

ÖĞRETMEN ADAYLARINDA YAŞAM DOYUMUNUN YORDAYICISI OLARAK PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ

Dr. Zekavet Kabasakal
Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Fakültesi
zekavetkabasakal@gmail.com

Dr. Aslı Uz Baş
Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Fakültesi
asliuzbas@gmail.com

Özet

Bu araştırmanın amacı, öğretmen adaylarında yaşam doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerilerinin incelenmesidir. Araştırma ilişkisel tarama modeline uygun olarak düzenlemiştir. Araştırmanın katılımcıları farklı üniversitelerde eğitimlerine devam etmekte ve çalışmaya katılmaya gönüllü olan 258 öğretmen adayından oluşturulmuştur. Çalışmada veri toplama aracı olarak; yaşam doyumu ölçeği, problem çözme becerileri ölçeği ve araştırmacılar tarafından düzenlenmiş olan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda problem çözme becerilerinin yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu ve öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeylerinin aylık bütçeleri, ailenin gelir düzeyi, bölümünden memnun olma, arkadaşları olma ve aktivitelere katılma boyutlarında anlamlı biçimde farklılaştığı, cinsiyet açısından farklılaşmadığı bulunmuştur.

Anahtar sözcükler: öğretmen adayları, yaşam doyumu, problem çözme

PROBLEM SOLVING SKILLS OF TEACHER CANDIDATES PREDICTING OF LIFE SATISFACTION

Abstract

The aim of this research is to investigate the problem solving skills of prospective teachers as a predictor of their life satisfaction. The research model is associative browsing model. The participants are 258 prospective teacher volunteers who attend different universities. The data was collected through the life satisfaction scale, problem solving skills scale and a personal information form designed by the researchers. The results indicate that problem solving skills is a meaningful predictor of life satisfaction. In addition, prospective teachers' monthly allowance, the income levels of their families, their satisfaction with their department of study, having friends and participating in social activities are also meaningful predictors.

Key words: life satisfaction, prospective teachers, problem solving

GİRİŞ

Bireylerin öznel iyi oluşu ile yakından ilgili bir kavram olan yaşam doyumu kişiden kişiye farklılık göstermekte ve genel olarak yaşamdan memnun olmayı ifade etmektedir. Kişinin yaşama ilişkin gösterdiği pozitif duygusal tepkiler (Sung-Mook & Giannakopoulos, 1994) olarak tanımlanmaktadır. Yaşam alanlarında olumlu duygu yaratan yaşantılarının olumsuz duygu yaratan yaşantılarından daha çok olması yaşam doyumunu etkiler (Diener ve ark., 2004). Yaşam doyumu durumsal bir değerlendirmeden çok kişinin genel olarak tüm yaşamını, bu yaşamın çok çeşitli boyutlarını kapsar. Öznel iyi oluş ile yakından ilgilidir. Öznel iyi oluşun bilişsel bileşeni olarak bilinmektedir (Dorahy ve ark., 1998). Bireyin kendisinde olduğunu düşündüğü özellikleri ile yaşam koşullarını

algılayışı arasındaki karşılaştırmaları, kendi yaşamı hakkında değerlendirmelerinden oluşmaktadır (Pavot ve Diener,1993).

Öznel iyi olma durumunu belirleyen etkenlerin bireyin yaşam doyumunu da etkilemesi beklenebilir. Rask ve ark, ekonomik koşullar, yaşam alanları, kısa ve uzun vadeli hedefler, kişilik özellikleri vb. öznel iyi oluşla ilgili faktörler arasında saymışlardır (Rask ve ark. 2002). Başka bir çalışmada ise yaşam doyumunu etkilediği düşünülen faktörler ise günlük yaşamdan mutluluk duymak, yaşamı anlamlı bulmak, amaçlara ulaşma konusunda uyum, pozitif bireysel kimlik, fiziksel olarak bireyin kendisini iyi hissetmesi, ekonomik güvenlik ve sosyal ilişkiler olarak ele alınmaktadır (Keser, 2005). Bireyin olumlu yaşantıları yaşam doyumunu düzeyinin artmasına ve olumsuz yaşantıları ise azalmasına neden olabilir.

Yaşam doyumunun çok boyutlu olması ve tüm yaşam alanını kapsamaması nedeniyle konuyla ilgili araştırmalar da bireye özgü farklı özelliklerin yaşam doyumunu ile ilişkisini ele aldığı görülmektedir. Araştırmalar da yaşam doyumunu, bireysel bütünlük duygusu (Çeçen, 2008), aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı (Annak , 2005) iş doyumunu (Keser, 2005), anne-baba tutumları (Gürsoy, 2009), Psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarla (Dilek, 2010) ilişkili görülmektedir.Ülkemizde son yıllarda öğretmen adaylarının yaşam doyumları düzeylerini Öz-yeterlikleri, İş Doyumları, Tükenmişlikleri (Telef,2011; Özyürek, Gümüş ve Doğan, 2012; Şahin,2008) açısından inceleyen çalışmalar bulunmaktadır.

Bireyler yaşamlarında küçük ya da büyük pek çok pek çok problemle karşılaşmakta ve bunları çözmeye çalışmaktadır. Yeni bir durumla karşılaşmak ya da değişen bir duruma uyum sağlamak günlük yaşamda sürekli varlığını sürdürmektedir. Bundan dolayı bazı araştırmacılar problem çözmeyi günlük yaşamın olağan bir parçası kabul etmektedirler (Green ve Gilhooly, 2005).

Problem çözme ile ilgili birçok tanım yapılmıştır. D'Zurilla ve Goldfried (1971) "problemli bir durumla başa çıkabilmek için etkili tepki seçenekleri oluşturma ve bu seçeneklerden en etkili olacağı düşünülen birini seçmeyi içeren bilişsel ve davranışsal bir süreç" olarak tanımlarken, Heppner ve Krouskopf (1987) bireyin iç ve dış tüm uyumu için gösterdiği bilişsel ve etkili davranış süreçleri olarak belirtmektedir. Bu tanımlara yakın kabul edilebilecek diğer bir tanımlama ise Bingham ve Morgan tarafından yapılmıştır. Problemi; bireyin bir hedefe ulaşmada bir engellenmeyle karşılaşması halinde ortaya çıkan çatışma durumu, problem çözmeyi de, hedefe ulaşmayı güçleştiren engeli aşmanın en iyi yolunu bulmaktır (Bingham, 1998; Morgan,1999). Woolfolk (2001), problem çözmeyi güncel durumla ulaşılması istenen sonuç arasındaki eylemler ve etkinlikleri içeren yol belirleme süreci olarak ele almaktadır. Problem çözme karşılaşılan bir engelin üstesinden gelerek arzulanan duruma ulaşmaktır (Glassman ve Hadad, 2009).

Kişiler arası problem çözme becerisi, insanların aralarındaki problemleri çözerek sosyal ve duygusal uyum sağlamalarına sağlamaktadır (Pellegrini ve Urbain, 1986). Koberg ve Bagnall (1981)'a problem çözme becerisine sahip olan kişilerin özelliklerinden bazıları; aktif, enerjik, yaratıcı, verimli, tercihlerini ve kararlarını ifade edebilen şekilde belirtmişlerdir.

Yetersiz problem çözme becerilerine sahip olmak madde kullanımı (Greening, 1997) kaygılı, güvensiz olmak, duygusal problemleri bulunmak (Heppner, Baumgardner ve Jackson, 1985), bir probleme yönelik daha az sayıda çözüm üretmek ve intihar düşüncesi (Piester ve Clum 1993) ile ilgili bulunmuştur.

Problem çözme becerisine sahip kişilerin özellikleri uzun süredir araştırmacılar tarafından incelenen bir konudur. Yapılan çalışmalarda, problem çözme becerisinin sosyo ekonomik düzeye göre farklılaştığı (Kennedy, 1998; Shure & Spivack, 1982) , psikolojik uyum (Hepner ve Anderson, 1985), ozsaygı (Camplin, Stone & Merrilit, 1990) Kendini problem çözmede yeterli olarak algılama ve kişilerarası ilişkilerde daha girişken olma, daha olumlu benlik algısına sahip olma ve akademik açıdan daha uygun çalışma yöntemleri bilme (Derin ve Serin,2008).ruhsal belirtileri azaltma (kabasakal ve Totan, 2011) gibi pek çok değişkenle ilişkili bulunmuştur. Otacıoğlu (2007) öğretmen adayları ile yaptığı çalışmada "Problem Çözme Becerisi" ne özgüven, nesnel bakış açısı ve yaratıcı düşünme özelliklerinin de eşlik ettiğini saptamıştır.

Bazı araştırmacılar eğitimin temel hedeflerinden birinin de öğrencilerin eğitim sürecinde kazandığı problem çözme becerilerinin diğer yaşam alanlarını da aktarmalarını sağlamak olduğunu düşünmüşlerdir (Reed, 2000). Bu konudaki araştırma sonuçlarında da görüldüğü gibi bireyin problem çözme becerisiyle ilgili özellikleri yaşam doyumunu ile de yakından ilgili bulunmaktadır. Bireylerin problem çözme becerilerine sahip olması günlük yaşamda karşılaşılan engellemeler, yaşam olayları vb. süreçlerde etkili çözümler üretmesini sağlayabilir ve kendilerine ilişkin değerlendirmelerini olumlu yönde etkileyebilir. Dolayısıyla yaşam doyumunu arttırabilir. Bu araştırmanın temel amacı, öğretmen adaylarında yaşam doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerilerinin incelenmesidir. Diğer bir amacı ise öğretmen adaylarının yaşam doyumunu düzeylerinin aylık bütçeleri, ailenin gelir düzeyi, bölümünden memnun olma, iş olanaklarına sahip olma, arkadaşları olma ve aktivitelere katılma boyutlarına göre farklılaşp, farklılaşmadığını belirlemektir.

YÖNTEM

Araştırma modeli

Bu araştırma ilişkisel tarama modeline uygun olarak düzenlemiştir. *İlişkisel tarama modeli*, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve derecesini belirlemeyi amaçlayan, genel tarama yöntemi içine giren bir araştırma modelidir (Karasar, 2006).

Katılımcılar: Bu araştırmada, farklı üniversitelerde öğrenim görmekte olan ve çalışmaya katılmayı kabul eden toplam 258 öğretmen adayı araştırmanın katılımcılarını oluşturmaktadır. Bu katılımcıların 122 kız, 136 erkek olup yaş aralığı 18-35 arasında, $X=21.47$ ve $ss= 2.046$ şeklinde dağılım göstermektedir.

Veri toplama araçları:

Çalışmada tüm katılımcılara uygulanan üç veri toplama aracı kullanılmıştır.

Problem çözme envanteri: Bu envanter, bireyin problem çözme becerileri konusunda kendi algısına dayanan, P.P Heppner ve C. H. Petersen (1982) tarafından geliştirilmiş olan, likert tipi bir ölçektir. Türkiye'ye uyarlaması 1993 yılında Nail Şahin, Nesrin H. Şahin ve Paul Heppner tarafından yapılan, 35 maddeden oluşan ölçeğin iç tutarlık katsayısı Cronbah Alfa: .88 ve test yarılama yöntemi ile yapılan güvenilirlik katsayısı ise .81 olarak bulunmuştur.

Her bir maddesi 1-6 arası puanlanan bu Ölçekten alınan toplam puanların yüksekliği, bireyin problem çözme becerileri konusunda kendisini yetersiz olarak algıladığını göstermektedir. Ölçekten alınabilecek puan ranjı 32-192 arası olarak belirlenmiştir (Savaşır ve Şahin, 1997).

Yaşam doyumunu Ölçeği: Bireylerin yaşam doyumunu düzeylerini belirlemek amacıyla Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen bu ölçek Türkçeye Köker (1991) ve Yetim (1991) tarafından "Yaşam Doyumunu Ölçeği" olarak kazandırılmıştır. Yaşam doyumunu ölçmeye yönelik 5 maddeden oluşan ölçeğin maddeleri, Likert tipi 7'li derecelendirme (1-"Hiç uygun değil" ile 7-"Tamamıyla uygun") türündedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 7, alınabilecek en yüksek puan ise 35'tir. Ölçekten alınan yüksek puanlar cevaplayıcının yaşam doyumunun yüksek olduğuna işaret ederken; ölçekten alınan düşük puanlar ise, yaşam doyumunu düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir.

Kişisel bilgi formu :Bu form araştırmacılar tarafından araştırmanın amacına uygun olarak düzenlenmiştir. Katılımcılara ait aylık bütçeleri, ailenin gelir düzeyi, bölümünden memnun olma, iş olanaklarına sahip olma, arkadaşları olma ve aktivitelere katılma vb. sorulardan oluşturulmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırma verileri 2011-2012 öğrenim yılında eğitimine devam etmekte olan, 257 öğretmen adayına uygulanan ölçme araçları ile toplanmıştır. Veriler, yaşam doyumunu ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki korelasyon, öğretmen adaylarının yaşam doyumunu düzeylerinin bütçeleri, bölüm tercih memnuniyetleri, iş olanakları, aktivite katılımı ve arkadaşlara sahip olmasına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği t- testi ve algılanan ekonomik düzeye göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği ANOVA ile incelenmiştir.

BULGULAR

Tablo 1: Öğretmen Adaylarının Problem Çözme Becerileri ve Yaşam Doymu Arasındaki İlişki

		Age	PROBTOPP UAN	PGUVEN	PYAKKAC	PKKONTROL	YASDOYUM TOP
Age		1	-,131(*)	-,129(*)	-,123(*)	-,002	,034
Problem toplam puanı			1	,872(**)	,919(**)	,666(**)	-,127(*)
Problem çözme yeteneğine güvenme				1	,640(**)	,449(**)	-,153(*)
Probleme yaklaşma- kaçma					1	,542(**)	-,065
Kişisel kontrol						1	-,139(*)
Yaşam doymu toplam puanı							1

Tablo 1 incelendiğinde problem çözme becerisi toplam puan ile problem çözme yeteneğine güvenme faktörü arasında $r(254) = .872$, $p < .01$; probleme yaklaşma-kaçma faktörü arasında $r(254) = .919$, $p < .01$ ve kişisel kontrol faktörü arasında $r(254) = .666$, $p < .01$; problem çözme yeteneğine güvenme faktörü ile probleme yaklaşma-kaçma faktörü arasında $r(256) = .640$, $p < .01$ ve kişisel kontrol arasında $r(256) = .449$, $p < .01$; probleme yaklaşma-kaçma faktörü ile kişisel kontrol arasında $r(255) = .542$, $p < .01$; kişisel kontrol faktörü ile yaşam doymu arasında $r(257) = -.139$, $p < .05$ düzeyinde anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu görülmektedir. Ayrıca yaş ile problem toplam puan arasında $r(257) = -.131$, $p < .01$; problem çözme yeteneğine güvenme faktörü arasında $r(581) = .314$, $p < .01$; problem toplam puan ile yaşam doymu arasında $r(254) = -.127$, $p < .05$ ve problem çözme yeteneğine güvenme faktörü ile yaşam doymu arasında $r(256) = -.153$, $p < .05$ düzeyinde anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 2: Öğretmen Adaylarının Yaşam Doymu Düzeylerinin Bütçeleri, Bölüm Tercih Memnuniyetleri, İş Olanakları, Aktivite Katılımı Ve Arkadaşlara Sahip Olmasına Göre t -testi Sonuçları

		N	X	Ss	t	Sd	p
Yaşam doymu Bütçe	1	136	24,0662	6,78255	4,146	247	,000*
	2	113	20,5133	6,67099			
Yaşam doymu Bölüm memnuniyeti	1	178	23,8933	6,17219	5,469	247	,000
	2	71	18,8451	7,49981			
Yaşam doymu iş olanakları	1	101	24,0693	6,57914	3,082	247	,002*
	2	148	21,3514	6,99938			
Yaşam doymu aktivitelere katılım	1	107	23,8318	6,36690	2,752	247	,006*
	2	142	21,4155	7,20544			
Yaşamdoymu arkadaşları olma	1	229	22,8210	6,78222	2,862	247	,005*
	2	20	18,2500	7,61491			

Tablo incelendiğinde, yaşam doymu düzeyini, bütçe ($t_{249} = 4.146$, $p < .001$); okuduğu bölümden memnun olma ($t_{249} = 5.469$, $p < .001$); iş olanakları ($t_{249} = 3.082$, $p < .01$); aktivitelere katılma ($t_{249} = 2.752$, $p < .05$) ve arkadaşları olma ($t_{249} = 2.862$, $p < .05$) boyutlarında anlamlı şekilde farklılaştığı görülmektedir.

Tablo 3:Öğretmen Adaylarının Yaşam Doymu Puanlarının Algılanan Ekonomik Düzeylerine Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması			Anlamlı Fark
				ı	F	p	
Yaşam doymu	Gruplar arası	758,287	2	379,144	8,314	,000*	1-2
	Grup içi	11172,406	245	45,602			1-3
	Toplam	11930,694	247				

*p< .001

1=alt, 2=orta, 3=yüksek

Yaşam doyumunun algılanan ekonomik düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, yaşam doyumunun ($F_{2,47} = 8.314$, $p < .001$) algılanan ekonomik düzeye göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. Farkın kaynağını görmek için yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre, öğretmen adaylarının yaşam doymu düzeylerinin yüksek gelir düzeyine sahip olduğunu düşünenler ($X = 27,60$), alt gelir düzeyine sahip olduğunu düşünenler ($X = 18,73$) ve orta gelir düzeyine sahip olduğunu düşünenlere ($X = 22,51$) göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmektedir. ($p < .05$)

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmanın temel amaçlarından biri öğretmen adaylarında yaşam doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerilerinin incelenmesidir. Bu çalışmaya katılan öğretmen adaylarının ortalama yaşam doymu puanları 22.44 olarak saptanmıştır. Yakın zamanlı çalışmalarda Uz-Baş(2011) ortalama puanı 22,34, Joshonloo ve Afshari (2009) 22.20, Gündoğar ve ark. (2007) Üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmalarında bu puanı 21.7, Dorahy ve ark. (2000) farklı ülkelerdeki üniversite öğrencilerinin yaşam doymu üzerine yaptıkları çalışmada ortalama yaşam doymu puanlarını Avustralya için 23.83, Nijerya için 21.48, Gana için 21.14 bulmuşlardır. Çalışmada elde edilen Yaşam doymu puan ortalamaları diğer çalışmaların sonucu ile yakın değerdedir.

Öğretmen adaylarının problem çözme toplam puan ortalamaları 91.96, problem çözme yeteneğine güvenme faktörü puan ortalamaları 28,54; kişisel kontrol faktörü puan ortalamaları 16.94; probleme yaklaşma-kaçma faktörü puan ortalaması 46.47 bulunmuştur. Eliot ve Marmaroch (1994) 321 üniversite öğrencisi ile yaptıkları araştırmalarında bu puan ortalamalarını sırasıyla, 90.58; 26,06; 18,17; 46,33 olarak bulmuşlardır.

Araştırmanın sonuçlarına baktığımızda öğretmen adaylarının problem toplam puan ile yaşam doymu arasında $r(254) = -.127$, $p < .05$ ve problem çözme yeteneğine güvenme faktörü ile yaşam doymu arasında $r(256) = -.153$, $p < .05$ düzeyinde anlamlı; kişisel kontrol ile yaşam doymu arasında $r(257) = -.139$, $p < .05$ düzeyinde anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu görülmektedir. Problem çözme envanterinden alınan puanlar yükseldikçe bireyin bu konuda kendisini yetersiz olarak algıladığını göstermektedir. Yaşam doymu ölçeğinde ise yüksek puan almak, yüksek yaşam doymunu ifade etmektedir. Öğretmen adaylarının yaşam doymu ölçeği puanları artarken, problem çözme puanları düşmektedir. Yüksek yaşam doymu kendini problem çözme konusunda yeterli algılama ile ilişkili görülmektedir. Oktan (2008) ergenlerde psikolojik sağlık arttıkça ve problem çözme becerilerinin de arttığını bulmuştur. Bulut (2007) okul psikolojik danışmanlarının yaşam doymu stresle başa çıkma stratejileri ve stresle başa çıkma stratejileri ile olumsuz otomatik düşünceleri arasındaki ilişkileri incelediği çalışmasında problem çözme ve yaşam doymu arasındaki ilişkinin değerlendirilmesinde benzer bir sonuç elde etmiştir.

Bu çalışmada yaşam doyumunun öğretmen adaylarının cinsiyetine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Kız öğrencilerin yaşam doymu puan ortalaması 23,59; erkeklerin yaşam doymu puan ortalaması 21,36 olarak elde edilmiştir. Bu iki grup arasındaki farkın ($t_{248} = 2,552$, $p < .011$) anlamlı olmadığı saptanmıştır. Literatürde de benzer sonuçlara ulaşan çalışmalar bulunmaktadır. Gündoğar ve diğerleri (2007) üniversite öğrencilerinin yaşam doymunu inceledikleri çalışmalarında, Çetinkaya'nın (2004) beden imgesi, beden organlarından memnuniyet, benlik saygısı, yaşam doymu ve sosyal karşılaştırma düzeyinin demografik değişkenlere göre

incelediği araştırmasında, Telef (2011) öğretmenlerin öz-yeterlikleri, iş doyumları, yaşam doyumları ve tükenmişliklerinin incelenmesinde, Çecen-Erogul ve Dingiltepe (2012) parçalanmış ve tam aileye sahip ergenlerin yaşam doyumları düzeyleri ile yaşam kalite düzeylerinin karşılaştırılmasında, Chow'un (2005) üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu incelediği çalışmada, yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılaşmadığını ifade etmişlerdir.

Çalışmada yaşam doyumları düzeyi ile ilgili okuduğu bölümden memnun olma ($t_{249} = 5.469$, $p < .001$) anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Alan yazınında bu sonucu destekleyen çalışmaların olduğu görülmektedir. Bu bulgu, Gündoğar, Gül, Uskun, Demirci ve Keçeci (2007) tarafından yapılan araştırma, Güler ve Emeç (2006) yapılan çalışma ve Rask ve arkadaşlarının (2002) ergenler üzerinde yaptığı çalışma, Gün. ve Bayraktar (2008) iç göçün ergenlerin uyumu üzerine etkisini incelediği çalışma sonuçları ile benzerdir.

Öğretmen adaylarının arkadaşlarının olması ve aktivitelerde bulunması yaşam doyumunu anlamlı ölçüde farklılaştırmaktadır. Çeçen (2007) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada duygusal yalnızlık düzeyi yüksek öğrencilerin daha düşük yaşam doyumuna sahip olduğunu, Kapıkıran ve yağcı (2011) Ergenlerde bir müzik aleti çalma ve spor yapmayı yaşam doyumları ile doğrudan bağlantılı bulmuşlardır. Araştırmanın bu bulguları alan yazını ile örtüşmektedir.

Öğretmen adaylarının yaşam doyumunun ($F_{247} = 8.314$, $p < .001$) algılanan ekonomik düzeye göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. Üniversite öğrencilerinde farklı değişkenlerle yaşam doyumları ilişkisini inceleyen pek çok çalışmada da paralel sonuçlar elde edilmiştir. Yüksek ekonomik düzey, yaşam doyumunu yükselten bir değişken olarak karşımıza çıkmaktadır (Tuzgöl-dost, 2006; Dilmaç ve Ekşi, 2008; Cenkseven, 2004; Chow, 2005; Gün ve Bayraktar, 2008).

ÖNERİLER

Yaşam doyumuna olumlu ve olumsuz katkıda bulunan faktörlerin belirlenmesi için daha büyük araştırma grupları çalışması önemli görülmektedir. Yaşam doyumunun artırılmasına yönelik çalışmaların yapılması bireylerin öznel iyi oluşu geliştirmek anlamında da yararlı olacaktır. Bireylerin yaşam doyumlarını arttırmanın yollarından birinin de etkili problem çözme becerileri olduğu görülmektedir. Bu konuya okul rehberlik ve psikolojik danışma programlarında yer verilmesi ve okullardaki önleyici rehberlik çalışmaları kapsamında problem çözme becerilerinin kazandırılması önemli görülmektedir.

Not: Bu çalışma 07-09 Kasım 2012 tarihlerinde Antalya'da 16 Ülkenin katılımıyla düzenlenen "World Conference on Educational and Instructional Studies - WCEIS-2012"da sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

KAYNAKÇA

Annak, B. (2005). *Sosyal Destek, Sosyal Ağ, Yaşam Kalitesi ve Yaşam Doyumu: Duygu-Durum ve Anksiyete Bozukluğu Tanısı Alan Kişiler ve Düzenli Hemodiyaliz Tedavisi Gören Hastalar Açısından Bir Karşılaştırma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin

Bingham, A. (1998). *Çocuklarda Problem Çözme Yeteneklerinin Geliştirilmesi*. Çev.A.Ferhan Oguzkan, İstanbul: Millî Eğitim Basımevi

Bulut, N. (2007). Okul psikolojik danışmanlarının yaşam doyumları stresle başa çıkma stratejileri ve olumsuz otomatik düşünceleri arasındaki ilişkiler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27) 1-13

Camplin, L., Stone W.N. & Merrilit, L.C. (1990). An addaptive approach to group therapy for the cronic patieni. *Social Work With Groups*, 13 (1), 53-65.

Cenkseven, F. (2004). *Üniversite Öğrencilerinde Öznel ve Psikolojik İyi Olmanın Yordayıcılarının Belirlenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Adana.

Chow, H.,P.,H. (2005). Life Satisfaction Among University Students In a Canadian Prairie City: a Multivariate Analysis. *Social Indicators Research*, 70, 139-150.

Çecen-Erogul,A.R.,Dingiltepe,T.(2012)Parçalanmış ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Yaşam Doymu Düzeyleri ile Yaşam Kalite Düzeylerinin Karşılaştırılması *İlköğretim online* Vol 11, Issue 4

Çeçen, A.R. (2008). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doymunu Yordamada Bireysel Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu, Aile Bütünlük Duygusu ve Benlik Saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*. 4 (1),19-30.

Çetinkaya, H.(2004) Beden İmgesi, Beden Organlarından Memnuniyet, Benlik Saygısı, Yaşam Doymu ve Sosyal Karşılaştırma Düzeyinin Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşması, Mersin Üniversitesi,

Çeçen, A.R. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet ve Yaşam Doymu Düzeylerine Göre Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt 3, Sayı 2, Aralık 2007, ss. 180

Derin, R., Serin, N.B., (2008). "İlköğretim Öğrencilerinin Kişilerarası Problem Çözme Becerisi Algıları ve Denetim Odağı Düzeylerini Etkileyen Faktörler", *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, Cilt:5, Sayı:1

Diener, R., Diener, E. ve Tamir, M. (2004). *The Psychology Of Subjective Well-Being*. Journal Article Expert. Vol.133.

Dilek,C.(2010) *Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Almayışlığın Tutumlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*, yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara

Dilmaç, B. ve Ekşi, H. (2008). Meslek yüksek okullarında öğrenim gören öğrencilerin yaşam doymaları ve benlik saygılarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20,

Dorahy, M., J., Lewis, C., A., Schumaker, J., F., Akuamoah-Boateng, R.,Duze, M., C., Sibiya, T., E. (2000) Depression and life satisfaction among Australian, Ghanaian, Nigerian, Northern Irish, and Swazi University Students. *Journal of Social Behavior and Personality*, Vol. 15, No. 4, 569–580.

D’Zurilla, T. J. & Goldfried, M. R. (1971). Problem solving and behavior modification. *Journal of Abnormal Psychology*, 78, 107-126.

Eliot,T.R. & Marmaroch (1994)Problem-soving Appraisal, Healt complaints and Healt related Expectancies *Journal of Counseling & Development* may/june vol. 72 , 531-537

Glassman, W. E. ve Hadad, M. (2009). *Approaches to psychology*. (5. Baskı). Berkshtere: McGraw Hill Education.

Greening, L. (1997). Adolescent stealers' and nonstealers' social problem-solving skills. *Adolescence*,32, 51--55

Green, A. J. K. ve Gilhooly, K. (2005). Problem solving. İçinde N. Braisby ve A. Gellatly (Eds.). *Cognitive psychology*. Oxford: Oxford University Press.

Gün, Z.ve Bayraktar, F. (2008) Türkiye’de iç göçün ergenlerin uyumundaki rolü. *Türk psikiyatri dergisi*, 19(2) 167-176

Gündoğar D., Gül S.,S., Uskun E., Demirci S., Keçeci D. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doymunu Yordayan Etkenlerin İncelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10, 14-27.

Güler - Kümbül, B. & Emeç, H. (2006). Relationship between Life Satisfaction, Optimism and Academic Achievement in Turkey. Poster paper presentation in South African Positive Psychology Conference. April, 3-7, 2006. North-West University, Potchefstroom – South Africa

Gürsoy,Ü. (2009)Üniversite Öğrencilerinin Gestalt Temas Biçimleri İle Yaşam Doyumları Arasındaki ilişkinin İncelenmesi Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul

Hepner, P.P. & Anderson, W.P. (1985). The Relationship between problem solving self-appraisal and psychological adjustment. *Cognitive Therapy and Research*. 4, 415-427.

Heppner, P.P. ve Krauskoph, C. J. (1987). The Integration Of Personal Problem Solving Processes Within Counselling. *The Counselling Psychologist*. Volume 15, p 371-447

Heppner, P. P., Baumgardner, A., & Jackson, J. (1985). Problemsolving, self-appraisal, depression, and attributional style: Are they related? *Cognitive Therapy and Research*, 9, 105-113.

Kabasakal, Z. ve Totan, T. (2011) . İlköğretim öğrencilerinde sosyal ve duygusal öğrenmenin ruhsal belirtileri azaltmadaki rolü. İçinde Z. Kaya ve U. Demiray (Eds.), *International Conference on New Trends in Education and Their Implications*. (syf.248). Ankara: Siyasal Kitabevi.

Kapıkıran,Ş. , Yağcı, U.(2011)*Ergenlerin yaşam doyumunu üzerinde bazı değişkenlerin Aracılık ve arabuluculuk rolünün incelenmesi* 19 eğitim bilimleri kurultayı,

Karasar, N.(2006). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel yayın Dağıtım.

Kennedy, M. G. (1998). Social Problem Solving And Adjustment In Adolescence The Influence Of Moral Reasoning Level, Scoring Alternatives And Family Climate. *Journal of Clinical Child Psychology*.Vol: 17, n: 1, 73-83.

Keser, A., (2005). İş Doyumu ve Yaşam Doyumu ilişkisi: Otomotiv Sektöründe Bir Uygulama, *Çalışma ve Toplum*, sayı:4, s:77-96.

Koberg, D. ve Bagnall, J. (1981). *The Universal Traveler*. Kaufman, Inc. 95 First Street, California, 94022.

Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumunu düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Joshonloo, M. & Afshari, S.(2009)Big five personality traits and self-esteem as predictors of life satisfaction in iranian MuslimUniversity students *Journal of happiness Studies*, 12(1) 105-113

Morgan C. T. (1999). *Psikolojiye Giriş*. (Çev. H.Arcı ve Ark.) Meteksan Yayınları.13 Baskı. Ankara

Oktan, V.(2008) *Üniversite Sınavına Hazırlanan Ergenlerin Psikolojik Sağlamlıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü,

Otacıoğlu, S. G.(2007). Eğitim Fakültelerinin Farklı Branşlarında Eğitim Alan Öğrencilerin Problem Çözme Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması, *Eğitim Araştırmaları*, 29: 73-83.

Özyürek, A., Gümüş, H., & Doğan, S. (2012). Öğretmen ve okul yöneticilerinin tükenmişlik ve yaşam doyumunununincelenmesi. *International Journal of Human Sciences* [Online]. (9)2, 892-904.

Pavot,W. ve Diener, E. (1993). The affective and cognitive context of self reported measures of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 28, 1-20.

Pellegrini, D.S. ve Urbain, E.S. (1986). An Evaluation of Interpersonal Cognitive Problem Solving Training With Children. *Child Psychology and Psychiatry*. Vol: 26, n: 1, 17-41.

Priester, M.J. ve Clum, G.A. (1993) Perceived Problem Solving Ability as a Predictor of Depression, Hopelessness, and Suicide Ideation in a College Population *Journal of Counseling Psychology*, 40(1) 79-85

Rask K, Astedt-Kurki P, Laippala P (2002) Adolescent subjective well-being and realized values. *J Adv Nurs*, 38: 254-263.

Reed, S. K. (2000). Problem solving. İçinde A. E. Kazdin (Ed.). *Encyclopedia of psychology* (syf. 68-70). Oxford: Oxford University Press.

Shure, M. B. ve Spivack, G. (1982). Interpersonal Problem Solving In Young Children: A Cognitive Approach To Prevention. *American Journal of Community Psychology*. Vol:10, n: 3, 341-356.

Sung-Mook, H. & Giannakopoulos, E. (1994). The relationship of satisfaction with life to personality characteristics. *Journal of Psychology Interdisciplinary & Applied* 128(5), 547-555.

Şahin, Ş. (2008) *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Tükenmişlik ve Yaşam Doyumu Düzeyleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin

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

Uz-Baş, A.(2011) _Investigating levels and predictors of life satisfaction among prospective teachers ,*Eurasian journal of educational research*, Issue 44 summer 2011 71-88

Telef, B.B.(2011) Öğretmenlerin Öz-Yeterlikleri, İş Doyumları, Yaşam Doyumları Ve Tükenmişliklerinin İncelenmesi, *İlköğretim Online*, 10(1), 91-108, 2011

Tuzgöl Dost, M. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 132-143.

Woolfolk, A. (2001). *Educational psychology* (8. Baskı). Massachuset: Allyn and Bacon.

Yetim, U. (1993). Life satisfaction: a study based on the organization of personal project. *Social Indicators Research*, 29 (3): 277-289.