

Examination of University Students' Boredom Experiences in Lessons

Hüseyin Şimşek

Ahi Evran University, Faculty of Education, Curriculum and Instruction, Turkey

Sultan Selen Kula

Ahi Evran University, Faculty of Education, Curriculum and Instruction, Turkey

Önder Baltacı

Ahi Evran University, Faculty of Education, Psychological Counseling and Guidance, Turkey

Abstract

In this research, the students' boredom experiences in the lessons were investigated according to the frequency of these experiences, type of lesson, reasons, resulting behaviors and coping strategies. Survey model was used in the study. The sample of the study consisted of 376 university students, 217 male and 159 female. As the data collection tool of the research, a questionnaire developed by researchers and consisting of questions aimed at determining the boredom experiences of university students in the lessons was used. In the study, from descriptive statistical techniques; the percentage, the frequency processes and the Crosstabs analysis method covering them were used to reveal the numerical results of the variables included in the questionnaires. As a result of the analysis, it was observed that university students experienced boredom in lessons in general; the students in all the units were experiencing the most boredom in elective lessons and less boredom in applied lessons. University students tend to see the causes of their boredom as themselves and to the instructor who is responsible for the lesson. In order to get rid of the boredom, It is concluded that they often act in different ways such as thinking other things besides the lesson, being occupied with their mobiles, chatting with friends, sleeping and dreaming. As a strategy to cope with the boredom, university students have chosen to be prepared for the lesson, go to activities that reduce stress, not attend lessons, and do other activities that they think will be more useful.

Keywords: boredom, lesson, university student



Inönü University
Journal of the Faculty of Education

Received : 10.05.2018

Accepted : 30.03.2019

Suggested Citation

Şimşek, H., Kula, S. S. and Baltacı, Ö. (2019). Examination of university students' boredom experiences in lessons, *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, 20(1), 178-190. DOI: 10.17679/inuefd.422551

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Boredom is one of the psychological situations encountered in human life. Boredom is defined as "anxiety, depression due to not having a job to do, and not having the opportunity to hang around with anything" (TDK, 2017). Boredom often arise in cases of repetitive, uniform, unintentional activities (Barnett and Klitzing, 2006). In another definition, boredom is described as a strong indication that an individual has abstracted himself or herself from a specific task or whole environment (Breidenstein, 2007). Boredom in school processes is also seen as an emotional state that influences students' learning processes and achievement outcomes (Daschmann, Goetz and Stupnisky, 2011).

Purpose

This research is aimed to examine the university students' boredom experiences in lessons. For this purpose, the answers for the following sub-problems have been sought: (1) How does the frequency of university students' boredom in lessons vary according to gender? (2) In what kind of lessons do university students experience the boredom the most? (3) What are the reasons for the boredom of university students in lesson? (4) What kind of behaviors do university students manifest as a result of the boredom they experience? (5) What are the ways college students use to cope with the boredom they experience in lessons?

Method

The descriptive model was used in this study. Survey research is a study aimed at collecting data to identify specific characteristics of a group (Büyükoztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz and Demirel, 2010). The study's universe consists of 18000 university students studying at a state university in Central Anatolia. The sample of the study consisted of 376 university students, 217 male (57.7%) and 159 female (42.3%). The students were selected from the determined faculties and higher schools by the unbiased sampling method. As the data collection tool of the research, a survey prepared by the researchers and finalized in the direction of expert opinions was used. In the questionnaire form, there are 6 questions aimed to determining some demographic characteristics of university students as well as experiences, reasons and ways of coping with the boredom in the lessons. The demographic characteristics of the questionnaire were accepted as independent variables and the other questions were classified as dependent variables. In the analysis of collected data, from descriptive statistical techniques; the percentage, the frequency processes and the Crosstabs analysis method covering them were used.

Findings

This study aimed at determining the boredom experiences of university students in their lessons, reached the conclusion that students experienced boredom in general in lessons. When the lessons in which university students experience boredom more frequently are examined in terms of faculties, the students of the Faculty of Education are more likely to experience boredom in the theoretical and elective lessons; the students from Vocational School, Faculty of Economics and Administrative Sciences and School of Health have frequently stated that they are experiencing boredom in numerical and elective lessons.

Discussion & Conclusion

It was observed that students in all the units were experiencing boredom the most in elective lessons. his indicates that the elective lessons do not adequately attract students. It is also understood that students tend to be less prone to boredom in applied lessons. This demonstrates that the applied lessons contribute positively to the motivation of the students. It is understood that university students tend to see the causes of their boredom as themselves and to the instructor who is responsible for the lesson. It is concluded that university students who are experiencing boredom frequently manifest behaviors such as thinking about other things not related to the lesson, spending time on their phone, chatting with friends, sleeping and dreaming. On the other hand, university students were asked how they coped with the boredom they experience in lessons. Students responded that they used strategies such as preparing for the lesson, going

to activities that would reduce their stress, not attending classes, and dealing with other things that they think would be more beneficial.

The boredom university students often experience in lessons require re-questioning the efficiency of university education. The extracurricular activities of university students who are experiencing boredom can have negative effects on the motivation of other students. It would be useful to use effective methods to alleviate the boredom which has potential to have a negative impact on student achievement.

Üniversite Öğrencilerinin Derslerdeki Can Sıkıntısı Yaşantılarının İncelemesi¹

Hüseyin Şimşek

Ahi Evran Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Programları ve Öğretim

Sultan Selen Kula

Ahi Evran Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Programları ve Öğretim

Önder Baltacı

Ahi Evran Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Öz

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin derslerinde can sıkıntısı yaşama sıklıkları, yaşadıkları can sıkıntısının ders türlerine, nedenlerine, sonucunda ortaya çıkan davranışlara ve baş etme stratejilerine göre nasıl bir değişim gösterdiği incelenmiştir. Araştırmada, tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemi, 217'si erkek ve 159'u kadın olmak üzere toplam 376 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmada, veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından geliştirilen ve üniversite öğrencilerinin derslerinde yaşadıkları can sıkıntısı ve can sıkıntısına yola açan nedenler ve baş etme stratejilerini belirlemeye yönelik sorulardan oluşan bir anket kullanılmıştır. Anket uygulaması sonucunda elde edilen veriler, betimsel istatistik tekniklerinden yüzde ve frekans işlemleri ve bunları kapsayan Crosstabs analiz yöntemi kullanılarak analiz edilmiştir. Analizler sonucunda, üniversite öğrencilerinin derslerinde genel olarak can sıkıntısı yaşadıkları, tüm birimlerdeki öğrencilerin en fazla seçmeli, teorik ve sayısal derslerde can sıkıntısı yaşadıkları ve can sıkıntısının en az yaşandığı derslerin uygulamalı dersler olduğu belirlenmiştir. Üniversite öğrencileri, can sıkıntısının nedenlerini genel olarak kendilerine ve dersin sorumlusu olan öğretim elemanına yükleme eğilimi göstermektedirler. Yaşanılan can sıkıntısı ile baş etme stratejisi olarak ders dışında başka şeyler düşünme, telefonla meşgul olma, arkadaşlarıyla sohbet etme, uyuma ve hayal kurma gibi davranışları sıklıkla sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır. Üniversite öğrencileri, can sıkıntısı ile baş etme stratejisi olarak; derse hazırlıklı gelme, stres azaltıcı etkinliklere yönelme, derse devam etmeme ve dersten daha fazla yararlı olacağını düşündüğü başka bir etkinlik yapma yolunu seçmektedirler.

Anahtar Kelimeler: Can Sıkıntısı, Ders, Üniversite Öğrencisi.



İnönü Üniversitesi
Eğitim Fakültesi Dergisi

Gönderim Tarihi : 10.05.2018

Kabul Tarihi : 30.03.2019

Önerilen Atıf

Şimşek, H., Kula, S. S. ve Baltacı, Ö. (2019). Üniversite öğrencilerinin derslerdeki can sıkıntısı yaşantılarının incelemesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1), 178-190.. DOI: 10.17679/inuefd.422551

¹ Bu çalışma 28 Nisan- 1 Mayıs 2018 tarihinde 3. INES (International Education and Social Science Congress) Antalya'da sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

GİRİŞ

Can sıkıntısı, günlük hayatta sık kullanılan kavramlardan biridir. Can sıkıntısı, “*Yapılacak bir iş olmaması ve hiçbir şeyle oyalanma imkânı bulunmaması sebebiyle duyulan tedirginlik, bunalım*” şeklinde tanımlanmaktadır (TDK, 2017). Başka bir ifade ile can sıkıntısı, rahatsızlık verici bir duygu durumudur ve bir etkinliğe ilişkin uyarıcının ya da o etkinliğe yüklenen anlamın eksikliği ile ortaya çıkmaktadır (Iso-Ahola ve Weissinger, 1990; Harris, 2000; Akt: Soylu ve Siyez, 2014). Sıkılma, bireyin kendini belirli bir görevden veya tüm çevreden soyutladığının güçlü bir işareti olarak tanımlanmakta (Breidenstein, 2007), kendini tekrarlayan, tekdüze ve istemeden yapılan etkinlikler karşısında ortaya çıkmaktadır (Barnett ve Klitzing, 2006). Sıkılma, öğrencilerin öğrenme süreçleri ve başarıları açısından da önemli bir duygu olarak görülmektedir (Daschmann, Goetz ve Stupnisky, 2011).

Can sıkıntısının önemli sosyal, psikolojik ve fiziksel sağlık sorunlarıyla bağlantılı (Fahlman, Mercer-Lynn, Flora ve Eastwood, 2013) olmasının yanı sıra, eğitimle ilgili pek çok kavramla da ilişkilidir. Can sıkıntısının, öğrencilerin zamanı algılayışları (Eren ve Coşkun, 2015), akademik başarıları (Robinson, 1975; Maroldo, 1986; Demirkasımoğlu, 2017), merak düzeyleri (Eren ve Coşkun, 2016) ve okula devam durumlarıyla (Altinkurt, 2008; Uğurlu, Usta ve Şimşek, 2015; Demirkasımoğlu, 2017) ilişkili olduğu bilinmektedir. Bir araştırmaya göre, üniversite öğrencileri, derslerinde yaşadıkları can sıkıntısının öğrenme ve başarı düzeylerini olumsuz etkilediğini düşünmektedirler (Demirkasımoğlu, 2017). Derslerde yaşanan can sıkıntısının, öğrencilerin devamsızlık yapma nedenleri arasında olduğuna ilişkin araştırma sonuçları da bulunmaktadır (Altinkurt, 2008). Ayrıca öğrencilerin fiziksel ve siber zorbalık (Çelebi ve Aliyev, 2017; Yaman ve Peker, 2012) okul terki (Robinson, 1975; Maroldo, 1986; Bridgeland, Dilulio ve Morison, 2006) ve sigaraya başlama (Vatan, Ocakoğlu ve İrgil, 2009) gibi bazı olumsuz alışkanlık ve davranışlarının da can sıkıntısı ile ilişkili olduğu ileri sürülmektedir. Akademik can sıkıntısı çok boyutlu bir yapıya işaret etmekte ve öğrencilerin algıladıkları zorluk durumlarına göre de değişiklik göstermektedir (Acee, vd., 2010). Konuya ilişkin araştırma sonuçları ve önermeler, can sıkıntısının bir takım eğitsel sorunlara yol açtığı ve eğitim ortamlarında sıklıkla karşılaşılan olumsuz bir duygu olduğu söylenebilir (Eren, 2013).

Derslerde yaşanan can sıkıntısı ile motivasyon düzeyi, etkili öğrenme stratejilerin kullanımı, öz denetim becerisi ve akademik başarı arasında olumsuz bir ilişki bulunurken; konu dışı düşünme ve dışsal denetime maruz kalma arasında olumlu bir ilişki olduğu ileri sürülmüştür (Pekrun, Goetz, Titz ve Perry, 2002). Bu nedenle dersleri öğrenci için ilgi çekici kılmak, derslerde öğrencilerin aktif olmasını sağlama gibi önlemler alınarak öğrencilerin sıkılmaları önlenebilir. Zira bu tarz etkinlikler, okulun öğrenci gözünde güdüleyici ve istenilen bir mekân olarak algılanmasına katkı sağlayabilir (Via, 2015, s. 68).

Şu hâlde, uygulanan öğretim programlarının etkili olması ve öğretim sürecinin katılımlı biçimde yürütülmesi, büyük ölçüde öğrencilerin derslerde can sıkıntısı yaşamamalarına bağlıdır.

Üniversite öğrencilerinin derslerinde yaşadıkları can sıkıntısına ve baş etme yollarına yönelik araştırma sonuçları, etkili ve verimli bir öğretim tasarımı açısından katkı sağlayacaktır. Bu doğrultuda araştırmanın amacına aşağıda yer verilmiştir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin derslerinde deneyimledikleri can sıkıntısı yaşantılarını ve bu sorunla baş etme stratejilerini incelemektir. Araştırma ile bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki alt problemlere yanıt aranmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinin derslerinde yaşadıkları can sıkıntısı sıklığı ne düzeydedir ve cinsiyete göre nasıl bir dağılım göstermektedir?
2. Üniversite öğrencilerinin derslerinde yaşadıkları can sıkıntısı ne tür derslerde daha sık görülmektedir?
3. Üniversite öğrencilerinin derslerinde yaşadıkları can sıkıntısının nedenleri nelerdir?
4. Üniversite öğrencileri, derslerinde yaşadıkları can sıkıntısı sonucunda ne tür davranışlar sergilemektedirler?
5. Üniversite öğrencilerinin derslerinde yaşadıkları can sıkıntısı ile baş etme stratejileri nelerdir?

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modelindeki araştırmalar, bir grubun belirli özelliklerini belirlemek için verilerin toplanmasını amaçlayan çalışmalardır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2010). Karasar'a (2004) göre tarama modelleri, geçmişte ya da hâlen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlar.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın çalışma evreni, İç Anadolu Bölgesindeki bir devlet üniversitesinde öğrenim görmekte olan 18000 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, 217'si erkek (%57,7) ve 159'u kadın (%42,3) olmak üzere toplam 376 üniversite öğrencisinden oluşturmaktadır. Örneklem grubunda yer alan öğrenciler, belirlenen fakülte ve yüksekokullardan rastlantısal (random) örneklem tekniği kullanılarak seçilmiş ve gönüllülük esasına göre araştırmaya dâhil edilmiştir. Belirlenen örneklem büyüklüğü, .05 hata payı düzeyi dikkate alındığında evreni temsil edici yeterlidir (Büyüköztürk, vd., 2010). Örneklem grubundaki öğrencilerin cinsiyet, sınıf ve öğrenim gördükleri birim değişkenlerine göre dağılımları Tablo 1'de verilmiştir:

Tablo 1
Çalışma Grubuna İlişkin Demografik Özellikler

Çalışma Grubu		f	%
Cinsiyet	Kadın	159	42.3
	Erkek	217	57.7
Sınıf	1.Sınıf	149	39.6
	2.Sınıf	72	19.1
	3.Sınıf	97	25.8
	4.Sınıf	58	15.4
Öğrenim Gördükleri Birim	Eğitim Fakültesi	116	30.9
	Meslek Yüksekokulu	82	21.8
	İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	103	27.4
	Sağlık Yüksekokulu	75	19.9
Toplam	n	376	100

Tablo 1 incelendiğinde, örneklem grubundaki öğrencilerin 149'unun 1., 72'sinin 2., 97'sinin 3. ve 58'inin 4. sınıfta öğrenim gördüğü anlaşılmaktadır.

Örneklem grubundaki öğrencilerin birimlere göre dağılımına bakıldığında ise 116'sı Eğitim Fakültesinde, 82'si Meslek Yüksekokulunda, 103'ü İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesinde ve 75'i Sağlık Yüksekokulunda öğrenim görmektedirler.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından geliştirilen ve üniversite öğrencilerinin derslerindeki can sıkıntısı yaşantılarını belirlemeye yönelik sorulardan oluşan yarı yapılandırılmış bir anket kullanılmıştır. Ankette yer alan soruların belirlenmesinde öncelikle ilgili literatür taranmıştır. Literatür taraması sonucunda, üniversite öğrencilerinin derslerde yaşadıkları can sıkıntısı durumlarını betimleyici ifadelerden oluşan sorular hazırlanmıştır. Anket iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde katılımcıların demografik özelliklerini belirlemeye yönelik sorular yer almakta, ikinci bölümde ise, can sıkıntısına yol açan nedenler, can sıkıntısı sonucu ortaya çıkan davranışlar ve can sıkıntısı yaşanan derslerde bu durumdan kurtulma ve baş etme stratejilerini belirlemeye yönelik sorular bulunmaktadır. Anketin kapsam geçerliği ve araştırma problemini ölçme bakımından uygunluğunu belirlemek amacıyla bir psikolojik danışma ve rehberlik uzmanı ile iki program geliştirme uzmanından görüş alınmıştır. Taslak anket soruları üzerindeki tartışmalar ve düzeltmeler sonucunda ankete nihai şekli verilmiştir.

Verilerin Analizi

Anketin uygulanması sonucunda elde edilen veriler, nicel araştırmalar için yaygın olarak tercih edilen SPSS programı kullanılarak analiz edilmiştir. Analizler yapılırken, betimsel analiz tekniklerinden yüzde, frekans işlemleri ve bunları kapsayan Crosstabs (çapraz tablolar) analiz tekniği kullanılmıştır. Çapraz tablolama analizi, ilgili her bir değişkenin kategorilerinin keşişimlerini inceleme olanağı sağlamaktadır (Karasar, 2004). Analizlerden elde edilen sonuçlar tablolar halinde bulgular kısmında verilmiştir.

BULGULAR

Bu bölümde, toplanan verilerin, araştırmanın alt problemleri doğrultusunda yapılan analizleri ve elde edilen bulgularına yer verilmiştir.

Üniversite Öğrencilerinin, Derslerinde Yaşadıkları Can Sıkıntısı Sıklığı ve Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Üniversite öğrencilerinin, derslerinde yaşadıkları can sıkıntısı sıklığı ve cinsiyete göre nasıl bir dağılım gösterdiğini belirlemek amacıyla yapılan analiz sonuçları Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2

Üniversite Öğrencilerinin Derslerindeki Can Sıkıntısı Yaşantılarının Sıklığı ve Cinsiyete Göre Dağılımına İlişkin Bulgular

Can Sıkıntısı Yaşantısı Sıklığı		f	%	Toplam Frekans	Toplam Yüzde
Her zaman	Kadın	33	% 43,4	76	% 20,2
	Erkek	43	% 56,6		
Genellikle	Kadın	30	% 47,6	63	% 16,8
	Erkek	33	% 52,4		
Bazen	Kadın	70	% 43,5	161	% 42,8
	Erkek	91	% 56,5		
Nadiren	Kadın	24	% 33,8	71	% 18,9
	Erkek	47	% 66,2		
Hiçbir zaman	Kadın	2	% 40	5	% 1,3
	Erkek	3	% 60		
Toplam		376	100	376	100

Tablo 2’de yer alan sonuçlar incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin derslerinde azımsanamayacak düzeyde can sıkıntısı yaşadıkları anlaşılmaktadır. Can sıkıntısı yaşama sıklığını ifade eden seçeneklerden “her zaman” ve “genellikle” seçeneklerine verilen yanıtlar birlikte değerlendirildiğinde, üniversite öğrencilerinin derslerinde yüksek sayılabilecek düzeyde (f=139, %37) can sıkıntısı yaşadıkları söylenebilir. Toplam frekans değerlendirildiğinde ise en fazla ortaya çıkan sıklık ifadesi “bazen” (f=161, %42,8)’dir. Cinsiyete göre dağılımlara bakıldığında ise birbirine yakın sonuçlar olduğu görölmektedir. Ancak can sıkıntısını “nadiren” yaşadıklarını belirten erkeklerin oranı (%66) ile kadınların oranını (%33,8) karşılaştırıldığında, kadınların can sıkıntısı yaşama olasılıklarının daha yüksek olduğu söylenebilir.

Üniversite Öğrencilerinin Yaşadıkları Can Sıkıntısının Ders Türleri ve Öğrenim Gördükleri Birime Göre Dağılımı

Üniversite öğrencilerinin can sıkıntısı yaşadıkları ders türleri ve öğrenim gördükleri birimler analiz edilerek elde edilen çapraz tablolar aşağıda verilmiştir.

Tablo 3

Üniversite Öğrencilerinin Can Sıkıntısı Yaşadıkları Ders Türleri ve Öğrenim Gördükleri Birimlere Göre Dağılımına İlişkin Bulgular

Can Sıkıntısı Yaşanılan Ders Türü	Bölüm	f	Toplam Frekans	Toplam Yüzde
Teorik dersler	Eğitim Fak.	47	90	%23,9
	MYO	12		
	İİBF	17		
	Sağlık YO	14		
Alan dersleri	Eğitim Fak.	7	45	%12
	MYO	15		
	İİBF	15		
	Sağlık YO	8		
Mesleki dersler	Eğitim Fak.	14	49	%13
	MYO	16		
	İİBF	11		
	Sağlık YO	8		
Sayısal dersler	Eğitim Fak.	31	108	%28,7
	MYO	35		
	İİBF	23		
	Sağlık YO	19		
Seçmeli dersler	Eğitim Fak.	39	117	%31,1
	MYO	21		
	İİBF	34		
	Sağlık YO	23		
Uygulamalı dersler	Eğitim Fak.	5	25	%6,6
	MYO	6		
	İİBF	9		
	Sağlık YO	5		

Tablo 3 incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin sırasıyla en fazla seçmeli (%31), sayısal (%28) ve teorik (%23) derslerde can sıkıntısı yaşadıkları görülmektedir. En az can sıkıntısı yaşanan ders türleri ise sırasıyla uygulamalı (%6,6), alan (%12) ve mesleki (%13) derslerdir. Ayrıca birimlere göre değerlendirildiğinde Eğitim Fakültesi öğrencilerinin en fazla teorik (f=47) ve seçmeli (f=39) derslerde, Meslek Yüksekokulu, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi ve Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin ise daha çok sayısal ve seçmeli derslerde can sıkıntısı yaşadıkları görülmektedir.

Üniversite Öğrencilerinin Derslerinde Yaşadıkları Can Sıkıntısının Nedenleri

Üniversite öğrencilerinin, derslerinde yaşadıkları can sıkıntısının nedenlerine ilişkin soruya verdikleri yanıtlardan elde edilen bulgular Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4

Üniversite Öğrencilerinin Derslerinde Yaşadıkları Can Sıkıntısı Nedenlerine İlişkin Bulgular

Can Sıkıntısı Nedenleri	f	%
Öğretim Elemanının Ders İşleme Yaklaşımı	220	17%
Anlık Psikolojik Durumum	183	15%
Dersin İlgi Çekmemesi	178	14%
Uykusuz Olma	167	13%
Derste Kullanılan Yöntem	147	12%
Derse Karşı Önyargı	102	8%
Öğretim Elemanı İle Yaşanan Sorunlar	67	5%
Sınıfın Kalabalık Olması	62	5%
Sınıfın Karanlık Olması	53	4%
Sınıfın Isı Durumu	29	2%
Arkadaşları ile İlişkinin İyi Olmaması	25	2%
Oturma Düzeni	22	2%
Diğer	9	1%

Üniversite öğrencilerine, can sıkıntısının olası nedenlerine ilişkin seçenekler verilmiş, bunlar içerisinde kendi can sıkıntılarına yol açtığını düşündükleri beş seçeneği işaretlemeleri istenmiştir. Öğrencilerin seçtikleri sıralamaya göre elde edilen bulgular Tablo 4'te görüldüğü gibi sıralanmıştır. Bu sıralamaya göre, üniversite öğrencilerinin yaşadıkları can sıkıntısı nedenlerinin *ders türü, öğretim elemanı, öğrenci ve öğretim ortamı* olmak üzere başlıca dört başlık altında toplandığı görülmektedir. Bu kategoriler içerisinde can sıkıntısının en çok öğrencinin kendisinden kaynaklandığı nedenlerle ilişkili olduğu anlaşılmaktadır. Daha sonra sırasıyla öğretim elemanından, ders türünden ve öğretim ortamından kaynaklı olduğu görülmektedir. Ayrıca can sıkıntısına yola açan en belirgin iki nedenin sırasıyla "öğretim elemanın ders işleme yaklaşımı" (f=220, %17) ve öğrencinin "anlık psikolojik durumu" olduğu anlaşılmaktadır. Öğrenciden kaynaklı önemli iki neden olarak "anlık psikolojik durum" (f=183, %15) ve "uykusuzluk" (f=167, %13) öne çıkarken, öğretim elemanından kaynaklı nedenlerin ise "ders işleme yaklaşımı" (f=220, %17) ve "derste kullanılan öğretim yöntemi" (f=147, %12) olduğu görülmektedir. Öte yandan ders türü kaynaklı nedenler arasında "dersin yeterince ilgi çekici olmaması" (f=178, %14) durumu öne çıkarken, öğretim ortamı kaynaklı nedenler arasında ise "sınıfın kalabalıklığı" (f=62, %5) gerekçe gösterilmektedir.

Üniversite Öğrencilerinin Yaşadıkları Can Sıkıntısı Sonucunda Gösterdikleri Davranışlar

Üniversite öğrencilerinin, derslerinde can sıkıntısı yaşamaları durumunda ne tür davranışlar gösterdiklerine ilişkin bulgular Tablo 5'te yer verilmiştir.

Tablo 5

Üniversite Öğrencilerinin Yaşadıkları Can Sıkıntısı Sonucunda Gösterdikleri Davranışlara İlişkin Bulgular

	f	%
Başka Şeyler Düşünürüm	227	20
Telefonla Uğraşırım	176	15
Arkadaşımla Konuşurum	130	11
Uyurum	128	11
Hayal Kurarım	124	11
Camdan Dışarı Bakarım	88	8
Resim Çizerim	72	6
Derse Katılmaya Çalışırım	63	6
Başka Derse Çalışırım	52	4
Diğer	29	3
Kitap Okurum	28	2
Kulaklıkla Müzik Dinlerim	24	2
Dersten İzin Alıp Dışarı Çıkarım	11	1

Tablo 5 incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin derslerinde yaşadıkları can sıkıntısı sonucunda farklı davranışlar ortaya koydukları görülmektedir. Buna göre öğrenciler en çok “başka şeyler düşünme” (f=227, %20); “telefonla uğraşma” (f=176, %15); “arkadaşlarıyla konuşma” (f=130, %11); “uyuma” (f=128, %11) ve “hayal kurma” (f=124, %11) gibi davranışları tercih etmektedirler. En çok başvurulan davranışların niteliğine bakıldığında ise bu davranışların ders dışı ve öğretime yönelik olmadığı anlaşılmaktadır.

Üniversite Öğrencilerinin Derslerinde Yaşadıkları Can Sıkıntısı İle Baş Etme Stratejileri

Üniversite öğrencilerinin derslerinde yaşadıkları can sıkıntısı ile baş etme stratejilerinin neler olduğuna ilişkin verilerin analizine ilişkin bulgular Tablo 6’da yer almaktadır.

Tablo 6

Üniversite Öğrencilerinin Derslerinde Yaşadıkları Can Sıkıntısı İle Baş Etme Stratejilerine İlişkin Bulgular

Başvurulan Strateji	f	%
Derse Hazırlıklı Gelirim	116	29
Stresimi Azaltacak Aktivitelere Yönelirim	98	24
Derse Gelmemeye Çalışırım	89	22
Dersten Daha Yararlı Olduğunu Düşündüğüm Başka Bir Şey Yaparım	69	17
Diğer	33	8

Tablo 6’ incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin yaşadıkları can sıkıntısı ile baş etmek amacıyla farklı stratejilere başvurdukları anlaşılmaktadır. Buna göre üniversite öğrencilerinin can sıkıntısı yaşadıkları derslerde başvurdukları stratejilerden pozitif stratejiler ön plana çıkmaktadır. Bu stratejiler arasında en çok “derse hazırlıklı gelme” (f=116, %29) ve “stres azaltıcı aktivitelere yönelme” (f=98, %24) stratejileri ön plana çıkmaktadır. Ancak can sıkıntısı yaşayan üniversite öğrencilerinin önemli bir kısmının negatif stratejilere yöneldikleri anlaşılmaktadır. Bunlar arasında “derse gelmeme” (f=89, %22), ve “dersten daha yararlı olduğunu düşündüğü başka bir şey yapma” (f=69, %17) stratejileri öne çıkmaktadır. Bunlar dışında farklı stratejiler benimseyenlerin oranı ise “diğer” (f=33, %8) başlığı altında yer almıştır.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Üniversite öğrencilerinin derslerinde yaşadıkları can sıkıntısı sıklığının, can sıkıntısı sonucunda ne tür davranışlar gösterdiklerinin ve can sıkıntısı ile baş edebilmek için hangi stratejileri kullandıklarının belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilen bu çalışmada, öğrencilerin derslerinde azımsanamayacak düzeyde can sıkıntısı yaşadıkları tespit edilmiştir. Can sıkıntısı yaşama sıklığını ifade eden “her zaman” ve “genellikle” seçeneklerine verilen yanıtlar birlikte değerlendirildiğinde, üniversite öğrencilerinin derslerinde yüksek sayılabilecek düzeyde (%37) can sıkıntısı yaşadıkları söylenebilir. Yine araştırma bulgularına göre “bazen” can sıkıntısı yaşayanların oranı da %40 civarındadır. Bu sonuçlar, Demirkasımoğlu’nun (2017) öğrencilerin çoğunluğunun dersleri sıkıcı olarak değerlendirdiklerine ilişkin bulguları ile benzerlik göstermektedir. Alan yazında öğrencilerin boş zamanları ve can sıkıntısı yaşama durumlarına ilişkin çalışmalar da bulunmaktadır. Örneğin lise öğrencileri ile yürütülen bir çalışmada, öğrencilerin orta düzeyde can sıkıntısı yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır (Çelebi ve Aliyev, 2017). Bu durumun öğrencilerin akademik başarılarını olumsuz etkilediği düşünülmektedir. Zira derste yaşanan can sıkıntısı ile akademik başarı arasında olumsuz bir ilişki bulunmaktadır (Robinson, 1975; Maroldo, 1986; Pekrun, Goetz, Titz ve Perry, 2002; Demirkasımoğlu, 2017).

Araştırmada elde edilen diğer bir sonuca göre, üniversite öğrencileri en çok seçmeli, sayısal ve teorik derslerde can sıkıntısı yaşarken, en az uygulamalı ve mesleki derslerde can sıkıntısı eğilimi göstermektedirler. Ulaşılan bir başka sonuca göre Eğitim Fakültesi öğrencileri en fazla teorik ve seçmeli derslerde, Meslek Yüksekokulu, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi ve Sağlık Yüksekokulu öğrencileri ise daha çok sayısal ve seçmeli derslerde can sıkıntısı yaşamaktadırlar. Bu sonuçlar alanyazındaki diğer çalışma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Örneğin bir başka çalışmada can sıkıntısı yaşanan dersler; sözel dersler, bilgi yüklü teorik dersler, sadece düz anlatım yönteminin kullanıldığı dersler, öğretim elemanının sevilmediği dersler şeklinde sıralanmıştır (Demirkasımoğlu, 2017). Öğrencilerin, diğer derslere oranla matematik derslerinde daha çok sıklığını gösteren çalışma sonuçları da bulunmaktadır (Daschmann, Goetz, ve Stupnisky, 2011; Nett, Goetz ve Hall, 2011; Genç, vd., 2013). Ancak öğrencilerin matematik

derslerinde daha az sıkıldıklarını ortaya koyan çalışma sonuçları da bulunmaktadır (Eren ve Coşkun, 2016). Birbiriyle çelişen bu sonuçların, öğrencilerin bireysel farklılıklarından ve farklı ilgi alanlarına sahip olmalarından kaynaklandığı şeklinde yorumlanabilir. Nitekim bir çalışmada öğrencilerin merak duyduğu konularda ve derslerde daha az sıkılma eğilimi gösterdikleri rapor edilmiştir (Eren ve Coşkun, 2016).

Araştırmada ortaya çıkan sonuçlardan bir diğeri ise üniversite öğrencilerinin derslerinde yaşadıkları can sıkıntısını farklı nedenlerle ilişkilendirmeleridir. Buna göre üniversite öğrencileri, can sıkıntısının ders türü, öğretim elemanı, öğrenci ve öğretim ortamı olmak üzere başlıca dört farklı kaynaktan ileri geldiğini öne sürmüşlerdir. Öğrenciler, can sıkıntısının en çok kendilerinden kaynaklandığına, daha sonra sırasıyla öğretim elemanından, ders türünden ve öğretim ortamından kaynaklı olduğuna işaret etmişlerdir. Öğrenciden kaynaklı önemli iki neden olarak "anlık psikolojik durum" ve "uykusuzluk" öne çıkarken, öğretim elemanından kaynaklı nedenler olarak "ders işleme yaklaşımı" ve "derste kullanılan öğretim yöntemi" gösterilmiştir. Öte yandan ders türü kaynaklı nedenler arasında "dersin yeterince ilgi çekici olmaması", öğretim ortamı kaynaklı nedenler arasında ise "sınıfın kalabalıklığı" gerekçe gösterilmiştir. Benzer şekildeki bir grupta Demirkasimoğlu (2017)'nin üniversite öğrencileri ile yürüttüğü çalışmada da rastlanmaktadır. Nitekim bu çalışmada öğretmen adaylarının derste can sıkıntısı hissetmelerine neden olan faktörler, "öğretim elemanından kaynaklanan nedenler", "öğrenciden kaynaklanan nedenler" ve "diğer nedenler" şeklinde gruplandırılmıştır (Demirkasimoğlu, 2017). Yine bu çalışmada; öğretim elemanından kaynaklı sıkılma nedenlerinin başında, öğretim elemanının dersi monoton bir biçimde işlemesi gelmektedir. Oysa etkili bir öğretimin temel adımları; dersin anlaşılabilirliği, öğretimsel çeşitlilik, öğretmenin göreve uyumu, öğrenme sürecinde yer alma ve öğrenci başarı oranıdır (Borich, 2014, s. 7). Dolayısıyla dersin etkili bir biçimde işlenmesi, öncelikli olarak öğretmenin çabasına gerekli kılmakta, yeterli hassasiyetin olmaması durumunda öğrencilerde can sıkıntısı yaşanmasına neden olmaktadır.

Elde edilen bir diğer sonuca göre, derslerinde can sıkıntısı yaşayan üniversite öğrencilerinin sıklıkla başka şeyler düşünme, telefonla uğraşma, arkadaşlarıyla konuşma, uyuma ve hayal kurma gibi davranışları sergiledikleri ortaya çıkmıştır. Can sıkıntısı yaşayan öğrencilerin sıklıkla başvurdukları davranışların niteliğine bakıldığında ise bu davranışların ders dışı ve öğretime yönelik olmadığı anlaşılmaktadır. Bu sonuçlar başka bir çalışmada elde edilen sonuçlarla benzerlik göstermektedir. Nitekim Demirkasimoğlu (2017) tarafından yürütülen bir çalışmada can sıkıntısı yaşayan öğrencilerde bir an önce dersin bitmesini isteme, uykunun gelmesi, nefesin daralması, dersten başka şeyler düşünülmesi, derse olan ilginin azalması, huzursuzluk ve vakit kaybı hissi gibi davranışların yaşandığı belirtilmiştir. Derste yaşanan bu olumsuz duygu ve düşünceler, öğrencileri dersten ve hatta okul ortamından uzaklaştırma riski taşımaktadır. Alanyazında can sıkıntısının, derse devam durumunu olumsuz etkilediğine ilişkin bulgular yer almaktadır (Demirkasimoğlu, 2017; Uğurlu, Usta ve Şimşek, 2015). Ayrıca akademik can sıkıntısının okul terki ile ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışma sonuçları da bulunmaktadır (Robinson, 1975; Maroldo, 1986). Başka bir çalışmaya göre de öğrencilerin okuldan ayrılma nedenleri arasında can sıkıntısı üst sıralarda yer almaktadır (Bridgeland, Dilulio ve Morison, 2006).

Araştırmada elde edilen bir diğer sonuca göre, can sıkıntısı yaşayan üniversite öğrencileri bu durumla baş etmek amacıyla bir kısmı olumlu bir kısmı olumsuz olmak üzere farklı stratejilere başvurumaktadırlar. Ancak üniversite öğrencileri can sıkıntısı yaşadıkları derslerde daha çok pozitif stratejileri kullanma yolunu seçmektedirler. Nitekim bu stratejiler arasında derse hazırlıklı gelme ve stres azaltıcı aktivitelere yönelme yaklaşımları ön plana çıkmaktadır. Can sıkıntısı yaşayan üniversite öğrencilerinin önemli bir kısmı ise negatif stratejilere yönelmektedirler. Bunlar arasında "derse gelmeme" ve "dersten daha yararlı olduğunu düşündüğü başka bir şey yapma" stratejileri öne çıkmaktadır. Başka bir çalışmada da öğrencilerin, cep telefonlarıyla sosyal paylaşım sitelerinde gezinme, müzik dinleme, araştırma yapma, test çözme, oyun oynama, sohbet etme, uyuma, kitap okuma, kâğıda bir şeyler çizme, başka şeyler düşünme gibi negatif stratejiler yanında, dersin önemli olduğunu düşünüp konuya odaklanmaya çalışma, dersi dinlemeye çalışma ve dikkatini toplayabilmek için not tutma şeklinde pozitif stratejiler kullandıkları rapor edilmiştir (Demirkasimoğlu, 2017). Bir başka çalışmada ise öğretmen adaylarının can sıkıntısıyla başa çıkma stratejileri yaklaşma ve kaçınma stratejileri şeklinde gruplandırılmış; yaklaşma stratejileri bilişsel ve davranışsal yaklaşma olarak, kaçınma stratejileri de bilişsel ve davranışsal kaçınma olarak nitelendirilmiştir (Eren, 2013). Ayrıca, öğretmen adayları ile yapılan bir çalışmada can sıkıntısıyla başa çıkma stratejilerinin 'algılamalarını değiştirenler kümesi', 'uyumsuz davranış sergileyenler kümesi' ve 'hayal kırıklığına uğrayanlar kümesi' şeklinde üç anlamlı görünüm aracılığıyla tanımlanabileceği ancak öğrencilerin derse karşı merak duymasının can sıkıntısı sorununu çözmede daha etkili olduğu belirtilmiştir (Eren ve Coşkun, 2016).

Elde edilen bu sonuçlara ve alanyazındaki diğer araştırma bulgularına dayalı olarak öğrencilerinin yaşadığı akademik can sıkıntısının en aza indirilmesi için öğrencilerin çalışma alanlarına uygun ve etkin katılım gerektiren uygulamalı derslere ağırlık verilmesi önerilmektedir. Öte yandan can sıkıntısının temel nedenlerinden olan öğretim yaklaşımı ve öğretim yöntemlerinin de öğrencilerin katılımını sağlayacak tarzda yürütülmesi önemli bir katkı sağlayacaktır. Bu nedenle yüksek öğretim düzeyinde program geliştirme çalışmaları yapılırken, akademik başarı için önemli bir engelleyici faktör olan akademik can sıkıntısına yol açan nedenlerin engellenmesine yönelik tedbirlerin dikkate alınması gerekmektedir. Bu bağlamda, teorik derslerin azaltılması, uygulama ağırlıklı derslerin artırılması, öğrencileri aktif kılacak etkileşimli öğretim yaklaşımlarının benimsenmesi etkili bir çözüm olabilir. Etkili öğretim yöntem ve tekniklerinin derslerde nasıl kullanılacağına yönelik olarak öğretim elemanlarına yönelik eğitimlerin verilmesi de katkı sağlayabilir. Üniversite öğrencilerinin akademik can sıkıntısı yaşantılarına yönelik gelecekte yapılacak olan deneysel çalışmaların ve can sıkıntısı ile ilişkili olabilecek psikolojik yapıları ortaya koymaya yönelik ilişkisel tarama çalışmalarının alana katkı getireceği de düşünülmektedir.

KAYNAKÇA/REFERENCES

- Acee, T.W., Kim, H., Kim, H. J., Kim, J., Chu, H. R., Kim, M., Cho, Y. ve Wicker, F. W. (2010). Academic boredom in under- and over-challenging situations. *Contemporary Educational Psychology*, 35, 17–27.
- Altinkurt, Y. (2008). Öğrenci devamsızlıklarının nedenleri ve devamsızlığın akademik başarıya olan etkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20, 129-142.
- Barnett, L. A. ve Klitzing, S. W. (2006). Boredom in free time: Relationships with personality, affect, and motivation for different gender, racial and ethnic student groups, *Leisure Sciences*, 28(3), 223-244. DOI: 10.1080/01490400600598053
- Borich, G. D. (2014). *Etkili öğretim yöntemleri*. (Çev. Ed. M. B. Acat). Ankara: Nobel.
- Breidenstein, G. (2007). The meaning of boredom in school lessons. Participant observation in the seventh and eighth form. *Ethnography and Education*, 2(1), 93-108.
- Bridgeland, J.M., Dilulio, J.J., ve Morison, K.B., (2006). *The silent epidemic: Perspectives of high school dropouts*. <https://docs.gatesfoundation.org/documents/thesilentepidemic3-06final.pdf> adresinden 30.11.2017 tarihinde alınmıştır.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2010). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Coşkun, H. ve Eren, A. (2015). Time perspectives and boredom coping strategies of undergraduate students from Turkey. *Educational Research for Policy and Practice*, 14, 53-75.
- Çelebi, F ve Aliyev, R. (2017). Ortaöğretim öğrencilerinin boş zaman can sıkıntısı algılarının ve zorbalık durumlarının karşılaştırılarak incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 248-264. DOI: 10.17679/inuefd.306629
- Daschmann, E. C., Goetz, T., ve Stupnisky, R.H. (2011). Testing the predictors of boredom at school: Development and validation of the precursors to boredom scales. *British Journal of Educational Psychology*, 81, 421–440.
- Demirkasimoğlu, N. (2017). Üniversite öğrencilerinin derste can sıkıntısına ilişkin görüşleri: öğretmen adayları üzerine bir araştırma. *Yükseköğretim Dergisi*, 7(1), 10-27.
- Eren, A. (2013). Öğretmen adaylarının can sıkıntısıyla başa çıkma stratejilerinin görünüşleri. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 46(2), 69-90.
- Eren, A. ve Coşkun, H. (2016). Students' level of boredom, boredom coping strategies, epistemic curiosity, and graded performance, *The Journal of Educational Research*, 109(6), 574-588, DOI: 10.1080/00220671.2014.999364
- Fahlman, S. A., Mercer-Lynn, K. B., Flora, D. B. ve Eastwood, J. D. (2013). Development and validation of the multidimensional state boredom scale. *Assessmen*, 20(1), 68-85.
- Genç, E.; Batmaz, H. Ç.; Coşkun, Z.; Pala, R.; Çınar, V. ve Biçer, S. Y. (2013). Güzel sanatlar ve spor lisesi, spor bölümü öğrencilerinin sayısal derslere karşı tutumları (Elazığ örneği). *The Journal of Academic Social Science Studies*, 6(3), 1163-1177.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara:Nobe Yayıncılık.
- Maroldo, G. K. (1986). Shyness, boredom, and grade point average among college students. *Psychological Reports*, 59, 395–398.
- Nett, U. E., Goetz, T. ve Hall, N. C. (2011). Coping with boredom in school: An experience sampling perspective. *Contemporary Educational Psychology*, 36, 49–59.

- Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W., ve Perry, R. (2002). Academic emotions in students' self-regulated learning and achievement: A program of qualitative and quantitative research. *Educational Psychologist*, 37, 91–105.
- Robinson, W. P. (1975). Boredom at school. *British Journal of Educational Psychology*, 45, 141–152.
- Soylu, Y. ve Siyez, D. M. (2014). Boş zaman can sıkıntısı ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması. *Ege Eğitim Dergisi*, (15)1, 80-95.
- Türk Dil Kurumu (TDK). (2017). Güncel Türkçe Sözlük. http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.5a182e14c80053.04564966 adresinden 24.11.2017 tarihinde erişilmiştir.
- Uğurlu, C. T.; Usta, H. G. ve Şimşek, A. S. (2015). Yükseköğretimde devamsızlık olgusu ve nedenlerine ilişkin öğretim üyeleri ve üniversite öğrencilerinin görüşleri. *Turkish Studies International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*. 10(3), 1009-1030.
- Vatan, İ.; Ocakoğlu, H. ve İrgil, E. (2009). Uludağ Üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinde sigara içme durumunun değerlendirilmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*. 8(1), 43-48.
- Viau, R. (2015). *Okulda motivasyon: Okulda güdülenme ve güdülenmeyi öğrenme*. (Çev: Yusuf Budak). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Yaman, E. ve Peker, A. (2012). Ergenlerin siber zorbalık ve siber mağduriyete ilişkin algıları. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(3), 819 -833.

İletişim/Correspondence

Doç. Dr. Hüseyin ŞİMŞEK
husimsek@hotmail.com

Dr. Sultan Selen KULA
selenyazgunoglu@windowslive.com

Dr. Önder BALTACI
baltacionder@gmail.com