaktadır.

Katılımcılar, uygun örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Bu örnekleme yöntemine göre para, zaman ve işgücü kaybını önlemek temel amaçtır. Uygun örnekleme yönteminde araştırmacı hedeflediği büyüklükteki gruba ulaşana dek en ulaşılabileceği yanıtlayıcılardan başlayarak örneklem grubunu tamamlamaya başlar veya en tasarruflu durum ya da örnekle çalışır (Büyüköztürk ve ark. 2017). Araştırmanın örneklemi KYK Ankara'ya bağlı Zübeyde Hanım Kız Öğrenci Yurdu'nda kalan kadın öğrenciler arasından oluşturulmuştur. Toplamda390 kadın öğrenciye ulaşılmıştır. Bu sayının aşağıda örneklem tablosuna göre yeterli olduğu görülmektedir (Altunışık ve ark 2012).

Çizelge 2.1. Belirli evrenler için kabul edilebilir örnek büyüklükleri

N	S	N	S	N	S	N	S
10	10	190	127	1100	285	5000	357
20	19	200	132	1200	291	6000	361
30	28	250	152	1300	297	7000	364
40	36	300	169	1400	302	8000	367
50	44	350	185	1500	306	9000	367
60	52	400	196	1600	310	10000	370
70	59	450	212	1700	313	15000	375
80	66	500	217	1800	317	**20000**	**377**
90	73	550	226	1900	320	30000	379
100	80	600	234	2000	322	40000	380
110	86	650	241	2200	327	50000	381
120	92	700	248	2400	331	75000	382
130	97	750	254	2600	335	100000	384
140	103	800	260	2800	338	1000000	384
150	108	850	265	3000	341	10000000	384
160	113	900	269	3500	346		
170	118	950	274	4000	351		
180	123	1000	278	4500	354		

(Altunışık ve ark 2012). (N: Evren Büyüklüğü, S=Gerekli Örneklem Büyüklüğü)

2.6. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verileri, Demografik Bilgi Formu, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Toplumsal Cinsiyet Rolleri Tutum Ölçeği kullanılarak toplanmıştır.

2.6.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmanın amacı doğrultusunda Kredi ve Yurtlar Kurumu'nda kalan kadın üniversite öğrencilerinin başa çıkma becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amacıyla öğrencilere yönelik ilgili literatür taranarak araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formu ve sorun alanları formu kullanılmıştır.

Demografik bilgi formunda öğrencilere; yaş, kardeş sayısı, yaşamlarının çoğunu nerede geçirdikleri ile ilgili soru, eğitim gördükleri sınıf, akademik başarı durumu, kaç yıldır KYK'da barındıkları, ailenin aylık gelir durumu, daha önceden profesyonel bir yardım alıp almadıkları, yurtlarındaki psikososyalservis'e başvurup başvurmadıkları, aileleri ile ne sıklıkla görüştükleri, yakın arkadaşlarının olup olmadığı, herhangi bir topluluğa üye olup olmadıkları, sosyal faaliyetlere ne sıklıkla katıldıkları, soruları çoktan seçmeli olarak yöneltilmiştir (EK-B). Sorun alanları formunda ise, ekonomik, sağlık, psikolojik, uyum, aile, romantik ilişkiler, arkadaşlar, akademik, boş zamanı değerlendirme, kötü alışkanlıklar, toplumsal cinsiyet eşitsizliği ile ilgili sorun alanları yer almaktadır (EK-C).

2.6.2. Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği

Kadın üniversite öğrencilerinin başa çıkma tarzlarını ölçmek amacıyla Başa Çıkma Tarzları Ölçeği kullanılmıştır. Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: Lazarus ve Folkman'ın modeline göre başa çıkma kişinin stresle karşılaştığı zaman sonuçları değerlendirmesi ve bu sürecin onu duygusal ve davranışsal tepkilerini etkilemesidir. Lazarus ve Folkman tarafından geliştirilen ölçek altmış maddeden oluşmaktadır. Bu ölçeğin Türkiye'de üniversite öğrencileri için uyarlanması 1995 yılında Şahin ve Durak tarafından gerçekleştirilmiştir ve ölçek otuz maddeden oluşmaktadır (EK-D).

Ölçekten elde edilen alt boyutlar:

Kendine güvenli yaklaşım: Bu yaklaşıma göre bireyler problemlerinin öneminin farkındadırlar ve problemlerini çözmek amacıyla planlı ve mantıklı bir yol izlemektedirler. Ayrıca problemin çözümü için ihtiyaç duyulan gücün kendilerinde olduğuna inanmaktadırlar. Bu yaklaşımın maddeleri ölçekteki 8, 10, 14, 16, 20, 23 ve 26 numaralı maddelerdir.

Çaresiz yaklaşım: Bu yaklaşıma göre bireyler kendilerini kapana kısılmış şeklinde hissetmektedirler. Problem ya da olayla karşılaştıklarında çözüm yolları

aramak yerine kendilerini suçlarlar ve kendilerini yetersiz olarak görme eğilimi göstermektedirler. Bu yaklaşımın maddeleri ölçekteki 3, 7, 11, 19, 22, 25, 27 ve 28 numaralı maddelerdir.

İyimser yaklaşım: Bu yaklaşıma göre bireyler olaylar veya durumlar karşısında olumlu bir şeyler aramaya çalışmaktadırlar. Bir problemle karşılaştıklarında iyimser ve sakin kalmaya çalışmakta ve hoşgörü göstererek mantıklı analiz yapmaya çalışmaktadırlar. Bu yaklaşımın maddeleri ölçekteki 2, 4, 6,12 ve 18 numaralı maddelerdir.

Boyun eğici yaklaşım: Bu yaklaşıma göre bireyler başa gelen çekilir şeklinde düşünmektedirler. Kendilerini çaresizlik içinde olarak görmektedirler ve doğaüstü çözümler aramaktadırlar. Bu yaklaşımın maddeleri ölçekteki 5, 13, 15, 17, 21 ve 24 numaralı maddelerdir.

Sosyal destek arama yaklaşımı: Bu yaklaşımda kişiler problemlerinin çözümü için çevrelerinden yardım arayışına girmektedirler. Bu yaklaşımın maddeleri ölçekteki 19, 29 ve 30 numaralı maddelerdir.

Şahin ve Durak (1995) tarafından gerçekleştirilen çalışmaya göre alpha değerleri; kendine güvenli yaklaşım için α=0,83 iyimser yaklaşım için α=0,79 çaresiz yaklaşım alt boyutu için α=0,73 boyun eğici yaklaşım için α=0,65 sosyal desteğe başvurma için α=0,63 bulunmuştur.

Bu çalışmada Alt ölçeklere ilişkin tutarlık katsayıları; kendine güvenli yaklaşım için α=0,83 çaresiz yaklaşım için α=0,77 iyimser yaklaşım için α=0,72 boyun eğici yaklaşım için α=0,61 ve sosyal destek arama yaklaşımı için α=0,65 olarak bulunmuştur.

Ölçek, 4'lü likert tipi ölçektir. Puanlanması 0-3 arasındadır. Sosyal desteğe başvurma alt boyutunun puanları hesaplanırken 1. ve 9. maddeler ters puanlanarak hesaplanmaktadır. Tüm alt ölçeklere ait puanlar ayrı ayrı hesaplanmaktadır. Her bir alt ölçeğin puanının yüksek olması stresle basa çıkmada o başa çıkma tarzının daha etkin kullanıldı anlamını taşımaktadır (Şahin ve Durak 1995).

2.6.3. Toplumsal Cinsiyet Rolleri Tutum Ölçeği

Öğrencilerin toplumsal cinsiyet rolleri tutumlarını ölçmek için geçerlilik çalışması Zeyneloğlu ve Terzioğlu (2011) tarafından yapılan ve 38 sorudan oluşan

ölçekle cinsiyet rolleri tutumları 5 boyutta incelenmektedir. Bu çalışmada eşitlikçi cinsiyet rolü, geleneksel cinsiyet rolü, evlilikte cinsiyet rolü, kadın cinsiyet rolü ve erkek cinsiyet rolü tutumları değerlendirilmiştir. Ölçek 5'li likert tipi ölçektir. Zeyneloğlu (2008)'e göre toplumsal cinsiyet rolleri şu şekilde tanımlanmıştır.

- **1. Boyut Eşitlikçi Cinsiyet Rolü:** Kadın ve erkeğin günlük yaşam rollerini ve sorumluluklarını adaletli biçimde paylaşmalarıdır (5, 16, 21, 26, 33, 9,14 ve 24 no'lu maddeler).

- **2.Boyut Kadın Cinsiyet Rolü:** Toplumun kadına cinsiyetine yüklediği rol ve sorumluluklardır (35, 37, 1, 25, 46, 23, 6 ve 19 no'lu maddeler).

- **3. Boyut Evlilikte Cinsiyet Rolü:** Kadın ve erkeğe evlilik yaşamında toplumun yüklediği rol ve sorumluluklardır (17, 3, 18, 32, 10, 45, 7 ve 12 no'lu maddeler).

- **4. Boyut Geleneksel Cinsiyet Rolü:** Toplum tarafından kadın ve erkeğe günlük yaşamda yüklenen roller ve sorumluluklardır (20, 29, 30, 4, 8, 13, 40 ve 28 no'lu maddeler).

- **5. Boyut Erkek Cinsiyet Rolü:** Toplumun erkek cinsiyetine yüklediği rol ve sorumluluklardır (43, 42, 36, 44, 34 ve 47 no'lu maddeler).

Toplumsal Cinsiyet Rolleri Tutum Ölçeğinin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı 38 madde için α=0,92 olarak saptanmıştır. Kadın cinsiyet rolü alt boyutu için α=0,80 eşitlikçi cinsiyet rolü, evlilikte cinsiyet rolü ve geleneksel cinsiyet rolü alt boyutları için α=0,78 erkek cinsiyet rolü alt boyutu için α=0,72 olarak saptanmıştır (Zeyneloğlu ve Terzioğlu, 2011).

Bu çalışmada ise Toplumsal Cinsiyet Rolleri Tutum Ölçeğinin Cronbach Alfa Güvenirlik Katsayısı 38 madde için α=0,71 olarak saptanmıştır. Kadın cinsiyet rolü alt boyutu için α=0,63 eşitlikçi cinsiyet rolü için α=0,72 evlilikte cinsiyet rolü için α=0,68 geleneksel cinsiyet rolü için α=0,79 erkek cinsiyet rolü için α=0,63 olarak saptanmıştır.

2.7. Veri Toplama Süreci

Araştırma verileri KYK Ankara Zübeyde Hanım Kız Öğrenci Yurdu'nda toplanmıştır. Araştırma verileri araştırmacı tarafından toplanmıştır. Verilerin toplanması ve veri girişlerinin yapılması ortalama üç ay sürmüştür. Katılımcılara araştırmanın amacı ve içeriği hakkında bilgi verilerek sadece araştırmaya katılmayı kabul edenler dâhil edilmiştir. Gündüz okulda olan öğrenciler akşam saatlerinde yurtta oldukları için araştırmacı, akşam saatlerinde de yurda gelerek araştırması için yeterli sayıya ulaşmaya çalışmıştır.

2.8. Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırmaya dâhil edilen öğrencilerin verileri üzerinde tanımlayıcı istatistikler, t testi, korelasyon analizi, tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Veriler değerlendirilirken SPSS 23.0 veri analizi programı kullanılmıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin tanıtıcı özelliklerine göre tanımlayıcı istatistiklere yer verilmiştir. Sorun alanları formu, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Toplumsal Cinsiyet Rolleri Tutum Ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasında kullanılan hipotez testlerinin tespit edilmesi amacıyla, tanıtıcı özelliklerine göre öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanların normal dağılıma uyum gösterip göstermediği, Kolmogorov-Smirnov testi, QQ plot grafiği ve çarpıklık-basıklık katsayıları incelenerek belirlenmiştir. Öğrencilerin tanıtıcı özelliklerine göre ölçeklerden aldıkları puanlar Tabachnick ve Fidell (2013)'in belirttiği aralıkta olduğu için normal dağılıma uyduğu saptanmış ve araştırmada parametrik hipotez testleri kullanılmıştır. Korelasyon katsayısı iki değişken arasındaki ilişki miktarını bulmak amacına yöneliktir. Korelasyonda r=-0,30 ile +0,30 ise ilişki düşük, r=±0,31 ile±0,69 ise ilişki orta, r=±0,70 ile ±1,0 ise ilişki yüksektir (Büyüköztürk 2005).

Korelasyon değerleri 0 ile 1 aralığında ise değişkenler arasında aynı yönde ilişki vardır. Korelasyon değeri 0 ise değişkenler arasında ilişki yoktur. Korelasyon değeri -1 ile 0 aralığında ise değişkenler arasında ters yönde ilişki vardır. İlişkinin kuvveti ise korelasyon katsayısının mutlak değeri ile ölçülür. Korelasyon katsayısı +1 ya da -1 e yakın olduğunda ilişki kuvvetlidir. Tersi durumda yani sıfıra yakın olması durumunda, ilişki zayıftır (Ünver ve ark 2006).

Çizelge 2.2.Ölçeklerin normallik testi

	Kolmogorov-smirnov		
	İstatistik	df	Anlamlılık
Kendine güvenli yaklaşım	0,098	390	0,000
Çaresiz yaklaşım	0,099	390	0,000
İyimser yaklaşım	0,098	390	0,000
Boyun eğici yaklaşım	0,097	390	0,000
Sosyal destek arama	0,131	390	0,000
Eşitlikçi cinsiyet rolü	0,256	390	0,000
Kadın cinsiyet rolü	0,085	390	0,000
Evlilikte cinsiyet rolü	0,282	390	0,000
Geleneksel cinsiyet	0,121	390	0,000
Erkek cinsiyet rolü	0,161	390	0,00

Çizelge 2.2 incelendiğinde Kolmogorovsimirnov değerlerinin istatistiksel olarak anlamlı çıkmadığı görülmüştür($p<0,05$). Bu yüzden çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Çizelge 2.3' de basıklık ve çarpıklık değerleri verilmiştir.

Çizelge 2.2.Ölçeklerin çarpıklık ve basıklık değerleri

Ölçekler	**Çarpıklık**	**Basıklık**
Kendine güvenli yaklaşım	-0,283	-0,209
Çaresiz yaklaşım	0,543	0,115
İyimser yaklaşım	-0,059	-0,123
Boyun eğici yaklaşım	0,639	0,959
Sosyal destek arama	-0,547	0,202
Eşitlikçi cinsiyet rolü	0,240	0,874
Kadın cinsiyet rolü	0,072	0,366
Evlilikte cinsiyet rolü	0,213	0,893
Geleneksel cinsiyet	0,936	0,929
Erkek cinsiyet rolü	0,915	0,303

Çizelge 2.3. incelendiğinde ölçeklerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 1,5 aralığında olduğu görülmektedir. Tabachnick ve Fidell (2013)'in belirttiği aralıkta olduğu için normal normal dağılıma uyduğu saptanmış ve araştırmada parametrik analizler kullanılmıştır.

Öğrencilerin, psikososyal servise başvurma durumuna göre, kendilerine yakın hissettikleri ve beraber vakit geçirmekten keyif aldıkları arkadaşlarının varlığına göre, herhangi bir öğrenci topluluğuna yada derneğe üye olma durumuna göre, aldıkları puanların karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır.

Öğrencilerin yaş, kardeş sayısı, yaşamını geçirdiği yer, öğrenim gördükleri sınıf, KYK' da kaldıkları süre, ailenin aylık gelirine göre ölçek puanlarının karşılaştırılmasında ANOVA kullanılmıştır. ANOVA sonucunda gruplar arası fark çıkması durumunda farkın hangi gruplardan kaynaklandığı varyanslar homojen dağılıyorsa Tukey testi homojen dağılmıyorsa Tamhane's T2 testi ile belirlenmiştir.

Öğrencilerin, stresle başa çıkma tarzları ile toplumsal cinsiyet rolleri tutum ölçeği arasındaki ilişkinin saptanması amacıyla Pearson-korelasyon analizi uygulanmıştır.

2.9. Varsayımlar

Bu araştırmada KYK'da kalan kadın üniversite öğrencilerinin, kendilerine uygulanan demografik bilgi formunu, stresle başa çıkma tarzları ve toplumsal cinsiyet rolleri ölçeklerini içtenlikle ve samimiyetle cevapladıkları varsayılmıştır.

2.10. Sınırlılıklar

Bu çalışma Ankara genelindeki KYK'ya bağlı farklı kız yurtlarında kalan üniversite öğrencileriyle yapılmak istense de Gençlik ve Spor Bakanlığı Eğitim Daire Başkanlığı'ndan gerekli iznin alınamaması sebebi ile yalnızca araştırma için gerekli iznin alındığı Zübeyde Hanım Yurt Müdürlüğü'nde gerçekleştirilmiştir. Bu durum veri çeşitliliğini sağlama açısından araştırmacının karşılaştığı temel sınırlılıktır.

2.11. Araştırmanın Etiği

Araştırma öncesi Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi'nden Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurul'undan Etik Kurul Onayı (Ek-G) 27.02.2019 tarihi 2019/113 kurul karar sayısı ile alınmıştır. Bunun yanı sıra kullanılan ölçekler için ölçeklerin Türkiye'deki geçerlik ve güvenirlik çalışmasını yapan araştırmacılardan izin alınmıştır (EK-H, EK-I).Ayrıca demografik bilgi formu ve ölçeklerin uygulanabilmesi KYK Zübeyde Hanım Kız Öğrenci Yurt Müdürlüğü'nden 29.03.2019 tarih ve 774.01.02.14. sayılı makam onayı alınmıştır (EK-F).

Gönüllü olan kadın üniversite öğrencileri araştırmaya dâhil edilmiş ve görüşmelerden önce gençlere araştırmanın içeriği ve amacı ile ilgili gerekli açıklama

yapılarak kendilerinden sözlü onay alınmıştır. Bununla birlikte kişisel bilgilerinin paylaşılmayacağı ifade edilerek gizlilik ilkesine uygun hareket edilmiştir.

3. BULGULAR

Araştırma bulguları araştırmanın amaçları doğrultusunda üç ayrı başlık çerçevesinde ele alınmıştır. Birinci bölümde kadın üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerine göre başa çıkma tarzları, ikinci bölümde kadın üniversite öğrencilerinin yaşadıkları sorunlara göre başa çıkma tarzları ve son olarak üçüncü bölümde kadın üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ile baça çıkma tarzları ölçeği arasındaki ilişkiye yönelik bulgular verilecektir.

3.1. Kadın Üniversite Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Başa Çıkma Tarzlarına Yönelik Bulgular.

Çizelge 3.1. Kadın üniversite öğrencilerinin tanıtıcı özelliklerine göre dağılımı (n=390).

Değişkenler	n	En küçük	En büyük	X̄	SS
Yaş	390	17	32	20,99	1,867
Kardeş sayısı	390	1	4		
Ailenin geliri	390	220	20000	2854,04	1674,924
KYK'da barınma süresi	390	1	3	1,76	0,604

Çizelge 3.1.'de öğrencilerin yaş ortalaması 20,99 bulunmuştur. En küçük 17, en büyük 32'dir. Kardeş sayısı en küçük 1, en büyük 4 bulunmuştur. Ailenin geliri ortalaması 2854,04 bulunmuştur. En küçük 220, en büyük 20000'dir. KYK'da barınma süresi ortalaması 1,76 bulunmuştur. En küçük 1 en büyük 3'tür.

Çizelge 3.2. Kadın üniversite öğrencilerinin tanıtıcı özelliklerine göre dağılımı (n=390).

Değişkenler	Kategoriler	f	%
Kardeş Sayısı	1	18	4,6
	2	104	26,7
	3	140	35,9
	4 ve üzeri	128	32,8
Üniversiteye Kadar Yaşanılan Yer	Köy - Kasaba	66	16,9
	İlçe	133	34,1
	Şehir	116	29,7
	Büyükşehir	75	19,2
Bulunduğu Sınıf	Hazırlık	4	1
	1.Sınıf	114	29,2
	2. Sınıf	69	17,7
	3. Sınıf	82	21
	4 ve üzeri	121	31
Akademik Başarı Durumu	İyi	215	55,1
	Orta	171	43,8
	Kötü	4	1
Yaşanılan Sorun için Profesyonel Destek Alma	Evet	90	23,1
	Hayır	300	76,9
Yurttaki Psikososyal Servisten Haberdar olma	Evet	293	75,1
	Hayır	97	24,9
Psikososyal Servise Başvurma	Evet	35	9
	Hayır	355	91
Aile ile Görüşme Sıklığı	Hergün	296	75,9
	Haftada 1 defa	24	6,2
	Haftada 2 defa	51	13,1
	Nadiren	17	4,4
	Hiç Görüşmedim	2	0,5
Birlikte Vakit Geçirmekten Hoşlandığı Arkadaşların Varlığı	Evet	378	96,6
	Hayır	12	3,1
Herhangi Bir Öğrenci Topluluğu ya da Derneğe Üye Olma	Evet	170	43,6
	Hayır	220	56,4
Sosyal Faaliyetlere Ne Sıklıkta Katılırsınız	Hergün	9	2,3
	Haftada 2 defa	41	10,5
	Haftada 1 defa	137	35,1
	Nadiren	191	49
	Hiç Katılmam	12	3,1

Çizelge 3.2. incelendiğinde öğrencilerin, %16,9'unun üniversiteye gelene kadar köy ya da kasabada, %34.1'inin ilçede, %29,7'sinin şehirde, %19,2 sinin büyükşehirde yaşadığı saptanmıştır.

Öğrencilerin, %1'inin hazırlık sınıfında, %29,2'sinin 1. sınıfta, %17,7'sinin 2. sınıfta, %21'inin 3. sınıfta, %31'inin 4.sınıf ve üzerinde öğrenim gördüğü saptanmıştır.

Öğrencilerin, %55,1'i akademik başarı durumunu iyi, %43,8'i orta, %1'i ise kötü olarak belirtmiştir.

Öğrencilerin, %23,1'inin yaşadıkları bir sorunla ilgili daha önce bir profesyonelden yardım aldığı, %76,9'unun ise yardım almadığı saptanmıştır.

Öğrencilerin, %75,1'inin yurdundaki psikososyal servisten haberdar olduğu, %24.9'unun ise haberdar olmadığı saptanmıştır.

Öğrencilerin, %9'u yurtta kaldığı süre boyunca herhangi bir sorunla ilgili olarak psikososyal servise başvurmuş olup, %91'i başvurmamıştır.

Öğrencilerin, üniversiteye başladığınızdan beri ailenizle ne sıklıkla görüşüyorsunuz sorusuna %75,6'sı her gün, %6,2'si haftada bir defa, %13,1'i haftada iki defa, %4,4'ü nadiren, %0,5'i ise hiç görüşmedim yanıtını vermiştir.

Öğrencilerin, %96,6'sı kendisine yakın hissettiği ve beraber vakit geçirmekten keyif aldığı arkadaşlarının olduğunu, %3,1'i ise olmadığını belirtmiştir.

Öğrencilerin, %43,6'sının herhangi bir öğrenci topluluğu veya derneğe üye olduğu, %56.4'ünün ise üye olmadığı saptanmıştır.

Öğrencilerin, sosyal faaliyetlere katılma sıklıkları %2,3'ünün her gün, %10,5'inin haftada 2 defa, %35,1'inin haftada 1 defa, %49'unun nadiren, %3,1'inin ise hiç katılmadığı tespit edilmiştir.

Çizelge 3.3. Katılımcıların stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puana ilişkin tanımlayıcı istatistikler.

Faktörler	n	$\bar{X}$	SS	En küçük	En büyük
Kendine Güvenli Yaklaşım	390	20,91	3,78	9	28
Çaresiz Yaklaşım	390	17,38	4,55	8	31
İyimser Yaklaşım	389	13,29	2,85	5	20
Boyun Eğici Yaklaşım	388	10,95	2,84	6	24
Sosyal Destek Arama Yaklaşımı	390	11,58	2,28	4	16

Çizelge 3.3'de Stresle başa çıkma tarzları ölçeğinin kendine güvenli yaklaşım alt boyutundan katılımcılar ortalama 20.91 puan almışlardır Minimum puan 9 maksimum puan ise 28'dir. Çaresiz yaklaşım alt boyutundan katılımcılar ortalama 17,38 puan almışlardır. Minimum puan 8 maksimum puan 31'dir. İyimser yaklaşım alt boyutundan katılımcılar ortalama 13,29 puan almışlardır. Minimum puan 5 maksimum puan 20'dir. Boyun eğici yaklaşım alt boyutundan katılımcılar ortalama 10,95 puan almışlardır. Minimum puan 6 maksimum puan 24'dir. Sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan katılımcılar ortalama 11,58 puan almışlardır. Minimum puan 4 maksimum puan 16'dır.

Çizelge 3.4. Katılımcıların bazı sosyo-demografik özelliklerine göre stresle başa çıkma tarzlarına ait korelasyon analizi.

		Yaş	Kardeş sayısı	Ailenin geliri	KYK'da barınma süresi
Kendine güvenli yaklaşım	r	0,043	0,012	-0,044	0,027
	p	0,197	0,403	0,192	0,296
Çaresiz yaklaşım	r	-0,095*	-0,003	0,042	-0,052
	p	0,030	0,480	0,204	0,151
İyimser yaklaşım	r	-0,017	0,097*	-0,084*	0,058
	p	0,371	0,027	0,050	0,129
Boyun eğici yaklaşım	r	-0,047	0,029	0,060	0,013
	p	0,180	0,283	0,119	0,403
Sosyal destek arama yaklaşımı	r	0,013	-0,096*	0,065	0,078
	p	0,399	0,029	0,099	0,063

*p<0,05

**p<0,01

Çizelge 3.4' de araştırma kapsamındaki öğrencilerin yaş, kardeş sayısı, ailenin geliri, KYK'da barınma süresi değişkenleri ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğine ait korelasyon analizi sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.4. incelendiğinde yaş ile stresle başa çıkma tarzları ölçeği çaresiz yaklaşım alt boyutu arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki vardır. Kardeş sayısı ile stresle başa çıkma tarzları ölçeği iyimser yaklaşım alt boyutu arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki vardır. Kardeş sayısı ile stresle başa çıkma tarzları ölçeği sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutu arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki vardır.Ailenin geliri stresle başa çıkma tarzları ölçeği iyimser yaklaşım alt boyutu arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki vardır. KYK'da barınma süresi ile stresle başa çıkma tarzları ölçeği arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Çizelge 3.5. Katılımcıların yaşamını geçirdiği yer değişkenine göre stresle başa çıkma tarzlarının alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları:

Boyutlar	Yaşadığı yer	n	X̄	SS	F	p
Kendine güvenli yaklaşım	Köy- Kasaba	66	21,075	3,705	0,270	0,847
	İlçe	133	20,894	3,906		
	Şehir	116	20,698	3,681		
	Büyükşehir	75	21,160	3,866		
Çaresiz yaklaşım	Köy - Kasaba	66	17,318	4,354	0,874	0,455
	İlçe	133	18,127	4,640		
	Şehir	116	17,508	4,125		
	Büyükşehir	75	18,253	5,188		
İyimser yaklaşım	Köy - Kasaba	66	13,500	2,967	0,182	0,909
	İlçe	133	13,278	2,686		
	Şehir	116	13,278	2,986		
	Büyükşehir	75	13,146	2,856		
Boyun eğici yaklaşım	Köy - Kasaba	66	10,878	3,236	0,699	0,553
	İlçe	133	11,082	2,894		
	Şehir	116	10,666	2,533		
	Büyükşehir	75	11,213	2,858		
Sosyal destek arama yaklaşımı	Köy - Kasaba	66	11,333	2,040	0,655	0,580
	İlçe	133	11,789	2,480		
	Şehir	116	11,517	2,032		
	Büyükşehir	75	11,560	2,521		

Çizelge 3.5' de araştırma kapsamındaki öğrencilerin yaşamını geçirdikleri yer değişkenine göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin yapılan varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşamını geçirdikleri yer değişkenine göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal destek aramaalt

boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05).

Çizelge 3.6. Katılımcıların bulundukları sınıf değişkenine göre stresle başa çıkma tarzlarının alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları.

Boyutlar	**Bulunduğu sınıf**	**n**	**X̄**	**SS**	**F**	**p**
Kendine güvenli yaklaşım	Hazırlık	4	19,750	5,500	0,792	0,594
	1. sınıf	114	20,982	3,715		
	2.sınıf	69	20,579	3,691		
	3.sınıf	82	20,768	3,762		
	4.sınıf ve üzeri	121	21,190	3,910		
Çaresiz yaklaşım	Hazırlık	4	22,000	6,480	1,508	0,163
	1.sınıf	114	18,307	4.698		
	2.sınıf	69	18,246	4.377		
	3.sınıf	82	17,219	4.351		
	4.sınıf ve üzeri	121	17,421	4.530		
İyimser yaklaşım	Hazırlık	4	13,750	2,362	0,379	0,915
	1.sınıf	114	13,078	2,768		
	2.sınıf	69	13,318	2,687		
	3.sınıf	82	13,333	2,783		
	4.sınıf ve üzeri	121	13,429	3,114		
Boyun eğici yaklaşım	Hazırlık	4	14,750	6,184	1,797	0,086
	1.sınıf	114	10,798	2,810		
	2.sınıf	69	11,260	2,826		
	3.sınıf	82	10,814	2,500		
	4.sınıf ve üzeri	121	10,883	2,919		
Sosyal destek arama yaklaşımı	Hazırlık	4	11,750	0,957	0,410	0,896
	1.sınıf	114	11,456	2,464		
	2.sınıf	69	11,536	2,458		
	3.sınıf	82	11,817	2,126		
	4.sınıf ve üzeri	121	11,578	2,170		

Çizelge 3.6'da araştırma kapsamındaki öğrencilerin bulundukları sınıf değişkenine göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin yapılan varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin bulundukları sınıf değişkenine göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal destek arama alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05).

Çizelge 3.7. Katılımcıların akademik başarı durumlarına göre stresle başa çıkma tarzlarının alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları.

Stresle Başa Çıkma Tarzı	Akademik başarı durumu	n	X̄	SS	F	p	Fark
Kendine güvenli yaklaşım	İyi	215	3,0512	0,54103	3,93	**0,020**	a>b
	Orta	171	2,9181	0,52863			
	Kötü	4	2,6071	0,71309			
Çaresiz yaklaşım	İyi	215	2,1273	0,51821	7,96	**0,000**	b>a
	Orta	171	2,3509	0,60563			
	Kötü	4	2,4688	0,68750			
İyimser yaklaşım	İyi	215	2,6967	0,58417	1,196	0,304	
	Orta	171	2,6234	0,56144			
	Kötü	4	2,4000	0,58878			
Boyun eğici yaklaşım	İyi	215	1,7837	0,47701	2,240	0,108	
	Orta	171	1,8807	0,46865			
	Kötü	4	1,6667	0,19245			
Sosyal destek arama yaklaşımı	İyi	215	2,9442	0,54400	1,710	0,182	
	Orta	171	2,8363	0,59676			
	Kötü	4	2,9375	0,89849			

a=İyi, b=Orta, c=Kötü

Çizelge 3.7'de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin akademik başarı durumlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Çizelge incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin akademik başarı durumlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım ve çaresiz yaklaşım alt boyularından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Öğrencilerin, akademik başarı durumlarını iyi olarak ifade edenlerin stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından kendine güvenli yaklaşım puanlarının orta ifade edenlerin puanına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin, akademik başarı durumlarını orta olarak ifade edenlerin stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının iyi olarak ifade edenlerin puanına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin, akademik başarı durumlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır (p>0,05).

Çizelge 3.8. Katılımcıların daha önce profesyonel yardım alıp almama durumuna göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

	Daha önce profesyonel destek alıp almadığı	**n**	**X̄**	**SS**	**t**	**p**
Kendine güvenli yaklaşım	Evet	135	21,318	3,722	1,522	0,129
	Hayır	255	20,705	3,813		
Çaresiz yaklaşım	Evet	135	17,703	4,101	-0,420	0,675
	Hayır	255	17,898	4,787		
İyimser yaklaşım	Evet	134	13,455	2,746	0,824	0,410
	Hayır	255	13,203	2,914		
Boyun eğici yaklaşım	Evet	134	10,947	2,786	-0,016	0,987
	Hayır	255	10,952	2,882		
Sosyal destek arama yaklaşımı	Evet	135	11,622	2,458	0,220	0,826
	Hayır	255	11,568	2,199		

Çizelge 3.8'de araştırmaya katılan öğrencilerin daha önce profesyonel destek alıp almamalarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.8. incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin daha önce profesyonel yardım alıp almamalarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır (p>0,05).

Çizelge 3.9. Katılımcıların yurtta kalınan sürede psikososyal servise başvurma durumu değişkenine göre stresle başa çıkma tarzlarının alt boyutlarının karşılaştırma sonuçları.

	Yurtta psikososyal servise başvurma durumu	**n**	**X̄**	**SS**	**t**	**p**
Kendine güvenli yaklaşım	Evet	35	21,200	4,303	0,461	0,645
	Hayır	355	20,890	3,739		
Çaresiz yaklaşım	Evet	35	18,171	3,921	0,463	0,644
	Hayır	355	17,797	4,618		
İyimser yaklaşım	Evet	35	12,485	2,489	-1,752	0,081
	Hayır	355	13,370	2,881		
Boyun eğici yaklaşım	Evet	35	10,628	2,712	-0,702	0,483
	Hayır	353	10,983	2,860		
Sosyal destek arama yaklaşımı	Evet	35	12,228	2,276	1,704	0,082
	Hayır	355	11,523	2,283		

Çizelge 3.9'da araştırmaya katılan öğrencilerin yurtta kalınan sürede psikososyal servise başvurma durumuna göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.9. incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin yurtta kalınan sürede psikososyal servise başvurma durumuna göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Çizelge 3.10. Katılımcıların aile ile görüşme sıklıklarının stresle başa çıkma tarzları ölçeği ile karşılaştırılması.

Boyut	Aile ile görüşme sıklığı	n	X̄	SS	F	p
Kendine güvenli Yaklaşım	Her gün	296	2,995	0,538	0,660	0,620
	Haftada 1 defa	24	2,946	0,635		
	Haftada 2 defa	51	3,014	0,553		
	Nadiren	17	2,815	0,387		
	Hiç görüşmedim	2	3,285	0,808		
Çaresiz yaklaşım	Her gün	296	2,193	0,546	1,268	0,282
	Haftada 1 defa	24	2,359	0,633		
	Haftada 2 defa	51	2,352	0,645		
	Nadiren	17	2,294	0,584		
	Hiç görüşmedim	2	2,187	0,972		
İyimser yaklaşım	Her gün	296	2,675	0,557	0,324	0,862
	Haftada 1 defa	24	2,650	0,566		
	Haftada 2 defa	51	2,603	0,634		
	Nadiren	17	2,588	0,634		
	Hiç görüşmedim	2	2,900	1,555		
Boyun eğici yaklaşım	Her gün	296	1,806	0,451	1,851	0,118
	Haftada 1 defa	24	1,923	0,648		
	Haftada 2 defa	51	1,905	0,511		
	Nadiren	17	1,696	0,413		
	Hiç görüşmedim	2	2,416	0,117		
Sosyal destek arama yaklaşımı	Her gün	296	2,925	0,558	1,191	0,314
	Haftada 1 defa	24	2,906	0,678		
	Haftada 2 defa	51	2,740	0,597		
	Nadiren	17	2,867	0,516		
	Hiç görüşmedim	2	2,750	1,060		

Çizelge 3.10'da araştırma kapsamındaki öğrencilerin aileleriyle görüşme sıklık değişkenine göre Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin yapılan varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin aileleriyle görüşme sıklıklarının stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım,iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Çizelge 3.11. Katılımcıların kendilerine yakın hissettiği ve beraber vakit geçirmekten keyif aldığı arkadaşlarının varlığı durumuna göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

	Kendinize yakın hissettiğiniz arkadaşlarınız var mı?	**n**	**X̄**	**SS**	**t**	**p**
Kendine güvenli yaklaşım	Evet Hayır	378 12	21,015 17,833	3,725 4,608	2,892	**0,004**
Çaresiz yaklaşım	Evet Hayır	378 12	17,727 21,083	4,516 4,832	-2,529	**0,012**
İyimser yaklaşım	Evet Hayır	377 12	13,344 11,583	2,831 3,232	2,112	**0,035**
Boyun eğici yaklaşım	Evet Hayır	376 12	10,922 11,833	2,841 2,979	-1,091	0,276
Sosyal destek arama yaklaşımı	Evet Hayır	378 12	11,627 10,333	2,267 2,708	1,934	**0,054**

Çizelge 3.11'de araştırmaya dâhil edilen öğrencilerin kendilerine yakın hissettiği ve beraber vakit geçirmekten keyif aldığı arkadaşlarının varlığı durumuna göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları verilmiştir.

Öğrencilerin kendilerine yakın hissettiği ve beraber vakit geçirmekten keyif aldığı arkadaşlarının varlığı durumlarına göre boyun eğici yaklaşım alt boyutundan aldığı puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Öğrencilerin kendilerine yakın hissettiği ve beraber vakit geçirmekten keyif aldığı arkadaşlarının varlığı durumlarına göre kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım ve sosyal destek arama yaklaşımında olumlu cevap veren öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanlar olumsuz cevap veren öğrencilere göre daha yüksektir. Çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşımda olumsuz cevap veren öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanlar olumlu cevap veren öğrencilere göre daha yüksektir.

Çizelge 3.12. Katılımcıların herhangi bir öğrenci topluluğu veya derneğe üye olması durumuna göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

	Herhangi bir öğrenci topluluğu ya da derneğe üye misiniz?	**n**	**X̄**	**SS**	**t**	**p**
Kendine güvenli yaklaşım	Evet Hayır	170 220	21,458 20,500	3,679 3,826	2,495	**0,013**
Çaresiz yaklaşım	Evet Hayır	170 220	17,341 18,209	4,283 4,733	-1,871	0,062
İyimser yaklaşım	Evet Hayır	169 220	13,716 12,963	2,940 2,752	2,594	**0,010**
Boyun eğici yaklaşım	Evet Hayır	169 219	10,568 11,246	2,595 2,997	-2,342	**0,020**
Sosyal destek arama yaklaşımı	Evet Hayır	170 220	11,947 11,309	2,143 2,363	2,752	**0,006**

Çizelge 3.12’ de öğrencilerin herhangi bir öğrenci topluluğu veya derneğe üye olması durumuna göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları verilmiştir.

Öğrencilerin herhangi bir öğrenci topluluğu veya derneğe üye olması durumuna göre çaresiz yaklaşım alt boyutundan aldığı puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Öğrencilerin herhangi bir öğrenci topluluğu veya derneğe üye olması durumuna göre kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım ve sosyal destek arama yaklaşımında olumlu cevap veren öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanlar olumsuz cevap veren öğrencilere göre daha yüksektir. Çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşımda olumsuz cevap veren öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanlar olumlu cevap veren öğrencilere göre daha yüksektir.

Çizelge 3.13. Katılımcıların sosyal faaliyetlere katılma sıklığına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

Boyutlar	Sosyal faaliyetlere katılma sıklığı	n	X̄	SS	F	p	Fark
Kendine güvenli yaklaşım	Her gün	9	20,111	4,80740	3,709	**0,006**	b>e c>e d>e
	Haftada 2	41	21,5122	3,62023			
	Haftada 1	137	21,3577	3,91967			
	Nadiren	191	20,7382	3,45262			
	Hiç katılmam	12	17,3333	5,33144			
Çaresiz yaklaşım	Her gün	9	15,6667	3,93700	3,451	**0,009**	e>a,b,c,d
	Haftada 2	41	17,7073	4,03264			
	Haftada 1	137	17,7299	4,75658			
	Nadiren	191	17,7539	4,36218			
	Hiç katılmam	12	22,2500	5,49587			
İyimser yaklaşım	Her gün	9	12,5556	2,12786	2,333	0,055	
	Haftada 2	41	13,8049	2,65725			
	Haftada 1	137	13,5547	3,04843			
	Nadiren	191	13,1474	2,63862			
	Hiç katılmam	12	11,3333	4,18511			
Boyun eğici yaklaşım	Her gün	9	10,1111	3,17980	2,620	**0,035**	e>b,d
	Haftada 2	41	10,5366	3,15514			
	Haftada 1	137	11,0292	2,77314			
	Nadiren	191	10,8730	2,62045			
	Hiç katılmam	12	13,3333	4,61880			
Sosyal destek arama yaklaşımı	Her gün	9	11,6667	1,80278	1,111	0,351	
	Haftada 2	41	11,7561	2,23361			
	Haftada 1	137	11,7226	2,23847			
	Nadiren	191	11,5288	2,32785			
	Hiç katılmam	12	10,3333	2,67423			

F=Tek Yönlü Anova a=Hergün, b=Haftada 2 defa, c=Haftada 1 defa, d=Nadiren, e=Hiç katılmam

Çizelge 3.13' de öğrencilerin sosyal faaliyetlere katılma sıklığına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan varyans analizi sonuçları verilmiştir.

Öğrencilerin sosyal faaliyetlere katılma sıklığına göre kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmaktadır ($p<0,05$).

Öğrencilerin sosyal faaliyetlere katılma sıklığına göre haftada 2 defa katılanların, haftada 1 defa katılanların ve nadiren katılanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından kendine güvenli yaklaşım puanlarının hiç katılmayanların puanına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin sosyal faaliyetlere katılma

sıklığına göre hiç katılmayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının her gün, haftada 2 defa, haftada 1 defa ve nadiren katılanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin sosyal faaliyetlere katılma sıklığına göre hiç katılmayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından boyun eğici yaklaşım puanlarının haftada 2 defa ve nadiren katılanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Çizelge 3.13' e göre araştırmaya katılan öğrencilerin sosyal faaliyetlere katılma sıklığına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan iyimser yaklaşım ve sosyal destek arama alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p>0,05$).

3.2. Kadın Üniversite Öğrencilerinin Yaşadıkları Sorunlara Göre Başa Çıkma Tarzlarına Yönelik Bulgular

Çizelge 3.14. Katılımcıların sorun alanlarına ilişkin betimsel veriler.

Problem Alanları	**n**	**X̄**	**SS**
Ekonomik sorunlar	390	3,21	1,066
Sağlık sorunları	390	2,63	0,834
Psikolojik sorunlar	390	2,61	1,042
Uyum sorunları	390	2,28	0,924
Aileyle ilgili sorunlar	390	2,12	0,922
Romantik ilişkilerle ilgili sorunlar	390	2,06	1,135
Arkadaşlarla ilgili sorunlar	390	2,38	0,786
Akademik sorunlar	390	2,61	0,903
Boş zaman değerlendirme sorunları	390	2,47	1,175
Gelecek kaygısı sorunları	390	3,39	1,177
Kötü alışkanlıklarla ilgili sorunlar	390	1,48	0,880
Toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklanan sorunlar	390	2,38	1,170

Çizelge 3.14' e baktığımızda öğrencilerin en çok gelecek kaygısı sorunları olduğu ($\bar{X}$=3,39), ikinci olarak ekonomik sorunlar ($\bar{X}$=3,21),yaşadıkları görülmektedir. Daha az yaşadıkları sorunlar ise kötü alışkanlıklar (X=1,48) ve romantik ilişkilerle(X=2,06) ilgili sorunlardır.

Çizelge 3.15. Katılımcıların yaşadıkları sorunlara verdikleri yanıtların dağılımı.

Sorun Alanları	**Hiçbir Zaman**		**Nadiren**		**Bazen**		**Sık sık**		**Her Zaman**		
	N	**%**	**n**	**%**	**n**	**%**	**n**	**%**	**n**	**%**	**x**
Ekonomik Sorunlar	20	5,1	77	19,7	147	37,7	94	24,1	52	13,3	3,21
Sağlık Sorunları	18	4,6	169	43,3	151	38,7	42	10,8	10	2,6	2,63
Psikolojik Sorunlar	47	12,1	154	39,5	115	29,5	52	13,3	22	5,6	2,61
Uyum Sorunları	78	20	167	42,8	112	28,7	25	6,4	8	2,1	2,28
Aile Sorunları	104	26,7	170	43,6	89	22,8	20	5,1	7	1,8	2,12
Romantik İlişki S.	158	40,5	114	29,2	69	17,7	33	8,5	16	4,1	2,06
Arkadaşlarla İlg. S.	38	9,7	198	50,8	124	31,8	27	6,9	3	0,8	2,38
Akademik Sorunlar	36	9,2	144	36,9	160	41	37	9,5	13	3,3	2,61
Boş Zaman S.	93	23,8	124	31,8	94	24,1	55	14,1	24	6,2	2,47
Gelecek Kaygısı S.	23	5,9	70	17,9	114	29,2	99	25,4	84	21,5	3,39
Kötü Alışk. S.	275	70,5	67	17,2	27	6,9	17	4,4	4	1	1,48
Toplumsal Cins. S.	102	26,2	131	33,6	85	21,8	49	12,6	23	5,9	2,38

Çizelge 3.15'de araştırmaya katılan öğrencilerin sorun alanlarına verdikleri yanıtların dağılımı verilmiştir.

Çizelge 3.15. incelendiğinde hiçbir zaman ekonomik sorun yaşamayan öğrencilerin %5,1 her zaman yaşayanların %13,3 olduğu saptanmıştır. Hiçbir zaman sağlık sorunu yaşamayan öğrencilerin %4,6 her zaman yaşayanların %2,6 olduğu saptanmıştır. Hiçbir zaman psikolojik sorun yaşamayan öğrencilerin %12,1 her zaman yaşayanların %5,6 olduğu saptanmıştır. Hiçbir zaman uyum sorunu yaşamayan öğrencilerin %20, her zaman yaşayanların %2,1 olduğu saptanmıştır. Hiçbir zaman aile sorunu yaşamayan öğrencilerin %26,7 her zaman yaşayanların %1,8 olduğu saptanmıştır. Hiçbir zaman romantik ilişki sorunu yaşamayan

öğrencilerin %40,5, her zaman yaşayanların %4,1 olduğu saptanmıştır. Hiçbir zaman arkadaşlarla ilgili sorun yaşamayan öğrencilerin %9,7 her zaman yaşayanların %0,8 olduğu saptanmıştır. Hiçbir zaman akademik sorun yaşamayan öğrencilerin %9,2 her zaman yaşayanların %3,3 olduğu saptanmıştır. Hiçbir zaman boş zaman sorun yaşamayan öğrencilerin %23,8 her zaman yaşayanların %6,2 olduğu saptanmıştır. Hiçbir zaman gelecek kaygısı sorunu yaşamayan öğrencilerin %5,9 her zaman yaşayanların %21,5 olduğu saptanmıştır. Hiçbir zaman kötü alışkanlık sorunu yaşamayan öğrencilerin %70,5 her zaman yaşayanların %1 olduğu saptanmıştır. Hiçbir zaman akademik sorun yaşamayan öğrencilerin %9,2 her zaman yaşayanların %3,3 olduğu saptanmıştır. Hiçbir zaman toplumsal cinsiyet sorunu yaşamayan öğrencilerin %26,2 her zaman yaşayanların %5,9 olduğu saptanmıştır.

Çizelge 3.16. Katılımcıların ekonomik sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

Stresle başa çıkma tarzı	**Ekonomik sorunlar**	**n**	**X̄**	**SS**	**F**	**p**	**Fark**
Kendine güvenli yaklaşım	Hiçbir zaman	20	20,950	4,582	0,516	0,724	
	Nadiren	77	21,441	3,884			
	Bazen	147	20,863	3,661			
	Sık sık	94	20,744	3,457			
	Her zaman	52	20,596	4,289			
Çaresiz yaklaşım	Hiçbir zaman	20	18,150	5,967	2,633	**0,034**	e>b
	Nadiren	77	16,935	4,487			
	Bazen	147	17,421	4,290			
	Sık sık	94	18,372	4,445			
	Her zaman	52	19,211	4,708			
İyimser yaklaşım	Hiçbir zaman	20	13,200	3,592	1,252	0,289	
	Nadiren	77	13,597	2,852			
	Bazen	147	13,251	2,784			
	Sık sık	93	13,526	2,764			
	Her zaman	52	12,557	2,892			
Boyun eğici yaklaşım	Hiçbir zaman	20	10,550	3,119	0,276	0,893	
	nadiren	77	10,909	2,987			
	bazen	146	11,123	2,657			
	sık sık	93	10,860	2,668			
	her zaman	52	10,846	3,380			
Sosyal destek arama yaklaşımı	hiçbir zaman	20	10,550	3,119	0,178	0,950	
	nadiren	77	10,909	2,987			
	bazen	146	11,123	2,657			
	sık sık	93	10,860	2,668			
	her zaman	52	10,846	3,380			

F=Tek yönlü anova a=hiçbir zaman, b=nadiren, c=bazen, d=sık sık, e=her zaman

Çizelge 3.16'da araştırma kapsamına alınan öğrencilerin ekonomik sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.16. incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin ekonomik sorunlara göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan çaresiz yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Öğrencilerin ekonomik sorunlarına göre her zaman ekonomik sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının nadiren yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin ekonomik sorunlara göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Çizelge 3.17. Katılımcıların sağlık sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

Stresle başa çıkma tarzı	Sağlık sorunu	n	X̄	SS	F	p	Fark
Kendine güvenli yaklaşım	hiçbir zaman	18	22,222	3,655	1,888	0,112	
	nadiren	169	21,295	3,755			
	bazen	151	20,529	3,603			
	sık sık	42	20,619	4,137			
	her zaman	10	19,300	5,056			
Çaresiz yaklaşım	hiçbir zaman	18	16,500	5,425	7,434	**0,000**	c>b d>b
	nadiren	169	16,769	4,048			
	bazen	151	18,324	4,613			
	sık sık	42	20,238	4,230			
	her zaman	10	20,600	5,947			
İyimser yaklaşım	hiçbir zaman	18	14,888	3,065	8,438	**0,000**	a>d a>e
	nadiren	168	13,773	2,876			b>d
	bazen	151	13,178	2,468			b>e
	sık sık	42	11,595	3,100			c>d
	her zaman	10	11,100	2,601			
Boyun eğici yaklaşım	hiçbir zaman	18	11,277	3,139	0,980	0,418	
	nadiren	168	10,625	2,628			
	bazen	150	11,193	2,775			
	sık sık	42	11,166	3,681			
	her zaman	10	11,300	2,945			
Sosyal destek arama yaklaşımı	hiçbir zaman	18	11,666	1,909	1,023	0,395	
	nadiren	169	11,645	2,194			
	bazen	151	11,688	2,280			
	sık sık	42	11,238	2,894			
	her zaman	10	10,400	1,577			

a=hiçbir zaman, b=nadiren, c=bazen, d=sık sık, e=her zaman

Çizelge 3.17' de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin sağlık sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.17 incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin sağlık sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Öğrencilerin sağlık sorunlarına göre bazen ve sık sık sağlık sorunu yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının nadiren yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin sağlık sorunlarına göre hiçbir zaman sağlık sorunu yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından iyimser yaklaşım puanlarının sık sık ve her zaman yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, nadiren sorun yaşayanların puanlarının sık sık ve her zaman sorun yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, bazen sorun yaşayanların puanlarının sık sık yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin sağlık sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Çizelge 3.18. Katılımcıların psikolojik sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

Stresle başa çıkma tarzı	Psikolojik sorun	n	$\bar{X}$	SS	F	p	Fark
Kendine güvenli yaklaşım	hiçbir zaman	47	22,680	3,369	8,656	**0,00***	a>c
	nadiren	154	21,532	3,181			a>d
	bazen	115	20,521	3,823			b>d
	sık sık	52	19,000	3,870			
	her zaman	22	19,454	5,439			
Çaresiz yaklaşım	hiçbir zaman	47	14,872	3,627	25,487	**0,00***	b>a
	nadiren	154	16,792	3,878			c>a,b
	bazen	115	17,947	3,906			d>a,b,c
	sık sık	52	21,442	4,335			e>a,b,c
	her zaman	22	22,272	6,103			
İyimser yaklaşım	hiçbir zaman	47	14,659	2,547	16,423	**0,00***	a>c,d,e
	nadiren	153	14,045	2,651			b>c,d,e
	bazen	115	12,965	2,635			c>d,e
	sık sık	52	11,423	2,499			d>e
	her zaman	22	11,227	3,279			
Boyun eğici yaklaşım	hiçbir zaman	47	10,531	3,147	1,549	0,187	
	nadiren	153	10,673	2,630			
	bazen	115	11,105	2,717			
	sık sık	52	11,519	2,689			
	her zaman	22	11,636	4,215			
Sosyal destek arama yaklaşımı	hiçbir zaman	47	11,361	2,426	1,582	0,178	
	nadiren	154	11,701	1,875			
	bazen	115	11,834	2,365			
	sık sık	52	11,269	2,497			
	her zaman	22	10,727	3,383			

a=hiçbir zaman, b=nadiren, c=bazen, d=sık sık, e=her zaman

Çizelge 3.18' de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin psikolojik sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.18. incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Öğrencilerin psikolojik sorunlarına göre hiçbir zaman psikolojik sorun yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından kendine güvenli

yaklaşım puanlarının bazen ve sık sık yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, nadiren sorun yaşayanların puanlarının sık sık yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin psikolojik sorunlarına göre her zaman psikolojik sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının hiçbir zaman, nadiren ve bazen sorun yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, nadiren sorun yaşayanların hiçbir zaman sorun yaşamayanların puanlarından yüksek olduğu, bazen sorun yaşayanların hiçbir zaman ve nadiren sorun yaşayanların puanlarından yüksek olduğu, sık sık sorun yaşayanların hiçbir zaman, nadiren ve bazen sorun yaşayanların puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin psikolojik sorunlarına göre hiçbir zaman psikolojik sorun yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından iyimser yaklaşım puanlarının bazen, sık sık, her zaman sorun yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, nadiren sorun yaşayanların puanlarının bazen, sık sık, her zaman sorun yaşayanların puanlarından yüksek olduğu, bazen sorun yaşayanların sık sık ve her zaman sorun yaşayanların puanlarından yüksek olduğu, sık sık sorun yaşayanların puanlarının her zaman sorun yaşayanların puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin psikolojik sorunlara göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Çizelge 3.19. Katılımcıların uyum sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

Stresle başa çıkma tarzı	Uyum sorunu	n	X̄	SS	F	p	Fark
Kendine güvenli yaklaşım	hiçbir zaman	78	23,038	3,450	13,305	**0,000***	a>b,c,d b>c
	nadiren	167	21,143	3,249			
	bazen	112	19,750	3,785			
	sık sık	25	19,000	4,232			
	her zaman	8	17,875	5,540			
Çaresiz yaklaşım	hiçbir zaman	78	15,538	3,444	12,503	**0,000***	b>a c>a,b d>a,b e>a,b,c
	nadiren	167	17,586	4,288			
	bazen	112	18,857	4,846			
	sık sık	25	20,240	4,332			
	her zaman	8	23,375	4,240			
İyimser yaklaşım	hiçbir zaman	78	14,384	3,050	12,388	**0,000***	a>c,d,e b>d,e c>e
	nadiren	166	13,469	2,555			
	bazen	112	13,008	2,659			
	sık sık	25	11,400	2,677			
	her zaman	8	8,750	2,764			
Boyun eğici yaklaşım	hiçbir zaman	78	10,192	2,598	2,331	0,055	
	nadiren	165	10,921	2,909			
	bazen	112	11,366	2,831			
	sık sık	25	11,400	2,432			
	her zaman	8	11,750	4,131			
Sosyal destek arama yaklaşımı	hiçbir zaman	78	11,871	2,386	2,707	**0,030***	a>e
	nadiren	167	11,712	2,125			
	bazen	112	11,500	2,181			
	sık sık	25	10,920	2,900			
	her zaman	8	9,500	3,023			

a=hiçbir zaman, b=nadiren, c=bazen, d=sık sık, e=her zaman

Çizelge 3.19' da araştırma kapsamına alınan öğrencilerin uyum sorunları göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.19. incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin uyum sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt

boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Öğrencilerin uyum sorunlarına göre hiçbir zaman uyum sorunu yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından kendine güvenli yaklaşım puanlarının nadiren, bazen, sık sık yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, nadiren sorun yaşayanların puanlarının bazen sorun yaşayanların puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin uyum sorunlarına göre her zaman uyum sorunu yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının hiçbir zaman, nadiren, bazen yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, bazen sorun yaşayanların puanlarının hiçbir zaman ve nadiren sorun yaşayanların puanlarından yüksek olduğu, sık sık sorun yaşayanların puanlarının hiçbir zaman ve nadiren sorun yaşayanların puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin uyum sorunlarına göre hiçbir zaman uyum sorunu yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından iyimser yaklaşım puanlarının bazen, sık sık, her zaman sorun yaşayanların puanlarından yüksek olduğu, nadiren sorun yaşayanların puanlarının sık sık ve her zaman sorun yaşayanların puanlarından yüksek olduğu, bazen sorun yaşayanların her zaman sorun yaşayanların puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin uyum sorunlarına göre hiçbir zaman uyum sorunu yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından sosyal destek arama yaklaşım puanlarının her zaman yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin uyum sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan boyun eğici yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Çizelge 3.20. Katılımcıların aile ile ilgili sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

Stresle başa çıkma tarzı	Aile ile ilgili sorunlar	n	$\bar{X}$	SS	F	p	Farklı
Kendine güvenli yaklaşım	hiçbir zaman	104	22,163	3,747	6,437	**0,000***	a>c
	nadiren	170	20,964	3,241			
	bazen	89	19,595	3,907			
	sık sık	20	19,700	5,526			
	her zaman	7	21,571	3,823			
Çaresiz yaklaşım	hiçbir zaman	104	16,807	4,461	5,057	**0,001***	c>a,b
	nadiren	170	17,452	4,230			
	bazen	89	19,191	4,537			d>a
	sık sık	20	20,100	5,665			
	her zaman	7	18,428	5,472			
İyimser yaklaşım	hiçbir zaman	104	14,326	2,973	5,920	**0,000***	a>b
	nadiren	170	13,170	2,475			a>c
	bazen	88	12,454	3,016			
	sık sık	20	12,900	3,110			
	her zaman	7	12,428	3,154			
Boyun eğici yaklaşım	hiçbir zaman	104	10,740	3,011	1,596	0,175	
	nadiren	169	10,834	2,674			
	bazen	88	11,147	2,507			
	sık sık	20	12,350	4,416			
	her zaman	7	10,428	2,225			
Sosyal destek arama yaklaşımı	hiçbir zaman	104	11,942	2,220	2,311	0,057	
	nadiren	170	11,711	2,249			
	bazen	89	11,044	2,199			
	sık sık	20	11,050	2,665			
	her zaman	7	11,714	3,352			

a=hiçbir zaman, b=nadiren, c=bazen, d=sık sık, e=her zaman

Çizelge 3.20'de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin aile ile ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.20. incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin aile ile ilgili sorunlara göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Öğrencilerin aile ile ilgili sorunlarına göre hiçbir zaman aile ile ilgili sorun yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından kendine güvenli yaklaşım puanlarının bazen yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin aile ile ilgili sorunlarına göre sık sık aile ile ilgili sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının hiçbir zaman yaşamayanların puanlarına göre yüksek olduğu, bazen sorun yaşayanların hiçbir zaman ve nadiren yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin aile ile ilgili sorunlarına göre hiçbir zaman aile ile ilgili sorun yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından iyimser yaklaşım puanlarının nadiren ve bazen yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin aile ile ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Çizelge 3.21. Katılımcıların romantik ilişkiler ile ilgili sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

Stresle başa çıkma tarzı	Romantik ilişkilerle ilgili sorunlar	n	X̄	SS	F	p	Fark
Kendine güvenli yaklaşım	hiçbir zaman	158	21,272	3,967	1,589	0,177	
	nadiren	114	20,973	3,575			
	bazen	69	20,753	3,362			
	sık sık	33	19,484	3,985			
	her zaman	16	20,687	4,467			
Çaresiz yaklaşım	hiçbir zaman	158	17,519	4,404	2,887	**0,022***	e>a,b
	nadiren	114	17,438	4,406			
	bazen	69	17,956	4,812			
	sık sık	33	18,848	4,994			
	her zaman	16	21,062	3,923			
İyimser yaklaşım	hiçbir zaman	157	13,987	2,880	7,913	**0,000***	a>c,d,e
	nadiren	114	13,271	2,740			
	bazen	69	12,768	2,352			
	sık sık	33	12,484	2,513			
	her zaman	16	10,500	3,687			
Boyun eğici yaklaşım	hiçbir zaman	157	11,00	2,737	0,124	0,974	
	nadiren	114	10,815	2,773			
	bazen	68	10,926	2,866			
	sık sık	33	11,121	3,407			
	her zaman	16	11,125	3,364			
Sosyal destek arama yaklaşımı	hiçbir zaman	158	11,462	2,239	1,501	0,201	
	nadiren	114	11,789	2,109			
	bazen	69	11,898	2,474			
	sık sık	33	11,303	2,256			
	her zaman	16	10,625	3,030			

a=hiçbir zaman, b=nadiren, c=bazen, d=sık sık, e=her zaman

Çizelge 3.21'de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin romantik ilişkilerle ilgili sorunları göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Çizelge3.21. incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin romantik ilişkilerle ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Öğrencilerin romantik ilişkilerle ilgili sorunlarına göre her zaman sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım

puanlarının hiçbir zaman ve nadiren yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin romantik ilişkilerle ilgili sorunlarına göre hiçbir zaman sorun yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından iyimser yaklaşım puanlarının bazen, sık sık ve her zaman yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, nadiren sorun yaşayanların puanlarının her zaman sorun yaşayanların puanlarından yüksek olduğu, bazen sorun yaşayanların puanlarının her zaman sorun yaşayanların puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin romantik ilişkilerle ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Çizelge 3.22. Katılımcıların arkadaşlarla ilişkiler ile ilgili sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

Stresle başa çıkma tarzı	Arkadaşlarla ilgili sorunlar	n	X̄	SS	F	p	Fark
Kendine güvenli yaklaşım	hiçbir zaman	38	22,657	3,535	3,268	**0,012***	a>c
	nadiren	198	21,075	3,597			
	bazen	124	20,233	3,949			
	sık sık\ her zaman	30	20,500	4,023			
Çaresiz yaklaşım	hiçbir zaman	38	16,315	4,275	7,660	**0,000***	c>a c>b
	nadiren	198	16,949	4,031			
	bazen	124	19,266	4,927			
	sık sık\ her zaman	30	19,633	4,627			
İyimser yaklaşım	hiçbir zaman	38	15,131	2,868	5,324	**0,000***	a>b a>c
	nadiren	197	13,258	2,769			a>d
	bazen	124	13,008	2,730			
	sık sık\ her zaman	30	12,333	3,077			
Boyun eğici yaklaşım	hiçbir zaman	38	10,921	3,467	2,509	**0,042***	c>b
	nadiren	197	10,553	2,503			
	bazen	123	11,463	3,060			
	sık sık\ her zaman	30	11,500	2,909			
Sosyal destek arama yaklaşımı	hiçbir zaman	38	11,684	2,302	2,145	**0,075**	
	nadiren	198	11,636	2,064			
	bazen	124	11,758	2,331			
	sık sık\ her zaman	30	10,433	3,158			

a=hiçbir zaman, b=nadiren, c=bazen, d=sık sık, e=her zaman

Çizelge 3.22'de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin arkadaşlar ile ilişkilerle ilgili sorunları göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.22. incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin arkadaşlarla ilişkilerle ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım

alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Öğrencilerin arkadaşlarla ilişkilerle ilgili sorunlarına göre hiçbir zaman sorun yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından kendine güvenli yaklaşım puanlarının bazen yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin arkadaşlarla ilişkilerle ilgili sorunlarına göre bazen sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının hiçbir zaman ve nadiren yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin arkadaşlarla ilişkilerle ilgili sorunlarına göre hiçbir zaman sorun yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından iyimser yaklaşım puanlarının nadiren, bazen sık sık yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin arkadaşlarla ilişkilerle ilgili sorunlarına göre bazen sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından boyun eğici yaklaşım puanlarının nadiren yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin arkadaşlarla ilişkilerle ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Çizelge 3.23. Katılımcıların akademik sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

Stresle başa çıkma tarzı	Akademik sorunlar	n	X̄	SS	F	p	Fark
Kendine güvenli yaklaşım	hiçbir zaman	36	22,08	4,777	6,842	**0,000***	a>d b>c,d
	nadiren	144	21,812	3,526			
	bazen	160	20,337	3,277			
	sık sık	37	18,891	4,267			
	her zaman	13	20,692	4,767			
Çaresiz yaklaşım	hiçbir zaman	36	15,138	4,189	11,045	**0,000***	c>a,d d>a,b
	nadiren	144	16,750	3,842			
	bazen	160	18,668	4,427			
	sık sık	37	20,459	5,398			
	her zaman	13	19,4615	5,440			
İyimser yaklaşım	hiçbir zaman	36	13,861	3,440	4,066	**0,003***	b>c,d
	nadiren	144	13,847	2,700			
	bazen	160	12,918	2,714			
	sık sık	36	12,111	2,691			
	her zaman	13	13,384	3,594			
Boyun eğici yaklaşım	hiçbir zaman	36	9,833	2,580	3,593	**0,007***	c>a
	nadiren	143	10,573	2,748			
	bazen	160	11,337	2,801			
	sık sık	36	11,472	2,999			
	her zaman	13	12,000	3,559			
Sosyal destek arama yaklaşım	hiçbir zaman	36	11,722	2,433	0,853	0,493	
	nadiren	144	11,513	2,317			
	bazen	160	11,687	2,181			
	sık sık	37	11,081	2,289			
	her zaman	13	12,230	2,891			

a=hiçbir zaman, b=nadiren, c=bazen, d=sık sık, e=her zaman

Çizelge 3.23' de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin akademik sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.23'de araştırmaya katılan öğrencilerin akademik sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır($p<0,05$).

Öğrencilerin akademik sorunlarına göre hiçbir zaman sorun yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından kendine güvenli yaklaşım puanlarının sık

sık yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, nadiren sorun yaşayanların puanlarının bazen ve sık sık sorun yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin akademik sorunlarına göre bazen sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının hiçbir zaman ve nadiren yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, sık sık sorun yaşayanların puanlarının hiçbir zaman ve nadiren sorun yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin akademik sorunlarına göre nadiren sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından iyimser yaklaşım puanlarının bazen ve sık sık, yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin akademik sorunlarına göre bazen sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından boyun eğici yaklaşım puanlarının hiçbir zaman yaşamayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin akademik sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Çizelge 3.24. Katılımcıların boş zamanı değerlendirme sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

Stresle başa çıkma tarzı	Boş zamanı değerlendirme ile ilgili sorunlar	n	X̄	SS	F	p	Fark
Kendine güvenli yaklaşım	hiçbir zaman	93	22,365	3,559	10,334	**0,000***	a>c,d,e
	nadiren	124	21,362	3,632			b>d,e
	bazen	94	20,563	3,605			
	sık sık	55	18,945	3,602			
	her zaman	24	18,916	3,866			
Çaresiz yaklaşım	hiçbir zaman	93	15,957	3,977	20,075	**0,000***	d>a,b,c
	nadiren	124	17,112	4,305			e>a,b,d
	bazen	94	17,914	3,859			b>a
	sık sık	55	20,072	4,294			c>a
	her zaman	24	23,333	4,966			
İyimser yaklaşım	hiçbir zaman	93	13,828	3,188	3,698	**0,006***	b>e
	nadiren	123	13,300	2,531			a>e
	bazen	94	13,436	2,729			c>e
	sık sık	55	12,909	3,020			
	her zaman	24	11,458	2,519			
Boyun eğici yaklaşım	hiçbir zaman	93	10,430	3,069	6,450	**0,000***	e>a,b
	nadiren	122	10,483	2,480			d>b
	bazen	94	11,106	2,649			
	sık sık	55	11,636	2,406			
	her zaman	24	13,166	3,952			
Sosyal destek arama yaklaşımı	hiçbir zaman	93	11,462	2,347	2,082	0,082	
	nadiren	124	11,983	2,201			
	bazen	94	11,627	2,104			
	sık sık	55	11,018	2,563			
	her zaman	24	11,166	2,334			

a=hiçbir zaman, b=nadiren, c=bazen, d=sık sık, e=her zaman

Çizelge 3.24' da araştırma kapsamına alınan öğrencilerin boş zamanı değerlendirme sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.24 incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin boş zamanı değerlendirme sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Öğrencilerin boş zamanı değerlendirme sorunlarına göre hiçbir zaman sorun yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından kendine güvenli yaklaşım puanlarının bazen, sık sık, her zaman yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, bazen sorun yaşayanların puanlarının sık sık ve her zaman yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin boş zamanı değerlendirme sorunlarına göre nadiren ve bazen sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının hiçbir zaman yaşamayanların puanlarına göre yüksek olduğu, sık sık sorun yaşayanların puanlarının hiçbir zaman, nadiren ve bazen sorun yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, her zaman sorun yaşayanların puanlarının hiçbir zaman, nadiren ve sık sık yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin boş zamanı değerlendirme sorunlarına göre hiçbir zaman, nadiren ve bazen sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından iyimser yaklaşım puanlarının her zaman yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin boş zamanı değerlendirme sorunlarına göre her zaman sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından boyun eğici yaklaşım puanlarının hiçbir zaman, nadiren yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, sık sık sorun yaşayanların puanlarının nadiren yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin boş zamanı değerlendirme sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Çizelge 3.25. Katılımcıların gelecek kaygısı sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

Stresle başa çıkma tarzı	Gelecek kaygısı ile ilgili sorunlar	n	X̄	SS	F	p	Fark
Kendine güvenli yaklaşım	hiçbir zaman	23	22,217	3,579	1,986	0,096	
	nadiren	70	21,185	3,927			
	bazen	114	20,929	3,378			
	sık sık	99	21,151	3,682			
	her zaman	84	20,047	4,259			
Çaresiz yaklaşım	hiçbir zaman	23	15,000	4,410	15,177	**0,000***	e>a,b,c,d
	nadiren	70	16,671	4,399			d>a
	bazen	114	16,771	3,696			
	sık sık	99	18,101	3,842			
	her zaman	84	20,690	5,176			
İyimser yaklaşım	hiçbir zaman	23	13,695	3,970	4,425	**0,002***	b>e
	nadiren	70	13,785	2,977			c>e
	bazen	114	13,508	2,402			d>e
	sık sık	99	13,545	2,681			
	her zaman	83	12,156	2,944			
Boyun eğici yaklaşım	hiçbir zaman	23	9,826	3,157	1,507	0,199	
	nadiren	70	10,871	2,903			
	bazen	114	10,789	2,635			
	sık sık	98	11,122	2,429			
	her zaman	83	11,349	3,362			
Sosyal destek arama yaklaşımı	hiçbir zaman	23	11,739	2,157	0,640	0,634	
	nadiren	70	11,500	1,946			
	bazen	114	11,824	2,125			
	sık sık	99	11,565	2,138			
	her zaman	84	11,321	2,908			

a=hiçbir zaman, b=nadiren, c=bazen, d=sık sık, e=her zaman

Çizelge 3.25' de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin gelecek kaygısı sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.25. incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin gelecek kaygısı sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Öğrencilerin gelecek kaygısı sorunlarına göre her zaman sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının hiçbir

zaman, nadiren, bazen, sık sık yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, sık sık sorun yaşayanların puanlarının hiçbir zaman yaşamayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin gelecek kaygısı sorunlarına göre nadiren, bazen ve sık sık sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından iyimser yaklaşım puanlarının her zaman yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin gelecek kaygısı sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır (p>0,05).

Çizelge 3.26. Katılımcıların kötü alışkanlıklarla ilgili sorunları ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

Stresle başa çıkma tarzı	**Kötü alışkanlıklarla ile ilgili sorunlar**	**n**	**X̄**	**SS**	**F**	**p**	**Fark**
Kendine güvenli yaklaşım	hiçbir zaman	275	21,309	3,806	2,857	**0,023***	a>b
	nadiren	67	20,029	3,528			
	bazen	27	19,925	3,730			
	sık sık	17	20,352	3,888			
	her zaman	4	18,000	2,943			
Çaresiz yaklaşım	hiçbir zaman	275	17,287	4,468	4,497	**0,001***	c>a
	nadiren	67	18,656	4,017			
	bazen	27	20,222	5,740			
	sık sık	17	18,588	3,906			
	her zaman	4	22,000	5,228			
İyimser yaklaşım	hiçbir zaman	274	13,551	2,863	2,437	**0,047***	a>b
	nadiren	67	12,761	2,669			
	bazen	27	12,740	2,739			
	sık sık	17	12,647	3,081			
	her zaman	4	10,750	3,304			
Boyun eğici yaklaşım	hiçbir zaman	273	10,791	2,758	1,364	0,246	
	nadiren	67	11,328	2,899			
	bazen	27	11,740	3,633			
	sık sık	17	10,470	2,576			
	her zaman	4	12,250	2,362			
Sosyal destek arama yaklaşımı	hiçbir zaman	275	11,767	2,210	3,167	**0,014**	a>b
	nadiren	67	10,746	2,401			
	bazen	27	11,518	2,359			
	sık sık	17	12,235	2,278			
	her zaman	4	11,000	2,943			

a=hiçbir zaman, b=nadiren, c=bazen, d=sık sık, e=her zaman

Çizelge 3.26’ da araştırma kapsamına alınan öğrencilerin kötü alışkanlıklarla ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.26. incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin kötü alışkanlıklarla ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Öğrencilerin kötü alışkanlıklarla ilgili sorunlarına göre hiçbir zaman sorun yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından kendine güvenli yaklaşım puanlarının nadiren yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin kötü alışkanlıklarla ilgili sorunlarına göre bazen sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının hiçbir zaman, yaşamayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin kötü alışkanlıklarla ilgili sorunlarına göre hiçbir zaman sorun yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından iyimser yaklaşım puanlarının nadiren yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin kötü alışkanlıklarla ilgili sorunlarına göre hiçbir zaman sorun yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından sosyal destek arama yaklaşım puanlarının nadiren yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin kötü alışkanlıklarla ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan boyun eğici yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Çizelge 3.27. Katılımcıların toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı sorunlar ile stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması.

Stresle başa çıkma tarzı	Toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı sorunlar	n	X̄	SS	F	p	Fark
Kendine güvenli yaklaşım	hiçbir zaman	102	21,362	3,866	0,811	0,518	
	nadiren	131	20,908	3,619			
	bazen	85	20,388	3,706			
	sık sık	49	21,061	4,298			
	her zaman	23	20,652	3,587			
Çaresiz yaklaşım	hiçbir zaman	102	16,519	4,433	4,187	**0,002***	d>a
	nadiren	131	17,679	4,149			c>a
	bazen	85	18,882	4,419			
	sık sık	49	18,938	5,436			
	her zaman	23	18,260	4,564			
İyimser yaklaşım	hiçbir zaman	102	13,931	3,087	2,582	**0,037**	a>c
	nadiren	130	13,384	2,774			
	bazen	85	12,705	2,414			
	sık sık	49	12,898	3,203			
	her zaman	23	12,913	2,574			
Boyun eğici yaklaşım	hiçbir zaman	102	10,705	2,708	1,184	0,317	
	nadiren	129	10,883	2,542			
	bazen	85	11,305	2,725			
	sık sık	49	11,367	4,050			
	her zaman	23	10,217	2,295			
Sosyal destek arama yaklaşımı	hiçbir zaman	102	11,509	2,319	0,791	0,532	
	nadiren	131	11,511	2,209			
	bazen	85	11,952	2,380			
	sık sık	49	11,306	2,302			
	her zaman	23	11,608	2,271			

a=hiçbir zaman, b=nadiren, c=bazen, d=sık sık, e=her zaman

Çizelge 3.27' de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.27. incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Öğrencilerin toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı sorunlarına göre sık sık sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım

puanlarının hiçbir zaman yaşamayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bazen sorun yaşayanların ise stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının hiçbir zaman yaşamayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı sorunlarına göre hiçbir zaman sorun yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından iyimser yaklaşım puanlarının bazen yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

3.3. Kadın Üniversite Öğrencilerinin Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumları ile Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Çizelge 3.28. Katılımcıların toplumsal cinsiyet rolleri ölçeğinden aldıkları puana ilişkin tanımlayıcı istatistikler.

Faktörler	n	$\bar{X}$	SS	En Küçük	En Büyük
Eşitlikçi Cinsiyet Rolü	390	37,77	3,38	14	40
Kadın Cinsiyet Rolü	390	22,95	3,19	12	33
Evlilikte Cinsiyet Rolü	390	12,74	2,13	8	26
Geleneksel Cinsiyet Rolü	390	14,20	5,17	8	39
Erkek Cinsiyet Rolü	390	9,04	3,06	6	20

Çizelge 3.28'de toplumsal cinsiyet rolleri ölçeğinin eşitlikçi cinsiyet rolü alt boyutundan katılımcılar ortalama 37,77 puan almışlardır. Minimum puan 14 maksimum puan ise 40'tır. Kadın Cinsiyet rolü alt boyutundan katılımcılar ortalama 22,95 puan almışlardır. Minimum puan 12 maksimum puan ise 33'tür. Evlilikte cinsiyet rolü alt boyutundan katılımcılar ortalama 12,74 puan almışlardır. Minimum puan 8 maksimum puan ise 26'dır. Geleneksel cinsiyet rolü alt boyutundan katılımcılar ortalama 14,20 puan almışlardır. Minimum puan 8 maksimum puan ise 39'dur. Erkek cinsiyet rolü alt boyutundan katılımcılar ortalama 9,04 puan almışlardır. Minimum puan 6 maksimum puan ise 20'dir.

Çizelge 3.29. Katılımcıların stresle başa çıkma tarzları ölçeği puanları ile toplumsal cinsiyet rolleri tutum ölçeği puanları arasındaki korelasyon.

	Eşitlikçi Cinsiyet Rolü	**Kadın Cinsiyet Rolü**	**Evlilikte Cinsiyet Rolü**	**Geleneksel Cinsiyet Rolü**	**Erkek Cinsiyet Rolü**
Kendine Güvenli Yaklaşım	r0,04 p0,19	-0,07 0,07	-0,11* 0,01	-0,11* 0,01	-0,12 0,00
Çaresiz Yaklaşım	r0,70 p0,08	0,06 0,92	0,16** 0,00	0,09* 0,02	0,09* 0,03
İyimser Yaklaşım	r-0,08 p0,05	-0,6 0,11	-0,09* 0,03	-0,05 0,16	-0,1 0,02
Boyun Eğici Yaklaşım	r-0,6 p0,08	0,09 0,02	0,15** 0,001	0,14** 0,002	0,18** 0,00
Sosyal Destek Arama Yaklaşımı	r0,08* p0,04	-0,1 0,39	-0,11 0,01	-0,02 0,29	-0,05 0,13

**p<0.05*

***p<0.01*

Çizelge 3.29'da araştırma kapsamına alınan öğrencilerin stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanlar ile toplumsal cinsiyet rolleri tutum ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyonun saptanması amacıyla yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçları verilmiştir.

Çizelge 3.29.incelendiğinde eşitlikçi cinsiyet rolü ile sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı korelasyon bulunmuştur (p<0,05).Bu korelasyon pozitif yönlü düşük kuvvetli korelasyondur.

Evlilikte cinsiyet rolü ile kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı korelasyon bulunmuştur(p<0,05). Bu korelasyon ters yönlü düşük kuvvetli korelasyondur. Evlilikte cinsiyet rolü ile çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım alt boyutları arasında istatistiki açıdan anlamlı korelasyon bulunmuştur (p<0,01). Bu korelasyon pozitif yönlü düşük kuvvetli korelasyondur.

Geleneksel cinsiyet rolü ile kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım arasında istatistiksel açıdan anlamlı korelasyon bulunmuştur. Geleneksel cinsiyet rolü ile kendine güvenli yaklaşım arasında ters yönlü düşük kuvvetli bir ilişki vardır. Geleneksel cinsiyet rolü ile çaresiz yaklaşım arasında pozitif yönlü düşük kuvvetli bir ilişki vardır. Geleneksel cinsiyet rolü ile boyun eğici yaklaşım arasında pozitif yönlü düşük kuvvetli bir ilişki vardır.

Erkek cinsiyet rolü ile çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım alt boyutları arasında istatistiki açıdan anlamlı korelasyon bulunmuştur. Erkek cinsiyet rolü ve çaresiz yaklaşım arasında aynı yönlü düşük kuvvetli bir ilişki bulunmuştur. Erkek cinsiyet rolü ve boyun eğici yaklaşım arasında aynı yönlü düşük kuvvetli bir ilişki saptanmıştır.

4. TARTIŞMA

Kredi ve Yurtlar Kurumu'nda kalan kadın üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarının çeşitli değişkenler açısından araştırıldığı bu çalışmada genç bireylerin: Akademik başarı durumu, yakın arkadaşlarının varlığı, herhangi bir topluluğa üye olmaları, ekonomik sorunları, sağlık sorunları, psikolojik sorunları, uyum sorunları gibi değişkenlerle stresle başa çıkma tarzları arasında anlamlı düzeyde ilişkili olduğu tespit edilmiş olup; yaş, kardeş sayısı, bulundukları sınıf, yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yer, psikososyal servise başvurma durumu, aile ile görüşme sıklığı gibi değişkenlerin ise stresle başa çıkma tarzları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olmadığı bulgulanmıştır. Bu bölümde, elde edilen bulgular ile literatür bilgisi değerlendirilerek tartışılmıştır.

Kadın Üniversite Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Başa Çıkma Tarzları

Stresle başa çıkmada yaş unsurunun etkili bir faktör olduğu düşünülebilir bu çalışmada yaş ile stresle başa çıkma tarzları ölçeği çaresiz yaklaşım alt boyutu arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki saptanmıştır. Bu alanda yapılan bir çalışma Altıparmak (2018)'ın psikoteknik merkezinde sınava giren bireylerde algılanan stres, stresle başa çıkma tarzları, genel öz yeterlilik ve anksiyete ile sınav başarısı arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmadır. Bu çalışmada yaş açısından yapılan değerlendirmede katılımcılardan sınavda başarılı olanlarında çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşımın, sınavda başarısız olanlarda ise sosyal desteğe başvurma alt boyutlarının yaşa göre farklılaştığı bulgulanmıştır. Aynı araştırmada genel olarak yaş ortalamalarının artmasına paralel stresle başa çıkma tarzları ortalamalarının da arttığı görülmüştür. Bu araştırmaya benzer başka bir araştırma ise Razı ve ark. (2009)'un çalışan bireylerle yapılan araştırmada benzer şekilde stresle başa çıkma tarzlarının yaşa göre değişiklik gösterdiği, yaşı büyük olan katılımcıların stresle başa çıkma ölçeği ortalamalarının küçük olanlara oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Kardeş sayısına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeği iyimser yaklaşım alt boyutu arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki tespit edilmiştir. Yapılan başka bir araştırma ise Kömür (2018), Üniversite Öğrencilerinde Bilişsel Esneklik İle Stresle Başa Çıkma Becerileri Arasındaki İlişkinin Araştırılması konulu araştırmadır. Buna

göre kardeş sayısı değişkenine göre ölçeklerden alınan ortalama puanlarda anlamlı farklılığın olmadığı belirlemiştir.

Katılımcıların yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yer değişkenine göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alt boyutlardan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Bu bulgulardan farklı olarak Avşaroğlu (2007), araştırmasında, öğrencilerin yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yer açısından, stresle başa çıkma stilleri puan ortalamalarına göre farklılık bulmuştur. Bu farklılık; büyükşehirde ve ilçede yaşayanlar arasında gerçekleşmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin bulundukları sınıf değişkenine göre stresle başa çıkma tarzları ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Stresle başa çıkma tarzları bulundukları sınıf ile ilgili değildir. Bu alanda yapılan başka bir çalışmada Topal (2011), sınıf değişkeni açısından ikinci sınıf öğrencilerinin ve dördüncü sınıf öğrencilerinin stresle başa çıkmada kaçınma alt boyutu puan ortalamalarını anlamlı düzeyde farklılaştığını saptanmıştır. İkinci sınıf öğrencilerinde kaçınma tarzı puanları dördüncü sınıf öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Üniversiteli gencin en önemli stres kaynaklarından birisinin akademik başarı olduğu düşünülebilir. Bu çalışmada stresle başa çıkma alt boyutlarından kendine güvenli yaklaşım ve çaresiz yaklaşım ile akademik başarı durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Kendine güvenli yaklaşımda akademik başarı durumları iyi olan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Çaresiz yaklaşımda ise akademik başarı durumları orta olan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. "Üniversite öğrencilerinde stres nedenlerinin ve stresle başa çıkma biçimlerinin belirlenmesi" amacıyla 504 öğrencinin katılımıyla bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmada öğrencilerde arasında stres durumunun artışına neden olan etmenler, öğretim görevlilerinin öğrenciler arasında ayrım yapması, ilişkilerin çıkar temelli olması, ders yoğunluğu ve zorluğu, önyargılı tavırlar ve iş kaygısı olarak belirlenmiştir (Aşçı ve ark 2015).Shield'in (2001) üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada; akademik başarısı yüksek olan öğrencilerin stresle başa çıkma becerilerinin de yüksek olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Stres unsurlarının cinsiyete göre farklılaştığını belirten Şahin ve arkadaşları (1992), kız öğrencilerin, "akademik sorunlar" alt boyutunda, erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde puan

ortalamalarının yüksek olduğunu, erkek öğrencilerin ise "maddi sorunlar" alt boyutunda anlamlı düzeyde puan ortalamalarının yüksek olduğunu belirtmiştir. Topal (2011)'ın 685 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmada; akademik başarı değişkenine göre stresle başa çıkma alt boyutlarından kaçınma ve sosyal destek arama alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Lakin akademik başarı değişkenine göre problem odaklı başa çıkma alt boyutunda ise anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Akademik düzeyine başarılı cevabını veren öğrencilerin problem odaklı başa çıkma puan ortalamaları başarısız ve çok başarılı cevap veren öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Akademik başarı, kişilerin yaşamlarında karşılaşacakları risklere karşı koruyucudur (Korkut 2004). Akademik başarının günlük hayatta stresle başa çıkma ve problem çözme becerilerine katkı sağladığı düşünülebilir. Çünkü başarıya giden birçok engellerle savaşmak durumunda kalan kişinin olaylara ve problemlere bakış açısının değişmesi beklenen bir durumdur.

Araştırmaya katılan öğrencilerin stresle başa çıkma ölçeğinden aldıkları puanlar ile KYK' da kaldıkları yıl değişkeninden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. KYK' daki ilk yılında öğrencinin başa çıkması gereken birçok faktör olduğu düşünülebilir. Alışılan yaşam düzeninden başka bir düzene geçiş yapmak, okula, yurda, şehre, arkadaşlara alışma ve uyum süreci öğrencileri ilk yılda bekleyen olası stres unsurları olabilmektedir. Tüm bunları genellikle ilk yılında deneyimleyen öğrenci için etkin başa çıkma yöntemlerini kullanabilen öğrencilerin ilk yıllarından sonra daha alışmış, daha az stresli olmaları beklenen bir durumdur. Bulgularımıza göre istatiksel olarak anlamsız çıkmasına rağmen KYK' da kalış yılının önemli olabileceği düşünülmektedir.

Öğrencilerin ailelerinin aylık gelirine göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinin iyimser yaklaşım alt boyutu arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki vardır. Bu araştırma bulgularının aksine Davison ve Neale (2004), araştırmalarında; gelir düzeyine göre stresle başa çıkma becerilerinde anlamlı farklılık belirlemişlerdir. Araştırmalarına göre gelir düzeyi yüksek olanların, düşük olanlara göre stresle daha etkin biçimde başa çıkabildiğini ortaya koymuşlardır.

Öğrencilerin profesyonel yardım alıp almama durumlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Bu araştırma bulgularından farklı olarak Kömür (2018),

tarafından 200 öğrenci ile yapılan "Üniversite Öğrencilerinde Bilişsel Esneklik İle Stresle Başa Çıkma Becerileri Arasındaki İlişkinin Araştırılması" konulu araştırmada daha önce psikolojik destek alan öğrencilerin iyimser yaklaşım ve sosyal destek arama puanları, daha önce psikolojik destek almayanlara göre anlamlı biçimde yüksektir. Aynı araştırmada daha önce psikolojik destek almayan öğrencilerin, çaresiz ve boyun eğici yaklaşım puanları, daha önce psikolojik destek alan öğrencilere göre anlamlı biçimde yüksek bulunmuştur.

Katılımcı öğrencilerin yurtta kaldıkları süre içerisinde psikososyal servise başvurma durumlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Meslek elemanı sayısının öğrenci kapasitesine uygun olmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Araştırma yapılan yurtta 1260 öğrencinin barındığı düşünülerek bir meslek elemanının olması kimi zaman ihtiyacı olan öğrenciye ulaşamamak durumunu da beraberinde getirebilmektedir. Kavak (2018), Kredi ve Yurtlar Kurumu'na Bağlı Yurtlarda Kalan Üniversiteli Gençlerin İhtiyaçları ve Uyum Sorunları adlı çalışmasında psikososyal servislerde görevli sosyal çalışmacı ve psikolog sayılarının, yurttaki öğrenci sayısına yetersiz kaldığını ifade ederek düzenlenen sosyal ve kültürel aktivitelere ve uyum programına katılmayan öğrencilerin psikososyal serviste görevli meslek elemanının varlığından bihaber oldukları ve tanımadıkları bulgusuna ulaşmıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin aile ile görüşme sıklığı ile stresle başa çıkma tarzları ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Aile ile görüşme sıklığının sosyal destek yani aile desteği anlamında önemli bir veri olduğu düşünülebilir. Koydemir ve Özden (2010), Türk üniversite öğrencilerinin benlik boyutları, algılanan sosyal destek ve cinsiyetin psikolojik yardım aramaya yönelik tutumları üzerindeki etkisini konulu bir çalışma yapmışlardır. Araştırma bulgularına göre kadın öğrencilerin algılanan aile desteği boyutunda erkelere göre istatiksel açıdan daha yüksek puanlar aldıkları belirlenmiştir.

Öğrencilerin kendilerine yakın hissettikleri arkadaşın varlığı durumuna göre stresle başa çıkma ölçeğinin boyun eğici yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır. Lakin bu soruya evet ve hayır diye cevap veren öğrencilerin ölçekte yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz

yaklaşım, iyimser yaklaşım ve sosyal destek arama yaklaşımlarından aldıkları puanların istatistiki açıdan anlamlı olduğu saptanmıştır. Olumlu cevap veren öğrencilerin kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutlarından aldıkları puanlar olumsuz cevap veren öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. Arkadaşların ve yakın arkadaşların varlığı kişinin sosyal destek mekanizmalarını güçlendiren bir unsur olarak düşünülebilir. Çebi (2009), Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarını incelediği çalışmasında; psikolojik yardım aramaya yönelik tavrın anlamlı yordayıcısını sosyal destek olduğunu belirtmektedir. Çalışmaya göre olumlu tutuma sahip öğrencilerin diğerlerine göre daha olumlu destek algılarını olduğu tespit edilmiştir. Başka bir araştırmada ise Koydemir-Özden (2010), psikolojik yardım almaya ilişkin tutumu olumlu olarak yordayan bir değişkenin arkadaşlardan alınan sosyal destek olduğunu belirtilmiştir.

Öğrencilerin herhangi bir öğrenci topluluğu veya derneğe üye olması durumuna göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan çaresiz yaklaşım alt boyutundan aldığı puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Bununla beraber herhangi bir topluluğa veya derneğe üye olma durumuna göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutlarından aldıkları puanlar istatistiki açıdan anlamlı olduğu saptanmıştır. Herhangi bir topluluk ya da gruba katıldığında kendisini oraya ait hisseden birey için aidiyet duygusu ve sosyal destek kavramları önemli bir yer edinir. Aidiyet kavramı, kişinin kendisi için değerli ve önemli gördüğü kişiler tarafından tanınması, , kabul edilmesi, güvenilmesi sonucunda hayatına yansıyan ve doğuştan getirilen ihtiyaçtır (Gordon 2010).Aidiyet dâhil olmak, içerilmek, vb. hislerle insan olmanın gereğidir. İçinde bulunulan sosyal çevreyle, bireyi çevreleyen, doğrudan ya da dolaylı ilişkiler ile hayatta somut örnekler sunan aidiyet, bireyin bilinçli tercihleriyle şekillenen, güncellenebilen ve değişkenlik gösterebilen bir kavramdır (Alptekin 2011).

Kadın Üniversite Öğrencilerinin Yaşadıkları Sorunlara Göre Başa Çıkma Tarzları

Öğrencilerin ekonomik sorunlara göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan çaresiz yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Her zaman ekonomik sorunu olan öğrencilerin,

hiçbir zaman yaşamayan öğrencilere göre daha yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Topal (2011), Üniversite Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Stilleri İle Pozitif Ve Negatif Duygu Arasındaki İlişki konulu bir araştırma yapmıştır. Bu araştırmaya göre, sosyo-ekonomik durumu yüksek ve düşük olan öğrencilerin stresle başa çıkma ölçeğinin kaçınma alt boyutundan aldıkları puanların sosyo-ekonomik durumu orta olan öğrencilere göre anlamlı düzeyde fazla olduğu saptanmıştır. Başka bir araştırma ise Bahar (2010), Kredi ve Yurtlar Kurumu yurtlarında kalan öğrencilerin stres kaynakları, madde kullanım düzeyleri ve psikolojik yardım arama davranışlarını konulu bir çalışma yapmıştır. Bu çalışmaya göre öğrencilerin ekonomik durumuna ilişkin yardım arama tutumu incelendiğinde ekonomik durumu çok düşük olan öğrencilerin orta ve yüksek olan öğrencilere göre daha yüksek seviyede yardım arama davranışına sahip oldukları tespit edilmiştir.

Öğrencilerin sağlık sorunlarına göre bazen ve sık sık sağlık sorunu yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının nadiren yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Hiçbir zaman sağlık sorunu yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından iyimser yaklaşım puanlarının sık sık ve her zaman yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, nadiren sorun yaşayanların puanlarının sık sık ve her zaman sorun yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu, bazen sorun yaşayanların puanlarının sık sık yaşayanların puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yani kişi karşılaştığı stresli durumlarla etkili bir şekilde başa çıkamazsa, uzun vadede stresin sağlık üzerindeki olumsuz etkileri ortaya çıkabilir. Çaresiz ve kaçınma alt boyutundaki başa çıkma yöntemlerine yönelmek kişilerin alkol, sigara, madde gibi kötü alışkanlıklara neden olabilmekte, yeme içme bozuklukları gelişebilmekte ve kişinin sinirli davranışlarına sebep olabilmektedir (Folkman ve ark 1986).

Öğrencilerin psikolojik sorunlarına göre, kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Kendine güvenli yaklaşımda hiçbir zaman ve nadiren psikolojik sorunu olan öğrenciler yüksek puan almışlardır. Çaresiz yaklaşımda her zaman, bazen, sık sık psikolojik sorun yaşayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. İyimser yaklaşımda hiçbir zaman psikolojik sorun yaşamayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Benzer şekilde Zvauya ve arkadaşları (2017), tarafından yapılan araştırmada, stresle başa çıkma ile

psikolojik rahatsızlığa sahip olma durumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Dağ (1990), araştırmasında stresle başa çıkma stratejilerinin az kullanılması ile psikolojik belirti gösterme arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulgulanmıştır. Bu araştırma bulgularından farklı olarak kişinin psikolojik sorunlarının varlığı, sağlık problemlerinin ve stresli durumların varlığı, kişilerin psikolojik yardım arama davranışlarını pozitif olarak etkilemektedir (Özbay 1996). Stresle başa çıkma üzerine yapılan çalışmalarda da ortaya çıkan, kişinin psikolojik sağlığı ile kullandığı başa çıkma stratejileri arasında anlamlı ilişkiler mevcuttur. Bireyin etkisiz başa çıkma stratejilerini kullanmasının iyi olan uyumunu bozmakta bunun yanı sıra fiziksel ve ruhsal sağlığını tehlikeye sokmaktadır (Doğan 1999).

Öğrencilerin uyum sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından boyun eğici yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır. Diğer alt boyutlarda ise istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Kendine güvenli yaklaşımda hiçbir zaman uyum sorunu olmayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Çaresiz yaklaşımda nadiren, bazen, sık sık her zaman uyum sorunu olan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. İyimser yaklaşımda hiçbir zaman uyum sorunu yaşamayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Sosyal destek arama yaklaşımında hiçbir zaman uyum sorunu olmayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Yalım (2007), "Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin uyumu: Psikolojik sağlamlık, başa çıkma, iyimserlik ve cinsiyetin Rolü" adlı çalışmasını hazırlık sınıfında okuyan 420 öğrenci ile gerçekleştirmiştir. İyimserlik, psikolojik sağlamlık, kaderci ve suçu kendinde arayan başa çıkma strateji puanları yüksek olan öğrencilerin aynı şekilde uyum puanları da diğer öğrencilere göre yüksek çıkmıştır. Aktaş (1997) ise "Üniversite öğrencilerinin uyum düzeylerinin incelenmesi" konulu çalışmasında üniversite 1. sınıf ve 4. sınıf öğrencilerinin uyum seviyelerini araştırmaktadır. Araştırma bulgularına göre dördüncü sınıf öğrencilerinin kişisel, sosyal ve genel uyum düzeylerinin birinci sınıf öğrencilerinin uyum düzeylerinden anlamlı oranda yüksek olduğunu tespit etmiştir. Akhunlar (2010), Üniversite öğrencilerinin uyumunu araştırdığı çalışmasında öğrencilerin genel uyum puanları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma elde etmiştir. 23 yaş ve üzerindeki öğrencilerin daha küçük olan öğrencilere göre genel uyumlarının daha yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Öğrencilerin aile ile ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan boyun eğici yaklaşım ve sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır. Diğer alt boyutlarda ise istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Kendine güvenli yaklaşımda hiçbir zaman aile ile ilgili sorunu olmayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Çaresiz yaklaşımda bazen, sık sık ve her zaman aile ile ilgili sorunu olan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. İyimser yaklaşımda hiçbir zaman aile ile ilgili sorun yaşamayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Kavak (2018) araştırmasında öğrencilerin aile üyeleri ile iletişimlerinin olumsuz olmasını, ailesinden ayrı yaşamaya başlayan gencin ailesindeki gelişmelerden uzak kalmasına ve aile ile telefonla görüşememesine bağlı olduğunu saptamıştır. Bu araştırmadan farklı olarak (Uzun 2018), Üniversite öğrencilerinde algılanan streste sosyal destek unsurları ve öz yeterliliğin rolünün incelendiği bir çalışmada yapmıştır. Bu çalışmada kişinin yaşı arttıkça stresle başa çıkma seviyesinin azaldığı, ailelerinden gördükleri sosyal destek arttıkça stresle başa çıkma düzeylerinin de arttığını saptamıştır.

Öğrencilerin romantik ilişkilerle ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır. Çaresiz yaklaşımda her zaman romantik ilişkilerle ilgili sorunu olan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. İyimser yaklaşımda ise hiçbir zaman, nadiren ve bazen sorun yaşayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Benzer bir konuda yapılan bir araştırma yaşamı boyunca en az bir flört ilişkisi yaşamış olan toplam 321 erişkin katılımıyla gerçekleştirilen "Flört Şiddeti ve Flört Şiddetine Yönelik Tutumun Anksiyete ve Depresyon Düzeyleriyle İlişkisinin İncelenmesi" konulu araştırmadır. Bu araştırmaya göre flört sırasında erkeğin ve kadının sergilediği psikolojik ve fiziksel şiddet içeren tutumlar ile anksiyete ve depresyon düzeyi arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlaml bulunmuştur. Flört şiddetine karşı olumlu tutum puanı arttıkça, flört şiddetinin sebep olduğu depresyon ve anksiyete düzeyleri de aynı yönde artış göstermektedir.

Öğrencilerin arkadaşlarla ilişkileri sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan tüm alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Kendine güvenli yaklaşımda, hiçbir

zaman arkadaş ilişkilerinde sorun yaşamayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Çaresiz yaklaşımda, bazen arkadaş ilişkilerinde sorun yaşayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. İyimser yaklaşımda, hiçbir zaman arkadaş ilişkilerinde sorun yaşamayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Boyun eğici yaklaşımda bazen arkadaş ilişkilerinde sorun yaşayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Uzun (2018), Üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği çalışmasında, stresle başa çıkma yeteneğini yordayan en önemli değişkenin öz-yeterlilik inancı olduğunu tespit etmiştir. Başa çıkmayı yordayan ikinci önemli değişkenin aileden sosyal destek alma olduğunu bulmuştur. Fakat arkadaş desteğinin stresle başa çıkmada anlamlı bir etkisi olmadığı saptanmıştır. Phelps ve Jarvis (1994), ergenlerin cinsiyet ve ailelerinin sosyo-ekonomik seviyelerine göre stresle başa çıkma stratejilerini araştırmışlardır. Bu çalışmada, erkek öğrencilerin stres kaynaklarının daha çok okul ve okul dışı etkinliklerle ilgili olduğu fakat kız öğrencilerin ise stres kaynaklarının arkadaş, aile ve karşı cins arkadaşlığı olduğu bulgulanmıştır.

Öğrencilerin akademik sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki fark istatiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Kendine güvenli ve iyimser yaklaşımlarda, hiçbir zaman, nadiren akademik sorun yaşamayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Çaresiz yaklaşımda bazen ve sık sık akademik sorunu olan öğrencilerin puan aldıkları saptanmıştır. Boyun eğici yaklaşımda bazen akademik sorunu olan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Şahin ve arkadaşları (1992), Üniversite öğrencilerinin stres faktörleri ve başa çıkma stratejileri konulu bir araştırma yapmışlardır. Bu araştırmaya göre; kız öğrenciler için akademik sorunlar ön planda iken erkek öğrenciler için ekonomik sorunların öne çıktığı saptanmıştır. Koydemir ve Demir (2005), Üniversite öğrencilerinin yardım arama davranışı konulu bir araştırma yapmışlardır. Bu araştırmaya göre; öğrencilerin akademik sorunları ve mesleki sorunları için akademik danışmanlarından yardım aldıkları sonucuna ulaşmışlardır.

Öğrencilerin boş zamanı değerlendirme sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan sosyal destek arama alt boyutundan aldıkları puanlar

arasındaki fark istatistiki olarak anlamlı bulunmamıştır. Kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki fark istatiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Kendine güvenli ve iyimser yaklaşımlarda, hiçbir zaman ve nadiren boş zamanı değerlendirme sorunu yaşayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Çaresiz yaklaşımda, her zaman ve sık sık boş zamanı değerlendirme sorunu olan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Boyun eğici yaklaşımda sık sık ve her zaman boş zamanı değerlendirme sorunu olan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Sürük (1994), Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi konulu bir araştırma gerçekleştirmiştir. Araştırma bulgularına göre; öğrencilerin, bilişsel başa çıkma stratejileri ile boş zamanlarını değerlendirme durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılıklar saptanmıştır. Kitiş (1991), Stres Yönetimi ve Yüksekokul Öğrencilerinin Stresle Başa çıkma Yöntemlerine İlişkin Bir Araştırma konulu araştırmasında Yüksekokul öğrencilerinin başa çıkma süreçlerinde herhangi bir alışkanlığı ya da bir yönelimi olan öğrencilerin kaygı düzeylerinin düşük olduğunu saptamıştır. Aynı zamanda sportif ve sosyal faaliyetlerde etkin olanların da kaygı düzelerinin düşük olduğunu saptamıştır. Bu bulgulara göre boş zamanı etkin değerlendirme ve nitelikli vakit geçirmenin kişinin fiziksel ve ruhsal sağlığını olumlu yönde etkilediği düşünülebilir.

Öğrencilerin gelecek kaygısı sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan çaresiz yaklaşım ve iyimser yaklaşım alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatiksel olarak anlamlı olduğu, kendine güvenli yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatiksel olarak anlamsız olduğu saptanmıştır. Çaresiz yaklaşımda her zaman ve sık sık gelecek kaygısı olan öğrencilerin yüksek puan aldıkları, iyimser yaklaşımda ise nadiren ve bazen gelecek kaygısı sorunu yaşayan öğrencilerin yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Koydemir ve arkadaşları (2010), Öğrencilerin yardım arama tutumları ve psikolojik yardım arama engelleri ve ilişkili yardım arama kaynakları konulu bir çalışma yapmışlardır. Bu çalışmada, en sık yardım aranan konulardan birisinin de gelecek kaygısı olduğunu saptamışlardır.

Öğrencilerin kötü alışkanlıklarla ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutlarından aldıkları puanlar

arasındaki fark istatiksel olarak anlamlı bulunurken, boyun eğici yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır. Kendine güvenli yaklaşımda hiçbir zaman kötü alışkanlıklarla ilgili sorun yaşamayan öğrenciler yüksek puan almışlardır. Çaresiz yaklaşımda bazen kötü alışkanlıklarla ilgili sorun yaşayan öğrenciler yüksek puan almışlardır. İyimser yaklaşımda hiçbir zaman kötü alışkanlıklarla ilgili sorun yaşamayan öğrenciler yüksek puan almışlardır. Sosyal destek arama yaklaşımında sık sık kötü alışkanlıklarla ilgili sorun yaşayan öğrenciler diğerlerine göre daha yüksek puan almışlardır. Dil ve Aykanat (2016), Hemşirelik öğrencilerinin öfke, umutsuzluk, stresle başa çıkma düzeyleri ile sosyal destek algıları arasındaki ilişki konulu bir çalışma yapmışlardır. Araştırma bulgularına göre kız öğrencilerin stresle başa çıkmada, özel insan desteği ve dine yönelmeyi erkek öğrencilere göre daha fazla kullandıkları saptanmıştır. Erkek öğrencilerin ise stresle başa çıkmada alkol ve ilaç kullanımını kız öğrencilere göre daha fazla kullandıkları saptanmıştır.

Öğrencilerin toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı sorunlarına göre bazen ve sık sık sorun yaşayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından çaresiz yaklaşım puanlarının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı sorunlarına göre hiçbir zaman sorun yaşamayanların stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından iyimser yaklaşım puanlarının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kalkan ve Odacı (2005), 539 üniversite öğrencisinin katılımı ile "Cinsiyet ve cinsiyet rollerinin, psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarla ilişkisi" adlı araştırmalarında, kadınların psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarının erkeklere göre daha olumlu olduğunu saptamıştır. Ayrıca psikolojik yardım almaya yönelik sergilenen tutumlar ile kadınsılık rolü arasında da istatiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu, erkeksilik rolü ile arasında ise istatiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığını saptamışlardır.

Kadın Üniversite Öğrencilerinin Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumları ile Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Arasındaki İlişki

Öğrencilerin stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanlar ile toplumsal cinsiyet rolleri tutum ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki ilişkiye bakıldığında, öğrencilerin eşitlikçi cinsiyet rolünden aldıkları puanlar arttıkça sosyal yardım arama yaklaşımı puanları da artmaktadır. Evlilikte cinsiyet rolünden aldıkları puanlar arttıkça kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım puanları düşmektedir.

Yine evlilikte cinsiyet rolünden aldıkları puanlar arttıkça çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım puanları da artmaktadır. Geleneksel cinsiyet rolünden aldıkları puanlar arttıkça çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım puanları da artmaktadır. Yine geleneksel cinsiyet rolünden aldıkları puanlar arttıkça kendine güvenli yaklaşım puanları düşmektedir. Erkek cinsiyet rolünden aldıkları puanlar arttıkça çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım puanları da artmaktadır.

Kurtuluş (2019), 598 kadın üniversite öğrencisinin katılımıyla, Kadın Üniversite Öğrencilerinin Toplumsal Cinsiyet Eşitliği ile Toplumsal Cinsiyet Rolü Stresi ve Olumsuz Değerlendirme Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi konulu bir araştırma yapmıştır. Bu araştırmada toplumsal cinsiyet rolü eşitliği ölçeğini kullanmıştır. Bu ölçek esasında erkeği kadından üstün görme ve kadının erkeğe bağımlı olduğunu düşünmeyi içeren bir ölçektir. Yapılan araştırmaya göre; kadın üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet eşitliği ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça, toplumsal cinsiyet rolü stresinin azaldığı bulgulamıştır. Başka şekilde ifade edecek olursak kadınlarda eşitlikçi düşünce hâkimiyeti arttıkça kişilerdeki stres de artış göstermektedir.

Birleşmiş Milletler İnsan Hakları Konseyi'ne göre (2014) de toplumsal cinsiyet rolünün kadınlar ve erkeklere yüklediği rollerle birlikte olumlu ya da olumsuz duygu ve yargılar oluşabilmektedir. Birleşmiş Milletler'in tanımladığı cinsiyet rolleri çoğunlukla eşitlikçi ifadeler olsa dahi bir toplumda geleneksel roller hâkimse bu rollerin gerçek yaşama uyum ve katılma süreci o toplumda kadınların stresine ve zorlanmalarına sebep olabilir (Kurtuluş 2019).

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç

Kredi ve Yurtlar Kurumu'nda kalan 390 kadın üniversite öğrencisinin, sosyo demografik özelliklerine göre stresle başa çıkma tarzları, yaşadıkları temel sorunlara göre stresle başa çıkma tarzları ve toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumlarına göre stresle başa çıkma tarzlarının incelendiği bu çalışmada elde edilen bulgular şu şekildedir.

- Kadın üniversite öğrencilerinin yaş ortalaması 20,99 bulunmuştur. En küçük 17, en büyük 32'dir.
- Kadın üniversite öğrencilerinin kardeş sayısı en küçük 1, en büyük 4 bulunmuştur.
- Kadın üniversite öğrencilerinin %16,9'unun üniversiteye gelene kadar köy ya da kasabada %34.1'inin ilçede, %29.7'sinin şehirde, %19.2' sinin büyükşehirde yaşadığı saptanmıştır.
- Kadın üniversite öğrencilerinin %1'inin hazırlık sınıfında %29,2'sinin birinci sınıfta, %17,7'sinin 2. sınıfta, %21'inin 3. sınıfta, %31'inin 4.sınıf ve üzerinde öğrenim gördüğü saptanmıştır.
- Kadın üniversite öğrencilerinin %55.1'i akademik başarı durumunu iyi, %43.8'inin orta,%1'inin ise kötü olarak belirtmiştir.
- Kadın üniversite öğrencilerinin aile geliri ortalaması 2854,04 bulunmuştur. En küçük 220, en büyük 20000'dir.
- Kadın üniversite öğrencilerinin KYK'da barınma süresi ortalaması 1,76 bulunmuştur. En küçük 1 en büyük 3'tür.
- Kadın üniversite öğrencilerinin %23.1'inin yaşadıkları bir sorunla ilgili daha önce bir profesyonelden yardım aldığı, %76.9'unun ise yardım almadığı saptanmıştır.
- Kadın üniversite öğrencilerinin %75.1'inin yurdundaki psikososyal servisten haberdar olduğu, %24.9'unun ise haberdar olmadığı saptanmıştır.

- Kadın üniversite öğrencilerinin %9'u yurtta kaldığı süre boyunca herhangi bir sorunla ilgili olarak psikososyal servise başvurmuş olup, %91'i başvurmamıştır.
- Kadın üniversite öğrencilerinin üniversiteye başladığınızdan beri ailenizle ne sıklıkla görüşüyorsunuz sorusuna %75.6'sı her gün, %6.2'si haftada bir defa, %13.1'i haftada iki defa, %4.4'ü nadiren, %0.5'i ise hiç görüşmedim yanıtını vermiştir.
- Kadın üniversite öğrencilerinin %96.6'sı kendisine yakın hissettiği ve beraber vakit geçirmekten keyif aldığı arkadaşlarının olduğunu, %3.1'i ise olmadığını belirtmiştir.
- Kadın üniversite öğrencilerinin %43.6'sının herhangi bir öğrenci topluluğu veya derneğe üye olduğu, %56.4'ünün ise üye olmadığı saptanmıştır.
- Kadın üniversite öğrencilerinin sosyal faaliyetlere katılma sıklıkları %2.3'ünün her gün, %10.5'inin haftada 2 defa, %35.1'inin haftada 1 defa, %49'unun nadiren, %3.1'inin ise hiç katılmadığı saptanmıştır.
- Kadın üniversite öğrencilerinin yaşı ile stresle başa çıkma tarzları ölçeği çaresiz yaklaşım alt boyutu arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki vardır.
- Kadın üniversite öğrencilerinin kardeş sayısı ile stresle başa çıkma tarzları ölçeği iyimser yaklaşım alt boyutu arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki vardır. Kardeş sayısı ile stresle başa çıkma tarzları ölçeği sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutu arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki vardır.
- Kadın üniversite öğrencilerinin ailenin geliri stresle başa çıkma tarzları ölçeği iyimser yaklaşım alt boyutu arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki vardır.
- Kadın üniversite öğrencilerinin KYK'da barınma süresi ile stresle başa çıkma tarzları ölçeği arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.
- Kadın üniversite öğrencilerinin yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yere göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir.

- Kadın üniversite öğrencilerinin bulundukları sınıf değişkenine göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir.
- Kadın üniversite öğrencilerinin akademik başarı durumlarına göre stresle başa çıkma ölçeğinde yer alan iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır. Stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım ve çaresiz yaklaşım alt boyutlarından aldıkları puanlar ile akademik başarı puanları arasındaki farkın ise istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır .
- Araştırmaya katılan öğrencilerin daha önce profesyonel yardım alıp almamalarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır.
- Kadın üniversite öğrencilerinin daha önce profesyonel yardım alıp almamalarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır.
- Kadın üniversite öğrencilerinin yurtta kalınan sürede psikososyal servise başvurma durumuna göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır.
- Kadın üniversite öğrencilerinin aileleriyle görüşme sıklıklarının stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir.
- Kadın üniversite öğrencilerinin kendilerine yakın hissettiği ve beraber vakit geçirmekten keyif aldığı arkadaşlarının varlığı durumlarına göre boyun eğici yaklaşım alt boyutundan aldığı puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, sosyal destek

arama yaklaşımı alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır.

- Öğrencilerin herhangi bir öğrenci topluluğu veya derneğe üye olması durumuna göre kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır. Çaresiz yaklaşım alt boyutundan aldığı puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır.
- Öğrencilerin sosyal faaliyetlere katılma sıklığına göre kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmaktadır. İyimser yaklaşım ve sosyal destek arama alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır.
- Öğrencilerin ekonomik sorunlara göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır. Çaresiz yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır.
- Öğrencilerin sağlık sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Kendine güvenli yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır.
- Öğrencilerin psikolojik sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır.

- Öğrencilerin uyum sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Boyun eğici yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanların istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır.
- Öğrencilerin aile ile ilgili sorunlara göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır.
- Öğrencilerin romantik ilişkilerle ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Kendine güvenli yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır.
- Öğrencilerin arkadaşlarla ilişkilerle ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır
- Öğrencilerin akademik sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır.

- Öğrencilerin boş zamanı değerlendirme sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, boyun eğici yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır.
- Öğrencilerin gelecek kaygısı sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Kendine güvenli yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır.
- Öğrencilerin kötü alışkanlıklarla ilgili sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Boyun eğici yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır.
- Öğrencilerin toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı sorunlarına göre stresle başa çıkma tarzları ölçeğinde yer alan çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım, alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Kendine güvenli yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır .

- Öğrencilerin toplumsal cinsiyet rolleri ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişki. Eşitlikçi cinsiyet rolü ile sosyal destek arama yaklaşımı alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı korelasyon bulunmuştur. Evlilikte cinsiyet rolü ile kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı

korelasyon bulunmuştur. Evlilikte cinsiyet rolü ile çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım alt boyutları arasında istatistiki açıdan anlamlı korelasyon bulunmuştur. Geleneksel cinsiyet rolü ile kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım arasında istatistiksel açıdan anlamlı korelasyon bulunmuştur. Erkek cinsiyet rolü ile çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım alt boyutları arasında istatistiki açıdan anlamlı korelasyon bulunmuştur.

5.2. Öneriler

- Ailesine olan özlemi, yeni arkadaş edinebilme stresi, bilmediği bir şehri tanıma süreci, derslerin dışında kalan serbest zamanını sosyal etkinliklerle geçirme isteği, ailesiyle birlikteyken üzerinde düşünmesi gerekmeyen sağlık, beslenme, ulaşım, ekonomik sorunlar ve güvenliğe dair konularda karşı karşıya kaldığı ihtiyaçları ve tüm bunların etkilediği uyum süreci gençleri üniversitenin ilk yılında etkilemektedir. Bazı gençler bu durumun üstesinden kolaylıkla gelebilirken, bazılarında bu süreç daha meşakkatli ve hırpalayıcı olabilmektedir. Aile ile iletişimi güçlü olan gençlerde bu sürecin daha kolay atlatılacağı düşüncesinden hareketle özellikle maddi imkânları yetersiz olan öğrencilerin üniversitenin ilk yılında olan öğrencilerin ailesinin yanına minimum gidiş-geliş yol masrafları Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından karşılanabilir.
- Özellikle yani kaydolan öğrencilerin ve ailelerinin yurt psikososyal servisine yönlendirilmeleri ve daha çok iletişim kurulması sağlanmalıdır.
- Gençlerin stresle başa çıkma becerilerini artırmak, temel sorun alanlarını azaltmak, kişisel ve duygusal, sosyal, akademik ve kurumsal uyumlarını artırabilmek amacıyla koruyucu hizmetlere verilen önem artırılmalıdır. Üniversiteli genç herhangi bir stres ya da sorun yaşamadan koruyucu ve önleyici hizmet sunabilmek amacıyla, üniversitelerdeki merkezlerde meslek elamanlarının sayısının artırılabilir.
- KYK ve üniversitelerdeki meslek elemanı sayısının artırılması gençlere profesyonel psikososyal destek sağlama imkânını artıracağı düşünülmektedir.
- Üniversite öğrencilerinde stres yaratan yaşam olaylarının belirlenmesi ve bu doğrultuda en uygun başa çıkma stratejilerini geliştirebilmeleri amacıyla farkındalık programları düzenlenebilir.
- Kadın cinsiyetinin aile ve toplum içerisinde dezavantajlı konumda olmaması amacıyla üniversitelerin tüm bölüm ve fakültelerinde toplumsal cinsiyet eğitimi zorunlu ders olarak verilebilir.

- Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejileri hakkında yurtlar ve üniversitelerde süreklilik arz eden ve kurumlar arasında koordineli çalışan bir "Stresle Etkin Başa Çıkma Programı" yürütülebilir ve bu sayede iyilik halleri ve yaşam kaliteleri artırılabilir.

6. KAYNAKLAR

Akhunlar MN, 2010. Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile uyum süreçleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Aksoy DY, 2015. Taşhan TS, Uçar T, 2015. Üniversite Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Menstrual Düzensizliğe Etkisi. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 4, 2, 12-16.

Aktaş Y, 1997. Üniversite öğrencilerinin uyum düzeylerinin incelenmesi: Uzunlamasına bir çalışma. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 13, 107-110.

Aldwin M, 1987. Does coping help? A Reexmination of the Relation Between Coping and Mental Health. Journal of Personality and Social Psychology, 53, 337- 348.

Alptekin D, 2011. Toplumsal aidiyet ve gençlik: Üniversite gençliğinin aidiyeti üzerine sosyolojik bir araştırma. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Altan E, Ersöz A, 1994. Kadının çifte yükümlülüğü. Ankara, Kadın ve Sosyal Hizmetler Müsteşarlığı Kadının Statüsü ve Sorunları Genel Müdürlüğü, 27.

Altıparmak E, 2018. Psikoteknik merkezinde sınava giren bireylerde algılanan stres, stresle başa çıkma tarzları, genel öz yeterlilik ve anksiyete ile sınav başarısı arasındaki ilişki, Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Altunişik R, Coşkun R, Bayraktaroğlu S, Yıldırım E, 2012. Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri 7. Baskı.

Altunöz, R. 2014. Üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin uyum sorunu ve çözüm yolları. Sosyal Hizmet Dergisi, Şubat, 92-95.

Anar B, 2011. Evli ve çalışan yetişkinlerin toplumsal cinsiyet rolleri ile evlilik doyumu ve iş doyumu ilişkisinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Anıl L, 1999. Askerlikte ruhsal bozukluk belirtisi gösteren ve göstermeyen erlerin sosyal destek ve başa çıkma yöntemleri açısından karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Apak H, 2018. Güçlendirme ve Maneviyata Duyarlı Sosyal Hizmet, Journal Of Academic Social Science Studies Dergisi, Retrieved from https://www.jasstudies.com/DergiTamDetay.aspx?ID=7573 s.400

Arslan AS, 2000. Ders Kitaplarında Cinsiyetçilik. T.C. Başbakanlık Kadının Statüsü ve Sorunları Genel Müdürlüğü Yayını, Ankara, s. 33.

Aşcı Ö, Hazar G, Kılıç E, Korkmaz A, 2015. Üniversite Öğrencilerinde Stres Nedenlerinin ve Stresle Başa Çıkma Biçimlerinin Belirlenmesi. Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi 8-4.

Avşaroğlu S, 2007. Üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı, karar verme ve stresle başa çıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Aydın S, 2003. Ergenlerde stresle başa çıkma tarzları ile cinsiyet ve cinsiyet rolleri arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Bahar M, 2010. Kredi ve yurtlar kurumu yurtlarında barınan öğrencilerin stres kaynakları, madde kullanım düzeyleri ve psikolojik yardım arama davranışları. Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.

Baltaş Z, Baltaş A, 1998. Stresle Başa Çıkma Yolları, 6. Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul.

Batur Z, 2010. Son çeyrek yüzyılda kadının değişen sosyal statüsü ve imajı: ilköğretim ikinci kademe Anadolu ders kitaplarında metin ve görsel öğelerin incelenmesi. Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 13

Bayhan V, 2003. Genç Kimliği: Üniversite Gençliğinin Sosyolojik Profili, İnönü Üniversitesi Yayınları, Malatya, 2003, 27.

Bem SL, 1974. The measurement of psychological and rogyny. Journal of consulting and clinical psychology, 42-2, 155.

Bem SL, 1983. Gender schema the oryandit simplications for child development: Raising gender-a schematic children in a gender-schematic society. Signs: Journal of Women in Cultureand Society, 8-4, s. 598.

Bhasin K, 2003. Toplumsal Cinsiyet "Bize Yüklenen Roller". Kadınlarla Dayanışma Vakfı Yayınları, İstanbul, 1-5.

Bilgin M, 2001. Üniversite Öğrencilerinin Sorunları ile Değerleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2, 20, 18-25.

Bilhan S, 1996. Eğitim Sosyolojisi. Ankara, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Yayınları, 174.

Billing AG, 1984. Coping Stres and Social Resources Among Adult With Bipolar Depression. Journal of Personality and Social Psychology. 46, 871-891.

Blakemore JEO, Berenbaum SA, Liben LS, 2009. Gender development. NewYork, Psychology Press.

Braham JB, 1998. Stres Yönetimi. Ateş Altında Sakin Kalabilmek, Hayat Yayıncılık, İstanbul.

Burger J, 2006. Kişilik, İstanbul, Kaknüs Yayınları.

Buss LL, 2007. Administrative Stress and Coping Preferences Among Female Middle School Principals of California in Los Angeles, Orange, and San Bernard in no Counties. Web: http://proquest.umi.com/pqdweb?did=1583914131 adresinden 12 Haziran 2018 tarihinde alınmıştır.

Büküşoğlu N, Bayturan AF, 2005. Serbest Zaman Etkinliklerinin Gençlerin Psiko-Sosyal Durumlarına İlişkin Algısı Üzerindeki Rolü. Ege Tıp Dergisi, 44- 3.

Büyüköztürk Ş, 2005. Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. 5. Baskı, Ankara, Pegem A Yayıncılık.

Büyüköztürk Ş, Kılıç Çakmak E, Akgün ÖE, Karadeniz Ş, Demirel F, 2017. Bilimsel Araştırma Yöntemleri. 23. Baskı, Pagem Yayınevi, Ankara, 92, 95.

Catanzoro JF, 1995. Hassles, Coping and Depressive Symptoms in a Elderly Community Sample: The Role of Mood Requlation Expectanties. Journal of Counseling Psychology, 42, 259-265.

Cinal B, 2018. Flört Şiddeti ve Flört Şiddetine Yönelik Tutumun Anksiyete ve Depresyon Düzeyleriyle İlişkisinin İncelenmesi. Işık Üniversitesi, İstanbul, 28.

Curun F, 2006. Yüklemeler, iletişim çatışmaları, cinsiyet ve cinsiyet rolü yönelimi ile evlilik doyumu arasındaki ilişki. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Cüceloğlu D, 2006. İnsan ve davranışı, İstanbul, Remzi Kitabevi.

Çağlı U, Durukan L, 1989. Sex role portrayals in Turkish TV adversiting: Some pre liminary findings. Metu Studies in Development, 16,1-2,153-175.

Çakır Ö, 2008. Türkiye'de Kadının Çalışma Yaşamından Dışlanması. Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, S. 31, s.42

Çalışır G, Çakıcı FO, 2015. Toplumsal Cinsiyet Bağlamında Sosyal Medyada Kurulan Benlik İnşasının Temsili. Electronic TurkishStudies,10.

Çebi E, 2009. Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları: algılanan sosyal destek, psikolojik sıkıntı, yardım alma deneyimi ve cinsiyetin etkisi. Yüksek lisans tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

Çınar P, 2005. Hangimiz daha saldırgan? Türk Psikoloji Bülteni 2005,11 -36, 76-80.

Çoruh Y, 2003. Denetim odağı ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişki. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Erzurum.

Dağ A, 2017. Okul Sosyal Hizmeti. Açılım Kitap, İstanbul, 61.

Dağ İ, 1990. Kontrol odağı, stresle başa çıkma stratejileri ve psikolojik belirti gösterme ilişkileri. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Davison GC, Neale JM, 2004. Anormal Psikoloji, (Çev. M. Şahin), 12. Baskı, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara.

Dil S, Aykanat GB, 2016. Hemşirelik Öğrencilerinin Öfke, Umutsuzluk, Stresle Baş Etme Düzeyleri ile Sosyal Destek Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Psikiyatri Hemşireliği Dergisi, 7,3, 125.

Doğan T, Sapmaz F, 2009. Sosyal Anksiyete Bozukluğunun Doğası: Bir gözden geçirme. Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17,4, 425-438.

Doğan T, 1999. Başkent üniversitesi öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Ankara.

Dökmen Z, 2009. Toplumsal Cinsiyet-Sosyal Psikolojik Açıklamalar. İstanbul, Remzi Kitabevi, 60.

Dökmen Z, 2014. Toplumsal Cinsiyet, Sosyal Psikolojik Açıklamalar, İstanbul, Remzi Kitabevi, 18.

Ecevi, Y, 2000. Kadın Erkek Eşitliğine Doğru Yürüyüş: Eğitim, Çalışma Yaşamı ve Siyaset. İstanbul: Lebib Yalkın Yayınları, Türkiye Sanayicileri ve İş Adamları Derneği, Yayın No. TÜSİAD-T/2000- 12/290.

Eğitim faaliyetleri. Kredi ve Yurtlar Kurumu. http://yurtkur.gsb.gov.tr/Sayfalar/2418/2387/EgitselFaaliyetler Erişim Tarihi: 08.10.2018.

Erol SI, 2015. Türkiye'de Kadının Çalışma Hayatına Katılımının Belirleyicileri. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 2- 3, 9.

Ersoy E, 2009. Cinsiyet kültürü içerisinde kadın ve erkek kimliği. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 19, 209-30.

Folkman S, 1980. An Analysis of Coping in a Middle-aged Community Sample. Journal of College Counseling, 21, 219-239.

Folkman S, Lazarus R, 1985. Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer Publishing Company.

Genç Y, Taylan HH, Barış İ, 2015. Roman Çocuklarının Eğitim Süreci Ve Akademik Başarılarında Sosyal Dışlanma Algısının Rolü. Internation Journal of Social Science (IASS), 33, 79-97.

Gerni M, 2001. İşyerinde Cinsel Taciz: Erzurum İlinde Bankacılık Sektörü Üzerine Bir Araştırma Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi, 56, 20.

Giddens A, 2008. Sosyoloji. İstanbul, Kırmızı Yayınları.

Gmelch WH, Chan W, 1994. Stress Sources and Coping Strategies of Secondary Public School Principals. Thousand Oaks, CA: Corwin Pres.

Gordon F C, 2010. School belonging: An exploration of secondary students' perceptions of life at school. (Unpublished Doctoral Thesis), University of Washington, Washington.

http://yurtkur.gsb.gov.tr/Public/Edit/images/KYK/FaaliyetRaporlar%C4%B1/2017_performans_programi.pdf.

Kacur M, Atak M, 2011. Üniversite Öğrencilerinin Sorun Alanları ve Sorunlarla Başetme Yolları. Erciyes Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi Sayı: 31 /2, 273-297.

Kalkan M, Odacı H, 2005. Cinsiyet ve cinsiyet rolünün psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarla ilişkisi. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3-23, 57,58.

Kaplan PS, 2015.Eğitim Sendikalarında Toplumsal Cinsiyet Politikaları. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, s.27.

Kara HZ, 2018. Üniversite öğrencilerinin karşılaştıkları sorunların çözümüne yönelik bir model önerisi üniversite sosyal hizmeti. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

Kara Ö, 2009. Yükseköğrenimde barınma sorunu Türkiye'de öğrenci yurtları ve dünyadan örnekler. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.

Karadeniz E, 2005. Üniversite giriş sınavına hazırlanan lise son sınıf öğrencileri ve velilerinin kaygı düzeyleri, baş etme yolları ve denetim odağı arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Karasar N, 2009. Bilimsel Araştırma Yöntemleri.2. Baskı, Ankara, Nobel Yayıncılık.

Karataş CP, 2018. Sosyal hizmet uzmanlarının toplumsal cinsiyet konusundaki tutum ve görüşleri. Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.

Kavak M, 2018. Kredi ve Yurtlar Kurumu'na bağlı yurtlarda kalan üniversiteli gençlerin ihtiyaçları ve uyum sorunları: Bir Nitel Araştırma. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kitiş N, 1991. Stres yönetimi ve yüksekokul öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemlerine ilişkin bir araştırma. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Koç M, İskender M, 1993. Yükseköğretim ortamında öğrenci başarısını etkileyen faktörler. Ankara, Çağdaş Eğitim Dergisi, 18 -191.

Koray M, 2000. Sosyal Politika. Bursa: Ezgi Kitabevi. s. 95, 211.

Korkut F, 2004. Okul temelli önleyici rehberlik ve psikolojik danışma, 2. Baskı Anı Yayıncılık. Ankara.

Koydemir S, Demir A, 2005. ODTÜ öğrencilerinde yardım arama davranışı. M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 22, 211.

Koydemir-Özden, S. 2010. Self-as pects, perceived social support, gender, and willingness to seek psychological help. International Journal of Mental Health, 39,3, 44-60.

Kömür BE, 2018. Üniversite öğrencilerinde bilişsel esneklik ile stresle başa çıkma becerileri arasındaki ilişkinin araştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Kurtuluş E, 2019. Kadın üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet eşitliği ile toplumsal cinsiyet rolü stresi ve olumsuz değerlendirme korkusu arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Lazarus RS, Folkman S, 1986. Cognitive Theories of Stress and the Issue of Circularity. In M. H. Appleyand R. Trumbull, Ed. Dynamics of Stress. Physiological, Psychological, and Social Perspectives, New York, Plenum, 577.

Onur B, 1995. Gelişim Psikolojisi. Ankara. İmge Kitapevi Yayınları. s. 201.

Özbay G, 1997. Üniversite öğrencilerinin problem alanlarını belirlemeye yönelik bir ölçek geliştirme geçerlik ve güvenirlik çalışması. Yüksek Lisans Tezi, K. T. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.

Özbay H, Emine Ö, 1997. Gençlik, İletişim Yay, İstanbul.

Özbay Y, 1996. Üniversite Öğrencilerinin Problem Alanları ile Yardım Arama Tutumları Arasındaki İlişkisi. IX. Ulusal Psikoloji Kongresi, 18-20 Eylül, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.

Özbay Y, 2004. Gelişim ve öğrenme psikolojisi, Ankara, Öğreti Yayınları.

Özcan A, 2012. Toplumsal cinsiyet eğitiminin üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rol tutumlarına etkisi. Doktora Tezi. Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Özdemir E, 1985. Gazi eğitim fakültesi öğrencilerinin problemleri. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Psikolojik Hizmetler Ana Bilim Dalı, Ankara.

Özgüven EE, 1992. Üniversite Öğrencilerinin Sorunları ve Başetme Yolları. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 7- 6.

Özmutaf NM, 2006. Örgütlerde İnsan Kaynakları ve Stres: Ampirik Bir Yaklaşım, E.Ü. Su Ürünleri Dergisi, Cilt 23, Sayı 1–2, s.75.

Öztürk AB, 2013. Kadına Yönelik Şiddetle Mücadelede Neredeyiz? Feminist Sosyal Çalışma Bağlamında Bir Değerlendirme Sosyal Politika ve Kamu Bileşenleriyle Sosyal Hizmet Temelleri ve Uygulama Alanları, 195-208, Ankara, Maya Akademi. s. 193.

Öztürk Ö, 2015. Üniversite mezunu kadınların işsizlik süreçlerinin değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Palancı M, 2000. Algılanan kontrol düzeyine bağlı olarak farklılaşan stresle başa çıkma davranışları. Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.

Pehlivan İ, 1995. Yönetimde Stres Kaynakları, Pegem Yayınları, Ankara.

Phelps S B, Jarvis P A, 1994. Coping in Adolescense: Empirical Evidence for a The oretically Based Approachto Assessing Coping. Journal of Youth and Adolescence, 25, 359.

Psikososyal servisler. Kredi ve Yurtlar Kurumu. http://yurtkur.kyk.gov.tr/tr/Psikososyal-Servisler/YurtKur/15 Erişim Tarihi: 12.10.2016.

Razı GS, Kuzu A, Yıldız AN, Ocakcı AF, Arifoğlu BÇ, 2009. Çalışan Gençlerde Benlik Saygısı, İletişim Becerileri ve Stresle Baş Etme. TAF Preventive Medicine Bulletin, 8-1.

Santrock JW, 2014. Yaşam Boyu Gelişim. In: Yaşam boyu Gelişim. Eds: Yüksel G, 1. Basım. Ankara: Nobel Akademi, s. 444-71.

Selçik O, Güzel B 2016. Sosyal Hizmet Mesleğinin Çalışma Alanı ve Sosyal Hizmet Uygulamasının Türkiye Ölçeğinde Değerlendirilmesi. Uluslararası Sosyal Araştırmalar, 9 – 46, 461-469.

Shields N, 2001. Stress, active coping, and academic performancea mongpersisting and nonpersisting college students. Journal of Applied Biobehavioral Research, 6-2, 65-81.

Sternberg JR, 1999. Cupid'sarrow: the course of love through time. UK: Cambridge Universty Press.

Stone A, Neale JM, New Measure of Daily Coping: Development and Preliminary Results. Journal of Personality and Social Psychology. 46- 4, 892- 906.

Sürük N, 1994. Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Malatya.

ŞahinN, Durak A, 1995. Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: Üniversite Öğrencileri için Uyarlaması. Türk Psikoloji Dergisi, 10 -34, 56-58.

Şahin N, Rugancı N, Taş Y, Kuyucu S, Sezgin K, 1992. "Stress Related Factors and Effectiveness of Coping Among University Students". International Journal of Psychology, 27, 360.

Şaşman Kaylı D, 2016. Feminist Politika Çerçevesinde Sosyal Politika ve Sosyal Hizmete Bir Bakış Sosyal Politikanın Cinsiyet Halleri, Ankara, Nika Yayınları, s. 51.

Şıvgın N, 2015. Cinsiyet rolleri eğitim etkinliklerinin anasınıfına devam eden 60-72 aylık çocukların toplumsal cinsiyet kalıp yargılarına etkisinin incelenmesi. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı, Ankara.

Tabachnick LS, Fidell LS, 2013Using Multivariate Statics. Pearson, Boston.

Tallichet SE, Willits FK, 1986. Gender-role attitude change of young women: influential factors from a panel study, Social Psychological Quarterly 49, 219–227.

Tiryaki D, 2018. Türkiye'de kadın istihdamında karşılaşılan sorunları gidermeye yönelik politikalar. Yüksek Lisans Tezi, Kırklareli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Topal M, 2011. Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma stilleri ile pozitif ve negatif duygu arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Topkaya N, Meydan B, 2013. Üniversite Öğrencilerinin Problem Yaşadıkları Alanlar, Yardım Kaynakları ve Psikolojik Yardım Alma Niyetleri. Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi 3,1- 25-37.

Toydemir AE, 2005. Eğitim yaşantısında stres yaratan faktörler; KHO, HHO, DHO ve sivil üniversite öğrencileri karşılaştırması. Yüksek Lisans Tezi, Kara Harp Okulu, Savunma Bilimleri Enstitüsü.

Türküm AS, 1999. Stresle Başa Çıkma ve İyimserlik. Anadolu Üniversitesi Yayınları. Eskişehir.

Uzun S, 2018. Algılanan streste sosyal destek unsurları ve öz-yeterliliğin rolü: üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. Yüksek Lisans Tezi, Ömer Halisdemir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.

Ünver Ö, Gamgam H, Altunkaynak B, 2006. Temel İstatistiksel Yöntemler. Seçkin Yayıncılık.

Yalım D, 2007. First year college adjustment: The role of coping, ego-resiliency, optimism and gender. Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Fakültesi, Ankara.

Yaşar G, 2008. Beden eğitimi öğretmenlerinin okulla ilgili sorunları ve stresle başa çıkma tarzlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana.

Yazçayır N, Ersay E, 2011. Üniversite Öğrencilerinin Problemleri: Problem Tarama Envanter Sonuçlarının Paylaşılması. Erişim tarihi 10.07.2019 https://www.pegem.net/Akademi/kongrebildiri_detay.aspx?id=130101

YörükoğluA, 2000. Gençlik çağı. Özgür Yayınları, İstanbul, 20.

Yurtkur, 2015 yılı Performans Programı, Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumu. Erişim adresi: http://yurtkur.gsb.gov.tr/Public/Edit/images/KYK/Performans Programlari/2015PerformansPrograms.pdf

Yurtkur, 2017 yılı Performans Programı, Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumu. Erişim adresi: http://yurtkur.gsb.gov.tr/Public/Edit/images/KYK/PerformansProgramlari/2017PerformansProgrami.pdf

Yurtsever H, 2009. Kişilik özelliklerinin stres düzeyine etkisi ve stresle başa çıkma yolları. Yüksek Lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Zeyneloğlu S, 2008. Ankara'da hemşirelik öğrenimi gören üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Zeyneloğlu S, Terzioğlu F, 2011. Toplumsal Cinsiyet Rolleri Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özellikleri

Zvauya R, Oyebode F, Day EJ, Thomas CP andJones LA, 2017. A Comparison Of Stress Levels, Coping Styles And Psychological Morbidity Between Graduate-Entry And Traditional Undergraduate Medical Students During The First 2 Years At A UK Medical School. Bio Med Central Research Notes, 10-1, 93,1-10.

7. EKLER

EK- A: Katılımcılar İçin Aydınlatılmış Onam Formu

Selçuk Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü **Dr. Öğr. Üyesi Sinan AKÇAY** danışmanlığında Sosyal Hizmet Yüksek Lisans Öğrencisi **Nezire BAHADIR** tarafından yürütülen araştırmamız için katılımızı önemli buluyoruz. Araştırmamız **"Kredi ve Yurtlar Kurumu'nda kalan kadın üniversite öğrencilerinin başa çıkma becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi."**dir. Çalışmaya katılımınızı önemsiyoruz ancak bu araştırmaya katılmanız tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Bu doğrultuda araştırmamız ve sahip olduğunuz haklar hakkında sizi bilgilendirmek istiyoruz. Bu çalışmanın amacı"Kredi ve Yurtlar Kurumu'nda kalan kadın üniversite öğrencilerinin başa çıkma becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi vesosyal hizmet bakış açısıyla ele almaktır. Sizlere demografik özellikleriniz, başa çıkma becerileriniz, temel cinsiyet rollerini nasıl değerlendirdiğinize ilişkin bazı sorular sormak istiyorum. Sormak istediklerimi, anket yöntemini kullanarak sizlere sormak istiyorum. Vereceğiniz tüm cevaplar kesinlikle gizli tutulacak ve sadece yukarıda belirtilen yüksek lisans tezi kapsamında kullanılacaktır. Kimliğinizi belirten herhangi bir soru yer almamaktadır. Bu nedenle anket formuna isim ve adres yazmanız gerekmemektedir. Katılıp katılmamayı seçme hakkına sahipsiniz. Ancak sizin bu çalışmaya katılmanız ve düşüncelerinizi paylaşmanız üniversite öğrencilerine ve kadın öğrencilere yönelik geliştirilecek projelere dair yürütülecek çalışmalar açısından son derece önemlidir. Çalışmaya katıldıktan sonra istediğiniz anda vazgeçebilirsiniz, katılmamanız veya vazgeçmeniz size hiçbir sorumluluk getirmeyecektir. Görüşme esnasında herhangi bir rahatsızlık hissederseniz çalışmadan vazgeçebilirsiniz.

Aşağıda iletişim bilgilerim yer almaktadır. İsterseniz çalışmanın sonuçlarını öğrenmek için benimle iletişim kurabilirsiniz. Bu çalışma yaklaşık 15-20 dakikanızı alacaktır. Şimdiden çalışmada yer aldığınız ve katkı verdiğiniz için teşekkür ederim.

Araştırmacı:
Nezire BAHADIR
Gençlik ve Spor Bakanlığı Kredi ve Yurtlar Kurumu Genel Müdürlüğü
0312 212 17 74 - 103
nongun@kyk.gov.tr

EK- B: Demografik Bilgi Formu

Değerli katılımcı,

KYK'ya bağlı yurtlarda kalan kadın üniversite öğrencilerinin başa çıkma becerilerini çeşitli değişkenler açısından incelemeyi amaçlayan bir çalışma yürütmekteyim. Bu çerçevede oluşturduğum aşağıdaki sorulara vereceğiniz her yanıt bu çalışma için anlamlı ve değerli olacaktır. Sorulara vereceğiniz yanıtlar çalışma amacı dışında kesinlikle kullanılmayacak ve gizlilik ilkesine saygı duyulacaktır. Katılımızdan ve yaptığınız katkılardan dolayı teşekkür ederim**.**

Nezire BAHADIR

Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Sosyal Hizmet Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi

1) Yaşınız:

2) Kardeş sayınız (siz dâhil)

( )1 ( )2 ( )3 ( )4 ve üzeri

3) Üniversiteye gelinceye kadar yaşamınızın çoğunluğunu nerede geçirdiniz?

1. ( )Köy 2. ( ) Kasaba 3. ( ) İlçe

4. ( ) Şehir 5. ( ) Büyükşehir

4) Fakülteniz / Bölümünüz……

5) Sınıfınız

Hazırlık ( ) 1 ( ) 2 ( ) 3 ( )

4 ( ) 5 ( ) 6 ( )

6) Akademik başarı durumunuz:

1. ( )İyi 2. ( )Orta 3. ( )Kötü

7) Ailenizin aylık gelir durumu: ……..TL

8) Kaç yıldır KYK yurtlarında barınmaktasınız?

1. ( )1 yıl 2. ( )2 – 4 yıl 3. ( )5 yıl ve üzeri

9) Yaşadığınız herhangi bir sorunla ilgili daha önce bir profesyonelden (psikiyatrist, psikolog, sosyal hizmet uzmanı) destek aldınız mı?

1. ( ) Evet 2. ( ) Hayır

10) Yurdunuzda bulunan Psikososyal Servis'ten haberdar mısınız?

1. ( ) Evet 2. ( ) Hayır

11) Yurtta kaldığınız süre boyunca herhangi bir sorunla ilgili olarak Psikososyal Servis'e başvurdunuz mu?

1. ( ) Evet 2. ( ) Hayır

12) Üniversiteye başladığınızdan beri ailenizle ne sıklıkla görüşüyorsunuz (telefonla ya da yüz yüze)?

1. ( ) Her gün
2. ( ) Haftada 1 defa
3. ( ) Haftada 2 defa
4. ( ) Nadiren
5. ( ) Hiç görüşmedim

13) Kendinize yakın hissettiğiniz ve beraber vakit geçirmekten keyif aldığınız arkadaşlarınız var mı?

1. ( ) Evet 2. ( ) Hayır

14) Herhangi bir öğrenci topluluğu ya da derneğe üye misiniz?

1. ( ) Evet 2. ( ) Hayır

15) Sosyal faaliyetlere (sinema, tiyatro, gezi programları vb.) ne sıklıkta katılırsınız?

1. ( ) Her gün
2. ( ) Haftada 2 defa
3. ( ) Haftada 1 defa
4. ( ) Nadiren
5. ( ) Hiç katılmam

EK-C: Sorun Alanları Formu

Sayın katılımcı, sorun alanlarına ilişkin aşağıdaki sorular, siz üniversite öğrencilerinin temel birtakım sorunları hangi sıklıkta yaşadığınızı belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Her sorun alanının karşısındaki yerleri size uygun olan seçeneğe çarpı (X) koyarak işaretleyiniz.

1) Ekonomik sorunlar yaşıyor musunuz?

1. ( ) Hiçbir Zaman 2. ( ) Nadiren 3. ( ) Bazen
4. ( ) Sık sık 5. ( ) Her Zaman

2) Sağlık sorunları yaşıyor musunuz?

1. ( ) Hiçbir Zaman 2. ( ) Nadiren 3. ( ) Bazen
4. ( ) Sık sık 5. ( ) Her Zaman

3) Psikolojik sorunlar yaşıyor musunuz?

1. ( ) Hiçbir Zaman 2. ( ) Nadiren 3. ( ) Bazen
4. ( ) Sık sık 5. ( ) Her Zaman

4) Uyum sorunları yaşıyor musunuz?

1. ( ) Hiçbir Zaman 2. ( ) Nadiren 3. ( ) Bazen
4. ( ) Sık sık 5. ( ) Her Zaman

5) Aileyle ilgili sorunlar yaşıyor musunuz?

1. ( ) Hiçbir Zaman 2. ( ) Nadiren 3. ( ) Bazen
4. ( ) Sık sık 5. ( ) Her Zaman

6) Romantik ilişkilerle ilgili sorunları yaşıyor musunuz?

1. ( ) Hiçbir Zaman 2. ( ) Nadiren 3. ( ) Bazen
4. ( ) Sık sık 5. ( ) Her Zaman

7) Arkadaşlarla ilgili sorunlar yaşıyor musunuz?

1. ( ) Hiçbir Zaman 2. ( ) Nadiren 3. ( ) Bazen
4. ( ) Sık sık 5. ( ) Her Zaman

8) Akademik sorunlar yaşıyor musunuz?

1. ( ) Hiçbir Zaman 2. ( ) Nadiren 3. ( ) Bazen

4. ( ) Sık sık 5. ( ) Her Zaman

9) Boş zamanı değerlendirme sorunları yaşıyor musunuz?

1. ( ) Hiçbir Zaman 2. ( ) Nadiren 3. ( ) Bazen
4. ( ) Sık sık 5. ( ) Her Zaman

10) Gelecek kaygısı yaşıyor musunuz?

1. ( ) Hiçbir Zaman 2. ( ) Nadiren 3. ( ) Bazen
4. ( ) Sık sık 5. ( ) Her Zaman

11) Kötü alışkanlıklarla ilgili sorunlar yaşıyor musunuz?

1. ( ) Hiçbir Zaman 2. ( ) Nadiren 3. ( ) Bazen
4. ( ) Sık sık 5. ( ) Her Zaman

12) Toplumsal cinsiyet eşitsizliğinden kaynaklı sorunlar yaşıyor musunuz?

1. ( ) Hiçbir Zaman 2. ( ) Nadiren 3. ( ) Bazen
4. ( ) Sık sık 5. ( ) Her Zaman

EK-D: Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği

Bu ölçek, kişilerin yaşamlarındaki sıkıntılar ve stresle başa çıkmak için neler yaptıklarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Lütfen sizin için sıkıntı ya da stres oluşturan olayları düşünerek, bu sıkıntılarınızla başa çıkmak için GENELLİKLE NELER YAPTIĞINIZI hatırlayın ve aşağıdaki davranışların sizi tanımlama ya da size uygunluk derecesini işaretleyin. Herhangi bir davranış size uygun değilse %0'ın altına, çok uygun ise %100'ün altına, ya da tanımlama derecesine göre diğerlerinin altındaki boşluğa (X) işareti koyun.

	BİR SIKINTIM OLDUĞUNDA	**%0**	**%30**	**%70**	**%100**
1	Kimsenin bilmesini istemem.				
2	İyimser olmaya çalışırım.				
3	Bir mucize olmasını beklerim.				
4	Olayı/olayları büyütmeyip, üzerinde durmamaya çalışırım.				
5	Başa gelen çekilir diye düşünürüm				
6	Sakin kafayla düşünmeye öfkelenmemeye çalışırım				
7	Kendimi kapana sıkışmış gibi hissederim				
8	Olayın/olayların değerlendirmesini yaparak en iyi kararı vermeye çalışırım.				
9	İçinde bulunduğum kötü durumu, kimsenin bilmesini istemem.				
10	Ne olursa olsun direnme ve mücadele etme gücünü kendimde bulurum.				
11	Olanları kafama takıp, sürekli düşünmekten kendimi alamam.				
12	Kendime karşı hoşgörülü olmaya çalışırım				
13	İş olacağına varır diye düşünürüm.				
14	Mutlaka bir yol bulabileceğime inanır, bunun için uğraşırım.				
15	Problemin çözümü için adak adarım.				
16	Her şeye yeniden başlayacak gücü kendimde bulurum.				
17	Elimden hiçbir şeyin gelemeyeceğine inanırım.				

	BİR SIKINTIM OLDUĞUNDA				
18	Olaydan/olaylardan olumlu bir şey çıkarmaya çalışırım.				
19	Her şeyin istediğim gibi olmayacağına inanırım.				
20	Problem/problemleri adım adım çözmeye çalışırım.				
21	Mücadeleden vazgeçerim.				
22	Sorunun benden kaynaklandığını düşünürüm.				
23	Hakkımı savunabileceğime inanırım.				
24	Olanlar karşısında 'kaderim buymuş' derim.				
25	'Keşke daha güçlü bir insan olsaydım' diye düşünürüm.				
26	Bir kişi olarak iyi yönde değiştiğimi ve olgunlaştığımı hissederim.				
27	'Benim suçum ne' diye düşünürüm.				
28	'Hep benim yüzümden oldu' diye düşünürüm.				
29	Sorunun gerçek nedenini anlayabilmek için başkalarına danışırım.				
30	Bana destek olabilecek kişilerin varlığını bilmek beni rahatlatır.				

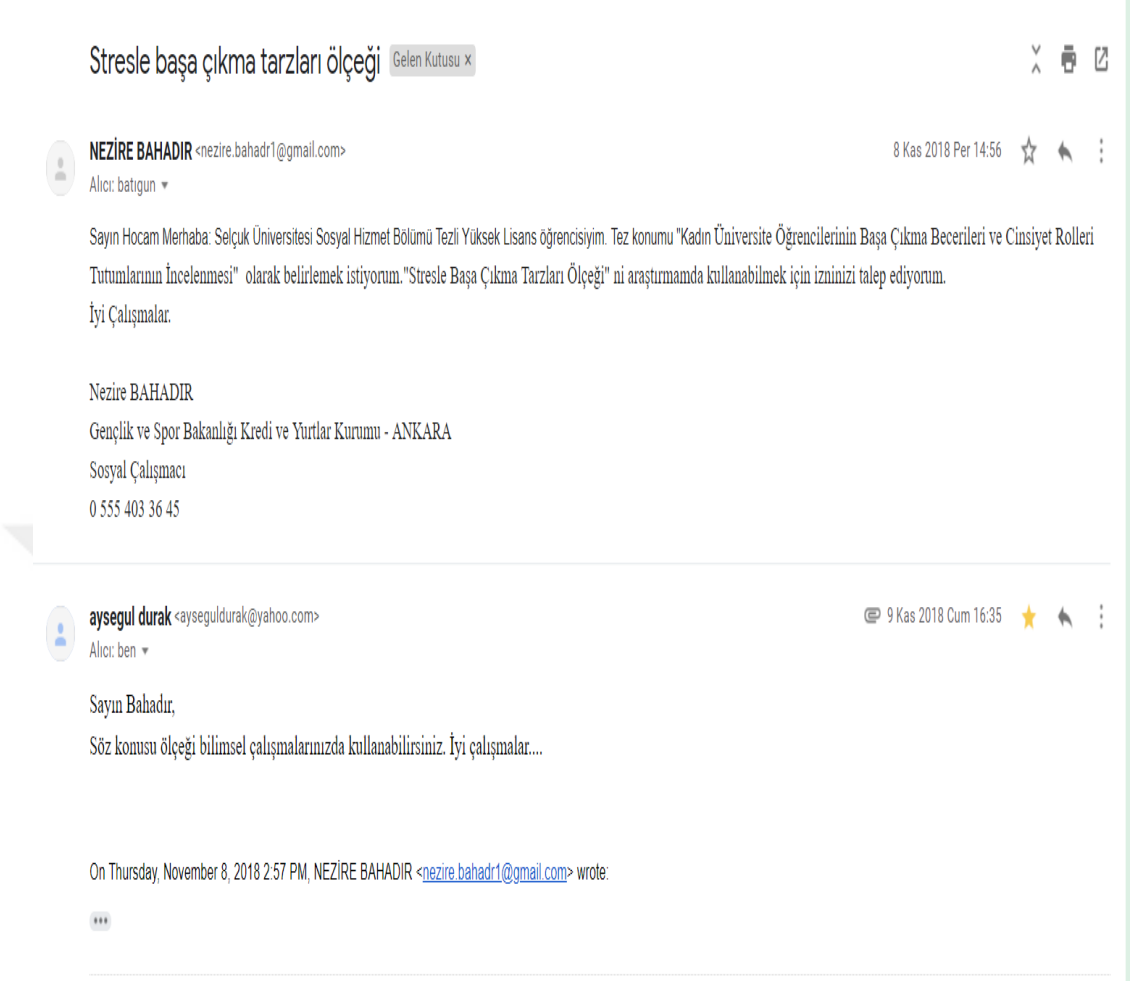
EK- E: Toplumsal Cinsiyet Rolleri Tutum Ölçeği

Aşağıdaki cümleler size;
Hiç uygun değilse ..... "Kesinlikle Katılmıyorum"
Uygun değilse..... "Katılmıyorum"
Karar veremiyor iseniz..... "Kararsızım"
Uygunsa..... "Katılıyorum"
Tamamen uygunsa ..... "Tamamen Katılıyorum"
Cümlenin karşısındaki yerlere size uygun olarak çarpı (X) koyarak işaretleyiniz. Lütfen bütün cümleleri işaretlemeyi unutmayınız.

Tutum İfadeleri	**Kesinlikle Katılmıyoru**	**Katılmıyoru m**	**Kararsızım**	**Katılıyorum**	**Tamamen Katılıyorum**
1. Kızlar, ekonomik bağımsızlıklarını kazandıklarında ailelerinden ayrı yaşayabilmelidir.					
2. Erkeğin evde her dediği yapılmalıdır.					
3. Kadının yapacağı meslekler ile erkeğin yapacağı meslekler ayrı olmalıdır.					
4. Evlilikte çocuk sahibi olma kararını eşler birlikte vermelidir.					
5. Bir genç kızın evleneceği kişiyi seçmesinde son sözü baba söylemelidir.					
6. Kadının erkek çocuk doğurması onun değerini artırır.					
7. Kadının doğurganlık özelliği nedeniyle, iş başvurularında erkekler tercih edilmelidir.					
8. Ailede ev işleri, eşler arasında eşit paylaşılmalıdır.					
9. Kadının yaşamıyla ilgili kararları kocası vermelidir.					
10. Kadınlar kocalarıyla anlaşamadıkları konularda tartışmak yerine susmayı tercih etmelidir.					
11. Bir genç kız, evlenene kadar babasının sözünü dinlemelidir.					
12. Ailenin maddi olanaklarından kız ve erkek çocuk eşit yararlanmalıdır.					
13. Çalışma yaşamında kadınlara ve erkeklere eşit ücret ödenmelidir.					
14. Bir erkeğin karısını aldatması normal karşılanmalıdır.					
15. Kadının çocuğu olmuyorsa erkek tekrar evlenmelidir.					

Tutum İfadeleri	**Kesinlikle Katılmıyorum**	**Katılmıyorum**	**Kararsızım**	**Katılıyorum**	**Tamamen Katılıyorum**
16. Kadının temel görevi anneliktir.					
17. Evin reisi erkektir.					
18. Dul kadın da dul erkek gibi yalnız başına yaşayabilmelidir.					
19. Bir genç kızın, flört etmesine ailesi izin vermelidir.					
20. Ailede kararları eşler birlikte almalıdır.					
21. Bir kadın akşamları tek başına sokağa çıkabilmelidir.					
22. Eşler boşandığında mallar eşit paylaşılmalıdır.					
23. Kız bebeğe pembe, erkek bebeğe mavi renkli giysiler giydirilmelidir.					
24. Erkeğin en önemli görevi evini geçindirmektir.					
25. Erkeğin maddi gücü yeterliyse kadın çalışmamalıdır.					
26. Evlilikte, kadın istemediği zaman cinsel ilişkiyi reddetmelidir.					
27. Mesleki gelişme fırsatlarında kadınlara ve erkeklere eşit haklar tanınmalıdır.					
28. Evlilikte erkeğin öğrenim düzeyi kadından yüksek olmalıdır.					
29. Bir kadın cinsel ilişkiyi evlendikten sonra yaşamalıdır.					
30. Ailede erkek çocuğun öğrenim görmesine öncelik tanınmalıdır.					
31. Erkeğin evleneceği kadın bakire olmalıdır.					
32. Alışveriş yapma, fatura ödeme gibi ev dışı işlerle erkek uğraşmalıdır.					
33. Erkekler statüsü yüksek olan mesleklerde çalışmalıdır.					
34. Ailede kazancın nasıl kullanılacağına erkek karar vermelidir.					
35. Bir erkek gerektiğinde karısını dövmelidir.					
36. Evlilikte gebelikten korunmak sadece kadının sorumluluğudur.					
37. Bir kadın hastaneye gittiğinde kadın doktora muayene olmalıdır.					
38. Evlilikte erkeğin yaşı kadından büyük olmalıdır.					

EK-H: Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Kullanım İzni



Stresle başa çıkma tarzları ölçeği Gelen Kutusu x

NEZİRE BAHADIR <nezire.bahadr1@gmail.com> 8 Kas 2018 Per 14:56

Alıcı: batigun

Sayın Hocam Merhaba: Selçuk Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim. Tez konumu "Kadın Üniversite Öğrencilerinin Başa Çıkma Becerileri ve Cinsiyet Rolleri Tutumlarının İncelenmesi" olarak belirlemek istiyorum."Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği" ni araştırmamda kullanabilmek için izninizi talep ediyorum.

İyi Çalışmalar.

Nezire BAHADIR

Gençlik ve Spor Bakanlığı Kredi ve Yurtlar Kurumu - ANKARA

Sosyal Çalışmacı

0 555 403 36 45

aysegul durak <ayseguldurak@yahoo.com> 9 Kas 2018 Cum 16:35

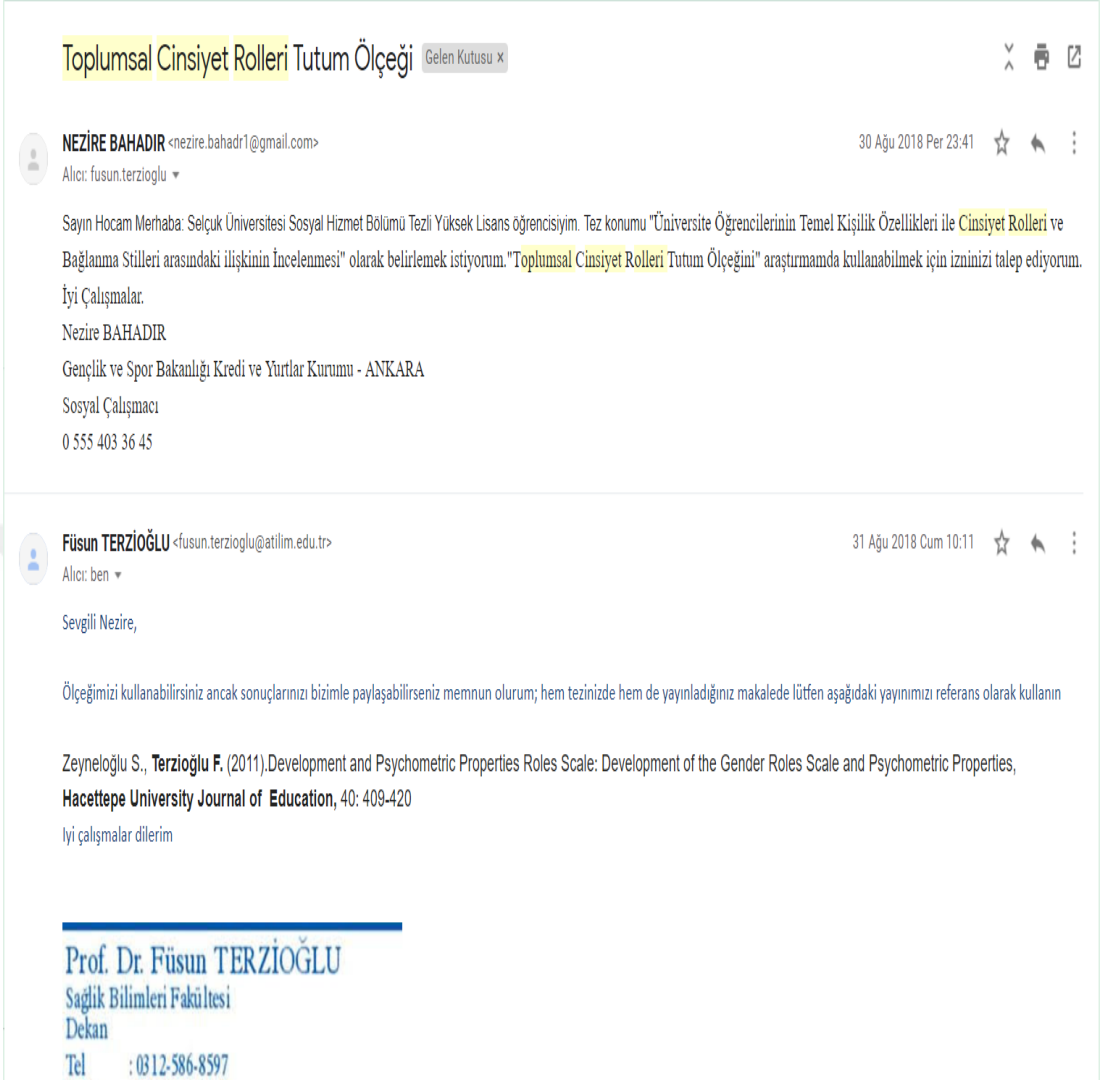
Alıcı: ben

Sayın Bahadır,

Söz konusu ölçeği bilimsel çalışmalarınızda kullanabilirsiniz. İyi çalışmalar....

On Thursday, November 8, 2018 2:57 PM, NEZİRE BAHADIR <nezire.bahadr1@gmail.com> wrote:

EK-I: Toplumsal Cinsiyet Rolleri Ölçeği Kullanım İzni



Toplumsal Cinsiyet Rolleri Tutum Ölçeği Gelen Kutusu ×

NEZİRE BAHADIR <nezire.bahadr1@gmail.com> 30 Ağu 2018 Per 23:41

Alıcı: fusun.terzioglu

Sayın Hocam Merhaba: Selçuk Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim. Tez konumu "Üniversite Öğrencilerinin Temel Kişilik Özellikleri ile Cinsiyet Rolleri ve Bağlanma Stilleri arasındaki ilişkinin İncelenmesi" olarak belirlemek istiyorum."Toplumsal Cinsiyet Rolleri Tutum Ölçeğini" araştırmamda kullanabilmek için izninizi talep ediyorum.

İyi Çalışmalar.

Nezire BAHADIR

Gençlik ve Spor Bakanlığı Kredi ve Yurtlar Kurumu - ANKARA

Sosyal Çalışmacı

0 555 403 36 45

Füsun TERZİOĞLU <fusun.terzioglu@atilim.edu.tr> 31 Ağu 2018 Cum 10:11

Alıcı: ben

Sevgili Nezire,

Ölçeğimizi kullanabilirsiniz ancak sonuçlarınızı bizimle paylaşabilirseniz memnun olurum; hem tezinizde hem de yayınladığınız makalede lütfen aşağıdaki yayınımızı referans olarak kullanın

Zeyneloğlu S., **Terzioğlu F.** (2011).Development and Psychometric Properties Roles Scale: Development of the Gender Roles Scale and Psychometric Properties, **Hacettepe University Journal of Education**, 40: 409-420

Iyi çalışmalar dilerim

Prof. Dr. Füsun TERZİOĞLU
Sağlik Bilimleri Fakültesi
Dekan
Tel : 0312-586-8597

8. ÖZGEÇMİŞ

Araştırmacı Nezire BAHADIR 26 Mart 1988 yılında Ankara'da dünyaya gelmiştir. İlköğretimini Şehit Şener Gündem İlköğretim Okulunda ve lise eğitimini Alparslan Anadolu Lisesi'nde tamamlamıştır. 2006 yılında Selçuk Üniversitesi Sosyal Hizmet bölümünü kazanmıştır. 2007 yılında yine Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi'nde çift anadal (ÇAP) programı ile Sosyoloji eğitimine başlamıştır. 2010 yılında Sağlık Bilimleri Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümü ve Edebiyat Fakültesi Sosyoloji bölümlerinden mezun olmuştur.

2010 yılında Konya'da hizmet veren özel bir kuruluşta göreve başlamıştır. 2011 yılında Iğdır İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü'ne Sosyal Çalışmacı olarak atanmıştır. 2013 yılında Kredi ve Yurtlar Kurumu Ankara İl Müdürlüğü'ne bağlı Zübeyde Hanım Kız Öğrenci Yurdu'na kurum değişikliği ile tayin edilmiştir. Halen Gençlik ve Spor Bakanlığı bünyesinde hizmet veren kız öğrenci yurdu Psiko-sosyal servis biriminde sosyal çalışmacı olarak görev yapmaktadır. Evli ve bir çocuk annesidir.