

DOI No: <http://dx.doi.org/10.14225/Joh1000>

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN UMUTSUZLUK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Esra BAYRAK AYAŞ*

Hande İNAN**

Mehmet KARTAL***

Atalay GACAR****

Ümit YETİŞ*****

Özet

Bu araştırmada, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırmanın evrenini, Adıyaman Üniversitesi, örneklemini ise 2016-2017 eğitim-öğretim döneminde Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmaya toplamda 147 kişi katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin, umutsuzluk düzeylerini ve demografik bilgilerini belirlemek amacıyla iki bölümden oluşan anket uygulanmıştır. Anketin birinci bölümü, araştırmaya katılan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin demografik bilgilerine yönelik altı soru içermektedir. Anketin ikinci bölümünde ise Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilen “Beck Umutsuzluk Ölçeği (*Beck Hopelessness Scale-BHS*)” yer almaktadır. Elde edilen veriler SPSS 15,0 istatistik programında analiz edilmiş ve verilerin istatistik geçerliliği için 0,05 anlamlılık düzeyi kabul edilmiştir.

Sonuç olarak; beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin yüksek düzeyde olduğu ve ölçeğin alt boyutlarından ise en yüksek puanı Motivasyon kaybı alt boyutunun aldığı belirlenmiştir. Ayrıca öğrencilerin yaş,

* Arş. Gör., Adıyaman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu

** Öğr. Gör., Adıyaman Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

*** Arş. Gör., Adıyaman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu

**** Yrd. Doç. Dr., Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

***** Adıyaman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu

cinsiyet, sınıf düzeyleri, ailelerinin gelir durumu ve ailenizin kaçınıcı çocuğusunuz gibi değişkenler ile umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: *Beden Eğitimi, Öğrenci, Umutsuzluk, Psikoloji*

Examining Hopelessness Levels of School of Physical Education and Sport Students

Abstract

In this study, examining of hopelessness levels of school of physical education and sport students in terms of different variables were purposed. The universe of study were consisted from Adıyaman University, the sample of study were consisted of school of physical education and sport students who studied in 2016-2017education season. Totally 147 person participated to the study. A questionnaire which one consisting from two parts were performed to determine demoghraphic informations and hopelessness levels of students. The first part of questionnaire includes six questions towards demoghraphic informations of school of physical education and sport students. In he second part of questionnaire there were ‘‘Beck Hopelessness Scale-BHS’’ that devoloped by Beck and his friends. Collected data were analyzed in SPSS 15 statistics program and 0,05 were considered as significance level for validity of data.

Consequently; hopelessness levels of school of physical education and sport students were high and among the sub dimensions of scale ‘‘loss of motivation’’ received higher scores were determined. Furhermore there were significant difference was encountered between hopelessness levels of students and variables of age, gender, class levels, income status of families and which (in order) child you are in your family.

Key Words: *Physical Education, Student, Hopelessness, Psychology*

GİRİŞ

Günümüz dünyasında teknolojinin hızla gelişmesine paralel olarak sosyal ve ekonomik koşullar hızlı değişim göstermektedir. Yaşanan bu değişim, gelecek ile ilgili sosyal ve ekonomik sorunları da beraberinde getirmektedir. Bu sorunların da bireylerde korku duygusunu umutsuzluk duygusuna dönüştürebilme potansiyeline sahip olduğu söylenebilmektedir. Bireyin özünde umut duygusu bulunduğu gibi zaman zaman umutsuzluk duygusu da bulunabilmektedir. Umut ve umutsuzluk kelimelerinin anlamları farklı olduğu gibi kişinin yaşam çerçevesinde de faklı rolleri bulunmaktadır. Araştırmacılar umut ve umutsuzluk kelimelerinin anlamalarını farklı şekilde yorumlamışlardır.

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi

Türk Dil Kurumu umut kelimesini, “olması beklenen veya olacağı düşünülen şey, ümit” olarak tanımlanmakta iken umutsuzluğun tanımını ise, “umutsuz olma durumu, ümitsizlik” olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2016).

Araştırmacıların bir kısmı umutsuzluğu bireyin kendisine karşı ve geleceğe karşı negatif beklenti olarak tanımlarken bir başka araştırmacı ise umutsuzluğu, kişinin içinde bulunduğu fiziksel, zihinsel veya toplumsal durumun düzelmeyeceğine ilişkin genel ruh halidir şeklinde tanımlamıştır. Ayrıca umutsuz kişinin, yaşamını ilgilendiren önemli konularda kötü gelişmelerin olacağı ya da en azından iyi şeyler olmayacağı beklentisinde olduğunu ve bu durumu hiçbir şeyin değiştirmeyeceğine inanmaktadır (Yıldırım, 2007).

Bazı araştırmacılar ise umutsuzluk kavramının üç tane ana karakteristik özelliği olduğunu belirtmişlerdir (Akt. Konukbay, 2005).

1. Çözüm oluşturmada yetersizlik (Motivasyonel semptomlar, kişinin fiziki boyutunda ortaya çıkar).

2. Kişinin hakkında umutsuzluk hissettiği sonucun, kısmen kendi tepkilerince kontrol edildiği gerçeğini anlamada güçlük (Bilişsel semptomlar, kişinin entelektüel boyutunda ortaya çıkar).

3. Üzüntü etkisi (Duygusal semptomlar, kişinin duygusal boyutunda ortaya çıkar)

Hem yurtdışında hem de ülkemizde psikolojik sorunlarda meydana gelen artış, bu sorunlara gösterilen ilgiyi de giderek arttırmaktadır. Çünkü bu sorunların yaygınlığı hem bireysel hem de toplumsal boyutta önemli bir sorun olarak görülmektedir. Türkiye’de umutsuzlukla ilgili yapılmış araştırmalar da çoğunlukla betimsel araştırmalardır. Oysa toplumdaki ve değer yargılarındaki hızlı değişme ve gelişmeler, fırsat eşitliğinin olmaması, işsizlik oranı, boşanma oranı, eğitim sisteminde yer alan sınavların nitelikleri ve işe yerleşme gibi güçlüklerden ötürü bu çağ nüfusu da çeşitli ruhsal sorunlar yaşamaktadır (Yerlikaya, 2006: 2, 5).

Özellikle üniversite yılları, gençlerin duygusal, davranışsal, sosyal ve fiziksel bir çok zorluğu bir arada yaşadığı bir dönemdir (Doğan ve ark. 1994). Yükseköğrenim görme şansının yarattığı sevincin yanı sıra aile ve alıştığı ortamdaki ayrılma ve yeni ortama uyum sağlama, yeni çevre ve arkadaş edinme, gelecekteki mesleği ve çalışma yaşamı ile ilgili kaygı gibi birçok sorunla da karşı karşıya kalmaktadır. (Aylaz ve ark. 2007) Bu sosyal, kültürel

ve ekonomik değişiklikler gençleri ruhsal açıdan olumsuz etkileyebilir (Bostancı ve ark. 2005; İnanç ve ark. 2004).

Umutsuzluğun bireyin yaşamını olumsuz etkilediği araştırmacılar tarafından da desteklenmektedir. Bu nedenden dolayı Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerini incelemek ve umutsuzluk düzeylerine etki eden faktörleri belirlemek çalışmamızın da amaçlanmıştır.

MATERYAL METOD

Bu araştırmanın evrenini Adıyaman üniversitesi örneklemini ise beden eğitimi ve spor yüksekokulunda okuyan öğretmenlik bölümü öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmaya toplamda 147 kişi katılmıştır.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak anket kullanılmıştır anket iki bölümden oluşmaktadır. Anketin birinci bölümünde araştırmaya katılan sporcuların kişisel bilgilerine yönelik 5 madde ikinci ölümden ise Beck ve diğerleri (1974) tarafından geliştirilen, Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS istatistik programında analiz edilmiş ve verilerin istatistik geçerliliği için 0,05 anlamlılık düzeyi kabul edilmiştir.

Beck Umutsuzluk Ölçeği (Beck Hopelessness Scale-BHS): Beck Umutsuzluk Ölçeği Beck ve diğerleri (1974) tarafından geliştirilen, bireyin geleceğe yönelik karamsarlık düzeyini belirlemeyi amaçlayan bir ölçektir. Beck Umutsuzluk Ölçeği, 20 maddeden oluşan geleceğe yönelik duygu ve düşünceleri belirten ifadelerden oluşmaktadır. Umutsuzluk ölçeğinin yanıtlanmasında; bireyden kendisine uygun gelen ifadeler için “doğru”, kendisine uygun olmayan ifadeler için “yanlış” şikkının işaretlenmesi istenmektedir. Bu ifadelerden 11 doğru, 9 yanlış yanıt anahtarı vardır. Bunlardan 2, 4, 7, 9,11, 12, 14,16, 17, 18, 20. sorulara verilen yanıt evet ise 1 puan;1, 2, 5, 6, 8, 10, 13, 15 ve 19. sorulara verilen cevaplar hayır ise 1 puan verilmektedir. Bunların aksi verilen cevaplarda ise “0” puan verilmektedir. Elde edilen toplam puan “umutsuzluk” puanını oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 0-20 arasında değişmektedir. Alınan puanın yüksek olması bireydeki umutsuzluğun yüksek olduğunu göstermektedir. Beck, Steer, Garbin (1988) denekleri yanıtlarına göre dört grup içinde sınıflandırmış ve; 0 ile 3 arası çok hafif umutsuzluk olduğunu, 4 ile 8 arası hafif umutsuzluk olduğunu, 9 ile 14 arası orta seviyede umutsuzluk olduğunu, 15 ile 20 arası

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi

şiddetli umutsuzluk olduğunu bildirmişlerdir. “Beck Umutsuzluk Ölçeği” nin Türkçe’ ye uyarlama çalışması Dilbaz ve Seber (1993) tarafından, güvenilirlik ve geçerlik çalışması Seber, Dilbaz, Kaptanoğlu, Tekin (1993) ve tekrar geçerlilik çalışması Durak ve Palabıykoğlu (1994) tarafından yapılmıştır. Ölçeği oluşturan ifadeler üç alt boyutta incelenmektedir. Ölçekte gelecekle ilgili duygular ve beklentiler; 1, 3, 7, 11, 18. maddelerden, motivasyon kaybı ile ilgili maddeler; 2, 4, 9, 12, 14, 16, 17, 20. ve umut alt boyutu ise 5, 6, 8, 10, 13, 15 ve 19. maddelerden oluşmaktadır. Ayrıca her bir faktörün güvenilirlik katsayıları hesaplanmış, "Gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler" faktörü için iç tutarlılık katsayısı .78, 'Motivasyon kaybı" faktörü için .72 ve "Umut" faktörü için .72 olarak bulunmuştur. (Durak ve Palabıykoğlu, 1994).

Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin analizinde beck umutsuzluk ölçeği puanı ile yaş, sınıf, ailenizin gelir durumu, ailenizin kaçınıcı çocuğusunuz, yaşamınızın çoğunu geçirdiğiniz yer durumu değişkenleri arasındaki farkı tespit etmek için “Independent Samples (t- testi)” kullanılmıştır. Cinsiyet ile arasındaki farkı tespit etmek için “tek yönlü varyans analizi (anova testi)” kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık içinse 0,05 anlamlılık düzeyi seçilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Araştırma Grubunun Demografik Değişkenlerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

DEĞİŞKENLER		f	%
Yaş	18-22	108	73,5
	23-27	24	16,3
	28-32	15	10,2
	Toplam	147	100
Cinsiyet	Bayan	56	38,1
	Erkek	91	61,9
	Toplam	147	100
Sınıf	1.sınıf	45	30,6
	2. sınıf	37	25,2
	3.sınıf	34	23,1
	4.sınıf	31	21,1
	Toplam	147	100

Yaşamınızın çoğunu nerede geçirdiniz	Köy	12	8,2
	İlçe	31	21,1
	Şehir	66	44,9
	Büyük Şehir	38	25,9
	Toplam	147	100
Ailenizin gelir durumu	Düşük	25	17,0
	Orta	122	83,0
	Toplam	147	100
Ailenizin kaçınıcı çocuğunuz	0-1	33	22,4
	2-3	46	31,3
	4-5	37	25,2
	6 ve üzeri	31	21,1
	Toplam	147	100

Tablo 1'e baktığımızda araştırmaya katılan sporcuların 56'sının (%38,1) Bayan, 91'inin (%61,9) erkek, 108'inin (%73,5) 18-22 yaş, 24'ünün (%16,3) 23-27 yaş, ve 15'inin (%10,2) 28-32 yaş arasında olduğu görülmektedir. Tablo tekrar incelendiğinde araştırmaya katılan sporcuların sınıf düzeylerinin 45'inin (%30,6) 1. sınıf, 37'sinin (%25,2) 2. Sınıf, 34'ünün (%23,1) 3.sınıf, 31'inin (%21,1) 4. Sınıf olduğu anlaşılmaktadır. Ayrıca araştırmaya katılan sporcuların 66'sı (%44,9) yaşamlarını şehir ortamında geçirdiklerini, 122'sinin (%83,0) ailelerinin gelir durumlarının orta düzeyde olduğunu ve 46'sının (%31,3) ailede en fazla üçüncü çocuk olduğu anlaşılmaktadır.

Tablo 2. Araştırma Grubunun Umutsuzluk Ölçeği ve Alt Boyutlarının Tanımlayıcı İstatistikleri

Alt boyutlar	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Gelecekle ilgili beklenti ve duygular	147	0,00	5,00	1,61	1,48
Motivasyon kaybı	147	0,00	8,00	3,71	2,12
Umut	147	0,00	7,00	2,10	1,97

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi

Umutsuzluk	147	0,00	13,00	5,33	3,25
------------	-----	------	-------	------	------

Katılımcıların umutsuzluk ölçeğine ait ortalama ve standart sapma değerleri çizelge tablo 2’de verilmiştir. Buna göre katılımcıların umutsuzluk ölçeğinin alt boyutlarından motivasyon kaybı (3,71±2,12) alt boyutundan en yüksek puanı aldıkları görülmektedir.

Tablo 3. Araştırma Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre umutsuzluk Ölçeği ve Alt boyutlarının Puanları Arasındaki Fark İçin t- Testi Sonuçları

Alt boyutlar	Değişkenler	N	X	Ss	sd	t	p
Gelecekle ilgili beklenti ve duygular	Bayan	56	1,23	1,23	145	2,520	0,008
	Erkek	91	1,85	1,58			
Motivasyon kaybı	Bayan	56	3,30	2,33	145	1,855	0,078
	Erkek	91	3,96	1,95			
Umut	Bayan	56	1,87	2,09	145	1,094	0,288
	Erkek	91	2,24	1,89			
Umutsuzluk	Bayan	56	6,41	4,30	145	2,143	0,031
	Erkek	91	8,06	4,68			

Tablo 3’deki umutsuzluk puan ortalamaları cinsiyete göre incelendiğinde bayan öğrencilerin umutsuzluk puanı (6,41±4,30), erkek öğrencilerinin umutsuzluk puanından (8,06±4,68) daha düşük olduğu görülmektedir. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda bayan öğrenciler ile erkek öğrencilerinin umutsuzluk puanları arasındaki farkın anlamlı olduğu saptanmıştır (t(145)=2,143; p<0,05). Ayrıca bayan öğrencilerin gelecekle ilgili beklenti ve duygular alt boyut puanı (1,23±1,23), erkek öğrencilerinin gelecekle ilgili beklenti ve duygular alt boyut puanından (1,85±1,58) daha düşük olduğu görülmektedir. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda bayan öğrenciler ile erkek öğrencilerinin gelecekle ilgili beklenti ve duygular alt

boyutu puanları arasında anlamlı farklılığın olduğu saptanmıştır ($t(145)=2,520$; $p<0,05$).

Tablo 4. Araştırma Grubunun yaş değişkeni ile umutsuzluk Ölçeği ve Alt boyutlarının Puanları Arasındaki Fark İçin Anova Testi Sonuçları

Değişken	Grup	N	X	S.s	f	p	fark
Gelecekle ilgili beklenti ve duygular	18-22	108	1,40	1,29	5,277	0,006	28-32,18-22
	23-27	24	1,95	1,78			
	28-32	15	2,60	1,88			
Motivasyon kaybı	18-22	108	3,68	2,02	0,089	0,915	
	23-27	24	3,70	2,33			
	28-32	15	3,93	2,60			
Umut	18-22	108	1,80	1,74	4,828	0,009	23-27,18-22
	23-27	24	2,91	2,20			
	28-32	15	2,93	2,63			
Umutsuzluk	18-22	108	6,89	4,09	3,023	0,052	
	23-27	24	8,58	4,99			
	28-32	15	9,46	6,54			

Katılımcıların umutsuzluk puanlarını ve alt boyutlarını yaş değişkenine göre test etmek amacıyla yapılan ANOVA sonuçlarında yaş değişkeni ile umut puanları ve gelecekle ilgili beklenti ve duygular alt boyutu arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p<0,05$). Bu anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğuna baktığımızda gelecekle ilgili beklenti ve duygular alt boyutunda 28-32 yaş gurubu ile 18-22 yaş gurubu, Umut alt boyutunda ise 23-27 yaş gurubu ile 18-22 yaş gurubu arasında olduğunu görmekteyiz.

Tablo 5. Araştırma Grubunun Sınıf Değişkeni İle Umutsuzluk Ölçeği ve Alt Boyutlarının Puanları Arasındaki Fark İçin Anova Testi Sonuçları

Değişken	Grup	N	X	S.s	f	p	fark
Gelecekle ilgili beklenti ve duygular	1.sınıf	45	1,86	1,34	4,137	0,008	1.sınıf-3.sınıf 4.sınıf-3.sınıf
	2.sınıf	37	1,48	1,62			
	3.sınıf	34	0,97	1,26			
	4.sınıf	31	2,12	1,52			

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeylerinin
İncelenmesi

Motivasyon kaybı	1.sınıf	45	4,24	2,12	3,792	0,012	1.sınıf-3.sınıf
	2. sınıf	37	3,24	1,94			
	3.sınıf	34	3,00	1,84			
	4.sınıf	31	4,29	2,32			
Umut	1.sınıf	45	2,13	1,89	1,494	0,219	-
	2. sınıf	37	2,16	2,16			
	3.sınıf	34	1,55	1,67			
	4.sınıf	31	2,58	2,10			
Umutsuzluk	1.sınıf	45	8,24	4,17	4,004	0,009	1.sınıf-3.sınıf 4.sınıf-3.sınıf
	2. sınıf	37	6,89	4,70			
	3.sınıf	34	5,52	4,12			
	4.sınıf	31	9,00	4,93			

Katılımcıların umutsuzluk puanlarını ve alt boyutlarını sınıf değişkenine göre test etmek amacıyla yapılan ANOVA sonuçlarında sınıf değişkeni ile umut puanları ve gelecekle ilgili beklenti, motivasyon kaybı ve umutsuzluk alt boyutu arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p<0,05$). Bu anlamlı farklılığın hangi guruplar arasında olduğu incelendiğinde, gelecekle ilgili beklenti ve duygular alt boyutunda 1.sınıf ile 3. sınıf ve 4. sınıf ile 3. sınıf, motivasyon kaybı alt boyutunda 1. sınıf ile 3. sınıf ve son olarak umutsuzluk alt boyutunda ise 1. sınıf ile 3. sınıf ve 4. sınıf ile 3. sınıf arasında olduğu görülmektedir.

Tablo 6. Araştırma Grubunun Yaşamınının Çoğunu Geçirdiğiniz Yer Değişkeni İle Umutsuzluk Ölçeği ve Alt Boyutlarının Puanları Arasındaki Fark İçin Anova Testi Sonuçları

Değişken	Grup	N	X	S.s	f	p	fark
Gelecekle ilgili beklenti ve duygular	Köy	12	1,33	1,37	0,894	0,446	-
	İlçe	31	1,54	1,54			
	Şehir	66	1,51	1,37			
	Büyük Şehir	38	1,94	1,70			
Motivasyon kaybı	Köy	12	2,75	2,13	1,433	0,236	-
	İlçe	31	3,58	2,17			
	Şehir	66	3,69	2,16			

	Büyük Şehir	38	4,15	1,96			
Umut	Köy	12	2,25	2,17	2,468	0,065	-
	İlçe	31	2,83	2,49			
	Şehir	66	1,69	1,52			
	Büyük Şehir	38	2,15	2,02			
Umutsuzluk	Köy	12	6,33	4,86	1,066	0,366	-
	İlçe	31	7,96	5,30			
	Şehir	66	6,90	4,18			
	Büyük Şehir	38	8,26	4,59			

Katılımcıların umutsuzluk puanlarını ve alt boyutlarını yaşamının çoğunu geçirdiğiniz yer değişkenine göre test etmek amacıyla yapılan ANOVA sonuçlarında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 7. Araştırma Grubunun Ailenizin Gelir Durumu Değişkeni İle Umutsuzluk Ölçeği ve Alt Boyutlarının Puanları Arasındaki Fark İçin T- Testi Sonuçları

Alt boyutlar	Değişkenler	N	X	Ss	sd	t	p
Gelecekle ilgili beklenti ve duygular	Düşük	25	2,40	1,73	145	2,959	0,016
	Orta	122	1,45	1,38			
Motivasyon kaybı	Düşük	25	4,52	2,29	145	2,107	0,059
	Orta	122	3,54	2,05			
Umut	Düşük	25	3,48	2,04	145	4,024	0,001
	Orta	122	1,81	1,84			
Umutsuzluk	Düşük	25	10,40	5,39	145	3,683	0,004
	Orta	122	6,82	4,19			

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeylerinin
İncelenmesi

Tablo 7’deki umutsuzluk puan ortalamaları aile gelir durumu değişkenine göre incelendiğinde gelecekle ilgili beklenti ve duygular alt boyutu puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğu ($2,40 \pm 1,45$), aile gelir durumu düşük olan katılımcıların ortalamalarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($t(145)=2,959$; $p<0,05$). Umut alt boyutu ile ailenizin gelir durumu değişkeni ortalamaları arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu ($3,48 \pm 1,81$), aile gelir durumu düşük olan katılımcıların ortalamalarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($t(145)=4,024$; $p<0,05$). Son olarak umutsuzluk alt boyutu ile ailenizin gelir durumu değişkeni arasındaki farkın anlamlı olduğu ($10,40 \pm 6,82$), aile gelir durumu düşük olan katılımcıların ortalamalarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($t(145)=3,683$; $p<0,05$).

Tablo 8. Araştırma Grubunun Ailenizin Kaçınıcı Çocuğusunuz Değişkeni İle Umutsuzluk Ölçeği ve Alt Boyutlarının Puanları Arasındaki Fark İçin Anova Testi Sonuçları

Değişken	Grup	N	X	S.s	f	p	fark
Gelecekle ilgili beklenti ve duygular	0-1	33	1,42	1,41	0,724	0,540	
	2-3	46	1,52	1,36			
	4-5	37	1,64	1,58			
	6 ve üzeri	31	1,93	1,63			
Motivasyon kaybı	0-1	33	3,48	1,78	0,189	0,904	
	2-3	46	3,73	1,99			
	4-5	37	3,75	2,48			
	6 ve üzeri	31	3,87	2,24			
Umut	0-1	33	1,90	1,84	5,550	0,001	2-3,4-5 2-3, 6 ve üzeri
	2-3	46	1,32	1,46			
	4-5	37	2,48	2,20			
	6 ve üzeri	31	3,00	2,08			
Umutsuzluk	0-1	33	6,81	3,90	1,785	0,153	
	2-3	46	6,58	3,66			
	4-5	37	7,89	5,26			
	6 ve üzeri	31	8,80	5,45			

Katılımcıların umutsuzluk puanlarını ve alt boyutlarını ailenizin kaçınıcı çocuğusunuz değişkenine göre test etmek amacıyla yapılan ANOVA sonuçlarında umutsuzluk ölçeği puanları ile umut alt boyutu arasında anlamlı

farklılığa rastlanmıştır ($p<0,05$). Bu anlamlı farklılığın hangi guruplar arasında olduğu incelendiğinde, umut alt boyutunda 2-3 ile 4-5 ve 2-3 ile 6 arasında olduğu görülmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırma, beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeylerini bağımsız değişkenlere göre belirlemeyi ve arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlamıştır. Araştırmada bağımsız değişkenler yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, yaşamınızın çoğunu geçirdiğiniz yer, ailenizin gelir durumu, ailenizin kaçınıcı çocuğusunuz, bağımlı değişken ise umutsuzluk düzeyi olarak belirlenmiştir. Araştırmanın hipotezlerine bağlı olarak bağımsız değişkenlerin umutsuzluk üzerindeki etkileri test edilmiştir.

Bulgular bölümünde umutsuzluk ölçeğine ilişkin bulgularda beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri ve bağımsız değişkenlerin umutsuzluk üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Buna göre beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin umutsuzluk düzeyinin yüksek olduğu, umutsuzluk ölçeğinin alt boyutlarından motivasyon kaybı alt boyutundan en yüksek puanı aldıkları ve bağımsız değişkenlerden cinsiyetin, yaşın, sınıf düzeyinin, ailesinin gelir durumunun ve ailede kaçınıcı çocuk olduğu umutsuzluk düzeylerini değiştirdiği ve umutsuzluk ölçeği alt boyutları olan gelecekle ilgili duygular ve beklentiler, motivasyon kaybı ve umut alt boyutlarını farklılaştırdığı, yaşamınızın çoğunu geçirdiğiniz yer değişkeninin umutsuzluğu değiştirmedeği ve alt boyutlarını farklılaştırmadığı saptanmıştır. Sonuç olarak, umutsuzluk ölçeğinin motivasyon kaybı alt boyutunda 28-32 yaş grubundaki öğrencilerin umutsuzluk puanları 18-22 yaş arasındaki öğrencilere oranla, umut alt boyutunda 23-27 yaş arasındaki öğrencilerin umutsuzluk puanları 18-22 yaş arasındaki öğrencilere göre umutsuzluk puanlarının yüksek olduğu saptanmıştır.

Genel olarak cinsiyet değişkeninde umutsuzluk puanında erkek öğrencilerin bayan öğrencilere göre gelecekle ilgili duygular ve beklentiler alt boyutunda yine erkek öğrencilerin bayan öğrencilere göre umutsuzluk puanlarının yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Gelecekle ilgili duygular ve beklentiler alt boyutunda sınıf düzeyi değişkeninde 1. Sınıf öğrencilerinin 3. Sınıf öğrencilerine, 4. Sınıf öğrencilerinin ise 3. Sınıf öğrencilerine göre motivasyon kaybı alt boyutunda 1.sınıf öğrencilerinin 3. Sınıf öğrencilerine göre ve umutsuzluk puanında ise 1.sınıf öğrencilerinin 3. Sınıf öğrencilerine,

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi

4.sınıf öğrencilerinin 3. Sınıf öğrencilerine göre umutsuzluk puanlarının yüksek olduğu saptanmıştır.

Genel olarak umutsuzluk puanında ve gelecekle ilgili duygular ve beklentiler alt boyutu ve umut alt boyutunda gelir seviyesini düşük olarak algılayan öğrencilerin gelir seviyesini orta olarak algılayanlara göre umutsuzluk puanlarının yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Umut alt boyutunda ailenin 4-5 çocuğu ve 6 ve üzeri çocuğu olanların 2-3 çocuğu olanlara, göre umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bu sonuçlara bakıldığında öğrencilerin yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yerin umutsuzluk düzeyini etkilemediği genel olarak yaş, sınıf düzeyi ve kardeş sayısı arttıkça, ailesinin gelir seviyesi azaldıkça umutsuzluğun yükseldiği söylenebilir. Diğer bir değişken ona cinsiyette ise erkeklerin bayanlara oranla toplam umutsuzluk düzeyinde ve alt boyutlarında yüksek olduğu görülmüştür.

Dereli ve Kabataş' ın (2009) sağlık yüksekokulu öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada öğrencilerin yüksek/şiddetli umutsuzluk düzeyine sahip olduğu, Tokuç, Evren, Ekuklu, (2009) meslek eğitim merkezi öğrencilerine uyguladığı çalışmada ise orta düzeyde umutsuzluğa sahip oldukları ortaya çıkmıştır. Bu çalışmaların sonuçları çalışmamızın sonucuyla paralellik göstermektedir. Ancak umutsuzluğa ilişkin yapılan diğer çalışmalarda umutsuzluk düzeyinin düşük/hafif olduğu ortaya koyulmuştur (Ceyhan, 2004; Deveci, Ulutaşdemir, Açık, 2011; İsmailoğlu ve Orkun, 2014; Oğuztürk, Akça, Şahin, 2011; D. Özmen, Dündar, Çetinkaya, Taşkın, E. Özmen, 2008; C. Şahin, 2009; Yalçın ve Açıkgöz, 2014; Yıldız, 2011; Yurdagül ve Oltuluoğlu, 2011).

Çalışma sonucunda erkek öğrencilerin bayan öğrencilere oranla umutsuzluk düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Umutsuzluk düzeyine cinsiyetin etkisi olduğu belirten ve erkeklerin umutsuzluk düzeyinin kadınlara göre yüksek olduğunu ifade eden (Ceyhan, 2004; C. Şahin, 2008; Deveci ve diğerleri, 2011; Kabasakal ve Baş, 2013; Lester, 2015; Winstler, Deutsch, Vorona, Payne, Coxe, 2015) çalışmaların yanında bazı çalışmalarda ise cinsiyetin umutsuzluk düzeyini etkilemediği sonucuna varılmıştır (Özer ve diğerleri, 2006; Aydın, Erdoğan, Yurdakul, Eker, 2013; Batıgün, 2008; Gudmundsdottir ve Thome, 2014; Innamorati ve arkadaşları, 2014; Kılıç, Tektaş, Pala, 2014; Özmen ve diğerleri, 2008; Tümkiye, 2005). Farklı çalışmalarda ise kadınların umutsuzluk düzeylerinin erkeklerden daha yüksek

olduğunu ifade eden (Kodan, 2013, Tokuç ve diğerleri, 2009) sonuçlar bulunmaktadır.

Genel olarak incelenen araştırma sonuçlarında erkeklerin umutsuzluk düzeylerinin kadınlardan yüksek olması erkeklerin toplum tarafından erkeklere verilen rollerden kaynaklanabilmektedir. Çünkü erkeğin ailenin geçimini sağlayabilmesi için iş bulma endişesi erkeği umutsuzluk derecesini etkilediğini düşündürmektedir.

Genel olarak araştırma sonucuna baktığımızda yaşın artmasına paralel olarak umutsuzluk düzeyinin de arttığı görülmüştür. Yine bu konu ile yapılan çalışmalar incelendiğinde bir kısım çalışma sonuçları ile çalışma sonucumuzun benzerlik gösterdiği görülmüştür (Akandere ve diğerleri, 2009; Kabasakal ve Baş, 2013). Ancak yaşın umutsuzluk düzeyi ile ilgisinin olmadığı çalışma sonuçları da literatürde mevcuttur (Gudmundsdottir ve Thome, 2014); Özer ve diğerlerinin, 2006; Yıldız, 2011; Deveci ve diğerlerinin, 2011). Sonuç olarak yaşı ilerleyen bireylerin üzerlerine yüklenen sorumluluk düzeyi de arttığı için bireyin yaşam kaygısı da artış göstermektedir. Buna paralel olarak umutsuzluk düzeyinin de artış gösterdiği söylenebilmektedir.

Ailenin gelir durumu ile umutsuzluk arasındaki ilişki incelendiğinde gelir durumu düşük olan bireylerin umutsuzluk oranlarının arttığı görülmüştür. Literatürde bu durum ile ilgili sonuçlar incelendiğinde bazı araştırmacılar algılanan ekonomik durumun umutsuzluk düzeyi üzerine etkisi olmadığı (Şahin, 2002; Dereli ve Kabataş, 2009; Deveci ve diğerleri, 2011; Kodan, 2013) üzerinde dururken diğer araştırmacılar bu çalışmada olduğu gibi gelir seviyesi düştükçe umutsuzluğun arttığını ortaya koymuşlardır (C. Şahin, 2009; Özer ve diğerleri, 2006; Özmen ve diğerleri, 2008)

Öğrencilerin sınıf düzeyi ile umutsuzluk düzeyi arasındaki ilişki incelendiğinde genel olarak üniversiteye yeni başlayan 1.sınıf öğrencileri ile mezun olacak olan 4. Sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Bu durumun 1. Sınıf öğrencilerinin yeni bir ortama girme, arkadaş bulamama korkusu ve bu durumların oluşturacağı yalnız kalma korkusunun umutsuzluk düzeyini etkilediğini düşünülmektedir. 4. Sınıf öğrencilerinde umutsuzluk düzeyinin yüksek olmasını ise okul hayatının bitimi iş hayatına atılma ve maddi olanakları düşünme kaygısının umutsuzluk düzeyini etkilediği düşünülmektedir. Diğer bir faktör olan ailedeki kardeş sayısının ile umutsuzluk düzeyinin paralel artış göstermesi aile içinde

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi

çocuğa verilen sevgi, ayrılan zaman ve bunun gibi faktörlerin etkili olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın tüm sonuçları ele alındığında, beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri yüksektir. Yaş, ailenin gelir durumu ve kardeş sayısı arttıkça umutsuzluk düzeyinin de artış gösterdiği aralarında doğru orantı olduğu söylenebilmektedir. Sınıf düzeyi ilk ve son sınıflarda ara sınıflarda okuyan öğrencilere göre ve erkek öğrencilerin bayan öğrencilere oranla umutsuzluk düzeylerinin yüksek olduğu sonuçlarına varılmıştır. Umutsuzluk düzeyini etkileyen faktörleri belirleyen bu çalışma sonuçları çerçevesinde başka faktörlerinde etkileyebileceği düşünülmekte ve araştırmacılara bu konu ile ilgili daha farklı bilimsel çalışmalar yapılabileceği önerilmektedir.

KAYNAKLAR

Akandere, M., Acar, M., ve Baştuğ, G. (2009). Zihinsel ve fiziksel engelli çocuğa sahip anne ve babaların yaşam doyumu ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 22, 23-32.

Aydın, M., Erdoğan, S., Yurdakul M., ve Eker, A. (2013). Sağlık yüksekokulu ve sağlık meslek lisesi öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri. S.D.Ü Sağlık Bilimleri Dergisi, 4(1), 1-6.

Aylaz R, Kaya B, Dere N ve ark. Sağlık yüksekokulu öğrencileri arasındaki depresyon sıklığı ve ilişkili etkenler. Anadolu Psikiyatri Dergisi 2007; 8:46-51

Batıgün, A. D. (2008). İntihar olasılığı ve cinsiyet: İletişim becerileri yaşamı sürdürme nedenleri yalnızlık ve umutsuzluk açısından bir inceleme. Türk Psikoloji Dergisi, 23(62), 65-75.

Bostancı M, Özdel O, Oğuzhanoglu NK ve ark. Depressive symptomatology among university students in Denizli, Turkey: prevalence and sociodemographic. Croat Med J 2005; 46:96-100.

Ceyhan, A. (2004). Ortaöğretim alan öğretmenliği tezsiz yüksek lisans programına devam eden öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. CBÜ Sosyal Bilimler Dergisi, 4(1), 91-102.

Ceyhun, S. (2008). Spor tesislerinin rekreatif açıdan kullanımı. Kastamonu Eğitim Dergisi, 16(1), 325-332.

Dereli, F. ve Kabataş, S. (2009). Sağlık yüksekokulu son sınıf öğrencilerinin iş bulma endişeleri ve umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi. *Yeni Tıp Dergisi*, 26(1), 31-6.

Deveci, S.E., Ulutaşdemir, N., ve Açık, Y. (2011). Bir mesleki eğitim merkezi öğrencilerinde umutsuzluk düzeyi ve etkileyen faktörler. *Dicle Tıp Dergisi*, 38 (3), 312-317.

Doğan O, Doğan S, Çorapçıoğlu A ve ark. Üniversite öğrencilerinde depresyon yaygınlığı ve bazı değişkenlerle ilişkisi. *C.Ü. Tıp Fak. Dergisi* 1994; 16:148-51.

Gudmundsdottir, R . M. and Thome, M., (2014). Evaluation of the effects of individual and group cognitive behavioural therapy and of psychiatric rehabilitation on hopelessness of depressed adults: a comparative analysis. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 21, 866–872.

http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.583424e07ddca2.20023532

Innamorati, M., Lester, D., Balsamo, M., Erbuto, D., Ricci, F., Amore, M., Girardi, P., and Pompili, M. (2014). Factor validity of the beck hopelessness scale in italian medical patients. *J Psychopathol Behav Assess*, 36, 300–307.

İnanç N, Savaş HA, Tutkun H ve ark. Gaziantep Üniversitesi MedikoSosyal Merkezi'nde psikiyatrik açıdan incelenen öğrencilerin klinik ve sosyodemografik özellikleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi* 2004; 5:222-30.

İsmailoğlu, E. G. ve Orgun, F. (2014). Aday hemşirelerin atanmaya yönelik kaygı ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*.12 (4), 92-103.

Kabasakal, Z. ve Uz, Baş, A. (2013). Öğretmen adaylarında yaşam doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerileri. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 2735.

Kılıç, S., Tektaş, N., ve Pala, T. (2014). Devlet ve vakıf meslek yüksekokulu öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması ve umutsuzluk düzeylerini etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *TSA*, 18(2), 169-186.

Kodan, S. (2013). Üniversite öğrencilerinde umutsuzluk ve akılcı olmayan inanışlar arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *CBÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 11 (2), 175-190

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi

Konukbay, D. (2005). Engelli Çocuk Ve Ebeynlerinin Umutsuzluk Düzeyleri Ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Gülhane Askeri Tıp Akademisi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul

Lester, D. (2015). Hopelessness in adolescents. *Journal of Affective Disorders*, 173, 221– 225.

Oğuztürk, Ö., Akça, F., ve Şahin, G. (2011). Üniversite öğrencilerinde umutsuzluk düzeyi ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin bazı değişkenler üzerinden incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 14, 85-93.

Özer, F. G., Beydağ, K. D., Cengiz, Ş., ve Kiper, S. (2006). Hemodiyalize giren hastaların umutsuzluk düzeyleri. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 4 (10),123-136.

Özmen, D., Erbay Dünder, P., Çetinkaya, A.Ç, Taşkın, O., ve Özmen, E. (2008). Lise öğrencilerinde umutsuzluk ve umutsuzluk düzeyini etkileyen etkenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 9(1), 8-15.

Şahin, A. (2002). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin umutsuzluk düzeyi üzerine bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 13(1), 143-57.

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

Tokuç, B., Evren, H., ve Ekuklu, G. (2009). Edirne ve hayrabolu mesleki eğitim merkezi öğrencilerinde umutsuzluk ve sürekli kaygı düzeyleri. *TAF Prev Med Bull*, 8(2), 5560.

Tümkaya, S. (2005). Ailesi yanında ve yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(4), 445-57.

Yalçın, S. ve Açıkgöz, İ. (2014). Sağlık bilimleri fakültesi son sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(26), 259-270.

Yıldırım, S. (2007). Anaokulu Öğretmenlerinde Tükenmişlik Düzeyi ve Umutsuzluk düzeyleri Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yıldız, M. (2011). Tutuklu ve hükümlülerde umutsuzluk, ölüme ilişkin depresyon ve ölüm kaygısı ilişkisi. *C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi*, 35 (1), 1-7.

Yurdagül, Y. ve Oltuluoğlu, H. (2011). Social support and hopelessness in women undergoing infertility treatment in eastern turkey. *Public Health Nursing*, 29(2), 99– 104.

Winstler, A., Deutsch, A., Vorona, R. D., Payne, P. A., and Szklo-Coxe, M. (2015). Sleepless in fairfax: the difference one more hour of sleep can make for teen hopelessness, suicidal ideation, and substance use. *Journal of Youth Adolescence*, 44, 362–378.