

Sağlıklı İletişim Kapsamında Öğrencilerin Empati Düzeylerinin Analizi: Bartın Üniversitesi Örneği

Özkan AVCI, Çağrı SÜRÜCÜ
Bartın Üniversitesi, Meslek Yüksekokulu, Bartın, TÜRKİYE

E-Posta: ozkanavci@bartin.edu.tr

Özet

Kişilerarası ilişkilerde sağlıklı iletişim içerisinde olmak için bireylerin birbirlerinin ne hissettiklerini doğru bir şekilde anlaması önem arz etmektedir. Bu gibi durumlarda empati kurma becerisi ön plana çıkmaktadır. Empati kurma becerisi sağlıklı bir iletişimin en önemli aşamaları içerisinde yer almaktadır. Çünkü empati kuran bireyler, kurdukları iletişimi daha iyi yapılandırmaktadır. Yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin empati düzeyleri ölçülmüş ve kurdukları kişilerarası ilişkilerde hangi empatik unsurlara önem verdikleri tespit edilmeye çalışılmıştır. Çalışma kapsamında literatürde yer alan "Toronto Empati Ölçeği (TEÖ)" kullanılmıştır. Araştırmaya Bartın Üniversitesinde öğrenim görmekte olan 458 öğrenci gönüllülük esaslı olarak katılım sağlamış ve elde edilen veriler SPSS programı yardımıyla analiz edilerek incelenmiştir.

Anahtar Kelimeler: sağlıklı iletişim, empati, empatik iletişim

Analysis of Students' Empathy Levels in the context of Healthy Communication: The Case of Bartın University

Abstract

In order to be in healthy communication in interpersonal relationships, it is important for individuals to understand correctly what each other feels. In this case, the ability to build empathy comes to the fore. The ability to build empathy is one of the most important stages of healthy communication. Replace with individuals who have empathy build their communication better. In this study, empathy levels of the students were measured and it was tried to determine which empathic elements they gave importance to the interpersonal relations they established. The Toronto Empathy Questionnaire (TEQ) was used as part of the study. 458 students studying at Bartın University participated in the study voluntarily and the data were analyzed and analyzed with the help of the SPSS program.

Keywords: Healthy Communication, Empathy, Empathic Communication

1. Giriş

Sosyal hayata uyum sağlayabilmek için toplumun diğer bireyleriyle iletişim kurmak zorunludur. Ancak kurulan sosyal ilişkilerde bazen istenilen düzey yakalanamamaktadır. Günümüzde var olan hızlı tüketim, karmaşıklık ve yoğun ilişkiler beraberinde iletişim sorunlarını da getirmekte ve monoton ilişkiler ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla insanları bireyselliğe iten ve birbirlerine yabancılaşmalarına sebep olan iletişim sorunlarının ortadan kaldırılmasında bireylerin sahip olacakları sağlıklı ilişkiler yön gösterici olacaktır. Sağlıklı iletişimin yolu ise insanların birbirlerini anlayabilmesinden yani empati kurmalarından geçmektedir. Empati kurma becerisi özellikle kişilerarası ilişkilerde önemli bir unsur olarak görülmektedir (Kılıç, 2016).

Sağlıklı iletişim kapsamında empati kurma becerisi, iletişim kurulan bireyin doğru şekilde anlaşılması açısından önem arz etmektedir. Empati kurma becerisi ile diğer bireylerin algıları, düşünceleri, duyguları ve tutumları sağlıklı olarak anlaşılmalıdır. Bu sayede bireyler, kendileri ile empati kurulduğunda anlaşıldıklarını ve önemli olduklarını hissetmektedir (Avcı, 2017:178-179). Empati kurma becerisinin anahtar unsuru, belirli bir zaman aralığında bireylerin yaşadıkları deneyimlerin ya da öznel gerçeklerin bir başka kişi tarafından anlaşılmasıdır (Acun-Kapıkıran, 2016:112).

Rogers'a göre empati (1983:107); ilişki kurulan birey ile bir süreç içerisinde birlikte varolma şekli olarak görülmektedir. Çoruk ise empatiyi (2016:114); bireyi bir bütün olarak görme ve bireyin içinde bulunduğu şartları dikkate alarak onu anlayabilme gayreti olarak ifade etmiştir. Ayrıca empati (Akkoyun, 1982:65), ilişki kurulan bireyin kendi iç dünyasındaymiş gibi hissederken, kişinin kendi kendisinin de farkında olabilmesi becerisidir. Empati (Mulcar, 2017:4); eşduyum olarak da adlandırılmakla birlikte ilişki kurulan bireylerin tüm duygu ve davranışlarının tam anlamıyla motivasyonunu anlamak ve içselleştirmektir. Empati, duygu ve düşüncelere önyargısız olarak geçiş yapabilmektir.

Dökmen empatinin tanımını üç temel öge üzerinden yapmaktadır. Bunlar; kişinin kendisini karşısındakinin yerine koyarak olaylara onun bakış açısıyla bakabilmesi, karşıdaki kişinin duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlayabilmesi ve empati kuran kişinin zihninde oluşan empatik anlayışın karşıdaki kişiye iletilebilmesi olarak sıralanmaktadır (Dökmen, 2008:157-159). Empatik iletişim sayesinde bireyler birbirlerinin duygu ve düşüncelerini anlamaya odaklanmakta ve paylaşım artmaktadır. Dolayısıyla paylaşımın arttığı ilişkilerde bireyler kendilerini yalnız hissetmemektedir. Ayrıca empatik iletişim, bireyler arasında bağ oluşturmada ve bu bağ aracılığıyla empatik ilişkinin düzeyi yükselmektedir (Gürüz ve Temel Eğinli, 2016:34). Ancak ilişki kurulan bireylere yönelik "boşver, geçer bunlar, dert etme" gibi verilecek sözel tepkiler ise empatik bağ oluşturmayacak ve iletişim sürecini olumsuz etkileyecektir (Güven, 2016:63).

Kişilerarası iletişimde ve duyguların yönetilmesinde empati olmazsa olmazdır (Avcı, 2018:209). Bu doğrultuda üniversite öğrencilerinin empati düzeylerinin bilinmesi önem arz etmektedir. Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin kişilerarası iletişim kurarken sergiledikleri empati düzeylerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmeye yöneliktir.

2. Yöntem

Üniversite öğrencilerinin empati düzeylerini ölçmeye yönelik olarak yapılan bu çalışmada araştırma örneklemini olarak 458 Bartın Üniversitesi önlisans ve lisans öğrencisinden gönüllülük esaslı olarak veriler toplanmıştır.

Araştırmada katılımcıların cinsiyet, yaş ve medeni durumları tespit edilmiş ve kişilerarası iletişim içerisindeyken empati düzeylerinin nasıl olduğu belirlenmeye çalışılmıştır.

Araştırma verileri, yüz yüze anket yöntemi kullanılarak elde edilmiş ve veriler SPSS 22.0 paket programında analiz edilmiştir. Araştırmanın amacına uygun olan anket soruları için Spreng ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilen ve Türkiye'deki geçerlik güvenilirlik çalışmaları Totan ve arkadaşları (2012) tarafından yapılan Toronto Empati Ölçeğinden (TEÖ) yararlanılmıştır. Orijinal ölçek soruları hazırlanırken değerlendirmede farklılıkları en aza indirmek ve bütünlük sağlamak için tek boyutlu ve 16 madde olarak hazırlanmıştır. Ancak özgün formda yer alan 3 adet madde, Türkçe uyarlaması ve analizleri sonrasında toplam korelasyon değerleri ile faktör yükleri 0,30 değerinin altında olduğu için Totan ve arkadaşları tarafından ölçekten çıkarılmıştır. Bu çalışmada kültürlerarası uyumsuzlukları giderilmiş 13 maddeden oluşan nihai ölçek kullanılmıştır. Ölçekte yer alan 1., 3., 5., 7., 8., 9., 11. ve 12. sorular ters çevrilerek analize dahil edilmiştir.

Araştırmada kullanılan anket formu iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde, katılımcıların demografik özelliklerine yönelik 3 soru yer almaktadır. İkinci bölümde öğrencilerin empati düzeylerinin ölçümü ile alakalı 13 soru yer almaktadır. İkinci bölümde yer alan ölçekteki tüm değişkenler için "1-Hiç Uygun Değil, 2-Uygun Değil, 3-Biraz Uygun, 4-Uygun ve 5-Tamamen Uygun" olarak belirlenen 5 seçenekli Likert kullanılmıştır.

Anket sorularının ölçülmek istenen yapıyla ne kadar tutarlı olduğunu tespit etmek için Cronbach Alfa katsayısı ve maddelerin ölçülen özelliklerle ilgili ayırt edicilikleri için ise madde toplam korelasyonları dikkate alınmıştır (Büyüköztürk vd., 2018:115-128). Bu kapsamda uygulanan ölçeğin madde toplam korelasyonları incelendiğinde 1. sorunun korelasyon değeri 0,30'un altında olması sebebiyle bu soru

ölçekten çıkarılmış ve empati düzeylerinin ölçümüne yönelik 12 ifade için yapılan güvenilirlik analizinde Cronbach Alpha değeri 0,809 olarak tespit edilmiştir.

3. Bulgular ve Yorum

Araştırmaya katılan toplam 458 öğrencinin %52,2'sı kadın ve %47,8'i erkektir. Yaşlarına göre dağılımları incelendiğinde %92,8'inin 18-25 yaş aralığında olduğu görülmektedir. Medeni durumları açısından %98,5'inin bekâr olduğu belirlenmiştir. Bu kapsamda ankete katılanların ayrıntılı demografik özellikleri Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

		N	%
Cinsiyetiniz	Kadın	239	52,2
	Erkek	219	47,8
Medeni Durumunuz	Bekar	451	98,5
	Evli	7	1,5
Yaş Aralığınız	18-25	425	92,8
	26-35	27	5,9
	36-45	4	0,9
	46 ve üstü	2	0,4

Araştırmaya katılanların empati düzeylerinin ölçümüne yönelik verdikleri yanıtlara ilişkin aritmetik ortalamalar ve standart sapmalar aşağıda sunulmuştur. Katılımcıların ölçek sorularına verdikleri cevaplardan olumsuz nitelikte olanların aritmetik ortalamaları ters çevrilerek tabloya aktarılmıştır. Bu kapsamda ankete katılanların empati düzeylerine yönelik ayrıntılı tanımlayıcı istatistikleri Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların Empati Düzeylerine Yönelik Tanımlayıcı İstatistikleri

	Art.Ort.	Std. Sapma
Birisine saygısızca davranıldığını görmek beni üzer.	4,10	1,19
<i>Yakınımdaki bir insan mutlu olduğunda bundan etkilenmem.</i>	3,75*	1,34
İnsanların daha iyi hissetmesini sağlamaktan mutluluk duyarım.	4,21	1,05
<i>Bir arkadaşım sorunları hakkında konuşmaya başladığında konuyu değiştirmeye çalışırım.</i>	4,08*	1,21
İnsanlar üzgün olduklarında hiçbir şey söylemeseler bile onların üzgün olduklarını anlayabilirim.	3,98	1,13
<i>Sağlıklarına özen göstermeyip ciddi hastalıklara yakalanan insanlara acımam.</i>	3,88*	1,30
<i>Birisi ağladığında sinir olurum.</i>	3,91*	1,27
<i>Başka insanların nasıl hissettikleri beni gerçekten alakadar etmez.</i>	3,89*	1,26
Üzgün bir insan gördüğümde ona yardım etmek için güçlü bir istek duyarım.	3,90	1,15
<i>Birisine haksızca davranıldığını gördüğümde, ona acımam.</i>	4,36*	1,13
<i>İnsanların mutluluktan dolayı ağlamasını saçma bulurum.</i>	3,57*	1,33
Birisinin kullanıldığını gördüğümde, onu koruma isteği hissederim.	4,15	1,13

*Ters çevrilip ortalama alınan ifadeler

Araştırmaya katılanların empati düzeylerine ilişkin algılanan önem derecelerinin, demografik özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik anlamlı seviyede yeterli örneklem sayısı sadece cinsiyet değişkeninde bulunmaktadır. Ankete katılanların akran olmaları sebebiyle cinsiyet haricinde neredeyse homojen dağılım gösterdikleri görülmektedir. Bu kapsamda cinsiyet değişkenine yönelik yapılan *t* testi sonuçları Tablo 3’de belirtilmiş ve katılımcıların ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Bu duruma göre kadınların empati düzeylerinin ($\bar{x} = 49,19$), erkeklere ($\bar{x} = 46,35$) göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Değişkenlerin Cinsiyete Yönelik Araştırılması

	Cinsiyet	n	\bar{x}	s	<i>t</i>	<i>p</i>
Empati Düzeyi	Kadın	239	49,19	0,64	3,719	0,00*
	Erkek	219	46,35	0,71		

**p*<0,05

4. Sonuç ve Tartışma

Bireylerin karşılaştıkları olaylara karşısındaki bakış açısıyla bakabilmesi, sağlıklı iletişim kurabilmesi açısından önem arz etmektedir. Çünkü günümüzün artan sorunları ve hayatın hızlı olağan akışında sağlıklı iletişim kurmayı engelleyen birçok faktör ve yanlış anlaşılmalara görülmektedir. Empati kurma becerisi ile bu tür durumlar karşısında olaylara sadece bireysel bakış açısı ile değil karşı tarafın bakış açısı ile de bakmaya çalışmak iletişimin sağlıklı olması için önemlidir. Dolayısıyla insan ilişkileri ve iletişim içerisinde empati önemli bir beceri olarak görülmektedir (Şenkal, 2015:94). Dolayısıyla empati kuran bireyler, kurdukları iletişimi daha iyi yapılandırmaktadır.

Bu kapsamda sağlıklı iletişimin gerçekleşmesinde empatik iletişimin etkisi büyüktür. Empatik iletişimin anlamlı olarak yerine getirilmesi ile bireylerin çalışma hayatı, aile hayatı ve sosyal hayatı pozitif olarak etkilenecektir.

Bartın Üniversitesi öğrencilerinin empati düzeylerinin ölçümüne yönelik yapılan bu çalışmada 35 farklı önlisans ve lisans programında öğrenim gören ve gönüllü olarak ankete katılım sağlayan öğrencilerin verileri ele alınmıştır. Araştırma kapsamında üniversite öğrencilerinin empati düzeylerinde bir farklılık olup olmadığının tespit edilmesi amaçlanmış ve bağımsız gruplar *t* testi analizi sonucunda kadınlar lehine anlamlı bir farklılığa ulaşılmıştır.

Araştırma sonuçları, Toronto Empati Ölçeğinin Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışmalarını yapan Totan ve arkadaşlarının çalışması ile benzerlik içermektedir. Totan ve arkadaşları (2012:190) da empati düzeylerini erkeklere ($\bar{x} = 35,97$) nazaran kadınlar ($\bar{x} = 40,77$) lehine daha anlamlı bulmuşlardır. Bu durumun yapılan araştırma ile de desteklenmesi kadınların empatik eğilimlerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Araştırma sonuçları doğrultusunda, öğrencilerin kişilerarası iletişim kurarken sergiledikleri empati düzeylerinin geliştirilmesi için üniversite öğrenimi boyunca verilecek eğitimlerde, empatik iletişim boyutları gözetilerek hareket edilmesi ve eğitimlerin yaratıcı drama etkinlikleri ve grup çalışmaları gibi çeşitli faaliyetlerle desteklenmesi önerilmektedir. Ayrıca daha geniş bir örneklem çerçevesi ile literatürde bulunan farklı empati ve iletişim ölçekleri arasında ilişki kurularak cinsiyet bazında değerlendirilme yapılması ile daha sağlıklı sonuçlara ulaşılabilecektir.

Kaynaklar

Acun-Kapıkıran, N. (2016). “Kişilerarası İlişkiler ve İletişimde Empati”. A.Kaya (Ed.), *Kişilerarası İlişkiler ve Etkili İletişim* (s.110-133). Ankara: Pegem Akademi.

Akkoyun, F. (1982). Empatik Anlayış Üzerine. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 15(2), 63-69.

Avcı, Ö. (2017). *Duyusal Zekâ ve İletişim*. İstanbul: Beta Yayınevi.

- Avcı, Ö. (2018). Öğrencilerin Duygusal Zekâ ile İletişim Becerileri Düzeylerinin Bağımlı Etkinliği Üzerine Bir Uygulama. *Bartın Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 9(18), 205-220.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2018). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Çoruk, A. (2016). “Etkili İletişimde Sihirli Anahtar: Empati”. B. Güven (Ed.), *Etkili İletişim* (s.113-127). Ankara: Pegem Akademi.
- Dökmen, Ü. (2008). *Sanatta ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları ve Empati*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gürüz, D. ve Temel Eğinli, A. (2016). *İletişim Becerileri*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Güven, A. Z. (2016). “Etkili İletişimin Kuralları ve Etkili İletişim Kurma Süreci”. B. Güven (Ed.), *Etkili İletişim* (s.53-66). Ankara: Pegem Akademi.
- Kılıç, A. (2016). *Turist Rehberlerinde Empatik Eğilim ve Çatışma Çözme Davranışı İlişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir: Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Mulcar, M. (2017). *Okul Müdür Yardımcılarının Empatik Eğilimlerinin İncelenmesi (Denizli Pamukkale İlçe Örneği)*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Denizli: Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Rogers, C. R. (1983). Empatik Olmak, Değeri Anlaşılmamış Bir Varoluş Şeklidir (Empathic: An unappreciated way of being). (Çev.: F.Akkoyun). *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 16(1), 103-124.
- Spreng, R. N., McKinnon, M. C., Mar, R. A. ve Levine, B. (2009). The Toronto Empathy Questionnaire: Scale Development and Initial Validation of a Factor-Analytic Solution to Multiple Empathy Measures, *Journal of Personality Assessment*, 91(1), 62–71.
- Şenkal, Y. (2015). Atılganlık ve Empati Becerilerinin Halkla İlişkiler Mesleği İçin Önemi ve Kazanımı Üzerine Bir Araştırma. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Totan, T., Doğan, T. ve Sapmaz, F. (2012). The Toronto Empathy Questionnaire: Evaluation of Psychometric Properties among Turkish University Students, *Eurasian Journal of Educational Research*, 46, 179-198.