

**T.C.**  
**KIRŞEHİR AHİ EVRAN ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**TÜRKiYE VE KIRGIZİSTAN ÜNİVERSİTE**  
**ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM BECERİSİ, BENLİK**  
**SAYGISI VE İYİMSERLİK DÜZEYLERİNİN FARKLI**  
**DEĞİŞKENLER AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI**

**Nursultan DANIİR UULU**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**KIRŞEHİR-2022**



**©2022-Nursultan DANIAR UULU**

**T.C.**  
**KIRŞEHİR AHİ EVRAN ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**TÜRKIYE VE KIRGIZİSTAN ÜNİVERSİTE**  
**ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM BECERİSİ, BENLİK**  
**SAYGISI VE İYİMSERLİK DÜZEYLERİNİN FARKLI**  
**DEĞİŞKENLER AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI**

**TURKISH AND KYRGYZ STUDENT'S COMMUNICATION**  
**SKILLS, SELF ESTEEM AND OPTIMISM LEVEL TO**  
**COMPARE TO THE DIFFERENT VARIABLES**

**Hazırlayan**

**Nursultan DANIŐAR UULU**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Danışman**

**Doç. Dr. Davut AYDIN**

**KIRŞEHİR-2022**

## KABUL VE ONAY

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı yüksek lisans öğrencisi, Nursultan DANIİAR UULU tarafından hazırlanan “*Türkiye Ve Kırgızistan Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerisi, Benlik Saygısı Ve İyimserlik Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından Karşılaştırılması*” adlı tez çalışması 04.07.2022 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından oybirliği/oyçokluğu ile **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

Danışman .....(İmza)

Doç. Dr. Davut AYDIN

Üye.....(İmza)

Prof. Dr. Selahattin AVŞAROĞLU

Üye.....(İmza)

Dr. Öğr. Üyesi Umay Bilge BALTACI

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.../.../2022

(İmza)

Prof. Dr. Hüseyin ŞİMŞEK

Enstitü Müdürü

## BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.



.../.../2022

Nursultan DANİİAR UULU

İmza

## ÖZET

# TÜRKİYE VE KIRGIZISTAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM BECERİSİ, BENLİK SAYGISI VE İYİMSERLİK DÜZEYLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI

## YÜKSEK LİSANS

**Hazırlayan: Nursultan DANİİAR UULU**

**Danışman: Doç. Dr. Davut AYDIN**

**2022 – (XVI-95)**

**Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü**

**Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı**

**Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı**

**Jüri**

**Doç. Dr. Davut AYDIN**

**Prof. Dr. Selahattin AVŞAROĞLU**

**Dr. Öğr. Üyesi Umay Bilge BALTACI**

Bu araştırma, Türkiye’deki Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi ve Kırgızistan’daki Kırgızistan – Türkiye ‘Manas’ Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümü ve Kırgızistan Oş Devlet Üniversitesi Psikoloji bölümünde lisansöğrenimine devam eden öğrencilerin iletişim becerisi, benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin farklı değişkenler açısından karşılaştırmak amacıyla yapılmış nicel bir araştırmadır. Araştırma grubun 233 kadın ve 137 erkek olmak üzere toplam 370 öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırmada veri toplama araçları olarak, araştırmacı tarafından çalışmaya katılanların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla hazırlanan kişisel bilgi formu, çalışmaya katılanların iletişim becerilerini tespit etmek amacıyla Eranlı ve Balcı (1998) tarafından geliştirilen İletişim Becerileri Envanteri (İBE), benlik saygılarını tespit etmek amacıyla Arıcak (1999) tarafından geliştirilmiş olan Benlik Saygısı Ölçeği ve Balcı ve Yılmaz (2002) tarafından öğrencilerin iyimserlik düzeylerini tespit etmek amacıyla geliştirilen İyimserlik Düzeyi Ölçeği kullanılmıştır.

Öğrencilerin iletişim becerileri benlik saygıları ve iyimserlik düzeylerinin cinsiyet değişkeni arasındaki farklılaşma durumunu incelemek için bağımsız örneklem T-Testi, öğrencilerin iletişim becerileri benlik saygıları ve iyimserlik düzeylerinin yaş, okuduğu üniversite, sınıf, kardeş sayısı, ailenin ekonomik durumu, baba eğitim durumu ve anne eğitim durumu değişkenleri arasındaki farklılaşma durumunu incelemek için tek yönlü ANOVA testi, benlik saygısı ve iyimserlik düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon testi, benlik saygısı ve iyimserlik düzeyi değişkenlerinin iletişim becerileri üzerindeki etkisine ilişkin Çoklu Regresyon testi uygulanmıştır. Veriler SPSS 23 paket programı ile analiz edilmiştir.

Bu araştırmanın bulgularında, öğrencilerin iletişim becerileri ve iyimserlik düzeyleri cinsiyet değişkenine, iletişim becerileri ve benlik saygısı okuduğu üniversiteye, benlik saygısı

öğrencinin aile ekonomik durumuna göre farklılaştığı görülmüştür. Diğer taraftan; iletişim becerileri ile benlik saygısı ve benlik saygısı ile iyimserlik düzeyleri arasında orta düzeyde pozitif ilişki olduğu, Çoklu Regresyon analizi sonucunda benlik saygısı ve iyimser düzeyleri değişkenleri ile iletişim becerileri arasında orta düzeyde ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Ancak, İletişim becerileri, benlik saygısı ve iyimserlik düzeyleri; yaş, sınıf, anne – baba eğitimi durumu bakımından anlamlı bir farklılık görülmemektedir.

**Anahtar Kelimeler:** İletişim becerileri, benlik saygısı, iyimserlik düzeyi.



## ABSTRACT

# TURKISH AND KYRGYZ STUDENT'S COMMUNICATION SKILLS, SELF ESTEEM AND OPTIMISM LEVEL TO COMPARE TO THE DIFFERENT VARIABLES

M.Sc.Thesis

**Preparer: Nursultan DANIAR UULU**

**Advisor : Assoc. Prof. Dr. Davut AYDIN**

**2022 - (XVI-95)**

**Kırşehir Ahi Evran University, Graduate School Of Social Sciences**

**Educational Sciences Department**

**Guidance and Psychological Counseling Science**

**Jury**

**Assoc. Prof. Dr. Davut AYDIN**

**Prof. Dr. Selahattin AVŞAROĞLU**

**Asst. Prof. Dr. Umay Bilge BALTACI**

This research was carried out in order to compare the communication skills, self-esteem and optimism levels of the students who continue their undergraduate education in the Department of Guidance and Psychological Counseling at the Kırşehir Ahi Evran University in Turkey and the Kyrgyzstan - Turkey 'Manas' University in Kyrgyzstan and the Psychology Department of the Kyrgyz Osh State University in terms of different variables. It is a quantitative research. The research group consists of 370 students, 233 of whom are women and 137 are men.

As data collection tools in the research, the personal information form prepared by the researcher to determine the demographic characteristics of the participants, the Communication Skills Inventory (ICI) developed by Ersanlı and Balcı (1998) to determine the communication skills of the participants, and Arıcak (1999) to determine their self-esteem. The Self-Esteem Scale developed by Balcı and Yılmaz (2002), and the Optimism Level Scale developed by Balcı and Yılmaz (2002) to determine the optimism levels of the students were used.

Independent sample T-Test was used to examine the differentiation status of students' communication skills, self-esteem and optimism levels between gender variable, and students' communication skills, self-esteem and optimism levels were determined by age, university, class, number of siblings, family economic status, father's education level and mother's education level. One-way ANOVA test was used to examine the differentiation between the variables of self-esteem, Pearson Correlation test to examine the relationship between self-esteem and optimism levels and communication skills, and Multiple Regression test for the effect of self-esteem and optimism level variables on communication skills. The data were analyzed with the SPSS 23 package program.

In the findings of this study, it was seen that the communication skills and optimism levels of the students differed according to the gender variable, the communication skills and self-esteem



differed according to the university they attended, and the self-esteem of the students according to the family economic status. On the other hand; It was seen that there was a moderate positive relationship between communication skills and self-esteem, and between self-esteem and optimism levels, and as a result of Multiple Regression analysis, there was a moderate and significant relationship between the variables of self-esteem and optimism levels and communication skills. However, communication skills, self-esteem and optimism levels; There is no significant difference in terms of age, class, parental education status.

**Keywords:** Communication skills, self-esteem, level of optimism.



## ÖNSÖZ

Türkiye ve Kırgızistan Üniversite öğrencilerinin iletişim becerisi, benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerin farklı değişkenler açısından incelenmesini araştıran bu yüksek lisans tezi dört bölümden oluşmaktadır. Giriş bölümde araştırmanın problemi, amacı, önemi, sınırlılıklar, varsayımlar ve tanımlara, ikinci bölümde kuramsal temellere ve konuyla ilgili yapılan yurt içi çalışmalara, üçüncü bölümde araştırmanın yöntemine; araştırma modeli, araştır grubu, verilerin toplanması ve veri toplama araçları, veri analizi oluşturmaktadır. dördüncü bölümde bulgu ve yorumlarına ve son bölüm olarak beşinci bölümde ise araştırmada elde edilen bulgular ve literatür kapsamında sonuç, tartışma ve önerilere yer verilmiştir.

Ayrıca, yüksek lisans çalışmama başladığım ilk günden itibaren, bilgi ve birikimini aktarmaktan çekinmeyen, akademik desteğinin yanı sıra manevi desteği ile de tezimi tamamlamamda büyük katkısı olan danışmanım Sayın Doç. Dr. Davut AYDIN'a ayrıca teşekkür ederim.

Lisans hayatımdan bugüne kadar hep yanımda koruyup kollayan sayın Prof. Dr. Selehattin AVŞAROĞLU'na, tezimin tamamlanmasında önemli katkıda bulunan saygı değer hocam Dr. Öğr. Üyesi Umay Bilge BALTAÇI'ya teşekkür ederim. Yüksek lisans eğitimim süresince verdikleri dersler ile akademik bilgi ve görüşlerini benimle paylaşan hocalarım Doç. Dr. Dilek GENÇTANIRIM KURT'a, Dr. Öğretim Üyesi Ertuğrul TALU'ya ve Doç. Dr. Önder BALTAÇI'ya sonsuz teşekkür ederim.

Tezimin yazım sürecinde her türlü halimi anlayışla karşılayan, maddi ve manevi olarak destekleyen dedeme Manan OSMONALİEV'e, babaannem Maalimbü BERDİBAEVA'ya, annem Altınbü MARASULOVA'ya, babam Daniyar OSMONALİEV'e, kardeşlerime ve sürekli destek veren varlığımı sürekli yanımda hissettiğim, bu uzun süreçte beni asla yalnız bırakmayan değerli eşim Nargiza BEGALİEVA hanımefendiye ve bu yolculukta zorlandığım her konuda yardıma koşan arkadaşlarım Aizirek IMANDOS KYZY'na ve Argen ZHUMGALBEKOV'a can-ı gönülden teşekkür ederim.

Kırşehir-2022

Nursultan DANİİAR UULU

## İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY .....	İV
BİLDİRİM.....	V
ÖZET .....	VI
ABSTRACT .....	Vİİ
ÖNSÖZ.....	X
İÇİNDEKİLER.....	Xİ
TABLolar LİSTESİ .....	XİV
<b>BÖLÜM I .....</b>	<b>1</b>
<b>1.GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
<b>1.1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ .....</b>	<b>2</b>
<b>1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ.....</b>	<b>3</b>
<b>1.3. ARAŞTIRMANIN VARSAYIMLARI .....</b>	<b>3</b>
<b>1.4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI .....</b>	<b>4</b>
<b>1.5. TANIMLAR.....</b>	<b>4</b>
<b>BÖLÜM II.....</b>	<b>5</b>
<b>2. KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE .....</b>	<b>5</b>
<b>2.1. İLETİŞİM .....</b>	<b>5</b>
<b>2.1.1. İletişimin Önemi .....</b>	<b>6</b>
2.1.2. İletişim Süreci ve Öğeleri .....	6
2.1.2.1. Kaynak (Gönderici) .....	6
2.1.2.2. Mesaj (İleti) .....	7
2.1.2.3. Kanal.....	7
2.1.2.4. Kodlama .....	8
2.1.2.5. Kod Açma.....	8
2.1.2.6. Alıcı (Hedef).....	9
2.1.2.7. Dönüt (Geri Bildirim).....	9
2.1.2.8. Gürültü.....	10
2.1.4. İletişim Türleri.....	10
2.1.4.1. Yazılı İletişim .....	10
2.1.4.2. Kişinin Kendisi İle İletişimi .....	11
2.1.4.3. Sözel İletişim .....	11
2.1.4.4. Sözel Olmayan İletişim .....	12
2.1.4. İletişim Modelleri .....	13

2.1.4.1. Aristo Modeli.....	13
2.1.4.2. Shannon ve Weaver Modeli .....	13
2.1.4.3. Gerbner Modeli .....	14
2.1.4.4. Lasswell Modeli .....	15
2.1.4.6. Newcomb Modeli .....	15
2.1.5. İletişimi Kolaylaştıran Etmenler.....	16
2.1.6. İletişim Becerileri .....	17
2.1.6.1. Sözlü İletişim Becerileri .....	18
2.1.6.1.1. Konuşma Becerileri .....	18
2.1.6.1.2. Empati Kurma .....	19
2.1.6.2. Sözsüz İletişim Becerileri.....	19
2.1.6.2.1. Dinleme Becerisi .....	19
2.1.6.2.2. Yazma Becerisi.....	20
2.1.6.2.3. Beden Dilini Kullanma Becerisi.....	20
2.1.7. İletişim Becerilerini Etkileyen Faktörler .....	20
2.1.7.1. Aile Faktörü.....	21
2.1.7.2. Arkadaşlık İlişkileri .....	21
2.1.7.3. Kitle İletişim Araçları.....	21
2.1.7.4. Sosyo-Ekonomik Düzey .....	22
2.1.7.5. Eğitim .....	22
2.1.7. İletişim Becerileri ile İlgili Yapılmış Araştırmalar .....	23
<b>2.2. BENLİK SAYGISI .....</b>	<b>25</b>
2.2.1. Benlik Kavramı .....	26
2.2.2. Benlik Saygısı Kavramı Kuramları .....	26
2.2.2.1. Temel Yaklaşım Kuramı .....	27
2.2.2.2. Psikanalitik Kuram .....	27
2.2.2.3. Fenomenolojik Yaklaşım Kuramı .....	27
2.2.2.4. Psikososyal Gelişim Kuramı .....	28
2.2.2.5. Bireysel Psikolojik Kuram.....	28
2.2.2.6. Davranışsal Yaklaşım Kuramı.....	29
2.2.3. Benlik Saygısının Özellikleri .....	29
2.2.3.1. Benlik Saygısı Yüksek Bireyler ve Özellikleri.....	29
2.2.3.2. Benlik Saygısı Yüksek Bireyler ve Özellikleri.....	30
2.2.4. Benlik Saygısının Gelişimi.....	32

2.2.5. Benlik Saygısını Etkileyen Etkenler .....	33
2.2.6. Benlik Saygısı İle İlgili Yapılmış Araştırmalar .....	34
<b>2.3. İYİMSERLİK .....</b>	<b>36</b>
2.3.2. İyimserlik ile İlgili Yapılan Araştırmalar .....	38
<b>BÖLÜM III .....</b>	<b>41</b>
<b>YÖNTEM .....</b>	<b>41</b>
<b>3.1. ARAŞTIRMA MODELİ .....</b>	<b>41</b>
<b>3.2. ARAŞTIRMANIN ÇALIŞMA GRUBU .....</b>	<b>41</b>
<b>3.3. VERİLERİN TOPLANMASI .....</b>	<b>43</b>
<b>3.4. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI .....</b>	<b>43</b>
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu .....	43
3.4.2. İletişim Becerileri Envanteri (İBE).....	44
3.4.3. Benlik Saygısı Ölçeği .....	44
3.4.4. İyimserlik Ölçeği .....	44
<b>3.5. VERİ ANALİZİ .....</b>	<b>45</b>
<b>BÖLÜM IV.....</b>	<b>47</b>
<b>4. BULGULAR VE YORUM .....</b>	<b>47</b>
<b>4.1. ÖĞRENCİLERİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN BAZI DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE ANLAMLI BİR FARKLILIK GÖSTERİP GÖSTERMEDİĞİNE İLİŞKİN BULGULAR .....</b>	<b>47</b>
<b>4.2. ÖĞRENCİLERİN BENLİK SAYGISININ BAZI DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE ANLAMLI BİR FARKLILIK GÖSTERİP GÖSTERMEDİĞİNE İLİŞKİN BULGULAR .....</b>	<b>51</b>
<b>4.3. ÖĞRENCİLERİN İYİMSERLİK DÜZEYLERİNİN BAZI DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE ANLAMLI BİR FARKLILIK GÖSTERİP GÖSTERMEDİĞİNE İLİŞKİN BULGULAR .....</b>	<b>55</b>
<b>4.4. İLETİŞİM BECERİSİ, BENLİK SAYGISI VE İYİMSERLİK DÜZEYLERİ ÖLÇEĞİNİN PUANLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERE İLİŞKİN BULGULAR ...</b>	<b>58</b>
4.4.1. Benlik saygısı ve iyimserlik düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Korelasyon bulguları .....	58
4.4.2. Benlik Saygısı ve İyimserlik Düzeyi değişkenlerinin İletişim Becerileri üzerindeki etkisine ilişkin Çoklu Regresyon analizi bulguları .....	59
<b>BÖLÜM V .....</b>	<b>61</b>
<b>5.1. SONUÇ VE TARTIŞMA .....</b>	<b>61</b>

<b>5.2. ÖNERİLER.....</b>	<b>71</b>
<b>KAYNAKLAR.....</b>	<b>72</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>88</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ .....</b>	<b>96</b>



## TABLolar LİSTESİ

<b>Tablo 3.2.1.</b> Araştırma grubuna ilişkin tanımlayıcı bulgular.....	41
<b>Tablo 3.5.1.</b> İletişim becerileri, benlik saygısı ve iyimserlik düzeyleri ölçeklerinin normal dağılımına ilişkin sonuçlar. ....	45
<b>Tablo 4.1.1.</b> Öğrencilerin iletişim becerilerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin bağımsız örneklem T-Testi sonuçları .....	47
<b>Tablo 4.1.2.</b> Öğrencilerin iletişim becerilerinin yaş değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	47
<b>Tablo 4.1.1.</b> Öğrencilerin iletişim becerilerinin okuduğu üniversiteye göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	48
<b>Tablo 4.1.2.</b> Öğrencilerin iletişim becerilerinin sınıf değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	48
<b>Tablo 4.1.3.</b> Öğrencilerin iletişim becerilerinin kardeş sayısı değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	49
<b>Tablo 4.1.4.</b> Öğrencilerin iletişim becerilerinin algılanan aile ekonomik durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	49
<b>Tablo 4.1.8.</b> Öğrencilerin iletişim becerilerinin anne eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü anova testi sonuçları .....	50
<b>Tablo 4.2.1.</b> Öğrencilerin benlik saygısının cinsiyet değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin bağımsız örneklem T-Testi sonuçları .....	51
<b>Tablo 4.2.2.</b> Öğrencilerin benlik saygısının yaş değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	51
<b>Tablo 4.2.3.</b> Öğrencilerin benlik saygısının okuduğu üniversite değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	51
<b>Tablo 4.2.4.</b> Öğrencilerin benlik saygısının sınıf değişkenine göre farklılaşma durumuna	

ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	52
<b>Tablo 4.2.5.</b> Öğrencilerin benlik saygısının kardeş sayısı değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	52
<b>Tablo 4.2.6.</b> Öğrencilerin benlik saygısının algılanan aile ekonomik durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	53
<b>Tablo 4.2.7.</b> Öğrencilerin benlik saygısının baba eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	54
<b>Tablo 4.2.8.</b> Öğrencilerin benlik saygısının anne eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	54
<b>Tablo 4.3.3.</b> Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin yaş değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	55
<b>Tablo 4.3.4.</b> Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin okuduğu üniversite değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	56
<b>Tablo 4.3.5.</b> Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin sınıf değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	56
<b>Tablo 4.3.6.</b> Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin kardeş sayısı değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	57
<b>Tablo 4.3.7.</b> Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin algılanan aile ekonomik değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	57
<b>Tablo 4.3.8.</b> Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin baba eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	57
<b>Tablo 4.3.9.</b> Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin anne eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları .....	58
<b>Tablo 4.4.1.1.</b> Ölçekler arasındaki ilişkilere ait Pearson Korelasyon katsayıları .....	59
<b>Tablo 4.4.2.1.</b> Benlik Saygısı ve İyimserlik Düzeyi değişkenlerinin İletişim Becerileri üzerindeki etkisine ilişkin Çoklu Doğrusal Regresyon analizi sonucu. ....	59



# BÖLÜM I

## 1.GİRİŞ

Bireyler, doğum öncesi süreçten itibaren dünyayla ve insanlarla etkileşime girmeye başlarlar ve doğumla birlikte bebekler ebeveynleri ve yakın çevreleriyle iletişimini devam ettirmektedir. Dil kazanımıyla sözsüz iletişim yerini sözlü etkileşime bırakmaktadır (Çağlar, 2019). Dünyaya gelen her birey çevresini, dünyayı, etrafındaki insanları ve hatta kendisini bile tanımayı ve anlamayı kurduğu iletişimle gerçekleştirmektedir. İnsanın doyum elde ettiği ilişkiler kurabilmesinde iletişimin oldukça önemli bir yeri vardır çünkü iletişimde karşılaşılan sorunlar bireylerin yaşamlarının tüm alanlarını etkilemektedir (Cüceloğlu, 2008; Güngör, 2001).

Bu nedenle, kişilik gelişiminde iletişimin rolü özeldir. İletişim olmadan, sosyal etkileşimlerimiz kesintiye uğrayacak ve muhtemelen medeniyetin çöküşüne yol açacaktır. Diğer insanlarla iletişim kurma yeteneği zayıf olan insanın başarılı olma durumu da zayıftır. İletişim, insanın varoluşundan bu yana vazgeçilmez bir unsur olmuştur. İnsan iletişim yoluyla bir toplum haline gelmiştir (Koser ve Barut, 2020).

Sosyal bir varlık olan insan hep başkalarına yardım etme ve aynı zamanda başkalarından yardım alma, başkalarına yönelme eğilimindedir. Bu sebeple iletişim, bu dünyaya gelen her insanın en önemli özelliği olarak bilinmektedir (Sevindi, 2017). Toplum içerisinde bir bireyin kimse ile iletişim içerisinde olmaması ve aynı zamanda kendini toplumdaki izole etmesinin sağlıklı sonuçlar doğurmayacağı düşünülmektedir. İnsanların kendi hayatlarını düzenlemeleri ve kendi hayatlarının önemini fark etmeleri ve aynı zamanda diğer insanların varlıklarına, fikirlerine karşı saygılı olmaları ve değer vermeleri toplum içinde yaşamının gereği olarak bilinmelidir. Çünkü bir bireyin yaşam kalitesinde, insanın ilişkilerinin yapısı ve niteliği önemli bir yer tutar (Cüceloğlu, 2002). Dolayısıyla iletişim, bireysel ve toplumsal düzeyde insan yaşamının temel ve vazgeçilmez bir özelliğidir.

İletişim, insanın dünyaya gelmesi ile ihtiyaç halini alan bir haberleşme halidir. Bilgiyi üretme, bilgiyi aktarma ve bilgiyi anlamlandırma sürecin iletişim kavramı olarak tanımlanmaktadır. Bu duruma bakıldığında birçok etkinlik iletişim olarak adlandırılmaktadır (Çalapkulu, 2015). Bir başka araştırmacı Dökmen (2015), kapsamı ve sürdürülüş şekli ne olursa olsun, bireyler arasında gerçekleşen ilişkileri insanlar arası iletişim olarak tanımlamıştır. Günümüzde iletişim konusunda bir çok yerli ve yabancı çalışmalar

bulunmaktadır. Bazı çalışmalar üniversite öğrencilerinin iletişim düzeyinin benlik saygısı ve iyimserlik düzeyine farklılaştığını ortaya koymaktadır. Düşük iletişim düzeyine sahip üniversite öğrencilerinin temelinde de iletişim beceri eksikliği yatmaktadır.

İnsanların iletişim becerisine bakarken bir başka bakılması gereken başka bir kavram benlik ve iyimserlik kavramlarıdır. Geçmişten bu güne kadar benlik kavramı bir çok farklı şekillerde tanımlanmıştır: Adler'e (1979) göre, benlik bir bireyin kendini gerçekleştirme (üstünlük çabası) amacına yönelik kendisiyle ilgili görüşünü oluşturmasıdır. Bir diğer bilim adamı Allport (1961), benliği, insanların öğrenme ve seçim yoluyla gelişimlerinin üzerine inşa edildiğini söylemiştir (akt: Soğukpınar, 2014).

Bir bebeğin dünyaya gelmesi o bebeğin benlik duygusuna sahip olduğu anlamına gelmez. Benlik, hayatımızdaki deneyimlerle ve sosyal etkileşimlerle bir süreç sonucunda zamanla gelişir. İlk doğduğunda "ben" ve "ben olmayan" arasında ayırım yapamayan bebeğin, doğumun ardından ikinci ve üçüncü aylarda bebek kendi ve dünya arasında ayırım yapabilme yeteneğine ulaşılmasıyla, benlik gelişimi başlamış olur (Öner Altıok, Ek ve Korkulu, 2010 ). Benlik bir insanın doğumuyla başlayan ve yaşam boyu devam eden, bir bireye özgü olan ve o bireyin değerler bütünüdür (Taşgit, 2012).

İçinde bulunduğumuz dönem yaşamlarımızı kolaylaştıracak bir çok yaklaşım barındırmasına rağmen, karmaşık hale gelen yaşam koşulları bireylerin uyum sağlamasını da zorlaştırmaktadır. Bu yaşam koşulları bireylerin perspektiflerine ve mizaçlarına göre değişiklik göstermektedir. Olay ve durumlara olumlu perspektiften bakabilen bireylerin, olumsuz perspektiften bakarlara göre sorunların üstesinden gelmeleri daha kolaydır. Bireylerin genellenmiş beklentileri stres kaynağı oluşturan etmenlerin başlıcalarından biridir. Bu beklentilerden birisi de iyimserliktir (Kutlu,Balcı,Yılmaz, 2004). Abraham (2007) iyimserlik kavramını, sürerlik kazanmış, hayatımızın her alanında varlık gösteren pozitif bakış açısı olarak tanımlanmaktadır.

## **1.1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ**

Bu çalışmanın amacı, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Kırgızistan- Türkiye Manas üniversitesi ve Kırgızistan Oş Devlet üniversitesi lisans öğrencilerinin iletişim becerisi, benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin farklı değişkenler açısından bakıldığında ne düzeyde etki verdiğini ortaya koymaktır.

### **Alt Problemler**

Bu temel amaç çerçevesinde, aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır:

1. Öğrencilerin iletişim becerileri, benlik saygısı ve iyimserlik düzeyleri:
  - A. Cinsiyete,
  - B. Yaşa,
  - C. Okunulan üniversiteye,
  - D. Sınıfa,
  - E. Kardeş sayısına,
  - F. Aile ekonomik durumuna,
  - G. Baba eğitim durumuna,
  - H. Anne eğitim durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
2. Öğrencilerin iletişim becerileri, benlik saygısı ve iyimserlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Benlik saygısı ve iyimserlik düzeyi değişkenleri iletişim becerilerini anlamlı olarak yordamakta mıdır?

## **1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ**

Bu araştırmada temel amaç Türkiye Kırşehir Ahi Evran Üniversitesinde ve Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında ve Kırgızistan Oş Devlet Üniversitesi psikoloji alanında eğitim görmekte olan lisans öğrencilerinin iletişim becerisi, benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin farklı değişkenler açısından karşılaştırmaktır. Aynı zamanda konuyla ilgili yapılan literatür taramaları sonucunda, önemli bulgular ortaya koyabileceği düşünülen ve iletişim becerileri, benlik saygıları ve iyimserlik düzeylerinin, araştırmacı tarafından belirlenen değişkenler açısından farklılaşma durumunun gözlenmesi beklenmektedir.

Araştırmanın önemi açısından bakıldığı zaman, konuyla ilgili yapılan araştırmalara bilgi kaynağı olarak yardım etmek ve üniversite öğrencilerinin iletişim becerisi, benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin yeniden incelenmesine dair farklı bir bakış açısı kazandırmak ve aynı zamanda Türkiye ve Kırgızistan devletleri için yeni çalışmalar yapmak, yüksek lisans kapsamında yapılan bu araştırma açısından büyük bir öneme sahiptir.

## **1.3. ARAŞTIRMANIN VARSAYIMLARI**

Araştırmanın varsayımları aşağıdaki gibidir:

Katılımcıların araştırmada kullanılmış olan tüm ölçeklere samimi ve doğru yanıtlar verdikleri varsayılmıştır.

#### 1.4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Bu araştırma;

Türkiye'deki Kırşehir Ahi Evran üniversitesi ve Kırgızistan'daki Kırgızistan-Türkiye Manas üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında ve Kırgızistan Oş Devlet üniversitesinde psikoloji alanında eğitim görmekte olan lisans öğrencileriyle sınırlıdır.

Elde edilen veriler uygulanan ölçeklerin maddeleri ile sınırlıdır.

#### 1.5. TANIMLAR

**İletişim:** Cüceloğlu (2002) iletişimi, bireysel ve toplumsal düzeyde insan yaşamının temel ve vazgeçilmez bir özelliği olarak tanımlarken Kaşkin (2000) iletişimi, geleneksel olarak, ortak bir semboller sistemi, özellikle dilsel semboller aracılığıyla bireyler arasında bilgi alışverişi olarak tanımlanmıştır.

**İletişim Becerisi:** Bireylerin empati kurarak ve saygıyı koruyarak etkin dinleyebilmesi, uygun bir şekilde karşıdaki kişiye duygu ve düşüncelerini aktarabilmesi, kendini açabilmesi, bencil davranmadan ve karşıdaki insanı da küçümsemeden kendi haklarını koruyabilmesi, sözel ve sözel olmayan mesajları uyumlu kullanabilme biçiminde kişinin çevresiyle sağlıklı ilişki kurmasını sağlayan, karşı taraftan olumlu cevapları getiren ve kişinin toplumda kolay yaşamını sağlayan öğrenilmiş davranışlarıdır (Bilen, 1995).

**Benlik Saygısı:** Benlik saygısı bir kişilik özelliğidir ve farklı zamanlarda ve farklı durumlarda da istikrarlı bir yapıdır. İnsanların genel olarak kendileri hakkında nasıl hissettiklerini yansıtan kişilik değişkenlerini ifade eder (Molchanova, 2015).

**İyimserlik Düzeyi:** Goleman (2009) iyimserliği, bireyin yaşamındaki karşılaştığı zorluklara, sorunlara ve strese rağmen hayatındaki herşeyin iyi olacağına inanma durumu olarak tanımlamaktadır.

## BÖLÜM II

### 2. KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

#### 2.1. İLETİŞİM

Psikolojinin temel kavramlarından biri iletişimdir. İletişim olmadan bireyi tam olarak anlamak, insan niteliklerini ve evrimini analiz etmek zordur. Bu nedenle, kişilik gelişiminde iletişimin rolü özeldir. İletişim olmadan, sosyal etkileşimlerimiz kesintiye uğrayacak ve muhtemelen medeniyetin çöküşüne yol açacaktır. İletişim kurma yeteneğini kaybetmiş bir kişi başarılı bir şekilde gelişemez. İletişim, insanın varoluşundan bu yana vazgeçilmez bir unsur olmuştur. İnsan iletişim yoluyla bir toplum haline gelmiştir (Koser ve Barut, 2020).

İnsanlar arasındaki etkileşim, bilgi alışverişi için bireysel bir koşul haline gelir. İletişim, geleneksel olarak, ortak bir semboller sistemi, özellikle dilsel semboller aracılığıyla bireyler arasında bilgi alışverişi olarak tanımlanmıştır. Bu bilimsel ilgi alanı, diğerleri gibi, eski zamanlara kadar uzanmaktadır, bu nedenle konu ve eserlerin yazarı hakkında birçok iletişim tanımı vardır (Kaşkin, 2000).

Günümüzde kullanılan ve uzun yıllardır varlığını sürdüren iletişim kavramı, Latince "Communicato" kelimesinden türemiştir ve iletişim olarak tanımlanmaktadır. Türkçe'de 'ortaklık kurmak' anlamına gelen 'Communicato' kavramının kökeni 'Communis' kavramına dayanmaktadır. (Çelik, 2019). Kızılcelik ve Erjem'e (1992) göre iletişim, bireyler, sosyal gruplar, toplum arasındaki kelimeler, el hareketleri, el yazısı, resimler vb. düşünme ve hissetme sürecidir. Fikir ve bilgi alışverişini sağlayan sosyal etkileşim süreci, fikirlerin ve bilgilerin herkes tarafından aynı şekilde anlaşılır hale getirilmesi, fotoğrafların değerlendirilmesi, paylaşılması ve karşılıklı etkinin paylaşılma sürecidir. Mutlu'ya (2004) göre iletişim, bilginin, fikirlerin, duyguların, becerilerin vb. ifadelerini semboller kullanılarak iletilmesidir. Cüceloğlu (2007) iletişimi iki kişi arasındaki anlam alışverişi olarak tanımlarken, Dökmen (2008) iletişim kavramını bilgiyi üretme, bilgiyi aktarma ve bilgiyi anlamlandırma süreci olarak tanımlamaktadır.

İletişim, belirli bir anlamlı bilgi alışverişi, bir kişiden, gruptan veya kuruluştan duygusal ve entelektüel içeriğin aktarılması sürecidir. İletişim sürecinin etkili bir şekilde uygulanması, bireyin iletişimsel yeterliliğinin gelişim düzeyine, yani sözlü ve kinetik iletişimin karmaşıklığına, kendini sunma, strese karşı direnç, grup etkileşimi, işbirliği, çatışma yönetimi, etkileşim sürecinde öz-yönetim becerileri ve öz-yönetim becerilerinin

kompleksine bağlıdır (Panfilova, 2011). İletişim, bir ortamı kullanarak bilgi göndermek, diğer bir ifade ile kişinin zihni ve duyguları tarafından algılanan mesajların analiz edilerek yeni düşünce ve davranışlar geliştirmesi sistemidir (Bülbül, 2001).

### **2.1.1. İletişimin Önemi**

Kaya (2006), iletişimin önemini ve insanlara sağladığı faydaları şu şekilde sıralamıştır:

İletişim, insanların kendilerini ifade etmelerini ve birbirlerini tanımalarını sağlar.

İletişim, insanların fiziksel ve sosyal çevreye uyum sağlamasına yardımcı olur.

İletişim, bilgilendirmeyi ve donanımı sağlar.

İletişim, insanları etkilemek ve onları bir davranışa yönlendirmektir.

İletişim, insanlar arasında dostluklar ve dostluklar kurmanın yolunu açar.

İletişim, insanların olumlu düşünmesini ve hareket etmesini sağlar.

İletişim insanları ikna etmeye ve etkilemeye yardımcı olur.

İletişim, insanları zihinsel olarak olumlu etkiler ve hedeflere ulaşmada motive olur.

İletişim, halkların birliğini ve ortak eylemini sağlar.

İletişim, bireylerin davranış, tutum ve değer yargıları oluşturmaya yardımcı olur.

### **2.1.2. İletişim Süreci ve Öğeleri**

İletişim, insan yaşamının ayrılmaz bir parçasıdır. İnsanların bir araya gelip bir arada yaşamasının en temel koşulu iletişimdir. Bu temel gerekliliğin yanı sıra, toplumsal düzen adına sağlıklı iletişim kurmak da önemlidir. Sağlıklı bir iletişim kurma, ortak bir alan oluşturma ve bilgi alışverişini sağlamakla oluşturulur (Zillioğlu, 2007).

İletişim kavramı, öncelikle bir süreci ifade etmektedir. Bu süreç belirli faktörleri içerir. Bu faktörler; kaynak (gönderici), mesaj (ileti), kanal, alıcı (hedef), geri bildirim (feedback) olarak sınıflandırılmaktadır.

#### **2.1.2.1. Kaynak (Gönderici)**

Kaynak, kişinin bir kaynaktan diğerine aktarmak istediği duygu, düşünce ve bilgileri depolayan bir unsurdur. Gönderici kavramı canlı veya cansız kaynak olabilir. Örneğin, sosyal medya, gazete gibi kaynaklar, bilgiyi başka bir alıcıyla paylaşmak isterse, onu ileti haline getirerek sözlü, yazılı veya mimik gibi semboller aracılığıyla kodlamaktadır (Oskay, 1992).

Gönderici, mesajın içeriğine karar veren kişidir. Mesajın içeriğinin belirlenmesi belirli koşullara bağlıdır. Göndericinin psikolojik süreçte oluşturduğu bilgi, duygu, düşünce veya tutum karşı tarafa kelimeler, sayılar, semboller, şekiller ve davranışlar şeklinde iletilir ve iletişim süreci başlar. Göndericinin alıcı için yaptığı her şeye iletişim sürecinde kodlama denir. Kodlama işlemi, hedeflenen alıcının anlayabileceği şekilde yapılırsa, iletişim sürecinin başarılı olduğu söylenebilir. Başarılı iletişimin, gönderenin mesajı iletme yeteneğiyle çok ilgisi vardır. Alıcı gönderilen mesajı doğru algılayabiliyorsa başarılı bir iletişim süreci olduğunu söyleyebiliriz (Topaloğlu, 2019).

### **2.1.2.2. Mesaj (İleti)**

Mesaj, iletici bireyin soyut düşünce, duygu gibi durumlarını alıcılara aktarmasındaki aracı sembollerdir. Mesaj çoğunlukla bu sembolleri içinde barındırır ve aynı anda birden fazla sembol içerebilir. Kişinin alıcının hedeflediği davranış farklılığını algılayabilmesi için kaynağın alıcının anlayabileceği semboller içermesi yani aktarımı alıcının anlayabileceği, anlaşılabilir şekilde kodlaması gerekir (Yetişkin, 2016).

Gönderici tarafından oluşturulan sözlü veya sözlü olmayan imgelerdir. Sözel ve yazılı olarak aktarılabilen kelimeler, sayılar, şekiller ve resimler, çeşitli çizimler, bedensel duruşlar ve hareketleri, çeşitli işaretler, jest ve beden taklitleri gibi semboller bir arada kaynak tarafından farklı şekillerde kodlanmış ve belirli bir anlamı olan bilgileri oluşturmaktadır. Bu doğrultuda ileti, kaynağın alıcıya göndermek istediği bakış açısına vekâlet eder. Bu açıdan etkileşim sürecinin en önemli faktörlerinden birini meydana getirir (Erdoğan, 2006).

Mühim olan mesajın içeriğidir. Mesaj içeriği üzerine yapılan birçok araştırma, mesajların gruplandırılması ve anlamlarına odaklanmıştır. Öte yandan, alan çalışmaları bilgi içeriğinin etkisini incelemektedir. Sözlü veya sözlü olmayan mesajlar, aslında göndericinin iletişim sürecinden ne beklediğinin bir ifadesidir (Gibson, 1976. Akt. Topaloğlu, 2019).

### **2.1.2.3. Kanal**

Alıcı tarafından iletilen mesajın alıcıya ulaşabilmesi için en az bir kanaldan iletilmesi gerekir. İletişim sürecinde kanal, mesajı alıcıya iletme için mesajın kullanılma şeklidir. Kanallar beş duyumuz tarafından algılanır ve tanımlanır. Gönderici, duyumlarımızdan en az birini kullanarak mesajı alıcıya iletir. Göndericinin sözlerine, konuşurken veya herhangi bir ifade biçiminde jest, yüz ifadeleri ve vücut hareketleriyle

eşlik etmek anlamayı kolaylaştırır (Oskay, 1992).

Mesajın göndericiden alıcıya iletilmesini sağlayan araçtır. Bu araç dil veya kitle iletişim araçları olabilir. Bir kanal, bir gönderici tarafından bir alıcıya düzenlenen mesajları iletmeyen nesnel bir yoldur. Ana kanallar ses dalgaları, radyo dalgaları, ışık dalgaları, telefon hatları, sinir sistemi ve benzerleridir ( Bıçakçı, 2002). Ayrıca bilgisayar, telefon, mektup, telgraf, radyo ve faks gibi basılı yayınlar, tiyatro, film gibi görsel sanatlar, televizyon ve radyo gibi elektronik kitle iletişim araçları; elektronik posta, internet, disketler, CD, DVD gibi diğer bilgi teknolojisi ürünleri günümüz iletişim araçlarını oluşturmaktadır. Başarılı iletişim için tüm kanalların açıklığı ve sağlıklı işlemesi çok önemlidir (Kılıçaslan, 2014).

#### **2.1.2.4. Kodlama**

Kodlama, dilin nasıl kullanıldığıyla ilgilidir. Dili oluştururken kullandığımız her kelimenin bireyin yaşamında soyut veya somut bir karşılığı vardır. Gönderici, alıcıya iletmek istediği mesajı anlaşılır bir işleme dönüştürür. Bu duruma kodlama denir. Her mesaj kodlanmış olarak gönderilir. Kodlama, bir mesajı işaret haline dönüştürmektir. Kodlama, göndericinin duygu, düşünce ve bilgilerini alıcının sembolik olarak anlayabileceği şekilde gönderme işlemidir. Kodlama sözlü, sözsüz, grafik, resimler, jestler ve mimik olarak en çok kullanılan dil ile yapılır. Bazı iş gruplarında ve özellikle bilimsel alanlarda özel kodlar bulunmaktadır (Kılıçaslan, 2014).

#### **2.1.2.5. Kod Açma**

Mesajı gönderen alıcının işlem sürecidir. Açık kodun alıcısı, doğru iletişim için önemli olan dilin özelliklerinin çok farkındadır. Literatürden elde edilen bilgilere göre kodlamanın çözümlenmesi; düşüncelerin, bilgilerin, tutum ve değerlerin, duyguların, yani bilginin kodlanmasıyla alınan bilginin anlamının zihinde algılanması olarak ifade edilebilir (Topaloğlu, 2019).

Ortak bir dilin kullanılması, sosyal ilişkilerin en önemli özelliklerinden biridir. Bu gereklilik, kodlamada kullanılan kelime ve cümlelerin herkes tarafından kolaylıkla anlaşılabilmesi nedeniyle ortaya çıkmaktadır. Biraz daha açık ifade etmek gerekirse, Türkçenin konuşulduğu ve anlaşıldığı yerde İngilizce konuşmak, yani farklı dillerde kelime ve cümlelerden oluşan bir kod oluşturmak, bireyin bu kodlamayı anlayamamasına yani kodların çözülmesine neden olacaktır (Eroğlu, 2007).



#### **2.1.2.6. Alıcı (Hedef)**

İletişim deseninin bir tarafında bir gönderici, diğer tarafında bir alıcı bulunur. Alıcı, gönderenin mesajını göndermek istediği yerdir. Gönderen tarafından iletilen iletiyi en az bir duyu organı aracılığıyla algılayan alıcının, iletinin içeriğinde yer alan kodlamayı tanımlaması, yorumlaması ve anlamlandırması gerekmektedir. Bu aşamada iletişim sorunları ortaya çıkar (Kılıçaslan, 2014).

Eğer alıcı, mesajı vericinin mesajına aktardığı anlamları benzer şekilde anlamlandırmışsa, herhangi sorun yaşanmamaktadır. Ancak, alıcı vericinin mesajını vericinin aktardığı şekilden farklı anlamlandırmışsa, iletişim sorunu ortaya çıkabilir. İletişimsel problemlerin temel nedeni, göndericinin mesajı hazırlarken kullandığı kodlara alıcının sahip olmaması veya mesajı anlamak için gereksiz araçları tercih etmesidir (Kılıçaslan, 2014).

#### **2.1.2.7. Dönüt (Geri Bildirim)**

Göndericinin amacı, alıcının mesajın içeriğini en yüksek doğruluk derecesinde algılamasıdır. Alıcının mesaja (uyarıcıya) verdiği tepki de bu amacın ne kadar başarılı olduğu olarak anlaşılır. Alıcının iletiye verdiği reaksiyona dönüt denir. Alıcının ne anladığını ve algıladığını açıklayan sözleri, sorduğu soruları, mesajı alır iken yaptığı jestler, mimikler, göndericiye mesajın ne kadar iyi anlaşıldığına dair ipuçları verir. Söz konusu durumlarda bu özelliklere dikkat edilerek kişiler arasında etkili iletişim kurulabilirken bu durumda belirli ayrıntılara çok fazla odaklanmak bu süreci zorlaştırabilir ve geriye götürebilir (Yetişkin, 2016).

Geri bildirim, iletişim sürecinin en temel unsuru olan alıcının gönderene verdiği yanıtıdır. Alıcının mesajı doğru algılayıp algılamadığı geri bildirim sürecinde ortaya çıkar. İletişimde her zaman geri bildirim olmayabilir. Geri bildirim, mesajın nasıl gönderildiğine ve koda bağlı olarak olumlu veya olumsuz olabilir. Etki sonucunda verilen geri bildirim, alıcı tarafından alınan bilgilerin zihinde anlaşılması ve analiz edilmesinden sonra "geri besleme" veya "feed back" olarak adlandırılır. Alıcının alınan bir mesaja verdiği olumlu veya olumsuz yanıt olarak da adlandırılır. Başka bir deyişle, alıcı bir tür tepki veya geri besleme gelinceye kadar iletişim süreci devam eder (Dawling, 1998; Akt. Topaloğlu, 2019).

### 2.1.2.8. Gürültü

İletişimin kalitesini etkileyen bir faktör olarak tanımlanmaktadır. İletişimin başarılı ve verimli olması için mesajın iletildiği kanalın açık ve parazitsiz yani gürültüden uzak olması iletişimin başarısı için çok önemlidir. Bu bağlamda Eroğlu'nun (2007: 280) belirttiği gibi "gürültü, kaynak ile alıcı arasındaki mesaj alışverişi sırasında kanalda meydana gelen karışıklık ve iletişim esnasında engellemeye yönelik istenmeyen durumlar" denilebilir. Geniş bir tanımlamaya göre, gönderilen mesajla alınan mesaj arasındaki farkın nedeni gürültüdür.

Gürültü, dört farklı nedenden kaynaklanır: fiziksel gürültü, fizyo-nörolojik gürültü, psikolojik gürültü, sosyokültürel gürültü:

**Fiziksel Gürültü:** Konuşmayı engelleyen uçak gürültüsü, radyo ve telefonlardaki gürültü, ağlayan çocuklar, telefizyondaki görüntü geçişleri, metindeki silinen veya alıcı tarafından bilinmeyen işaretler vb.

**Fizyo-Nörolojik Gürültü:** Zihinsel bozukluklar, görme bozuklukları, işitme ve konuşma bozuklukları, kısacası kodlama ve kod çözme sistemlerindeki veya merkezlerindeki doğal sorunlar, yorgunluk ve açlık gibi durumlar.

**Psikolojik Gürültü:** Göndericiye veya alıcıya yönelik olumsuz tutumlar, örneğin zihinsel durum, şiddetli heyecan, sevinç, korku, önyargılar vb.

**Sosyal-Kültürel Gürültü:** Bireylerin kültürel ortam ve yaşantıları, bilgi düzeyleri ortasındaki farklılıklar vb. gibi (Özden, 2011).

### 2.1.4. İletişim Türleri

Burada yazılı iletişim, sözlü iletişim, sözsüz iletişim, kişinin kendisi ile iletişimi ve iletişim türleri açıklanmıştır.

#### 2.1.4.1. Yazılı İletişim

Zaman ve yer sınırlarını büyütülerek, insan iletişiminin en etkili yolu yazılı iletişimdir. Ekonomik ihtiyaçlarla ortaya çıkan kurumsal, sosyal ve kültürel ilişkileri etkiler (Zıllıoğlu, 2007).

Yazılı iletişim, bilgi ve deneyimleri korur, gelecek nesillere aktarır ve bu birikimler aracılığıyla ileri medeniyetlerin oluşmasına yardımcı olur. Sözlü iletişimde nedensellik öne çıkarken, yazılı iletişimde kavramsal bütünlük öne çıkmaktadır. Yazılı iletişim yoluyla gelecek nesiller, önceki nesillerin bilgi ve deneyimlerinden yararlanabilir. Kişilerarası

ilişkilerde iletişim ve güvenlik sağlar. Bu, iletişimin zaman ve mekan sınırlarını aşan ilk iletişim türüdür (Tayfun, 2007).

Yazılı iletişim eskiden ağaçlarla, duvarlarla, taşlarla yapılırken zamanla yerini kağıt ve baskıya devretmiştir. Kağıdın ve matbaanın icadı ile yazılı iletişim, kişiler arasındaki ve kitlesel anlamda iletişim araçlarını genişletmiştir. Yazılı iletişim uzaklık sorununu ortadan kaldırmıştır. Dergi, gazete gibi kitle iletişim araçları geniş bir kitleye ulaşarak geniş bir imaj kazanmıştır. Günümüzde mesajların saklanması ve iletilmesi için kullanılan kağıdın yanı sıra, mesajları hafızasında saklayan, istendiğinde görüntüleyen, faks modem üzerinden mesaj gönderip alan bilgisayarlarla yazılı iletişimde de kullanılmaya başlanmıştır (Bıçakçı, 2000).

#### **2.1.4.2. Kişinin Kendisi İle İletişimi**

Bir birey düşünerek, duyguları hissederek, ihtiyaçların farkına vararak, sorgulayarak, öz eleştiri yaparak, hayal kurarak kendi ile iletişim kurar. Kısaca bireyin kendisiyle kurduğu bir iletişim diyebiliriz. Bu durumda birey hem gönderici hem de alıcı konumundadır. Birey çevresiyle etkileşime girmeden önce kendisi ile iletişim kurar (Dökmen, 2008).

Bireyin iç dünyasında yaşadığı etkileşim ve kendisiyle kurduğu iletişimidir. Kişilerarası iletişim, bireyin kendi kendine konuşması, rüya görmesi, iç çatışmalara tepkiler üretmesi, düşünmesi ve farklı duygular yaşaması ile oluşur. Bir insan diğer bireylerle iletişim kurduğu gibi kendi kendisiyle de iletişim kurabilir. Kişi kendi iç dünyası ile iletişim halindedir ve kendisine mesajlar gönderir. Bu mesajlara uygun tepkiler üretir ve belirli tutum ve davranışlar geliştirir. Birey iç dünyasında kendisiyle iletişiminde tüm iletişim öğelerini kendi kendine sağlamaktadır (Ayseli, 1997). Bireyin iç dünyasındaki etkileşimler, onu güdüleyen, motivasyon sağlayan, gereksinimleri doğrultusunda kendi kendisini anlama sürecidir (Karaca, 2016).

#### **2.1.4.3. Sözel İletişim**

Dil aracılığıyla bireyler duygu, düşünce ve bilgilerini birbirlerine iletebilirler. Sosyal bir varlık olan insan, dil aracılığıyla sosyal olarak bir arada kalabilir. Sözel iletişimin alt boyutlarından biri olan konuşma aracılığıyla sosyal ilişkiler düzenlenebilir ve belirlenebilir. İnsanlar kendilerini başkalarıyla konuşarak, ilişki kurarak, etkileşimde bulunarak, aracılık ederek ve anlaşarak ifade eder ve bu dil aracılığıyla insanlara

toplumsal varlık adını alır (Eriş, 2012).

Sözlü iletişim, konuşma ve dinlemeyi içerir. Sözlü iletişim, fiziksel çekicilik, beden duruşu, jestler ve mimikler gibi kavramları oluşturan vücut dili, bireyin eğitim, yaş, yakınlık derecesi gibi kim olduğunu ifade eden faktörler, ısı, ışık, gürültü gibi çevresel faktörler, duyma ve konuşma gibi bireyin fiziksel sağlığını etkileyen faktörler ve kültür gibi faktörler tesir etmektedir (Taşoğlu, 2009).

Sözlü iletişimde etkili duygu, düşünce ve mesajlar için belirli kurallar vardır. Bu kuralları şu şekilde sıralayabiliriz:

Konuşurken ağızdan değil burundan nefes alma.

Yoğun, hızlı, yerinde ve sakin bir şekilde soluk alma.

Ksirasında göğüs boşluğundan, diyaframdan nefes alma.

Nefes alırken konuşmama.

Kelimeleri doğru, açık ve anlaşılır bir şekilde dile getirme.

Hatasız, açık, anlaşılır cümleler kurma.

Vurgularken kelimelerin ve cümlelerin anlamlarına göre hareket etme.

Konuşulan konu ne ise ona uygun tonda, saygılı bir şekilde konuşma.

Konuşma esnasında akışı bozacak durumlardan kaçınma.

Konuşulan konunun ötesine çıkmama.

Konuşurken göz teması kurma.

Konuşmaya uygun jesti mimik uyumu yapma.

Aynı konuları ve aynı cümleleri sürekli tekrarlamama.

Yerel ağız ve argo sözcüklerden kaçınma.

Konuşurken gereksiz sesler çıkarmama.

Gereksiz ayrıntılara girmeme.

Yeterli bir ses tonu ile konuşma (Sever, 1998).

#### **2.1.4.4. Sözel Olmayan İletişim**

Sözsüz iletişim, iletişimde söz veya metinlere ihtiyaç duymadan duygu ve

düşüncelerin iletilmesidir (Acar, 2007). Sözsüz iletişim ile sözlü iletişim daha net ve anlamlı hale gelir. Sözcüklerin söylenişi, sözsüz iletişimin gerçek anlamını gösterir (Tayfun, 2007). Sözsüz mesajlar, kastedilenin gerçek duygularını ve içeriğini aktarmada sözlü mesajlardan daha etkilidir (PaşalıTaşoğlu, 2009). İnsanlar söylediklerinden çok nasıl söylediklerine dikkat ederler (Harris, 2002). Sözsüz iletişimin yapısını, işlevini ve önemini anlayan ve etkili bir şekilde kullanan kişiler, günlük veya profesyonel yaşamlarında daha etkili, sağlıklı ve kolay iletişim kurabileceklerdir (Tayfun, 2007).

İletişim süreci, sadece kelimeler, semboller veya yazışmalar yoluyla iletilen bilgi, düşünce ve duyguları içermez. Aynı zamanda insan vücudunun kendisi de önemli mesajların iletiildiği ortamdır. İnsanlar sözlü olarak iletişim kurmadan önce vücut hareketleriyle iletişim kurarlardı. Bedensel hareketler yoluyla insanlar düşüncelerini, duygularını, arzularını, ihtiyaçlarını ve ruhsal zenginliklerini başkalarıyla paylaşırlar. Günümüzde de çok karşılaşılan iki kelime somebody (birisi) ve nobody (hiç kimse)'dir. Bu iki kelimenin içeriğindeki body kelimesi beden anlamına gelmektedir. Beden olmadan varlık olmaz (A. Baltaş ve Z. Baltaş, 2014).

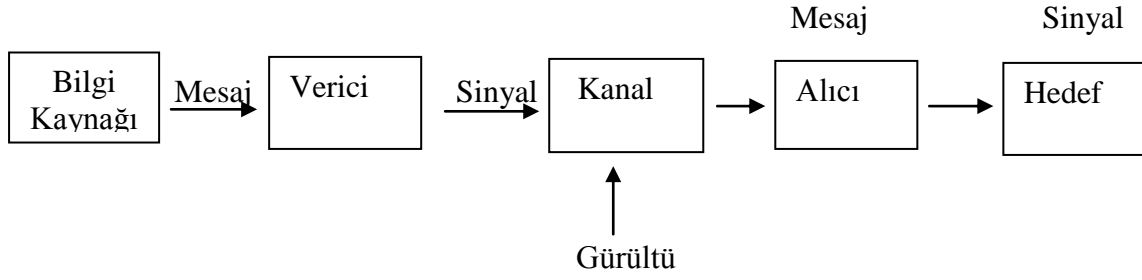
#### **2.1.4. İletişim Modelleri**

##### **2.1.4.1. Aristo Modeli**

M.Ö. 4. yüzyılda yaşayan Aristo, iletişimi bir disiplin olarak kabul etmiştir. Aristo'nun kişilerarası iletişimi üç temel unsurdan oluşur: "konuşmacı", "mesaj" ve dinleyici. Bu modele göre, konuşmacı mesajını başkalarının anlayabileceği şekilde kodlar ve gönderir. Bu modelde iletişim süreci, alıcının mesajı yorumlamasıyla sona erer. Bu model çift yönlü olarak oluşturulsa da bu modelde geri bildirim yoktur (Tutar ve Yılmaz, 2001).

##### **2.1.4.2. Shannon ve Weaver Modeli**

Shannon ve Weaver (1963), çok sayıda sinyalin en uygun şekilde nasıl iletileceği sorusunu sorarak ve matematikten esinlenerek karmaşık yapılar olmadan basit bir doğrusal iletişim modeli geliştirdiler. Bu modele göre iletişim, mesajların gönderilmesidir. Modelde bir fonksiyonel olmayan gürültü ve beş ana fonksiyon faktörü yer almaktadır.



*Şekil 1: Shannon ve Weaver Modeli*

Şekil 1’de verilmiş olan altı faktör için bilgi kaynağı; söz, yazı gibi iletiler arasından gönderilecek olanı seçilir. Seçilen mesaj verici tarafından kanala ayarlanır ve bir sinyale dönüştürülür. Alıcı bu sinyalleri yeniden şekillendirir ve hedefe iletir. Bu iletişim modelinde üç temel problem düzeyinden bahsedilmektedir (Shannon ve Weaver, 1963; Akt. Koser, 2019). Bunlar:

*Semantik problemler:* Kabul edilebilir bir göstergenin hangi sembollerle yüklenebileceği sorularak semantik problemler aranır. Göndericinin göndermek istediği mesajın gerçek anlamının.

*Performans Sorunları:* Kabul yönelimi, hangi performans endeksinin sağlandığı meselesidir. Alıcı yönelimini, alıcı etkisini içerir.

*Teknik Sorunlar:* İletişim simgeleri neyle açıklanabileceği sorusu sorularak iletişim süreci boyunca iletişim simgelerinin eksiksiz ve tam istenilen biçimde gönderilip gönderilmesi ile ilgili olan sorunları içerir.

*Anlamsal Sorunlar:* Kabul edilir bir gösterge hangi simgelere yüklenebilir sorusu sorularak anlamsal problemler aranır. Göndericinin göndermek istediği mesajın gerçek anlamının karşı tarafta etkili olup olmadığı kontrol edilir.

*Etkililik Sorunları:* Kabul görme anlamında yönelim, hangi etkili gösterge ile sağlanacak etki problemidir. Alıcının yönlendirilmesini, üzerinde bırakılan etkiyi içerir (Shannon ve Weaver, 1963; Akt. Koser, 2019).

#### **2.1.4.3. Gerbner Modeli**

Gerbner (1956), iletişimin dinamik bir sosyal süreçte gerçekleştiğini vurgulamıştır. Bu modele göre iletişim doğrusaldır ve algılama üzerine çalışmalar incelemiştir. Gerbner'in modeli yatay ve doğrusal olmak üzere iki basamakta incelenebilir. Yatay boyut, bireyin dış dünyada neler olup bittiğini algılamasıyla başlar ve bu algılanan olayın başka bir kişiye iletilmesi dikey boyutu oluşturur. Bu süreçte algılanan ve iletilen olaylar yeni biçimler ve içerikler kazanır. Bu modelde anlamın nasıl oluştuğuna dair bir açıklama yapılmadığı gibi üzerinde durulmamaktadır (Akt. Koser, 2019).

#### **2.1.4.4. Lasswell Modeli**

Lasswell (1958) iletişimi bir mesaj aktarımı olarak görür. “Kim? Neyi? Hangi kanalla? Kime? Hangi etkiyle?”- sorusundan yola çıkarak bir iletişim modeli oluşturmuştur. Bu modelde iletilerin anlamından daha çok alıcı üzerinde oluşturduğu etki önemlidir. Bu modelde iletişim bir ikna sürecidir ve gönderilen her mesajın alıcı üzerinde bir etkisi olduğu düşünülür (Akt. Azimi, 2021).

#### **2.1.4.5. Riley-Riley Modeli**

Riley ve Riley (1951) iletişim modellerini oluştururken bu sürecin sosyal bir yapı içerisinde yer aldığını bu sebeple de iletişim sürecini sosyolojik bakış açısıyla açıklamaya çalışmışlardır. Mesajı gönderen veya alan kişilerin sosyal yapının bir parçasını oluşturduğunu bu kişilerin kan bağıyla ilişkili olduklarıyla birincil grup, kan bağı olmayanların ise arkadaş çevresi, iş çevresi, okul çevresi gibi ikincil grup olan toplulukların içerisine ait olduklarını söylüyorlar. Bu modelde iletişim süreci ile sosyal süreç arasında çift taraflı bir ilişkidir. Sosyal süreç iletişim sürecini etkiler aynı zamanda etkilenmektedir. Bu modeldeki sosyal gruplar hem iletici hem de alıcı üzerinde etkileri vardır (Akt. Azimi, 2021).

#### **2.1.4.6. Newcomb Modeli**

Newcomb (1953) tarafından oluşturulan iletişim modeli denge üzerinde kuruludur. Bu modele göre iletişim bilginin aktarımıdır. Bu modelde ilk kez sosyolojik açıdan iletişimin önemi vurgulanmış ve iletişimin sosyal ilişkilerdeki rolü üzerinde durulmuştur. Bu modelde herhangi bir dengesizliğe yer verilmemektedir (Akt. Koser, 2019).

#### **2.1.4.7. Jakobson Modeli**

Jakobson (1960) tarafından oluşturulan bu model mesajların iletimi ile ilgililenmesi ve mesajların anlamının nasıl oluştuğunu açıklamaya çalışması bakımından diğer modellerden farklılık göstermektedir. Altı temel öğeden oluşur: gönderen, bağlam, mesaj, alıcı, temas ve kod. Gönderici mesajı alıcıya gönderir. Bağlam, mesajın tanımladığı şeydir. İletişim, gönderici ve alıcı arasındaki bağlantıdır. Kodlar, alıcılar ve ileticiler tarafından mesaj oluşturmak için kullanılan sembollerdir.

#### **2.1.4.8. Westley ve Maclean Modeli**

Bu model, Newcomb'un ABX modeline dayalı olarak oluşturulmuştur. Bu

modelde, gönderici ne göndermek istediğini seçer ve mesajı alan ve o mesajla ilgili geri bildirimde bulunan alıcıya iletir. Bu modelde, gönderici ve alıcı arasında neyin nasıl iletileceğine karar veren üçüncü bir unsur vardır (Westley ve Maclean, 1957; Akt. Azimi, 2021).

### 2.1.5. İletişimi Kolaylaştıran Etmenler

Sağlıklı bir iletişim sürecinin gerçekleşmesi için çeşitli unsurlar gereklidir. İletişim her insan için farklı bir süreçtir. Empati becerileri, kabullenme, dinleme aşamaları, iletişimi etkileyen doğru ve uygun tutumlar kişiden kişiye farklılık göstermektedir (Yılmaz, 2008).

Aşağıda iletişimi kolaylaştırabilecek faktörler ayrıntılı şekilde açıklanmıştır:

**Kabul.** Güçlü ve etkili iletişimin temel koşulu kabul etmektir. İletişim sürecini desteklemek ve ilerletmek için insanların fizyolojisinin, psikolojisinin ve özelliklerinin eleştirel olmayan kabulü gerekir. İnsanların birbirlerini değiştirmek istemeden, sevgi ve saygı çerçevesinde birbirlerine gönül vermeleri bir kabul işaretidir. Kabul edildiğini anlayan insan sevildiğini de fark eder (Yavuzer, 2003). İletişimin etkili olabilmesi için insanların birbirlerine değerli olduklarını hissettirmeleri gerekir. İnsanlar birbirlerinin fikirlerini doğrudan veya dolaylı olarak özümseyemeseler bile onların özlerini kabul etmeleri gerekir. Mübadele sırasında birbirini dinleyen bireylerin sürekli eleştirilerinden oluşan mesaj; "Benimle birlikte olduğunuz ve bazı şeyleri anlayamıyor ve akıl yürütemiyorsunuz." Bu anlayışla iletişim insanları demoralize edebilir, saygı ve sevgi duygularını zedeleyebilir (Gökçe, 2006).

**Dinleme.** Dinleme yeteneği iletişim sürecinin en önemli unsurudur. İnsanlar iletişim kurarken kendi ifade sıralarının gelip mesajını aktarmak için değil anlaşabilmek için iletişim kurmalıdır. Dinleme becerileri zayıf olan insanlar zamanla toplum tarafından dışlanabilir. Etkili bir dinleyici olmak odaklanma, güç ve özen ister. Ne yazık ki, çoğu insan bu süreçten kendini anlamak için değil, bir sonraki adıma nasıl tepki vereceğini bulmak için geçer. Bu durum, kurulan iletişim için olumlu sağlık sonuçları üretmez (Adair, 2004).

**Empati.** Kişilerarası ilişkiler, insanların birbirlerini doğru anlamaları, tanımlamaları ve yorumlamaları için empati gerektirir. Empati kurmak kadar önemli olan, karşıdaki kişiye empati duymasını sağlamaktır. Empati, hem yapanlara hem de yapılanlara yarar sağlar. Empati kuranlar, düşüncelerinde ve deneyimlerinde zayıf ve güçlü yönler görürler, ancak empati kuranlar onları değerli ve anlaşılabilir olarak görürler. Empatik ve kibar insanların toplumda sevilme ve kabul görme olasılıkları daha yüksektir (Türk, 2013).



**Fiziki Dinleme.** İnsanlar günlük iletişimde dillerini kontrol ederek denetleyebilirken, beden dillerini kolayca kontrol edemezler. Çünkü beden dili ortaya çıkabilecek herhangi bir duruma tepki verebilir. Yüz yüze iletişimde duygu ve duyguları kelimelerle veya cümlelerle gizlemek mümkün iken beden dili ile gizlemek neredeyse imkansızdır (Baltaş ve Baltaş, 2014). Beden dilimiz en iyi duruşumuzu yansıtır. Gündelik yaşamın içinde kurduğumuz ilişkiler için fiziksel duruşlar geliştiririz. İletişimde görünüm, iletişimin amacına göre farklı anlamlar taşır (Erdoğan, 2006). Herhangi bir iletişim başlamadan önce kurulan göz teması, izleyicide empati kurma ve odaklanma arzusu yaratır. Bir konuşmanın sonunda kurulan göz teması, samimi bir ilişki hakkında geri bildirim istemek ve dinleyici tepkilerini ölçmek için bir fırsat yaratır (Gökçe, 2006).

**Dürüst Olmak.** Sosyal hayatın iniş çıkışlarını yaşayan insanlar, mevcut duygu, düşünce ve düşüncelerini iletişim yoluyla doğrudan ifade etmekte zorlanabilirler. Konuşma anında, başkalarının duymak istediklerini hayal kırıklığına uğratmayan bir cümle kurarız. Ancak iletişimin kalitesini korumak ve etkin kılmak için dürüstlük, candanlık ve saygı çok önemlidir (Gökçe, 2006).

### **2.1.6. İletişim Becerileri**

Bireyler mantıklarını kullanarak diğer canlı türlerinden farklı bir konumdadır ve gerektiğinde duygu ve düşüncelerini bireye iletebilme becerisine sahiptir. İnsan varoluşundan bu yana iletişim ve etkileşim içinde bulunarak, çaba, düşünce, kültür ve uygarlık düzeyini geliştirerek günümüz uygarlık düzeyine ulaşmalarına yardımcı olmuşlardır. Bireyin sosyalleşmesi için çevresiyle sürekli iletişim ve etkileşim halinde olması gerekir. Bu gereklilik nedeniyle aynı amaç ve hedeflere sahip bireyler ortak gruplar oluşturur (Gülbahçe, 2010).

İletişim sayesinde bireyler birbirlerine kendilerini anlatma fırsatı bulurlar. Birbirleriyle iletişim kurma ihtiyacı, sosyal yapının kaçınılmaz bir parçasıdır. İletişim, nasıl ilişki kurulacağını ve ortak bir hedefe nasıl ulaşılacağını bilme ihtiyacı nedeniyle vardır. Bireylerin çevreleriyle iletişim kurmalarının birincil nedeni, sağlıklı iletişim kurabilmeleridir (Gülbahçe, 2010).

Diğer bireyler ile sağlıklı ve dengeli ilişki kurmayı bilen bireylerin duygusal açıdan güven duydukları, olayları ve durumları olması gerektiği şekilde yorumlayabildikleri ve diğer bireylerde olduğu kadar kendileriyle de dengeli ve sağlıklı iletişimler kurabildikleri bilinmektedir (Bilen, 1995).

İyi bir anlaşma iyi bir iletişim becerisi demektir. Kişi kendisini ne kadar iyi sunarsa ve ne kadar etkili iletişim becerileri kurarsa, kendisini ve karşıdakini o kadar iyi anlar ve böylece sağlıklı ilişkiler kurulur (Akkaya, 2018).

#### **2.1.6.1. Sözlü İletişim Becerileri**

Duyguların, fikirlerin, isteklerin sözlü ifadesi ve kişiden kişiye iletişim, iletişim becerilerinde önemli bir yer tutar. Sözlü mesajlar, güçlü iletişim becerilerine ve kendini ifade etme becerisine sahip kişiler tarafından doğru zamanda doğru yerde kullanıldığında kişilerarası iletişimde kalıcı bir yönlendirici güce sahiptir (Şişman, 2016).

Başarılı sözlü iletişim kurmak için sözlü iletişim ilkelerinin bir beceri haline gelmesi gerekir. Etkili sözlü iletişim için konuşmacılar, ifade etmek, paylaşmak, duygularını, düşüncelerini, kavramlarını ve izlenimlerini en kolay anlaşılır şekilde seçmeli ve bunları uygun yollarla başkalarına iletmekten sorumlu olmalıdır. Kullanılan kelimelerin kendileri için ne anlama geldiğini anlamak ve kelimeleri verenin zihninde olması gerektiği gibi anlamak alıcının sorumluluğundadır. Bu nedenle iletişim sorunları yaşamamak için konuşma gibi etkinliklerde ve dinleme gibi alıcı etkinliklerde belirli bir düzeyde yetkinliğe ulaşılması istenilir (Saraç, 2006).

##### **2.1.6.1.1. Konuşma Becerileri**

Konuşma, kişiler arası iletişimi sağlayan ve ifade için kullanılan bir işaretler sistemidir. Konuşma, konuşmacının düşüncelerinin dil ve ses biçiminde iletişim kanalları aracılığıyla iletilmesidir ve bu olguyu, tepkilerini kontrol ederek, başkalarıyla ilişki kuracağını varsayarak ve bir veya daha fazla kişiyle anlaşmaya vararak geliştirir (Yüksel, 2013). Konuşma, duygu, düşünce ve arzuların karşıdaki bireye görünür ve işitsel öğeler aracılığıyla iletilmesi işlevidir (Ekici, 2013). Konuşma dil aracılığı ile gerçekleşir ve taraflar arasında en basit ve en etkili fikir, bilgi ve duygu alışverişi dil aracılığıyla gerçekleşir (Alkan, 2013).

Konuşma doğuştan gelen bir olgudur, ancak konuşmanın temelini oluşturan dil becerileri doğumdan sonra edinilen bir beceridir. Bu nedenle konuşma becerisi pratikle kazanılır (Ekici, 2013). Konuşma; ses, telaffuz, söz edimi, kelime hazinesi ve üslup olarak sayılabilecek beş öğeden oluşur. (Yüksel, 2013). Başka deyişle konuşmanın; sesin perdesi, tınlaması, boğumlaması, şiddeti, ritmi ve temposu gibi sözel olmayan faktörleri de vardır. Bilinçsizce, duygu ve fikirler sözel olmayan unsurlarla iletilir. Bu faktörler, ne

söylediğimiz önemli değil, nasıl söyledikimiz, kim olduğumuz ve nasıl hissettiğimiz hakkında çok şey söylüyor (McKay vd., 2012).

#### **2.1.6.1.2. Empati Kurma**

Empati kelimesinin kökü Yunanca'da "empathia"dır. İngilizce "empathy" kelimesi bu kelimedenden gelir. Empati; bireyin kendini karşısındaki birey olarak algılaması, duygu ve düşüncelerini olduğu gibi algılama yeteneğidir (Dökmen, 2015).

İletişim kurarken, insanlar diğer kişinin onları anlamasına ve kendilerine değer verildiğini hissetmesine ihtiyaç duyar. Söz konusu duyguyu hissettiklerinde, iletişimleri rahat ve kolaydır. Empati kurarken dikkat edilmesi gereken konu, empati kurmak isteyen bireyin, kendi duygu ve düşüncelerini mevcut duruma katmadan, sadece karşısındakinin fikir ve duygularını hissetmeye çalışmasıdır (Atan, 2016).

#### **2.1.6.2. Sözsüz İletişim Becerileri**

İletişimde konuşma süreci, kişinin davranışlarına ilişkin farkındalık yaratmak, bireyler veya topluluklar arasındaki iletişim bağlarını geliştirmek, toplulukta bir iletişim kanalı olarak iletişimin sürekliliğini sağlamak için kullanılır. Günümüzde iletişimin sadece "dil" sayesinde gerçekleşen bir süreç olmadığını, farklı unsurların da var olduğunu dikkate almak gerekir. Diğer bir bakımdan, sözlü iletişimde ima edilen anlam, sadece konuşmanın içeriğini değil, aynı zamanda insanların etkileşimde bulunduğu ve birbirleriyle iletişim kurduğu ortam ve koşulları da dikkate almalıdır. Pek çok kişinin sözlü iletişim becerileri ve yazılı iletişim becerileri karşılaştırıldığında sözlü iletişimi yazılı iletişime tercih ettikleri düşünüldüğünde, ses tonunu işitip tanımlayabilme, vücut dilini anlama gibi sözel olmayan iletişim faktörlerini tanımlayabilmesinde önemini daha da arttırdığı söylenebilir. Sözsüz iletişim ile ilgili çalışan bilim insanları tarafından farklı boyutlar adı altında sınıflandırılmaktadır (Erkuş ve Günlü, 2009).

##### **2.1.6.2.1. Dinleme Becerisi**

İletişimde başarılı olmak ve hissetmek için dinlemek önemlidir çünkü işitmek sadece fiziksel bir aktivitedir, duymak ise dinlerken bilinç ve farkındalığın varlığıdır. Dinlemek faal bir davranıştır. Dinleyici dinler ama dinlemezse, sözel iletişimde kopukluk, kesintiye neden olur. Dinleme becerileri, doğumdan sonraki yaşamda öğrenilmesi ve kazanılması gereken ve geliştirilmesi gereken beceri türlerinden biridir (Cüceloğlu, 2008; Cihangir-Çankaya, 2011).

### **2.1.6.2.2. Yazma Becerisi**

Yazılı iletişim, kişilerin aynı yeri ve zamanı paylaşmasını gerektirmediği için haberleşmenin sınırlarının çoğalmakta olan bir iletişim türü olarak kabul edilmektedir. Göndericiden gönderilen mesajların yazılı hale aktarılmadan önceki mesajı incelenerek revizyonlar yapılabilir. Bu durumda göndericinin gönderdiği mesajı alıcıya doğru bir şekilde iletebilmesi için yazılı belgenin noktalama işaretlerine, yazım yanlışlarına uygun şekilde yazılması, anlam karmaşası yaratan gereksiz kelimeler kullanımının engellenmesi, yanlış bilgilerin açıklanmasından kaçınılması gibi hususlara dikkat edilmelidir. Kişilerin yazı yazma becerisini geliştirebileceği için yazılacak konu önceden belirlenmeli ve araştırılmalı, yazının içeriğinde kullanılan kelimeler özenle bulunmalı, önce yazı araştırması yapılmalı, yazılmalıdır. Dil bilgisi kurallarına dikkat ederek ve takip ederek, daha fazla okuyarak ve araştırarak, diğer bilim adamlarının nelere dikkat ettikleri hakkında ön bilgi sahibi olunması gerekir (Şişman, 2016).

### **2.1.6.2.3. Beden Dilini Kullanma Becerisi**

Beden dili, insanların ihtiyaç, istek ve düşüncelerini kelimeler kullanmadan, ellerini ve kollarını hareket ettirerek, farklı duruşlar ve farklı vücut hareketleri kullanarak ifade etmek için kullandıkları bir iletişim türüdür (Üstünel, 2011). Kültüre bağlı olarak bireyler tarafından farklı şekillerde kullanılmaktadır. Bireyler his, iletişimi sağlarken bilerek ya da bilmeden bedende jest ve yüz ifadeleri, çeşitli geleneksel kültür türlerini, kullanarak bedeni sayesinde anlatmak istediklerini karşısındakine mesaj şeklinde iletirler. Kişi ilgi duyduğunda, kişilere veya olgulara baktığında göz bebeklerinde büyümenin oluşması, gerginlik ve stresten dolayı yüzünün kızarması çaresiz ve bilinçsizce yapılan bir eylemdir. Ancak iletişim sırasında sadece beden dilini okuyarak yorumlamak yanlıştır. Beden anlatmak istediği ile tavırların, bakışın ve hareketlerin hepsinin beraber göz önünde bulundurulması yorumlanmasıdır. Ters durumda ise bir hata ile karşılaşılır (Silkü, 2008).

Bir kişi diğeriyle yüz yüze geldiğinde, başlangıçta otuz saniye ile üç dakika arasındaki süre iletişim için çok önemlidir. Zira bahsi geçen zaman aralığında iletinin hangi şekilde iletildiğinin değil, nasıl iletildiği, bahsi geçen süreç kapsamında ses tonunun ve beden dilinin sarf edilen kelimelere oranla dokuz kat fazla etkilidir (Arıkan, 2005).

### **2.1.7. İletişim Becerilerini Etkileyen Faktörler**

İletişim becerilerini etkileyen faktörler ise; Aile faktörü, arkadaşlık ilişkileri, sosyo-

ekonomik düzey, kitle iletişim araçları ve eğitim olmak üzere bu başlıklar altında açıklanmıştır.

#### **2.1.7.1. Aile Faktörü**

Ailede kurulan sağlıklı iletişim, bireyin kişiliğini geliştirmede etkilidir ve çevresiyle olumlu ilişkiler kurmasını sağlar (Türkel, 2010). Bireyin sosyalleşmesi ailede başlar, bu nedenle aile üyeleri iletişim kurmaya, birbirlerine saygı duymaya ve dinlemeye zaman ayırmakta, diğer bir deyişle ebeveyn etkileşimi önemli bir rol oynamaktadır (Kandır ve Orcan, 2011). Bireylerin birbirine saygı ve sevgi göstermediği, hatta şiddetin yaşandığı bir aile ortamında iletişim beklenemez.

Bu, bireyler arasındaki bağların kopmasına, yani çatışmaya yol açar. Bunlardan kaçınmak için aile üyeleri, destek, sevgi ve saygı ortamının farkında olmalı ve bir ortam oluşturmalıdır. Böylece bireyin yetişkinlik döneminde öğrendiği davranışlar okul ve akran gibi ortamlarda etkili olmaktadır (Özer, 2011).

#### **2.1.7.2. Arkadaşlık İlişkileri**

Bu, yaşlıları tarafından kabul edilenlerle iyi geçinmeyi ve bir gruba uyum sağlamayı öğrenen bireylerin kişilik özelliklerinin olumlu değerlendirilmesi, sorunları, duyguları, çatışmaları paylaşmayı ve bunları nasıl çözeceklerini öğrenmeleri anlamına gelir. Ayrıca dostluk ilişkileri, özgüvenin gelişmesine, sadakat ve cesaret duygusunun gelişmesine, toplumsal olarak yasaklanmış konuların özgürce tartışılmasına ve işbirliğinin öğrenilmesine olanak sağlar (Avcı, 2006).

Doğan'a (2009) göre yeni bilgiler, bir grupta rol alma, davranışları özümseme ve buna göre uyum sağlama, bireyin daha kolay iletişim kurduğu bir arkadaş çevresinde öğrenilir. Paylaşım, eğlence, işbirliği, sorumluluk, dayanışma, sosyal hayatı ve görgü kurallarını öğrenme gibi alanlarda arkadaşlıkların gelişmesinde yani bireyin sosyalleşme tarafında önemli olduğu ve kendisinin geliştiği ve uyum sağladığı gösterilmiştir.

#### **2.1.7.3. Kitle İletişim Araçları**

Kitle iletişim araçlarının davranış ve toplum üzerinde birey üzerinde olumlu ya da olumsuz bir etkisi olabilir. Kitle iletişim araçları, kullanım amacına ve süresine bağlı olarak bireylere fayda sağlayabilir. Ancak bireylerin sosyal hayatlarını sınırlayabilecek ve onları toplumdan uzaklaştırabilecek sonuçları da göz ardı edilmemelidir (Topaloğlu, 2019).

İletişimsizlik ve iletişimde bilgi, beceri ve ifade düzeylerinin gizlenmesi gibi

sosyal, kültürel ve fiziksel yaşam özelliklerinin kolaylıkla sanal kedileri daha çekici hale getirmesi gerekir. Sosyal hayatta arkadaş edinme ve ilişkilerini sürdürmede eksiklikleri veya güçlükleri olan bireylerin başarısız deneyimleri, sosyal hayattan çekilmelerine neden olabilir.

Popüler kitle iletişim araçlarından biri olan cep telefonu ile iletişim, yüz yüze iletişimde istenileni ifade edebilmek, beden dilini kontrol edebilmek için sosyal etkileşim becerileri gerektirdiğinden olumsuz durumları ortadan kaldırmakta ve bireyler için rahat bir ortam oluşturmaktadır. ve ses tonunu kontrol edin. Öte yandan Uslu'ya (2007) göre, bireylerin karşı tarafla mesaj iletirken duygu, düşünce, istek ve ifadelerini aktarma şekli, dilin bozulmasını da engeller ve güzel sözleri etkili bir şekilde söylenmesini de engeller.

#### **2.1.7.4. Sosyo-Ekonomik Düzey**

Birçok çalışmada sosyoekonomik düzeyi düşük ailelerde çocuk sayısının fazla olduğu fark edilmiş olup, onların çocuklarıyla daha az vakit geçirdikleri, video oyunları oynayarak daha az vakit geçirdikleri ve çocuklarıyla daha az vakit geçirdikleri söylenebilir. Ailelerinkinden daha az olgunlaşmalarına göre başarılar için ödüller. Ortalama sosyo-ekonomik düzeyde veya üzerinde. Bu nedenle sosyal gelişimdeki bozulmaların ve bilinçsiz ebeveyn davranışlarının bireyin sosyal ve akademik başarısını etkilediği sonucuna varılmıştır (Ogbu, 1988; Akt. Türkel, 2010).

Sosyo-ekonomik düzey arttıkça kendini kabul, bireysel, toplumsal ve genel uyum düzeyi de artar. Ayrıca bireylerin yaşadıkları yerleşim yerlerinin büyüklüğüne bağlı olarak uyum derecelerinde farklılıklar olabilmektedir (Bilge, 1997; Akt. Topaloğlu, 2019). Ailenin yetişmesi, çevre desteğinin olmaması, arkadaş çevresinden dışlanma, ekonomik yetersizlik gibi sosyal, çevresel ve ekonomik faktörler nedeniyle bireyler, iletişim becerilerini olumsuz etkileyen sosyal ortamlara katılmaktan kaçınma eğiliminde olabilirler. Bu sebepten sosyo-ekonomik düzey doğrudan ve dolaylı olarak iletişim becerileri ve uyum düzeyi üzerinde etkendir.

#### **2.1.7.5. Eğitim**

İletişim becerileri ve sosyal adaptasyon, bireyin yaşamı boyunca sürekliliği, sosyalleşmeyi, sürekli öğrenmeyi, eğitimi ve kişisel gelişimi ve kişilerarası ilişkiler kurma ve sosyal ve iletişim becerilerini geliştirme becerisine bağımlılığı temsil eder. Sosyalleşme, “sosyal norm ve değerleri içselleştirerek toplumun bir üyesi olmayı öğrenme ve toplumsal rolleri yerine getirmeyi öğrenme süreci” olarak tanımlanmaktadır (Marshall, 1999; Akt.

Koser, 2019).

Eğitim alanında sağlıklı iletişim olmadığı sürece başarı sağlanamaz. İster okul hayatında, ister daha sonra mesleki veya sosyal hayatta, anlaşılmak, başarılı olmak ve hedeflerimize ulaşmak için iletişime önem vermeliyiz. Herkes iletişim kurar ama etkili iletişim kurabilenler her zaman bir adım öndedir (Marshall, 1999; Akt. Koser, 2019).

### **2.1.7. İletişim Becerileri ile İlgili Yapılmış Araştırmalar**

Tok'un (2019) 305 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmasında öğrencilerin iletişim becerilerinin akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda iki değişken arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

Maraş Taşkın (2019) yüksek lisans çalışmasında Ankaradaki devlet üniversitelerinin birinde eğitim görmekte olan 434 lisans öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha iyimser olduğunu ve bu durumun toplumsal cinsiyetten etkilenen ve iki cinsiyetin farklı beklentilerle, farklı ortamlarda yetiştirildiğinden kaynaklanabildiğini öne sürmüştür. Benzer çalışma, Parmaksız, ve Avşaroğlu (2012) öğretmen adayları olan üniversite öğrencileri üzerine yapmış olduğu çalışmada erkek öğrencilerin benlik saygısının düşük olmasına ve buna karşılık kadın öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin yüksek olması durumuna ulaşılmıştır. Araştırmanın bulguların destekleyen ve farklı ölçekler ile farklı yaş gruba uygulanan araştırmalar Türkiye genelinde ve yurt dışındaki çalışmalarda bolca mevcuttur.

Erozkan'ın (2005) üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini yordayan faktörlerin saptanmasını amaçlayan, Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesinde okuyan 380 kişi üzerinde yaptığı çalışması sonucunda, üniversite öğrencilerin iletişim becerilerinin kişilerarası ilişki tarzlarının alt boyutları olan “insan severlik”, ve “duyarlılığın”; bağlanma stillerinin alt boyutları olan “güvenli” ve “korkulu” bağlanma; benlik saygısı tarafından önemli önemli ölçüde yordandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Koser ve Barut (2020) üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri, problem çözme becerileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için 300 lisans öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmada, iletişim becerileri ile problem çözme becerileri arasında önemli farklılıklar bulmuştur. Bağlanma stili alt boyutunda, iletişim becerileri ile korkulu ve odaklanmış bağlanma stilleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca üniversite öğrencilerinin yaşları ile iletişim becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. 26 yaş ve üzeri yaş grubunun iletişim becerileri puanlarının

18-20 yaş grubuna göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Toluç (2020) üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki durumunu cinsiyete göre incelemiştir. Örneklemi 250 öğrenci oluşturan bu çalışmanın sonucunda, kadınların etkin dinleme ve sözel olmayan puanları arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. İletişim becerileri, sosyal kaygı ve yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Didin (2021) öğretmen adaylarının yaşam boyu öğrenme ve iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi saptamayı amaçlayarak Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesinden 312 son sınıf lisans öğrencisi üzerinde araştırma yapmıştır. Bulgulara göre iletişim becerileri ölçeği'nin alt boyutları olan iletişim ilkeleri ile temel beceriler, kendini ifade etme, aktif dinleme ve sözsüz iletişim ile iletişim kurma istekliliği arasında bireyin cinsiyeti, eğitim türü ve sektör değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Ayrıca iletişim ilkeleri ile temel beceriler ile kendini ifade etme, aktif dinleme ve sözsüz iletişim ile iletişim kurma istekliliği arasında istatistiksel olarak yüksek pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Tepe'nin (2021) üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ile internet bağımlılığı, yalnızlık arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlayan, Mersin Üniversitesi'nin çeşitli fakültelerinde öğrenim görmekte olan 1000 lisans öğrencisi (648 kadın ve 352 erkek) üzerinde yaptığı araştırma sonucunda, yalnızlık ve iletişim becerilerinin internet bağımlılığını anlamlı düzeyde yordadığını bulmuştur. T-testi sonuçlarına göre internet bağımlılığı, yalnızlık ve iletişim becerileri açısından erkekler ve kadınlar arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Elde edilen Kruskal-Wallis sonuçlarına göre, sınıf düzeyi değişkenlerine göre internet bağımlılığı ve yalnızlık açısından anlamlı farklılıklar gözlenirken, iletişim becerilerinde anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Koçoğlu (2021), üniversite öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığının iletişim becerilerine etkisini araştırmıştır. Bulgular, üniversite öğrencileri arasında dijital oyun bağımlılığı ile iletişim becerileri arasında orta derecede anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ayrıca çalışmada dijital oyun bağımlılığı için iletişim becerileri düzeyi olumlu olarak orta düzeyde bulunmuştur. Erdoğan (2020) üniversite öğrencilerinde aleksitimi, öfke ve öfke ifade tarzları ile iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlayan, İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde okuyan 384 öğrenci ile yaptığı çalışmasının sonucu, üç değişkenin yakından ilişkili olduğunu ve daha fazla araştırılması



gerektiğini gösterdi. Öğrencilerin aleksitimi düzeylerinin, öfke ifade etme ve iletişim biçimlerinin annenin sağlık durumuna, eğitim düzeyine, genel not ortalamasına, ikamet yerine, cinsiyete ve gelir düzeyine göre farklılık gösterdiği görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin duygularını tanıma, anlama ve ifade etme becerilerinin iletişim becerilerini nasıl etkilediği ve öfkelenme biçimlerinin önemi vurgulanmıştır.

## 2.2. BENLİK SAYGISI

Benlik saygısı, sosyal düzende insanların benlik algısına ne kadar değer verdiğini belirleyen önemli bir özelliktir. Benlik saygısının sosyal beceri, iyi olm, yalnızlık ve intihar gibi pek çok önemli değişken ile arasında anlamlı bir ilişkilinin olduğu ve bir programla benlik saygısının geliştirilebileceği varsayıldığında, toplumda psikolojik danışmanlar tarafından oluşturulacak benlik saygısını artırmaya yönelik programları uygulanmaya önemi oldukça gözlenmektedir. Benlik saygısı ile ilgili toplu uygulamaların bireyin kişisel, sosyal ve bilimsel gelişimine önemli katkı sağlayacağına inanılmaktadır. Benlik saygısıyla ilişkin yapılacak grup uygulamalarının kişilerin kendilerinden daha fazla memnun olmalarına, kendilerini değerli hissetmelerine, kendilerini daha gerçekçi tanıma ve değerlendirmelerine bu sebeple bireylerin kişisel toplumsal ve bilimsel nitelikli gelişimlerine çok önemli katkı sağlayacağı düşünülmektedir (Çeçen ve Koçak, 2007).

Bir kişilik özelliği olarak benlik saygısı, zaman ve farklı durumlar içinde nispeten istikrarlı bir yapıdır. İnsanların genel olarak kendileri hakkında nasıl hissettiklerini yansıtan kişilik değişkenlerini ifade eder (Molchanova, 2015).

Coopersmith, “benlik saygısı” kavramı hakkında, bireyin kendisiyle ilgili sürekli olarak değerlendirme hali olarak tanımlamıştır (Torun vd., 2012). Benlik saygısı, benliğin duygusal olarak incelenen boyutudur (Hamarta vd., 2009). Bireyler çevresindekilerin düşüncelerini, duygularını içselleştirerek kendini değerli ve sevilebilir biçimde yorumlar. Coopersmith, benlik saygısını oluşumunda kişinin kendini tanıması gerektiğini ifade etmiştir. Birey kendini realist bir şekilde gözlemler ve kendini her koşulda kabul etmesi, kendine duyduğu saygı, sevgi ve özgüveni destekleyerek benlik saygısını oluşturabilir (Torun vd., 2012).

Benlik saygısı, bireyin sosyal hayata ayak uydurmasına destek olmaktadır. Kişi toplumda üretmek ve istikamet vermek şeklinde görevleri üstlenerek başarı duygusunu oluşturur. Başarı duygusu oluşan kişiler daha olumlu yönde ve özgüvenli olur (Yılmaz, 2016). Benlik saygısı, bireyin ne yüksek kibirle kendisini olduğundan yüksek ne de

komplekslerle olduğundan aşağıda görmeden, kendinden hoşnut şekilde yaşamasıdır. Kişi kendine bir değer atfetmeye, beğenilmeye ve diğerleri tarafından sevimliye layık görmektedir (Yavuzer, 2003).

### **2.2.1. Benlik Kavramı**

Benlik kavramı (self- concept) terimi, kişinin kendisi hakkındaki temsillerinin tamamı olarak tanımlanmaktadır. Bireyin kendisine dair genel fikri olarak da tanımlanabilmektedir. Benlik Kavramı kişinin bilişsel temsillerini kapsamaktadır. Benlik kavramı, dinamik özelliklere sahiptir. Bu kavram farklı imajları, şekilleri, prototipleri, anlayışları, teorileri, amaçları, görevleri içeren geniş bir koleksiyondur (Bilgin, 2003).

Benlik terimi bireyleri başka bireylerden ayıran özellikleri ve kendilerine verdikleri değerlerdir. Benlik, insanların ergenlik dönemine geçiş ile bireyler için daha çok önem kazanmaya adım atar ve bireyin hayatta olduğu sürece de gelişmeye devam eder (Öz ve Altunay, 2006). Her birey kendinde bulunan benliği ile diğer bireylerden farklılık gösterir ve sadece kendine ait hususi bir alan oluşturur. Hayatını sürdürmekte olan her bireyin içinde “ben olma savaşı” bulunmaktadır. İnsan benliği geliştirmede, çevresindeki insanlarla etkileşimde olabilmekle beraber kendini bir yere getirebilmek için de çok fazla çaba gösterir (Cüceloğlu, 2005).

Benlik kavramı açısından; bir şahsın kendisini hangi özellik, yetenek ve tutumlarla tanımlamasıdır (Çiftçi, 2018). Benlik kişiliğe şekillendiren, çevresel ve kalıtsal faktörlerin birleşik ürünüdür. Benlik, bireyin psiko-sosyal gelişiminde vücut bulmaktadır. Benlik'in görevleri arasında, gerçeği tanımak ve ona uyum sağlamak; dışarıdan gelen uyarıcıları algılamak, onları seçmek, muhafaza etmek, hatırlamak ve düşünmek; karşılaşılan sorunlara çözüm bulmak; kavramları değerlendirmek; geleceğe yönelik planlamak gibi görevleri var (Çeçen ve Koçak, 2007).

Benlik kavramı, insanların hayatındaki gerçek olayları, kendileri hakkındaki düşüncelerini ve hayata bakışlarını içerir (Yerlikaya ve İnanç, 2008). Benlik, bireyin kendine yönlendirdiği “Ben kimim?, Neler yapabilirim?, Benim için neler değerlidir?, Hayattan beklentilerim neler?” gibi soruların cevabıdır (Baymur, 2015).

### **2.2.2. Benlik Saygısı Kavramı Kuramları**

Benlik saygısının psikoloji tarihinde önemli bir yeri vardır ve pek çok farklı kuramcı tarafından yapılmış pek çok farklı tanımı vardır. Yapılan araştırmalar farklı kuram

ve farklı sonuçlara göre yapılmaktadır. Araştırmacıların verdiği tanımlar arasında bir uyum olmasa da benlik saygısının insan hayatının tamamında önemli bir rolü vardır (Şahin vd., 2014). Araştırmacıların tümü, benlik saygısının birçok insan için de önemli olduğunu söylüyor.

### **2.2.2.1. Temel Yaklaşım Kuramı**

Benlik saygısı kavramıyla ilgili kuramlardan en önemlisi William James'in geliştirdiği yaklaşım kuramıdır. Bu kurama göre, objektif ben ve subjektif ben kavramlarından oluşan ikili benlik, genel benliği oluşturur. James, egoyu duygusal, tanımlayıcı ve değerlendirici kategorilere ayırır ve onun birçok ilgili formülü, benlik saygısı kavramının gelişimine önemli ölçüde katkıda bulunmuştur. James'e göre, insanların benlik saygısı olmak istediklerine, yere ve pozisyona bağlıdır. Bu da kişilerin başarı ve başarısızlıklarını değerlendirmede çıkış noktasıdır (Berns, 1986).

### **2.2.2.2. Psikanalitik Kuram**

Sigmund Freud'un öncülük ettiği psikanaliz ile benlik saygısı teorisi psikolojide önemli hale geldi. Öğrenme kuramcıları ve Freud, insan ve benlik kavramlarını mümkün olduğunca mekanik bir şekilde ele alır. Öğrenme teorisyenlerine göre ödül ve cezalar, kişinin davranışı üzerinde etkili olan dış güçlerdir. Her iki teoride de bireylerin karar verme ve seçme hakları yoktur. Benlik saygısı teorisi ise kişinin hayatında doyuma ulaşmak için sürekli olarak bilinçli seçimler yaptığını savunur. İnsanların seçimi; büyüme mutluluk ve iyilik demektir (Yıldırım, 2017).

Sigmund Freud teorisinde benliği benlik, üst benlik ve alt benlik şeklinde sınıflara ayırmıştır. Haz ilkesine karşılık gelen İd' dir. Bu insanın bencil yanındır ve fizyolojik bir ihtiyaçtan dolayı vardır. Bebeklik döneminin 6-8 aylarından sonra çevresi tarafından farkedilmesiyle benlik olarak adlandırılan Ego gelişir. Ego, id ve süperego arasındadır ve orta noktayı bulmaya çalışır. Alt benlik ihtiyaçlarını karşılayamadığında ortaya çıkan stresi azalmaya yardımcı olur. Kişilerin yaşamında etkili olan ve topluma uyumunu sağlayan üst benlik olarak değerlendirilen ve benliğin sonuncu olan kavram Süperego' dur. Süperego; bireyin ailesi, öğretmenleri ve arkadaşlarından oluşan dış çevresi ile ilişkilerin bir sonucu olarak gelişir. Psikanalitik teoriye göre egosu id ve süperego arasında dengede olan insanlar sağlıklı insanlardır (İnanç ve Yerlikaya, 2011).

### **2.2.2.3. Fenomenolojik Yaklaşım Kuramı**

Rogers, fenomenolojik yaklaşım dayalı açıklamasında; benlik saygısı kavramının kişinin bireysel özelliklerini ve yeteneklerini, çevresiyle etkileşim kurma yeteneğini, maddi ve manevi değerlerini, olumsuz veya olumlu düşünce ve hedeflerini içerdiğini savunmaktadır (Berns, 1986). Rogers, insanların benliğini koruma, geliştirme, devam ettirme yönünde ihtiyaç olduğunu ortaya koyulmuş ve samimiyet, doğruluk, kişilere karşı pozitif tutum, empati gibi olumlu bireysel değişiklikler için şartların yeterli ve gerekli olduğunu ortaya koymuştur (Berns, 1986).

#### **2.2.2.4. Psikososyal Gelişim Kuramı**

Erikson'un yaklaşımı, Freud' un görüşlerinin bir devamı ve gelişimi olarak kabul edilir. Erikson'un yaklaşımına göre; ego olarak adlandırılan kişinin bilinçli benliğinin oluşmasında sosyo-kültürel değerlerin önemini vurgulamak gerekir. Erikson benliği, ego-kimlik şeklinde ele almıştır ve ona göre ego-kimlik belirli kültürlerin biyolojik ürünleridir (Çoodu, 2017).

Erikson'un psikososyal gelişim teorisine göre, bireysel gelişim 5 ayrı psikososyal aşamaya ayrılmıştır. Aşama 1; Güvensizlik ve temel güven dönemlerinde kazanılan süreklilik ve içsel kimlik duygusunun, benlik saygısının önemli bir aşaması olduğunu vurgular. İkinci aşama; bireyin karar verme, düşünme, çevresini kontrol etme ve çevresini kabul etme gibi özerk yetileri kazanabilmesinin benlik saygısı için de etkili olduğu, özerklikten utanma ve şüphe duyma aşaması olarak derecelendirilir. Üçüncü aşama, girişimciliğe başlama konusunda suçluluk duygusu olarak tanımlanır. Ebeveynler tarafından olumlu olarak algılanan girişimcilik duygusu gelişirse bireylerin kendilerine yönelik özsaygıları da artmaktadır. Gelişimin dördüncü aşamasında, insanların aşağılık kompleksiyle savaşıma istekleri başarılı olursa, benlik saygısı da yükselir. Beşinci aşama, kimlik edinmenin ergenliği kapsayan kimlik karmaşası aşamasıdır. Bu dönemde kişi aktif olarak kimlik karmaşasını yenerse, amaca ulaşma, yaşamda anlam bulma, kazanılmış roller ve özgüven açısından olumlu benlik saygısı geliştirirler (Şahin, 2019).

#### **2.2.2.5. Bireysel Psikolojik Kuram**

Benlik saygısı kavramı üzerinde çalışan bir diğer kuramcı Alfred Adlerdir. Adler'e göre; insanların kendilerine göre belirledikleri amaç doğrultusunda yaşamları süreci yaşadıklarını kendileri tarafından seçtikleri yaşam biçimi şeklinde yorumlamaları “ yaratıcı benlik” kavramını oluşturur (Challenger, 2005).

Adler, benliği değerlendirirken tüm kişiliği dikkate almıştır. İnsanlar "Ben kimim?" diye sorduklarında aşağıdaki sorulara verecekleri inançlar benlik kavramlarıdır (Gençtan, 1981). Adler'e göre benlik saygısının gelişiminde iki olumsuz durumdan söz edilmektedir. Birinci koşul "organ yetmezliği"dir; kişide belli organların orantısız görünmesi ve yetersizliğidir. İkinci durum ise "kendine hakim olmama"; insanların ailelerine ve çevrelerine göre orantısız oldukları, reddedildiklerini ve desteklenmediklerini düşündükleri duygusudur. Yetersiz olduğu onaylanmış kişiler kendisiyle barışık olabilir ama aynı zamanda öz değerlendirmelerinde gerçekçi olmayabilirler. Bu durumda ben merkezli kişilerin sosyal ilişkileri etkilenmektedir ve bu kişilerin olgunlaşması engellenmektedir (Tufan ve Yıldız, 1993).

#### **2.2.2.6. Davranışsal Yaklaşım Kuramı**

Coopersmith (1967), benlik özsaygıyı davranışsal yaklaşıma göre değerlendirirken, bireyin kendine yönelik tutumu ile açıklanan kişisel değer yargılarından bahseder. Coopersmith'e göre; Benlik saygısı, öznel deneyimlerden ve kişisel ifadelerden oluşur. Coopersmith, benlik saygısını iki kısımda ele alır. Biri, kişinin kendini tanımlaması ve kendini algılaması yoluyla ifade edilen öznel benlik saygısı, diğeri ise görünür ve açık bir davranış ifadesi olan davranışsal benlik saygısıdır. (Coopersmith, 1995). Rosenberg gibi Coopersmith de benlik saygısını üç şekilde sınıflandırır. İlk gün; özgüvenin bir sonucu olduğunu söyle. Saniyede; Olumlu öz değerlendirmeyi artıran davranışlarda kendini gösteren öz motivasyon üzerinde çalıştı. Üçüncüde; Benliğin çevreden kaynaklanabilecek olumsuz ve zararlı koşullara karşı bir koruma görevi gördüğü konusunda çalışmalar yapmıştır (Çelikel, 2019).

#### **2.2.3. Benlik Saygısının Özellikleri**

##### **2.2.3.1. Benlik Saygısı Yüksek Bireyler ve Özellikleri**

Olumlu bir benlik algısına sahip insanlar, kim olduklarını kabul ederler ve kendileri hakkında olumlu bir görüşe sahiptirler. Bu durumda birey güçlü yanlarının farkına varır ve kendine güvenir. Kendine inandığı için eksik olduğu noktalarda kendini geliştirebileceğini bilir. Benlik saygısı yüksek olan insanlar kendi yeteneklerine yüksek güven duyarlar (Yıldız ve Çapar, 2012).

Benlik saygısı yüksek olan insanlar, düşük benlik saygısına sahip olanlardan daha iyi fiziksel ve zihinsel sağlığa sahiptir. Sosyal ilişkilerde daha girişken ve dışa dönüktürler. Yüksek benlik saygısına sahip olmak mükemmellik anlamına gelmez, ancak kişi

hatalarından dolayı daha az endişeli ve depresiftir (Yavuzer, 2003). Yüksek benlik saygısı kişinin hayatında üretken, verimli diğer bir değişle işlevsel olması açısından önemlidir (Kunda, 1999). Benlik saygısı yüksek insanlar mutlu, üretken, başarılı, zorluklar karşısında boyun eğmeyen, kendilerini olduklarını gibi kabul eden, kendilerinden ve yaşamlarından memnun olan kişilerdir. Bu insanlar belirledikleri hedefe ulaşmak için çok çalışırlar ve başarabileceklerine inanırlar. Benlik saygısı yüksek kişiler, çevresiyle sağlıklı iletişim kuran ve genel olarak mutlu olan kişilerdir. Bu, kişinin psikolojik olarak sağlıklı olduğunu gösterir (Karataş, 2014).

Benlik saygısı yüksek olan kişilerin başarısızlıkla karşılaştıklarında başarısızlıklarına odaklanmadıkları, onu çözmek için harekete geçtikleri ve başarıya ulaştığı söylenebilir. Bu kişiler kendilerine değer verir, kendilerine ve hayata olumlu bakarlar (Temel ve Aksoy, 2001). Benlik saygısı yüksek olan insanlar genellikle saygı görmek isterler ve aynı zamanda bu bireyler, kendi yetenekleri, dış görünüşleri ve cinsellikleri hakkında pozitif görüşlere sahiptirler. Bireyin benlik saygısının yüksek olması, yüksek işlev görmeleri için başkaları tarafından gözlemlenmeye ve tanınmaya ihtiyacı yoktur. İltifat ve eleştiriye açıktırlar ve işleyişleri hakkında gerçekçi değerlendirmeler yaparlar. Benlik saygısı yüksek kişiler kurumlarında aktiftir ve otorite figürleriyle rahattır. Aynı zamanda bu kişiler genellikle yaşamlarından memnundurlar (Yıldız, 2012). Benlik saygısı yüksek olan insanlar ayrıca duygularını regüle edebilme konusunda güçlü bir yeteneğe sahiptir. Dürtülerini kolayca kontrol ederler. Bağımsız etkinliklere katılabilir ve yalnız zaman geçirmekten keyif alırlar. İşlerinde liderlik vasfında başarılı olabilirler. Başkalarına karşı tutumları olumlu, iyimser ve hoşgörülüdür. Değerlendirmelerini olumlu görürler, olumlu yanlarına ilişkin yatırımları yüksektir ve kendileri için gösterdikleri çaba önemlidir. (Otacıoğlu, 2000).

### **2.2.3.2. Benlik Saygısı Yüksek Bireyler ve Özellikleri**

Düşük benlik saygısı, bireyin kendisine yönelik olumsuz tutumlarını ve düşüncelerini ifade eder. Düşük benlik saygısı insanlarda birçok olumsuz davranışa yol açabilir. Düşük benlik saygısı, sigara, alkol, uyuşturucu, okuldan kaçma, suça katılım ve benzeri davranışların ortaya çıkmasında önemli rol oynamaktadır (Yıldız ve Çapar, 2010). Öte yandan bu kişilerin dini yönelimleri yüksekse bu tür olumsuz davranışlardan uzak durdukları bilinmektedir (Yıldız ve Çapar, 2010).

Düşük benlik saygısına sahip insanlar, olaylarda veya topluluklarda öne çıkmak

istememezler. Başarılı olamayacaklarına inandıkça kaygıları artar ve belli bir yere gitmekten çekinebilirler. Katılmak yerine dinleyici olarak kalmayı tercih ederler. Bu kişiler olumsuz durumlarda hayal kırıklığına uğrayabilir, tekrar denemekten kaçınabilir ve bahaneler üretebilirler. Benlik saygısı düşük olan kişiler, özgüvenlerinin düşük olması nedeniyle sosyal arkadaşlıklar kurmakta zorlanabilir ve bu nedenle sosyal bağlantıları zayıftır. Bu insanlar çok fazla olumsuz öz değerlendirmeye sahiptirler. Sonuç olarak, potansiyellerini göremezler ve olumlu özelliklerini görmezden gelirler. Ayrıca çevrelerinden gelen olumsuz yorumlardan da çabuk etkilenirler (Yavuzer, 2005).

Benlik saygısı düşük kişiler en küçük sorunları bile çözmekte zorlanırlar ve dışa bağımlıdırlar. Kendilerini değersiz görürler ve hatta edilen iltifatların doğruluğundan şüphe ederler. Gözlem altında çalıştıkları ve performans gösterdikleri durumlarda yüksek düzeyde kaygı yaşarlar (Oktan ve Şahin, 2010).

Yıldız (2012) düşük benlik saygısının genel özelliklerini şu şekilde sıralamaktadır:

Düşük benlik saygısına sahip kişiler eleştiriyi kabul edemezler.

Düşük benlik saygısına sahip kişiler, eleştirildiklerinde savunmacı ve pasif hale gelirler.

Bireyin benlik saygısı düşükse, kendi yetenekleri, dış görünüşleri ve cinsellikleri hakkında negatif görüşlerde olma olasılığı yüksektir.

Başkaları tarafından gözlemlendiğinde düşük benlik saygısı olan insanlar düşük performans gösterebilirler.

Benlik saygısı düşük kişiler tarafına gelen iltifatları kabul etmekte zorlanabilirler.

Bireyin benlik saygısı düşükse, kendinde bulunan performanslarını değerlendirmede güçlük çekerler.

Benlik saygısı düşük olan kişilerin kurumlarında pasif veya sınırlı faaliyetleri yapabilirler.

Benlik saygısı düşük bireyler otorite figürler karşısında kendini rahat hissetemez ve normal davranış göstermede güçlük çekerler.

Benlik saygısı düşük olan insanlar genellikle hayatlarından memnun değildir.

Benlik saygısı düşük kişilerin sosyal destek sistemleri zayıftır.

Benlik saygısı düşük bireyler, dış etkilere daha fazla duyarlıdır.

Benlik saygısı düşük olan insanlar yeni deneyimler edinmesinde ve etkinliklere katılmada zorluklar yaşar.

Benlik saygısı düşük bireyler genellikle karamsarlık ve aşağılık duygularına sahiptirler ve çevresindeki bireylere gereksiz ve olumsuz tepkiler gösterirler.

Kolay pes ederler.

Çoğu zaman kendilerini sevimsiz, değersiz ve önemsiz hissederler.

Başkalarıyla çekingen ve yetersiz sosyal ilişkilere sahiptirler.

Genellikle etrafındaki bireylerin gösterdiği başarılarını gözlemlerler ve sınıf, toplum içerisindeki aktivitelerde rol alamazlar.

Başkalarının olumlu yüreklendirmesine ve desteğine aşırı ihtiyaç duyarlar.

#### **2.2.4. Benlik Saygısının Gelişimi**

Bebek dünyaya ilk gözlerini açtığı anda, benlik duygusuna sahip değildir. Benlik, deneyimler ve sosyal etkileşimlerle bir süreç sonucunda zamanla gelişir. İlk doğduğunda “ben” ve “ben olmayan” arasında ayırım yapamayan bebeğin, doğumun ardından ikinci ve üçüncü aylarda bebek kendi ve dünya arasında ayırım yapabilme yeteneğine ulaşılmasıyla, benlik gelişimi başlamış olur (Sarıkaya, 2015). Benlik olgusunun oluşumu ve gelişimi, bir insanın doğumuyla başlar ve yaşam sonuna kadar devam eder. Bu dönemin en belirgin ve önemli evreleri erken çocukluk, ergenlik ve erken yetişkinliktir (Gözüylmaz, 2011).

Erken çocukluk döneminde birey için ebeveynleri, dış dünya durumundadır. Bu nedenle anne baba tutumları da bu dönemde benlik kavramının oluşmasında önemlidir. Bu doğrultuda koşulsuz sevgi ortamında yetişen çocukların güçlü ve olumlu benlikler geliştirdiği gözlemlenmektedir. Ebeveyn tarafından reddedici ve itici davranışlarla karşı karşıya kalan çocukların değersiz düşüncelere sahip olabileceği görülmektedir (Kayım ve Ayaz, 2019).

Doğan'a (2010) göre çocuklarda benlik saygısı geliştirmenin önemli maddeleri arasında aşağıdaki maddeler sayılmaktadır:

Koşulsuz sevgi göstermek

Açık taleplerde bulunmak

Dinlemeyi öğrenmek



Çocuğun varlığını kabul etmek  
Kişisel eşyalarına saygı göstermek  
Tek başına etkinlikler yapmasına izin vermek  
Sahip olduğu fikirlere saygı göstermek  
Çocuğu yetenek konusunda kabullenmek  
Yaptığı seçimlere saygılı olmak  
İçine kapanık bir kişiliğe sahipse ona yardım etmek  
Çocuklara olan sevgiyi fiziksel olarak yansıtmak  
Göz seviyesine inerek çocukla iletişim kurmak  
Çocuğa tutarsız bilgiler vermekten uzak durmak  
Duyguların paylaşımına çocuğu da dahil etmek  
Bireylerin biricik özelliklere sahip olduğu üzerinde durmak.

Benlik saygısının sağlıklı gelişiminde anne baba tutum ve davranışları çok önemlidir. Çocuklarına kötü davranan anne ve babaların davranışlarının temelinde, çocukken kendilerinin, kötü davranışlara maruz kalmaları yatmaktadır. Bu insanlar henüz sevgiye dayalı ilişkiler geliştirmeyi öğrenmediler. Ayrıca çocuklarına kötü davranan ebeveynler, sosyal öğrenme kuramcılarının göre, çocuklarına iyi davranma modelinden mahrum insanlardır. Yani bu ebeveynler, geçmiş öğrenmelerini kendi çocuk yetiştirmelerinde kullanmaktadırlar. Bu yaklaşım biçimlerinin, kendi çocuklarının benlik saygısında ciddi problemler yaratabileceği görülmektedir (Cüceloğlu,2011).

### **2.2.5. Benlik Saygısını Etkileyen Etkenler**

Benlik saygısını etkileyen birçok etken bulunmaktadır. Bunların başında aile, cinsiyet ve sosyal çevre gelmektedir. Bunların dışında, benlik saygısının gelişiminde benlik imajı, kişilik özellikleri, aile ilişkileri, depresyon, ebeveyn tutumu, yaratıcılık, benlik algısı, bilişsel ve duygusal tepkiler etkili kavramlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu faktörlerin bazıları yüksek öz saygıyla bağlantılıyken, diğerleri de düşük öz saygısı ile ilişkili bulunmaktadır

Öz saygının önemli kaynakları aşağıda sıralamıştır;

- 1.Diğerlerinin saygısı
- 2.Yeterlilik
- 3.İlk iki kaynağı kişinin kendisi için değerlendirmesi (kendilik) (Seki, 2020).

Benlik saygısını etkileyen faktörler, kültürel ve sosyal değerler, maddi durum, eğitim durumu, akademik performans, kişinin ailesinin ve çevresinin eğitim durumu, aile yapısı, aile, yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, ailedeki çocuk sayısı, beden imajı, eş ile uyum, başkalarıyla iletişim ve etkileşim biçimi, kişinin psikolojik durumu, ruhsal sorunlar, madde kullanımı, meslek durumu, kronik veya fiziksel hastalık, kendine ayrılan zaman, başkalarının ona verdiği değer, karşılaştırma derecesi - onunla bile diğerleri, amaçları nedir. Bu, kişinin kendini nasıl gördüğü gibi faktörlere bağlı olarak değişebilmektedir (Erözkan, 2009).

Demirtaş (2021) kendi çalışmasında, literatürü derleyerek, benlik saygısını etkileyebilecek etkenleri şu şekilde sıralamıştır:

**-Ailenin Desteği:** Benlik saygısının gelişimi ilk olarak aile de başlar. Ebeveynler çocuklarına destek olarak, dış dünyaya uyum sağlaması için çaba göstermektedir. Bu sebeple benlik saygısının gelişim kaynağının aile olduğu belirtilmektedir (Özmen Doğan, 2014).

**-Ailenin Beklentileri ve Tutumu:** Çocuklarını yetiştirirken yeteneklerini, ilgilerini göz ardı etmeden, bilinçli bir gözlem ile değerlendirildiği zaman benlik saygısının gelişiminde pozitif bir etki görülmektedir (Mruk, 2006).

**-Ailedeki Doğum Sırası:** Ailede ilk dünyaya gelen çocuk hangi toplumda olursa olsun, daha ilgili büyütülür. Aile de ilk ve tek çocuk olan bireylerde de benlik saygısı gelişimi olumlu yönde olmaktadır (Ekşi ve ark., 2016).

**-Ailenin Çocuğu Yetiştirme Tarzı:** Çocuk yetiştirmedeki en önemli etmen, çocuğa karşı “saygı” gösterilmesidir. Ebeveynler çocuklarına karşı güvenilebilir ve nesnel bir birey olarak rol-model olurlarsa eğer, çocuklarının benlik saygısının olumlu yönde artacağı görülmektedir (Özkan, 1994).

## 2.2.6. Benlik Saygısı İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Beşer ve arkadaşlarının (1998) çalışmasının sonucunda, kardeş sayısı az olması öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin yüksek olmasını şartladığı saptanmıştır. Kardeş sayısı azaldıkça benlik saygısının arttığı, bunun nedenininde ebeveynlerin çocuklarına ayırdıkları zamanın fazla olmasıyla çocuğun kendini daha rahat ifade etme fırsatı yakalayabilmesidir. Bunun da çocuğun benlik saygısını arttırdığı görülmüştür.

İkiz (2000) öğrencilerinin benlik saygısı, sürekli kaygı düzeyi ve akademik başarısı

arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasının sonucunda, akademik başarısını yüksek olarak algılayan öğrencilerin benlik saygısının yüksek olduğunu ve sosyo-ekonomik düzey arttıkça benlik saygısının da arttığını tespit etmiştir. Ayrıca anne ve babası tarafından, kendi kararlarının desteklendiğini ve ailesine sorunlarını rahatça anlatabildiğini ifade etmiş olan ergenlerin de benlik saygılarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ünüvar (2003) algılanan sosyal desteğin lise öğrencilerinin benlik saygısını yordama durumlarını incelediği çalışmasında, aileden ve arkadaş çevresinden alınan sosyal destek arttıkça ve annelerin eğitim düzeyi yükseldikçe öğrencilerin benlik saygılarının da arttığı sonucuna ulaşmıştır.

Avşaroğlu ve Üre (2007), üniversite öğrencilerinin karar verme ve stresle başa çıkma tarzlarını benlik saygısı üzerine incelemiş ve öğrencilerin benlik saygısının ikincil yönlerinin (benlik saygısı, imaj depresyonu, benlik saygısı, üretkenlik, kendine yeterlilik, özgüven, başarı) öz değerlendirme düzeylerini önemli ölçüde etkilemiştir. Bu bağlamda özgüveni yüksek öğrencilerin karar verirken daha özgüvenli oldukları tespit edilmiştir. Ayrıca öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri yükseldikçe “dikkatli karar verme stilini”, benlik saygısı düştükçe de “kaçıngan, erteleyici ve panik karar verme stilini” daha çok kullandıkları saptanmıştır.

Çankaya (2007) lise öğrencilerinin benlik saygılarını incelediği araştırmasında, öğrencilerin akademik başarıları ne kadar yüksekse, benlik saygısı düzeylerinin de o kadar yükseldiğini tespit etmiştir. Bu çerçevede, akademik başarısının lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin üzerinde önemli bir etken olduğu sonucuna varılmıştır.

Demiriz ve Öğretir (2007) yaptıkları çalışma sonucunda, anne veya babanın eğitim düzeyi arttıkça, çocuklarının da benlik saygısı düzeylerinin de yükseldiği ve kendine güvenlerinin de arttığı sonucu elde edilmiştir. Bu çalışmaya göre anne veya babanın düşük eğitilmiş olması çocukta düşük benlik saygısına neden olmaktadır.

Hamarta vd., (2009) yaptıkları araştırma sonucunda, düşük benlik saygısı olan bireylerde, günlük problemlerle ilişkili olarak birçok psikolojik sorun (depresyon, başarısızlık vb.) gözlemlenmiştir.

Otacıoğlu (2009) öğretmen adayları üzerinde yaptığı çalışmada diyet yapma durumu ve aile ekonomik durumunun benlik saygısını yordadığını tespit etmiştir.,

Aktaş (2011), ergenlerin anne baba tutumlarının benlik saygısına yönelik algılarının etkisini araştırdığı çalışmasında, aile gelir düzeyi arttıkça benlik saygısının da arttığını,

anne-babasını demokrat olarak gören gençlerin büyüme ve benlik saygısının arttığını bulmuştur. Ebeveynlerini koruyucu ve otoriter olarak gören çocuklardan daha yüksektir. . Özetle, çalışmanın sonuçları, ebeveynlerin algıladıkları demokratik tutum düzeyi arttıkça benlik saygılarının da arttığını saptanmıştır.

Taşgit'in (2012) üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve karar verme düzeylerinin incelenmesini amaçladığı, 1855 üniversite öğrencinin katılımıyla yaptığı araştırmasının sonucunda, cinsiyet, sınıf, aktivite ve annenin çalışma durumu incelenerek benlik saygısı ile karar verme arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Erigüç, Şener, ve Eriş, (2013) araştırmalarında iletişim becerilerinin yaş değişkenine göre farklılık göstermediğini ancak, aritmetik ortalama değerlerine bakıldığında yaşın ilerlemesiyle iletişim becerilerinin de artması durumuna saptamışlardır. Benzer çalışma, Görmüş, Aydın, ve Ergin (2013) araştırmalarında yaşlı, orta yaşlı ve genç kadınların iletişim becerilerinde herhangi bir farklılığın olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin yaş değişkenine göre farklılaşmadığını ortaya koyan araştırmalar.

Özbeç (2019) lise öğrencilerinde benlik saygısı ve beden algısı arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlayan çalışmasının sonucunda, cinsiyet, eğitim durumu, aile gelir düzeylerine göre benlik saygılarının arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığını saptamıştır.

Khaligova (2019) üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, öğrencilerin cinsiyetlerine ve aile gelir düzeylerine göre benlik saygıları arasında istatistiksel olarak anlamlı farkın olmadığını tespit etmiştir.

### **2.3. İYİMSERLİK**

İnsanların dünyaya bakışları ve olayları nasıl yargıladıkları birçok yönden ciddi farklılıklar gösterebilir. Bazı insanlar daha olumlu bir bakış açısına sahip olma eğilimindeyken, diğerleri olumsuz bir bakış açısına sahip olabilir. Olumlu bakış açısına sahip olmaya eğiliminde olan insanlar, hayattan iyi beklentileri olan iyimser insanlardır (Scheier ve Carver, 1985; akt. Çalışkan ve Uzunkol, 2018).

Bilim ve teknolojinin gelişmesi sayesinde günümüzde insanlar eskiye göre daha rahat bir yaşam sürdürmektedir. Ancak bu rahat yaşam, kişinin yeni roller ve zorluklarla karşılaşabileceği anlamına da gelebilir. Bu yeni zorluklar karşısında iyimser düşünebilmek,

çağa ayak uydurmak için önemli bir beceri olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bilim adamları iyimserlik için farklı tanımlamalar yapmaktadır. İyimserliği, tüm sorunlara, zorluklara ve strese rağmen hayatta her şeyin güzel olacağına dair güven durumu olarak tanımlayan Goleman'a (2009) göre, iyimserlik umutsuzluk, depresyon ve ilgisizliğe karşı kişisel bir savunmadır. İyimserlik üzerine yapılan araştırmalara baktığımızda iyimserliğin genetik gibi iç kaynaklarının yanında çevre, aile, okul, meslek ve öğrenilmiş davranışlar gibi dışsal kaynakları da olduğunu görüyoruz. İyimserlik, bir kişinin hayatta karşılaşılabileceği tüm zorluklara rağmen, geniş bir perspektifte işlerin iyi olacağına dair olumlu beklentilere sahip olma eğilimidir (Goleman, 2000).

Buchanan ve Seligman (1995) ise, “iyimserlik” kavramını; bireylerin yaşadıkları olumsuz olayları değerlendirme aracı olarak değerlendirir. Bu yaklaşımla, iyimserlerin, olası olumsuz olayları açıklarken dış koşulları göz önünde bulundurduklarını, sürekli değişen dış nedenleri aramaya meyilli olduklarını, kötümserlerin ise olası kötü sonuçları içsel, statik ve küresel nedenlerle açıklamaya çalıştıklarını iddia ederler. (Peterson, 2000). Kişilik gelişimi açısından baktığımızda iyimserlik koruyucu bir faktör olarak tanımlanmaktadır (Kararımak, 2007). Ayrıca, iyimser bir tutumun eylemdeki rolü oldukça önemlidir (Balcı ve Yılmaz, 2002). Çünkü iyimser insanlar kötü olaylardan, umutsuzluktan ve suçluluktan uzak dururlar (Kesken ve Ayyıldız, 2008).

İyimserliğin insanlar üzerinde başarı, sağlık gibi birçok etkisi vardır ve onlar için motivasyon sağlar. Örneğin, iyimserler; meslek hayatında daha çok çalışmak için motive olabilen, daha çok tatmin olan, moral ve beklentileri yüksek, olumlu amaçları olan, zorluklar karşısında pes etmeyen, kişisel kusurları daha az olan, fiziksel ve zihinsel açıdan daha canlı insanlar olabilmektedirler (Özkalp, 2009).

Başka bir açıdan bakıldığında ise, bireylerin hayata karşı pozitif bir bakış açısına ve iyimser yüklemelere sahip olmaları, insanların mutluluklarına ve yaşam doyumlarına katkı sağlayabilir (Hırlak ve ark., 2017). İyimserler, karşılaştıkları zorlukların ve sıkıntıların kendi hatalarından değil, mevcut koşullara bağlı olduğunu görürler. (Seligman, 2007). Bu insanlar; kendilerini kötü olaylardan, umutsuzluktan ve suçluluktan uzak tutarlar. (Kesken ve Ayyıldız, 2008). Herhangi bir kötü ve başarısızlık durumuyla kavuştuklarında, durumu zayıf yönleriyle açıklamak yerine, değişken çevresel faktörlere ve özelliklere odaklanırlar. Ancak iyimserliğin, her şeyi toz pembe görmek ve hayalprestlik anlamına gelmediği de unutulmamalıdır (Kaya ve Zerenler, 2014).

### 2.3.2. İyimserlik ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Gençoğlu (2006), 623 üniversite öğrencileri ile öğrencilerin iyimserlik seviyeleri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yaptığı araştırmasında; iyimserlik düzeyi yüksek olan öğrencilerin aile ilişkileri, kendini gerçekleştirme, sosyal ilişki, sosyal norm ve duygusal kararlılık düzeylerinin iyimserlik düzeyleri düşük olan öğrencilere göre yüksek olduğu, iyimserlik düzeyi yüksek olan öğrencilerin nevrotik, antisosyal ve psikotik eğilim düzeylerinin de diğerlerine göre düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Açıkgöz (2006), üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ile iyimserlik tutumları ve öz yetkinlik algılamaları arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlayan araştırma yapmıştır. Örneklemini Ankara Üniversitesi'nde eğitim alan 170 öğrenci oluşturan bu araştırma sonucunda; öğrencilerin öz yetkinlik ortalamaları arasında cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farkın olmadığı, iyimserlik puan ortalamaları arasında ise anlamlı bir farkın olduğu, erkek öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin kız öğrencilerinkinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Uğurlu (2011) genel sağlık ve zihinsel sağlık ile iyimserlik ve karamsarlığın ortasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla, 254 öğrenci ile yaptığı araştırma sonucunda; iyimserliğin genel ve zihinsel sağlığı pozitif yönde ve anlamlı olarak etkilediğini, karamsarlığın ise negatif yönde ve anlamlı olarak her iki bağımlı değişkenini de yordadığını tespit etmiştir. Araştırmada bulgularında, iyimserlik ve karamsarlık her iki cinsiyet üzerinde de benzer etkiler oluşturduğu da saptanmıştır.

Sapmaz ve Doğan (2012), Sakarya Üniversitesinde lisansöğrenimine devam etmekte olan 206 öğrenci ile öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin yaşam doyumu ve mutluluk üzerindeki etkileyici rolünün belirlenmesi amaçlayan çalışmalarında; öğrencilerin iyimserlik düzeyleri ile mutluluk ve yaşam doyumu ölçekleri arasında alınan puan arasında pozitif yönde etkileşim olduğunu tespit etmişlerdir.

Taşkın (2019) tarafından yapılmış araştırma sonucu sınıf, ailenin geliri ve baba eğitim durumu değişkenleri ile iyimserlik düzeyleri açısından araştırmanın bulgularını desteklerken anne eğitimi değişkeni ile iyimserlik düzeyleri arasında anlamlı farkın olduğu yorumunu yapmıştır. Şahin (2015) araştırma yaptığı üniversite öğrencilerin iyimserlik düzeyleri ile ailenin ekonomik durumu ve anne-babanın eğitim durumu değişkenlerine farklılık göstermezken, sınıf değişkenine göre anlamlı farkın olduğu durumuna saptamıştır.

Öztürk ve Çetinkaya (2015) üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile

tinsellik, iyimserlik, kaygı ve olumsuz duygu düzeyleri arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacı ile, 875 Eğitim Fakültesi öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile iyimserlik, tinsellik, kaygı ve olumsuz duygu düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur.

Özer ve Zencir (2017), üniversite öğrencilerinin iyimserliği ile iş fuarına katılım ve iş arama davranışları arasındaki ilişkide öz-yeterliğin aracı rolünü belirlemek amacıyla 140 üniversite öğrencisi üzerinde bir araştırma yapmışlardır. Ayrıca, iş fuarlarına katılma ile iyimserlik ve iş arama arasındaki ilişki öz-yeterlik tarafından yönetilmiştir.

Hırlak vd. (2017), iyimserlik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi saptamak amacı ile İktisat Fakültesinin farklı bölümlerinde eğitim gören 344 öğrenci ile yaptıkları araştırma sonucunda; iyimserlik ölçeği puanı ile yaşam doyumu ölçeği puanı arasında orta düzeyde pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğunu, demografik özellikleri ile anlamlı bir ilişkinin olmadığı sonucuna varılmıştır.

Demir ve Murat (2017). Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumlarının incelenmesi amacı ile, Gaziantep Üniversitesi'nde eğitim gören 687 öğretmen adayı ile gerçekleştirdikleri çalışmanın sonucunda, iyimserliğin amaçladığı bölümde okuyup/okumama, algılanan anne-baba tutumları açısından anlamlı farklılık gösterdiği, iyimserlik, yaşam doyumu ve yaşam anlamı değişkenlerinin mutluluk puanlarındaki toplam varyansın %45,6'sını açıkladığı sonucunu elde etmişlerdir.

Özer ve Zencir (2017) 140 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmalarının sonucunda, kariyer iyimserliği ve kariyer fuarlarına katılma ile iş arama davranışı arasındaki ilişki istatistiksel açıdan önemli bulunmuştur. Ayrıca, kariyer fuarlarına katılma ve iyimserlik düzeyi ile iş arama arasındaki ilişki, öz-yetkinliğin aracılık ettiği tespit edilmiştir.

Başak-Ergün ve Can (2018) 495 düşük gelirli ailelerden gelen üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışma sonucunda, öz duyarlılık ve sosyal bağlılığın iyimserliği, iyimserliğin de psikolojik dayanıklılığı doğrudan ve anlamlı şekilde etkilediğini tespit etmişlerdir. Öz duyarlılık ve sosyal bağlılığın iyimserlik aracılığı ile psikolojik dayanıklılığı yordadığı görülmüştür.

Günay ve Çelik (2019), iyimserlik ve psikolojik iyi oluşun incelenmesi amacı ile, çalışma evrenini 293 öğrenci oluşturan araştırma sonucunda, öğrencilerin iyimserlik ve psikolojik iyi oluşlarının kariyer stresini yordadığı, iyimserliğin güçlü bir şekilde

psikolojik iyi oluş durumunu etkilediği sonucuna varılmıştır.

Parmaksız, İ. (2019) iyimserlik, özgecilik ve medeni durumun psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkilerinin saptanmasını amaçlayan, örneklemini 389 yetişkin oluşturan araştırmasında yapılan regresyon analizinin sonucu, katılımcıların iyimserliklerinin, özgeçici davranışlarının ve medeni durumlarının psikolojik dayanıklılığı yordadığını göstermiştir.

Çelik (2020) iyimserlik, umut, bölüm uygunluğu ve istihdam edilebilirliğin kariyer uyumunu etkileme gücünü saptamak amacıyla, 576 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırması sonucunda, kariyer uyumu ile iyimserlik, umut, istihdam edilebilirlik ve bölüm uygunluğu değişkenleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkinin olduğu saptanmıştır.

Asan ve Dilmaç (2020) öğretmen adaylarının mizah tarzları, kişilik ve iyimserlik düzeyleri arasındaki yordayıcı ilişkilerin tespit edilmesini amaçlayan araştırmalarının sonucunda, öğretmen adaylarının kişilik özelliklerinin artmasıyla iyimserliklerinde de artış olacağı, kişilik özelliklerinin artmasıyla mizah tarzlarının da artacağı ve iyimserliklerin artmasıyla mizah tarzlarında da artışın gerçekleşeceği sonucuna ulaşılmıştır.

Erdoğan (2021) çalışmasında iyimserlik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide akademik başarının aracılık rolünü saptamaya çalışmıştır. Örneklemini 435 yüksekokul öğrencileri oluşturan bu çalışmanın sonucunda, iyimserlik, akademik başarı ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu, iyimserlik ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide akademik başarının kısmi aracılık rolü oynadığı görülmüştür. Ayrıca öğrencilerin iyimserlik düzeyleri arttıkça akademik başarılarının da arttığı ve buna bağlı olarak hayattan daha fazla doyum aldıkları tespit edilmiştir.

Dursun (2021) üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşunda, yaşamda anlam, iyimserlik ve umudun rolünü saptamayı amaçladığı, 984 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmasının sonucunda, tüm değişkenlerin öznel iyi oluşu anlamlı olarak etkilediği görülmüştür, yani yaşamda anlama sahip olma, iyimserlik ve umudun, öznel iyi oluş ile olumlu ve doğrudan ilişkili olduğu ve değişkenler içerisinde iyimserliğin en güçlü yordayıcı olduğunu tespit etmiştir.

Dursun (2021), üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarında anlam, iyimserlik ve umudun rolünü belirlemeyi amaçlamıştır. Pozitiflikle doğrudan ilişkili olduğu ve iyimserliğin değişkenlerin en güçlü yordayıcısı olduğu belirlendi.



## BÖLÜM III

### YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, araştırma grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve veri analizine yer verilmiştir.

#### 3.1. ARAŞTIRMA MODELİ

Bu araştırma nicel bir araştırmadır. Mevcut durumların tespiti için ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli halihazırda ya da geçmişte olan durum veya olayları olduğu gibi betimlemeyi maksat edinmiş bir yaklaşımdır. Tarama modelleri birden fazla parametrenin birlikte değişimin varlığını ve ne düzeyde olduğunu belirlemeyi amaçlayan bir modeldir (Karasar, 2014). Bu durumun yanında, incelenen bireylerin veya nesnelerin, kendi şartları içerisinde ve oldukları gibi betimlenmesi ve tanımlanması amaçlanır ve bunun yanısıra bu model durum ve olaylara ilişkin katılımcı tutumlarının ve fikirlerinin tespit edildiği bir modeldir (Büyüköztürk, 2010).

#### 3.2. ARAŞTIRMANIN ÇALIŞMA GRUBU

Araştırma grubun 2020-2021 eğitim öğretim yılında Türkiye'deki Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Kırgızistan'daki Kırgızistan-Türkiye Manas üniversitesi ve Oş Devlet üniversitesinde lisansöğrenimini sürdürmekte olan öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırma grubu demografik bilgilerle ilgili bulgular tablo 2.1'de verilmiştir.

Tablo 3.2.1. Araştırma grubuna ilişkin tanımlayıcı bulgular

				TOPLAM	
	Grup	N	Yüzde %	N	Yüzde %
Cinsiyet	Kadın	233	63.0	370	100
	Erkek	137	37.0		
Yaş	17-19 yaş	131	35.4	370	100
	20-23 yaş	169	45.7		
	24-26 yaş	70	18.9		
Okuduğu Üniversite	Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi	203	54.9	370	100
	Kırgızistan-Türkiye 'Manas' Üniversitesi	67	18.1		

	Kırgızistan Oş Devlet Üniversitesi	100	27.0		
<b>Sınıf</b>	1.sınıf	74	20.0	370	100
	2.sınıf	123	33.2		
	3.sınıf	86	23.2		
	4 .sınıf	87	23.5		
<b>Kardeş Sayısı</b>	Tek çocuk	75	20.3	370	100
	2 kardeş	70	18.9		
	3 kardeş	96	25.9		
	4 ve üzeri	129	34.9		
<b>Aile Ekonomik Durumu</b>	Yüksek	33	8.9	370	100
	Orta	214	57.8		
	Düşük	123	33,2		
<b>Baba Eğitim Durumu</b>	İlkokul	40	10.8	370	100
	Ortaokul	81	21.9		
	Lise	114	30.8		
	Lisans	95	25.7		
	Lisans üstü	40	10.8		
<b>Anne Eğitim Durumu</b>	İlkokul	64	17.3	370	100
	Ortaokul	89	24.1		
	Lise	82	22.2		
	Lisans	94	25.4		
	Lisans üstü	41	11.1		

Tablo 2.1 'e göre, araştırmanın örneklemini oluşturan öğrencilerin 233'ü (% 63.0) kadın ve 137'i (%3) erkektir. Yaş değişkenine göre, 131'i (%35.4) 17-19 yaş aralığında, 169'u (%45.7) 20-23 yaş aralığında ve 70'i (%18.9) 24.26 yaş aralığında olan öğrencilerdir . Okuduğu Üniversite değişkenine göre bakıldığında, katılımcıların 203'ü (%54.9) Kırşehir Ahi Evran Üniversite öğrencileri, 67'i (%18.1) Kırgızistan-Türkiye 'Manas' Üniversitesi öğrencileri ve 100'ü (%27.0) Kırgızistan Oş Devlet Üniversitesi öğrencileridir. Öğrencilerin sınıflarına bakıldığında, 1.sınıftan 74 (%20.0) öğrenci, 2.sınıftan 123 (%33.2) öğrenci, 3.sınıftan 86 (%23.2) öğrenci ve kalan 87 (%23.5) öğrenci 4.sınıfta okumaktadır. Kardeş sayısı değişkenine göre, araştırmanın örneklemini oluşturan öğrencilerin 75'i

(%20.3) tek çocuk, 70'i (%18.9) 2 kardeş, 96'sı (%25.9) 3 kardeş ve 129'u (%34.9) 4 kardeş ve üzerinde olanlardır. Aile ekonomik durumu değişkenine göre, katılımcıların 33'ü (%8.9) yüksek gelirli, 214'ü (%57.8) orta gelirli, 123'ü (%33.2) düşük gelirlidir. Baba eğitim durumu değişkenine göre, katılımcıların %10.8'i (n=40) ilkokul, %21.9'u (n=81) ortaokul, %30.8'i (n=114) lise, %25.7'si (n=95) lisans ve %10.8'i (n=40) lisans üstü mezunu olduğunu belirtmişlerdir. Anne eğitim durumu değişkenine göre, katılımcıların %17.3'ü (n=64) ilkokul, %24.1'i (n=89) ortaokul, %22.2'si (n=82) lise, %25.4'ü (n=94) lisans ve %11.1'i (n=41) lisans üstü mezunu olduğunu belirtmişlerdir.

### **3.3. VERİLERİN TOPLANMASI**

Öncelikle ölçeklerin Google Form üzerinde elektronik şekli oluşturulmuştur. Hazırlanmış form internet aracılığı ile hedef kitleye gönderilip uygulanmıştır. Ölçeklerin ilk sayfalarında soruları nasıl cevaplandıracaklarına dair bilgiler bulunmasına özen gösterilmiştir. Araştırmada Kırgızistan- Türkiye 'Manas' Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında ve Kırgızistan Oş Devlet Üniversitesi Psikoloji alanında lisansöğrenimine devam etmekte olan öğrencilerin Türkiye Türkçesini bildiklerin göz önünde bulundurarak veriler alınmıştır.

Google Form üzerinde oluşturulan araştırma ölçeklerinin internet aracılığı ile linkini gönderildiği sırada güvenilirliği zedelememek için mecburlayıcı olunmamış ve öğrencilerin gönüllülüğü esas alınmıştır. Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Kırgızistan - Türkiye 'Manas' Üniversitesi ve Kırgızistan Oş Devlet Üniversiteleri öğrencilerine 10.02.2022- 18.03.2022 tarihleri arasında ölçekler, araştırmacılar tarafından genel olarak bilgiler verilerek uygulanmıştır.

### **3.4. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI**

Araştırma verilerinin toplanmasında, demografik bilgiler için araştırmacı tarafından belirlenen Kişisel Bilgi Formu, öğrencilerin iletişim becerilerini ölçmede kullanılan Ersanlı ve Balcı (1998) tarafından geliştirilen İletişim Becerileri Envanteri (İBE), Arıca (1999) tarafından geliştirilen Benlik Saygısı ölçeği ve yine araştırmacı tarafından kullanılan Balcı ve Yılmaz (2002) tarafından geliştirilmiştir İyimserlik ölçeği aracılığı ile toplanmıştır.

#### **3.4.1. Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmacı tarafından oluşturulmuş bu formda ilk başta tez çalışması ile ilgili bilgi

verilmiştir ve katılımcıların demografik bilgilerini (yaş, cinsiyet, okuduğu üniversite, sınıf, kardeş sayısı, aile ekonomik durumu, baba eğitim durumu, anne eğitim durumu) içeren sorulara yer verilmektedir.

### **3.4.2. İletişim Becerileri Envanteri (İBE)**

Ersanlı ve Balcı (1998) tarafından bireylerin kişilerarası ilişkilerde sahip oldukları iletişim beceri düzeylerinin belirlemesi amacıyla 45 maddeden oluşan İletişim Becerileri Envanteri geliştirilmiştir. Bu envanter; iletişim, davranışsal, bilişsel ve duygusal boyutlarını ölçmede kullanılmaktadır. Envanter, Likert tipte geliştirilmiştir ve envanter içerisinde bulunan sorular; her zaman (5), genellikle (4), bazen (3), nadiren (2), hiçbir zaman (1) şeklinde derecelendirilmektedir. Test yarılama yöntemiyle yapılan çalışma sonucunda testin güvenirlik katsayısı .64, test tekrar test çalışma sonucunda güvenirlik katsayısı .68 olarak bulunmuştur (Akın, 2011). Ölçekten alınan puanın yüksek olması öğrencilerin iletişim becerilerinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Toplanan verilerin güvenirliği Cronbach Alpha katsayısına bakılarak belirlenmiştir, bu ölçme aracı ile toplanan Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı araştırmacı tarafından 0,82 olarak bulunmuştur.

### **3.4.3. Benlik Saygısı Ölçeği**

Araştırmada, kullanılan bir diğer ölçek Benlik Saygısı ölçeği. Ölçek, Arıcak (1999) tarafından 1999 yılında geliştirilmiştir. Ölçek, likert tipinde geliştirilmiş ve ölçek içerisinde bulunan sorular “Tamamen katılmıyorum” (1) ile “Hiç katılıyorum” (5) arasında değişen 32 maddeden oluşan bir ölçektir. Bu 32 maddenin 19’u olumsuz (1, 3, 4, 6, 7, 9, 11, 13, 15, 16, 18, 19, 21, 23, 25, 27, 29, 31 ve 32) olup, tamamen katılıyorum 1, katılıyorum 2, kararsızım 3, katılmıyorum 4, hiç katılmıyorum 5 puan alır. 13’ü ise olumlu (2, 5, 8, 10, 12, 14, 17, 20, 22, 24, 26, 28, 30) olup tamamen katılıyorum 5, katılıyorum 4, kararsızım 3, katılmıyorum 2, kesinlikle katılmıyorum 1 puan alır. Ölçek likert tipi ölçekler için kullanılan Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı hesaplanmış ve güvenirlik katsayısı .90 olarak bulunmuştur (Arıcak, 1999). Toplanan verilerin güvenirliği Cronbach Alpha katsayısına bakılarak belirlenmiştir, bu ölçme aracı ile toplanan Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı çalışmada 0,76 olarak bulunmuştur.

### **3.4.4. İyimserlik Ölçeği**

Araştırmada öğrencilerin iyimserlik düzeylerini belirlenmesi amacıyla kullanılan

'İyimserlik ölçeği' Balcı ve Yılmaz (2002) tarafından 2002 yılında geliştirilmiştir. Toplam 24 maddeden oluşan 4'lü lükert tipte geliştirilmiştir.

Ölçeğin güvenirlik çalışması, Cronbach Alfa İç Tutarlık katsayısı, testin tekrar test yöntemi ve test yarılama olmak üzere üç yöntemle hesaplanmıştır. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı .96 olarak bulunmuştur. Ölçek dört hafta ara ile 290 üniversite öğrencisine uygulanması sonucunda elde edilen Pearson Momentler çarpımı korelasyon katsayısı .61 olarak bulunmuştur. Testi yarılama yöntemi ile yapılan güvenirlik katsayısı ise .91 olarak bulunmuştur. Toplanan verilerin güvenirliği Cronbach Alpha katsayısına bakılarak belirlenmiştir, bu ölçme aracı ile toplanan Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı çalışmada 0,84 olarak saptanmıştır.

### 3.5. VERİ ANALİZİ

Verilerin analizinde SPSS Statistics 23 uygulaması kullanılmıştır. Verilerin analizinde test türlerinden parametrik yada non-parametrik testlerinin hangisi kullanılacağına belirlenmesi için verilerin normal dağılıma durumlarına bakılmıştır. Normallik testi sonucunda veri toplama araçları aracılığıyla toplanmış verilerin normal dağılım varsayımlarını karşıladıkları görülmüştür. Böylece, değişkenler arası farklılıkların belirlenmesi için bağımsız örneklem için T-testi ve tek yönlü ANOVA, bağımlı değişkenler arasında ilişki durumunu tespit etmek için Pearson Korelasyon kullanılmıştır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenleri yordama gücünü belirlemesi için de Çoklu Doğrusal Regresyon analizi kullanılmıştır. Katılımcıların demografik bilgilerini betimlemek için aritmetik ortalama, % oranı, standart sapma, serbestlik derecesi vb. kullanılmıştır (Seçer, 2017).

*Tablo 3.5.1. İletişim becerileri, benlik saygısı ve iyimserlik düzeyleri ölçeklerinin normal dağılımına ilişkin sonuçlar.*

Değişkenler	N	$\bar{X}$	SD	Çarpıklık	Basıklık
İletişim Becerisi	370	116.05	16.7	-.046	2.12
Benlik Saygısı	370	96.27	12.6	-1.06	2.83
İyimserlik Düzeyi	370	68.36	9.9	-1.21	1.90

Tablo 3.5.1'de görüldüğü gibi ölçme araçlarının aracılığıyla toplanan verilerin normal dağılımına karar vermede basıklık (Skewness) ve çarpıklık (Kurtosis) değerlerine bakıldığı zaman İletişim Becerileri Envanteri (İBE) verilerinin basıklık değeri -.046 çarpıklık değeri +1.43, Benlik Saygı verilerinin basıklık değeri -1.06 çarpıklık değeri +2.83. İyimserlik Düzeyleri Ölçeğinin verilerinin basıklık değeri -1.21 çarpıklık değeri

+1.90 olarak hesaplanmıştır. Buna ek olarak, normal dağılıma karar vermede histogram, Q-Q Plot, Boxplot grafiklerine ve Kolmogorov-Smirnov (K-S) testi sonuçlarına bakılmıştır. Buna göre verilerin normal dağılım şartını yerine getirdiği anlaşıl原因arak parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir.



## BÖLÜM IV

### 4. BULGULAR VE YORUM

Araştırmanın bu bölümde araştırmanın alt problemlerine ilişkin veri toplamaya dayalı olarak elde edilen verilerin analizi sonucunda ortaya çıkan bulgular ve yorumlarına yer verilmiştir.

#### 4.1. ÖĞRENCİLERİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN BAZI DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE ANLAMLI BİR FARKLILIK GÖSTERİP GÖSTERMEDİĞİNE İLİŞKİN BULGULAR

*Tablo 4.1.1. Öğrencilerin iletişim becerilerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin bağımsız örneklem T-Testi sonuçları*

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	sd	t	p
Öğrencilerin iletişim becerileri	Kadın	233	115.65	16.50	1.08	-.607	.544
	Erkek	137	116.74	17.05	1.45		

Tablo 4.1.1'de öğrencilerin iletişim becerileri cinsiyet değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığına bağımsız örneklem t-testi ile bakılmıştır. Test sonucunda kadın ve erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür. ( $t = -.607$ ;  $p = .544$ ;  $p \geq 0.05$ ). Aritmetik ortalamaya bakıldığı zaman, öğrencilerin iletişim becerileri envanterine verdikleri puana göre erkeklerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 116.74) kadınların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 115.65) olarak bulunmuştur.

*Tablo 4.1.2. Öğrencilerin iletişim becerilerinin yaş değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları*

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	P
Öğrencilerin iletişim becerileri	17-19 yaş	131	117.23	16.34		
	20-23 yaş	169	115.62	16.05	.554	.575
	24-26 yaş	70	114.88	18.88		

Tablo 4.1.2'de öğrencilerin iletişim becerilerinin yaş değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Aritmetik ortalama değerleri incelendiğinde, öğrencilerin iletişim becerileri envanterine verdikleri puana göre 17-19 yaş arasındakilerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 117.23) 20-23 yaş arasındakilerin ( $\bar{X}$ : 115.62) ve 24-25 yaş arasındakilerin ( $\bar{X}$ : 114.88) olarak bulunmuştur. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F =$

.554;  $p=.575$ ;  $p>0.05$ ).

**Tablo 4.1.1.** Öğrencilerin iletişim becerilerinin okuduğu üniversiteye göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	p	Levene	Fark
Öğrencilerin iletişim becerileri	Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi	203	116.96	15.99	2.554	.049*	.989	Ahi Evran - Oş; Manas - Oş
	Kırgızistan-Türkiye 'Manas' Üniversitesi	67	118.01	19.08				
	Oş Devlet Üniversitesi	100	112.91	16.14				

\* $p\leq 0.05$

Tablo 4.1.3'te de görüldüğü gibi, öğrencilerin iletişim becerilerinin okuduğu üniversiteye göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu görülmüştür ( $F=2.554$ ;  $p=.049^*$   $p\leq 0.05$ ). Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için Post-Hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır. Bunun nedeni Levene testi ( $p\geq 0.05$ ) sonucunda verilerin homojen dağıldığının görülmesidir. İletişim becerileri envanterinde Kırgızistan-Türkiye 'Manas' Üniversitesinin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 118.01), Kırşehir Ahi Evran Üniversitesinin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 116.96) ve Oş Devlet Üniversitesinin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 112.61) olarak diğer iki gruptan anlamlı olarak daha düşük olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi ile Oş Devlet Üniversitesi öğrencileri arasında ve Kırgızistan-Türkiye 'Manas' Üniversitesi ile Oş Devlet Üniversitesi öğrencileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Ölçekten alınan puanların ortalama değerlerine bakıldığında, Oş Devlet Üniversitesi öğrencilerinin iletişim becerileri diğerlerine göre düşük bulunmuştur.

**Tablo 4.1.2.** Öğrencilerin iletişim becerilerinin sınıf değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	P
Öğrencilerin iletişim becerileri	1.sınıf	74	119.10	13.76	1.516	.210
	2.sınıf	123	116.67	16.53		
	3.sınıf	86	114.37	19.77		
	4.sınıf	87	114.25	15.70		

Tablo 4.1.4'te öğrencilerin iletişim becerilerinin sınıf değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Aritmetik ortalama değerlerine bakıldığı zaman, iletişim becerileri envanterinde 1.sınıf öğrencilerinin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 119.10), 2.sınıf öğrencilerinin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 116.67), 3.sınıf puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 114.37) ve 4.sınıf puan ortalaması ( $\bar{X}$ :



114.25) olarak bulunmuştur . Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F=1.516$ ;  $p=.210$ ;  $p>0.05$ ).

**Tablo 4.1.3.** Öğrencilerin iletişim becerilerinin kardeş sayısı değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	p
<b>Öğrencilerin iletişim becerileri</b>	Tek çocuk	75	116.02	17.43	1.232	.298
	2 kardeş	70	114.91	15.24		
	3 kardeş	96	118.75	16.31		
	4 ve üzeri	129	114.68	17.24		

Tablo 4.1.5'te öğrencilerin iletişim becerilerinin kardeş sayısı değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Öğrencilerin kardeş sayısı değişkenine göre aritmetik ortalama değerlerine bakıldığı zaman, iletişim becerileri envanterinde tek çocuk olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 116.02), 2 kardeş olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 114.91), 3 kardeş olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 118.75) ve 4 kardeş olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 114.68) olduğu görülmüştür. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F=1.232$ ;  $p= .298$ ;  $p\geq 0.05$ ).

**Tablo 4.1.4.** Öğrencilerin iletişim becerilerinin algılanan aile ekonomik durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	P
<b>Öğrencilerin iletişim becerileri</b>	Yüksek	33	114.06	21.60	.670	.512
	Orta	214	116.87	15.39		
	Düşük	123	115.16	17.44		

Tablo 4.1.6'da da görüldüğü gibi, öğrencilerin iletişim becerilerinin algılanan aile ekonomik durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Aritmetik ortalama değerlerine bakıldığında, iletişim becerileri envanterine algılanan aile ekonomik durumu yüksek olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 114.06), algılanan aile ekonomik durumu orta olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 116.87) ve algılanan aile ekonomik durumunu düşük olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 115.16) olarak bulunmuştur. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F=.670$ ;  $p=.512$ ;  $p>0.05$ ).

**Tablo 4.1.5.** Öğrencilerin iletişim becerilerinin baba eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	<b>Grup</b>	<b>N</b>	$\bar{x}$	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>P</b>
<b>Öğrencilerin iletişim becerileri</b>	İlkokul	40	113.42	14.07	1.383	.239
	Ortaokul	81	113.35	16.35		
	Lise	114	118.22	16.20		
	Üniversite	95	117.14	19.07		
	Yüksek lisans ve üzeri	40	115.37	14.71		

Tablo 4.1.7’de de görüldüğü gibi, öğrencilerin iletişim becerilerinin baba eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Aritmetik ortalama değerlerine bakıldığı zaman, iletişim becerileri envanterine baba eğitim durumu ilk okul seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 113.42), ortaokul seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 113.35), lise seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 118.22), üniversite bitirenlerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 117.14) ve yüksek lisans bitirenlerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 115.37) olarak bulunmuştur. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F=1.383$ ;  $p=.239$ ;  $p>0.05$ ).

**Tablo 4.1.8.** Öğrencilerin iletişim becerilerinin anne eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü anova testi sonuçları

	<b>Grup</b>	<b>N</b>	$\bar{x}$	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>P</b>
<b>Öğrencilerin iletişim becerileri</b>	İlkokul	64	116.98	14.46	.766	.548
	Ortaokul	89	113.46	16.50		
	Lise	82	116.81	17.49		
	Üniversite	94	117.32	17.69		
	Yüksek lisans ve üzeri	41	115.80	16.57		

Tablo 4.1.8’de de görüldüğü gibi, öğrencilerin iletişim becerilerinin anne eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Aritmetik ortalama değerlerine bakıldığı zaman, iletişim becerileri envanterine anne eğitim durumu ilk okul seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 116.98), ortaokul seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 113.46), lise seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 116.81), üniversite bitirenlerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 117.32) ve yüksek lisans bitirenlerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 115.80) olarak bulunmuştur. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F=.766$ ;  $p=.548$ ;  $p>0.05$ ).

## 4.2. ÖĞRENCİLERİN BENLİK SAYGISININ BAZI DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE ANLAMLI BİR FARKLILIK GÖSTERİP GÖSTERMEDİĞİNE İLİŞKİN BULGULAR

**Tablo 4.2.1.** Öğrencilerin benlik saygısının cinsiyet değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin bağımsız örneklem T-Testi sonuçları

	Grup	n	$\bar{x}$	Ss	sd	t	p
Öğrencilerin benlik saygısı	Kadın	233	96.11	13.30	.87	-.313	.754
	Erkek	137	96.54	11.62	.99		

Tablo 4.2.1’de öğrencilerin benlik saygısının cinsiyet değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığına bağımsız örneklem T-Testi ile bakılmıştır. Test sonucunda kadın ve erkekler arasında benlik saygısı açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür ( $t = -.313$ ;  $p = .754$ ;  $p \geq 0.05$ ). Aritmetik ortalamaya bakıldığı zaman, öğrencilerin benlik saygısı ölçeğine verdikleri puana göre erkeklerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 96.54) kadınların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 96.11) olduğu görülmüştür.

**Tablo 4.2.2.** Öğrencilerin benlik saygısının yaş değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	p
Öğrencilerin benlik saygısı	17-19 yaş	131	97.27	11.47	1.614	.201
	20-23 yaş	169	94.98	13.34		
	24-26yaş	70	97.50	13.14		

Tablo 4.2.2’de öğrencilerin benlik saygısının yaş değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Aritmetik ortalama değerleri incelendiğinde, öğrencilerin benlik saygısı ölçeğine verdikleri puana göre 17-19 yaş arasındakilerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 97.27), 20-23 yaş arasındakilerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 94.98) ve 24-25 yaş arasındakilerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 97.50) olarak bulunmuştur. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F = 1.614$ ;  $p = .201$ ;  $p \geq 0.05$ ).

**Tablo 4.2.3.** Öğrencilerin benlik saygısının okuduğu üniversite değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	p	Levene	Fark
Öğrencilerin	Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi	203	97.56	12.04	2.733	.046*	.093	Ahi Evran-Oş;
	Kırgızistan-Türkiye ‘Manas’ Üniversitesi	67	95.67	13.58				

<b>benlik saygısı</b>	Oş Devlet Üniversitesi	100	91.38	13.13	Manas-Oş.
-----------------------	------------------------	-----	-------	-------	-----------

\* $p \geq 0.05$

Tablo 4.2.3'te da görüldüğü gibi, öğrencilerin benlik saygısının okuduğu üniversite değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu görülmüştür ( $F=2.733$ ;  $p=.046$ ;  $p \leq 0.05$ ). Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için Post-Hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır. Bunun nedeni Levene testi ( $p \geq 0.05$ ) sonucunda verilerin homojen dağılmadığının görülmesidir. Benlik saygısı ölçeğinde Kırşehir Ahi Evran Üniversitesinin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 97.56), Kırgızistan-Türkiye 'Manas' Üniversitesinin puan ortalamasından ( $\bar{X}$ : 95.67) ve Oş Devlet Üniversitesinin puan ortalamasından ( $\bar{X}$ : 91.38) anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmüştür. Test sonucunda Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi ile Oş Devlet Üniversitesi öğrencileri arasında ve Kırgızistan-Türkiye 'Manas' Üniversitesi ile Oş Devlet Üniversitesi öğrencileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür.

**Tablo 4.2.4.** Öğrencilerin benlik saygısının sınıf değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	<b>Grup</b>	<b>N</b>	$\bar{x}$	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>Öğrencilerin benlik saygısı</b>	1.sınıf	74	96.01	11.41	.613	.607
	2.sınıf	123	95.67	12.41		
	3.sınıf	86	97.88	13.50		
	4.sınıf	87	95.73	13.36		

Tablo 4.2.4'te öğrencilerin benlik saygısının sınıf değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Aritmetik ortalama değerleri incelendiğinde, benlik saygısı ölçeğinde 1.sınıf öğrencilerinin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 96.01), 2.sınıf öğrencilerinin puan ortalamasın ( $\bar{X}$ : 95.67), 3.sınıf puan ortalamasın ( $\bar{X}$ : 97.88) ve 4.sınıf puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 95.73) olarak bulunmuştur. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F=.613$ ;  $p=.607$ ;  $p > 0.05$ ).

**Tablo 4.2.5.** Öğrencilerin benlik saygısının kardeş sayısı değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	<b>Grup</b>	<b>N</b>	$\bar{x}$	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>P</b>
<b>Öğrencilerin benlik saygısı</b>	Tek çocuk	75	95.76	12.07		

2 kardeş	70	97.07	14.08	.355	.785
3 kardeş	96	96.98	13.07		
4 ve üzeri	129	95.59	12.04		

Tablo 4.2.5'te öğrencilerin benlik saygısının kardeş sayısı değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Öğrencilerin kardeş sayısı değişkenine göre aritmetik ortalamasının değeri incelendiğinde, benlik saygısı ölçeğinde tek çocuk olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 95.76), 2 kardeş olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 97.07), 3 kardeş olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 96.98) ve 4 kardeş olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 95.59) olarak görülmüştür. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F= .355$ ;  $p=.758$ ;  $p \geq 0.05$ ).

**Tablo 4.2.6.** Öğrencilerin benlik saygısının algılanan aile ekonomik durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	p	Homojenlik	Fark
Öğrencilerin benlik saygısı	Yüksek	33	97.96	14.60	2.637	.048	.002	Yüksek-Orta; Yüksek-Düşük.
	Orta	214	95.46	10.74				
	Düşük	123	92.07	14.93				

Tablo 4.2.6'da de görüldüğü gibi, öğrencilerin benlik saygısının algılanan aile ekonomik durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu görülmüştür ( $F=2.637$ ;  $p=.048$ ;  $p \leq 0.05$ ). Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için Post-Hoc testlerinden Games Howell testi kullanılmıştır. Bunun nedeni Levene testi ( $p > 0.05$ ) sonucunda verilerin homojen dağıldığının görülmesidir. Aritmetik ortalama değerleri incelendiğinde, algılanan aile ekonomik durumu yüksek düzeyde olanların diğerlerine göre benlik saygısının daha yüksek olduğu görülmüştür. Benlik saygısı ölçeğine algılanan aile ekonomik durumu yüksek olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 97.96), algılanan aile ekonomik durumu orta olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 95.46) ve algılanan aile ekonomik durumunu düşük olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 92.07) olarak bulunmuştur. Bir başka deyişle algılanan aile ekonomik durumu yüksek olanların benlik saygısı puanları diğer iki gruba göre anlamlı olarak daha yüksektir.

**Tablo 4.2.7.** Öğrencilerin benlik saygısının baba eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	<b>Grup</b>	<b>N</b>	$\bar{x}$	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>P</b>
<b>Öğrencilerin benlik saygısı</b>	İlkokul	40	94.95	11.95	1.552	.187
	Ortaokul	81	94.55	11.64		
	Lise	114	97.28	12.55		
	Üniversite	95	96.76	13.82		
	Yüksek lisans ve üzeri	40	95.12	12.67		

Tablo 4.2.7’de öğrencilerin benlik saygısının baba eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Aritetik ortalama değerleri incelendiğinde, benlik saygısı ölçeğine baba eğitim durumu ilk okul seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 94.95), ortaokul seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 94.55), lise seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 97.28), üniversite bitirenlerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 96.76) ve yüksek lisans bitirenlerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 95.12) olarak bulunmuştur. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F=1.552$ ;  $p=.187$ ;  $p \geq 0.05$ ).

**Tablo 4.2.8.** Öğrencilerin benlik saygısının anne eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	<b>Grup</b>	<b>N</b>	$\bar{x}$	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>P</b>
<b>Öğrencilerin benlik saygısı</b>	İlkokul	64	94.09	11.08	1.849	.119
	Ortaokul	89	95.01	11.88		
	Lise	82	97.12	12.71		
	Üniversite	94	98.79	13.81		
	Yüksek lisans ve üzeri	41	94.90	13.48		

Tablo 4.2.8’de öğrencilerin benlik saygısının anne eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Aritmetik ortalama değerleri incelendiğinde, benlik saygısı ölçeğine anne eğitim durumu ilk okul seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 94.09), ortaokul seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 95.01), lise seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 97.12), üniversite bitirenlerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 98.79) ve yüksek lisans bitirenlerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 94.90) olarak bulunmuştur. Grup

farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F=1.552$ ;  $p=.119$ ;  $p\geq 0.05$ ).

### 4.3. ÖĞRENCİLERİN İYİMSERLİK DÜZEYLERİNİN BAZI DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE ANLAMLİ BİR FARKLILIK GÖSTERİP GÖSTERMEDİĞİNE İLİŞKİN BULGULAR

*Tablo 4.3.1. Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin bağımsız örneklem T-Testi sonuçları*

	Grup	n	$\bar{x}$	Ss	sd	t	p
Öğrencilerin iyimserlik düzeyi	Kadın	233	69.20	9.97	.65	2.130	.034
	Erkek	137	66.92	9.87	.84		

Tablo 4.3.2’de öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına bağımsız örneklem T-Testi ile bakılmıştır. Test sonucunda kadın ve erkekler arasında iyimserlik düzeyi açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür ( $t= 2.130$ ;  $p=.034$ ;  $p\leq 0.05$ ). Aritmetik ortalamaya bakıldığı zaman, öğrencilerin iyimserlik düzeyleri ölçeğine verdikleri puana göre erkeklerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 66.92) kadınların puan ortalamasından ( $\bar{X}$ : 69.20) anlamlı bir farkla daha düşük olduğu görülmüştür olduğu görülmüştür. Bir başka deyişle, kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre iyimserlik düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur.

*Tablo 4.3.3. Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin yaş değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları*

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	p	Levene	Fark
Öğrencilerin iyimserlik düzeyi	17-19 yaş	131	70.27	8.07	3.990	.019*	.007	17-19 yaş - 20-23 yaş; 17-19 yaş - 24-26 yaş
	20-23 yaş	169	67.57	10.27				
	24-26 yaş	70	66.67	11.90				

\* $p\geq 0.05$

Tablo 4.3.3’te öğrencilerin benlik saygısının yaş değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F=1.614$ ;  $p=.019$ ;  $p\geq 0.05$ ). Aritmetik ortalama değerleri incelendiğinde, 17-19 yaş grubundaki öğrencilerin iyimserlik düzeyi diğer gruplara göre düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Post-Hoc

testlerinden Tamhane testi kullanılmıştır. Öğrencilerin iyimserlik ölçeğine verdikleri puana göre 17-19 yaş arasındakilerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 70.27), 20-23 yaş arasındakilerin puan ortalamasından ( $\bar{X}$ : 67.57) ve 24-25 yaş arasındakilerin puan ortalamasından ( $\bar{X}$ : 66.67) anlamlı olarak daha yüksektir. Başka bir deyişle, 17-19 yaş arasındaki öğrencilerin iletişim becerileri diğer gruplara göre daha yüksektir.

**Tablo 4.3.4.** Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin okuduğu üniversite değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	p
Öğrencilerin iyimserlik düzeyi	Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi	203	68.24	9.80	1.540	.216
	Kırgızistan-Türkiye 'Manas' Üniversitesi	67	66.86	10.91		
	Oş Devlet Üniversitesi	100	69.60	9.63		

Tablo 4.3.4'de da görüldüğü gibi, öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin okuduğu üniversite değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Aritmetik ortalama değerlerine bakıldığı zaman, iyimserlik düzeyleri ölçeğine Kırşehir Ahi Evran Üniversitesinin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 68.24), Kırgızistan-Türkiye 'Manas' Üniversitesinin puan ortalamasından ( $\bar{X}$ : 66.86) ve Oş Devlet Üniversitesinin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 69.60) olduğu görülmüştür. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F=1.540$ ;  $p=.216$ ;  $p \geq 0.05$ ).

**Tablo 4.3.5.** Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin sınıf değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	p
Öğrencilerin iyimserlik düzeyi	1.sınıf	74	68.66	9.44	.667	.573
	2.sınıf	123	67.33	10.11		
	3.sınıf	86	68.98	9.40		
	4.sınıf	87	68.94	10.82		

Tablo 4.3.5'de öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin sınıf değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Aritmetik ortalamaların değerleri incelendiğinde, iyimserlik düzeyleri ölçeğinde 1.sınıf öğrencilerinin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 68.66), 2.sınıf öğrencilerinin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 67.33), 3.sınıf puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 68.98) ve 4.sınıf puan ortalamasından ( $\bar{X}$ : 68.94) olarak görülmüştür. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F= .667$ ;  $p=.573$ ;  $p > 0.05$ ).



**Tablo 4.3.6.** Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin kardeş sayısı değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	p
Öğrencilerin iyimserlik düzeyi	Tek çocuk	75	68.00	10.43	.498	.684
	2 kardeş	70	67.27	11.13		
	3 kardeş	96	68.59	8.55		
	4 ve üzeri	129	68.99	10.10		

Tablo 4.3.6’da öğrencilerin benlik saygısının kardeş sayısı değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Öğrencilerin kardeş sayısı değişkenine göre aritmetik ortalamasının değeri incelendiğinde, iyimserlik düzeyi ölçeğinde tek çocuk olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 68.00), 2 kardeş olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 67.27), 3 kardeş olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 68.59) ve 4 kardeş olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 68.99) olarak görülmüştür. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F= .498$ ;  $p=.684$ ;  $p \geq 0.05$ ).

**Tablo 4.3.7.** Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin algılanan aile ekonomik değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	p
Öğrencilerin iyimserlik düzeyi	Yüksek	33	66.15	13.47	1.014	.364
	Orta	214	68.78	9.48		
	Düşük	123	68.21	9.74		

Tablo 4.3.7’de de görüldüğü gibi, öğrencilerin benlik saygısının algılanan aile ekonomik değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Aritmetik ortalama değerleri incelendiğinde, iyimserlik düzeyleri ölçeğine algılanan aile ekonomik durumu yüksek olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 66.15), algılanan aile ekonomik durumu orta olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 68.78) ve algılanan aile ekonomik durumunu düşük olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 68.21) olarak bulunmuştur. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F=1.014$ ;  $p=.364$ ;  $p \geq 0.05$ ).

**Tablo 4.3.8.** Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin baba eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	P
Öğrencilerin iyimserlik	İlkokul	40	68.22	9.78		
	Ortaokul	81	67.79	11.87		

düzeyi	Lise	114	69.06	9.33	.263	.902
	Üniversite	95	67.92	9.64		
	Yüksek lisans ve üzeri	40	68.70	8.83		

Tablo 4.3.8’de öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin baba eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F=.263$ ;  $p=.902$ ;  $p \geq 0.05$ ). Aritetik ortalama değerleri incelendiğinde, iyimserlik düzeyleri ölçeğine baba eğitim durumu ilk okul seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 68.22), ortaokul seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 67.79), lise seviyesinde olanların puan ortalaması (69.06), üniversite bitirenlerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 67.92) ve yüksek lisans bitirenlerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 68.70) olarak bulunmuştur.

**Tablo 4.3.9.** Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin anne eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü ANOVA testi sonuçları

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	F	P
Öğrencilerin iyimserlik düzeyi	İlkokul	64	69.15	8.83	.710	.586
	Ortaokul	89	69.52	10.89		
	Lise	82	67.37	9.19		
	Üniversite	94	67.72	10.05		
	Yüksek lisans ve üzeri	41	68.02	11.03		

Tablo 4.3.9’de öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin anne eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna bakılmıştır. Aritetik ortalama değerleri incelendiğinde, iyimserlik düzeyleri ölçeğine anne eğitim durumu ilk okul seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 69.15), ortaokul seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 69.52), lise seviyesinde olanların puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 67.37), üniversite bitirenlerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 67.72) ve yüksek lisans bitirenlerin puan ortalaması ( $\bar{X}$ : 68.02) olarak bulunmuştur. Grup farklılıklarının belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $F=.710$ ;  $p=.586$ ;  $p \geq 0.05$ ).

#### 4.4. İLETİŞİM BECERİSİ, BENLİK SAYGISI VE İYİMSERLİK DÜZEYLERİ ÖLÇEĞİNİN PUANLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERE İLİŞKİN BULGULAR

##### 4.4.1. Benlik saygısı ve iyimserlik düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Korelasyon bulguları

Aşağıda, ölçeklerden alınan puanların arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacı ile yapılan Korelasyon testlerinin bulguları verilmiştir:

**Tablo 4.4.1.1.** Ölçekler arasındaki ilişkilere ait Pearson Korelasyon katsayıları

Değişken	n	$\bar{x}$	Ss	1	2	3
1. İletişim Becerisi	370	116.05	16.70	-	.375**	.079
2. Benlik Saygısı	370	96.27	12.69	.375**	-	.214**
3. İyimserlik Düzeyi	370	68.36	9.98	.079	.214**	-

\*\* $p < 0.01$

Tabloda yer alan ve istatistiksel olarak anlamlı bulunan ilişkiler incelendiğinde, iletişim becerisi puanı ile benlik saygısı ( $r=0.375$ ;  $p < 0.01$ ) arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişkilerin bulunduğu ve iletişim becerisi ( $r=0.079$ ;  $p \geq 0.05$ ) puanları ile iyimserlik düzeyi arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı tespit edilmiştir. Bu durum, benlik saygısı arttıkça, iletişim becerisinin de arttığını göstermektedir.

Benlik saygısı puanı ile iyimserlik düzeyi ( $r=0.214$ ;  $p < 0.01$ ) puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir. Buna göre, benlik saygısı arttıkça, iyimserlik düzeyi de artmaktadır.

#### 4.4.2. Benlik Saygısı ve İyimserlik Düzeyi değişkenlerinin İletişim Becerileri üzerindeki etkisine ilişkin Çoklu Regresyon analizi sonuçları

Benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin iletişim becerileri üzerindeki etkisine ilişkin Çoklu Regresyon analizi yapılmıştır.

**Tablo 4.4.2.1.** Benlik Saygısı ve İyimserlik Düzeyi değişkenlerinin İletişim Becerileri üzerindeki etkisine ilişkin Çoklu Doğrusal Regresyon analizi sonucu.

Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	t	p	İkili r	Kısmi r	Toleran	VIF
Sabit*	68.68	7.541		9.107	.000			.954	
Benlik Saygısı	.494	.065	.376	7.582	.000	.367	.368	.954	1.048
İyimserlik Düzeyi	-.003	.083	-.002	-.034	.973	-.002	-.002		

\* İletişim Becerileri (Bağımlı Değişken) Sabit

\*R= .375 R<sup>2</sup>= .141 F= (2-367)= 30.071 p= .000 Durbin Watson= 1.754 VIF= 1.048

Çoklu doğrusal regresyon analizinde öncelikle ANOVA tablosu incelenmiştir. Bu

tabloya göre F değerinin 30.071 ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu ( $p = .000$ ) görölmektedir. Buna göre benlik saygısı değişkeni iletişim becerilerini yordamıştır. Çoklu Doğrusal Regresyon sonucunda benlik saygısının iletişim becerileriyle orta düzeyde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur ( $R = .37$ ,  $R^2 = .14$ ,  $p < .01$ ). Yapılan Çoklu Çoklu Regresyon analizinde benlik saygısının iletişim becerilerine %14 açıkladığı görölmektedir. 1 den küçük ve 3ten büyük Durbin Watson değerleri, değerlerde bir hata olduğunu gösterir (Seçer, 2017). Bu araştırma bulgusunda Durbin Watson değerinin 1.754 olduğu görölmektedir. Bu değer 1 ve 3 arasında olduğu için herhangi bir sorun gözükmemektedir.



## BÖLÜM V

### 5.1. SONUÇ VE TARTIŞMA

#### 1. Öğrencilerin iletişim becerileri, benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin sonuçlar:

Öğrencilerin iyimserlik düzeyleri cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak farklılaşırken, öğrencilerin iletişim becerileri ve benlik saygıları cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Başka bir ifade ile kadın öğrencilerin iyimserlik düzeyleri erkek öğrencilerin iyimserlik düzeylerinden daha yüksek olduğu, başka bir deyişle erkek öğrencilere kıyas, kadın öğrencilerin daha iyimser olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırma ile ilgili benzer sonuçlara ulaşılan çalışmalara bakıldığında zaman: Kadın öğrenciler, erkek öğrencilere göre iyimserlik düzeylerine ilişkin daha olumlu görüşler bildirmişlerdir. Buna göre kız öğrenciler erkek öğrencilere göre daha iyimser olduğunu söyleyebiliriz. Türkiye’de yapılan araştırmalarda kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha iyimser olduğunu göstermekte olup bu çalışmada ulaştığımız bulgulara benzerlik taşımaktadır. Maraş Taşkın (2019) yüksek lisans çalışmasında Ankaradaki devlet üniversitelerinin birinde eğitim görmekte olan 434 lisans öğrencisi üzerinde yapılmış olduğu araştırmada kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha iyimser olduğunu ve bu durumun toplumsal cinsiyetten etkilenen ve iki cinsiyetin farklı beklentilerle, farklı ortamlarda yetiştirildiğinden kaynaklanabildiğini öne sürmüştür. Benzer çalışma, Parmaksız, ve Avşaroğlu (2012) öğretmen adayları olan üniversite öğrencileri üzerine yapılmış olduğu araştırmada erkek öğrencilerin benlik saygısının düşük olmasına ve buna karşılık kadın öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin yüksek olması durumuna ulaşılmıştır. Araştırmanın bulguların destekleyen ve farklı ölçekler ile farklı yaş gruba uygulanan araştırmalar Türkiye genelinde ve yurt dışındaki çalışmalarda bolca mevcuttur. Akçeşme (2017) tarafından yapılan anne babalar üzerindeki çalışmada annelerin babalara göre daha fazla iyimser olduğu sonucuna ulaşıldığı görülmüştür. Buna karşılık, Açıkgöz’ün (2006) üniversite öğrencilerinin üzerine yaptığı araştırmada erkek öğrencilerin iyimserlik düzeyleri kız öğrencilerin iyimserlik düzeylerine göre daha yüksek olması araştırmanın bulgularına ters düşmektedir. Altan (2017) örnekleme 1022’ yi bulan araştırmasında kadın öğrencilerin iyimserlik düzeyinin erkek öğrencilerin iyimserlik düzeyinin daha yüksek olduğu sonucuna saptamıştır. Öğrencilerin iyimserlik düzeyleri açısından farklılık göstermeyen çalışmaların çoğunluk gösterdiği, alan yazın incelendiğinde çoğunlukta

olduğu görülmektedir. Gençoğlu, Alkan, ve Koçyiğit (2014) yaptıkları araştırmada iyimserlik düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Benzer şekilde, Bostancı, Oda, Şebin, ve Erail (2017) araştırmalarında iyimserlik düzeyinin cinsiyete göre istatistiksel olarak herhangi bir farklılaşma olmadığını tespit etmişlerdir.

Bu araştırmada öğrencilerin cinsiyet değişkenlerine göre iletişim becerilerinin farklılaştığı görülmüştür. Türköz, Köroğlu, ve Şahin Kıralp (2017) özel üniversitenin Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik bölümünde öğrenim gören 310 öğrenci üzerinde yaptıkları araştırma sonucunda iletişim becerileri cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Benzer şekilde, Tümkaya (2011) yaptığı araştırmada iletişim becerileri cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermediğini saptamıştır. Görmüş, Aydın, ve Ergin (2013) araştırmalarında kadın öğrencilerin iletişim becerileri ile erkek öğrencilerin iletişim becerileri arasında herhangi bir istatistiksel olarak fark olmadığını ve kadınların ve erkeklerin iletişim becerilerinin ortalama üzeri altında olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Didin (2021) öğretmen adaylarının yaşam boyu öğrenme ve iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi saptamayı amaçlayarak Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesinden 312 son sınıf lisans öğrencisi üzerinde araştırma yapmıştır. Bulgulara göre öğrencilerin iletişim becerileri, ölçeğin alt boyutları olan iletişim ilkeleri ile temel beceriler, kendini ifade etme, aktif dinleme ve sözsüz iletişim ile iletişim kurma istekliliği arasında bireyin cinsiyeti, eğitim türü ve sektör değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Ayrıca iletişim ilkeleri ile temel beceriler ile kendini ifade etme, aktif dinleme ve sözsüz iletişim ile iletişim kurma istekliliği arasında istatistiksel olarak yüksek pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Alan yazında üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerine ilişkin farklı ölçekler kullanarak cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermeyen sonucuna ulaşan araştırmalar da mevcuttur (Bozkurt Bulut, 2004; Çiftçi ve Taşkaya, 2010). Ancak, iletişim becerilerini cinsiyete göre araştırma sonucunda farklılaşan sonucuna ulaşan araştırmalar da mevcuttur; Akyol'un (2011) üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri üzerine yapmış olduğu çalışmada kadın öğrencilerin iletişim becerileri puanları erkek öğrencilerin iletişim becerileri puanlarına göre daha yüksek çıktığını tespit etmiştir, buna benzer çalışma Koç, Terzi ve Gül (2015) araştırmalarında cinsiyet açısından üniversite öğrencileri üzerine yaptığı araştırmada kadın öğrencilerin iletişim becerileri erkek öğrencilerin iletişim becerilerine göre daha yüksek olduğunu ve kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre iletişim becerilerin daha etkili aynı zamanda daha yeterli olarak kullandıklarını saptamışlardır. Benzer şekilde, Çetinkaya (2011) Çanakkale Onsekiz Mart

üniversitesi Türkçe eğitim bölümünde lisansöğrenimine devam etmekte olan 195 öğrenci oluşturan iletişim becerileri konusunda araştırma sonucunda kız öğrencilerin lehine anlamlı sonuç olduğu durumu tespit etmiştir. Kılıçgil vb. (2009) tarafından yapılmış araştırmada, Ankara Üniversitesi BSYO fakültesinde öğrenim görmekte olan öğrencilerin iletişim becerileri cinsiyet değişkenine göre kadın öğrencilerde daha yüksek olduğu ve kişilerarası iletişim kurmada daha etkili iletişim kurabildikleri sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde, Sungur (2018) yaptığı Ankara bir devlet üniversitesinde 354 lisans öğrencisi oluşturan yüksek lisans tez çalışmasında kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek iletişim becerilerine sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Alan yazında üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerine ilişkin farklı envanter kullanılarak yapılmış bir çok araştırmalar, araştırma bulgularını destekleyen iletişim becerilerini cinsiyet değişkenine göre kadın öğrencilerin lehine anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaştığı görülmektedir (Köning, 1992; Özerbaş, Bulut, ve Usta, 2007; Erigüç, Şener, ve Eriş, 2013.) Konuyla ilgili diğer çalışmalar da araştırma bulguların destekleyen, cinsiyet değişkenine göre iletişim becerileri kadınlarda daha yüksek olduğunu vurgulayan bir çok araştırma mevcuttur; Kartal'ın (2013) Samsun ilçesindeki 13 ortaöğretim öğrencilerine yapmış olduğu araştırmada kız öğrencilerin iletişim becerileri erkek öğrencilerin iletişim becerilerinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yetişkin (2016) ergenler üzerinde yaptığı çalışmada öğrencilerin iletişim becerilerinin cinsiyet değişkenine göre kızların lehine anlamlı sonuç olduğu durumu saptamıştır. Ancak, iletişim becerilerini cinsiyete göre araştırma sonucunda farklılaşmadığı sonucuna ulaşan araştırmalar da mevcuttur;

Araştırmada, öğrencilerin benlik saygıları cinsiyet değişkenine göre herhangi bir farklılaşma göstermediği tespit edilmiştir. Araştırmanın, bulguları ile ilgili alan yazın incelendiğinde de, araştırmanın bulguların destekleyen çalışmaların mevcut olduğuna rastlanmıştır. Efilti, ve Çıkılı (2017) araştırma yaptığı Selçuk Üniversitesi Özel eğitim bölümünde öğrenim görmekte olan 182 öğrenciye yapmış olduğu araştırmada cinsiyet değişkenine göre benlik saygısının farklılaşmadığını saptamışlardır. Benzer çalışma, İstanbul ili içerisinde çeşitli devlet ve vakıf üniversitelerinde farklı bölümlerde eğitim görmekte olan öğrencilerin benlik saygısı arasındaki ilişki incelendiğinde cinsiyet değişkeni açısından farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Mermertaş, 2020). Yaş grubu farklı araştırmalar da, araştırmanın bulguların paralel olan sonuçlara ulaşmışlardır. Aliev, ve Kalgı (2014) araştırmalarında ilköğretim öğrencilerine yapmış olduğu araştırmada benlik saygısının cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Özbey

(2019) lise öğrencileri üzerine yapmış olduğu araştırma sonucunda , cinsiyet, eğitim durumu, aile gelir düzeylerine göre benlik saygılarının arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığını saptamıştır. Benzer çalışma, Khaligova (2019) çalışma evrenini üniversite öğrencileri oluşturan çalışmasında, öğrencilerin cinsiyetlerine göre benlik saygıları arasında istatistiksel olarak anlamlı farkın olmadığını tespit etmiştir.

## **2.Öğrencilerin iletişim becerileri, benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin yaş değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin sonuçlar:**

Öğrencilerin iletişim becerileri, benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Ancak, aritmetik ortalama değerleri incelendiğinde, katılımcıların yaş düzeyleri ilerledikçe iletişim becerilerinin azaldığı ve grup olarak 24-26 yaş arasında olanlar diğer gruplara göre daha düşük iletişim becerisine, 20-23 yaş grubundaki öğrencilerinin düşük benlik saygısına, 17-19 yaş grubundaki öğrenciler ise düşük iyimserlik düzeyine sahip olduğu görülmüştür.

Alan yazın incelendiğinde öğrencilerin yaş değişkeni ile iletişim becerileri arasında anlamlı farkın olmadığı sonucuna ulaşamayan araştırmalar çoğunluk göstermektedir. Erigüç, Şener, ve Eriş, (2013) araştırmalarında iletişim becerilerinin yaş değişkenine göre farklılık göstermediğini ancak, aritmetik ortalama değerlerine bakıldığında yaşın ilerlemesiyle iletişim becerilerinin de artması durumuna saptamışlardır. Benzer çalışma, Görmüş, Aydın, ve Ergin (2013) araştırmalarında yaşlı, orta yaşlı ve genç kadınların iletişim becerilerinde herhangi bir farklılığın olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin yaş değişkenine göre farklılaşmadığını ortaya koyan araştırmalar. Maraş Taşkın (2019) yüksek lisans tez çalışmasında Ankara'daki devlet üniversitelerinin birinde yapmış olduğu araştırmada yaş değişkenine göre iyimserlik düzeylerinin farklılaşmadığı sonucuna saptamıştır. Bostancı, Oda, Şebin, ve Erail (2017) araştırmalarında öğrencilerin iyimserlik düzeyinin yaş değişkenine göre yaptığı araştırma sonucu, araştırmanın bulgularıyla ters düşmektedir. Öğrencilerin yaş değişkenine göre benlik saygısı puanlarının farklılaşmadığı araştırmada bulunmuştur. Benzer çalışmalar, Efilti, ve Çıkılı (2017) araştırma yaptığı Selçuk Üniversitesi Özel eğitim bölümünde öğrenim görmekte olan 182 öğrenciye yapmış olduğu araştırmada yaş değişkenine göre benlik saygısının farklılaşmadığına saptamışlardır. Özkan (1994) ve Özdayı (2019) öğrencilerin benlik saygısıyla ilgili yapmış olduğu araştırma sonucu, araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Araştırmanın bulgularına ters gelen bir araştırmada, yaş değişkeni ile benlik saygısı arasında anlamlı farkın olduğu sonucuna ulaşmıştır (Gürşen



Ortacıoğlu, 2009).

### **3. Öğrencilerin iletişim becerileri, benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin okuduğu üniversite değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin sonuçlar:**

Öğrencilerin iyimserlik düzeyleri okuduğu üniversite değişkenine göre farklılaşmazken, iletişim becerileri ve benlik saygısı üniversite değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma göstermektedir. Başka bir söyleyişle Oş Devlet Üniversitesi öğrencilerinin iletişim becerileri ve benlik saygıları diğer gruplara göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Kılıçgil ve arkadaşları (2009) Ankara Üniversitesi ve Çukurova Üniversitesi lisans öğrencilerinin üzerinde yapmış olduğu araştırmada iletişim becerilerinin okuduğu üniversite değişkenine göre oldukça anlamlı farkın olduğu sonucuna saptamıştır. Benzer çalışma, Tepeköylü, Soytürk, ve Çamlıyer (2007) araştırmasında farklı bölümlerde öğrenim görmekte olan öğrencilerin okuduğu bölüme göre iletişim becerilerinin farklılaştığı sonucuna varılmasıdır. Diğer yandan öğrencilerin benlik saygılarının okuduğu üniversite değişkenine ilişkin alan yazın incelendiğinde; Dilmaç, ve Ekşi (2008) yaptığı araştırmada üniversite öğrencilerinin okuduğu bölümlere göre benlik saygısının farklılığı sonucuna ulaşmıştır. Buna karşılık, Özdayı (2019) farklı bölümlerde öğrenim görmekte olan lisans öğrencileri üzerine yaptığı araştırmada benlik saygısının okuduğu bölüme göre farklılaşma olmadığı kanıtına varmıştır. Öğrencilerin iyimserlik düzeyleri ile ilgili araştırma bulguların destekleyen çalışmalar; Maraş Taşkın (2019) yüksek lisans tez çalışmasında yapmış olduğu araştırmada öğrencilerin iyimserlik düzeyleri gittiği bölüm değişkenleri arasında farklılaşma olmadığı sonucuna saptamıştır. Açıkgoz (2006) ve Toy (2007) araştırmalarında öğrencilerin okuduğu bölüme göre iyimserlik düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Şahin (2015) tarafından yapıldığı araştırmada üniversite öğrencilerinin gittiği fakülte ile iyimserlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin bulunduğu araştırmanın bulgularına ters düşmektedir.

### **4. Öğrencilerin iletişim becerileri, benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin sınıf, kardeş sayısı, baba eğitim durumu ve anne eğitim durumu değişkenlerine göre farklılaşma durumuna ilişkin sonuçlar:**

Bu araştırmanın bulgularına göre öğrencilerin iletişim becerileri, benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin sınıf, kardeş sayısı, baba eğitim durumu ve anne eğitim durumu değişkenlerine göre bir farklılaşma olmadığı sonucu tespit edilmiştir. Aşağıda bu bulgulara

ilişkin alan yazın tartışmalarına yer verilmiştir.

Erigüç, Şener, ve Eriş (2013), Görmüş, Aydın, ve Ergin (2013) yaptıkları araştırmada yukarıda belirtildiği gibi öğrencilerin iletişim becerileri öğrencilerin sınıf, kardeş sayısı, ailenin ekonomik durumu ve anne – baba eğitim durumu değişkenine göre farklılaşmadığı sonucunu tespit etmişlerdir. Benzer şekilde, Acar (2009)ve öğretmen adayları üzerine yaptığı araştırmada iletişim becerilerinin araştırmanın bulguların destekleyen bulgulara ulaşıldığı görülmüştür. Yılmaz (2007) yüksek lisans tez çalışma sonucunda iletişim becerilerinin sınıf ve kardeş sayısı değişkenlerine göre farklılaşmadığını sonucuna ulaşırken diğer yandan iletişim becerilerinin sosyo-ekonomik durumuyla anlamlı ilişki gösterdiğini tespit etmiştir. Özerbaş, Bulut, ve Usta (2007) tarafından yapılmış olduğu araştırmada iletişim becerilerin sosyo-ekonomik açıdan herhangi bir farklılaşma durumu olmadığı yorumunu yapmıştır. Dilekman, Başçı, ve Bektaş (2008) tarafından yapılmış araştırmada araştırmanın bulguların destekleyen sonuçlara ulaşımlardır. Tümkaya (2011) ve Pehlivan Baykara (2008) tarafından yapılan araştırma sınıf değişkeni açısından araştırmanın bulgularına ters düşmektedir.

Araştırmada iyimserlik düzeyleri ile ilgili yapmış oldukları araştırmalarda; Taşkın (2019) tarafından yapılmış araştırma sonucu sınıf, ailenin geliri ve baba eğitim durumu değişkenleri ile iyimserlik düzeyleri açısından araştırmanın bulgularını desteklerken anne eğitimi değişkeni ile iyimserlik düzeyleri arasında anlamlı farkın olduğu yorumunu yapmıştır. Şahin (2015) araştırma yaptığı üniversite öğrencilerin iyimserlik düzeyleri ile ailenin ekonomik durumu ve anne-babanın eğitim durumu değişkenlerine farklılık göstermezken, sınıf değişkenine göre anlamlı farkın olduğu durumuna saptamıştır. Akçeşme (2017) tarafından özel gereksinimli çocukların velileri üzerine yapmış olduğu araştırmada anne – babaların iyimserlik düzeyi ile aile ekonomik durumu değişkeni arasında anlamlı farkın olmadığı yorumunu yapmıştır. Buna karşı, Gülcan (2014) araştırmasında gelir düzeyi yüksek olan öğrencilerin iyimserlik düzeyi puanı diğer gruplara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Bu araştırmada öğrencilerin benlik saygısı ile sınıf, kardeş sayısı ve anne – baba eğitim durumları değişkenine göre de anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Araştırmanın bu bulguları, öğrencilerin benlik saygısı üzerine yapmış oldukları bazı çalışmaların bulgularına paralellik göstermektedir. Efiltili, ve Çıkılı (2017) tarafından yapılmış çalışmada öğrencilerin benlik saygısının sınıf düzeyine göre farklılaşmadığı yorumunu yapmıştır. Yüksekaya (1995) ve Akman ve Uyanık Balat (2004) tarafından üniversite öğrencileri

üzerinde yapmış olduğu çalışmada benlik saygısının öğrencilerin sınıf düzeyine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Ancak, Özdayı (2019) üniversite öğrencileri üzerine yapmış olduğu çalışmada benlik saygısının sınıf değişkenine göre anlamlı farkın bulunması, araştırmanın bulgusuna ters gelmektedir. Benzer şekilde, Ünüvar (2003) Konya ilindeki lise 1. 2. 3. Sınıf öğrencileri üzerine yapmış olduğu çalışmada benlik saygısı öğrencilerin sınıf düzeyine ve anne eğitim durumuna göre anlamlı fark gösterdiği sonucuna ulaşırken, baba eğitim durumu değişkeni durumu araştırma bulgusunu desteklemektedir. Sonuç olarak, öğrencinin ailesinen ve çevresinen alınan sosyal desteğin artması ve annelerin eğitim düzeyi yükseldikçe öğrencilerin de benlik saygısı artmaktadır. Demiriz ve Öğretir (2007) yaptıkları çalışma sonucunda, anne veya babanın eğitim düzeyi arttıkça, çocuklarının da benlik saygısı düzeylerinin de yükseldiği ve kendine güvenlerinin de arttığı sonucu elde edilmiştir. Bu çalışmaya göre anne veya babanın düşük eğitilmiş olması çocukta düşük benlik saygısına neden olmaktadır. Aliyev ve Kalgı (2014) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin baba eğitim durumundan etkilenmemesi araştırma bulgusunu desteklemektedir. Taşgit'in (2012) üniversite öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada öğrencilerin benlik saygısı ve karar verme düzeylerinin incelenmesini amaçladığı, 1855 üniversite öğrencinin katılımıyla yaptığı çalışmasının sonucunda, cinsiyet, sınıf, aktivite ve annenin çalışma durumu incelenerek benlik saygısı ile karar verme arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

#### **6.Öğrencilerin iletişim becerileri, benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin algılanan aile ekonomik durumu değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin sonuçlar:**

Öğrencilerin benlik saygısı algılanan aile ekonomik durumu değişkenine göre farklılaşırken iletişim becerileri ve iyimserlik düzeylerine göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Yani, algılanan aile ekonomik durumunun yüksek olması, öğrencilerin benlik saygısının da yüksek olmasını sağladığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma bulgusu ile ilgili alan yazın incelendiğinde; Aliyev ve Kalgı (2014) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin benlik saygılarının ailenin ekonomik durumundan etkilenmesi araştırma bulgusunu desteklemektedir. Benzer çalışma, sosyo-ekonomik durumdan lise öğrencilerinin benlik saygısını etkileyip ve etkilemeyeceğine dair yapılan çalışmada öğrencilerin benlik düzeyinin ekonomik durumdan etkilenmesi araştırma bulgusunu desteklemektedir (Balat ve Akman, 2004). Aktaş (2011), ergenlerin anne baba tutumlarının benlik saygısına yönelik algılarının etkisini araştırdığı

çalışmasında, aile gelir düzeyi arttıkça benlik saygısının da arttığını, anne-babasını demokrat olarak gören gençlerin büyüme ve benlik saygısının arttığını bulmuştur. ebeveynlerini koruyucu ve otoriter olarak gören çocuklardan daha yüksektir. Özetle, çalışmanın sonuçları, ebeveynlerin algıladıkları demokratik tutum düzeyi arttıkça benlik saygılarının da arttığını saptanmıştır. Ancak, Khaligova (2019) çalışma evrenini üniversite öğrencileri oluşturan çalışmasında, öğrencilerin aile gelir düzeylerine göre benlik saygıları arasında istatistiksel olarak anlamlı farkın olmadığını sonucu araştırma bulgusuna ters düşmektedir.

Öğrencilerin iletişim becerilerinin aritmetik ortalama değerleri incelendiğinde, aile durumları orta düzeyde olanların diğer gruplara göre daha yüksek iletişim becerilerine sahip olduğu, aile ekonomik durumu yüksek olan öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Özerbaş, Bulut, ve Usta (2007) tarafından yapılmış olduğu araştırmada iletişim becerilerin sosyo-ekonomik açıdan herhangi bir farklılaşma durumu olmadığı yorumunu yapmıştır. Buna karşılık Yılmaz (2007) yüksek lisans tez çalışması sonucunda iletişim becerilerinin sosyo-ekonomik durumuyla anlamlı ilişki gösterdiğini tespit etmiştir. Bu şekilde, Gülcan (2014) araştırmasında gelir düzeyi yüksek olan öğrencilerin iyimserlik düzeyi puanı diğer gruplara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Akçeşme (2017) tarafından özel gereksinimli çocukların velileri üzerine yapılmış olduğu araştırmada anne – babaların iyimserlik düzeyi ile aile ekonomik durumu değişkeni arasında anlamlı farkın olmadığı yorumunu yapmıştır.

### **9.Öğrencilerin iletişim becerileri ve benlik saygıları; iletişim becerileri ve iyimserlik düzeyleri; benlik saygıları ve iyimserlik düzeyleri arasındaki, farklılaşma durumuna ilişkin sonuçlar:**

Öğrencilerin iletişim becerileri ve benlik saygıları arasındaki farklılaşma durumuna bakıldığında, istatistiksel olarak orta düzeyde pozitif yönlü ilişkilerin olduğu ve iletişim becerileri ile iyimserlik düzeyi arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu durum, benlik saygısı arttıkça iletişim becerilerinin de arttığını göstermektedir.

Araştırmada ulaşılan bir diğer bulgu öğrencilerin iletişim becerileri ve benlik saygı ölçeklerinden alınan puanların orta düzeyde pozitif yönlü farkın olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazında araştırma bulgusunu destekleyen çalışmalar incelendiği zaman; Bakkal (2017) devlet memurları üzerinde yapmış olduğu çalışmasında benlik saygı

ölçeğinen aldıkları puan arttıkça iletişim becerisi envanterinin aldıkları puanın düşmekte olduğu duruma, yani negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşmıştır. Erözkan (2005) üniversite öğrencilerine yapmış olduğu araştırmada benlik saygısının ise iletişim becerilerinin önemli yordayıcılıkları olduğunu tespit etmiştir.

Benlik saygısı ve iyimserlik düzeyleri puanları incelendiğinde de iki ölçek arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir. Buna göre, öğrencilerin benlik saygıları arttıkça iyimserlik düzeyleri de artmaktadır. Araştırma bulgusunun destekleyen sonuca Parmaksız ve Avşaroğlu (2012) üniversite öğrenim gören öğretmen adayları üzerine yapmış olduğu çalışmada benlik saygısı ile iyimserlik düzeyleri arasında pozitif yönlü ilişkinin olduğu sonucu araştırma bulgusuna paralel gelmektedir. Benzer çalışma, Parmaksız (2011) yüksek lisans tez çalışmasında öğrencilerin benlik saygıları öğrencilerine verdiği puan ile iyimserlik ölçeğine verdiği puan arasındaki anlamlı farkın olduğu sonucuna ulaşmıştır. Avşaroğlu ve Üre (2007), yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinin karar verme ve stresle başa çıkma tarzlarını benlik saygısı üzerine incelemiş ve öğrencilerin benlik saygısının ikincil yönlerinin (benlik saygısı, imaj depresyonu, benlik saygısı, üretkenlik, kendine yeterlilik, özgüven, başarı) öz değerlendirme düzeylerini önemli ölçüde etkilemiştir. Bu bağlamda özgüveni yüksek öğrencilerin karar verirken daha özgüvenli oldukları tespit edilmiştir.

#### **10. Benlik Saygısı ve İyimserlik Düzeyi Değişkenlerinin İletişim Becerileri Üzerindeki Etkisine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizine İlişkin Sonuçlar.**

Çoklu Doğrusal Regresyon sonucunda benlik saygısı ve iyimserlik düzeyinin iletişim becerileriyle orta düzeyde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma bulgusu ile ilgili benzer ve destekleyen sonuçlara ulaşılan çalışmalar incelendiğinde; Akduman ve Karahan (2022) çalışmasında 195 meslek yüksek okulu öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada benlik saygısı değişkeninin iletişim becerileri üzerinde pozitif yönlü anlamlı etkisi olduğunu tespit etmiştir. Ancak, benlik saygısı ve iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların olmamasına rağmen araştırma bulgusunun alan yazınla karşılaştırmadıkların belirtmiştir. Ancak, benzer çalışmaların olduğu alan yazına bakıldığında zaman görülmüştür; Kutlu, Balcı ve Yılmaz (2004) tarafından yapılmış araştırmada iletişim becerileri eğitimi alan öğrencilerin iyimserlik düzeyi üzerinde anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşmıştır. Benlik saygısı ve iyimserlik düzeyi değişkenlerinin iletişim becerileri üzerindeki etkisine dair çalışmaların, alan yazın incelendiğinde kısıtlı olmasıyla birlikte araştırmada yer alan her iki değişkenin

iletişim becerileri üzerindeki etkisin araştırabilme imkanın sunmuştur.



## 5.2. ÖNERİLER

1. Araştırmada erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre iyimserlik düzeylerinin daha düşük olduğu görülmüştür. Bunun nedenlere araştırılıp erkek öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin yükseltme amacıyla çalışmalar yapılabilir.

2. Araştırmada, öğrencilerin okuduğu üniversite değişkenine göre bakıldığı zaman Oş Devlet Üniversitesi öğrencilerinin iletişim becerileri ve benlik saygıları araştırmadki diğer üniversite öğrencilerine göre daha düşük olduğu görülmüştür. Bunun nedenleri araştırılıp Oş Devlet Üniversitesi öğrencilerinin iletişim becerileri ve benlik saygılarını yükseltmek amacıyla çalışmalar yapılabilir.

3. Araştırma sonucundan yola çıkarak, öğrencilerin iletişim becerileri, benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin artırılması amacıyla üniversite çapında etkinlikler düzenlenebilir.

4. Araştırma da, öğrencilerin iletişim becerileri ile benlik saygıları ve iyimserlik düzeyleri arasındaki duruma bakıldığında, istatistiksel olarak orta düzeyde pozitif yönlü ilişkilerin olduğu görülmüştür. Araştırm sonucundan yola çıkarak öğrencilerin iletişim becerileri, benlik saygısı ve iyimserlik düzeylerinin artırılması amacıyla kısa süreli seminerler verilebilir.

5. Araştırmada, benlik saygısı ve iyimserlik düzeyinin iletişim becerileriyle orta düzeyde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ve araştırma bulgusuyla ilgili alan yazın incelendiğinde benzer araştırmalara rastlanmamıştır. Bu araştırma sonucundan yola çıkarak, belirtilen değişkenler üzerinde farklı bölümler ve farklı yaş gruplar oluşturularak çalışmalar yapılabilir.

## KAYNAKLAR

- Abraham, W. T. (2007). *Dispositional optimism and pessimism: stability, change, and adaptative recovery following life event experience*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Iowa State University, Iowa.
- Acar, F. (2007). Sözsüz iletişim. E. Arslan ve A. Ertürk (Ed.). *Genel ve teknik iletişim içinde (s. 45-61)*. İstanbul: Lisans Yayıncılık.
- Acar, V., (2009). *Öğretmen Adaylarının İletişim Becerileri*. Yüksek Lisans Tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Burdur.
- Açıkgöz, S. (2006). *Üniversite Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları ile Özyetkinlik ve İyimserlik İlişkisi: Ankara Üniversitesi Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Açıkgöz, S. (2006). *Üniversite Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları İle Özyetkinlik Ve İyimserlik İlişkisi: Ankara Üniversitesi Örneği*. *Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*. Ankara.
- Adair, J. (2004). *Etkili İletişim*, 2. Baskı, Çev: Ömer Çolakoğlu, Babiali Kültür.
- Akçeşme, F. (2017). *Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Ailelerin İyimserlik Düzeyleri Ve Stresle Başaçıkma Stillerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Özel Eğitim Anabilim Dalı Özel Eğitim Bilim Dalı. Konya.
- Akduman, G., ve Karahan, G. (2022). *Öznel İyi Oluş ve Benlik Saygısının İletişim Becerileri Üstündeki Etkisinin İncelenmesi: Sivil Havacılık Kabin Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinde Bir Alan Araştırması*. *Journal of Sustainable Educational Studies (JSES)*, 3(1), 10-23.
- Akkaya, M. A. (2018). *Önce İnsan, Önce İletişim: Bilgi ve Belge Yöneticileri İçin Halkla İlişkiler*. *Türk Kütüphaneciliği*, 32(1).
- Aktaş, S. (2011). *9. Sınıfta Anne Baba Tutumları Ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Akyol, Ü. (2011). *Ergenlerde İletişim Becerilerinin Yordayıcıları Olarak Öz-Duyarlık ve Mizah Tarzları*. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Üniversitesi Eğitim Bilimleri



Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı. Muğla.

- Aliiev, R., ve Kalgı, M. E. (2014). İlköğretim Öğrencilerinin Utangaçlık ve Benlik Saygısı Düzeylerini Etkileyen Faktörler. Araştırma Makalesi. *Turkish Journal of Education*. Volume 3 Issue 2.
- Alkan, V. (2013). *İletişim türleri. (Bülent Güven. (Ed.) Etkili iletişim*, Ankara: Pegem Akademi.
- Altıok, H. Ek, N.ve Korkulu, N. (2010). Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygı Düzeyi ile İlişkili Bazı Değişkenlerin İncelenmesi. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. cilt:1. sayı:1
- Arıcak, O.T. (1995). *Üniversite Öğrencilerinde Saldırganlık, Benlik Saygısı ve Denetim Odağı İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Asan, H. ve Dilmaç, B. (2020). Öğretmen Adaylarının Mizah Tarzları, Kişilik ve İyimserlik Düzeyleri Arasındaki Yordayıcı İlişkiler. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*. 3 (5), 66-77.
- Atan, A. (2016). *Aile İletişim Becerileri Psiko Eğitim Programının Ebeveynlerin İletişim Becerilerine, Çift Uyumuna, Evlilik Doyumuna Ve 5-6 Yaş Çocukların Sosyal Duygusal Uyumuna Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Avcı, M. (2006). Ergenlikte Toplumsal Uyum Sorunları. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7 (1), 39-63, Erzurum.
- Avşaroğlu, S. ve Üre, Ö. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar Verme ve Stresle Başaçıkma Stilllerinin Benlik Saygısı ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 18, 85-100.
- Ayan, A. (2017). İyimserlik ve Umutsuzluk Düzeyinin Yaşam Doyumu Üzerine Etkisi: Lise Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. Eskişehir.
- Azimi, M. (2021). *Okul Müdürlerinin İletişim Becerileri İle Öğretmenlerin İş Doyumu Ve Örgütsel Sessizlik Tutumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi (Erzurum İli Örneği)*. Doktora Tezi. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim

Bilimleri Ana Bilim Dalı, Erzurum.

- Bakkal, G. (2017). *Devlet Kurumunda Çalışan Memurların Benlik Saygıları İle İletişim Becerileri Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı.
- Balat, G.U., Akman, B. (2004). Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(2), 175-183.
- Balcı, S. ve Yılmaz, M. (2002). İyimserlik ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *On Dokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 14, 54-60.
- Baltaş, A ve Baltaş, Z. (2014). *Bedenin Dili*. Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Başak-Ergün, B. ve Can, G. (2018). *Düşük Gelirli Ailelerden Gelen Üniversite Öğrencileri Üzerinde Öz-duyarlılık, Sosyal Bağlılık ve İyimserlik ile Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. İlköğretim Online, 2018; 17(2): s.768-785.
- Başer, M., Boyat, M. Ve Taşçı, S. (1998). *Öğrencilerin Benlik Saygılarının Belirlenmesi*. Hemşirelik – Ebelik Eğitim ve Uygulamalarında Kalite Sempozyumu, 145-151
- Baymur FB. (2015). *Genel Psikoloji*. İstanbul. İnkılap Kitap.
- Berns R. (1986). *Razvitie Ā - konüepüii i vospitanie*. M.: Progress, 420s.
- Bıçakçı, Ğ. (1998). *İletişim ve Halkla İlişkiler*. MediaCat Yayınları, Ankara.
- Bilen, M. (1995). *Sağlıklı İnsan İlişkileri*. Armoni Yayınları, İstanbul.
- Bilgin, N. (2007), *Sosyal Psikoloji Sözlüğü Kavramlar Yaklaşımlar*. Ankara, Bağlam Yayıncılık.
- Bostancı, Ö., Oda, B., Şebin K. ve Erail. S. (2017). 11–13 Yaş Öğrencilerin Spor Yapma Durumlarına Göre İyimserlik İle Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. Cilt: 19, Sayı:4, Aralık 2017 ISSN: 1302-2040
- Bozkurt Bulut, N. (2004). İlköğretim sınıf öğretmenlerinin iletişim becerilerine ilişkin algılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(4), 443-452.
- Bülbül, A. R. (2001). *İletişim ve Etik, Nobel Yayın Dağıtım*, 2. Baskı, 302 s, Ankara.

- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni, SPSS Uygulamaları ve Yorum*. Ankara: Pegem Akademi.
- Çağlar , G. (2019). *Anne-Baba İletişim Becerilerinin 60-66 ay Grubu Çocukların İletişim Becerilerine Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Temel Eğitim Anabilim Dalı Okul Öncesi Öğretmenliği Yüksek Lisans Programı. İstanbul.
- Çalapkulu, Ç. (2015). *Kişilerarası İletişim Sürecinde Romantik Eşlerde İletişim ötesi İletişim Aktörlerin Kullanımı: Anadolu Üniversitesi İletişim Bilimleri Fakültesi Öğrencileri Örneği*. Yayınlanmış Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Eskişehir.
- Çalışkan, H. ve Uzunkol, E. (2018). Ergenlerde İyimserlik-Kötümserlik Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*. 6(2), 78-95.
- Çankaya, B. (2007). *Lise I. Ve II. Sınıf Öğrencilerinin Algılanan Benlik Saygısının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çeçen, A. R. ve Koçak, E. (2007). Deneysel Bir Çalışma: İlköğretim II. Kademe Öğrencilerine Uygulanan Benlik Saygısı Programının Öğrencilerin Benlik Saygısı Üzerindeki Etkisi. *EurasianJournal of EducationalResearch*, 27, pp, 59-68.
- Çelik, M. (2020). Dördü Bir Arada: Kariyer Uyumunun Yordayıcıları Olarak İyimserlik, Umut, Bölüm Uygunluğu ve İstihdam Edilebilirlik. *AJER - Academia Eğitim Araştırmaları Dergisi* 2020, 5(2), 293-305
- Çelikel, M. (2019). *Narsist Kişilik Özelliklerinin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı ile Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çetinkaya, Z. (2011). Türkçe Öğretmen Adaylarının İletişim Becerilerine İlişkin Görüşlerinin Belirlenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*. Mayıs, 2020. Cilt:19 No:2. 567-576
- Challenger, C. (2005). Doctoral Dissertation. *The Florida State University College of Education*, Florida.
- Çiftçi, S. ve Taşkaya, S.M. (2010). *Sınıf öğretmeni adaylarının öz yeterlik ve iletişim*

*becerileri arasındaki ilişki*. 9. Ulusal Sınıf Öğretmenliği Eğitimi Sempozyumu (ss. 509-512), 20 -22 Mayıs 2010 Elazığ.

Cihangir-Çankaya, Z. (2011). *Kişilerarası ilişkiler ve etkili iletişim. İçinde, Alim K. (Ed.)* *Kişilerarası İlişkiler ve İletişimde Dinleme*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık. ss. 35-68.

Cüceloğlu, D. (2002). *Yeniden İnsan İnsana*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Cüceloğlu, D. (2005). *İnsan ve davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi

Cüceloğlu, D. (2007). *Keşke'siz bir yaşam için iletişim donanımları* (27. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.

Cüceloğlu, D. (2008). *Yeniden İnsan İnsana*. (38. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.

Cüceloğlu, D. (2011). *İnsan ve Davranışı Psikolojinin Temel Kavramları*. İstanbul. Remzi Kitabevi, 28. Baskı.

Demir, R. ve Murat, M. (2017). Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*. 7 (13). ss. 347-378.

Demiriz, S. Öğretir, A. D. (2007). Alt ve Üst Sosyo Ekonomik Düzeydeki 10 Yaş Çocuklarının Anne Tutumlarının İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(1), 105-122

Demirtaş, S. (2021). *Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumu, Benlik Saygısı, Depresyon ve Yaşam Doyumu Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.

Didin, N. (2021). *Öğretmen Adaylarının Yaşam Boyu Öğrenme ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Temel Eğitim Ana Bilim Dalı, Erzincan.

Dilekman M. Başcı Z ve Bektaş F. (2008) Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin İletişim Becerileri. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 12(2):223-231.

Dilmaç, B., ve Ekşi H., (2008). Meslek Yüksek Okullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Yaşam Doyumları ve Benlik Saygılarının İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*.20: 279-289.

- Doğan, E. (2009). *Meslek Liselerinde alışan ğretmenlerin Őstbiliř Becerileri ile Sosyal Uyumları Arasındaki İlişki*. Yũksek Lisans Tezi. Yeditepe Őniversitesi Sosyal Bilimler Enstitũsũ, İstanbul.
- Dŕkmen, Ő. (2008). *İletişim atışmaları ve empati* (39. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Dŕkmen, Ő. (2015). *Sanatta ve Gũnlũk Yaşamda İletişim atışmaları ve Empati*. (53. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Dursun, P. (2021). Őniversite ğrencilerinde Öznel İyi Oluş: Yaşamda Anlam, İyimserlik ve Umudun Rolũ. *İstanbul Gelişim Őniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8 (2), ss. 387-404.
- Efilti, E., ve ıkılı, Y. (2017). Özel Eğitim Bŕlũmũ ğrencilerinin Benlik Saygısı İle Mesleki Benlik Saygısının İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Őniversitesi Eğitim Fakũltesi Dergisi*, 17 (1), 99-114.
- Ekici, M. K. (2013). *İletişim*. Ankara: Savaş Kitap ve Yayınevi.
- Ekşi H., Sevim E., Kurt, B. (2016). *Psikolojik Doğum Sırası İle Yetersizlik Duygusunun Yetişkin Bağlanma Stillerini Yordama Dũzeyinin İncelenmesi*. Elementary Education Online.
- Erdoğan, E. (2020). *Őniversite ğrencilerinde Aleksitimi, Öfke ve Öfke İfade Tarzları İle İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yũksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Őniversitesi. Lisansũstũ Eğitim Enstitũsũ. Psikoloji Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Erdoğan, Ğ. (2006). *Teori ve Pratikte Halkla İlişkiler*. Erk Yayınları, Ankara.
- Erdoğdu, M. Y. (2021). *The Mediating Role of Academic Achievement in The Relationship Between Optimism (Life Orientation) and Life Satisfaction*. Education and Science 2021, Vol 46, No 205, 395-407
- Erigũ, G., şener, T. ve Eriş, H. (2013). İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi: Bir Meslek Yũksekokulu ğrencileri Örneği. *Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi*, 16(1), 45- 65.
- Eriş, U. (2012). *Sŕzel iletişim*. E. N. Orhon ve U. Eriş (Ed.). *İletişim bilgisi içinde*. Eskişehir: Anadolu Őniversitesi Yayınları.
- Erkuş A. ve Gũnlũ, E. (2009). İletişim Tarzının ve Sŕzsũz İletişim Dũzeyinin alışanların

İş Performansına Etkisi. Beş Yıldızlı Otel İşletmelerinde Bir Araştırma. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*. 20.1

Eroğlu, F. (2007). *Davranış Bilimleri*. Beta Basım Yayın, İstanbul.

Erözkan, A. (2005). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Etkileyen Faktörler. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 22. 135-150 ss.

Erözkan, A. (2009). *The Predictors Of Loneliness in Adolescents*. Elementary Education Online, 8(3), 809-819.

Eryılmaz, S. (2012). *Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Sağlamlığı Yordamada, Yaşam Doyumu, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağının incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Muğla Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, MuğlaFakültesi Dergisi, 8(1),

Gençoğlu, C. (2012). *Duygu Odaklı Terapiye Dayalı Duygusal Farkındalık Eğitiminin Genç Yetişkinlerin İyimserlik Düzeylerine Etkisi*. Doktora Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.

Gençoğlu, C., Alkan E. ve Koçyiğit M. (2014). Bir Mit Olarak İyimserlik; Kızlar Mı Erkekler Mi Daha İyimser? *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*. Yaz-2014 Cilt:13 Sayı:50 (129-138)

Gençtan, E. (1981). *Benlik Gelişimi*. Psikanaliz ve Sonrası, Hürriyet Yayınları, İstanbul. (ss. 69- 122).

Goleman, D. (2000). *Duygusal zeka neden IQ'dan daha önemli?* (B. Seçkin Yüksel, Çev.). İstanbul: Varlık.

Goleman, D. (2009). *Duygusal Zeka*. Varlık Yayınları, İstanbul.

Görmüş, A. Ş., Aydın, S. ve Ergin, G. (2013). İşletme Bölümü Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin Cinsiyet Rollerine Bağlamında İncelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, XV(1), 109-128.

Gözüylmaz, A. (2011). *Evli Ergenlerde Beden İmgesi ve Benlik Saygısının Gebelik Durumuna Göre İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Gülbahçe, Ö. (2017). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12 (2).

Gülcan, A. (2014). *Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumunu üzerindeki*

*etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Günay, A. ve Çelik, R. (2019). Kariyer Stresinin Psikolojik İyi Oluş ve İyimserlik Değişkenleriyle Yordanması: Halkla İlişkiler ve Tanıtım Öğrencileri Örneği. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 1 (33), s.205-218.

Güngör, A. (2001). *Anne-Baba-Çocuk İletişimi-İletişim ve Önemi*. Gazi Üniversitesi Anaokulu / Anasınıfı Öğretmeni El Kitabı. İstanbul.

Gürşen Ortacıoğlu, s., (2009). Müzik öğretmeni adaylarının benlik saygısı düzeyleri ile akademik ve çalgı başarılarının karşılaştırılması. *Dicle Ün. Ziya Gökalp Eğitim Fak. Dergisi*, 13:141-150.

Hamarta, E., Arslan, C., Özyeşil, Z., Saygın, Y. (2009). Benlik Saygısı ve Akılcı Olmayan İnançlar. *Değerler Eğitimi Dergisi*, s. 25-42.

Hırlak, B., Taşlıyan, M. ve Sezer, B. (2017). İyimserlik ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki, Demografik Özellikler Bağlamında Algı Farklılıkları: Bir Alan Araştırması. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 7(1), 95-116.

İkiz, F. E. (2000). *Farklı Liselerdeki Ergenlerin Benlik Saygısı, Akademik Başarı ve Sürekli Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişkili*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

İnanç, B. Y. , & Yerlikaya, E. E. (2011). *Kişilik kuramları*. Ankara: Pegem Akademi.

Karaca, M. (2016). Sosyolojik Perspektiften İletişim. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(57), 626-648.

Kararımk, Ö. (2007). *Investigation of personal qualities contributing to psychological resilience among earthquake survivors: A model testing study*. Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Karasar, N. (2014) *Bilimsel Araştırma Yöntemi, Kavramlar, İlkeler, Teknikler*. Beşinci Basım. 3A Araştırma Eğitim Danışmanlık. Ankara.

Karataş, Z. (2014). Problem Çözme Becerileri ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Aracı Rolü: Bir Yapısal Eşitlik Modeli Çalışması. *Mehmet Akif*

*Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (30), 118- 140.

- Kartal, M. A. (2013). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Bazı Değişkenlere Göre Öznel İyi Oluş Ve İletişim Beceri Düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi. Ondokuzmayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Samsun.
- Kaşkin, V. (2000). *İletişim Teorisine Giriş. Voronej*: VGTU Yayınevi 175 s. (Rusça)
- Kaya, A. (2006). *Yönetimde İnsan İlişkilerinin Sırları*. Eğitim Kitabevi Yayınları, Konya.
- Kaya, D. Ş. ve Zerenler, M. (2014). *Çalışma Hayatında Psikolojik Sermaye, Mesleki Bağlılık ve Kariyer Planlamasına Genel Bakış*. Nobel Yayınevi, Ankara.
- Kayım, F. ve Ayaz, M. (2019). 3-4 Yaş Grubu Çocuklarda Benlik Kavramı ve Ebeveyn Tutumlarının Cinsiyetler Açısından Karşılaştırılması. *İstanbul Aydın Üniversitesi Dergisi*, 11(3), 241-254.
- Kesken J. ve Ayyıldız N. A. (2008). *Liderlik Yaklaşımlarında Yeni Perspektifler: Pozitif ve Otantik Liderlik*. Ege Akademik Bakış/Ege Academic Review, 8 (2): 729-754.
- Khaligova F. (2019). *Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki*. İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Kılıçgil, E., Bilir, P., Özdiñ, Ö., Eroğlu, K. ve Eroğlu, B. (2009). İki Farklı Üniversitenin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2009, VII (1) 19-28
- Kılıçaslan, E.Ç. (2014). *İletişim Kurma Becerileri*. Paradigma Akademi Yayınları, Ankara.
- Kızılçelik, S. ve Erjem, Y. (1992). *Açıklamalı sosyoloji terimler sözlüğü*. Konya: Göksu Matbaası.
- Koç, B., Terzi, Y. ve Gül, A. (2015). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri İle Kişilerarası Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*. Sayı: 4/1 2015 S. 369-390. Türkiye.
- Koçoğlu, S. (2021). *Üniversite Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılıklarının İletişim Becerilerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- König, G. Ç. (1992). Dil ve Cins: Kadın ve Erkeklerin Dil Kullanımı. *Dilbilim*



*Araştırmaları Dergisi*, 25-36.

Koser, İ. E. ve Barut, Y. (2020). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri, Problem Çözme Becerileri ve Bağlanma Stilleri İlişkisi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi-International Journal of Society Researches*.15 (23).

Kunda, Z. (1999). *Social Cognition: Making Sense of People*. The MIT Press.

Kutlu, M. Balcı, S. ve Yılmaz, M. (2004). *İletişim Beceri Eğitiminin Öğrencilerin Kendini Ayarlama ve İyimserlik Düzeylerine Etkisi*. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı,6-9 Temmuz 2004 İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Malatya.

Maraş Taşkın, G. (2019). *Üniversite Öğrencilerinin İyimserlikleri ve Sistemi Meşrulaştırma Eğilimleri*. Yüksek lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Mermertaş, A. (2020). *Üniversite Öğrencilerinde Flört Şiddeti, Depresyon ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Kuramı. İstanbul.

Molchanova, L.N. (2015). *Resilience as a factor of resistance to mental burnout of representatives of extreme professions*. Clinical and medical psychology: research, training, practice. 4 (10), pp. 2. (In Russian)

Mruk, C.J. (2006). *Self-Esteem research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self-esteem*. APA PsycNet: <https://psycnet.apa.org/record/2006-07093-000>, (06.03.2022)

Mutlu, E. (2004). *İletişim sözlüğü (4. Baskı)*. Ankara: Ark Yayınevi.

Oktan, V., Şahin, M. (2010). Kız ergenlerde beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 544-556

Oskay, Ü. (2001). *İletişimin A,B,C'si*. Der Yayınları. İstanbul.

Otacıoğlu, S. G. (2009). Müzik Öğretmeni Adaylarının Benlik Saygısı Düzeyleri İle Akademik ve Çalgı Başarılarının Karşılaştırılması. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 141-150.

Özbey, H. (2019). *Lise Öğrencilerinde Beden Algısı ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Akşehir ilçesi örneklemi)*. Yüksek Lisans

Tezi.Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyon.

- Özdayı, N. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısının Bazı Demografik Bilgilere Göre İncelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*. Cilt 3, Sayı 1, 69-80
- Özer, A. ve Zencir, T. (2017). *Üniversite Öğrencilerinin İyimserlik Düzeyleri ve Kariyer Fuarlarına Katılmaları ile İş-Arama Davranışları Arasındaki İlişkide Özyetkinliğin Aracı Rolü*. 27. Uluslararası Eğitim Bilimleri Kongresi Tam Metin Kitabı. ss. 1813-1821.
- Özerbaş, M. A., Bulut, M. ve Usta, E. (2007). Öğretmen Adaylarının Algıladıkları Letm Becers Düzeylernn incelenmes. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eitim Fakültesi Dergisi* (KEFAD) Cilt 8, Sayı 1, (2007), 123-135 123
- Özkalp, E. (2009). “*Örgütsel Davranışta Yeni Bir Boyut: Pozitif (Olumlu) Örgütsel Davranış Yaklaşımları ve Konuları*”. 17. Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi, 21-23 Mayıs 2009, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İşletme Bölümü, ss. 491-497.
- Özkan, İ. (1994). *Benlik saygısını etkileyen etkenler*. *Düşünene Adam*; 7 (3): 4-9.
- Özmen, D. S. (2014). *İlköğretim Öğrencilerinin Aile Bağları ve Ailede Şiddet Görme Durumunun Benlik Saygısına Etkisi*. Tez Arşivi: <https://tezarsivi.com/ilkogretim-ogrencilerinin-aile-baglari-ve-ailede-siddet-gormedurumunun-benlik-saygisina-etkisi>, (05.03.2022).
- Öztürk, A. ve Çetinkaya, R.S. (2015). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri İle Tinsellik, İyimserlik, Kaygı Ve Olumsuz Duygu Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 42, ss. 335-356
- Panfilova, A. (2011). İletişim Becerilerinin Geliştirilmesi İçin Yetkinlik Temelli Yaklaşım. *İnsan ve İletişim Dergisi*. 4 (29)
- Parmaksız, İ. (2011). *Öğretmen Adaylarının Benlik Saygısı Düzeylerine Göre İyimserlik Ve Stresle Başaçıkma Tutumlarının İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Bilim Dalı. Konya.
- Parmaksız, İ. (2019). İyimserlik, Özgecilerlik ve Medeni Durumun Psikolojik Dayanıklılık Üzerindeki Etkileri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 48: 285-302.

doi: 10.9779/pauefd.576186

- Parmaksız, İ., ve Avşaroğlu, S. (2012). *Öğretmen Adaylarının Benlik Saygısı Düzeylerine Göre İyimserlik ve Stresle Başa Çıkma Stillerinin İncelenmesi*. Elementary Education Online, 11(2), 543-555.
- Paşalı-Taşoğlu, N. (2009). *Pazarlama iletişimi (bütünleşik bir yaklaşım)*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Pehlivan Baykara, K. (2008). Sınıf öğretmeni adaylarının sosyo-kültürel özellikleri ve öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları üzerine bir çalışma. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(2), 151-168.
- Peterson, C. (2000). "The Future of Optimism". *American Psychologist*, 55 (1): 44-55.
- Şahin, B. (2019). *Benlik Saygısı, Stresle Başa Çıkma Tarzları ve Psikolojik İyi Oluş: Bir Model Denemesi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Şahin, E. , Barut, Y., Ersanlı, E. ve Kumcağız, H. (2014). *Self-Esteem and Social Appearance Anxiety: An Investigation of Secondary School Students*. *Journal of Basic Applied Science Research*, 4(3),152-159.
- Şahin, Y. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk, İyimserlik Ve Özgeçmiş Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık. Tokat.
- Sapmaz, F. ve Doğan, T. (2012). Mutluluk ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak İyimserlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8 (3): 63-69.
- Saraç, C. (2006). Sözlü İletişim Becerileri Açısından Türk Dili ve Edebiyatı Eğitimi. *Milli Eğitim Dergisi*, 34 (169).
- Sarıkaya, A. (2015). *14-18 Yaş Arası Ergenlerin Benlik Saygısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi.
- Seçer, İ. (2017). *SPSS ve LISREL ile pratik veri analizi: Analiz ve Raporlaştırma*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Seki, T. (2020). *Benlik Saygısı ve İlişkisel Faktörler: Bir Meta-Analiz Çalışması*. Doctoral

- dissertation, Necmettin Erbakan University.
- Seligman, M. E. P. (2007). *Öğrenilmiş İyimserlik, (Çev.)*. Semra Kunt, HYB Yayıncılık, Ankara.
- Serap Ç. (2019). *İlkokul Öğretmenlerinin Algıladıkları Yönetici İletişim Becerileri İle Öğretmenlerin Motivasyonu ve İş Doyumu Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırşehir.
- Sever, S. (1998). "Dil ve İletişim (Etkili Yazılı ve Sözlü Anlatım)". *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 31(1), 51-66.
- Sevindi, T. (2017). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Aleksitimi Düzeyleri İle İletişim Becerileri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tez. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı. Samsun.
- Silkü, H. A. (2008). *Halkla ilişkiler açısından iletişim becerileri ve liderlik*. Doktora Tezi. Ege Üniversitesi, İzmir.
- Şişman, B. (2016). *İletişim Becerileri ile Yetişkinlerdeki Bağlanma Biçimlerinden Psikopatoloji Belirtileri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Soğukpınar, E. (2014). *Rehber Öğretmenlerin Benlik Saygısı İle Mesleki Benlik Saygısı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. YL Tezi. İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı: Malatya.
- Taşgıt, M. S.(2012). *Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Karar Verme Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı: Karaman.
- Taşoğlu, N.(2009). *Pazarlama İletişimi (Bütünleşik Bir Yaklaşım)*. 1.Baskı, Detay Yayıncılık, Ankara.
- Tayfun, R. (2007). *Etkili iletişim ve beden dili*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Temel, F.Z. ve Aksoy, A. (2001). *Ergen Ve Gelişimi*. Ankara: Nobel Yayın.
- Tepe, O. (2021). *Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Yalnızlık ve İletişim*

*Becerileri İlişkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Mersin.

Tok, Ö. (2019). *Üniversite Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığının İletişim Beceriler ve Yalnızlık Algısı Bakımından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.

Toluç, G. (2020). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Düzeyleri ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkilerin Cinsiyetlere Göre İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi. Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.

Topaloğlu, B. (2019). *Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Etkileyen Faktörlerin Sıralı Logit ve Probit Modelleriyle Analizi*. Yüksek Lisans Tezi. Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Ekonometri Anabilim Dalı, Edirne.

Torun, S., Arslan, S., Nazik, E., Akbaş, M., Öner Yalçın, S. (2012). Hemşirelik Öğrencilerinin Benlik Saygısı Ve Boyun Eğici Davranışlarının İncelenmesi. *Cumhuriyet Tıp Dergisi*, s. 399-404.

Tufan, B., Yıldız, S. (1993). Geri Dönüş Sürecinde İkinci Kuşak. *Hacettepe Üniversitesi Yayınları*:Ankara.

Tümkaya, S. (2011). *Sınıf öğretmenliği öğrencilerinin iletişim becerileri ile öğretmenlik tutumlarının incelenmesi*. Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 20(2),49-62. Retrived from <http://193.140.54.124/edergi/genel/Giris.aspx>.

Türkel, Ç. (2010). *İlköğretim Öğrencilerinin Sportif Faaliyetlere Katılım Düzeyi İle Sosyal Uyum ve İletişim Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.

Türköz, S., Köroğlu, B. ve Şahin Kıralp, F. (2017). Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü Öğrencilerinin Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin ve İletişim Becerilerinin İncelenmesi. *International Journal of Humanities and Education*. 2017.

Tutar, H. ve Yılmaz, M. (2005). *Genel İletişim Kavramları ve Modeller*. Seçkin Yayınları, Ankara, 2005.

Uğurlu, O. (2011). Genel ve Zihinsel Sağlığın Yordayıcıları Olarak İyimserlik ve Karamsarlık. *Çankaya University Journal of Humanities and Social Sciences*, 8(1):81–90.

- Ünüvar, A. (2003). *Çok Yönlü Algılanan Sosyal Desteğin 15-18 Yaş Arası Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerisine ve Benlik Saygısına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı. Konya.
- Uslu, Z. K. (2007). Yeni İletişim Araçları ve Toplumsal Etkileri. *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi/Journal of Sociological Research*, 1, 224-234.
- Üstünel, G. (2011). *Etkili İletişim Becerileri ve Beden Dili*. Yüksek Lisans Tezi. Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ.
- Yavuzer, H. (2003). *Ana – Baba ve Çocuk İlişkisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2005). *Gençleri Anlamak*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yerlikaya, E. ve İnanç B.Y. (2008). *Kişilik Kuramları*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Yetişkin, G. (2016). *Ergenlerde İletişim Becerileri ve Utangaçlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Yetişkin, G. (2016). *Ergenlerde İletişim Becerileri ve Utangaçlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı. İstanbul.
- Yıldız, M. (2012). *Öğretmen Adaylarının Benlik Saygısı ve Kişilik Özelliklerinin Sahip Oldukları Değerler Açısından İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Yıldız, M. ve Çapar, B. (2010). Orta Öğretim Öğrencilerinde Benlik Saygısı İle Dindarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10(1).
- Yılmaz, H. (2016). Bir Derleme: Benlik Kavramına İlişkin Bazı Yaklaşımlar. *Sosyal Bilimler Dergisi*, (48), s. 79-89.
- Yılmaz, İ. ve Çimen, Z. (2008). Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının İletişim Beceri Düzeyleri. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(3), 3-14.
- Yüksekkaya, Y. (1995). *Üniversite öğrencilerinin benlik saygısının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Zillioğlu, M. (2007). *İletişim Nedir?*. Cem Yayınevi, İstanbul



## EKLER

### Ek 1. Etik Kurul İzin Belgesi



T.C.  
**KIRŞEHİR AHI EVRAN ÜNİVERSİTESİ**  
Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu



**Sayı** : E-51450103-050.01.04-00000306632  
**Konu** : Etik Kural Kararları

9.3.2021

#### DAĞITIM YERLERİNE

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulunun 04.03.2021 tarih ve 2021/1 sayılı kararları yazımız ekinde gönderilmiştir. İlgili kararların enstitünüz bünyesinde öğrenim gören öğrencilere bildirilmesi hususunda;

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Nur ÇETİN  
Kurul Başkanı

Dağıtım:  
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne  
Fen Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne

Ek:  
1- Ali BAKIRCI  
2- Aydın YURTTUTAN  
3- Ayşenur YILDIRIM  
4- Cem AKIN  
5- Emine Deniz KAYHAN  
6- Erhan ALTAŞ  
7- Evren ALTUN  
8- Ezgi FIDAN

**Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Belge Doğrulama Kodu: A6586E23-7B1E-4C9B-9A15-F6F1A41B4E18 Belge Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/kau-ehes>

Adres: Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Rektörlüğü Halkak. Münevverliği Merkezi (Bağbaşı)

Yerleşke / KIRŞEHİR

Faks No: 280 59 81

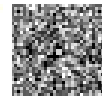
e-Posta: [iletisim@ahievran.edu.tr](mailto:iletisim@ahievran.edu.tr) İnternet Adresi: [www.ahievran.edu.tr](http://www.ahievran.edu.tr)

Kep Adresi: [ahievranuniversitesi@hs01.ksp.tr](mailto:ahievranuniversitesi@hs01.ksp.tr)

Belgi İçin: Hakan KILIC

Unvan: Memur (Ş)

2805981





- 9- Gülen DAĞISTAN YALÇINKAYA
- 10- Güler Gizem ALTINTAŞ
- 11- Hatice ŞABANOĞLU
- 12- Hilal ÖKSÜZ
- 13- Hilal YILMAZ
- 14- İbrahim ALPTEKİN
- 15- Mehmet ÇOMAK
- 16- Mehmet KART
- 17- Memduh ARSLAN
- 18- Murat ÇOKYAMAN I
- 19- Murat ÇOKYAMAN
- 20- Mustafa ALTINTAŞ
- 21- Nursultan DANİİAR UULU
- 22- Selver KILIÇARSLAN
- 23- Sema BALABAN GÖNEN
- 24- Songül BERİLGİN
- 25- Sümeyye Taşkın



**Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Belge Doğrulama Kodu: A6386E23-7B18-4C9D-9A15-F8FBA41B4E1E8 Belge Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/kamu-efyis>

Adres: Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Rektörlüğü Hukuk Müşavirliği Merkezi(Bağbaşı)

Yerleşke / KIRŞEHİR

Faks No: 280 59 81

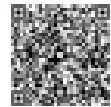
e-Posta: [iletisim@ahievran.edu.tr](mailto:iletisim@ahievran.edu.tr) İnternet Adresi: [www.ahievran.edu.tr](http://www.ahievran.edu.tr)

Kap Adresi: [ahievranuniversitesi@hs01.ksp.tr](mailto:ahievranuniversitesi@hs01.ksp.tr)

Belgi İçin: Hakan KILIÇ

Unvan: Memur (Ş)

2805981



<b>Değerlendirme Talebinde Bulunan Kişi/Kurum</b>	<b>Nursultan DANIAR UULU</b>		
<b>Değerlendirme Başvuru Tarihi</b>	18.12.2020		
<b>Değerlendirilmesi Talep Edilen Eserin/Araştırmanın Adı</b>	Türkiye ve Kırgızistan Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerisi, Benlik Saygısı ve İyimserlik Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından Karşılaştırması		
<b>Değerlendirilmesi Talep Edilen Araştırma/Ölçek/Anket/Görüşme Formu</b>			
<b>Değerlendirmeyi Yapan Etik Kurul</b>	KIRŞEHİR AHİ EVRAN ÜNİVERSİTESİ SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK KURULU		
<b>Değerlendirme Toplantı Bilgileri</b>	Yeri	Tarihi	Saati
	İktisadi ve İdari Bilimleri Fakültesi Dekanlığı Makam Odası	04.03.2021	13:00
<b>Karar No</b>	Karar Tarihi	<b>04.03.2021</b>	
	Karar No	<b>2021/1/23</b>	
<b>Karar Sonucu</b>	( X ) Kabul	( X ) Oybirliği	
		( ) Oy Çokluğu	
	( ) Ret	( ) Oybirliği	
		( ) Oy Çokluğu	


Etik Kurulumuz, yukarıda başvuru bilgileri yer alan eser/araştırma için toplanarak bilimsel araştırmalar ve yayın etiği açısından değerlendirme yapmış ve aşağıda gerekçesi açıklanan karar(lar)ı almıştır:

**Karar ve Gerekçesi**

**Nursultan DANIAR UULU**'a ait "Türkiye ve Kırgızistan Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerisi, Benlik Saygısı ve İyimserlik Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından Karşılaştırması" konulu proje araştırmasının bilimsel araştırmalar etiği açısından yapılan değerlendirmesinde kabulüne,  
***Oy birliğiyle karar verilmiştir.***

**Etik Kurul Başkanı  
Prof. Dr. Nur ÇETİN**

## Ek 2. Ölçek İzinleri

 **Seher Balcı** <[Redacted]> пн, 6 дек. 2021 г., 13:15 ☆ ↶ ⋮  
кому: мне ▾


🗨️ турецкий ▾ > русский ▾ [Перевести сообщение](#) ×

Nursultan Merhaba  
Her iki ölçeğimizi de kullanabilirsin. Senden istediğimiz sonuçlarını bizimle paylaşman  
Ahi Evran'daki Hocan kim bilmiyorum ama bu uygulamaları yapacaksın iletişim becerileri ve iyimserlik ölçeğinin Kırgızistan'da geçerlik ve güvenilirliğine bakıp ortak (hocan sen ve ben) bir yayın da yapabiliriz hocana bu mesajı da iletirsen sevinirim ben cep tlf yazayım benimle iletişime geçerse sevinirim  
Kolay gelsin  
Prof. Dr. Seher BALCI ÇELİK  
Te [Redacted]

---

**Kimden:** "Нурсултан Данияров" <[Redacted]>  
**Kime:** "Seher Balcı, Eğitim Fak., 5370" <[Redacted]>  
**Gönderilenler:** 5 Aralık Pazar 2021 17:21:08  
**Konu:** İletişim Becerisi Envanteri ve İyimserlik Ölçeği

/// // // // //

 **Tolga Arıcak** <[Redacted]>  
кому: мне ▾

🗨️ турецкий ▾ > русский ▾ [Перевести сообщение](#)

Sayın Daniyar Uulu,

Benlik saygısı ölçeği ektedir. Çalışmanızda kullanabilirsiniz.

Osman Tolga ARICAĞ  
Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi  
Hasan Kalyoncu Üniversitesi

Нурсултан Данияров <[Redacted]>, 5 Ara 2021 Paz, 17:25 tarihinde şunu yazdı:  
⋮

### Ek 3. Kullanılan Ölçme Araçları

#### KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın Katılımcı,

Bu Form, Yüksek Lisans tez çalışması için gerekli verilerin toplanması amacıyla hazırlanmıştır. Elde edilen bilgiler bu amacın dışında kullanılmayacak ve yayınlanmayacaktır. Aşağıda bilgi edinilmesi gerekli olan konulara yönelik sorular yer almaktadır. Kimlik bilgilerinize ilişkin soru bulunmamaktadır, bu nedenle her soru için oldukça samimi ve içtenlikle cevap vermeniz istenmektedir. **Her maddeyi eksiksiz cevaplandırırdığınızdan emin olun.**

Katılımınız için teşekkür ederim.

- 1. Cinsiyetiniz:**      ( ) Kadın      ( ) Erkek
- 2. Yaşınız:**      ( ) 17-19      ( ) 20-23      ( ) 24- 26      ( ) 27 ve üzeri
- 3. Okuduğunuz üniversite:**
- ( ) Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi
- ( ) Kırgızistan Türkiye Manas Üniversitesi
- ( ) Kırgızistan Oş Devlet Üniversitesi
- 4. Sınıfınız:**      ( ) 1. Sınıf      ( ) 2. Sınıf      ( ) 3. Sınıf      ( ) 4. Sınıf
- 5. Kaç kardeşiniz?**
- ( ) Tek çocuk      ( ) 2 kardeşiz      ( ) 3 kardeşiz      ( ) 4 ve üzeri
- 6. Ailenizin ekonomik durumu:**
- ( ) Yüksek      ( ) Orta      ( ) Düşük
- 7. Babanızın eğitim durumu:**
- ( ) Okur-yazar      ( ) İlkokul      ( ) Ortaokul      ( ) Lise
- ( ) Üniversite      ( ) Yüksek lisans ve üzeri
- 8. Annenizin eğitim durumu:**
- ( ) Okur-yazar      ( ) İlkokul      ( ) Ortaokul      ( ) Lise
- ( ) Üniversite      ( ) Yüksek lisans ve üzeri

## İLETİŞİM BECERİLERİ ENVANTERİ

**Açıklama:** Aşağıda insan ilişkileriyle ilgili tutum ve davranış ifadeleri bulunmaktadır. **Genel olarak insanlarla iletişim kurarken nasıl davrandığınızı, neler düşündüğünüzü ve neler hissettiğinizi anlatan aşağıdaki ifadelerin size uygunluk derecesini belirtmeniz istenmektedir. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. İfadeler, “Her zaman (A), Genellikle (B), Bazen (C), Nadiren (D), Hiçbir zaman (E)” karşılığındadır. Her ifadeye ilişkin beş seçenekten yalnız birini işaretlemeniz ve cevapsız bırakmamanız gerekmektedir. Lütfen her ifadeyi cevaplayınız.**

Aşağıda İletişim becerileri envanterinden örnek sorular verilmiştir:

1. İnsanları anlamaya çalışırım
2. Dikkatimi karşımdakinin ilgi alanı üzerinde toplayabilirim.
3. İnsanları dinlerken sıkıldığımı hissederim.
4. İletişimde bulunduğum kişinin yüzüne baktığım halde sözlerini dinlemediğim olur.
5. İnsanlarla görüşürken, bilerek onları rahatlatacak şeyler yaparım.
6. Konuşurken sözümün kesilmesinden rahatsız olurum.
7. İletişim kurduğum kimselerden bir şeyler alır ve onlara da bir şeyler verdiğimi hissederim.
8. Kendimi karşımdakinin yerine koyarak, duygu ve düşüncelerini anlamaya çalışırım.

## BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

**YÖNERGE:** Sevgili öğrenci arkadaşlarım, aşağıda sizin yanıtlamanız gereken bazı ifadeler sunulmuştur. Lütfen her ifadeyi dikkatlice okuyun ve size uygunluk derecesine göre cevap kağıdında bulunan (**Tamamen Katılıyorum, Katılıyorum, Kararsızım, Katılmıyorum, Hiç Katılmıyorum**) seçeneklerinden size uygun olanının yandaki parantezin içine bir çarpı işareti (X) koyunuz. Bir ifadeyi okuduktan sonra aklınıza ilk geleni işaretleyiniz, işaretsiz ifade bırakmayınız. Olmak istediğiniz durumu değil, gerçekte varolan tutumunuzu belirtiniz. İfadelerin *doğru* ya da *yanlış* cevabı yoktur. Önemli olan sizin nasıl hissettiğinizdir. İlgi ve yardımınız için teşekkür ederim.

Aşağıda benlik saygısı ölçeğinden örnek sorular verilmiştir:

1. Diğer insanlar tarafından sevilecek özelliklere sahip
2. Çaresiz olduğumu düşünüyorum.
3. İnsanlar benimle olmaktan hoşlanırlar.
4. İhtiyaçlarımı karşılayabilecek yeterlikteyim.
5. Kararlarım bana ait değil.

## İYİMSERLİK ÖLÇEĞİ

**YÖNERGE:** Aşağıda bazı ifadelere yer verilmiştir. Her bir ifadeyi dikkatlice okuduktan sonra size en uygun seçeneği (Bana göre hiç değil), (Bana göre değil), (Bazen benim gibi), (Tam benim gibi) (X) işaretleyiniz. Bu bir sınav değildir. Doğru veya yanlış cevap yoktur.

Aşağıda iyimserlik ölçeğinden örnek sorular verilmiştir:

1. Yaşamaya devam edeceğimi sanmıyorum.
2. Hangi yasta olursam olayım yaşamın ilginç ve güzel yanlarını görmeye çalışırım.
3. Her ne kadar başarısız olsam bile kendimi başarısız bir insan gibi görmüyorum.
4. Her şeye rağmen hayatın yaşamaya değer olduğuna inanırım.
5. Her inisin bir çıkışı olduğunu düşünür ve umutsuzluğa kapılmam.
6. Ufak şeylerden bile haz duyarım.
7. Her acının sonunda mutluluk olduğuna inanırım.

## ÖZGEÇMİŞ

### Kişisel Bilgiler

Ad Soyad: Nursultan DANIİAR UULU

Yabancı Dili: Türkçe, İngilizce, Rusça,

### Eğitim Bilgileri

Ön Lisans: Kırgızistan Oş Devlet üniversitesi, Muhasebe bölümü (2011-2014)

Lisans: Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik (2016-2019)

Yüksek Lisans: Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans (2019-2022)

### Yayımlar

Yeşil, R., & Daniyar uulu, N. (2020). *Kırgız Toplumunda İyi ve Kötü Öğretmen Profili: Öğretmen Adayı Perspektifi*. 3.Uluslararası Sosyal Bilimler Kongresi Özet E-Kitabı. Kayseri.

Aydın, D., & Daniyar uulu, N. (2022). Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi Öğrencilerinin Kişilerarası İletişim Yetkinliğinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi.