



Life Skills as Predictor of Interaction Anxiety on University Students

Ayhan Ünal^{1,a,*}

¹Faculty of Education, Erciyes University, 38030 Melikgazi/Kayseri, Turkey

*Corresponding Author

ARTICLE INFO

Research Article

Received : 30/12/2019

Accepted : 31/12/2019

Keywords:

Interaction Anxiety

Life skills

University students

Correlation

Variances

ABSTRACT

The aim of this research is to examine the correlation between interaction anxiety and life skills in university students. The study group consisted of 510 university students, including 302 women and 208 men who have studied at Erciyes University between the ages of 17 and 37. As data collection tools; The Interaction Anxiety Scale and the Life Skills Scale were used. In the study, data's were analysed by using descriptive statistics, Pearson correlation analysis, One-Way ANOVA test and T-test for independent samples. According to the findings of the study, there was a negative and medium-level correlation between interaction anxiety and life skills. In addition, students' interaction anxiety and life skills levels were examined according to class level, age range, level of income.

Türk Akademik Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi, 2(2): 36-40, 2019

Üniversite Öğrencilerinde Etkileşim Kaygısının Yordayıcısı Olarak Yaşam Becerileri[#]

MAKALE BİLGİSİ

[#]Bu çalışma TÜBİTAK tarafından desteklenmiştir

Araştırma Makalesi

Geliş : 30/12/2019

Kabul : 31/12/2019

Anahtar Kelimeler:

Etkileşim kaygısı

Yaşam becerileri

Üniversite öğrencileri

İlişki

Değişkenler

ÖZ

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde etkileşim kaygısı ile yaşam becerileri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın çalışma grubunu 17-37 yaşları arasında Erciyes Üniversite'nde öğrenim gören 302 kadın, 208 erkek olmak üzere 510 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Veri toplama araçları olarak; Etkileşim Kaygısı Ölçeği ile Yaşam Becerileri Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada veriler betimsel istatistikler, Pearson korelasyon analizi, One-Way ANOVA testi ve bağımsız örneklemeler için T-testi kullanılarak çözümlenmiştir. Çalışmanın bulgularına göre etkileşim kaygısı ile yaşam becerileri arasında negatif ve orta düzey bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca öğrencilerin etkileşim kaygısı ve yaşam becerileri düzeyleri, sınıf, yaş aralığı, aile gelir düzeyi değişkenlerine göre incelenmiştir.

^a ayhanunal30@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-1099-1699>



Giriş

Yaşam becerileri kavramı son yıllarda üzerinde önemle durulan bir kavramdır. Bu kavramla ilgili önemli tanımlardan birisi WHO (1997, s. 1) tarafından “bireylerin gündelik ihtiyaçlar ve zorluklarla başa çıkabilmelerini sağlayan uyarlanabilir ve olumlu davranışsal yetenekler” biçiminde yapılmıştır (Sreekumar, 2016, s. 10188; Pujar ve Patil, 2016, s. 468). Bu alanda ilgili literatürde önleyici ve koruyucu çalışmalar kapsamında ele alınan yaşam becerileri, bireylerin gelişim ve değişim sürecinde varlıklarını etkin bir şekilde devam ettirebilmeleri için sahip olmaları gereken yeterlilikleri ifade ettiği görülmektedir (Kolburan ve Tosun, 2011).

WHO, sağlıklı bir bireyin sahip olması gereken birden çok yaşam becerisi belirlemiş bulunmaktadır. Tanımlanan bu becerilerin bazıları belirli duruma özgü iken, bazıları ise genel nitelikteki tanımlamalardır. Birçok kültüre temel oluşturacak ve bireyin psikolojik sağlığını teşvik edecek 10 temel beceri seti oluşturulmuştur. Bunlar karar verme becerileri, problem çözme becerileri, empati kurma becerileri, öz farkındalık becerileri, iletişim becerileri, kişilerarası iletişim becerileri, duygularla başa çıkma becerileri, stresle başa çıkma becerileri, yaratıcı düşünme becerileri ve eleştirel düşünme becerileridir (WHO, 1997, s.1-2). Sıralanan ilgili beceriler insanların günlük hayatta sıkça karşılaştıkları sorunların üstesinden gelmek için başvurdukları öğretim yoluyla kazandıkları becerilerdir (Gulhane, 2014). Bu yaşam becerileri WHO (1997, s.3) tarafından karar verme ve problem çözme, yaratıcı ve eleştirel düşünme, iletişim ve kişilerarası iletişim, öz farkındalık ve empati, stresle ve duygularla başa çıkma olmak üzere 5 temel yaşam becerisi alanı olarak sınıflandırılmıştır WHO (1997, s.3).

Sosyal bir varlık olan insan, günlük hayatın rutin eylemlerinden kurumsal süreçlere kadar çok geniş bir yelpazede iletişim etkinliğini gerçekleştirmektedir. Bireylerin toplumsal yapıyı var edebilmesi ve yaşamlarını sürdürebilmeleri iletişime gereksinimi doğurmaktadır. Bu çerçevede iletişim tüm işlerin gerçekleştirilmesine olanak tanıyan ileti aktarımı olarak görülmektedir. Ancak ileti paylaşımı tek başına bireyin sosyal bir varlık olmasını açıklamaktan uzaktır. Bu noktada çift yönlü iletişim sayesinde gerçekleşebilecek olan etkileşime ihtiyaç duyulmaktadır. Etkileşim sayesinde bireyler, “içinde yaşadıkları topluma uyum sağlama süreci” olarak ifade edilen sosyalleşmeyi gerçekleştirebilmektedirler. (Çakmak ve Aktan, 2016)

Bireylerin yalnız olduğu durumlara kıyasla sosyal ortamlarda daha fazla kaygı yaşadıkları gözlenmektedir. Sosyal ortamlar aynı olmasına rağmen, yaşanan kaygının şiddeti açısından bireyler arasında önemli farklılıklar gözlenmektedir. Örneğin, bazı bireyler bu kaygıyla kolaylıkla baş edebilirken, kaygısı yüksek bireyler iletişimde olağan davranışları sergilemede büyük sorunlar yaşamaktadır. Sosyal ortamlarda yaşanan gerginliğin veya kaygının bilişsel, duygusal ve davranışsal öğeleri bulunmaktadır (Jones, Cheek ve Briggs, 1986; Leary, 1983).

Yöntem

Bu araştırmanın modeli, ilişkisel tarama modeli olarak belirlenmiştir. Verilerin toplanması araştırmacı tarafından bireysel uygulama şeklinde yapılmıştır. Verilerin analizinde, betimsel istatistikler, korelasyon ve basit regresyon analizi tekniğinden yararlanılmıştır.

Örneklem

Bu araştırmanın evrenini Erciyes Üniversitesi’nde 2018-2019 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Erciyes Üniversitesi Eğitim Fakültesi, İletişim Fakültesi, İlahiyat, Mühendislik Fakültesi olmak üzere çeşitli fakültelerde eğitim-öğretim gören 302’si (%59,20) kadın ve 208’i (%40,80) erkek olmak üzere toplam 510 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Öğrencilerin 319’u (%62,5) 17-21 yaş aralığında, 183’ü (%35,9) 22-26 yaş aralığında, 7’si (%1,4) 27-31 yaş aralığında, 1’i (%0,2) 32-36 yaş aralığında ve 6’sı (%0,8) da 37 yaş ve üzerindedir.

Veri Toplama Araçları

Etkileşim Kaygısı Ölçeği: Bu ölçek, Leary ve Kowalski (1993) tarafından geliştirilen 15 maddelik tek faktörlü bir ölçektir. Katılımcılar 5’li Likert tipi bir ölçek üzerinde maddeleri yanıtlamaktadırlar. Yüksek puanlar sosyal etkileşim kaygısında artışa işaret etmektedir.

Yaşam Becerileri Ölçeği: Bu ölçek, Bolat, Y. ve Balaman, F. (2017) tarafından geliştirilen ölçek beşli Likert tipi olup öğrencilerden okuduğu maddelerden kendilerine uygun olan 1 (Hiç katılmıyorum), 2 (Az katılıyorum), 3 (Orta düzeyde katılıyorum), 4 (Çok katılıyorum), 5 (Tamamen katılıyorum) seçeneklerinden birinin işaretlemeleri istenmektedir. Ölçeğin tüm maddeleri düz maddelerden oluşmakta olup ters maddeler yoktur. Ölçeğin güvenirlik çalışmaları sonucu; beş alt boyuttan oluştuğu belirlenmiştir.

Ölçeğin Duygularla ve Stresle Başa Çıkma Becerileri Boyutu altında yer alan 7 (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7) madde duygularla ve stresle başa çıkma becerisi üst düzeyde olan bireylerin özelliklerini yansıtmaktadır.

Ölçeğin Empati Kurma ve Öz farkındalık Becerileri Boyutu altında yer alan 7 (8, 9, 10, 11, 12, 13, 14) madde empati kurma ve öz farkındalık becerileri üst düzeyde olan bireylerin özelliklerini yansıtmaktadır.

Ölçeğin Karar Verme ve Problem Çözme Becerileri Boyutu altında yer alan 7 (15, 16, 17, 18, 19, 20, 21) madde karar verme ve problem çözme becerileri üst düzeyde olan bireylerin özelliklerini yansıtmaktadır.

Ölçeğin Yaratıcı Düşünme ve Eleştirel Düşünce Becerileri Boyutu altında yer alan 5 (22, 23, 24, 25, 26) madde yaratıcı düşünme ve eleştirel düşünme becerileri üst düzeyde olan bireylerin özelliklerini yansıtmaktadır.

Ölçeğin İletişim Kişilerarası İlişki Becerileri Boyutu altında yer alan 4 (27, 28, 29, 30) madde iletişim ve kişilerarası ilişki becerileri üst düzeyde olan bireylerin özelliklerini yansıtmaktadır. Ayrıca verileri analiz etmek için SPSS istatistik programından yararlanılmıştır.

Bulgular

Tablo 1 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin yaşam becerileri ve yaşam becerileri alt boyutlarından duygularla ve stresle başa çıkma, karar verme ve problem çözme, yaratıcı düşünme ve eleştirel düşünme, iletişim ve kişilerarası ilişki beceri düzeyleri arasında cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bununla birlikte etkileşim kaygısı düzeyleri boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını tespit etmek amacıyla hesaplanan t değeri ($t=2,852$, $p<0,05$), grupların

puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğunu ifade etmektedir. Bu bulguya göre kadın öğrencilerin etkileşim kaygısı düzeyleri erkek öğrencilerin etkileşim kaygısı düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin empati ve öz farkındalık alt boyutu düzeyleri boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ($t=-2,429$, $p<0,05$), grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğunu ifade etmektedir. Bu bulguya göre kadın öğrencilerin empati ve öz farkındalık beceri düzeyleri erkek öğrencilerin empati ve öz farkındalık beceri düzeylerinden anlamlı düzeyde düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 2 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin etkileşim kaygısı düzeyleri boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ($t=2,318$; $p<0,05$), grupların

puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğunu göstermektedir. Bu bulguya göre, 17-21 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinin etkileşim kaygısı düzeyleri, 22-26 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinden yüksek olduğu söylenebilir.

Yaşam Becerileri boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ($2,214$, $p<0,05$), grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğunu göstermektedir. Bu bulguya göre, 17-21 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinin yaşam becerileri düzeyi, 22-26 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinden yüksek olduğu söylenebilir.

Tablo 3 incelendiğinde yaşam becerileri boyutunda en yüksek puan ortalamasının 122,40 ile düşük aile gelir düzeyine sahip üniversite öğrencilerine ait olduğu, bunu sırasıyla 117,23 ile yüksek, 114,15 ile orta düzeyde aile gelir düzeyine sahip öğrencilerin izlediği görülmektedir.

Tablo 1. Üniversite Öğrencilerinin Etkileşim Kaygısı, Yaşam Becerileri ve Yaşam Becerileri Alt Boyutlarının Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına İlişkin T-Testi Sonuçları

Table 1. T-Test Results on The Differentiation of Interaction Anxiety, Life Skills and Life Skills Sub-Dimensions by Gender of University Students

Değişken	Cinsiyet	N	X	Ss	t	p
Etkileşim Kaygısı	Kadın	302	43,0430	8,44062	2,852	0,005
	Erkek	208	40,6346	9,96230		
Yaşam Becerileri	Kadın	302	114,1424	12,64712	-0,947	0,344
	Erkek	208	115,3558	15,19847		
Duygularla ve stresle başa çıkma	Kadın	302	24,3841	4,06894	-0,380	0,704
	Erkek	208	24,5337	4,76489		
Empati ve öz farkındalık	Kadın	302	26,7318	3,71818	-2,429	0,016
	Erkek	208	27,9423	6,49017		
Karar verme ve problem çözme	Kadın	302	26,8940	3,36219	-0,623	0,534
	Erkek	208	27,1154	4,30213		
Yaratıcı düşünme ve eleştirel düşünme	Kadın	302	20,0033	3,54890	1,327	0,185
	Erkek	208	19,6010	3,07858		
İletişim ve kişilerarası ilişki	Kadın	302	16,1291	2,39876	-0,149	0,882
	Erkek	208	16,1635	2,67069		

Tablo 2. Üniversite Öğrencilerinin Etkileşim Kaygısı ve Yaşam Becerilerinin Yaşlarına Göre Farklılaşmasına İlişkin T-Testi Sonuçları

Table 2. T-Test Results on Interaction Anxiety and Lifestyle Skills Differentiation of University Students by Age

Değişken	Yaş	N	X	Ss	t	p
Etkileşim Kaygısı	17-21	319	42,7492	8,96954	2,318	0,021
	22-26	183	40,7814	9,46981		
Yaşam Becerileri	17-21	319	115,8495	12,14001	2,214	0,028
	22-26	183	112,8470	15,87169		

$p<0,05$

Tablo 3. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin aile gelir düzeylerine göre yaşam becerileri ve etkileşim kaygısı puan ortalamaları

Table 3. Average of life skills and interaction anxiety scores according to family income levels of university students participating in the study

Boyutlar	Gelir düzeyi	N	X	Ss
Yaşam Becerileri	Düşük	20	122,4000	7,54216
	Orta	464	114,1573	13,46682
	Yüksek	26	117,2308	19,60267
	Total	510	114,6373	13,74350
Etkileşim Kaygısı	Düşük	20	40,0500	6,96967
	Orta	464	42,4634	8,99308
	Yüksek	26	36,4231	11,57989
	Total	510	42,0608	9,15948

Etkileşim kaygısı boyunda ise en yüksek puan ortalamasının 42,46 ile orta düzeyde aile gelir düzeyine sahip üniversite öğrencilerine ait olduğu, bunu sırasıyla 40,05 ortalama ile düşük, 36,42 ortalama ile yüksek aile gelir düzeyine sahip üniversite öğrencilerinin izlediği görülmektedir.

Tablo 4 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin yaşam becerileri düzeyleri için hesaplanan F değeri ($F=3,982$; $p<0,05$) gruplar arasında anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir. Bununla birlikte üniversite öğrencilerinin etkileşim kaygı düzeyleri için hesaplanan F değeri ($F=5,969$; $p<0,05$) yine gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir.

Tablo 5 incelendiğinde yaşam becerileri boyutunda düşük aile gelir düzeyine sahip öğrencilerle orta aile gelir

düzeyine sahip öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Bu bulgudan hareketle düşük aile gelir düzeyine sahip üniversite öğrencilerinin yaşam becerileri düzeylerinin aile gelir düzeyi orta olan öğrencilerden daha yüksek olduğu söylenebilir.

Etkileşim kaygısı boyutunda ise orta düzeyde aile gelir düzeyine sahip üniversite öğrencileri ile yüksek aile gelir düzeyine sahip öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Bu bulgudan hareketle orta düzeyde aile gelir düzeyine sahip üniversite öğrencilerinin etkileşim kaygısı düzeylerinin yüksek düzeyde aile gelir düzeyine sahip üniversite öğrencilerinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılabilir.

Tablo 4. Üniversite Öğrencilerinin Aile gelir düzeylerine Göre Yaşam Becerileri ve Etkileşim Kaygısı Düzeylerine İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

Table 4. Variance Analysis Results on Life Skills and Interaction Anxiety Levels of University Students based on Family Income Levels

Değişkenler		KT	sd	KO	F	p	Tukey
Yaşam Becerileri	Gruplar arası	1486,962	2	743,481	3,982	0,019	Düşük-Orta
	Gruplar içi	94654,930	507	186,696			
	Toplam	96141,892	509				
Etkileşim Kaygısı	Gruplar arası	982,442	2	491,221	5,969	0,003	Orta-Yüksek
	Gruplar içi	41720,673	507	82,289			
	Toplam	42703,116	509				

$p<0,05$

Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Becerileri ve Etkileşim Kaygısı Puan Ortalamaları Arasında Farkın Kaynağına İlişkin TUKEY Testi Sonuçları

Table 5. TUKEY Test Results on The Source of The Difference Between University Students' Life Skills and Interaction Anxiety Score Averages

Bağımlı Değişken	(I) Gelir düzeyi	(J) Gelir düzeyi	Ortalamalar arası fark (I-J)	p
Yaşam Becerileri	Düşük	Orta	8,2467	0,023
Etkileşim Kaygısı	Orta	Yüksek	6,04029	0,003

$p<0,05$

Tablo 6. Etkileşim kaygısı ölçeğinden alınan puanlarla yaşam becerileri ölçeğinden alınan puanlar arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçları

Table 6. Pearson correlation analysis results to determine the relationship between scores from interaction anxiety scale and scores from life skills scale

Değişken	N	r	p
Etkileşim Kaygısı	510	-0,350	0,000
Yaşam Becerileri			

$p<0,05$

Tablo 6' da belirtildiği üzere etkileşim kaygısı ölçeğinden alınan puanlarla yaşam becerileri ölçeğinden alınan puanların arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda puanlar arasında istatistiksel açıdan negatif yönde orta düzey ($r=-0,350$; $p<0,05$) ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu bulgudan hareketle etkileşim kaygısı düşük olan öğrencilerin yaşam becerileri konusunda etkileşim kaygısı yüksek olanlara göre daha iyi olduğu söylenebilir.

Sonuç

Bu araştırmada kadın öğrencilerin etkileşim kaygısı düzeyleri erkek öğrencilerin etkileşim kaygısı düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca kadın öğrencilerin empati ve öz

farkındalık beceri düzeyleri erkek öğrencilerin empati ve öz farkındalık beceri düzeylerinden anlamlı düzeyde düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Düşük aile gelir düzeyine sahip üniversite öğrencilerinin yaşam becerileri düzeylerinin aile gelir düzeyi orta olan öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Etkileşim kaygısı düşük olan öğrencilerin yaşam becerileri konusunda etkileşim kaygısı yüksek olanlara göre daha iyi olduğu söylenebilir.

Kaynaklar

The World Health Organization [WHO]. (1997). Life skills education in schools Programme on mental health. Division Of Mental Health and Prevention of Substance Abuse. World Health Organization.

- Sreekumar, VN (2016). Life skill education among adoloscents. International Journal of Development Research 6 (11), 10188-10191.
- Kolburan, G. ve Tosun, Ü. (2011). İlköğretim ikinci kademe öğrencileri arasında yaşam becerileri eğitimi yoluyla I. kademedede edinilmiş değerleri pekiştiren gelişimsel bir model önerisi. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Dergisi, 13.04.2017 tarihinde <http://acikarsiv.aydin.edu.tr/jspui/handle/1/222> adresinden alınmıştır.
- Gulhane, T. F (2014). Life skills Development through school education. IOSR Journal of Sports and Physical Education (IOSR-JSPE), 1(6), 28-29.
- Jones, W. H., Cheek, J. M. ve Briggs, S. R. (1986). Shyness: Perspectives on research and treatment. New York: Plenum.
- Çakmak, V. ve Aktan, E. (2016). Öğrencilerin İletişim Kaygısı, Muziplik/Takılma ve Okul Başarısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi